

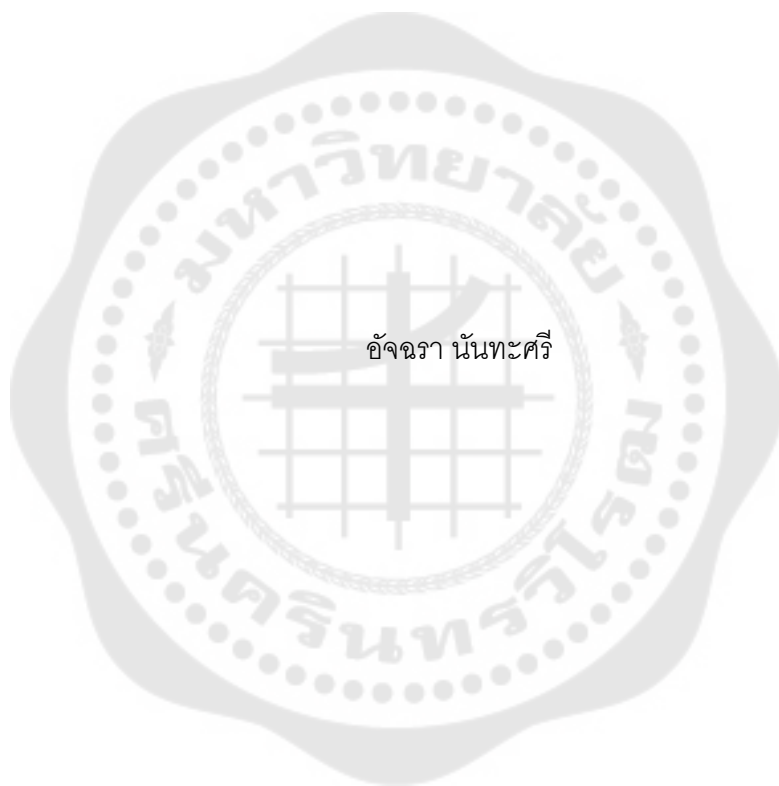


การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและ
ได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

DEVELOPING A MODEL FOR ENHANCING CHARACTER STRENGTHS IN
SCHOLARSHIP AWARDED PRE-SERVICE TEACHERS IN RURAL IMPOVERISHED
AREAS THROUGH PARTICIPATORY ACTION RESEARCH

อัจฉรา นันทะศรี

การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและ
ได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์
สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2567
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

DEVELOPING A MODEL FOR ENHANCING CHARACTER STRENGTHS IN
SCHOLARSHIP AWARDED PRE-SERVICE TEACHERS IN RURAL IMPOVERISHED
AREAS THROUGH PARTICIPATORY ACTION RESEARCH



A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of DOCTOR OF PHILOSOPHY
(Applied Psychology)

Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

2024

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดย
ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
ของ
อัจฉรา นันทะศรี

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

..... ที่ปรึกษาหลัก

(อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์)

..... ประธาน

(รองศาสตราจารย์ พ.ต.อ.หญิง ดร.กัญญฐิตา ศรีภา)

..... ที่ปรึกษาร่วม

(ศาสตราจารย์ ดร.ดุขฎิ อินทรประเสริฐ)

..... กรรมการ

(อาจารย์ ดร.นฤมล พระใหญ่)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นันทิชาติศักดิ์ สกุลพงศ์)

ชื่อเรื่อง	การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
ผู้วิจัย	อัจฉรา นันทะศรี
ปริญญา	ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต
ปีการศึกษา	2567
อาจารย์ที่ปรึกษา	อาจารย์ ดร. สิทธิพร ครามานนท์
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	ศาสตราจารย์ ดร. คุชฎี อินทรประเสริฐ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม การวิจัยแบ่งเป็น 2 ระยะเริ่มจากระยะเตรียมความพร้อมเพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยเข้าใจบทบาทและการมีส่วนร่วม จากนั้นจึงเข้าสู่ระยะการวิจัยปฏิบัติการประกอบด้วย การวางแผน การปฏิบัติ การสังเกต และการสะท้อนผล ผู้เข้าร่วมวิจัย คือ นักศึกษาชั้นปีสุดท้ายโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย จำนวน 24 คน เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย เทคนิค AIC การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม บันทึกการทบทวนหลังการปฏิบัติ การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า ผู้ร่วมวิจัยใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบใน 4 วงรอบของกระบวนการวิจัยโดยแสดงการพัฒนาจากระดับการรับรู้จุดแข็งเบื้องต้นไปสู่การนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริงอย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนรูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เรียกว่า NCSCS Model ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ร่วมบ่มเพาะบรรยากาศการเรียนรู้เชิงบวกเพื่อพัฒนาความองอาจภายใน 2) ร่วมค้นหาจุดแข็ง 3) ร่วมฝึกกำลังกำหนดเป้าหมาย 4) ร่วมวางแผนและนำไปใช้ในสถานการณ์จริง และ 5) ร่วมสะท้อนผลลัพธ์และแบ่งปันกำลังใจ ผลการวิจัยจึงมีนัยสำคัญต่อการพัฒนาหลักสูตรด้วยการปรึกษาเชิงจิตวิทยานักศึกษาครูในบริบทวัฒนธรรมไทย

คำสำคัญ : คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง, นักศึกษาครู, นักศึกษาครูยากจน, การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม, การบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน

Title	DEVELOPING A MODEL FOR ENHANCING CHARACTER STRENGTHS IN SCHOLARSHIP AWARDED PRE-SERVICE TEACHERS IN RURAL IMPOVERISHED AREAS THROUGH PARTICIPATORY ACTION RESEARCH
Author	ACHARA NUNTASRI
Degree	DOCTOR OF PHILOSOPHY
Academic Year	2024
Thesis Advisor	Dr. Sittiporn Kramanon
Co Advisor	Professor Dr. Dusadee Intraprasert

The research aimed to develop and synthesize a model for enhancing the character strengths among rural, economically disadvantaged pre-service teachers receiving educational scholarships through participatory action research. The study consisted of two phases: a preparation phase to ensure participants understood their roles and participated, followed by an action research phase comprising planning, acting, observing, and reflecting. Twenty-four pre-service teachers from the KRU RAK TIN Project at the Faculty of Education, Loei Rajabhat University, who were in their final year conducting a teaching practicum, participated in this study. Research instruments included the AIC technique, participant observation, after-action review journals, focus group discussions, and interviews. Qualitative data were analyzed using a content analysis approach. The findings revealed that participants consistently and systematically utilized their character strengths across four research cycles, demonstrating development from basic awareness of strengths to practical application in real-world situations. The character strengths enhancement model, termed the NCSCS Model, comprises five steps: (1) nurturing positivity for personal growth, (2) collaborative strength exploration, (3) synergistic goal selection, (4) collective planning and individual implementation, and (5) shared reflection and reinforcement. These findings have significant implications for curriculum development incorporating psychological counseling approaches for pre-service teachers within the Thai cultural context.

Keyword : Character strengths, pre-service teachers, economically disadvantaged pre-service teachers, participatory action research, strength-based intervention

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์นี้ถือเป็นความท้าทายในด้านวิชาการของผู้วิจัย ที่ต้องใช้ความพยายาม ความตั้งใจ และความอดทนอย่างยิ่ง ทุกขั้นตอนคือบทเรียนอันมีคุณค่าที่หล่อหลอมให้ผู้วิจัยเติบโต และเข้มแข็งขึ้นบนเส้นทางวิชาการที่เลือกเดิน ความสำเร็จของปริญญานิพนธ์นี้เกิดขึ้นได้ด้วยความเมตตาจาก อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และศาสตราจารย์ ดร.ดุษฎ์ อินทรประเสริฐ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ ทำให้ผู้วิจัยค่อย ๆ เรียนรู้ และกล้าคิด กล้าทำมากขึ้น กำลังใจจากท่านทั้งสองเป็นพลังสำคัญที่ผลักดันให้ผู้วิจัยก้าวเดิน ต่อแม้ในวันที่ท้อแท้

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดร.กัญญ์ฐิตา ศรีภา ที่กรุณาเป็น ประธานกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ ขอขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.นฤมล พระใหญ่ และรองศาสตราจารย์ ดร.นันทชัยสันต์ สกุลพงศ์ ที่ให้ความเมตตาแก่ผู้วิจัยตลอดการศึกษา คอยช่วยเหลือ ให้คำแนะนำและช่วยชี้แนะในสิ่งที่ผู้วิจัยต้องเติมเต็ม เพื่อพัฒนาตนเองให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น และทำให้ผู้วิจัยรักในวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา

ขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญ รองศาสตราจารย์ ดร. สุภาศุภร์ จันประเสริฐ รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รชวลีย์ อักษรวงศ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ สีดากุลฤทธิ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศศิธร ชันติธรางกูร ที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือวิจัยและให้ข้อเสนอแนะที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนางานวิจัย

ขอขอบคุณผู้ร่วมวิจัยทุกท่าน ที่เปิดโอกาสให้ผู้วิจัยได้ร่วมเรียนรู้และพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไปพร้อม ๆ กัน พร้อมทั้งแบ่งปันพลังบวกและรอยยิ้มในทุกครั้งที่เข้าร่วมกิจกรรม

ขอขอบคุณเพื่อนร่วมรุ่นแก๊งสามแม่ครัว คุณจิราภรณ์ เม่งช่วย คุณรัชนิยา พลพิบูลย์ ที่คอยช่วยเหลือ แบ่งปันทุกข์สุข และจับมือกันร่วมฝ่าฟันอุปสรรคตลอดการเรียนรู้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ สีดากุลฤทธิ ที่แนะนำให้ผู้วิจัยมาศึกษาต่อ เพื่อพัฒนาตนเองให้เติบโตในเส้นทางวิชาการ และเติมเต็มความฝัน

ขอขอบคุณเพื่อนร่วมงาน อาจารย์ฐรัตน์ภรณ์ ธนานิธิกุลโรจน์ อาจารย์สมพิศ สีตะสุต อาจารย์สมศักดิ์ จันทดี และอาจารย์กฤติกา พรหมสาขา ณ สกลนคร กัลยาณมิตรที่คอยอยู่เคียงข้าง และให้กำลังใจผู้วิจัยในวันที่อ่อนล้า

ขอขอบพระคุณครอบครัว คุณแม่พิกุล ประกิจ ผอ.พนมชัย นันทะศรี ครูเตือนใจ นันทะศรี

بابด แก้ว ที่สนับสนุนด้านทุนทรัพย์ในการศึกษา และคอยให้กำลังใจผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิเชษฐ์ นันทะศรี สามีที่เป็นเสาหลักที่มั่นคง คอยดูแลลูก ๆ และสนับสนุนผู้วิจัยทุกอย่างก้าว ขอขอบคุณลูกสาวผู้เป็นที่รัก ณิชชา และนุญนิก ผู้เปรียบเสมือนพี่ซาร์จแบตเตอร์ในวันที่ผู้วิจัยรู้สึกเหนื่อยล้า เพียงแค่ได้เห็นรอยยิ้มของลูกทั้งสองก็ทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจและลุกขึ้นสู้ต่อไปได้เสมอ

ท้ายสุดนี้ คุณค่าและประโยชน์อันเกิดจากปริญญาบัตรฉบับนี้ ผู้วิจัยขออุทิศแด่บิดาผู้ล่วงลับ ครูพิพัฒน์ ประกิจ ผู้ที่เชื่อมั่นในคุณค่าของการศึกษา ที่คอยสนับสนุนและวางรากฐานทางการศึกษาที่ดีให้แก่ผู้วิจัยมาตั้งแต่เยาว์วัย

อัจฉรา นันทะศรี



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ฎ
สารบัญรูปภาพ	ฐ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	7
ความสำคัญของการวิจัย	7
ขอบเขตของการวิจัย	8
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	10
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
1. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา.....	12
1.1 ความหมายของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา	12
1.2 ความเป็นมาของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา	13
1.3 จุดมุ่งหมายของโครงการ.....	14
1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	17
2. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	25
2.1 ความหมายของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง.....	25
2.2 ความสำคัญของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง.....	27

2.3 องค์ประกอบของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	30
2.4 การวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	34
2.5 แนวทางการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง.....	37
2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	38
3. แนวคิดจิตวิทยาการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง.....	43
3.1 แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง.....	43
(Person-Centered Therapy Group Counseling)	43
3.2 แนวคิดเกี่ยวกับการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน (Strengths-Based Therapy)	46
3.3 แนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม (Relational-Cultural Theory)	51
4. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research)	54
4.1 ความหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	54
4.2 จุดมุ่งหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	56
4.3 ลักษณะของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	57
4.4 กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	60
4.5 วิธีการศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	62
5. กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎี (Theoretical Framework)	64
6. กรอบแนวคิดการวิจัย	65
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	68
1. พื้นที่ดำเนินการวิจัย	68
1.1 บริบทและความสำคัญของพื้นที่วิจัย.....	68
1.2 เกณฑ์การเลือกพื้นที่วิจัย	70
1.3 สภาพปัญหาของนักศึกษาครูในพื้นที่วิจัย	71

2. ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการดำเนินการวิจัย	72
2.1 ผู้ร่วมวิจัย	72
2.2 บทบาทของผู้วิจัย	74
2.3 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องอื่นๆ ในกระบวนการวิจัย	76
3. ขั้นตอนดำเนินการวิจัย	76
3.1 ระยะก่อนดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	76
3.2 ระยะการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	78
3.3 การสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจน จากชนบทและได้รับทุนการศึกษา	84
4. การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	85
4.1 แผนและขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล	85
4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	86
4.3 การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย	90
5. การวิเคราะห์ข้อมูล	91
5.1 กระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ	91
5.2 การวิเคราะห์ข้อมูลในแต่ละวงรอบการวิจัย	92
5.3 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสังเคราะห์รูปแบบ	93
6. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล	94
6.1 กลยุทธ์การตรวจสอบความน่าเชื่อถือที่ใช้ในการวิจัย	94
6.2 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือในแต่ละขั้นตอนของการวิจัย	94
6.3 การบันทึกร่องรอยการตรวจสอบ (Audit Trail)	95
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	97
ตอนที่ 1 กระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามวงรอบการวิจัยเชิงปฏิบัติการ แบบมีส่วนร่วม	97

ตอนที่ 2 การสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครุยากจน จากชนบทและได้รับทุนการศึกษา.....	269
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	279
สรุปผลการวิจัย.....	280
อภิปรายผลการวิจัย	283
ข้อจำกัดของงานวิจัย	310
ข้อเสนอแนะ	310
บรรณานุกรม	313
ภาคผนวก.....	335
ภาคผนวก ก หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์.....	336
ภาคผนวก ข รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย	338
ภาคผนวก ค หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย	340
ภาคผนวก ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	346
ภาคผนวก จ ข้อมูลการสะท้อนผลการปฏิบัติในแต่ละวงรอบ	353
ภาคผนวก ฉ แนวคิด ทฤษฎีและหลักการที่นำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการ เสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครุยากจนจากชนบทและได้รับ ทุนการศึกษา	410
ภาคผนวก ช ภาพจากการทำกิจกรรม	417
ประวัติผู้เขียน.....	421

สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามแนวคิดของ Peterson and Seligman (2004)	32
ตาราง 2 แผนการบำบัดโดยย่อของผู้รับบริการ	50
ตาราง 3 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ร่วมวิจัย.....	72
ตาราง 4 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 1	98
ตาราง 5 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการพัฒนา วงรอบที่ 1	99
ตาราง 6 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนวงรอบที่ 1	131
ตาราง 7 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 2	138
ตาราง 8 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการพัฒนา วงรอบที่ 2	139
ตาราง 9 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนวงรอบที่ 2	169
ตาราง 10 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 3	179
ตาราง 11 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการพัฒนา วงรอบที่ 3	180
ตาราง 12 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนวงรอบที่ 3	212
ตาราง 13 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 4	224
ตาราง 14 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการพัฒนา วงรอบที่ 4	225
ตาราง 15 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนวงรอบที่ 4	253
ตาราง 16 ผลการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับ ทุนการศึกษาตามกระบวนการของ NCSCS Model.....	277

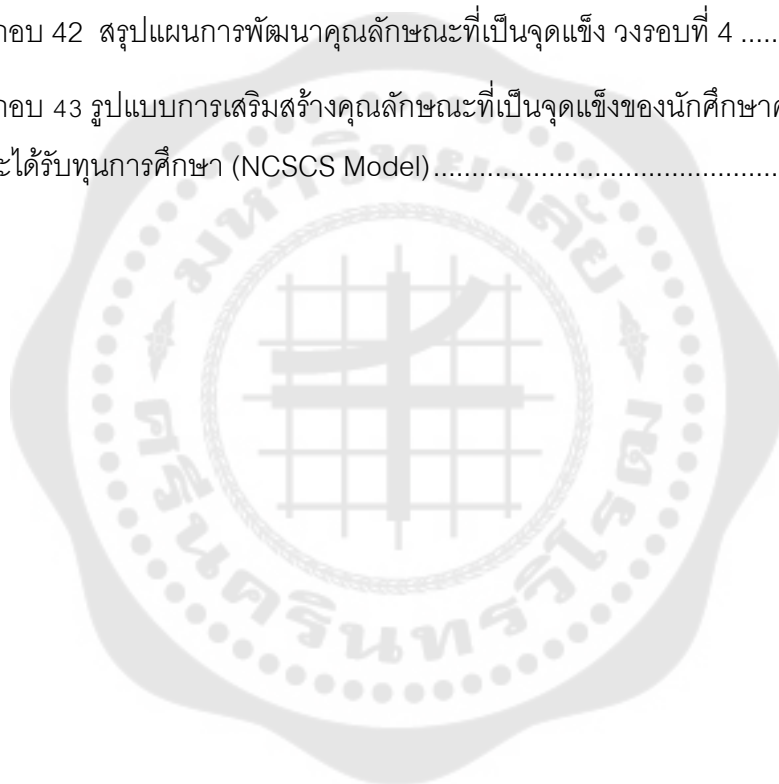
สารบัญรูปภาพ

หน้า

ภาพประกอบ 1 บทบาทของตัวแปรส่งผ่านพฤติกรรมเชิงบวกในชั้นเรียนอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	28
ภาพประกอบ 2 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทำนายพลังสุขภาพจิตและความเจริญงอกงามในกลุ่มนักศึกษา	29
ภาพประกอบ 3 องค์ประกอบของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	31
ภาพประกอบ 4 รูปแบบการประเมินจุดแข็งและอุปสรรคของผู้รับบริการ	48
ภาพประกอบ 5 ปฏิสัมพันธ์ของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	58
ภาพประกอบ 6 ลักษณะวงจรของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	59
ภาพประกอบ 7 วงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ Kemmis and Mc Taggart (1998)	60
ภาพประกอบ 8 กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎี	64
ภาพประกอบ 9 กรอบแนวคิดการวิจัย	67
ภาพประกอบ 10 พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 1	100
ภาพประกอบ 11 พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 1	102
ภาพประกอบ 12 พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 1	103
ภาพประกอบ 13 แผนควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งวงรอบที่ 1	109
ภาพประกอบ 14 แผนกล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน วงรอบที่ 1	110
ภาพประกอบ 15 แผนมุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน วงรอบที่ 1	115
ภาพประกอบ 16 แผนควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ วงรอบที่ 1	123
ภาพประกอบ 17 แผนใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น วงรอบที่ 1	125

ภาพประกอบ 18	สรุปแผนการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 1	130
ภาพประกอบ 19	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งวงรอบที่ 2	140
ภาพประกอบ 20	พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 2	142
ภาพประกอบ 21	พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 2	143
ภาพประกอบ 22	แผนกล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน วงรอบที่ 2.....	148
ภาพประกอบ 23	แผนมุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน วงรอบที่ 2 .	152
ภาพประกอบ 24	แผนควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ วงรอบที่ 2.....	163
ภาพประกอบ 25	แผนใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น วงรอบที่ 2.....	165
ภาพประกอบ 26	สรุปแผนการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 2	169
ภาพประกอบ 27	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 3	181
ภาพประกอบ 28	พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 3	183
ภาพประกอบ 29	พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 3	184
ภาพประกอบ 30	แผนควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ วงรอบที่ 3.....	190
ภาพประกอบ 31	แผนกล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน วงรอบที่ 3.....	193
ภาพประกอบ 32	แผนมุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน วงรอบที่ 3	199
ภาพประกอบ 33	แผนใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น วงรอบที่ 3.....	208
ภาพประกอบ 34	สรุปแผนการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 3	211
ภาพประกอบ 35	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 4.....	226
ภาพประกอบ 36	พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 4	228

ภาพประกอบ 37 พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 4	229
ภาพประกอบ 38 แผนกล้ำคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน วงรอบที่ 4.....	235
ภาพประกอบ 39 แผนมุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน วงรอบที่ 4 .	239
ภาพประกอบ 40 แผนควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ วงรอบที่ 4.....	246
ภาพประกอบ 41 แผนใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น วงรอบที่ 4.....	248
ภาพประกอบ 42 สรุปแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 4	252
ภาพประกอบ 43 รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา (NCSCS Model)	278



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สถานการณ์ความยากจนในประเทศไทยโดยภาพรวมก่อนการแพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 มีแนวโน้มลดลงเห็นได้จากคนจนในปี 2561 มีจำนวน 6.7 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 9.85 ปี 2562 ลดลงเหลือ 4.3 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 6.24 (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2563) และเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับข้อมูลการศึกษาของธนาคารแห่งประเทศไทย (2564) ที่พบว่า ก่อนการแพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 เศรษฐกิจมีการขยายตัวอย่างต่อเนื่อง ทว่าสถานการณ์ความเหลื่อมล้ำยังคงเพิ่มมากขึ้นเห็นได้จากประชาชนมีเงินรายได้ไม่เพียงพอต่อการดำรงชีพ และมีหนี้สินเพิ่มขึ้น โดยปี 2562 สัดส่วนหนี้ครัวเรือนต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมของประเทศ (GDP) ของไทยสูงอันดับสองในเอเชีย ปี 2564 หนี้ครัวเรือนต่อ GDP ไตรมาส 2 อยู่ที่ร้อยละ 89.3 ถือว่าอยู่ในภาวะวิกฤติ ขณะเดียวกันปัญหาความเหลื่อมล้ำยังสะท้อนผ่านคนบางกลุ่มติดอยู่กับความยากจนมาอย่างยาวนานและส่งต่อความยากจนนั้นมาสู่รุ่นลูกหลานเรียกกันว่า “ครัวเรือนยากจนข้ามรุ่น” หมายถึง ครัวเรือนที่ไม่มีความมั่นคงทางการเงิน ซึ่งข้อมูลจากระบบพัฒนาคนแบบ ชีเป้าปี 2565 พบว่า มีจำนวนมากถึง 597,248 ครัวเรือน โดยปัญหาหนึ่งของลูกหลานในครอบครัวนี้เกี่ยวกับการศึกษาเห็นได้จากร้อยละ 17.2 ของเด็กกลุ่มนี้อายุ 6-14 ปี ไม่ได้ศึกษาภาคบังคับ

ผลกระทบจากความยากจนและความเหลื่อมล้ำทำให้กลุ่มเด็กและเยาวชนขาดโอกาสทางการศึกษา ดังเช่นในปี 2562 (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2563) รายงานว่าเด็กและเยาวชนยังไม่สามารถเข้าถึงการศึกษาได้อย่างเท่าเทียม เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะดีมีแนวโน้มที่จะเข้าศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาและอุดมศึกษามากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวยากจน และยังเห็นได้ชัดในช่วงการแพร่ระบาดของ COVID-19 โรงเรียนปรับเปลี่ยนรูปแบบการสอนมาเป็นแบบออนไลน์ เด็กที่มีฐานะดีสามารถเข้าถึงการเรียนแบบออนไลน์ได้มากกว่าเด็กที่มีฐานะยากจน เนื่องจากมีความพร้อมด้านอุปกรณ์และเทคโนโลยี อีกทั้งยังพบว่า เด็กที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองมีโอกาสได้รับการศึกษามากกว่าเด็กในชนบท รวมทั้งครอบครัวที่มีฐานะดีมีแนวโน้มที่จะสนับสนุนให้บุตรหลานของตนได้รับการศึกษาที่ดีมากกว่าครอบครัวที่ยากจน (ธีรภัทร์ ถิ่นแสนดี & ภิญญา อนุพันธ์, 2564) นอกจากนี้เด็กที่มาจากครอบครัวยากจนจะขาดโอกาสทางการศึกษาแล้ว พวกเขายังขาดทักษะที่จำเป็นต่อการประสบความสำเร็จในอาชีพการงานในอนาคตอีกด้วย ส่งผลให้เด็กเหล่านี้มีข้อจำกัดในการประกอบอาชีพที่มีรายได้ดีได้ยาก เพราะเข้าสู่

ตลาดแรงงานในฐานะแรงงานทักษะขั้นต่ำหรือแรงงานกึ่งมีทักษะ ทั้งยังก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศด้วย (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2565) ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในชาติ ลดความยากจนและความเหลื่อมล้ำได้นั้นจะต้องส่งเสริมการศึกษาที่มีคุณภาพแก่คนในชาติ (จิตินาถ ภูมิถาวร, 2564; ทิพย์พาพร ตันติสุนทร, 2564; รัชวดี แสงมะหมัด, 2560)

แนวทางการส่งเสริมการศึกษาให้มีคุณภาพและลดความเหลื่อมล้ำถือเป็นประเด็นสำคัญที่นักวิชาการไทยเข้าไปศึกษาอย่างกว้างขวาง อาทิ การแก้ไขปัญหาความเหลื่อมล้ำและความยากจน โดยใช้กลยุทธ์การจัดการศึกษา (สามารถ จันทรสุริย์ et al., 2564) การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาร่วมกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการแก้ไขความยากจนชุมชนเกษตรกรรม (บัวสวรรค์ จันทรพันดาว & เทพประวิณ จันทรแรง, 2565) ขณะที่หน่วยงานภาครัฐต่างให้ความสำคัญ ดังจะเห็นได้จากหลากหลายโครงการที่เกิดขึ้นในรอบหลายสิบปีที่ผ่านมา โดยหนึ่งในแนวทางแก้ไขปัญหาคือ การจัดตั้งโรงเรียนในพื้นที่ห่างไกล ซึ่งจำนวนโรงเรียนประมาณ 2,000 แห่งตั้งอยู่ในพื้นที่ห่างไกล ทั้งตามแนวชายขอบ บนเกาะแก่ง และบนพื้นที่สูง โรงเรียนเหล่านี้พบปัญหาสำคัญ คือ ครูโดยส่วนใหญ่ไม่ใช่คนในท้องถิ่นจึงทำให้ครูขอย้ายบ่อย เกิดปัญหาไม่มีครูมาทดแทนนำไปสู่ปัญหาครูไม่ครบชั้น โดยเฉพาะครูที่สอนในระดับชั้นประถมศึกษาส่งผลกระทบต่อการจัดการเรียนการสอนตามมา กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) ตั้งขึ้นเมื่อปี 2561 ภายใต้พระราชบัญญัติกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563) จึงได้เข้าไปส่งเสริมให้ผู้ที่ครอบครัวยากจนที่สุดร้อยละ 20 แรกของประเทศได้เข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาตรี เมื่อสำเร็จการศึกษาแล้วจะได้กลับไปบรรจุเป็นครูรุ่นใหม่ในโรงเรียนชนบท ซึ่งเป็นภูมิลำเนาของตน โดยร่วมมือกับ 5 หน่วยงาน คือ กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม (อว.) กระทรวงศึกษาธิการ (ศธ.) สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา (ก.ค.ศ.) และสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา ภายใต้ชื่อโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น เพื่อสร้างโอกาสทางการศึกษาให้นักเรียนในชนบทพื้นที่ห่างไกล (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2561, 2563, 2565)

นักศึกษาที่ได้รับการคัดเลือกให้เข้าศึกษาต่อในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ใช้คำว่า “นักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา” มีคุณสมบัติและเงื่อนไขในการรับทุนแตกต่างจากนักศึกษาที่ได้รับทุนในโครงการอื่น ๆ เช่น ทุนคุรุทายาท ทุนโครงการจุฬา-ชนบท และโครงการเพชรในตมหลายประการ ได้แก่ 1) เป็นผู้ที่มาจากครอบครัวฐานะยากจนพิเศษใน

ชนบทพื้นที่ห่างไกล 2) เกรตเฉลี่ยสมัครเข้าร่วมโครงการใช้เกณฑ์ที่ไม่สูงเท่าโครงการอื่น ๆ เนื่องจากต้องการเปิดโอกาสให้ผู้ที่มีใจรักในการเป็นครูได้มีโอกาสเข้ามาศึกษาต่อ 3) ได้รับทุนสนับสนุนการศึกษา และค่าใช้จ่ายส่วนตัว 4) ต้องเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ (Enrichment program) พัฒนาศักยภาพผู้รับทุนในทุกภาคเรียนเพื่อบ่มเพาะความรู้ทั้งทางด้านวิชาการและวิชาชีพในการเป็นครูผู้พัฒนานักเรียนและพัฒนาชุมชนในชนบทพื้นที่ห่างไกล 5) ต้องลงพื้นที่ทำกิจกรรมพัฒนาชุมชนและโรงเรียน 6) ฝึกปฏิบัติการสอนระหว่างเรียนในโรงเรียนปลายทางที่จะไปบรรจุหลังจบการศึกษา 7) หากผู้รับทุนยุติการเรียน หรือเรียนไม่จบตามหลักสูตรกำหนดจะต้องชุดใช้ทุนคืน และ 8) เมื่อจบการศึกษาจะต้องไปบรรจุในโรงเรียนปลายทางที่เป็นภูมิลำเนาของตน โดยไม่มีการย้ายเป็นระยะเวลา 6 ปี และจะต้องเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาตนเองเพื่อไปเป็นครูนักพัฒนาชุมชนได้อย่างยั่งยืน โดยมีสถาบันร่วมผลิตครูและกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาได้ติดตามการดำเนินงาน รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 10 ปี (กระทรวงศึกษาธิการ, 2566; กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563; จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2566; มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, 2564)

สถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาทำให้เกิดความเปราะบาง ได้แก่ ประเด็นเกี่ยวกับสุขภาพจิต การจัดการกับความเครียด วิกฤตการเงิน ความสัมพันธ์กับเพื่อน การขาดแรงจูงใจในการเรียน (Kaewsawang et al., 2022; ยุทธนา พันธมี et al., 2565) จากบริบทของผู้วิจัยพบว่า นักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษามีปัญหาหลายด้าน จากรายงานกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะวิชาการผ่านกิจกรรมหอพัก และการให้คำปรึกษานักศึกษาผู้รับทุน สะท้อนให้เห็นปัญหาเรื่องการปรับตัว เหนื่อยล้าจากการอบรมไม่มีเวลาพักผ่อน เครียดเรื่องการเรียน ส่งผลให้ความสุขลดน้อยลง (มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, 2565) ประกอบกับรายงานการให้คำปรึกษารายบุคคลสำหรับนักศึกษาทุนพบปัญหาคือ ปัญหาเรื่องเพื่อน การเงิน ครอบครัวยุติเครียดเรื่องการเรียนกลัวทำไม่ได้อย่างที่คาดหวัง ไม่มีเวลาพักผ่อนเพราะต้องอบรม มีความเครียดกับกฎระเบียบที่เคร่งครัด กังวลในเรื่องการสอบใบประกอบวิชาชีพครู มีความกังวลกลัวหลุดจากทุนและไม่มีเงินชุดใช้ทุนคืน รวมทั้งแบกรับความคาดหวังจากคนในครอบครัวและคนรอบข้าง (มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, 2564, 2565) แม้ว่าสถาบันการผลิตจะจัดโครงการให้คำปรึกษาทั้งรายบุคคลและรายกลุ่มให้กับนักศึกษาผู้รับทุนเพื่อดูแลด้านจิตใจ แต่จากการติดตามผลก็ยังพบว่า นักศึกษาโดยส่วนใหญ่มีความเครียดอย่างต่อเนื่อง สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากเหนื่อยล้า ไม่มีเวลาส่วนตัวมากนัก เพราะต้องอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพตามความคาดหวังของโครงการเพื่อไปเป็นครูรุ่นใหม่ที่มีประสิทธิภาพของชุมชน ซึ่งจากการสัมภาษณ์

นักศึกษา รู้สึกว่าการอบรมเยอะเกินไป บางกิจกรรมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและการสอนในอนาคตได้ แต่โดยส่วนใหญ่กิจกรรมไม่ตอบสนองความต้องการของผู้เข้าอบรม ทำให้ไม่เกิดความรู้สึกกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งส่งผลให้ไม่มีแรงบันดาลใจในการนำองค์ความรู้ที่ได้ไปสู่การพัฒนาตนเอง (ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ในวันที่ 20 ธันวาคม 2565) สถานการณ์ความเปราะบางดังกล่าวไม่เพียงส่งผลกระทบต่อสุขภาวะของนักศึกษาครูเท่านั้น หากแต่ยังเป็นความเสี่ยงต่อความสำเร็จของโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่นในภาพรวม เพราะหากนักศึกษาครูเหล่านี้ไม่สามารถยืนหยัดอยู่ได้ด้วย พลังใจที่เข้มแข็ง การลงทุนเพื่อลดความเหลื่อมล้ำทางการศึกษาอาจไม่บรรลุผลตามเป้าหมาย ดังนั้นการพัฒนานวัตกรรมเชิงจิตวิทยาที่มุ่งเสริมสร้างความเข้มแข็งจากภายในจึงเป็นภารกิจที่เร่งด่วนและจำเป็น

จากปัญหาดังกล่าวได้มีการแก้ไขเชิงวิจัยได้แก่ การพัฒนาหลักสูตรอบรมระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิต การใช้กิจกรรมกลุ่มการให้คำปรึกษาเชิงสติเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียน (ยุทธนา พันธุ์มี et al., 2565) อาจสรุปได้ว่า การศึกษาในมิติทางด้านจิตใจของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษายังมีไม่มากนัก และยังขาดการนำองค์ความรู้ด้านจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้ในการแก้ไขปัญหาในวงกว้าง กล่าวคือ แม้ว่าการพัฒนาหลักสูตรอบรมระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิตจะมีการนำแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้ แต่ก็ยังเป็นเพียงองค์ประกอบส่วนน้อยเท่านั้น อีกทั้งเป็นรูปแบบที่ยังไม่ได้มีการนำไปทดลองใช้

จากปัญหาดังกล่าว คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสามารถนำไปใช้แก้ไขปัญหานักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาได้ เนื่องจากช่วยลดความเครียด เพิ่มความสุข และทำให้สามารถปรับตัวในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดียิ่งขึ้น กล่าวคือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Character Strengths) มาจากแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก Peterson and Seligman (2004) ให้ความหมายว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นคุณค่าทางจริยธรรมที่บุคคลแสดงออกผ่านความคิด ความรู้สึกและการกระทำ ซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้จะส่งเสริมให้บุคคลบรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้ จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งส่งผลดีหลายประการในกลุ่มนักเรียน และนักศึกษาซึ่งช่วยให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) (Ruch et al., 2014; นันทิชาติ สกลพงศ์, 2565) ทำให้เกิดพฤติกรรมเชิงบวกในชั้นเรียน (Positive classroom behavior) และช่วยเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (School achievement) (Wagner & Ruch, 2015) อีกทั้งคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทำให้เกิดความสุข (Happiness) พลังสุขภาพจิต (Resiliency) และผลกระทบทางบวก (Positive affect) มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Academic achievement) ช่วยลดอาการซึมเศร้า ความวิตกกังวล (Anxiety) ปัญหาการ

รับประทานอาหารที่ผิดปกติ (Eating problems) การดื่มสุรา (Drinking) และการใช้สารเสพติด (Drug) (Karris Bachik et al., 2021) ช่วยให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองทางด้านการเรียน (Academic self-efficacy) (Datu & Mateo, 2020) มีความสามารถในการปรับตัวในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดีขึ้น (Grinhauz et al., 2022) มีผลทางบวกต่อความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being) และการปรับตัวในโรงเรียน (School adjustment) (Shoshani & Slone, 2013) ช่วยส่งเสริมความสุข และลดความวิตกกังวล (Zhao et al., 2021) มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเอื้อสังคมต่อผู้อื่น (Prosocial behavior) และสมาชิกในครอบครัว และช่วยลดอาการซึมเศร้าผ่านการเห็นคุณค่าของตนเอง (Padilla-Walker et al., 2020) รวมทั้งช่วยส่งเสริมจริยธรรม (Moral functioning) (Han et al., 2022)

สมาคมจิตวิทยาอเมริกัน (American Psychological Association) กล่าวถึงนิยามจิตวิทยาการปรึกษาไว้ว่า เป็นการให้บริการบุคคลในทุกช่วงวัยทั้งรายบุคคล กลุ่ม ครอบครัว องค์กรหรือชุมชน เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการสามารถป้องกันปัญหาหรือลดความทุกข์ ปรับตัวต่อภาวะวิกฤติและปรับปรุงความเป็นอยู่ รวมทั้งเพิ่มความสามารถในการใช้ชีวิตได้ดีขึ้น โดยใช้จุดแข็งเป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันและปรับปรุงปัญหาทางด้านอารมณ์ ความสัมพันธ์ สังคม วัฒนธรรม อาชีพ การศึกษา และปัญหาเกี่ยวกับอัตลักษณ์ อีกทั้งนักจิตวิทยาการปรึกษายังมีบทบาทในการทำงานกับองค์กร สถาบัน และชุมชนเพื่อช่วยในการจัดการหรือป้องกันปัญหา ตลอดจนปรับปรุงการทำงานส่วนบุคคลและความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกแต่ละคน โดยเข้าไปแทรกแซงในองค์กรเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพ บรรยากาศความสำเร็จและความเป็นอยู่ที่ดีของสมาชิก (American Psychological Association, 2022b) ส่วนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) เป็นการนำเอาศักยภาพของบุคคลมาใช้ในการแก้ไขปัญหาในสภาพบริบทของตนเองให้ดีขึ้นด้วยการสร้างให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้อย่างถาวรมากกว่า ซึ่งจะยืดเวลาของการพัฒนาตนเองออกไปมากกว่าการบอกหรือสั่งให้ทำ (อุทัยทิพย์ เจียวิวรรณกุล, 2553) จากนิยามของจิตวิทยาการปรึกษากับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม สอดคล้องกันคือ การช่วยให้บุคคลได้นำศักยภาพของตนเองมาใช้ในการแก้ไขปัญหาเพื่อให้มีชีวิตที่ดีขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่นำการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่เน้นให้ผู้ร่วมวิจัยได้มีส่วนร่วมในการออกแบบหรือหาแนวทางในการพัฒนาตนเองเพื่อให้เกิดความงอกงาม ซึ่งจะให้ผู้ร่วมวิจัยคือ นักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาเกิดแรงบันดาลใจต่อการนำไปใช้ในการพัฒนาตนเอง ซึ่งจะช่วยแก้ไขปัญหาดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น เพราะบางครั้งเมื่อเวลามีปัญหา นักศึกษาขอเข้ารับบริการด้านสุขภาพจิตน้อย สอดคล้องกับ Broglia et al.

(2021)กล่าวว่า อุปสรรคต่อการเข้ารับบริการด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย คือ กลัวการถูกตีตรา

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า มีการศึกษากับนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาในประเทศ จำนวน 3 เรื่อง ได้แก่ การศึกษารูปแบบการให้คำปรึกษาช่วยเหลือดูแลนักศึกษาที่จะได้รับทุนของกองทุนเพื่อความเสมอภาค (พีรธร บุญยรัตน์ et al., 2564) การใช้กิจกรรมกลุ่มการให้คำปรึกษาเชิงสติเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียน (ยุทธนา พันธุ์มี et al., 2565) และการพัฒนาหลักสูตรอบรมระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิต (Kaewsawang et al., 2022) ยังไม่พบการศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในกลุ่มนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา จึงทำให้เกิดช่องว่างของความรู้ (Knowledge gap)

ในขณะที่เดียวกันพบการศึกษาในประเทศที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษา ได้แก่ นิสิตทุนโครงการจุฬา-ชนบท (จริยา ศรีวิจารณ์ et al., 2556) นักศึกษาครูในโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น (ชวนคิด มะเสนา et al., 2564; โรชวรรณ เทพโฆลาม et al., 2565) และนักศึกษาทุนพยาบาลชุมชน (เสาวลักษณ์ แยมศรี et al., 2557) ส่วนในต่างประเทศมีการศึกษากับนักเรียนนักศึกษาผู้รับทุนที่เป็นกลุ่มเปราะบาง ยากจนและด้อยโอกาส (Bedi et al., 2020; Cosentino et al., 2019; Feldman & Wallace, 2021) อย่างไรก็ตามการศึกษากับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาทั้งในและต่างประเทศยังมีข้อแตกต่างกันในหลายด้านทั้งคุณสมบัติ เกณฑ์การคัดเลือก และเงื่อนไขในการรับทุน ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าองค์ความรู้ในนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษายังมีไม่มากนัก

ยิ่งกว่านั้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งย้อนหลัง 10 ปี ตั้งแต่ พ.ศ. 2555-2565 มีการศึกษาในกลุ่มวัยเด็กจนถึงวัยรุ่น ทั้งนี้ช่วงอายุที่ใกล้เคียงกับกลุ่มประชากรที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษาคือ ช่วงวัยรุ่นตอนปลายถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยสืบค้นในฐานข้อมูล ThaiLIS ไม่พบงานวิจัยในช่วงระยะเวลาดังกล่าว แต่พบการศึกษาจำนวน 1 เรื่อง ในปี พ.ศ. 2552 เป็นการศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของคนไทยอายุ 17-60 ปี ทั้งในด้านชีวิตและในด้านการทำงาน (ธนยศ ศิริดำรงศักดิ์, 2552) และในฐานข้อมูล ThaiJo พบ จำนวน 1 เรื่อง คือ การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้วรรณคดีไทยตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA กับการจัดการเรียนรู้โดยใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะให้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา (ชวิน พงษ์ผจญ, 2564) รวมทั้งสืบค้นการศึกษาต่างประเทศในฐานข้อมูล Scopus และ ScienceDirect พบการศึกษาจำนวน 216 เรื่อง มีการศึกษาในเด็กและวัยรุ่น (Ruch et al., 2020; Ruch et al., 2014) วัยผู้ใหญ่

(Ai et al., 2022; Brauer et al., 2022; Casali et al., 2021) และวัยชรา (Freitas et al., 2021) แม้ว่าจะมีการศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในกลุ่มนักศึกษาครู (Eom et al., 2016) แต่ก็ยังไม่พบการศึกษาในกลุ่มผู้ที่ได้รับทุนอื่น ๆ ที่มีบริบทใกล้เคียงกับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าเป็นช่องว่างเชิงประชากร (Population gap)

หนึ่งจุดร่วมที่เหมือนกันของรูปแบบการวิจัยส่วนใหญ่มักศึกษาความสัมพันธ์เปรียบเทียบ (Datu & Bernardo, 2020; Liu & Wang, 2021) นอกจากนั้นยังมีการศึกษาอื่น ๆ ได้แก่ การวิจัยกึ่งทดลอง (Freitas et al., 2021) การวิจัยเชิงทดลอง (Naini et al., 2021) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Haslip & Donaldson, 2021) การวิจัยเชิงสำรวจ (Umucu et al., 2021) การวิจัยแบบผสมวิธี (Vuorinen et al., 2021) และการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ (Vazquez-Marin et al., 2022) แต่ยังไม่พบการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษา จึงเป็นช่องว่างของวิธีวิทยา (Methodology gap) ดังนั้นเพื่อเติมเต็มช่องว่างของความรู้ ช่องว่างเชิงประชากร และช่องว่างวิธีวิทยา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะมุ่งศึกษาการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
2. เพื่อสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

ความสำคัญของการวิจัย

ความสำคัญของการศึกษาการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา มีดังนี้

1. ความสำคัญเชิงวิชาการ

1.1 เกิดการต่อยอดทางวิชาการ เนื่องจากผลการศึกษาในครั้งนี้จะได้องค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับรูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ซึ่งสามารถนำองค์ความรู้ไปเป็นฐานในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้กับกลุ่มประชากรที่มีบริบทใกล้เคียงกัน หรือในกลุ่มประชากรอื่น ๆ

1.2 จากผลการวิจัยทำให้เข้าใจกระบวนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาด้วยมุมมองแนวคิดด้านจิตวิทยาเชิงบวก

2. ความสำคัญเชิงการปฏิบัติ

2.1 ได้รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากความร่วมมือของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาผ่านกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่สามารถแก้ไขปัญหาได้ตรงตามความต้องการเจ้าของพื้นที่วิจัย ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการเรียนและการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

2.2 ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเรียนรู้ร่วมกันในทุกขั้นตอนตั้งแต่การออกแบบ วางแผนและสะท้อนผล รวมทั้งได้องค์ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้นในทุก ๆ วงรอบของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

2.3 เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษายั่งยืน โดยผู้ร่วมวิจัยสามารถนำคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไปประยุกต์ใช้ในการเรียนและการดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข แม้ว่าผู้วิจัยจะถอนตัวออกจากพื้นที่วิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านวิธีวิทยา

การวิจัยครั้งนี้เป็นการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมตามแนวคิดของ Kemmis and Mc Taggart (1998) ซึ่งผู้วิจัยแบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 ก่อนดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เป็นการเตรียมพื้นที่วิจัยเพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยเข้าใจบทบาทการมีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัย โดยอบรมเกี่ยวกับการฟังเชิงรุก (Active listening) ให้ความรู้เกี่ยวกับหลักการของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามแนวคิดของ Peterson and Seligman (2004) ในแต่ละองค์ประกอบ รวมถึงเทคนิคการให้การปรึกษาเพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ร่วมวิจัยได้ฝึกฝนการใช้ทักษะดังกล่าวร่วมกันก่อนเริ่มการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ระยะที่ 2 การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ผู้วิจัยนำกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมตามแนวคิดของ Kemmis and Mc Taggart (1998) มาใช้ในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเพื่อแก้ไขปัญหา เริ่มต้นจากผู้วิจัยใช้เทคนิค AIC

ให้ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ฝึกสอนของตนเอง พร้อมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์นั้น ทั้งคุณลักษณะที่มีและที่ต้องการพัฒนาในแต่ละด้าน จากนั้นแต่ละคนเลือกว่าต้องการตั้งเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใด ระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของตนเอง นักเรียนและเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้น ระบุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ เลือปัจจัยเงื่อนไขเพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและแผนการควบคุมอุปสรรคเป็นรายบุคคล ทั้งนี้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและแผนการพัฒนาของแต่ละคนไม่จำเป็นต้องเหมือนกัน ขณะเดียวกันในระหว่างการเข้ากลุ่ม ผู้ร่วมวิจัยจะมีการจดบันทึกทุกครั้ง (Diaries) จากนั้นแต่ละคนนำแผนพัฒนาไปปฏิบัติ พร้อมทั้งสังเกตและจดบันทึก เพื่อนำผลกลับมาสะท้อนในกลุ่มร่วมกัน โดยสังเกต สะท้อนผลจากกิจกรรม อะไรที่ทำสำเร็จ และไม่สำเร็จเพื่อนำไปปรับปรุง วางแผนและกำหนดกิจกรรมในวงรอบถัดไปจนกระทั่งเสร็จสิ้นทั้ง 4 วงรอบ ซึ่งในแต่ละวงรอบประกอบไปด้วย 3 ขั้นตอนคือ ขั้นวางแผน ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต และขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ

เมื่อดำเนินการวิจัยครบทั้ง 4 วงรอบแล้ว ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยเห็นสอดคล้องกันว่าเกิด แนวทางการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างชัดเจนและนำไปปฏิบัติได้จริง จากนั้นดำเนินการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ผู้วิจัยจึงจะทำการถอนตัวจากพื้นที่ แต่ยังคงทำหน้าที่สนับสนุนช่วยเหลือตามความเหมาะสม เพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยได้มีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อให้เกิดการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้อย่างยั่งยืนต่อไป

2. ขอบเขตด้านพื้นที่ดำเนินการวิจัย

พื้นที่ดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม คือ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย โดยผู้วิจัยทำการศึกษากับนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น รุ่นที่ 1

3. ขอบเขตผู้ร่วมวิจัย

การศึกษาในครั้งนี้ผู้ร่วมวิจัยคือ นักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ที่ได้รับทุนจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาในโครงการ ครูรัก(ษ์)ถิ่นรุ่นที่ 1 ที่สมัครใจเข้าร่วมวิจัย เป็นผู้ดำเนินการวิจัยตามวงรอบของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ตั้งแต่เริ่มต้นจนกระทั่งเสร็จสิ้นกระบวนการวิจัย

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **นักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา** หมายถึง นักศึกษาครูชั้นปีที่ 4 ในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่นรุ่นที่ 1 คณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ซึ่งในรายงานการศึกษาค้นคว้านี้เรียกว่าผู้ร่วมวิจัย

2. **รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง** หมายถึง กระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งซึ่งเป็นแนวปฏิบัติที่ดี โดยแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการและผลลัพธ์ของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก ทั้งในมิติด้านความคิดและการปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม เช่น การนำคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมาใช้ในการแก้ไขปัญหา และการดำเนินชีวิตให้มีความสุขทั้งในด้านการเรียนและการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

3. **การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม** หมายถึง กระบวนการวิจัยที่ใช้ในการสร้างและพัฒนากระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มุ่งเน้นการมีส่วนร่วมของผู้ร่วมวิจัยในทุกขั้นตอน ตั้งแต่การระบุเป้าหมายจนกระทั่งสิ้นสุดกระบวนการวิจัย ซึ่งมีขั้นตอนสำคัญในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ 1) **ขั้นวางแผน** ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยร่วมกันวิเคราะห์และกำหนดประเด็นในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยให้ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งรายบุคคล 2) **ขั้นการปฏิบัติและการสังเกต** ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนนำแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไปปฏิบัติเป็นรายบุคคล พร้อมทั้งสังเกตและจดบันทึกเพื่อนำไปสะท้อนในกลุ่มร่วมกัน และ 3) **ขั้นการสะท้อนผลการปฏิบัติ** ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติ และวางแผนการดำเนินกิจกรรมที่ต้องปรับปรุงในวงรอบถัดไป

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” มีวัตถุประสงค์การวิจัย 1) เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และ 2) เพื่อสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ผู้วิจัยได้นำเสนอเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามลำดับ ดังนี้

1. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

- 1.1 ความหมายของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา
- 1.2 ความเป็นมาของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา
- 1.3 จุดมุ่งหมายของโครงการ
- 1.4 คุณสมบัติและความแตกต่างของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาจากโครงการอื่น
- 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

- 2.1 ความหมายของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง
- 2.2 ความสำคัญของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง
- 2.3 องค์ประกอบของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง
- 2.4 การวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง
- 2.5 แนวทางการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง
- 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3. แนวคิดจิตวิทยาการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

- 3.1 แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง
- 3.1.1 ความหมายของการศึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง
- 3.1.2 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์
- 3.1.3 บทบาทและหน้าที่ของนักจิตวิทยาการศึกษา
- 3.1.4 เทคนิคการศึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง

- 3.2 แนวคิดเกี่ยวกับการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน
 - 3.2.1 ความหมายของการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน
 - 3.2.2 บทบาทและหน้าที่ของนักจิตวิทยาการศึกษา
 - 3.2.3 ขั้นตอนการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน
- 3.3 แนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม
 - 3.3.1 ความหมายของทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม
 - 3.3.2 แนวคิดหลักของทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม
 - 3.3.3 บทบาทและหน้าที่ของนักจิตวิทยาการศึกษา
 - 3.3.4 การประยุกต์ใช้ทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรมกับกลุ่มคนชายขอบ
- 4. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
 - 4.1 ความหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
 - 4.2 จุดมุ่งหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
 - 4.3 ลักษณะของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
 - 4.4 กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
 - 4.5 วิธีการศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
- 5. กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎี
- 6. กรอบแนวคิดการวิจัย

1. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

1.1 ความหมายของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

เนื่องจากนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา คือ ผู้ที่เข้าร่วมโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่นซึ่งเป็นโครงการเฉพาะที่สร้างโอกาสทางการศึกษาให้กับนักเรียนที่ครอบครัวยากจนพิเศษหรือฐานะยากจน เพื่อลดความเหลื่อมล้ำทางการศึกษาในชนบทพื้นที่ห่างไกล ดังนั้นจึงมีเพียงกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

ผู้รับทุนการศึกษาตามโครงการ หมายถึง นักเรียนยากจนที่ได้รับการคัดเลือกให้เป็นผู้รับทุนการศึกษาของกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาตามโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น เพื่อศึกษาต่อระดับปริญญาตรีในคณะครุศาสตร์หรือคณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาการประถมศึกษา หรือ การศึกษาปฐมวัย ในสถาบันการศึกษาเครือข่ายร่วมผลิตครูที่ได้รับการคัดเลือกตามเกณฑ์ประกาศของกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาทั้งนี้ความยากจนของนักเรียนพิจารณาได้

จากรายได้เฉลี่ยต่อคนไม่เกิน 3,000 บาทต่อเดือน หากสมาชิกในครัวเรือนมีรายได้ที่ได้รับจากสมาชิกที่ไปทำงานที่อื่นให้นับรวมด้วย นอกจากนี้กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาจะใช้เกณฑ์การคัดกรองผู้ขาดแคลนทุนทรัพย์จากระบบปัจจัยพื้นฐานนักเรียนยากจนของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (Proxy Mean Test: PMT) มาประกอบการพิจารณาผู้ที่จะเข้าเกณฑ์การรับทุนร่วมด้วย (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563, 2564, 2565)

ดังนั้นสรุปได้ว่า นักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา หมายถึง นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในชนบทพื้นที่ห่างไกล ครอบครัวมีฐานะยากจนตามเกณฑ์ประกาศของกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาได้รับการคัดเลือกให้เข้าศึกษาต่อในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น เพื่อเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต หรือศึกษาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการประถมศึกษาหรือสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาที่เป็นเครือข่ายร่วมผลิตและพัฒนาครูที่ได้รับการคัดเลือกจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา

1.2 ความเป็นมาของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

จากข้อมูลคณะวิจัยธนาคารโลกและข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน พบว่าในประเทศไทยมีโรงเรียนที่อยู่ห่างไกลประมาณ 2,000 โรงเรียนที่ไม่สามารถรวบรวมได้ เนื่องจากโรงเรียนตั้งอยู่ในพื้นที่อยู่ห่างไกลทั้งตามแนวชายขอบ บนเกาะแก่งและบนพื้นที่สูง อีกทั้งยังพบว่า ปัญหาที่โรงเรียนตั้งอยู่ในพื้นที่ห่างไกลคือ ครูโดยส่วนใหญ่ไม่ใช่คนในท้องถิ่นจึงทำให้ครูขอย้ายบ่อย ทำให้เกิดปัญหาไม่มีครูมาทดแทน อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อการจัดการเรียนการสอนตามมาคือ มีครูไม่ครบชั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งครูที่สอนในระดับชั้นประถมศึกษา

จากเหตุผลดังกล่าวนี้จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องได้รับการดูแลเพื่อให้โรงเรียนสามารถอยู่ต่อไปได้ (Protected School หรือ Standalone) ดังนั้นกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาจึงได้จัดทำโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่นขึ้น โดยความร่วมมือกับ 5 หน่วยงาน ประกอบด้วย กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม กระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา และสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา เพื่อสร้างโอกาสทางการศึกษาให้นักเรียนในชนบทพื้นที่ห่างไกล ซึ่งเป็นผู้ที่ครอบครัวมีฐานะยากจนที่สุดร้อยละ 20 แรกของประเทศไทยมีผลการเรียนอยู่ในเกณฑ์ดี มีจิตวิญญาณความเป็นครู ได้เข้าถึงการศึกษาที่มีคุณภาพ (Learning access and learning outcome) โดยได้เข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาตรีในคณะครุศาสตร์หรือคณะศึกษาศาสตร์ ภายในระยะเวลา 4 ปี มีทักษะความพร้อมสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

และได้กลับไปบวรจุเป็นครูรุ่นใหม่ในโรงเรียนชนบทพื้นที่ห่างไกลซึ่งเป็นภูมิลำเนาของตน เพื่อกลับไปพัฒนาคุณภาพโรงเรียนของชุมชน ทั้งการพัฒนาต้นแบบส่งเสริมคุณภาพครูในด้านการจัดการเรียนการสอนในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในพื้นที่ห่างไกลตามพื้นฐานและศักยภาพที่แตกต่างกันระหว่างบุคคล รวมทั้งการวิจัยในการผลิตและพัฒนาครูให้มีคุณภาพ (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563, 2565)

อนึ่งเป้าหมายที่สำคัญของโครงการนี้จะช่วยแก้ปัญหาจำนวนครูโยกย้ายบ่อยและครูไม่ครบชั้น และยังเป็นการยกระดับคุณภาพการศึกษาของประเทศทั้งระบบ โดยร่วมดำเนินงานกับสถาบันการผลิตและพัฒนาครูในคณะครุศาสตร์และคณะศึกษาศาสตร์ที่ผ่านการคัดเลือกในลักษณะของเครือข่ายร่วมพัฒนา มุ่งผลิตครูที่มีคุณภาพสอดคล้องกับบริบทของโรงเรียนและชุมชนในพื้นที่ห่างไกล กล่าวคือ การสนับสนุนให้สถาบันการผลิตและพัฒนาครูได้ออกแบบระบบการจัดการเรียนรู้ใหม่ เพื่อให้มีความพร้อมต่อการจัดการเรียนการสอน กิจกรรมส่งเสริมความเป็นครู และปรับบทบาทของครูในอนาคตนำไปสู่การเพิ่มประสิทธิภาพการบริหารจัดการศึกษาในการผลิตและพัฒนาครูได้สอดคล้องกับบริบทและความต้องการของชุมชนในแต่ละพื้นที่อย่างแท้จริง รวมทั้งครูเหล่านี้จะกลับไปเพิ่มโอกาสให้กับนักเรียนในชุมชนต่อไปอันจะนำไปสู่การลดความเหลื่อมล้ำทางการศึกษาในพื้นที่ห่างไกลได้อย่างยั่งยืน อีกทั้งโครงการนี้มีเป้าหมายในการผลิตนักศึกษา จำนวน 5 รุ่น ปีละประมาณ 300 คน ภายในระยะเวลา 10 ปี จะทำให้มีครูเพียงพอต่อความต้องการของโรงเรียนขนาดเล็ก ที่อยู่ในชนบทพื้นที่ห่างไกลกว่า 2,000 แห่งทั่วประเทศ (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563, 2564, 2565)

1.3 จุดมุ่งหมายของโครงการ

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาดำเนินโครงการเพื่อจุดมุ่งหมายดังต่อไปนี้ (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563, 2564, 2565)

1.3.1 เพื่อสนับสนุนให้เกิดการผลิตและพัฒนาครูรุ่นใหม่ที่มีคุณลักษณะตรงกับยุทธศาสตร์การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์และบรรจุครูในพื้นที่ได้สอดคล้องกับความต้องการของโรงเรียนในชุมชนพื้นที่ห่างไกล จำนวน 5 รุ่น ๆ ละ 300 คน รวม 1,500 คน

1.3.2 เพื่อประสานให้เกิดความร่วมมือในการทำงานร่วมกันของหน่วยงานหลักในการผลิตและพัฒนาครูกับหน่วยงานที่ใช้ครู ตั้งแต่กระบวนการคัดเลือก การจัดการเรียนการสอน กิจกรรมการพัฒนาทักษะวิชาชีพครู และการฝึกปฏิบัติงานในโรงเรียนและชุมชนตั้งแต่ต้นทางไปพร้อมกัน

1.3.3 เพื่อปรับระบบการผลิตและพัฒนาครูให้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและสร้างเครือข่ายการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสถาบันและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมถึงการปรับกิจกรรมสร้างเสริมทักษะวิชาชีพและทักษะที่จำเป็นให้ตรงกับลักษณะงาน มีความสอดคล้องกับบริบทของโรงเรียนและชุมชนในพื้นที่ห่างไกล

1.3.4 เพื่อบูรณาการให้เกิดความร่วมมือในการทำงานร่วมกันของหน่วยงานหลักในการผลิตและพัฒนาครูกับหน่วยงานที่ครูใช้ ตั้งแต่กระบวนการคัดเลือก การจัดการเรียนการสอน กิจกรรมการพัฒนาทักษะวิชาชีพครู และการฝึกปฏิบัติงานในโรงเรียนและชุมชนตั้งแต่ต้นทางไปพร้อมกัน

1.3.5 เพื่อให้ได้ต้นแบบหรือนวัตกรรมการทำงานร่วมกันของหน่วยงานหลักในการผลิตและพัฒนาครูกับหน่วยงานที่ใช้ครู ตั้งแต่กระบวนการคัดเลือกผู้รับทุน การจัดการเรียนการสอน กิจกรรมการพัฒนาทักษะวิชาชีพครู และการฝึกปฏิบัติงานในโรงเรียนและชุมชนตั้งแต่ต้นทางไปพร้อมกัน

1.3.6 เพื่อปรับระบบการผลิตและพัฒนาครูให้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องเกิดเครือข่ายการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันระหว่างสถาบันและหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมถึงการพัฒนากิจกรรมสร้างเสริมที่จำเป็นให้ตรงกับลักษณะงาน มีความสอดคล้องกับบริบทของโรงเรียนและชุมชนในพื้นที่ห่างไกล

1.3.7 เพื่อศึกษาวิจัยและพัฒนาระบบการผลิตและพัฒนาครูอย่างต่อเนื่องและสร้างเครือข่ายการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสถาบันและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมถึงการปรับกิจกรรมสร้างเสริมทักษะที่จำเป็นให้ตรงกับลักษณะงาน มีความสอดคล้องกับบริบทของโรงเรียนและชุมชนในพื้นที่ห่างไกล

1.3.8 เพื่อนำผลการวิจัย ต้นแบบ นวัตกรรมและองค์ความรู้ที่ได้รับจากโครงการส่งต่อไปยังหน่วยงานผู้รับผิดชอบหลักหรือมีการขับเคลื่อนเชิงนโยบายและนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงระบบการผลิตและพัฒนาครู

1.4 คุณสมบัติและความแตกต่างของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาจากโครงการอื่น

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาได้ประกาศคุณสมบัติผู้ที่จะเข้ารับการทุน ไว้ดังนี้ (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563, 2564, 2565)

1.4.1 เป็นผู้ที่มีฐานะยากจนตามประกาศ ทั้งนี้ความยากจนของนักเรียนพิจารณาได้จากรายได้เฉลี่ยต่อคนไม่เกิน 3,000 บาทต่อเดือน หากสมาชิกในครัวเรือนมีรายได้ที่ได้รับจากสมาชิกที่ไปทำงานที่อื่นให้นับรวมด้วย

1.4.2 มีสัญชาติไทย

1.4.3 กำลังศึกษาต่อระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 หรือเทียบเท่าในปีการศึกษาสุดท้าย

1.4.4 บิดา หรือมารดา หรือผู้ปกครอง และผู้ขอรับทุน เป็นผู้มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตตำบลที่เป็นที่ตั้งของโรงเรียนพื้นที่ห่างไกลที่ผู้รับทุนจะไปบรรจุและปฏิบัติงานหลังสำเร็จการศึกษา ไม่น้อยกว่า 3 ปีติดต่อกันจนถึงวันสมัคร

1.4.5 ผู้สมัครต้องมีเกรดเฉลี่ยสะสม 5 ภาคการศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ไม่ต่ำกว่า 2.50

1.4.6 เป็นผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่อวิชาชีพครู และมีความประสงค์จะเป็นครูในชนบทพื้นที่ห่างไกล ซึ่งเป็นท้องถิ่นของตน

1.4.7 เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการทำกิจกรรมเพื่อส่วนรวม

1.4.8 เป็นผู้ที่มีความประพฤติดีและไม่ส่อว่าจะเป็นอุปสรรคต่อการศึกษาในระหว่างรับทุน

1.4.9 ไม่เป็นผู้ที่มีความประพฤติเสื่อมเสียหรือบกพร่องในศีลธรรมอันดีงาม และไม่มีประวัติยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด

ทั้งนี้ในกรณีที่ไม่มีผู้สมัคร มีภูมิลำเนาอยู่ในตำบลโรงเรียนปลายทางที่จะไปบรรจุหลังจบการศึกษา ให้เลือกจากผู้สมัครที่อยู่ในเขตตำบลใกล้เคียงแทนตามดุลยพินิจของผู้ให้ทุนเป็นผู้ชี้ขาด

นอกจากนี้นักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา มีความแตกต่างจากนักศึกษาที่ได้รับทุนในโครงการอื่น เช่น ทุนครูทายาท ทุนโครงการจุฬา-ชนบท และโครงการเพชรในตมหลายประการ ได้แก่ 1) เป็นผู้ที่มีมาจากครอบครัวฐานะยากจนพิเศษในชนบทพื้นที่ห่างไกล 2) เกรดเฉลี่ยสมัครเข้าร่วมโครงการใช้เกณฑ์ที่ไม่สูงเท่าโครงการอื่น ๆ เนื่องจากต้องการเปิดโอกาสให้ผู้ที่มีใจรักในการเป็นครูได้มีโอกาสเข้ามาศึกษาต่อเพื่อลดความเหลื่อมล้ำทางการศึกษา ทั้งนี้จากประสบการณ์ของผู้วิจัยที่ทำหน้าที่เป็นคณะกรรมการในโครงการนี้พบว่า ส่วนใหญ่ผู้สมัครเข้าร่วมโครงการมีเกรดเฉลี่ยไม่สูงมากนัก ซึ่งส่งผลต่อบุคลิกภาพทำให้ขาดความมั่นใจในตนเองทั้งความรู้ด้านวิชาการและความสามารถ อีกทั้งมีความกังวลว่าการเรียนยากและจะทำให้ไม่สามารถจบการศึกษาได้ 3) นักศึกษาได้รับทุนสนับสนุนการศึกษา และค่าใช้จ่ายส่วนตัว ซึ่งปัญหาที่พบคือ

บางคนส่งเงินให้กับครอบครัวไว้ใช้จ่ายและใช้หนี้ให้กับผู้ปกครอง จนบางครั้งไม่เหลือเงินให้ตนเองได้ใช้จ่ายส่วนตัวทำให้เกิดความเครียดตามมา 4) นักศึกษาต้องเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ (Enrichment program) พัฒนาศักยภาพผู้รับทุนในทุกภาคเรียน เพื่อบ่มเพาะความรู้ทั้งทางด้านวิชาการและวิชาชีพในการเป็นครูผู้พัฒนานักเรียนและพัฒนาชุมชนในชนบทพื้นที่ห่างไกล ส่งผลให้มีเวลาพักผ่อนน้อย เนื่องจากจะมีการอบรมในช่วงหลังเลิกเรียน วันเสาร์-อาทิตย์ และช่วงปิดภาคเรียน 5) ต้องลงพื้นที่ทำกิจกรรมพัฒนาชุมชนและโรงเรียน 6) ฝึกปฏิบัติการสอนระหว่างเรียน ในโรงเรียนปลายทางที่จะไปบรรจุหลังจบการศึกษา อย่างไรก็ตามแม้ว่าโรงเรียนและชุมชนดังกล่าวจะเป็นภูมิลำเนาของตน แต่ก็ยังพบว่า มีปัญหาการปรับตัวในการทำงานร่วมกับโรงเรียนและชุมชน 7) หากยุติการเรียน หรือเรียนไม่จบตามหลักสูตรกำหนด หรือในกรณีที่เมื่อสำเร็จการศึกษาแล้วไม่ไปปฏิบัติหน้าที่ครูครบตามกำหนดระยะเวลา 6 ปี โดยไม่มีเหตุผลอันสมควร ผู้รับทุนต้องชดใช้เงินทุนการศึกษาตามจำนวนที่รับไปทั้งหมด โดยปรับลดลงตามระยะเวลาที่ปฏิบัติราชการไปแล้ว ทั้งนี้กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาจะกำหนดเงื่อนไขในสัญญาผู้รับทุนต่อไป จึงส่งผลให้เขาเกิดความเครียดในระหว่างเรียนกลัวว่าจะเรียนไม่จบและเป็นภาระครอบครัว เนื่องจากผู้ปกครองมีฐานะยากจนไม่สามารถหาเงินมาใช้คืนได้ และ 8) เมื่อจบการศึกษาจะต้องไปบรรจุในโรงเรียนปลายทางที่เป็นภูมิลำเนาของตนโดยไม่มีการย้ายเป็นระยะเวลา 6 ปี และจะต้องเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาตนเองเพื่อไปเป็นครูนักพัฒนาชุมชนได้อย่างยั่งยืน โดยมีสถาบันร่วมผลิตครูและกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาได้ติดตามการดำเนินงานรวมระยะเวลาทั้งสิ้น 10 ปี (กระทรวงศึกษาธิการ, 2566; กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563; จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2566; มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, 2564)

1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องยังไม่พบ การศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในกลุ่มนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา ซึ่งการศึกษาในประเทศพบ จำนวน 3 เรื่อง ที่ศึกษาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาช่วยเหลือดูแลนักศึกษาที่จะได้รับทุนการเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียน และการพัฒนาหลักสูตรอบรมระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิตของนักศึกษาผู้รับทุน ประกอบด้วยการศึกษาของ พิรธ บุนยรัตพันธุ์ et al. (2564) ศึกษารูปแบบการให้คำปรึกษาช่วยเหลือดูแลนักศึกษาที่จะได้รับทุนของกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาในระดับปริญญาตรี 1) เพื่อศึกษาคุณลักษณะความเป็นครูอันพึงประสงค์ในศตวรรษที่ 21 ที่จำเป็นในการพัฒนาขีดความสามารถหลักของนักศึกษาที่จะได้รับทุน

2) เพื่อศึกษาแนวทางการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหา อุปสรรคและปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จและความไม่สำเร็จของรูปแบบการให้คำปรึกษาช่วยเหลือดูแลนักศึกษาผลิตบัณฑิตครูที่ผ่านมา

3) เพื่อศึกษาถอดบทเรียนต้นแบบที่ดีรูปแบบการให้คำปรึกษา และ 4) เพื่อศึกษาการสร้างชุดความรู้และแนวทางการนำไปใช้รูปแบบการให้คำปรึกษา ผู้ให้ข้อมูล แบ่งเป็น 5 กลุ่ม คือ 1) ผู้บริหารในสถาบันอุดมศึกษาที่ผลิตบัณฑิตครู 2) อาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์ผู้สอนในสถาบันอุดมศึกษาที่ผลิตครู 3) หัวหน้างานกิจการนักศึกษา เจ้าหน้าที่หอพัก 4) ผู้รู้/ผู้เชี่ยวชาญ และ 5) นิสิตหรือนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาที่ผลิตบัณฑิตครู โดยใช้การวิจัยทางพฤติกรรมและสังคมศาสตร์ ผลการวิจัยพบว่า 1) สมรรถนะ ได้แก่สมรรถนะที่ 1 รักในวิชาชีพครู สมรรถนะที่ 2 คือ รอบรู้เชี่ยวชาญ และสมรรถนะที่ 3 คือ สืบสานท้องถิ่น 2) แนวทางการให้คำปรึกษา ประกอบด้วย ส่งเสริมและพัฒนานักศึกษา การเป็นที่ปรึกษาทางวิชาการ การแนะแนวการศึกษา และสังคม การสื่อสารกับผู้ปกครอง ที่พักนักศึกษา และเพิ่มสมรรถนะขีดความสามารถของนักศึกษา 3) บทเรียนต้นแบบที่ดีรูปแบบการให้คำปรึกษา พบว่า บทเรียนที่ได้จากการศึกษาองค์ความรู้ จำนวน 6 บทเรียน และ 4) ชุดความรู้และแนวทางการใช้รูปแบบการให้คำปรึกษาพบว่ามีชุดความรู้ จำนวน 6 ชุด และการศึกษาของ ยุทธนา พันธุ์มี et al. (2565) ทำการศึกษากิจกรรมกลุ่มการให้คำปรึกษาเชิงสติเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียนของนักศึกษาครูรัก(ษ์)ถิ่น เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียนของนักศึกษาครูรัก(ษ์)ถิ่น โดยการเปรียบเทียบก่อนและหลังทดลองของกลุ่มตัวอย่างภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการให้คำปรึกษาเชิงสติ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาทุนโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น สาขาวิชาการประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร โดยใช้การวิจัยกึ่งทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มการให้คำปรึกษาเชิงสติเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียน กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนั้นยังมีการศึกษาของ Kaewsawang et al. (2022) ได้ศึกษาการพัฒนาหลักสูตรอบรมระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาทุน: กรณีศึกษาทุนครูรัก(ษ์)ถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง 1) เพื่อศึกษาปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตรฝึกอบรมระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาทุนครูรัก(ษ์)ถิ่น และ 2) เพื่อพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมฐานสมรรถนะระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาทุนครูรัก(ษ์)ถิ่น ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว หัวหน้าโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น และอาจารย์ด้านจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวจากมหาวิทยาลัยราชภัฏที่ทำงานร่วมกับโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตรอบรมระยะสั้นด้านจิตใจมี 5 ด้าน ได้แก่ 1) สุขภาวะทางจิต 2) ความรู้ของตนเอง

(Knowledge of self) 3) การจัดการกับความเครียด 4) การปรับเปลี่ยนทางความคิด (Cognitive behavior modification) และ 5) ความตั้งใจจริงและความมีวินัยในตนเองที่นำไปสู่ความสำเร็จ (Willpower) นอกจากนั้นในส่วนความจำเป็นของทักษะชีวิตมี 5 ด้าน ได้แก่ 1) วิกฤตทางการเงิน (Financial crisis) 2) ความสัมพันธ์กับเพื่อน (Friendship issues) 3) ความล้มเหลว (Failure) 4) ความกดดันทางอาชีพ (Career pressure) และ 5) การปฏิบัติที่ไม่เป็นธรรม (Unfair treatment) ซึ่งหลักสูตรการฝึกอบรมระยะสั้นด้านจิตวิทยาที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยด้านจิตใจ 4 สมรรถนะ ได้แก่ 1) ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง 2) การใช้ทักษะจิตวิทยาเชิงบวกในชีวิตประจำวัน 3) ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียดและเทคนิคการปรับเปลี่ยนทางความคิด และ 4) การเพิ่มความตั้งใจจริงและความมีวินัยในตนเองที่นำไปสู่ความสำเร็จและการควบคุมตนเอง ส่วนหลักสูตรฝึกอบรมด้านทักษะชีวิตประกอบไปด้วยทักษะชีวิต 5 ทักษะ ได้แก่ 1) การเงิน 2) ทักษะการเป็นผู้นำและการแก้ไขปัญหาาร่วมกัน 3) การคิดอย่างมีวิจารณญาณและการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ และ 4) การรู้เท่าทันการกลั่นแกล้งในโลกไซเบอร์ ส่วนผลของหลักสูตรฝึกอบรมระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด

ในขณะที่เดียวกันพบการศึกษาในประเทศที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษา ได้แก่ การศึกษาประสบการณ์ด้านจิตใจของนักศึกษาที่ยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา คือ นิสิตรุ่นโครงการจุฬา-ชนบท เช่น การศึกษาของ จริยา ศรีวิจารณ์ et al. (2556) ทำการศึกษาประสบการณ์ด้านจิตใจของนักศึกษาที่ยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือ นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีฐานะทางครอบครัวยากจนที่มาจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ พบประเด็นหลัก ได้แก่ 1) การเผชิญความยากลำบากในชีวิต 2) การมีความรู้สึกสุขระคนทุกข์เมื่อได้รับทุนการศึกษา 3) การปรับตัวในสังคมใหม่ 4) การมีพื้นที่ที่ดีและภูมิใจสำคัญในการปรับตัว และ 5) การมีจุดหมายในชีวิตและยังมีการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาทุนพยาบาลชุมชน เช่น การศึกษาของ เสาวลักษณ์ แยมศรี et al. (2557) ได้ทำการศึกษาความสามารถทางการเรียน คุณลักษณะนักศึกษาพยาบาลที่พึงประสงค์และภาพชีวิตอนาคตของนักศึกษาทุนพยาบาลชุมชนและนักศึกษาที่ไม่สังกัดทุนพยาบาลชุมชน กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 2-4 คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยบัณฑิตเอเซีย โดยใช้การวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive Research) ผลการวิจัย 1) ความสามารถทางการเรียนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มอยู่ในระดับเดียวกัน คือ ระดับค่อนข้างดี โดยนักศึกษาทุนพยาบาลชุมชนมีค่าเฉลี่ยความสามารถทางการเรียนสูงกว่านักศึกษาที่ไม่สังกัดทุนพยาบาลชุมชน 2) คุณลักษณะนักศึกษาพยาบาลที่พึงประสงค์พบว่า ค่าเฉลี่ยรวมของคุณลักษณะนักศึกษาพยาบาลที่

พึงประสงค์ทั้งสองกลุ่มอยู่ในระดับดี 3) ส่วนภาพชีวิตอนาคตของนักศึกษาทุนพยาบาลชุมชน คือ การเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ เป็นพยาบาลที่ดีของชุมชนและกลับไปทำงานที่บ้านนำคำสอน ตัวอย่างดี ๆ และอัตลักษณ์ของสถาบันด้านจิตอาสา ภาวะผู้นำ นอบน้อมถ่อมตน และความอดทนไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ครอบครัว และชุมชน 4) ภาพชีวิตอนาคตของนักศึกษาที่ไม่สังกัดทุน คือ การเป็นลูกที่ดีเป็นพยาบาลที่ดีของชุมชน มีฐานะมั่นคง และเลี้ยงดูครอบครัวให้มีความสุข

นอกจากนั้นยังพบการศึกษากับนักศึกษาคูในโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น การศึกษาเกี่ยวกับการประเมินโครงการพัฒนาครู ทำการศึกษาสมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียนของ นักศึกษาคูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น และการศึกษาเปรียบเทียบระดับจิตวิญญาณความเป็นครู ได้แก่ การศึกษาของ ชวนคิด มะเสนา และ คนอื่น ๆ (2564) ศึกษาการประเมินโครงการพัฒนาครูตาม โครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่นโดยประยุกต์ใช้รูปแบบ CIPP Model กรณีศึกษานักศึกษา ชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี 1) เพื่อประเมินการดำเนินงานโครงการ พัฒนาครูตามโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น 2) เพื่อศึกษาปัญหาและข้อเสนอแนะการ ดำเนินการโครงการพัฒนาครูตามโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษา ชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี โดยใช้รูปแบบ CIPP Model ผลการวิจัยพบว่า ผลการประเมินโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านสภาวะแวดล้อม ปัจจัยเบื้องต้น กระบวนการ และผลผลิต ส่วนปัญหาและข้อเสนอแนะ ในการดำเนินงานได้แก่ 1) ด้านสภาวะแวดล้อม พบว่าการจัดกิจกรรมกระชั้นชิดเกินไปควร วางแผนให้นักศึกษาล่วงหน้า และควรจัดกิจกรรมในช่วงเปิดภาคเรียนใหม่ 2) ด้านปัจจัยเบื้องต้น พบว่ามีการจัดกลุ่มให้นักศึกษาสาขาเดียวกันมากเกินไปทำให้ไม่มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่ หลากหลาย 3) ด้านกระบวนการ พบว่ารูปแบบกิจกรรมมีความซ้ำซ้อนกันส่งผลให้นักศึกษาไม่เกิด ความสนใจ ควรมีการกำหนดกิจกรรมและระยะเวลาให้ชัดเจน และ 4) ด้านผลผลิต พบว่า ระยะเวลาในการเรียนรู้กับวิทยากรที่เป็นครูดีเด่นสั้นเกินไป ควรมีการเพิ่มระยะเวลาในการ แลกเปลี่ยนเรียนรู้มากขึ้น และการศึกษาของ โรชวรรณา เชพโหมลาม และคนอื่น ๆ (2565) ทำการศึกษาสมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียนของนักศึกษาคูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น 1) เพื่อศึกษา สมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียนของนักศึกษาคูเพื่อพัฒนาท้องถิ่นด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติ และ 2) เพื่อศึกษาข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับสมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียนของนักศึกษาคูเพื่อพัฒนา ท้องถิ่น กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาคูเพื่อพัฒนาท้องถิ่นชั้นปีที่ 4 จากทุกหลักสูตรของ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา โดยใช้การวิจัยแบบผานวิธี ผลการวิจัยพบว่า 1) สมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียนด้านความรู้ผ่านเกณฑ์ สมรรถนะการวิจัยด้านทักษะของ

กลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับมาก และด้านเจตคติของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับมาก และ 2) กลุ่มตัวอย่างมีความสนใจใฝ่รู้ มีความสุขที่ได้พัฒนางานวิจัยในชั้นเรียนส่งผลให้ผู้เรียนได้พัฒนาการเรียนรู้ มีความกระตือรือร้น มุ่งมั่นตั้งใจ อดทน รับผิดชอบในการวิจัยในชั้นเรียน เชื่อมมั่นในสิ่งที่ตนเองค้นพบและพัฒนาผู้เรียน รวมทั้งการศึกษาของ (ภาวิดา มหาวงศ์ et al., 2563) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูในโครงการการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต เพื่อเปรียบเทียบระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูในโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต ประจำปีและรายด้านกลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาวิชาชีพครูในโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต โดยใช้การวิจัยเชิงสำรวจ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างชั้นปีที่ 2-5 มีระดับจิตวิญญาณความเป็นครูโดยรวมทุกด้านสูงสุดไม่แตกต่างกัน โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 นักศึกษาชั้นปีที่ 4 และนักศึกษาชั้นปีที่ 5 ตามลำดับ ซึ่งระดับจิตวิญญาณความเป็นครูด้านที่เกิดกับวิชาชีพครู มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ด้านที่เกิดกับผู้เรียน ด้านที่เกิดกับตนเอง ตามลำดับ และผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับจิตวิญญาณความเป็นครูจำแนกตามชั้นปีและรายด้านพบว่า ระดับจิตวิญญาณความเป็นครูจำแนกตามชั้นปีและรายด้าน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อีกทั้งยังพบการศึกษาในกลุ่มผู้รับทุนอื่น ๆ ในประเทศทั้งนักศึกษาทุนจากบริษัทไทย การไฟฟ้า และครูนักเรียนทุนรัฐบาล เช่น วิจิต ทองประเสริฐ et al. (2561) ได้ศึกษาการพัฒนาความคิดเชิงนวัตกรรมด้วยการบูรณาการการออกแบบโครงการและแผนผังความคิดสำหรับนักศึกษาทุนจากบริษัทไทยการไฟฟ้า จำกัด เพื่อศึกษาระดับความคิดเชิงนวัตกรรม และเปรียบเทียบความคิดเชิงนวัตกรรม กลุ่มตัวอย่างคือ นิสิตนักศึกษาระดับอุดมศึกษาหรือเทียบเท่าที่ได้รับทุนจากโครงการทุนการศึกษาของบริษัทไทยการไฟฟ้า จำกัด ในสถาบันอุดมศึกษาทั่วประเทศ โดยใช้การวิจัยทดลองเบื้องต้น (One Shot Case Design) ผลการวิจัยพบว่า ความคิดเชิงนวัตกรรมของนักเรียนทุนอยู่ในระดับมาก นอกจากนั้นผลการเปรียบเทียบนวัตกรรมพบว่า ความคิดเชิงนวัตกรรมจำแนกตามเพศ กลุ่มสาขาวิชา และระดับความรู้ มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของ มนต์รี แยมกลีกร et al. (2559) ได้ศึกษาการเตรียมความพร้อมครูนักเรียนทุนรัฐบาลก่อนเริ่มต้นปฏิบัติหน้าที่ครูของประเทศไทย เพื่อพัฒนาหลักสูตรเตรียมความพร้อมครูนักเรียนทุนรัฐบาลด้วยหลักสูตรที่สร้างขึ้น และประเมินผลการพัฒนาความพร้อมของครูนักเรียนทุนรัฐบาล กลุ่มตัวอย่างคือ ครูนักเรียนทุนรัฐบาลที่ผ่านประสบการณ์การ

เตรียมความพร้อมมาก่อนและมีประสบการณ์จากการปฏิบัติหน้าที่ในโรงเรียนไม่น้อยกว่า 2 ปี โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ผลการประเมินความพร้อมพบว่า ครูนักเรียนทุนรัฐบาลมีความพึงพอใจต่อการได้รับการเตรียมความพร้อมก่อนปฏิบัติหน้าที่ระดับมาก อีกทั้งมีพบข้อค้นพบที่สำคัญคือ ประสบการณ์ที่สถาบันผลิตครูจัดให้กับนักศึกษาไม่สอดคล้องกับภาระงานของครูในโรงเรียน แม้ว่าหลักสูตรจะมีการเตรียมความพร้อมให้กับครูนักเรียนทุนรัฐบาลแล้วก็ตาม ก็ยังไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติหน้าที่ในโรงเรียน

ขณะเดียวกันการศึกษาในต่างประเทศพบว่า มีกลุ่มประชากรที่ใกล้เคียงกับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาที่เป็นนักเรียน นักศึกษาที่ด้อยโอกาสทางการศึกษา ได้แก่ การศึกษาในกลุ่มเยาวชนผู้รับทุนที่เป็นกลุ่มเปราะบางและด้อยโอกาสในประเทศแอฟริกา นักศึกษาทุนที่มาจากครอบครัวยากจนในประเทศอินเดีย และอดีตนักเรียนที่มาจากชุมชนด้อยโอกาสที่ได้รับทุนเข้าศึกษาต่อในโรงเรียนมัธยมศึกษาสำหรับเด็กที่มีความสามารถพิเศษในแอฟริกาใต้ นักเรียนด้อยโอกาสทางเศรษฐกิจและสังคม และนักศึกษาที่ด้อยโอกาสทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม ซึ่งคุณสมบัติและเงื่อนไขในการรับทุนมีความแตกต่างกับกลุ่มประชากรที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษา ได้แก่ การศึกษาของ Cosentino et al. (2019) ได้ศึกษาทุนการศึกษาสามารถทำให้เข้าถึงการศึกษาในมหาวิทยาลัยที่มีคุณภาพสูงอย่างเท่าเทียมกันได้หรือไม่ หลักฐานจากทุน The Mastercard Foundation Scholars Program 1) เพื่อประเมินผลของกองทุนต่อการเข้าถึงการศึกษาต่อในระดับปริญญาตรี 2) เพื่อศึกษาผลหลังการรับทุนของศิษย์เก่า กลุ่มตัวอย่างคือ เยาวชนผู้รับทุนที่เป็นกลุ่มเปราะบางและด้อยโอกาสในประเทศแอฟริกา โดยใช้การวิจัยเชิงสำรวจ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ได้รับทุนมีส่วนร่วมในชุมชน มีภาวะผู้นำและจิตอาสาในระหว่างที่ศึกษาในระดับชั้นมัธยม นอกจากนี้ยังพบว่า การได้รับทุนส่งผลต่อการเข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาตรีทั้งในและต่างประเทศเพิ่มมากขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าทุนสามารถส่งเสริมการเข้าถึงการศึกษาให้กับเยาวชนได้อย่างเท่าเทียม และการศึกษาของ Bedi et al. (2020) ได้ทำการศึกษาสัญญาอัจฉริยะที่ได้รับการพัฒนาขึ้นเพื่อทดสอบการทำงานที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาระบบสัญญาอัจฉริยะสำหรับนักศึกษาทุนที่มาจากครอบครัวยากจนในประเทศอินเดีย กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาทุนที่มาจากครอบครัวยากจนในประเทศอินเดีย โดยใช้การวิจัยเชิงทดลอง ผลการวิจัยพบว่า สัญญาอัจฉริยะบนบล็อกเชน (Blockchain based smart contract) ช่วยแก้ไขปัญหาเพื่อให้เกิดความโปร่งใสมากขึ้นทั้งในด้านการตรวจสอบใบสมัครย้อนหลังที่สูญหายระหว่างการเดินทางไปรษณีย์ การขาดความโปร่งใสของคณะกรรมการ และการตรวจสอบบัญชีธนาคารของนักศึกษาทุน อีกทั้งพบการศึกษาของ Feldman and Wallace (2021) ทำการศึกษาคุณค่าและ

ประโยชน์: การสะท้อนเรื่องราวของนักเรียนทุนที่เข้าเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษาสำหรับเด็กที่มีความสามารถพิเศษ (Elite secondary school) เพื่อศึกษาประสบการณ์ของนักเรียนที่มาจากชุมชนด้อยโอกาสที่ได้รับทุนศึกษาต่อในโรงเรียนมัธยมศึกษาสำหรับเด็กที่มีความสามารถพิเศษ กลุ่มตัวอย่างคือ อดีตนักเรียนที่มาจากชุมชนด้อยโอกาสที่ได้รับทุนเข้าศึกษาต่อในโรงเรียนมัธยมศึกษาสำหรับเด็กที่มีความสามารถพิเศษในแอฟริกาใต้ โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนทุนโดยส่วนใหญ่ถือว่าเป็นโอกาสที่ดีที่ได้เข้าศึกษาต่อในโรงเรียนมัธยมศึกษาสำหรับเด็กที่มีความสามารถพิเศษทำให้ได้รับโอกาสศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาและการทำงานในอนาคต ในขณะเดียวกันบางคนก็อธิบายว่าการรับทุนส่งผลกระทบต่อตนเอง เช่น การปรับตัวเข้ากับบริบทของโรงเรียน อีกทั้งยังพบการศึกษาของ Cockerill et al. (2021) ได้ทำการศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงสำหรับนักเรียนด้อยโอกาสทางเศรษฐกิจและสังคม: ตัวอย่างรูปแบบการศึกษาเท่าเทียมในโรงเรียน 5 เขตพื้นที่ของอังกฤษ เพื่อทำความเข้าใจคุณลักษณะทั่วไปในโรงเรียนที่ประสบความสำเร็จ กลุ่มตัวอย่างคือ โรงเรียนประถมศึกษา 5 เขตพื้นที่ของอังกฤษ โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการวิจัยพบว่า โรงเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดใช้ตัวขับเคลื่อนสำคัญ 7 ตัวในการพัฒนาการเรียนรู้และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่ด้อยโอกาส ได้แก่ 1) กลยุทธ์ขับเคลื่อนโรงเรียนที่เท่าเทียมกัน 2) โรงเรียนดำเนินการประสานงานกับทุกกลุ่มทั้งเด็กและผู้ใหญ่อย่างเท่าเทียม 3) มีการติดตามนักเรียนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการไม่สำเร็จการศึกษาได้อย่างรวดเร็ว 4) โรงเรียนมีการอบรมพัฒนาทางวิชาชีพครูให้มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน และมุ่งมั่นในการพัฒนางานวิจัย 5) ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายในโรงเรียนต้องมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่ในการยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน 6) ครูได้รับการสนับสนุนให้สร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ และค้นหาวิธีการใหม่ ๆ เพื่อส่งเสริมนักเรียนอย่างต่อเนื่อง 7) โรงเรียนให้ความสำคัญกับการสร้างความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง โดยการให้ผู้ปกครองได้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของนักเรียนทั้งทางด้านวิชาการและพฤติกรรม รวมทั้งการศึกษาของ Belando-Montoro et al. (2022) ได้ศึกษาอุปสรรค (Barriers) และสิ่งสนับสนุน (Facilitators) ในการคงอยู่และการมีส่วนร่วมของนักศึกษาที่ด้อยโอกาสทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม: การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ เพื่อศึกษาอุปสรรคและสิ่งสนับสนุนในการคงอยู่และการมีส่วนร่วมของนักศึกษาที่ด้อยโอกาสทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม บทความวิจัยจาก Scopus และ Web of Science จำนวน 31 เรื่อง โดยใช้การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ พบว่า อุปสรรคที่สำคัญเกิดจากการเลือกปฏิบัติ (Discrimination) และการเหมารวม (Stereotype) ส่วนสิ่งสนับสนุน ได้แก่ ทุนการ

ฝึกอบรมภาษา และระบบพี่เลี้ยง (Mentoring) อีกทั้งพบว่า การเพิ่มการมีส่วนร่วมและอัตราการคงอยู่ของนักศึกษาต้องอาศัยการดำเนินงานของสถาบัน

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า มีการศึกษากับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาในประเทศ จำนวน 3 เรื่อง ได้แก่ การศึกษารูปแบบการให้คำปรึกษาช่วยเหลือดูแลนักศึกษาที่จะได้รับทุนของกองทุนเพื่อความเสมอภาค (พีธรร บุนยรัตพันธุ์ et al., 2564) การใช้กิจกรรมกลุ่มการให้คำปรึกษาเชิงสติเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียนของนักศึกษาครูรัก(ษ์)ถิ่น (ยุทธนา พันธุ์มี et al., 2565) และการพัฒนาหลักสูตรอบรมระยะสั้นด้านจิตใจและทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาทุน: กรณีศึกษาทุนครูรัก(ษ์)ถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง (Kaewsawang et al., 2022)

ในขณะเดียวกันพบ การศึกษาในประเทศที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษา ได้แก่ การศึกษาประสบการณ์ด้านจิตใจของนักศึกษาที่ยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา คือ นิสิตทุนโครงการจุฬา-ชนบท (จริยา ศรีวิจารณ์ et al., 2556) การศึกษากับนักศึกษาครูในโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น (ชวนคิด มะเสนะ et al., 2564) และนักศึกษาทุนพยาบาลชุมชน (เสาวลักษณ์ แยมศรี et al., 2557) แม้ว่าจะเป็นการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาที่ได้รับทุนเพื่อพัฒนาท้องถิ่น ก็ยังมีความแตกต่างกันในหลายด้านทั้งคุณสมบัติของผู้รับทุน ขณะที่ศึกษาต่อ เกณฑ์การคัดเลือก รวมทั้งเงื่อนไขในการรับทุน เช่น โครงการจุฬา-ชนบท ผู้สมัครมีภูมิลำเนาและโรงเรียนอยู่ในเขตจังหวัดที่กำหนดอย่างน้อยต่อเนื่อง 5 ปี นับจากวันสมัคร และสมัครในกลุ่มสังคมศาสตร์ กลุ่มวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ซึ่งแตกต่างจากนักศึกษาที่ได้รับทุนจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาต้องมีภูมิลำเนาอยู่ในตำบลเดียวกับโรงเรียนที่จะไปบรรจรรับราชการหลังสำเร็จการศึกษาอย่างน้อย 3 ปี นับจากวันที่สมัคร และเน้นผลิตเฉพาะครูส่วนโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่นนักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการไม่ได้คัดเลือกโดยใช้เกณฑ์ผู้ที่มีฐานะยากจน แต่คัดเลือกจากผู้ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดที่เป็นที่ตั้งของโรงเรียนที่จะไปบรรจรมีผลการเรียนดี และต้องสอบผ่านเกณฑ์ภาษาอังกฤษ รวมทั้งทุนพยาบาลชนบทเป็นทุนที่เน้นการเป็นคนดีมากกว่าการเป็นคนเก่งที่เรียนดี โดยมีเกณฑ์ประเมินการเข้ารับทุนพิจารณาจากคะแนนโรงเรียนประกอบการสัมภาษณ์ รวมทั้งสังเกตพฤติกรรมจิตอาสา และไม่มีการสอบวัดความรู้

สำหรับการศึกษาในต่างประเทศพบว่า มีกลุ่มประชากรที่ใกล้เคียงกับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาที่เป็นนักเรียน นักศึกษาที่ด้อยโอกาสทางการศึกษา ได้แก่ การศึกษาในกลุ่มเยาวชนผู้รับทุนที่เป็นกลุ่มเปราะบางและด้อยโอกาสในประเทศแอฟริกา (Cosentino et al., 2019) นักศึกษาทุนที่มาจากครอบครัวยากจนในประเทศอินเดีย (Bedi et al.,

2020) และอดีตนักเรียนที่มาจากชุมชนด้อยโอกาสที่ได้รับทุนเข้าศึกษาต่อในโรงเรียนมัธยมศึกษาสำหรับเด็กที่มีความสามารถพิเศษในแอฟริกาใต้ (Feldman & Wallace, 2021) ซึ่งคุณสมบัติและเงื่อนไขในการรับทุนมีความแตกต่างกับกลุ่มประชากรที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษา

ดังนั้นอาจสรุปได้ว่า ในประเทศยังมีการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาครุยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาไม่มากนัก ยังขาดองค์ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง จึงทำให้เกิดช่องว่างของความรู้ รวมทั้งยังขาดการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เนื่องจากที่ผ่านมาพบรูปแบบการวิจัยทางพฤติกรรมและสังคมศาสตร์ การวิจัยกึ่งทดลอง และการวิจัยเชิงคุณภาพ เท่านั้น อีกทั้งในต่างประเทศพบ การศึกษากับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับนักศึกษาครูที่ได้รับทุนจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาได้แก่ กลุ่มนักเรียนนักศึกษาที่ด้อยโอกาส แต่ยังไม่พบการศึกษากับกลุ่มประชากรที่มีเงื่อนไขการรับทุนที่สอดคล้องกับบริบทที่ผู้วิจัยทำการศึกษา

2. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

2.1 ความหมายของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

คำว่า “Character Strengths” ในภาษาไทยใช้คำที่แตกต่างกัน ได้แก่ คุณลักษณะเด่น (ธนยศ ศิริดำรงศักดิ์, 2552) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (ก้องภพ ชันติพงศ์พันธุ์ & ก่อเกียรติ มหาวีรชาติกุล, 2565; นันทชิตสถินห์ สกุลพงศ์, 2565; ศรัณย์ พิมพ์ทอง, 2557; สุदारัตน์ ตันติวิวัฒน์, 2560; อัจฉรา นันทะศรี & สิทธิพร ครามานนท์, 2564) และจุดแข็งเชิงบุคลิกลักษณะ (ชูชัย สมितिไกร & อาชวบาร์มี มณีตระกูล, 2564) คำว่า “คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง” เป็นคำที่นิยมใช้มากที่สุด ซึ่งหมายถึง ลักษณะเชิงบวกซึ่งสะท้อนออกมาผ่านทางความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม (Park et al., 2004) เป็นพฤติกรรมที่มีคุณค่าทางจริยธรรม (สุदारัตน์ ตันติวิวัฒน์, 2560) ที่เป็นตัวกำหนดลักษณะนิสัยเฉพาะของบุคคล โดยคุณลักษณะเหล่านี้จะเอื้อต่อการส่งเสริมให้บุคคลบรรลุตามเป้าหมายได้ (ชูชัย สมितिไกร & อาชวบาร์มี มณีตระกูล, 2564) ในขณะที่ Linley and Harrington (2006) กล่าวว่า จุดแข็งเป็นแนวทางของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติและยังช่วยให้บุคคลใช้ชีวิตและทำงานบรรลุผลสำเร็จ อีกทั้ง American Psychological Association (2022a) ได้ให้นิยามว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง หมายถึง ลักษณะเชิงบวก เช่น ความมีน้ำใจ การทำงานเป็นทีม หรือความหวัง ซึ่งมีคุณค่าทางศีลธรรมในตนเองและมีส่วนช่วยให้ตนเองและผู้อื่นบรรลุผลสำเร็จ เรียกว่า จุดแข็งของบุคคล (Human strength) ยิ่งกว่านั้นยังพบว่า มีความหมายตามที่นักวิชาการ ได้แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 คือ Peterson and Seligman (2004) ให้ความหมายว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นคุณค่าทางจริยธรรมที่บุคคลแสดงออกผ่านความคิด ความรู้สึกและการกระทำซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้จะส่งเสริมให้บุคคลบรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้

กลุ่มที่ 2 คือ Linley et al. (2010) ให้ความหมายว่า จุดแข็งคือสิ่งที่บุคคลมีความสุขเมื่อได้ทำและมักทำได้ดี รวมทั้งมีแนวโน้มที่จะมักทำสิ่งนั้นอยู่บ่อยครั้ง

กลุ่มที่ 3 คือ องค์การเอกชน Gallup โดยผู้คิดค้นคือ Clifton ได้พัฒนาจุดแข็งที่เรียกว่า “Clifton StrengthsFinder” ให้ความหมายจุดแข็งว่าเป็นกิจกรรมที่บุคคลทำอย่างสม่ำเสมอและสามารถทำได้ดีเกือบสมบูรณ์แบบ (Asplund et al., 2007)

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ยึดแนวคิดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของ Peterson and Seligman (2004) โดยสามารถสรุปความหมายได้ว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นจิตลักษณะที่เกิดขึ้นผ่านกระบวนการภายในจิตใจและเป็นตัวกำหนดลักษณะนิสัยเฉพาะของบุคคล

อีกทั้ง Seligman (2002) ได้บัญญัติศัพท์คำว่า “Signature Strengths” เพื่อระบุจุดแข็งที่แสดงคุณลักษณะของบุคคลได้ดีที่สุด ในการศึกษานี้ใช้คำว่า “คุณลักษณะจุดแข็งที่โดดเด่น” ซึ่งมีผู้กล่าวถึงความหมายไว้ เช่น Peterson and Seligman (2004) กล่าวว่า คุณลักษณะจุดแข็งที่โดดเด่น เป็นจุดแข็งของบุคคลที่ได้รับการยอมรับมากที่สุดของแต่ละบุคคลในขณะที่ Merritt et al. (2019) ให้ความหมายว่า คือ จุดแข็งของแต่ละบุคคลที่สำคัญที่สุด และ Gregersen et al. (2021) ยังเน้นว่าเป็นจุดแข็งที่มีอิทธิพลมากกว่าจุดแข็งอื่น ๆ ในชีวิตของบุคคล อาจสรุปได้ว่า คุณลักษณะจุดแข็งที่โดดเด่น หมายถึง จุดแข็งของบุคคลที่มีความสำคัญที่สุดมากกว่าจุดแข็งในด้านอื่น ๆ นอกจากนั้น Seligman (2002) ยังได้กล่าวถึงลักษณะของคุณลักษณะจุดแข็งที่โดดเด่นไว้ดังนี้คือ มีความรู้สึกเป็นเจ้าของจุดแข็งอย่างแท้จริง ความรู้สึกตื่นเต้นโดยเฉพาะครั้งแรกที่ใช้จุดแข็งนั้น ออกแบบการเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็วเมื่อได้ทำงานใหม่ มีแรงจูงใจภายในที่จะใช้จุดแข็งนั้น มีความปรารถนาที่จะปฏิบัติตามจุดแข็งนั้น เรียนรู้วิธีการใหม่ ๆ ที่จะใช้จุดแข็งนั้นอย่างต่อเนื่อง เกิดพลังมากกว่าเกิดความอ่อนล้า เมื่อใช้จุดแข็ง ค้นพบจุดแข็งของตนได้อย่างชัดเจน และเกิดความรู้สึกหลักเลียงไม่ได้ที่จะต้องใช้ จุดแข็งนั้น

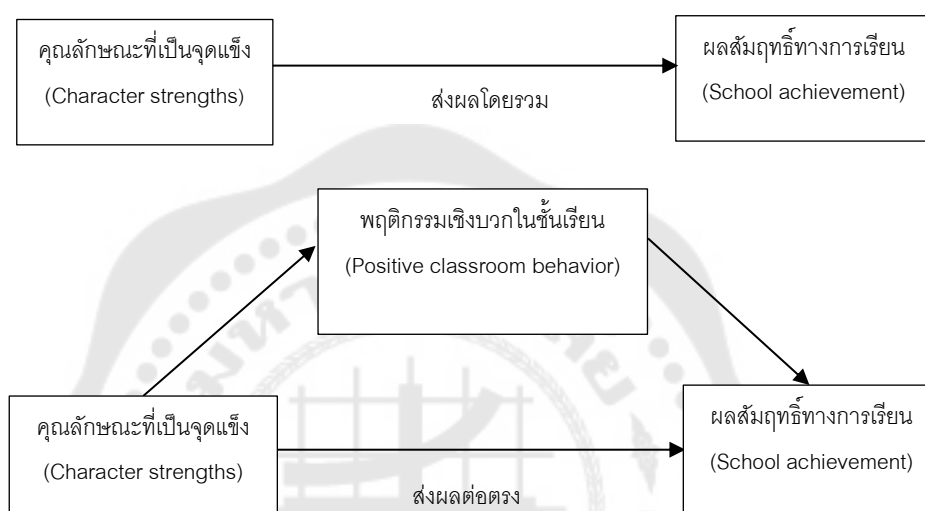
อย่างไรก็ตามสิ่งที่ควรตระหนักในการนำคุณลักษณะจุดแข็งที่โดดเด่นไปใช้คือ หากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของบุคคลไม่ปรากฏในคุณลักษณะจุดแข็งที่โดดเด่น ไม่ได้หมายถึงคุณลักษณะในด้านนั้น ๆ อยู่ในระดับที่น้อยหรือด้อยแต่อย่างใด กล่าวคือ หากเปรียบเทียบจิตลักษณะนั้นกับคุณลักษณะเด่นด้านอื่นอาจจะอยู่ในระดับที่น้อยกว่าด้านอื่น ๆ (ศรัณย์ พิมพ์ทอง, 2557) แม้ว่าบุคคลจะมีคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเดียวกันแต่ก็มีระดับที่แตกต่าง

กัน ตัวอย่างเช่น บุคคลที่มีจุดแข็งด้านความอดทนจะแสดงความเข้มข้นด้านความอดทนมากน้อยแตกต่างกัน ในขณะที่เดียวกันจุดแข็งดังกล่าวควรได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพราะจะทำให้เกิดการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าที่สอดคล้องกับหลักคุณธรรมจริยธรรม (ก้องภพ ชันติพงศ์พันธุ์ & ก่อเกียรติ มหาวีรชาติกุล, 2565) สอดคล้องกับ Molony and Henwood (2010) กล่าวว่า การส่งเสริมให้นักเรียนใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในชีวิตประจำวันสามารถช่วยส่งเสริมผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความสุข การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) ความกตัญญู (Gratitude) และทำให้เกิดบรรยากาศที่ดีในโรงเรียน

2.2 ความสำคัญของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งส่งผลดีหลายประการทั้งในกลุ่มประชากรวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ เช่น การศึกษาในประเทศพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของคนไทยทั้งในด้านชีวิตและด้านการทำงาน (ธนยศ ศิริดำรงศักดิ์, 2552) การศึกษาในต่างประเทศพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความสัมพันธ์ทางบวกกับงานปัจจุบัน งานในอนาคต และความพึงพอใจในชีวิต (Life satisfaction) (Gander, Hofmann, et al., 2020) ส่งผลทางบวกต่อความหมายของการทำงาน (Meaningful work) และลดภาวะหมดไฟในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัย (Allan et al., 2019) ช่วยเพิ่มการมีส่วนร่วมในการทำงาน (Work engagement) (Harzer & Ruch, 2013) ช่วยลดอาการซึมเศร้า (Depression) และเพิ่มสุขภาวะทางจิต (Psychological well-being) ของพยาบาล (Xie et al., 2020) สามารถรับมือกับความเครียดที่เกี่ยวข้องกับงาน และช่วยลดผลกระทบด้านลบจากความเครียด (Harzer & Ruch, 2015) ลดความเครียดทางด้านจิตใจ (Psychological stress) ทำให้การนอนหลับมีคุณภาพ (Sleep quality) และความรู้สึกสบาย (Subjective health) (Zhang et al., 2021) ช่วยลดความเครียดภายหลังเหตุการณ์สะเทือนใจ (Post-traumatic stress symptoms) และทำให้เกิดความงอกงามภายหลังการเผชิญเหตุการณ์วิกฤติ (Post-traumatic growth) (Ai et al., 2022; Casali et al., 2021) ลดความเครียดและเพิ่มความสุข (Well-being) ในช่วง Covid-19 ของผู้พิการที่ป่วยเรื้อรัง (Umucu et al., 2021) ช่วยให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีและมีความพึงพอใจในชีวิตของคู่สามีภรรยา (Brauer et al., 2022) ทำให้เกิดสุขภาวะ (Well-being) และสุขภาพจิตที่ดี (Mental health) (Hausler et al., 2017; Kretzschmar et al., 2023; Martínez-Martí et al., 2020) อีกทั้งการศึกษากับกลุ่มประชากรที่เป็นนักเรียนและนักศึกษาพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งช่วยให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) ในเด็กและวัยรุ่น (Ruch et al., 2014) ทำให้เกิดประสบการณ์การเรียนรู้เชิงบวก

ในการทำงานกลุ่ม (Positive learning experiences group work) ของนักเรียน (Wagner et al., 2020) ช่วยให้เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียน (Sense of school belonging) (Lee & Huang, 2021) ทำให้เกิดพฤติกรรมเชิงบวกในชั้นเรียน (Positive classroom behavior) และช่วยเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (School achievement) (Wagner & Ruch, 2015) ดังภาพประกอบ 1

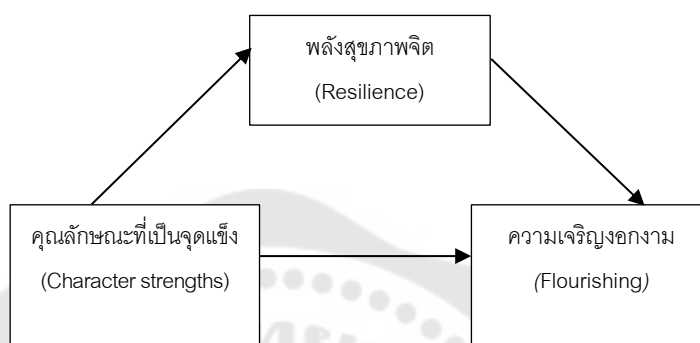


ภาพประกอบ 1 บทบาทของตัวแปรส่งผ่านพฤติกรรมเชิงบวกในชั้นเรียนอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ที่มา: Wagner and Ruch (2015)

อีกทั้งคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทำให้เกิดความสุข (Happiness) พลังสุขภาพจิต (Resiliency) และผลกระทบทางบวก (Positive affect) และมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Academic achievement) และช่วยลดอาการซึมเศร้า ความวิตกกังวล (Anxiety) ปัญหาการรับประทานอาหารที่ผิดปกติ (Eating problems) การดื่มสุรา (Drinking) และการใช้สารเสพติด (Drug) ของนักศึกษา (Karris Bachik et al., 2021) ช่วยให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองทางด้านการเรียน (Academic self-efficacy) (Datu & Mateo, 2020) มีความสามารถในการปรับตัวใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดีขึ้น (Ability to adapt to university life) (Grinhaus et al., 2022) มีผลทางบวกต่อความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective well-being) และการปรับตัวในโรงเรียน (School adjustment) ของวัยรุ่น (Shoshani & Slone, 2013) ช่วยส่งเสริมความสุขในวัยรุ่น และลดความวิตกกังวล (Zhao et al., 2021) มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเอื้อสังคมต่อผู้อื่น

(Prosocial behavior) และสมาชิกในครอบครัว และช่วยลดอาการซึมเศร้าผ่านการเห็นคุณค่าของตนเอง (Padilla-Walker et al., 2020) และช่วยส่งเสริมจริยธรรม (Moral functioning) ของนักศึกษา (Han et al., 2022)



ภาพประกอบ 2 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทำนายพลังสุขภาพจิตและความเจริญงอกงามในกลุ่มนักศึกษา

ที่มา: De la Fuente Arias et al. (2022)

นอกจากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจะมีผลดีหลายประการแล้วยังพบว่า เป็นปัจจัยปกป้อง (Protective factor) ไม่ให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงในหลายด้าน เช่น พฤติกรรมที่เป็นปัญหาในวัยรุ่น (Qin et al., 2022) การฆ่าตัวตาย (Sueki, 2021) การมีส่วนร่วมในการส่งข้อความคุกคามในเรื่องเพศ รสนิยมทางเพศ รวมถึงการส่งรูปภาพ วิดีโอหรือข้อความเกี่ยวกับเรื่องเพศผ่านมือถือหรือคอมพิวเตอร์ (Sexting) ในวัยรุ่น (Yépez-Tito et al., 2021) รวมทั้งช่วยลดผลกระทบจากการดูแลผู้สูงอายุ (Noriega et al., 2022)

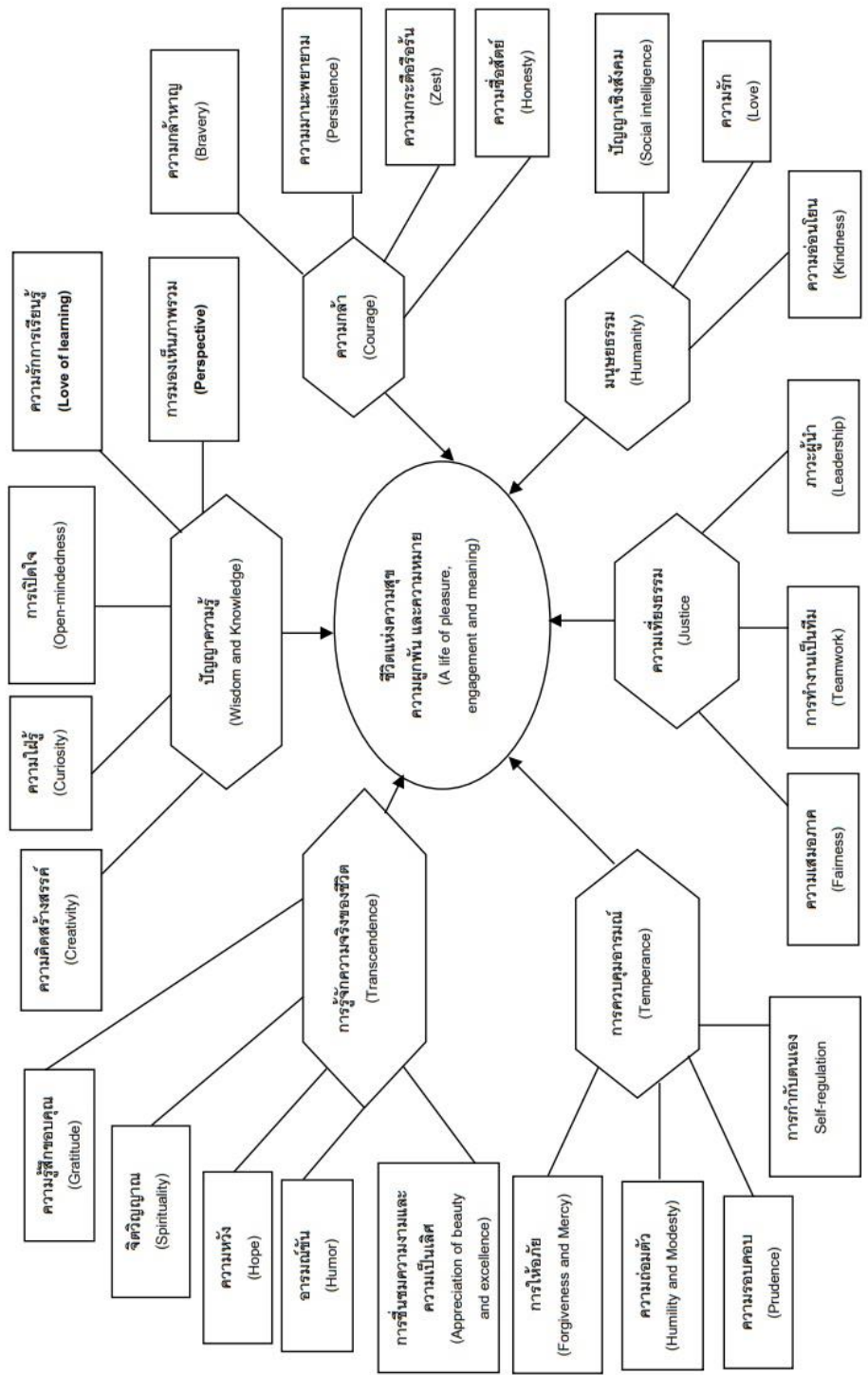
ดังนั้นสรุปได้ว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจะช่วยให้อุคนมีความพึงพอใจในชีวิตทั้งด้านการทำงาน และชีวิตคู่ ช่วยเพิ่มการมีส่วนร่วมในการทำงาน ช่วยให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี ลดความเครียด ลดอาการซึมเศร้าทำให้เกิดความสุข และมีสุขภาพจิตที่ดี ทั้งนี้หากพิจารณาผลดีที่เกิดขึ้นกับกลุ่มประชากรที่เป็นนักศึกษาพบว่าช่วยให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความสามารถทางการเรียน มีความสามารถในการปรับตัวในรั้วมหาวิทยาลัยได้ดีขึ้น มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ช่วยลดอาการซึมเศร้า ลดความวิตกกังวล ลดปัญหา

การรับประทานอาหารที่ผิดปกติ การดื่มสุรา และการใช้สารเสพติด ทำให้เกิดความสุข รวมทั้งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเอื้อสังคมต่อผู้อื่นและช่วยส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม

2.3 องค์ประกอบของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

The Values in Action—Inventory of Strengths (VIA) ได้ศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เพื่อช่วยส่งเสริมให้บุคคลบรรลุเป้าหมายตามที่ตนตั้งไว้ โดยนักวิชาการกลุ่มนี้ได้รวบรวมความคิดจากนักวิชาการ และทำการศึกษาคุณค่าของมนุษย์เป็นระยะเวลามากกว่า 3 ปี ซึ่งได้จำแนกคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ออกเป็นทั้งหมด 6 คุณธรรมหลัก 24 คุณลักษณะ ดังภาพประกอบ 3





ภาพประกอบ 3 องค์ประกอบของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

ที่มา: Peterson and Seligman (2004)

จากภาพที่ 3 องค์ประกอบของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้มีนักวิชาการจำแนกตามกลุ่มที่ศึกษา โดยมีรายละเอียดดังนี้ (Peterson & Seligman, 2004)

1. ปัญญาความรู้ คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในด้านการใช้ประโยชน์จากการแสวงหาความรู้

2. ความกล้า คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอารมณ์ที่เกี่ยวกับการมีความพยายามมุ่งมั่นตั้งใจทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบผลสำเร็จ แม้ว่าจะเผชิญกับอุปสรรคหรือความยากลำบาก

3. มนุษยธรรม คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น

4. ความเที่ยงธรรม คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในการเป็นพลเมืองที่ดีเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้สังคมมีคุณภาพ

5. การควบคุมอารมณ์ คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในการป้องกันการกระทำที่มากเกินไปจนขอบเขตที่ควรจะเป็น ซึ่งอาจเกิดผลกระทบด้านลบที่ตามมา

6. การรู้จักความจริงของชีวิต คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทำให้ตนเองเชื่อมโยงกับโลกและจักรวาล รวมทั้งการตระหนักถึงคุณค่าของชีวิต

จากองค์ประกอบหลักของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 6 คุณธรรมหลักตามแนวคิดของ Peterson and Seligman (2004) สามารถจำแนกออกเป็น 24 คุณลักษณะ ดังรายละเอียดในตาราง 1

ตาราง 1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามแนวคิดของ Peterson and Seligman (2004)

คุณธรรมหลัก	องค์ประกอบคุณลักษณะจุดแข็ง	คำอธิบายคุณลักษณะจุดแข็ง
ปัญญาและความรู้	การมองเห็นภาพรวม	การคิดและการค้นคว้าจากต่างมุมมอง
	ความรักการเรียนรู้	การเรียนรู้ทักษะและวิชาใหม่ ๆ
	การเปิดใจ	การคิดและตรวจสอบสิ่งต่าง ๆ ทั้งหมดอย่างรอบด้าน
	ความใฝ่รู้	การแสวงหานวัตกรรมและเปิดรับประสบการณ์ใหม่ ๆ
	ความคิดสร้างสรรค์	การคิดหาวิธีการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยวิธีการใหม่ ๆ

ตาราง 1 (ต่อ)

คุณธรรมหลัก	องค์ประกอบคุณลักษณะจุดแข็ง	คำอธิบายคุณลักษณะจุดแข็ง
ความกล้า	ความกล้าหาญ	ไม่หลีกเลี่ยงความท้าทายและความยากลำบาก
	ความมานะพยายาม	การเริ่มทำงานให้แล้วเสร็จ
	ความกระตือรือร้น	มีความกระตือรือร้น มีชีวิตชีวาและแสดง ความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมต่าง ๆ
	ความซื่อสัตย์	การพูดความจริงและนำเสนอตนเองด้วยความ ซื่อสัตย์
มนุษยธรรม	ปัญญาเชิงสังคม	การรู้เท่าทันแรงกระตุ้นและอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่น
	ความรัก	การให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด กับผู้อื่น
	ความอ่อนโยน	ใจดีกับผู้อื่นและทำดีเพื่อผู้อื่น
ความเที่ยงธรรม	ความเสมอภาค	ปฏิบัติต่อทุกคนเหมือนกันตามหลักแนวคิดของ ความยุติธรรม
	การทำงานเป็นทีม	ความสามารถในการทำงานร่วมกันในฐานะ สมาชิกของกลุ่มหรือทีม
	ภาวะผู้นำ	จัดกิจกรรมกลุ่ม
การควบคุมอารมณ์	การให้อภัย	การให้อภัยคนที่ทำผิด
	ความถ่อมตัว	การไม่อวดดีกับความสำเร็จของตนเอง
	ความรอบคอบ	การระมัดระวังในทางเลือกที่ไม่เสี่ยงเกินไป
	การกำกับตนเอง	การควบคุมอารมณ์และพฤติกรรม
การรู้จักความจริง ของชีวิต	ความรู้สึกลึกซึ้งขอบคุณ	ขอบคุณสำหรับสิ่งดี ๆ การแสดงความขอบคุณ และรู้สึกมีความสุข
	จิตวิญญาณ	มีความเชื่อเกี่ยวกับจุดมุ่งหมายสูงสุดและ ความหมายในชีวิต

ตาราง 1 (ต่อ)

คุณธรรมหลัก	องค์ประกอบคุณลักษณะจุดแข็ง	คำอธิบายคุณลักษณะจุดแข็ง
การรู้จักความจริง	ความหวัง	ความคาดหวังสิ่งที่ดีที่สุดและทำให้สำเร็จ
ของชีวิต (ต่อ)	อารมณ์ขัน	รักที่จะหัวเราะและตลกหรือทำให้ผู้อื่นยิ้มได้
	การชื่นชมความงามและความ	การรับรู้และชื่นชมความงาม ความเป็นเลิศและ
	เป็นเลิศ	หรือประสิทธิภาพในทุกด้านของชีวิต

ที่มา : ปรับปรุงจาก Table 1 VIA Classification of Character Strengths and Virtues (Sop & Bisson, 2021)

2.4 การวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า การวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง มีการศึกษากับกลุ่มประชากรหลากหลาย โดยแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตรวัดประมาณค่าลิเคิร์ต 5 ระดับชนิดรายงานตนเอง เพื่อวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 24 คุณลักษณะ มีการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นใช้แบบวัดของ Park and Peterson (2006) ดังเช่น การศึกษาในกลุ่มวัยรุ่น อายุ 10-17 ปี ของ Jabbari et al. (2021) ใช้แบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สำหรับเยาวชน (The Values in Action Inventory of Strengths for Youth: (VIA-Y) จำนวน 96 ข้อ ปรับจากแบบวัด VIA-Youth จากจำนวน 198 ข้อ ส่วนการศึกษาของ Yépez-Tito et al. (2021) ใช้แบบวัด VIA-Y ฉบับแปลภาษาสเปน นอกจากนั้นยังพบว่า มีการใช้แบบวัด VIA-Youth กับเด็กและวัยรุ่น อายุ 10-18 ปี ที่ใช้ภาษาเยอรมันในการสื่อสารฉบับแปลภาษาเยอรมัน จำนวน 198 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตรวัดลิเคิร์ต 5 ระดับชนิดรายงานตนเอง ซึ่งประเมินคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่ละด้าน ๆ ละ 7-9 ข้อ (Ruch, Platt, et al., 2014) รวมทั้งยังพบการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นอายุ 12-18 ปี Yépez-Tito et al. (2021) ที่ใช้แบบวัด VIA-Youth ฉบับแปลภาษาสเปน

ในขณะเดียวกันยังพบ การวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ใกล้เคียงกับกลุ่มประชากรที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษาในครั้งนี้ ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยแบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เป็นมาตรวัดประมาณค่าลิเคิร์ต 5 ระดับชนิดรายงานตนเองของ Peterson and Seligman (2004) ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 24 คุณลักษณะ เช่น การศึกษาในกลุ่มนักศึกษาพยาบาลของ (Grinhaus et al., 2022) ใช้แบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

(Inventory of Virtues and Strengths) ที่ปรับให้เหมาะสมกับบริบทของประเทศอาร์เจนตินา ทั้งยังพบการใช้แบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งฉบับย่อ (The Values in Action Inventory of Strengths – Short Form : VIA-IS) จำนวน 120 ข้อ ในกลุ่มประชากรต่าง ๆ เช่น นักจิตวิทยา การปรึกษา (Allan et al., 2019) ใช้แบบวัด VIA-IS ฉบับแปลภาษาสเปนในกลุ่มนักศึกษาของ Blasco-Belled (2022) ใช้แบบวัด VIA-IS ฉบับแปลภาษาเยอรมันกับนักศึกษาแพทย์ (Huber et al., 2021) ส่วนการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาของ De la Fuente Arias et al. (2022) ใช้แบบวัด VIA-IS จำนวน 72 ข้อ รวมทั้งแบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสำหรับเด็กปฐมวัย (The Character Strengths Inventory for Early Childhood: CSI-EC) ที่พัฒนาขึ้นสำหรับผู้ปกครองรายงานจุดแข็งของเด็กปฐมวัย อายุ 3-6 ปี โดยมีเป้าหมายเพื่อวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 24 คุณลักษณะย่อย จำนวน 144 ข้อ โดยผู้ที่ใช้แบบวัดเป็นผู้ปกครองเด็กปฐมวัย อายุ 3-6 ปี (Shoshani, 2019) ยิ่งกว่านั้นยังพบว่า มีการใช้แบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง จำนวน 240 ข้อ โดยแต่ละคุณลักษณะย่อยประกอบไปด้วย ข้อคำถาม 10 ข้อ ใช้เวลาในการทำแบบวัดประมาณ 30-40 นาที ได้แก่ การศึกษาในกลุ่มนักศึกษาครูชั้นปีที่ 1 (Gradišek, 2021) นักศึกษาครู (Gustems & Calderon, 2014) ครูผู้สอนระดับชั้นประถมศึกษาและนักศึกษาครู (Gradišek, 2012) นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ใช้แบบวัด VIA โดยสามารถเข้าไปทำการประเมินตนเองได้ผ่านเว็บไซต์ <https://www.viacharacter.org/www/> (Gregersen et al., 2021) กลุ่มนักศึกษา (Karris Bachik et al., 2021; Noronha & Campos, 2018) อีกทั้งพบว่า การวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีการปรับให้สอดคล้องกับบริบทของแต่ละประเทศ เช่น การศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอายุ 16-66 ปี ใช้แบบวัด VIA-IS ฉบับแปลภาษาเยอรมัน (Gander, Gaitzsch, et al., 2020) และกลุ่มผู้ใหญ่ที่ใช้ภาษาเยอรมันในการสื่อสาร (Ruch et al., 2020) รวมทั้งในกลุ่มนักศึกษาใช้แบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของบราซิล (The Brazilian Character Strengths Scale) (Noronha & Campos, 2018) อนึ่งเป็นที่น่าสังเกตว่านอกจากการวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของ Peterson and Seligman (2004) จะใช้กับกลุ่มประชากรที่อยู่ในช่วงวัยเด็กจนกระทั่งถึงผู้ใหญ่แล้วยังสามารถใช้กับผู้สูงอายุได้อีกด้วย ดังเช่น การศึกษาของ Freitas et al. (2021) ใช้แบบวัด VIA-IS ฉบับย่อ จำนวน 120 ข้อ โดยปรับให้เหมาะสมกับบริบทของประเทศบราซิล เป็นต้น

นอกจากการวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของ Peterson and Seligman (2004) ที่ใช้กับกลุ่มประชากรที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มที่ผู้วิจัยจะศึกษาแล้วยังพบแบบวัดของแนวคิดอื่น ๆ ร่วมด้วย ซึ่งเป็นมาตรวัดประมาณค่าลิเคิร์ท 5 ระดับชนิดรายงานตนเอง เพื่อวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 24 คุณลักษณะ และแต่ละคุณลักษณะย่อยประกอบไปด้วยข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ

รวมทั้งสิ้น 240 ข้อ ดังเช่น การศึกษาในกลุ่มผู้ที่มีอายุ 18-68 ปีที่ใช้ภาษาสเปนในการสื่อสารใช้แบบวัด VIA-IS ของ Park and Peterson (2009); (Peterson & Seligman, 2004) แบบวัด VIA-IS ของ Peterson et al. (2005) ในคู่สามีภรรยา (Brauer et al., 2022) และวัยผู้ใหญ่ (Azañedo et al., 2014) อีกทั้งยังพบว่า มีการศึกษาในกลุ่มทหารใช้แบบวัดที่ประยุกต์จากแบบวัด VIA-IS ของ Chopik et al. (2021); Peterson and Seligman (2004) รวมทั้งพบการศึกษากับนักศึกษาแพทย์และแพทย์ใช้แบบวัด VIA-IS ของ Peterson et al. (2005) ปรับจาก 240 ข้อ ตามแนวคิดของ VIA-IS ของ Peterson and Seligman (2001); Peterson and Park (2009) ฉบับแปลภาษาเยอรมันจำนวน 120 ข้อ (Huber et al., 2020)

แม้ว่าการศึกษาส่วนใหญ่จะศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 24 คุณลักษณะก็ตามก็ยังคงพบว่า มีการศึกษาคุณลักษณะย่อยในด้านอื่น โดยใช้แบบวัดเป็นมาตรวัดประมาณค่าลิเคิร์ท 5 ระดับชนิดรายงานตนเอง เช่น การศึกษากับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ใช้แบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอารมณ์ขัน (Values in Action Inventory of Strengths – Humor Scale: VIA-IS Humor) ของ Peterson, Park and Seligman (2005) (Edwards & Martin, 2014)

หนึ่งจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า การวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีการศึกษาในต่างประเทศเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งทำให้การศึกษาในประเทศยังอยู่ในวงจำกัด จึงทำให้ขาดองค์ความรู้ในเรื่องนี้ พบเพียงการศึกษาจำนวน 1 เรื่องในกลุ่มของคนไทยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล คือ วัยรุ่นตอนปลาย (17-20 ปี) และวัยผู้ใหญ่ (21-60 ปี) ใช้แบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของ Peterson and Seligman (2004) ฉบับแปลภาษาไทยจำนวน 240 ข้อ เป็นมาตรวัดประมาณค่าลิเคิร์ท 5 ระดับชนิดรายงานตนเอง (ธนยศ ศิริดำรงศักดิ์, 2552)

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า มีการใช้แบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของ Peterson et al. (2005); Park and Peterson (2006); Peterson, Park, and Seligman (2005); Peterson and Seligman (2001); Peterson and Park (2009); Peterson, Park, and Seligman (2004); Peterson et al. (2004) การศึกษาโดยส่วนใหญ่นิยมใช้แบบวัด VIA-IS ของ Peterson and Seligman (2004) ซึ่งแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตรวัดประมาณค่าลิเคิร์ท 5 ระดับชนิดรายงานตนเอง จำนวน 240 ข้อ เพื่อใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 24 คุณลักษณะ แต่ละคุณลักษณะจะมีข้อคำถามด้านละ 10 ข้อ ใช้เวลาในการทำแบบวัดประมาณ 30-40 นาที ซึ่งมีความเหมาะสมต่อกลุ่มประชากรที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษาในครั้งนี้ แต่ก็ยังพบว่าจำนวนข้อคำถามของแบบวัดมีจำนวน

ที่แตกต่างกันทั้งในกลุ่มประชากรที่ต่างกันหรือแม้แต่กลุ่มประชากรที่อยู่ในช่วงวัยเดียวกัน ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากการปรับให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและสอดคล้องกับบริบทของแต่ละประเทศ

2.5 แนวทางการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ย้อนหลัง 10 ปีที่ผ่านมาพบว่า การศึกษาส่วนใหญ่มักศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งกับตัวแปรอื่น ๆ โดยใช้การวิจัยศึกษาความสัมพันธ์เปรียบเทียบ เช่น การศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาและความสัมพันธ์กับความสุข สุขภาวะ พลังสุขภาพจิต ความสำเร็จทางวิชาการ และจิตพยาธิวิทยา (Psychopathology) (Karris Bachik et al., 2021) และยังพบการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาอายุ 18-24 ปี ที่ได้ศึกษาการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เพื่อระบุความเมตตากรุณาต่อตนเองพบว่า ความหวัง การให้อภัยมีความสัมพันธ์สูงกับความเมตตากรุณาต่อตนเอง (Booker & Perlin, 2021) การศึกษาโดยใช้การทดลองแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุม (Randomized Controlled Trial) เช่น การศึกษาโดยใช้โปรแกรมที่แสดงถึงลักษณะของจุดแข็งบุคคลได้ดีที่สุด (Signature Strengths Intervention) เปรียบเทียบกับการใช้โปรแกรมที่แสดงถึงลักษณะจุดแข็งของบุคคลน้อยที่สุด (Lesser Strengths Intervention) ในกลุ่มผู้ใหญ่ อายุ 18-77 ปี (Proyer et al., 2015) และการศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths-Based Intervention) กับกลุ่มตัวอย่างอายุ 22-54 ปี ในมหาวิทยาลัย (Chérif et al., 2021)

ในขณะเดียวกันยังพบว่า มีแนวทางการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น โปรแกรมความรู้สึกขอบคุณ (Gratitude Intervention) (Timmons & Ekas, 2018) การออกแบบโปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เพื่อพัฒนาเยาวชนที่อาศัยอยู่ในบริบทที่มีความรุนแรง (Vásquez & Díaz, 2021) การให้การปรึกษากลุ่มออนไลน์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของการให้การปรึกษากลุ่มออนไลน์ด้วยพื้นฐานความคิดการเจริญสติ (Online Group Counseling With A Mindfulness-Based Cognitive Approach) (Naini et al., 2021) ยิ่งกว่านั้นพบว่า มีการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เป็นเครื่องมือในการพัฒนาตัวแปรอื่น ๆ เช่น โปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งออนไลน์เพื่อเพิ่มสุขภาวะสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 (Koydemir & Sun-Selişik, 2016) การใช้โปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Character Strength-Based Intervention) ร่วมกับการให้การปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ทำให้เกิดความงอกงามภายหลังการเผชิญเหตุการณ์วิกฤติ สุขภาวะ และลดอาการซึมเศร้าในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยระหว่างการแพร่ระบาดของสถานการณ์ COVID-19 (Yu et al., 2022) หลักสูตรการฝึกอบรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้วย

พื้นฐานทางจิตวิญญาณ (Spiritually-Based Character Strengths Training Curriculum) เพื่อเพิ่มพลังสุขภาพจิตในกลุ่มเยาวชน (Seale et al., 2022)

นอกจากนั้นแล้วยังมีการวิจัยแบบผสมวิธี เช่น โปรแกรมการฝึกอบรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Character Strength Training) สำหรับผู้อำนวยการในโรงเรียนอนุบาลประเทศฟินแลนด์ เพื่อส่งเสริมความเมตตา คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง และสนับสนุนวัฒนธรรมขององค์กร (Vuorinen et al., 2021) และการใช้การเจริญสติเป็นพื้นฐานในการพัฒนาจุดแข็ง (Mindfulness-Based Strengths Practice) (Whelan-Berry & Niemiec, 2021) อีกทั้งยังพบการวิจัยเชิงสำรวจ เช่น การศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใดเป็นปัจจัยป้องกันในการฆ่าตัวตายในกลุ่มผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไปในประเทศญี่ปุ่น พบว่า ความรัก (Love) เป็นตัวแปรที่สำคัญในการทำนายความคิดฆ่าตัวตาย นอกจากนี้ยังพบว่าการมีส่วนร่วมกับผู้อื่น การสร้างความรัก ความสัมพันธ์เป็นปัจจัยป้องกันการฆ่าตัวตายได้อีกด้วย (Sueki, 2021) รวมทั้งพบการวิจัยเชิงคุณภาพที่ศึกษากับกลุ่มที่ใกล้เคียงกับกลุ่มที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษา เช่น การศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในช่วงปีแรก การรับรู้ของครูและการปฏิบัติของครูปฐมวัย (Sop & Bişkin, 2021)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องแม้ว่าจะมีการวิจัยศึกษาความสัมพันธ์เปรียบเทียบ การวิจัยเชิงทดลอง การวิจัยแบบผสมวิธี การวิจัยเชิงสำรวจ และการวิจัยเชิงคุณภาพก็ยังพบว่า มีหลักฐานเชิงประจักษ์เกี่ยวกับแนวทางในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่มากนัก กล่าวคือ แนวทางในการพัฒนาจุดแข็งโดยส่วนใหญ่จะเน้นไปที่การศึกษาความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น ๆ และใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นโปรแกรมในการพัฒนาตัวแปรอื่น ๆ ร่วมด้วย ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมาใช้ในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้กับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา เพื่อให้เขาได้มีส่วนร่วมในการออกแบบแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เกิดความงอกงาม และยังเป็นการเติมเต็มช่องว่างของวิธีวิทยา

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งย้อนหลัง 10 ปี มีการศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งกับกลุ่มประชากรตั้งแต่วัยเด็กถึงวัยรุ่น ดังเช่น Shoshani and Schwartz (2018) ทำการศึกษาจากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งต่อสุขภาวะของเด็ก: การพัฒนาและการหาความเที่ยงตรงของแบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสำหรับเด็กประถมศึกษา มิวัตถุประสงค์ 1) เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ของแบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีความแตกต่างกันในช่วงอายุของเด็กประถมศึกษา 2) เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่าง

คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในวัยเด็กตอนกลางและผลทางสังคม อารมณ์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างคือ เด็กประถมศึกษา อายุ 7-12 ปี โดยใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน ผลการวิจัยพบว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบหลักและการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน จำนวน 96 รายการพบว่า ปัจจัยที่สูง ได้แก่ ทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ การรู้จักความจริงของชีวิต สติปัญญา และการควบคุมอารมณ์ ซึ่งด้านการควบคุมอารมณ์มีความสัมพันธ์ด้านลบต่อปัญหาสุขภาพจิต และการควบคุมอารมณ์ ส่วนการรู้จักความจริงของชีวิตมีความสัมพันธ์ด้านบวกต่อสุขภาพจิต และความอดทนและความพยายาม (Grit) ของเด็ก

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งกับกลุ่มประชากรวัยเด็กและวัยรุ่น เช่น การศึกษา Wagner and Ruch (2015) ทำการศึกษาคุณลักษณะที่ดีในโรงเรียน: พฤติกรรมเชิงบวกในชั้นเรียนที่มีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีความสัมพันธ์ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนใน 2 กลุ่มที่มีอายุแตกต่างกัน คือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้การศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์เปรียบเทียบ ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเชิงบวกในชั้นเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของทั้ง 2 กลุ่ม มีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความรักการเรียนรู้ ความเพียร ความกระตือรือร้น ความรู้สึชอบ คุณความหวัง และการมองเห็นภาพรวม

อีกทั้งมีการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ เช่น การศึกษาของ Naini et al. (2021) ได้ศึกษาการให้การปรึกษากลุ่มออนไลน์ด้วยพื้นฐานความคิดการเจริญสติเพื่อเพิ่มความอ่อนน้อมถ่อมตนของนักเรียน เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของการให้การปรึกษากลุ่มออนไลน์ด้วยพื้นฐานความคิดการเจริญสติเพื่อเพิ่มความอ่อนน้อมถ่อมตนของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียน โดยใช้การวิจัยเชิงทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ผลการให้การปรึกษากลุ่มออนไลน์ด้วยพื้นฐานความคิดการเจริญสติพบว่า มีคะแนนความอ่อนน้อมถ่อมตนเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของ Datu and Bernardo (2020) ทำการศึกษาคุณธรรมทางสังคม: คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของบุคคลเชื่อมโยงกับความพึงพอใจในชีวิตและความสำเร็จทางวิชาการที่เพิ่มขึ้นของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศฟิลิปปินส์ ซึ่งความสัมพันธ์ของจุดแข็งด้านบุคลิกภาพระหว่างบุคคล (เช่น ความยุติธรรม การทำงานเป็นทีม ความเป็นผู้นำ การให้อภัย และความเมตตา) กับความพึงพอใจในชีวิต และการมีส่วนร่วมทางวิชาการ ศึกษาเกี่ยวกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยใช้การศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์เปรียบเทียบ ผลการวิจัยพบว่า

ความยุติธรรมและความเมตตาที่มีความสัมพันธ์อย่างมากกับความพึงพอใจในชีวิต การมีส่วนร่วมทางวิชาการ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการทำงานเป็นทีม รวมทั้งการศึกษาของ Liu and Wang (2021) ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความอบอุ่นทางอารมณ์ของผู้ปกครอง ความผูกพันกับผู้ปกครอง ความผูกพันกับเพื่อน และคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในวัยรุ่น เพื่อมุ่งศึกษาว่าผู้ปกครองมีอารมณ์อย่างไร ความอบอุ่นทางอารมณ์และความผูกพันของผู้ปกครอง รวมทั้งความผูกพันกับเพื่อนช่วยสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างคือ วัยรุ่น โดยใช้การศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์เปรียบเทียบ พบความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญระหว่างความอบอุ่นทางอารมณ์และผูกพันกับผู้ปกครอง ความผูกพันกับเพื่อน และคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของวัยรุ่นพบว่า ความอบอุ่น ทางอารมณ์ของผู้ปกครองช่วยสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในวัยรุ่น และการศึกษาของ Koydemir and Sun-Selişik (2016) ศึกษาสภาวะในมหาวิทยาลัย: การทดสอบประสิทธิภาพโปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งออนไลน์สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เพื่อตรวจสอบประสิทธิภาพของโปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งออนไลน์ กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 การวิจัยเชิงทดลอง ผลการวิจัยพบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีสภาวะที่เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของ Eom et al. (2016) ได้ศึกษาผลของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูและความสุขต่อการแสดงออกทางอารมณ์ เพื่อศึกษาผลของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูสาขาการศึกษาปฐมวัยและความสุขต่อการแสดงออกทางอารมณ์ กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูสาขาการศึกษาปฐมวัย โดยใช้การศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์เปรียบเทียบ ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ความสุข และการแสดงออกทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อีกทั้งพบว่า ความอ่อนน้อมถ่อมตน การรู้จักความจริงของชีวิตมีความสัมพันธ์สูงต่อความสุข รวมทั้งมีการศึกษาของ Cooley et al. (2019) ทำการศึกษาประสบการณ์ของคนไร้บ้าน เมื่อใช้โปรแกรมไฟล์จุดแข็งในการระบุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง เพื่อศึกษาประสบการณ์ของคนไร้บ้าน เมื่อใช้โปรแกรมไฟล์จุดแข็ง (Strengths Profiling) ก่อนและเสร็จสิ้นการเข้าร่วมโปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 10 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างคือ คนไร้บ้านที่มีอายุ 16-24 ปี โดยใช้การวิจัยแบบผสมวิธี ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างรู้สึกว่าคุณลักษณะจุดแข็งที่โดดเด่นพวกเขาเป็นปัจจัยป้องกันที่สำคัญในชีวิต และโปรแกรมไฟล์จุดแข็ง สัมพันธ์กับพลังสุขภาพจิต (Resilience) การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-worth) และสภาวะ นอกจากนั้นคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง และพลังสุขภาพจิตยังคงมีนัยสำคัญและมีความหมายต่อการปรับปรุงโปรแกรมก่อนและหลังการสนับสนุนให้ใช้โปรแกรมไฟล์

จุดแข็งเป็นเครื่องมือในการสังเกตการเปลี่ยนแปลงการรับรู้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง และการศึกษาของ Haslip and Donaldson (2021) ทำการศึกษาเรื่องครูปฐมวัยใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใดกับความท้าทายในที่ทำงานจิตวิทยาเชิงบวกในการพัฒนาวิชาชีพครู เพื่อศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ครูปฐมวัยนำมาใช้ในที่ทำงาน กลุ่มตัวอย่างคือ ครูปฐมวัย โดยการใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการวิจัยพบว่า ความท้าทายในการทำงานที่พบได้บ่อยคือ พฤติกรรมเด็ก รองลงมาคือ การทำงานกับเพื่อนร่วมงาน คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ครูปฐมวัยใช้มากที่สุด ได้แก่ ความอ่อนโยน ความเป็นผู้นำ ความเสมอภาค ความหวัง ความรัก การกำกับตนเอง ความเพียร การให้อภัยและความอ่อนน้อมถ่อมตน รวมทั้งการศึกษาของ Vuorinen et al. (2021) ได้ทำการศึกษาความเมตตาของผู้อำนวยการในโรงเรียนอนุบาล: การฝึกอบรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของครูอย่างไร เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกอบรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสำหรับผู้อำนวยการในโรงเรียนอนุบาลประเทศฟินแลนด์ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้อำนวยการในโรงเรียนอนุบาล โดยใช้การวิจัยแบบผลานวิธี ผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้าร่วมโปรแกรมแสดงให้เห็นถึงการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ในการสร้างวัฒนธรรมองค์กรที่เกื้อกูลกันเพิ่มมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบ การเอาใจใส่อย่างมีอาชีพร การแสดงออกอย่างอบอุ่นและการให้ข้อมูลย้อนกลับเชิงบวกช่วยสนับสนุนองค์กรในโรงเรียนอนุบาล รวมทั้งการศึกษาของ Umucu et al. (2021) ได้ศึกษาบทบาทคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในการป้องกันความเครียดและสุขภาวะในบุคคลที่มีภาวะเรื้อรังและความพิการ: การวิจัยเชิงสำรวจเพื่อสำรวจบทบาทของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในการป้องกันความเครียดและสุขภาวะในสถานการณ์ Covid-19 กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ที่มีภาวะเรื้อรังและ มีความพิการ โดยใช้การวิจัยเชิงสำรวจ ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีบทบาทในการป้องกันความเครียดซึ่งเป็นผลกระทบด้านลบที่มีผลต่อสุขภาวะในสถานการณ์ Covid-19 อย่างมีนัยสำคัญ

ยิ่งกว่านั้นมีการศึกษาในกลุ่มประชากรวัยรุ่นจนถึงวัยชรา เช่น การศึกษาของ Tehrani et al. (2018) ศึกษาบทบาทของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในโรคซึมเศร้า: โมเดลสมการโครงสร้าง การศึกษาครั้งนี้คือ การพัฒนาแบบจำลองที่ทำนายผลกระทบของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งบางตัวในโรคซึมเศร้า ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความฉลาดทางอารมณ์ ความกระตือรือร้น การให้อภัย ความหวังและจิตวิญญาณ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้า อายุ 18-50 ปี โดยใช้การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีผลทางอ้อมต่อภาวะซึมเศร้าผ่านความผิดปกติทางทัศนคติ ผลกระทบเชิงลบ และความสุข ซึ่งคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งส่งผลด้านลบต่อทัศนคติที่ผิดปกติ แต่ส่งผลด้านบวกต่อความสุข นอกจากนั้นยังมี

การศึกษาในกลุ่มผู้สูงอายุ เช่น การศึกษาของ Freitas et al. (2021) การศึกษาโปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสำหรับผู้สูงอายุ: การวิจัย กึ่งทดลอง เพื่อวิเคราะห์โปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสำหรับผู้สูงอายุและผลกระทบต่อตัวแปรคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สุขภาวะทางใจ ความพึงพอใจในชีวิต และภาวะซึมเศร้ากลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุ โดยใช้การวิจัยกึ่งทดลอง ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่ได้เพิ่มคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สุขภาวะทางจิตใจ และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ แต่มีผลลัพธ์ที่สำคัญต่อภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและการศึกษาของ ธนยศ ศิริดำรงศักดิ์ (2552) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะเด่นและความพึงพอใจในการทำงานของคนไทยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะเด่น ความพึงพอใจในชีวิตและความพึงพอใจในการทำงานของคนไทยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยศึกษาว่าคุณลักษณะเด่นเหล่านั้นมีความสัมพันธ์ในทางสถิติและสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตและความพึงพอใจในการทำงานของคนไทยได้มากน้อยเพียงใด กลุ่มตัวอย่างคือ คนไทยอายุ 17-60 ปี โดยใช้การศึกษาความสัมพันธ์เปรียบเทียบ ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะเด่น 5 อันดับแรกของคนไทยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล คือ 1) ความยุติธรรม ความเสมอภาคและความถูกต้อง 2) ความกตัญญู 3) ความเป็นส่วนหนึ่ง ความเป็นทีมและความจงรักภักดี 4) ความสามารถในการรักและถูกรัก และ 5) ความซื่อสัตย์ ความตรงไปตรงมาและความจริงใจ อีกทั้งพบว่า คุณลักษณะเด่น 4 ด้านที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของคนไทยทั้งด้านชีวิตและด้านการทำงาน ซึ่งคุณลักษณะเด่นนี้เหล่านี้ยังสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตของวัยรุ่นตอนปลายและความพึงพอใจและการทำงานของวัยผู้ใหญ่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ 1) ความอยากรู้อยากเห็นและความสนใจในโลก 2) ความกตัญญู 3) ความสนุกสนาน ความกระตือรือร้นและพลังงาน และ 4) การให้อภัยและความกรุณา

อนึ่งยังมีการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบของ Vazquez-Marin et al. (2022) ที่ทำการศึกษาการเชื่อมโยงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งกับความสามารถหลักในการศึกษาและศิลปะ: การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ เพื่อแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถหลักที่เป็นตัวเร่งในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักเรียนผ่านโปรแกรมศิลปศึกษา โดยใช้บทความในฐานข้อมูล WOS, Eric และบทความในหนังสือที่ตีพิมพ์ก่อน ปี ค.ศ. 2016 พบความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถหลักและคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง กล่าวคือ รูปแบบในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้ถูกนำมาพัฒนาร่วมกับความสามารถหลัก

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งย้อนหลัง 10 ปี สรุปได้ว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ศึกษาในกลุ่มประชากรตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยชรา ซึ่งอยู่ในช่วงอายุใกล้เคียงกับกลุ่มประชากรที่ผู้วิจัยจะทำการศึกษาคือ วัยรุ่นตอนปลายถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น แม้ว่าจะมีการศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในกลุ่มนักศึกษาครูก็ตามก็ยังไม่พบการศึกษาในกลุ่มผู้ที่ได้รับทุนอื่น ๆ ที่สอดคล้องหรือใกล้เคียงกับบริบทของผู้วิจัยที่เป็นนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าเป็นช่องว่างเชิงประชากร

นอกจากนี้ยังพบว่า จุดร่วมที่เหมือนกันในรูปแบบการวิจัยการศึกษาส่วนใหญ่มักศึกษาความสัมพันธ์เปรียบเทียบของตัวแปรคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งร่วมกับตัวแปรอื่น ๆ เช่น การศึกษาความสัมพันธ์ความพึงพอใจในชีวิต ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การจัดการกับความเครียด ความสุข ความหมายในการทำงาน ภาวะหมดไฟในการทำงาน พลังสุขภาพจิต การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ความสามารถของตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นต้น อาจกล่าวได้ว่าวิธีการวิจัยจะเป็นการศึกษาความสัมพันธ์เปรียบเทียบ ในขณะเดียวกันก็ยังมี การศึกษาอื่น ๆ ได้แก่ การวิจัยกึ่งทดลอง การวิจัยเชิงทดลอง การวิจัยเชิงคุณภาพ การวิจัยเชิงสำรวจ การวิจัยแบบผสมวิธี และการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ แต่ยังไม่พบการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่ผู้วิจัยทำการศึกษา ที่เน้นให้ผู้ร่วมวิจัยได้มีส่วนร่วมในการออกแบบ หรือหาแนวทางในการพัฒนาตนเองเพื่อให้เกิดความงอกงาม จึงเป็นช่องว่างของวิธีวิทยา

3. แนวคิดจิตวิทยาการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

3.1 แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Therapy Group Counseling)

3.1.1 ความหมายของการศึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง

แนวคิดของ Rogers ในการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางถูกนำมาปรับใช้ในการให้การศึกษากลุ่ม โดยเน้นการส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเติบโตของบุคคล ซึ่งเกิดขึ้นจากบรรยากาศของการยอมรับ ความเข้าใจ และความจริงแท้ของผู้ในกลุ่ม ซึ่งไม่ได้ทำหน้าที่เป็นผู้สั่งสอนหรือผู้ชี้นำ หากแต่เป็นผู้ที่เอื้อต่อการรับรู้ของสมาชิกในกลุ่มเกี่ยวกับตนเองโดยผ่านกระบวนการสะท้อน การรับฟังเชิงลึก และการสร้างสัมพันธภาพที่ไว้วางใจ ซึ่งจะนำไปสู่การเปิดเผยตนเองอย่างค่อยเป็นค่อยไปและการเติบโตภายในของสมาชิก (Corey, 2024)

3.1.2 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

ทฤษฎีนี้มีความเชื่อพื้นฐานในทางบวกเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ โดยมองว่า มนุษย์มีแนวโน้มพื้นฐานในการพัฒนาไปสู่ความสมบูรณ์และการเติบโตส่วนบุคคล ซึ่งเรียกว่า แนวโน้มของสิ่งมีชีวิตที่จะพัฒนาไปในทางบวก (Actualizing tendency) หมายถึง แรงผลักดันภายในที่มนุษย์มีโดยธรรมชาติที่จะพัฒนาศักยภาพของตนในทางสร้างสรรค์ มีความรับผิดชอบต่อตนเอง และมีความสามารถในการตัดสินใจที่ดีขึ้นเมื่ออยู่ในสภาพแวดล้อมที่สนับสนุน โดย Rogers มองว่าหากบุคคลได้รับบรรยากาศที่เหมาะสม เช่น การยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard) ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง (Empathic understanding) และความจริงแท้ (Congruence) บุคคลนั้นจะสามารถเข้าถึงแหล่งทรัพยากรภายใน และพัฒนาตนเองไปในทิศทางที่สร้างสรรค์ได้อย่างแท้จริง นอกจากนี้ทฤษฎีนี้ยังปฏิเสธแนวคิดที่ว่า มนุษย์จำเป็นต้องพึ่งพาผู้อื่นในการวางแผนชีวิต เพราะเชื่อกันว่ามนุษย์มีศักยภาพภายในที่เพียงพอในการทำความเข้าใจตนเอง แก้ปัญหา และพัฒนาตนเมื่อได้รับการสนับสนุนอย่างเหมาะสมจากความสัมพันธ์เชิงบำบัดที่มีคุณภาพ (Corey, 2024; ดวงมณี จงรักษ์, 2556)

3.1.3 บทบาทและหน้าที่ของนักจิตวิทยาการศึกษา

บทบาทของนักจิตวิทยาการศึกษาไม่ใช่การทำหน้าที่ในฐานะผู้เชี่ยวชาญที่คอยชี้แนะหรือควบคุมทิศทางของการบำบัด แต่เป็นการดำรงอยู่ร่วมกันอย่างแท้จริงในฐานะมนุษย์กับมนุษย์ โดยให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ระหว่างนักจิตวิทยาการศึกษาและผู้รับบริการเป็นปัจจัยหลักในการเอื้อต่อการเติบโตทางจิตใจของผู้รับบริการ ทั้งนี้ นักจิตวิทยาการศึกษามีหน้าที่หลักในการสร้างบรรยากาศเชิงบำบัดที่ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ประการ ได้แก่ ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง การยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข และความจริงแท้ ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้ถือเป็นเงื่อนไขหลักในการนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายในของผู้รับบริการ โดยนักจิตวิทยาการศึกษาจะต้องมีความสามารถในการตระหนักรู้และเข้าใจประสบการณ์ภายในของผู้รับบริการอย่างลึกซึ้ง พร้อมสะท้อนกลับด้วยความเข้าใจ เพื่อส่งเสริมให้ผู้รับบริการตระหนักรู้ตนเองอย่างแท้จริง นอกจากนี้ นักจิตวิทยาการศึกษาจะไม่กำหนดเป้าหมายของการบำบัดไว้ล่วงหน้า แต่จะเชื่อมั่นว่า หากเงื่อนไขในความสัมพันธ์ทางจิตใจเหมาะสมแล้ว บุคคลย่อมสามารถเติบโต เรียนรู้ และพัฒนาได้ด้วยตนเองอย่างเป็นธรรมชาติ (Corey, 2024)

นอกจากนี้บทบาทในการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของ Rogers จะเป็นผู้อำนวยการกระบวนการกลุ่มมิใช่ผู้ควบคุมหรือผู้กำหนดทิศทาง แต่มีบทบาทสำคัญในการสร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมความไว้วางใจ ความปลอดภัยทางอารมณ์ และการยอมรับทางบวกอย่างไม่มี

เงื่อนไข ผู้อำนวยการกระบวนการต้องอยู่ในลักษณะที่เปิดเผย จริงใจ และสามารถเข้าอกเข้าใจผู้อื่น อย่างลึกซึ้ง เพื่อเชื้อให้สมาชิกกลุ่มสามารถสะท้อนตนเองได้อย่างเป็นธรรมชาติ (Corey, 2024) อีกทั้งบทบาทของผู้อำนวยความสะดวกอยู่ในฐานะผู้ร่วมอยู่มากกว่าผู้สั่งการ โดยผู้นำ กลุ่มควรใช้ทักษะการฟัง การสะท้อนความรู้สึก และการอยู่ร่วมในลักษณะที่ไม่เร่งรัดหรือชี้นำ เพื่อสนับสนุนให้สมาชิกเกิดการตระหนักรู้และพัฒนาตนเองจากภายใน (Rogers, 1980; Corey, 2024)

3.1.4 เทคนิคการปรึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง

เทคนิคนี้ใช้หัวใจหลักของกระบวนการบำบัด แต่สิ่งสำคัญคือการอยู่ร่วมกับ ผู้รับบริการด้วยท่าทีที่จริงใจ เข้าอกเข้าใจ และเห็นคุณค่าในตัวบุคคล ผ่านการรับฟังอย่างลึกซึ้ง และการสร้างความสัมพันธ์ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความไว้วางใจ หากนักจิตวิทยาการปรึกษา เลือกใช้เทคนิคใด ๆ จำเป็นต้องดำเนินการด้วยความเคารพและไม่ชี้นำ เนื่องจากผู้รับบริการแต่ละ คนมีความแตกต่างในการตอบสนองต่อรูปแบบการบำบัด แนวทางนี้ให้ความสำคัญกับการ แสดงออกซึ่งความใส่ใจ ความเข้าใจ และความจริงแท้มากกว่าการเน้นการใช้วิธีการหรือเครื่องมือ เฉพาะ แม้ว่าจะอาจมีการใช้เทคนิคบางอย่างก็เพื่อสนับสนุนความสัมพันธ์เชิงบำบัดในลักษณะที่เห็น ออกเห็นใจ ไม่ใช่เพื่อควบคุมหรือชี้นำการเปลี่ยนแปลงผู้รับบริการ ในปัจจุบันทฤษฎีนี้เปิดกว้างให้มี ความหลากหลายมากขึ้น ทั้งในแง่ของการตอบสนองของนักจิตวิทยาการปรึกษา การเผชิญหน้า เชิงบวก การมีส่วนร่วมในกระบวนการบำบัด ตลอดจนการปรับรูปแบบการให้การปรึกษาให้ สอดคล้องกับบริบทเฉพาะของแต่ละบุคคล นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงสามารถเลือกใช้สไตล์ที่ สอดคล้องกับบุคลิกภาพของตนได้ ตราบใดที่ยังคงความจริงแท้และตอบสนองต่อความต้องการ ของผู้รับบริการ นอกจากนี้ นักจิตวิทยาการปรึกษาควรเป็นฝ่ายปรับตัวให้เหมาะสมกับผู้รับบริการ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายการบำบัดได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Corey, 2024; Murphy & Joseph, 2016)

อย่างไรก็ตามการปรึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางมีเทคนิค พื้นฐานที่สำคัญ ดังนี้

1. ความสอดคล้อง ความจริงแท้หรือความเป็นจริง หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการ ปรึกษาแสดงตัวตนที่แท้จริง โดยมีความสอดคล้องกันระหว่างความรู้สึกภายในและการแสดงออก ภายนอกอย่างไม่เสแสร้ง นักจิตวิทยาการปรึกษาสื่อสารความรู้สึก ความคิด และทัศนคติที่แท้จริง อย่างตรงไปตรงมา ด้วยความรอบคอบและพิจารณาญาณทางวิชาชีพ ลักษณะดังกล่าวช่วยสร้าง

ความไว้วางใจและบรรยากาศที่ปลอดภัย ซึ่งเอื้อต่อการเติบโตและการเปลี่ยนแปลงของผู้รับบริการ (Corey, 2024; ศิริบุญรณ์ สายโกสุม, 2554)

2. การยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข เป็นคุณลักษณะสำคัญของนักจิตวิทยาการปรึกษาในแนวทางมุ่งเน้นบุคคล ซึ่งสะท้อนถึงการมองผู้รับบริการอย่างมีคุณค่า ยอมรับในสิ่งที่เขาเป็นโดยไม่ตั้งเงื่อนไข ไม่ตัดสินความเหมาะสมของอารมณ์หรือพฤติกรรมของเขาว่าดีหรือไม่ดี นักจิตวิทยาการปรึกษาแสดงความห่วงใยอย่างลึกซึ้งต่อสภาพที่ผู้รับบริการกำลังเผชิญ ไม่ว่าจะเป็นความโกรธ ความกลัว หรือความสับสน และแสดงความเต็มใจในการอยู่ร่วมในความรู้สึกเหล่านั้น โดยสื่อสารให้ผู้รับบริการรับรู้ถึงความพร้อมที่จะเชื่อมโยงและเข้าใจอย่างจริงใจ การยอมรับในลักษณะนี้ ไม่เพียงแต่สร้างความปลอดภัยทางอารมณ์ แต่ยังส่งเสริมการเปลี่ยนแปลงเชิงบำบัดได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Corey, 2024; ดวงมณี จงรักษ์, 2556)

3. การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น เป็นคุณลักษณะสำคัญของนักจิตวิทยาการปรึกษา หมายถึงความสามารถในการเข้าถึงและเข้าใจประสบการณ์ภายในของผู้รับบริการในระดับลึกจากกรอบความรู้สึกของตัวเอง เสมือนนักจิตวิทยาการปรึกษาได้อยู่ร่วมโลกกับผู้รับบริการและสัมผัสความรู้สึกเหล่านั้นด้วยตนเอง แต่ยังคงรักษาความเป็นอิสระของตนไว้ ไม่หลอมรวมกับประสบการณ์ของผู้รับบริการทั้งหมด ลักษณะของความเข้าอกเข้าใจเช่นนี้ไม่ใช่การรู้สึกสงสารหรือเห็นใจในเชิงเวทนา แต่เป็นการรับรู้ประสบการณ์ผ่านความละเอียดอ่อน ด้วยการฟังอย่างลึกซึ้ง ปราศจากการตัดสิน ซึ่งช่วยเสริมสร้างความไว้วางใจ และเอื้อต่อการสำรวจตนเองและการเปลี่ยนแปลงภายในของผู้รับบริการ (Corey, 2024; ดวงมณี จงรักษ์, 2556)

3.2 แนวคิดเกี่ยวกับการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน (Strengths-Based Therapy)

หัวใจสำคัญของการใช้จุดแข็งเป็นฐานมีแนวคิดว่าคุณคนจะประสบความสำเร็จในชีวิต ล้มเหลว ยากไร้ หรือมีความท้าทายในชีวิตจากความยุ่งเหยิง และความสิ้นหวังหรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับว่าเขามีจุดแข็งหรือความคิดที่ไม่สมดุล ซึ่งบุคคลที่มีกรอบความคิดที่ไม่สมดุลจะมุ่งความสนใจไปที่สิ่งที่ขาดหายในตนเองและผู้อื่น ดังนั้นหากต้องการประสบความสำเร็จบุคคลควรใช้จุดแข็งที่มีในตนเองเป็นฐานในการดำเนินชีวิต (Jones-Smith, 2014)

3.2.1 ความหมายของการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน

จุดแข็ง หมายถึงสิ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถรับมือกับชีวิตหรือทำให้ชีวิตเติมเต็ม (Fulfilling) สำหรับตนเองและผู้อื่นได้มากขึ้น การบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานควรสร้างสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมจุดแข็งแทนที่มุ่งเน้นไปที่พยาธิสภาพของผู้รับบริการ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายการบำบัด ดังนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาจึงควรตระหนักและให้ความสำคัญกับจุดแข็ง

ของผู้รับบริการอันดับแรก ซึ่งการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานนั้นเป็นทฤษฎีและแนวคิดการบำบัดที่มีพื้นฐานมาจากจิตวิทยาเชิงบวกที่มุ่งเน้นไปที่ทรัพยากรที่มีอยู่ในตัวของผู้รับบริการ โดยที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจะส่งเสริมให้ผู้รับบริการได้ใช้คุณสมบัติเชิงบวกเหล่านี้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและลดปัญหา นอกจากนี้การบำบัดยังสามารถใช้ร่วมกับแนวทางอื่น ๆ ได้ เช่น การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม การบำบัดกลุ่มมนุษยนิยม และการบำบัดด้วยทฤษฎีเล่าเรื่อง ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาอาจใช้จุดแข็งในการบำบัดร่วมด้วย เพื่อสร้างแรงจูงใจให้กับผู้รับบริการ (Jones-Smith, 2014; Marschall, 2021)

3.2.2 บทบาทและหน้าที่ของนักจิตวิทยาการปรึกษา

อัจฉรา นันทะศรี and สิทธิพร ครามานนท์ (2564) ได้กล่าวถึงบทบาทของนักจิตวิทยาการปรึกษาในการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานไว้ดังนี้

3.2.2.1 นักจิตวิทยาการปรึกษามุ่งเน้นช่วยเหลือผู้รับบริการในการแก้ปัญหา มากกว่าการพูดถึงปัญหาที่เกิดขึ้น

3.2.2.2 การช่วยให้ผู้รับบริการพูดถึงปัญหาและความรู้สึกของเขาด้วยภาษาของตนเองจะทำให้การบำบัดเป็นไปอย่างราบรื่น เนื่องจากจะช่วยให้เขารู้สึกสบายใจ สามารถแสดงออกและเล่าเรื่องราวความทุกข์ได้อย่างอิสระ

3.2.2.3 หลีกเลี่ยงการเน้นพยาธิสภาพของผู้รับบริการ แต่ควรทำงานร่วมกันเพื่อกำหนดเป้าหมายสำหรับการบำบัดแทน

3.2.2.4 นักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการควรกำหนดเป้าหมายในการบำบัดร่วมกัน เพราะหากไม่ตรงกันการบำบัดอาจไม่บรรลุเป้าหมาย

3.2.2.5 การบำบัดเน้นการนำจุดแข็งของผู้รับบริการมาใช้ในการแก้ไขปัญหา ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับบริการสามารถค้นหาวิธีแก้ปัญหาด้วยตนเองและใช้ชีวิตตามที่เขาต้องการได้

3.2.2.6 รับฟังผู้รับบริการโดยที่ไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยกับคำจำกัดความปัญหาของเขาเสมอไป แต่ควรให้โอกาสแก่เขาได้สำรวจและทำความเข้าใจปัญหาด้วยตนเอง

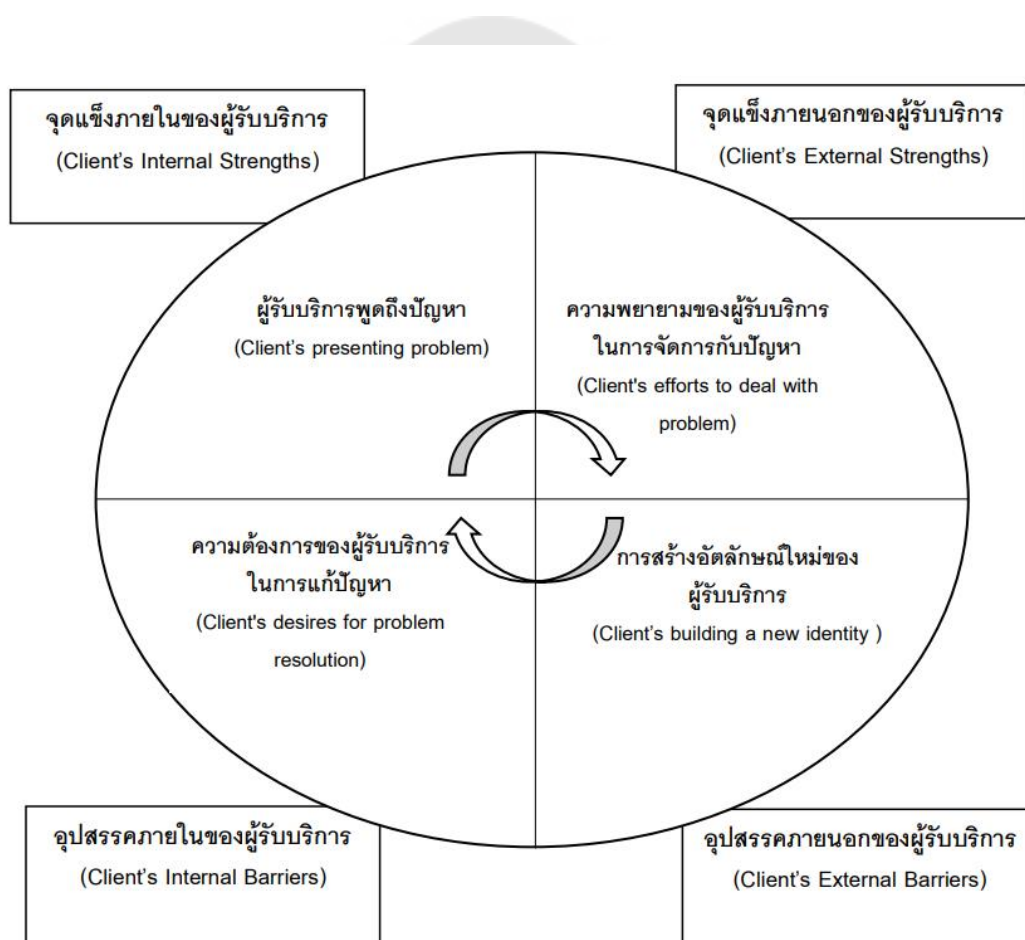
3.2.3 ขั้นตอนการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน

Jones-Smith (2014) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน มีทั้งหมด 8 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพกับผู้รับบริการ (Creating a Therapeutic Alliance) เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับผู้รับบริการ และทำความเข้าใจเรื่องราวของผู้รับบริการว่าจะไร

เป็นสิ่งที่ท้าทายในชีวิตโดยนักจิตวิทยาการปรึกษาจะสำรวจปัญหาและจุดแข็งของผู้รับบริการ รวมทั้งค้นหาว่าเขาต้องการอะไรจากนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือการรับบริการในครั้งนี้

ขั้นตอนที่ 2 ค้นหาจุดแข็ง (Strengths Discovery) หลังจากที่นักจิตวิทยาการปรึกษาได้สร้างสัมพันธภาพกับผู้รับบริการแล้วจะทำการประเมินความสมดุลระหว่างสถานการณ์ชีวิตที่ยากลำบากหรือปัญหา ซึ่งทำให้คนมีจุดแข็งสามารถจัดการกับชีวิตได้ ซึ่งมีรูปแบบการตรวจสอบจุดแข็งภายในและภายนอกของผู้รับบริการที่จะทำให้เขามองเห็นอุปสรรคภายในและอุปสรรคภายนอก ดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 รูปแบบการประเมินจุดแข็งและอุปสรรคของผู้รับบริการ

ที่มา : Jones-Smith (2014)

ขั้นตอนที่ 3 การระบุเป้าหมาย อุปสรรคและจุดแข็งทั้งภายในภายนอก (Identifying Goals Internal and External Barriers to Problem and Strengths) ขั้นนี้เป็นการให้ผู้รับบริการระบุเป้าหมายในการขอรับการปรึกษา และระบุอุปสรรคและจุดแข็งทั้งภายในภายนอกของตนเอง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตของตน โดยใช้จุดแข็งและทรัพยากรที่มีอยู่มาสนับสนุนเพื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นเมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาร่วมมือกับผู้รับบริการเพื่อสร้างแผนการที่เหมาะสมกับจุดแข็งของผู้รับบริการ ซึ่งจะเป็นแรงบันดาลใจให้เขาเกิดความหวังที่จะนำไปสู่การปฏิบัติต่อไป

ขั้นตอนที่ 4 การกระตุ้นความหวังและความฝันของผู้รับบริการ (Eliciting Clients' Hopes and Dreams) ขั้นนี้ความหวังและความฝันมีพลัง เพราะทำให้บุคคลมีชีวิตชีวาและมีแรงบันดาลใจ ซึ่งบ่อยครั้งที่ผู้รับบริการต้องเผชิญกับความท้าทายในชีวิตจนลืมความหวังและความฝันของตนเองไปทำให้เขาไม่เห็นทางออกของปัญหา ซึ่งในขั้นนี้นักจิตวิทยาการปรึกษาจะกระตุ้นให้ผู้รับบริการมองเห็นความหวังและความฝันเพื่อนำมาใช้ในการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 5 การกำหนดแนวทางแก้ไขและแผนการบำบัด (Framing Solutions and Formulating a Treatment Plan) ขั้นตอนนี้เน้นการวางกรอบการแก้ปัญหาและกำหนดแผนการบำบัด ซึ่งแผนรวมถึงจุดแข็งของผู้รับบริการ เป้าหมายและอุปสรรคภายในและภายนอก ทั้งนี้ในขั้นตอนนี้ผู้รับบริการ มีความตั้งใจที่จะดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายและวันที่ดำเนินการ หลังจากที่ผู้รับบริการและนักจิตวิทยาการปรึกษาร่วมมือกันเพื่อเลือกเป้าหมายการบำบัด นักจิตวิทยาการปรึกษาตัดสินใจว่าจะจัดการกับจุดอ่อนหรืออุปสรรคของผู้รับบริการอย่างไรให้บรรลุเป้าหมาย โดยจัดเตรียมแผนให้ผู้รับบริการนำกลับไปปฏิบัติ ดังตาราง 2

ตาราง 2 แผนการบำบัดโดยย่อของผู้รับบริการ

นักจิตวิทยาการปรึกษาวางแผนการบำบัด						
เป้าหมายของผู้รับบริการ	จุดแข็งที่จะนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้	อุปสรรคที่อาจทำให้ไม่บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้	การดำเนินการหรือขั้นตอนที่จะบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้	ทรัพยากรที่ต้องการใช้เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย	กรอบเวลา	การประเมินผลที่เกิดขึ้น
เป้าหมายที่ 1						
เป้าหมายที่ 2						
เป้าหมายที่ 3						

ที่มา : Jones-Smith (2014)

ขั้นตอนที่ 6 การสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและความสามารถ (Building Strengths and Competence) ในขั้นตอนนี้บุคคลต้องการจุดแข็งและความสามารถในการพัฒนาชีวิตของตนเอง มีขั้นตอนประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การช่วยให้ผู้รับบริการระบุจุดแข็งหลัก (Strengths Themes) โดยทำแบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง VIA Signature Character Strengths ผลที่ได้จากแบบวัดนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการร่วมกันระบุจุดแข็ง 3 ลำดับหรือจุดแข็งหลักสำหรับผู้รับบริการ 2) การยืนยันจุดแข็งของผู้รับบริการอาจรวมถึงให้สมาชิกในครอบครัว เพื่อน ครูอาจารย์ และเพื่อนร่วมงานช่วยยืนยันจุดแข็งของผู้รับบริการ 3) นักจิตวิทยาการปรึกษาร่วมวิธีการเพื่อพัฒนาจุดแข็งของผู้รับบริการโดยใช้การเรียนรู้ และการฝึกปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับจุดแข็งที่ระบุ 4) การพัฒนาจุดแข็งของผู้รับบริการในอนาคตโดยใช้การเรียนรู้ใหม่ และการฝึกปฏิบัติแบบใหม่ที่เกี่ยวข้องกับทักษะ นอกจากนั้นผู้รับบริการอาจจะประยุกต์ใช้จุดแข็งในสถานการณ์ใหม่หรือสถานการณ์ที่ท้าทาย และ 5) การประเมินและรับข้อเสนอแนะจากตนเอง และผู้อื่นเกี่ยวกับการพัฒนาจุดแข็งของผู้รับบริการ

ขั้นตอนที่ 7 การสร้างอัตลักษณ์ใหม่ (Building a Healthy New Identity and Re-integration Re-anchoring the Self) ในขั้นตอนนี้เป็นสิ่งสำคัญสำหรับการบำบัดเพื่อช่วยให้ผู้รับบริการสร้างอัตลักษณ์ใหม่ที่ดีต่อสุขภาพและความสัมพันธ์ที่ดีต่อสมาชิกในครอบครัว จุดแข็ง และเป้าหมาย รวมทั้งเป็นบุคคลที่เชื่อมโยงกับชุมชนได้มากขึ้น อีกทั้งรูปแบบการบำบัดโดยใช้

จุดแข็งเป็นฐานนั้นระบุว่าปัญหามากมายการใช้ชีวิตเกิดจากความบกพร่องของจุดแข็งที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยผู้รับบริการถูกทำให้ห่างเหินจากสมาชิกในครอบครัว เพื่อน เพื่อนร่วมงาน และสมาชิกในชุมชน ดังนั้นผู้รับบริการจึงมีความจำเป็นต้องได้รับการบริการปรึกษาด้านความสนใจทางสังคม (Social Interest) ซึ่งบางครั้งนักจิตวิทยาการปรึกษาอาจจะใช้คำถามเชื่อมโยงความสัมพันธ์กับครอบครัวและชุมชนร่วมด้วย เช่น “ใครที่อาจจะช่วยให้คุณเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ดีขึ้น” หรือ “ใครที่มีอิทธิพลทางบวกต่อคุณ”

ขั้นตอนที่ 8 การประเมิน และยุติการบำบัด (Evaluating and Terminating) ขั้นตอนนี้เป็นการทำงานร่วมกันประเมินระหว่างผู้รับบริการและนักจิตวิทยาการปรึกษาอย่างน้อย 1 สัปดาห์หลังจากจบการบำบัด ซึ่งผู้รับบริการจะพูดคุยถึงวิธีการบำบัดที่พวกเขาได้รับ ซึ่งจะพิจารณาว่าผู้รับบริการได้บรรลุถึงเป้าหมายหรือไม่ การเปลี่ยนแปลงสามารถนำมาประกอบกับการเปลี่ยนแปลงได้หรือไม่ และจุดแข็งของผู้รับบริการคืออะไร และมีทรัพยากรใดบ้างที่ช่วยให้เขาประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เมื่อประเมินสถานการณ์ปัจจุบันแล้วจะได้นำไปเป็นข้อเสนอแนะในการบำบัดในอนาคตต่อไป

สรุปได้ว่าการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานนำไปใช้อธิบายกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ได้แก่ ขั้นตอนที่ 2 ค้นหาจุดแข็ง เป็นการให้ผู้รับบริการสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองเพื่อนำมาใช้ในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ขั้นตอนที่ 3 การระบุเป้าหมายอุปสรรคและจุดแข็งทั้งภายในภายนอก โดยนำจุดแข็งและทรัพยากรที่มีอยู่มาสนับสนุนเพื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ขั้นตอนที่ 6 การสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและความสามารถ เป็นการช่วยให้ผู้รับบริการระบุจุดแข็งหลัก โดยทำแบบวัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง VIA และสร้างวิธีการเพื่อพัฒนาจุดแข็งของผู้รับบริการโดยฝึกปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับจุดแข็งที่ระบุ รวมทั้งการฝึกปฏิบัติโดยใช้จุดแข็งในสถานการณ์ใหม่หรือสถานการณ์ที่ท้าทาย และการประเมินและรับข้อเสนอแนะจากตนเองและผู้อื่นเกี่ยวกับการพัฒนาจุดแข็งของผู้รับบริการ

3.3 แนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม (Relational-Cultural Theory)

3.3.1 ความหมายของทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม

ทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม หรือ RCT พัฒนาขึ้นจากพื้นฐานของแนวคิดสตรีนิยม (Feminist Therapy) โดยมีเป้าหมายเพื่อทำความเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ผ่านมุมมองความสัมพันธ์เป็นศูนย์กลาง ทฤษฎีนี้เชื่อว่าการเติบโตทางจิตใจและอารมณ์ของมนุษย์เกิดขึ้นได้ดีที่สุดในบริบทของความสัมพันธ์ที่มีความเชื่อมโยง (Connection) มากกว่าการแยกออกเป็นปัจเจก

บุคคล ทฤษฎีนี้ให้ความสำคัญกับการอยู่ร่วมกันอย่างมีความหมาย การเปิดเผยตนเอง การรับฟังอย่างเห็นอกเห็นใจ และการสร้างพื้นที่ปลอดภัยที่ผู้คนสามารถเติบโตได้โดยไม่ต้องกลัวการถูกตัดสิน ขณะเดียวกัน RCT ยังชี้ให้เห็นว่าความเจ็บปวดทางจิตใจจำนวนมากมีรากฐานมาจากความแตกแยกในความสัมพันธ์ (Disconnection) โดยเฉพาะเมื่อบุคคลถูกทำให้รู้สึกด้อยคุณค่าหรือไม่เป็นที่ยอมรับ ดังนั้น RCT จึงมุ่งเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ส่งเสริมการเติบโต (Growth-fostering relationships) ซึ่งมีองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ การเปิดเผยความรู้สึก ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง การมีอิทธิพลต่อการแสดงความคิดเห็นอกเห็นใจ และความรู้สึกมีความหมายร่วมกัน (Jordan, 2017)

3.3.2 แนวคิดหลักของทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม

Comstock et al. (2008) สรุปแนวคิดหลักของทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม ดังนี้

3.3.2.1 มนุษย์เติบโตผ่านความสัมพันธ์ คือ การที่มนุษย์มีแรงผลักดันพื้นฐานที่จะสร้างและรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่น การเติบโตทางจิตใจเกิดขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์ที่มีคุณภาพกับผู้อื่น ไม่ใช่จากความเป็นอิสระหรือการแยกตัว

3.3.2.2 การขาดการเชื่อมโยง (Disconnection) คือ แหล่งของความทุกข์ทางจิตใจ ความรู้สึกแปลกแยก การถูกตัดขาด หรือไม่ได้รับการยอมรับในความสัมพันธ์ส่งผลต่อภาวะทางอารมณ์และสุขภาพของบุคคล

3.3.2.3 การมีความสัมพันธ์แบบเห็นคุณค่าและเข้าอกเข้าใจกัน คือ ความสัมพันธ์ที่ดีต้องมีการเข้าใจซึ่งกันและกัน และส่งเสริมพลังให้ทั้งสองฝ่าย ไม่ใช่เพียงนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นผู้ให้ แต่ผู้รับบริการก็สามารถส่งผลเชิงบวกต่อผู้บำบัดเช่นกัน

3.3.2.4 ความเปราะบางคือความเข้มแข็ง โดย RCT มองว่าความกล้าที่จะแสดง ความเปราะบาง ความไม่สมบูรณ์แบบ หรือความรู้สึกเจ็บปวดคือจุดเริ่มต้นของความสัมพันธ์ที่แท้จริง และเป็นพื้นที่ปลอดภัยทางจิตใจ

3.3.2.5 บริบททางวัฒนธรรมและอำนาจส่งผลต่อความสัมพันธ์ กล่าวคือ ความสัมพันธ์ของแต่ละคนมีรากฐานจากบริบททางสังคม การกดทับ และความไม่เสมอภาค เช่น เพศ เชื้อชาติ ชนชั้น ฯลฯ นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องตระหนักและทำงานกับความซับซ้อนเหล่านี้

3.3.2.6 พลังแห่งการเปลี่ยนแปลงอยู่ในความสัมพันธ์ที่แท้จริง คือ ความสัมพันธ์ที่เน้นการเติบโต การร่วมมือ และการยอมรับเป็นแหล่งของการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนและแท้จริง

3.3.3 บทบาทและหน้าที่ของนักจิตวิทยาการศึกษา

นักจิตวิทยาการศึกษาจะมีบทบาทในการอยู่ร่วมกับผู้รับบริการอย่างแท้จริง รับฟังอย่างลึกซึ้ง และเปิดพื้นที่ให้เกิดความเชื่อมโยงผ่านการแลกเปลี่ยนทางอารมณ์และความรู้สึก โดยตระหนักถึงอิทธิพลของบริบททางสังคม วัฒนธรรม อำนาจ และการกดทับต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อประสบการณ์ชีวิตของผู้รับบริการ โดยเฉพาะกลุ่มคนชายขอบ เช่น ผู้หญิง ชนกลุ่มน้อย ผู้มีความหลากหลายทางเพศ และผู้มีประสบการณ์ถูกกีดกันทางสังคม ซึ่ง RCT มุ่งเน้นการเยียวยาผ่านความสัมพันธ์ที่เป็นธรรม เท่าเทียม และปลอดภัย อันเป็นรากฐานของการเปลี่ยนแปลงภายในอย่างแท้จริง (Jordan, 2017)

3.3.4 การประยุกต์ใช้ทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรมกับกลุ่มคนชายขอบ

ทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรมมีความเหมาะสมอย่างยิ่งกับการทำงานกับกลุ่มคนชายขอบ เช่น ผู้หญิง คนผิวสี ผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTQ+) ผู้ที่เผชิญกับการเลือกปฏิบัติและการกีดกันทางสังคม เนื่องจากทฤษฎีนี้ให้ความสำคัญกับการฟื้นฟูอำนาจผ่านความสัมพันธ์ และการรับฟังอย่างเห็นคุณค่าต่อประสบการณ์ของผู้ถูกกดทับ ซึ่งทฤษฎีนี้ส่งเสริมให้นักจิตวิทยาการศึกษาใช้ความสัมพันธ์ที่เอื้อให้ผู้รับบริการรู้สึกได้รับการยอมรับ เห็นคุณค่า และมีความสำคัญ โดยเฉพาะกับผู้ที่เคยเผชิญกับความรู้สึกด้อยคุณค่าหรือการถูกทำให้เงียบเสียง (Silencing) จากสังคม การสร้างพื้นที่ปลอดภัยที่ให้ความเคารพต่ออัตลักษณ์ และประสบการณ์เฉพาะของผู้รับบริการจะช่วยให้เกิดการฟื้นฟูตนเองจากบาดแผลทางความสัมพันธ์และสังคม อีกทั้งยังเน้นความสำคัญของการตั้งคำถามเชิงโครงสร้าง เพื่อชี้ให้เห็นว่าความทุกข์ของกลุ่มคนชายขอบไม่ใช่ความผิดของปัจเจก แต่เป็นผลจากอำนาจที่ไม่สมดุล เช่น การเหยียดเพศ เหยียดผิว หรืออคติทางวัฒนธรรม (Comstock et al., 2008)

อย่างไรก็ตามแม้ว่าแนวคิดการศึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางเน้นความสัมพันธ์ระหว่างนักจิตวิทยาการศึกษาและผู้รับบริการที่อิงความจริงแท้ การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไขอันเป็นเงื่อนไขพื้นฐานของการเปลี่ยนแปลงทางการบำบัด ขณะที่ทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรมกล่าวถึงพัฒนาการทางจิตวิทยาเกิดขึ้นจากความสัมพันธ์ที่เกื้อหนุนการเติบโต โดยมีหัวใจสำคัญคือ ความรู้สึกร่วม การเสริมพลังซึ่งกันและกัน และการมีปฏิสัมพันธ์ในเครือข่ายความสัมพันธ์ที่ซับซ้อนหลากหลาย ซึ่งแนวคิดทั้งสองแม้จะเน้นการพัฒนาจากภายในบุคคลผ่านความสัมพันธ์ แต่ยังมีข้อจำกัดในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของกลุ่มชายขอบที่เผชิญปัจจัยกดทับทางสังคม เช่น ความยากจน ความไม่เท่าเทียม และความโดดเดี่ยวทางวัฒนธรรม โดยเฉพาะในมิติที่ต้องการการลงมือ

เปลี่ยนแปลงเชิงสังคมอย่างมีส่วนร่วม นอกจากนั้นการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานแม้ว่าจะมีการให้บริการสำรวจจุดแข็ง แต่นักจิตวิทยาการปรึกษายังคงมีบทบาทสำคัญต่อผู้รับบริการ เช่น การเลือกเป้าหมายในการบำบัด และการสร้างแผนที่เหมาะสมกับจุดแข็งของผู้รับบริการ ซึ่งแตกต่างจากการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่เปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยได้เป็นผู้คิดวางแผนในการแก้ไขปัญหาเอง ดังที่ อุทัยทิพย์ เจียวิวรรณ์กุล (2553) กล่าวว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเป็นการนำเอาศักยภาพของบุคคลมาใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหาในสภาพบริบทที่ตนเองอยู่ให้ดีขึ้นด้วยการสร้างให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้อย่างถาวรมากกว่า รวมทั้งยืดเวลาของการพัฒนาตนออกไปมากกว่าการบอกหรือสั่งให้ทำ อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมยืดระยะเวลาในการพัฒนาตนของผู้ร่วมวิจัยออกไปมากกว่าการบำบัด

4. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research)

การศึกษาในครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย 1) เพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และ 2) เพื่อสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ซึ่งผู้วิจัยจะขอนำเสนอรายละเอียดการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ดังนี้

4.1 ความหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) หรือ PAR ได้มีนักวิชาการให้ความหมายไว้หลายท่านอย่างสอดคล้องกัน โดย พันธุ์ทิพย์ รวมสูตร (2540) กล่าวว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเป็นการปรับเปลี่ยนบทบาทจากเดิมที่ประชากรคือผู้ถูกศึกษามาเป็นผู้ร่วมวิจัย ในขณะเดียวกัน (ภัทรพร เกษสังข์, 2559, อุทัยทิพย์ เจียวิวรรณ์กุล, 2553) ได้กล่าวถึงความหมาย การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมไว้สอดคล้องกันว่า หมายถึง การวิจัยที่ช่วยแก้ไขปัญหาโดยให้ความสำคัญกับประชาชนและชุมชนได้มีบทบาทในกระบวนการวิจัยทุกขั้นตอน โดยการยึดหลักความเสมอภาคในการค้นหาความรู้ร่วมกัน ตั้งแต่การวิเคราะห์ปัญหา การวางแผน การลงมือปฏิบัติเพื่อหาแนวทางแก้ไข ตลอดจนการติดตามและประเมินผลร่วมกันระหว่างผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัย ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้ประชาชนและชุมชนสามารถ

สร้างความรู้ใหม่ของตนเองขึ้นมา เพื่อนำไปปรับใช้ในการปรับแก้ไขปัญหาหรือปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่ตนอาศัยอยู่อย่างเหมาะสมมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับ Stringer (2007) กล่าวว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้ที่เป็นเจ้าของบริบทนั้นได้สำรวจสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ได้แสดงความคิดเห็นหาแนวทางในการแก้ไขปัญหารวมทั้งสนับสนุนให้ดำเนินการปรับปรุงสภาพเหล่านั้นอย่างเป็นระบบ อีกทั้ง องค์าจ นัยพัฒน์ (2554) ยังได้กล่าวว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเป็นกระบวนการวิจัยที่ดำเนินงานโดยคณะผู้วิจัย และบุคคลที่อยู่ในหน่วยงาน องค์กรหรือชุมชนนั้น ๆ โดยมีจุดมุ่งหมายหลักเพื่อนำผลการวิจัยที่ถูกค้นพบหรือถูกสร้างสรรคขึ้นไปใช้แก้ไขปัญหาระดับการพัฒนาคุณภาพการปฏิบัติงานที่สอดคล้องกับบริบทในหน่วยงาน องค์กร หรือชุมชนได้อย่างเหมาะสม อีกทั้ง Deshler and Ewert (1995) กล่าวว่า เป็นวิธีการแก้ปัญหาในสถานการณ์หนึ่ง ๆ โดยให้ผู้ที่กำลังประสบปัญหาเหล่านั้นมีส่วนร่วม กระบวนการนี้เน้นการแสวงหาความจริงและแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมคือ ผู้ที่อยู่ในบริบทนั้นและนักวิจัยร่วมกันรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงแก้ไขสถานการณ์ที่เป็นปัญหาของตน นอกจากนั้น Smith et al. (1997); Stringer (1996) กล่าวไว้อย่างสอดคล้องกันว่า หัวใจสำคัญที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงนั้นอยู่ที่กระบวนการวิจัย ซึ่งดำเนินการโดยใช้วิธีการทำงานร่วมกันระหว่างนักวิจัยและผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (Stakeholders) โดยผู้มีส่วนได้ส่วนเสียได้รับเชิญให้เข้าร่วมการประชุมเพื่อสังเกตสถานการณ์ต่างๆ และสะท้อนความต้องการ เมื่อระบุอุปสรรคและทางเลือกที่เป็นไปได้แล้ว กระบวนการวิจัยก็จะสามารถนำไปสู่ทิศทางใหม่ที่เป็นประโยชน์มากขึ้นได้ ยิ่งกว่านั้น วรณดี สุทธินรากร (2560)กล่าวว่า ผู้ที่อยู่ในกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมทำงานร่วมกับสมาชิกกลุ่มซึ่งมีเป้าหมายเฉพาะในการทำงานร่วมกัน การตั้งคำถามเพื่อไปสู่การอธิบายอย่างต่อเนื่องตลอดกระบวนการวิจัย ซึ่งจะเอื้อและสนับสนุนต่อบรรยากาศแห่งความไว้วางใจซึ่งกันและกัน อีกทั้งผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนได้อยู่ในบรรยากาศที่เปิดกว้างทางความคิด ร่วมมือทำงานเป็นกลุ่ม ตั้งคำถามสำคัญ และเกิดความรู้สึกมีส่วนร่วมในปัญหา ร่วมกันสำรวจและเข้าใจปัญหาเพื่อขับเคลื่อนไปสู่การแก้ไข

Kemmis and McTaggart (2005) ได้กล่าวถึงความแตกต่างของการวิจัยทั่วไปกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมไว้ 3 ประการคือ 1) ผู้มีส่วนร่วมเป็นเจ้าของโครงการวิจัย 2) คนที่อยู่ในบริบทหรือชุมชนนั้น ๆ เป็นผู้ร่วมวิเคราะห์ปัญหา และ 3) ชุมชนเป็นผู้วางแผนและหาแนวทางในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อแก้ไขปัญหาระดับการพัฒนาตนเองทั้งทางด้านการเมือง เศรษฐกิจ และสังคม ซึ่งสอดคล้องกับความต้องการของชุมชนอย่างแท้จริง การวิจัยเชิงปฏิบัติการ

แบบมีส่วนร่วมของชุมชนเป็นการวิจัยประเภทหนึ่งที่นักวิจัยมีส่วนร่วมในฐานะผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมขององค์กรและในฐานะนักวิจัย การวิจัยนี้ใช้แนวคิดและวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพในการศึกษาปัญหาในชุมชน เป้าหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมของชุมชนคือเพื่อพัฒนาจิตสำนึกในการวิเคราะห์เชิงวิพากษ์ผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนาสภาพความเป็นอยู่และวิถีชีวิตตลอดจนการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและความสัมพันธ์พื้นฐานในสังคมของตนเอง อย่างไรก็ตาม Creswell (2002) ได้เสนอแนะว่า แม้ว่าการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมส่วนมากเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ แต่ก็สามารถเก็บข้อมูลวิจัยเชิงปริมาณร่วมด้วยได้ อนึ่งยังมีข้อสังเกตจาก Kemmis and Mc Taggart (1998) ไว้ว่าการวิจัยเชิงปฏิบัติการเป็นรูปแบบหนึ่งของการวิจัยที่ไม่ได้แตกต่างไปจากการวิจัยอื่นในเชิงเทคนิค แต่แตกต่างในด้านวิธีการของการวิจัยปฏิบัติการ กล่าวคือ การทำงานที่เป็นการสะท้อนผลการปฏิบัติของตนเองในลักษณะวนซ้ำ (Spiral of self-reflection) โดยเริ่มจากการวางแผน (Planning) การลงมือปฏิบัติ (Acting) การสังเกต (Observation) และการสะท้อนกลับ (Reflecting) ซึ่งต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของผู้เกี่ยวข้องในกระบวนการสะท้อนเพื่อพัฒนาปรับปรุงการทำงานให้ดียิ่งขึ้น

จากความหมายข้างต้นกล่าวโดยสรุปได้ว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมหมายถึง การวิจัยที่เปลี่ยนบทบาทจากเดิมที่ผู้วิจัยคือ ผู้ถูกศึกษามาเป็นผู้ร่วมวิจัยและเป็นเจ้าของโครงการ โดยร่วมมือกับนักวิจัยในการสร้างองค์ความรู้ตั้งแต่การสำรวจปัญหา วิเคราะห์ปัญหา วางแผนและหาแนวทางแก้ไขปัญหาหรือการพัฒนาบริบทที่สอดคล้องกับความต้องการของผู้ที่อาศัยอยู่ในชุมชนนั้นอย่างแท้จริง

4.2 จุดมุ่งหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

มีนักวิชาการได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมไว้ ดังนี้ การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเป็นกระบวนการวิจัยที่มีจุดมุ่งหมายที่สำคัญคือ เพื่อส่งเสริมความเป็นประชาธิปไตย โดยยึดหลักแห่งเสมอภาคและความเท่าเทียมกัน กล่าวคือ กระบวนการวิจัยจะช่วยส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้ร่วมวิจัยได้มีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ตลอดจนตัดสินใจร่วมกันหาวิธีการแก้ไขปัญห ซึ่งการกระทำดังกล่าวจะต้องอยู่บนพื้นฐานแห่งความเท่าเทียมกัน นอกจากนั้นแล้วจุดมุ่งหมายที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งของการวิจัยในมุมมองทางการเมืองคือ เป็นการกระจายอำนาจไปสู่ประชาชน เนื่องจากเปิดโอกาสให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมหาวิธีการหรือแนวทางปฏิบัติในโครงการวิจัยได้ ในขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยที่เป็นเจ้าของบริบทเกิดความเข้าใจถึงปัญหาของตนเอง ร่วมกันออกแบบวางแผน และมีข้อปฏิบัติที่ชัดเจนที่เป็นแนวทางในการนำไปสู่การแก้ไขปัญหหรือการพัฒนาได้อย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้อง

กับเป้าหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมคือ นำไปสู่การปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพทั้งภายในองค์กร ชุมชน ครอบครัว และบุคคล (Merriam, 2002; Stringer, 1999 Cited in Creswell, 2002)

ภัทราพร เกษสังข์ (2559) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ไว้ดังนี้

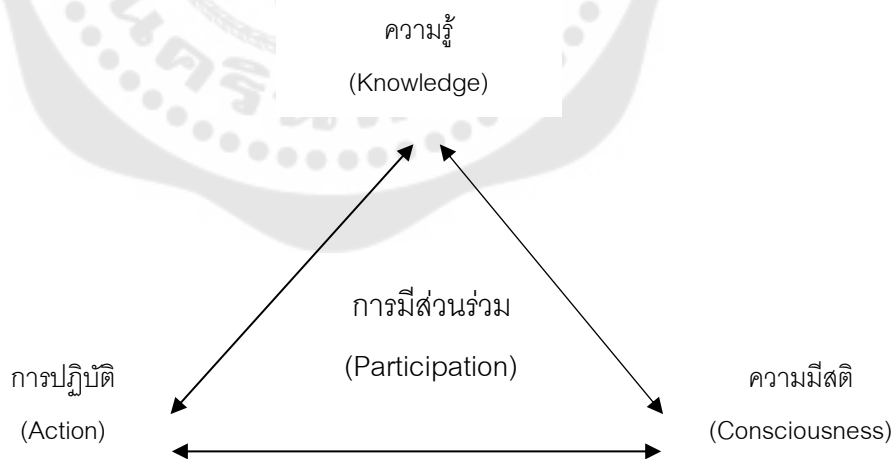
1. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในบริบทพื้นที่วิจัยเข้ามามีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหา ออกแบบ วางแผน หรือร่วมกันหาแนวทางในการพัฒนาหรือแก้ไขปัญหา ตลอดจนมีการติดตามและสะท้อนผลการวิจัย
2. เพื่อให้เกิดกระบวนการขับเคลื่อนจากทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องในบริบทพื้นที่วิจัยในทุกขั้นตอนของการปฏิบัติการเพื่อการพัฒนาหรือการแก้ไขปัญหา
3. เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มาจากผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับบริบทพื้นที่วิจัยอย่างแท้จริง ซึ่งจะให้เห็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมมากกว่าการที่ไม่ได้มีความร่วมมือจากคนในชุมชนและเป็นการศึกษาในมุมมองของนักวิจัยเพียงอย่างเดียว
4. เพื่อให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในบริบทพื้นที่วิจัยตระหนักถึงเป้าหมาย และเกิดความรับผิดชอบต่อการพัฒนาหรือการแก้ไขปัญหาร่วมกัน
5. เพื่อให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องและนักวิจัยเกิดกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันต่อการพัฒนาหรือการแก้ไขปัญหในบริบทพื้นที่วิจัย นอกจากนั้นแล้วผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องยังสามารถนำไปเป็นแนวทางการวิจัยหรือแก้ไขปัญหาชุมชนต่อไปได้

สรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมยึดหลักแห่งความเสมอภาคและความเท่าเทียมในการให้ผู้ร่วมวิจัยซึ่งเป็นเจ้าของบริบทได้มีโอกาสวิเคราะห์ปัญหา ออกแบบและวางแผนหาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกัน ตลอดจนการติดตามและสะท้อนผลการวิจัย เพื่อตอบสนองความต้องการที่สอดคล้องกับบริบทของชุมชนได้อย่างแท้จริง นอกจากนั้นแล้วผู้ร่วมวิจัยและนักวิจัยเกิดกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันทั้งในการพัฒนาหรือการแก้ไขปัญหา อีกทั้งผู้ร่วมวิจัยยังสามารถนำกระบวนการวิจัยไปเป็นแนวทางในการวิจัยหรือแก้ไขปัญหาชุมชนต่อไปได้

4.3 ลักษณะของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมีลักษณะเป็นกระบวนการในการค้นหาความรู้ร่วมกันทั้งในกลุ่มผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในพื้นที่วิจัย ชุมชน แกนนำ และนักวิจัย รวมทั้งอาจเป็นการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นและนำเอาองค์ความรู้จากภายนอกมาทำการแลกเปลี่ยนกัน จากนั้นนำเอาองค์ความรู้ไปปฏิบัติแล้วทำการสะท้อนผลเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ที่เกิดจากการปฏิบัติที่ผ่านมา

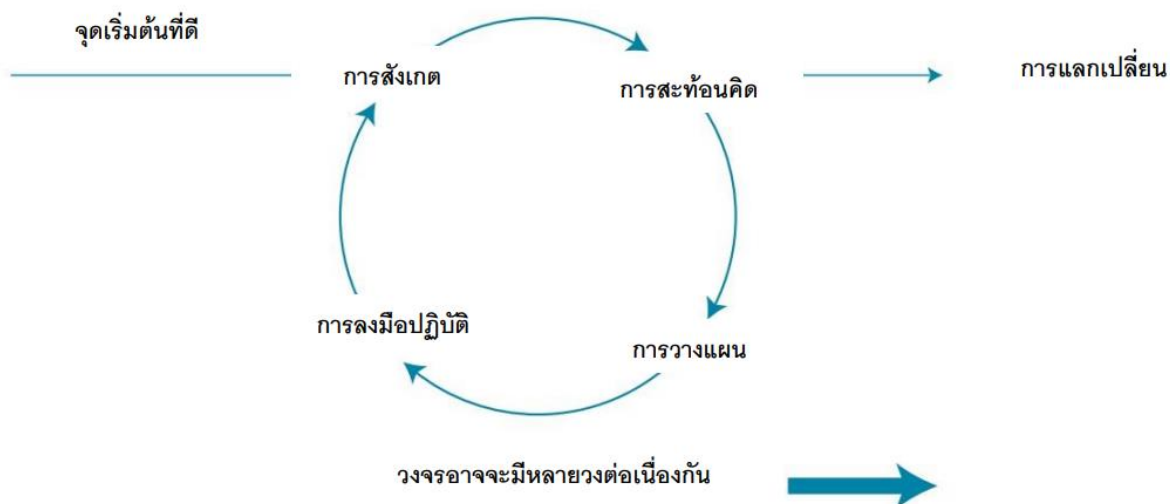
และนำมาปรับปรุงในวงรอบต่อไปอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมจะมีลักษณะเป็นองค์รวมไม่แยกส่วนใดส่วนหนึ่ง กล่าวคือ กระบวนการจะยึดปัญหาในพื้นที่วิจัยของผู้ร่วมวิจัย และพิจารณาถึงเงื่อนไขที่ทำให้เกิดปัญหาจากบริบทพื้นที่วิจัยอย่างรอบด้านเพื่อนำไปสู่การลงมือแก้ไขปัญหานั้น กระบวนการดังกล่าวนี้จะทำให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และเกิดพลังในการขับเคลื่อนไปสู่การแก้ไขปัญหาของตนเองได้ อย่างไรก็ตาม แม้ว่าผู้วิจัยจะถอนตัวออกจากพื้นที่วิจัย แต่ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยก็ยังสามารถขับเคลื่อนการวิจัยต่อไปได้ในอนาคต ยิ่งกว่านั้นกระบวนการของการวิจัยดำเนินการตามวงรอบอย่างต่อเนื่อง แต่ก็สามารถยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมได้ตามสถานการณ์ อนึ่งองค์ความรู้ที่ได้จากกระบวนการวิจัยเป็นผลของการมีส่วนร่วมระหว่างผู้ร่วมวิจัยที่เป็นเจ้าพื้นที่วิจัยและนักวิจัย อีกทั้งการวิจัยจะเป็นการสร้างจิตสำนึก การทำงานเป็นทีมโดยการมีส่วนร่วมความสัมพันธ์เชิงอำนาจ (Power relations) นำไปสู่การวิจัยทางสังคม (Social Research) อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางสังคมได้ ในขณะเดียวกันนั้นลักษณะที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การมีส่วนร่วมอย่างเท่าเทียมจะทำให้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมประสบความสำเร็จส่งผลให้เกิดปฏิสัมพันธ์ต่อกันทั้งทางด้านความรู้ (Knowledge) การมีสติ (Consciousness) ผ่านการปฏิบัติ (Action) (Koshy, 2005; Stringer, 2007; พันธุ์ทิพย์ รามสูตร, 2540; อุทัยทิพย์ เจียวิวรรณกุล, 2553) ดังภาพประกอบ 5



ภาพประกอบ 5 ปฏิสัมพันธ์ของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ที่มา: Reason and Bradbury (2008)

นอกจากนั้น Crane and O'Regan (2010) ยังได้กล่าวถึง การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมีลักษณะเป็นวงจรโดยเริ่มจากกระบวนการสังเกต (Observe) การสะท้อนผล (Reflect) การวางแผน (Plan) และการลงมือปฏิบัติ (Act) ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้



ภาพประกอบ 6 ลักษณะวงจรของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ที่มา: Crane and O'Regan (2010)

1. การสังเกตที่ดีนั้นเป็นจุดเริ่มต้นของวงจรการปฏิบัติการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้น การสำรวจข้อมูล การค้นหาข้อมูลใหม่ ๆ รวมถึงการทำความเข้าใจหรืออธิบายสิ่งที่เกิดขึ้น

2. การสะท้อนคิด มีขั้นตอนดังนี้ คือ 1) ไตร่ตรองหรือพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้น โดยมีส่วนร่วมในการรับฟังผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย เพื่อรับฟังมุมมอง ความคิดเห็นและการตีความที่แตกต่างกัน 2) พัฒนาความคิดหรือทฤษฎีเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นด้วยวิธีการระดมสมอง เช่น การพูดคุย การแลกเปลี่ยนข้อมูลเชิงลึก และการนำข้อมูลที่ได้มาปะติดปะต่อกันเป็นจิ๊กซอว์

3. แลกเปลี่ยนความคิดกับผู้อื่นเพื่อให้สามารถตีความหรือให้ความหมายโดยคาดเดาตามข้อมูลที่ได้เก็บรวบรวมมา การเปรียบเทียบสิ่งที่สังเกตกับหลักฐานที่ปรากฏ เนื่องการแลกเปลี่ยนนี้เป็นวงจรที่จำเป็นในการค้นพบและสังเกตความเข้าใจของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย และการแลกเปลี่ยนความเข้าใจร่วมกัน

4. การวางแผน ประกอบด้วย การชี้แจงคำถามที่ถูกละเลย การระบุการกระทำที่ต้องการทดลองการพัฒนาแผนการปฏิบัติ ซึ่งในทุกขั้นตอนควรมีส่วนร่วมและร่วมมือกัน

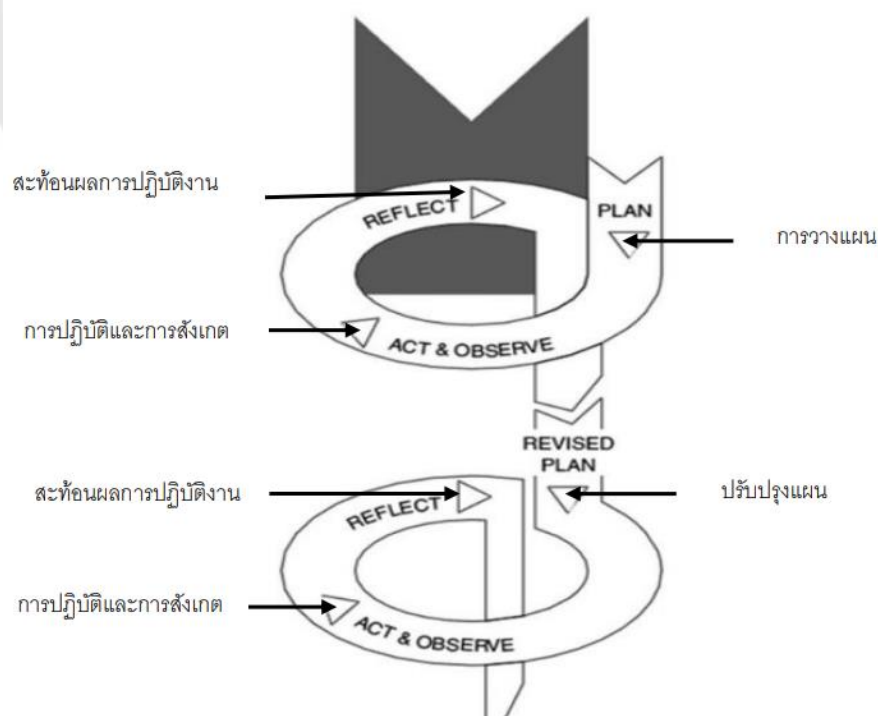
โดยเฉพาะการวางแผน นอกจากนั้นแล้วผู้มีส่วนได้ส่วนเสียควรมาร่วมกันเพื่อพูดคุยเกี่ยวกับสิ่งที่จะทำว่าจะต้องทำอะไร ซึ่งจุดเด่นเน้นการมีส่วนร่วมในการวางแผนและการทำงานร่วมกัน

5. การลงมือปฏิบัติ ประกอบด้วยการทำตามแผนอย่างมีระบบและสร้างสรรค์ การสื่อสารกับผู้อื่นและมีส่วนร่วมในกระบวนการ และการติดตามผล

6. การแลกเปลี่ยน คือ การนำคำถามมาแลกเปลี่ยนกันในกลุ่ม เชิญชวนให้ผู้อื่นสะท้อน สิ่งที่ค้นพบว่าแต่ละคนมีมุมมองต่อข้อมูลนั้นอย่างไร ทำให้เห็นขอบเขต ข้อสรุป และพิจารณาถึงการนำไปการวางแผนในวงรอบต่อไป

4.4 กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการวิจัยแบบมีส่วนร่วมตามแนวคิดของ Kemmis and Mc Taggart (1998) ประกอบไปด้วยกระบวนการวิจัยที่สำคัญ 4 ขั้นตอน คือ 1) การวางแผนเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง (Planning) 2) การลงมือปฏิบัติตามแผน (Action) 3) การสังเกตผลการปฏิบัติงาน (Observation) และ 4) การสะท้อนกลับผลการปฏิบัติงาน (Reflection) รวมทั้งการปรับปรุงแผนการปฏิบัติงาน (Re-planning) ดังภาพประกอบ 7 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ (องอาจ นัยพัฒน์, 2554)



ภาพประกอบ 7 วงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ Kemmis and Mc Taggart (1998)

ที่มา: Bodsworth and Goodyear (2017)

1. การวางแผน เป็นขั้นตอนกำหนดแนวทางปฏิบัติการไว้ก่อนล่วงหน้า โดยอาศัยการคาดคะเนแนวโน้มของผลลัพธ์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติการตามแผนที่วางไว้ ซึ่งเป็นการนึกถึงเรื่องราวในอดีตที่เกี่ยวข้องกับปัญหาที่ต้องการแก้ไข รวมทั้งพิจารณาถึงปัจจัยที่สนับสนุนหรือขัดขวางความสำเร็จต่อการแก้ไขปัญห อย่างไรก็ตามการวางแผนจะต้องคำนึงถึงความยืดหยุ่น เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนได้อย่างเหมาะสมกับเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งอาจจะไม่เป็นไปตามเงื่อนไข หรือยากต่อการควบคุมตามที่วางแผนแก้ไขปัญห ไว้ ทั้งนี้กิจกรรมที่กำหนดจะต้องแก้ไขปัญห ได้ดีในระดับหนึ่งและมีความสอดคล้องกับบริบท

2. การปฏิบัติการ เป็นขั้นตอนของการลงมือปฏิบัติให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้ด้วยความระมัดระวัง แต่ในความเป็นจริงการปฏิบัติการให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้อาจขึ้นอยู่กับเงื่อนไขและข้อจำกัดในสถานการณ์ในเวลานั้นได้ ดังนั้นแผนการปฏิบัติที่ดีควรเป็นแผนชั่วคราวที่สามารถเปิดโอกาสให้ผู้ปฏิบัติการสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามเงื่อนไขและปัจจัยที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ซึ่งการปฏิบัติที่ดีจะต้องดำเนินไปอย่างต่อเนื่องเป็นพลวัตรภายใต้การใช้ดุลยพินิจในการตัดสินใจว่าสิ่งใดควรกระทำและอะไรที่ควรปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมตามปัจจัยและเงื่อนไขในขณะนั้น

3. การสังเกตการณ์ เป็นขั้นตอนที่นักวิจัยจะต้องมีความไวต่อการรับรู้และเข้าใจต่อการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นหรือไม่ได้เกิดขึ้นตามแผนที่วางไว้ โดยผ่านการสังเกตการณ์ของการรวบรวมข้อมูลหลักฐานด้านกระบวนการและผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติงานที่ได้ลงมือกระทำ รวมทั้งสังเกตปัจจัยที่สนับสนุนและขัดขวางต่อการดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ ทั้งนี้การวางแผนที่ดีควรมีความยืดหยุ่นไม่จำกัดวงแคบและไม่กว้างจนเกินไป เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสะท้อนผลกลับกระบวนการและผลการปฏิบัติงานที่จะเกิดขึ้นตามมา

4. การสะท้อนกลับ เป็นขั้นตอนการระลึกถึงการกระทำตามที่บันทึกข้อมูลไว้จากการสังเกตอย่างไตร่ตรองในเชิงวิพากษ์กระบวนการและผลการปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้ ตลอดจนการไตร่ตรองปัจจัยสนับสนุนและปัจจัยที่ขัดขวางต่อการพัฒนา รวมทั้งประเด็นปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่ ทั้งนี้กลยุทธ์หนึ่งที่จะช่วยให้กระบวนการสะท้อนกลับเกิดขึ้นอย่างได้ผลนั้นต้องอาศัยกระบวนการกลุ่มในการอภิปรายซักถามในลักษณะวิพากษ์วิจารณ์หรือประเมินผลการปฏิบัติงานระหว่างบุคคล เพื่อนำไปสู่แนวทางในการปรับปรุงวิธีการปฏิบัติจากเดิมไปสู่วิธีการใหม่ ซึ่งเป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญในการทบทวนและปรับปรุงวางแผนปฏิบัติการสำหรับวงจรวิจัยในรอบหรือเกลียวต่อไป

การศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เนื่องจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ส่วนใหญ่รูปแบบการวิจัยเป็น

การศึกษาความสัมพันธ์เปรียบเทียบ (Datu & Bernardo, 2020; Liu & Wang, 2021) และนอกจากนั้นมีการศึกษาด้วยรูปแบบวิจัยอื่น ๆ ได้แก่ การวิจัยกึ่งทดลอง (Freitas et al., 2021) การวิจัยเชิงทดลอง (Naini et al., 2021) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Haslip & Donaldson, 2021) การวิจัยเชิงสำรวจ (Umucu et al., 2021) การวิจัยแบบผสมวิธี (Vuorinen et al., 2021) และการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ (Vazquez-Marin et al., 2022) แต่ยังไม่พบ การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม จึงเป็นช่องว่างของวิธีวิทยา ทั้งนี้ผู้วิจัยจะนำแนวคิดการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมของ Kemmis and Mc Taggart (1998) มาใช้ในการส่งเสริมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา เนื่องจากเป็นแนวคิดที่มีการนำมาใช้กันอย่างแพร่หลายโดยเฉพาะในด้านการศึกษา (องอาจ นัยพัฒน์, 2554) เน้นการมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนระหว่างผู้ร่วมวิจัยที่เป็นเจ้าของบริบทและนักวิจัยมีตั้งแต่กระบวนการวางแผน การปรับปรุงแผน การปฏิบัติตามแผน การสังเกตการณ์ และร่วมกันสะท้อนผลที่เกิดจากการปฏิบัติงานเพื่อเติมเต็มสิ่งที่ยังขาดไป โดยนำข้อมูลที่ได้ไปหมุนเกลียวในวงรอบต่อไปเพื่อปรับปรุงและพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นจนกระทั่งสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ทั้งนี้จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า มีการศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่ให้ผู้เรียนเข้ามาเป็นผู้ร่วมวิจัยทั้งในประเทศ เช่น การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนโดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน (วิสุทธิศักดิ์ หวานพร้อม et al., 2664) และต่างประเทศ เช่น การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อสร้างอัตลักษณ์ของผู้เรียนระดับบัณฑิตศึกษา (Tshelane, 2013) ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมาใช้ในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา เนื่องจากระเบียบวิธีวิจัยดังกล่าวเป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นให้ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนได้มีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เพื่อวางแผนในการหารูปแบบที่เหมาะสมต่อการพัฒนาตนเองให้เกิดความองกาม

4.5 วิธีการศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

วิธีการศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมีหลายวิธี ได้แก่ การสนทนากลุ่ม การสำรวจ การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม การบันทึกข้อมูล การบันทึกประจำวัน แบบสอบถาม บันทึกส่วนบุคคล และการสัมภาษณ์ (Gillis & Jackson, 2002; McNiff & Whitehead, 2011) ซึ่ง MacDonald (2012) กล่าวว่า วิธีการที่นิยมใช้ในการวิจัยมากที่สุด คือ การสนทนากลุ่ม การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม และการสัมภาษณ์ แต่อย่างไรก็ตามการจะเลือกใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลประเภทใดนั้น (Streubert & Carpenter, 1995) กล่าวว่า นักวิจัยควรเลือกอย่างน้อย 3 วิธี

เพื่อไม่ให้เกิดข้อจำกัดและได้ข้อมูลอย่างรอบด้านมากยิ่งขึ้น รวมทั้งควรมีการตรวจสอบสามเส้า (Triangulate data) ร่วมด้วย เพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหาให้บรรลุตามเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ยิ่งกว่านั้น Stringer and Genat (2004) ยังมีความเห็นว่ำนักวิจัยและผู้ร่วมวิจัยควรตระหนักถึงการเลือกวิธีการในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่เหมาะสมกับสถานการณ์และบริบทที่จะทำการศึกษาร่วมด้วย ซึ่งจะขอกกล่าวถึงวิธีการศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

4.5.1 การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม (Participant observation) เป็นวิธีการรวบรวมข้อมูลอย่างเป็นระบบจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นผ่านการบันทึกพฤติกรรมต่าง ๆ และบันทึกภาคสนามทั้งนี้นักวิจัยจะสังเกตจากบริบทของผู้ร่วมวิจัย รวมทั้งนักวิจัยต้องเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งในกิจกรรมต่าง ๆ ด้วย (Marshall & Rossman, 2006) นอกจากนี้นักวิจัย ควรมีมุมมองที่กว้างสามารถคาดการณ์เหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น รวมทั้งอธิบายความไม่ชัดเจนจากสถานการณ์นั้นได้ (Streubert & Carpenter, 1995)

4.5.2 การสนทนากลุ่ม (Focus group) เป็นลักษณะของการสัมภาษณ์กันระหว่างผู้ร่วมวิจัยในวงสนทนากลุ่ม ซึ่งผู้ร่วมวิจัยจะต้องเป็นผู้ที่อยู่ในบริบทที่กำลังจะศึกษาในโครงการวิจัย ประมาณ 7-12 คน ทั้งนี้ผู้วิจัยจะทำหน้าที่ในการสนับสนุนและเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยทุกคนได้ร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในมุมมองต่าง ๆ อย่างเท่าเทียมกัน (Marshall & Rossman, 2006; McTaggart, 1991)

4.5.3 การสัมภาษณ์ (Interview) เป็นวิธีการที่นิยมใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในงานวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เนื่องจากเอื้อให้ผู้ร่วมวิจัยได้มีโอกาสในการอธิบายสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในบริบทของตน (Stringer, 2007) ซึ่งการสัมภาษณ์เป็นวิธีการที่เหมาะสมในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากบุคคลที่มีประสบการณ์ในเรื่องนั้น ๆ (สัญญา ยีอราน & ศิวิลัย วรรณวิจิตร, 2561) ทั้งนี้ นักวิจัยควรสรุปข้อมูลสิ่งที่ได้จากการสัมภาษณ์มาเขียนมากกว่าการเขียนที่ใช้คำพูดของนักวิจัยเอง อย่างไรก็ตามสิ่งที่ควรตระหนักในขณะทำการสัมภาษณ์คือ นักวิจัยควรให้เกียรติและเคารพผู้ที่ถูกสัมภาษณ์เพื่อให้เขาได้เปิดใจในการให้ข้อมูล รวมทั้งทำให้นักวิจัยสามารถเข้าถึงมุมมองความคิดของเขาได้มากที่สุด (Marshall & Rossman, 2006)

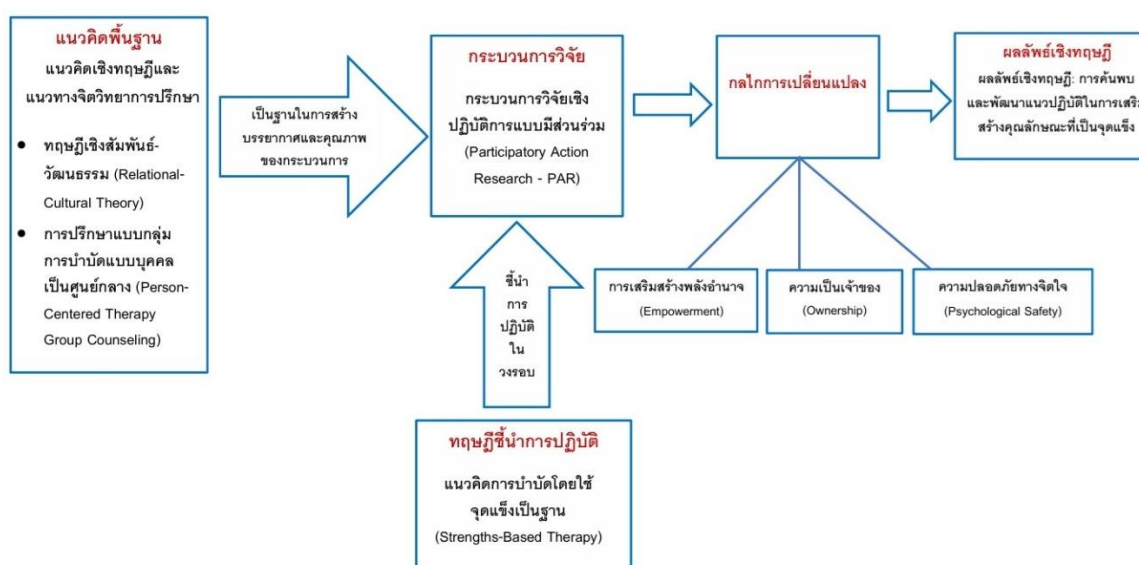
4.5.4 เทคนิคการประชุมกลุ่มอย่างสร้างสรรค์ (Appreciate Influence Control : A-I-C) เป็นเทคนิคในการสร้างความประทับใจ (Appreciation) โดยให้สมาชิกทุกคนได้มีโอกาสทราบบ้างซึ่งกันและกัน เกิดการยอมรับและมีความรู้สึกที่ดีเพื่อสร้างพลังร่วมกันและสร้างผลกระทบ (Influence) โดยให้สมาชิกช่วยกันคิดบนพื้นฐานประสบการณ์ของบุคคล เพื่อหาวิธีการ

ที่กลุ่มยอมรับ และนำไปสู่การกำหนดวิสัยทัศน์หรืออุดมการณ์ร่วมกัน โดยมีการควบคุมด้วยการนำวิสัยทัศน์สู่การทำแผนปฏิบัติการและสมาชิกจะเลือกและมีพันธสัญญาว่าตนเองสามารถรับผิดชอบในเรื่องราวได้อย่างไร ภายใต้การทำงานส่วนรวมให้บรรลุเป้าหมายของกลุ่ม (วรรณดี สุทธิณารกร, 2560)

4.5.5 การบันทึกภาคสนาม (Field notes) หรือการบันทึกข้อมูลดิบที่เกิดขึ้นในภาคสนามที่ท้าววิจัย ซึ่งผู้วิจัยจะต้องมีความเข้าใจประเด็นหรือเรื่องที่ทำการวิจัย โดยมีขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล โดยใช้หลักการบันทึก ได้แก่ บันทึกข้อคำถาม และคำถามเพิ่มเติมที่สำคัญ ไม่ควรบันทึกเฉพาะคำตอบเท่านั้นควรบันทึกทั้งคำตอบและภาษาท่าทาง เช่น ลักษณะของผู้ให้ข้อมูล และท่าทางของผู้ให้ข้อมูลร่วมด้วย สิ่งที่พบในเหตุการณ์หรือบริบทนั้น ๆ วันที่ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล และผู้บันทึกข้อมูล ข้อมูลของบุคคล รวมทั้งวิธีการในการเก็บรวบรวมข้อมูล (ภัทราพร เกษสังข์, 2559)

5. กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎี (Theoretical Framework)

แผนภาพนี้ตอบคำถามว่า "ทำไม" การวิจัยนี้จึงสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงได้ โดยแสดงให้เห็นว่าทฤษฎีและแนวคิดต่าง ๆ ทำงานร่วมกันเป็น "เครื่องยนต์" ขับเคลื่อนกระบวนการวิจัยอย่างไร ตั้งแต่การสร้างบรรยากาศที่เอื้ออำนวย การเลือกใช้ระเบียบวิธีวิจัยไปจนถึงการส่งเสริมให้เกิดกลไกการเปลี่ยนแปลงภายในตัวผู้ร่วมวิจัย ซึ่งจะนำไปสู่การค้นพบองค์ความรู้ใหม่ในที่สุด ดังภาพประกอบ 8



ภาพประกอบ 8 กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎี

จากภาพประกอบ 8 อธิบายได้ว่า กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีนี้แสดงให้เห็นถึงโครงสร้างเชิงเหตุผลและความสัมพันธ์ของทฤษฎีที่ใช้เป็นฐานในการวิจัย โดยมีรากฐานมาจากแนวทางจิตวิทยาการศึกษา ได้แก่ ทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม (Relational-Cultural Theory) และแนวคิดการปรึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Therapy Group Counseling) ซึ่งเป็นฐานคิดสำคัญ ในการสร้างบรรยากาศและคุณภาพของกระบวนการวิจัยที่เอื้อต่อการเติบโตของผู้ร่วมวิจัย ฐานคิดดังกล่าวได้นำมาประยุกต์ใช้ผ่านระเบียบวิธีวิจัยหลักคือ การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research: PAR) ซึ่งในกระบวนการนี้การปฏิบัติในแต่ละวงรอบจะได้รับการชี้แนะจากแนวคิดการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน (Strengths-Based Therapy) เพื่อมุ่งเน้นการดึงศักยภาพของผู้ร่วมวิจัยมาใช้ ทั้งนี้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่วางอยู่บนฐานทฤษฎีดังกล่าว คาดว่าจะนำไปสู่การเกิดกลไกการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจที่สำคัญ 3 ประการ ได้แก่ การเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) ความเป็นเจ้าของ (Ownership) และความปลอดภัยทางจิตใจ (Psychological Safety) ซึ่งกลไกเหล่านี้จะทำหน้าที่เป็นปัจจัยส่งผ่านที่นำไปสู่ผลลัพธ์ปลายทางเชิงทฤษฎีของงานวิจัย คือ การค้นพบและพัฒนาแนวปฏิบัติในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสำหรับนักศึกษาครูในบริบทเฉพาะนี้ต่อไป

6. กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาในครั้งนี้มุ่งเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมตามแนวคิดของ Kemmis and McTaggart (1998) ประกอบด้วย ขั้นตอนการวางแผน ขั้นตอนการปฏิบัติและการสังเกต และขั้นตอนการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ ซึ่งเป็นการดำเนินการวิจัยตามเกลียววงจรที่ต่อเนื่องซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดเพื่อเป็นแนวทางดำเนินการวิจัย ดังนี้

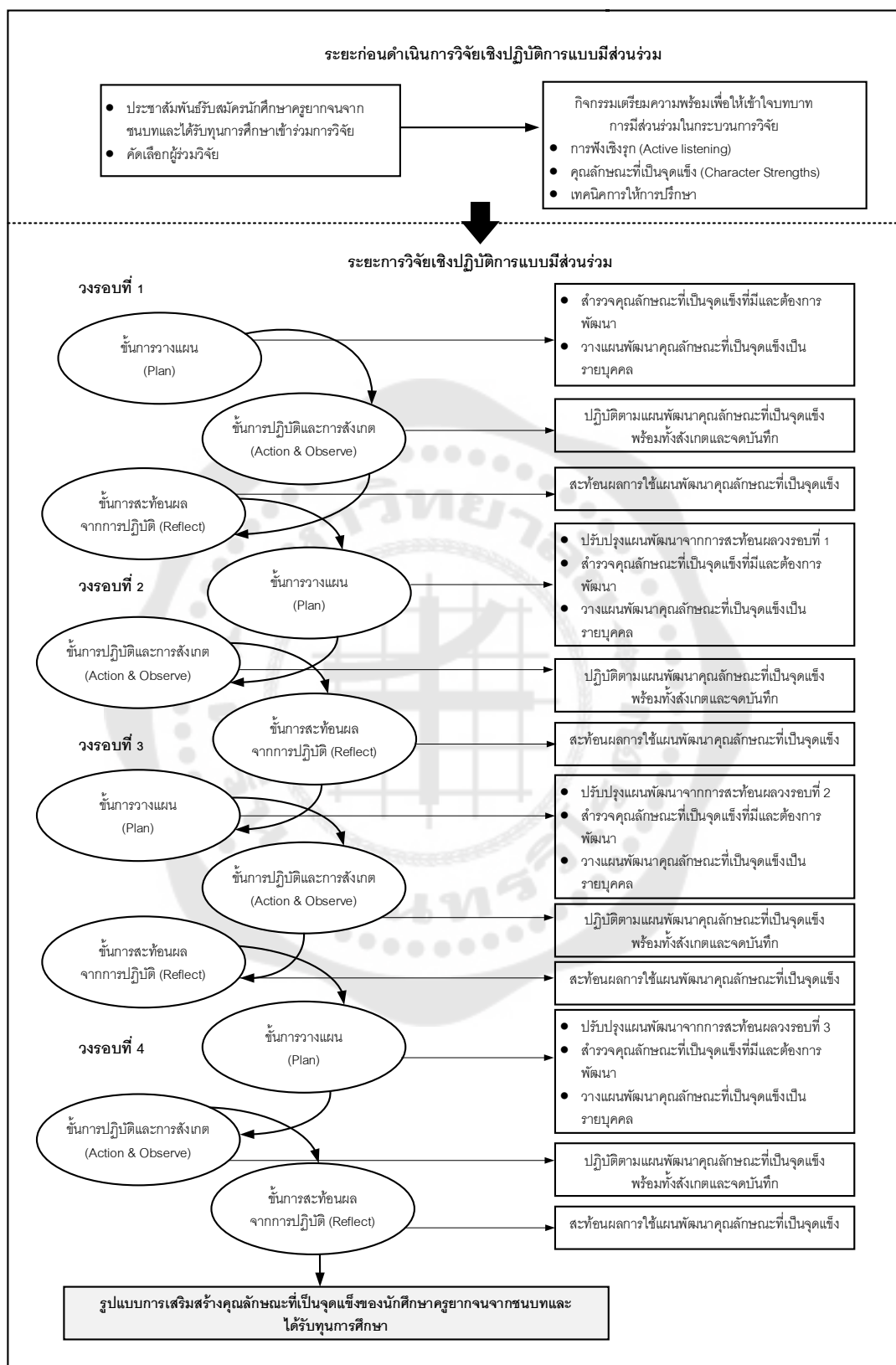
6.1 ประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยเพื่อรับสมัครนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาเพื่อมาเป็นผู้ร่วมวิจัย จากนั้นทำการคัดเลือกผู้ร่วมวิจัย และอบรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เข้าใจบทบาทการมีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัยก่อนเริ่มการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

6.2 การเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ในขั้นนี้ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนกำหนดเป้าหมายในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองเป็นรายบุคคล จากนั้นนำแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองไปปฏิบัติจริง ทั้งนี้ในขณะที่

ปฏิบัติผู้ร่วมวิจัยจะต้องทำการสังเกตตนเองและบันทึก (Diaries) ทุกครั้ง เพื่อนำข้อมูลไปทำการสะท้อนผลในกลุ่มว่าเป็นอย่างไร ซึ่งกระบวนการของการทบทวนนี้กลุ่มจะเริ่มเข้ามามีบทบาททำให้เกิดการแลกเปลี่ยนกันเกิดขึ้นอันจะนำไปสู่การปรับปรุงวางแผนในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในวงรอบถัดไปจนเสร็จสิ้นทั้ง 4 วงรอบ โดยในแต่ละวงรอบจะประกอบไปด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นวางแผน ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต และขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ

6.3 หลังจากที่ได้ดำเนินการวิจัยตามกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมครบทั้ง 4 วงรอบแล้ว ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยเห็นร่วมกันว่ามีแนวทางปฏิบัติการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างชัดเจน จึงร่วมกันสังเคราะห์ผลลัพธ์ที่สำเร็จ เพื่อให้ได้รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาซึ่งมีกรอบแนวคิดการวิจัย ดังภาพประกอบ 9





ภาพประกอบ 9 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” มีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ 1) เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และ 2) เพื่อสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ในบทนี้ผู้วิจัยนำเสนอวิธีดำเนินการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 คือ ระยะก่อนดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และระยะที่ 2 คือ ระยะการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม มีรายละเอียดดังนี้

1. พื้นที่ดำเนินการวิจัย
2. ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการดำเนินการวิจัย
3. ขั้นตอนดำเนินการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
5. การวิเคราะห์ข้อมูล
6. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล

1. พื้นที่ดำเนินการวิจัย

1.1 บริบทและความสำคัญของพื้นที่วิจัย

1.1.1 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ก่อตั้งขึ้นในปี พ.ศ. 2516 โดยเริ่มต้นในฐานะ “วิทยาลัยครูเลย” ภายใต้การสังกัดของกระทรวงศึกษาธิการ และได้รับการสถาปนาอย่างเป็นทางการเมื่อวันที่ 29 กันยายน พ.ศ. 2516 ตั้งอยู่บนพื้นที่ประมาณ 323 ไร่ ในทุ่งชุมทอง อำเภอเมือง จังหวัดเลย ห่างจากตัวเมืองประมาณ 5 กิโลเมตร ตามเส้นทาง 201 เลย-เชียงคาน วิทยาลัยครูเลยมีบทบาทสำคัญในการผลิตครูเพื่อพัฒนาการศึกษาของท้องถิ่น โดยเริ่มเปิดรับนักเรียนรุ่นแรกในปี พ.ศ. 2519 ในหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา (ป.กศ.) ในปี พ.ศ. 2538 วิทยาลัยครูเลยได้รับพระราชทานชื่อเป็น “สถาบันราชภัฏ” และในปี พ.ศ. 2547 ได้รับการยกฐานะเป็นมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย โดยมีเป้าหมายในการเป็นอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น มีปรัชญา

การศึกษาที่มุ่งเน้นการจัดการศึกษาที่มุ่งผลลัพธ์การเรียนรู้ของผู้เรียน โดยเน้นการสร้างทักษะด้านวิชาการและวิชาชีพ พร้อมทั้งส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตโดยใช้ท้องถิ่นเป็นฐานในการพัฒนา มหาวิทยาลัยยึดมั่นในการผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ ความสามารถและคุณธรรมเพื่อพัฒนาชุมชน และสังคม วิสัยทัศน์ของมหาวิทยาลัยคือ การเป็นผู้นำในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ภายใน ปี พ.ศ. 2570 โดยเน้นการผลิตบัณฑิตที่มีความเชี่ยวชาญในสาขาวิชาการหรือวิชาชีพที่ตนถนัด พร้อมทั้งมีทักษะในศตวรรษที่ 21 และมีคุณธรรมความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ รวมถึงเป็นแหล่ง ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต และสร้างนวัตกรรมเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นให้มีความเข้มแข็งและ ยั่งยืน พันธกิจของมหาวิทยาลัยประกอบด้วยการจัดการศึกษาที่มีคุณภาพ การผลิตและพัฒนาครู การวิจัยและสร้างนวัตกรรม รวมถึงการพัฒนาท้องถิ่น โดยมหาวิทยาลัยยังมุ่งเน้นการพัฒนาระบบ บริหารจัดการด้วยเทคโนโลยีดิจิทัล และการทำนุบำรุงศิลปและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยมีค่านิยม ที่สำคัญคือ L-Local, Wisdom University, R – Responsibility และ U – Unity ซึ่งสะท้อนถึง ความมุ่งมั่นในการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการพัฒนา และทำงานร่วมกันเพื่อประโยชน์ส่วนรวม ปัจจุบันจัดการเรียนการสอนระดับปริญญาตรีและระดับบัณฑิตศึกษา ประกอบด้วย 5 คณะ ได้แก่ คณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ คณะวิทยาศาสตร์และ เทคโนโลยี และคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม (มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, 2568)

1.1.2 ความเกี่ยวข้องกับโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น

มหาวิทยาลัยราชภัฏเลยยังได้รับการคัดเลือกเป็นหนึ่งใน 11 มหาวิทยาลัยทั่วประเทศที่เข้าร่วมในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น รุ่นที่ 1 ในปีการศึกษา 2563 โดยมีนักศึกษาทุนจำนวน 33 คนจาก 8 จังหวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ จังหวัดเลย สกลนคร มุกดาหาร บัณฑิตวิทยาลัย นครราชสีมา ชัยภูมิ ร้อยเอ็ด และอุดรธานี (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2562)

นอกจากนี้มหาวิทยาลัยราชภัฏเลยมีการมุ่งเน้นการพัฒนาท้องถิ่นและการยกระดับคุณภาพการศึกษาโดยการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตและพัฒนาทักษะด้านวิชาการและวิชาชีพ โดยใช้ท้องถิ่นเป็นฐานในการพัฒนา ซึ่งตรงกับวัตถุประสงค์ของโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น ที่มุ่งผลิตครูที่มีความรักและภาคภูมิใจในท้องถิ่น เพื่อส่งเสริมและยกระดับการศึกษาของชุมชน บ้านเกิดโดยเน้นการผลิตครูรุ่นใหม่จำนวน 1,500 คน เพื่อรองรับการบรรจุครูในพื้นที่ห่างไกล ซึ่งจะสามารถตอบสนองความต้องการของโรงเรียนในชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โครงการนี้ยังเสริมสร้างความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการผลิตและพัฒนาครู ตั้งแต่กระบวนการคัดเลือกจนถึงการฝึกปฏิบัติงานจริง ทั้งยังปรับปรุงระบบการผลิตครูให้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง และสร้างเครือข่ายการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสถาบันและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้กิจกรรม

พัฒนาทักษะวิชาชีพครูตรงกับลักษณะงานและบริบทของโรงเรียนและชุมชนในพื้นที่ห่างไกล (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563) โครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น มีความสอดคล้องกับพันธกิจของมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ที่มุ่งผลิตบัณฑิตที่มีความรู้และทักษะในการพัฒนาชุมชนท้องถิ่นให้ยั่งยืน โดยเน้นการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและการทำงานร่วมกันในการพัฒนาท้องถิ่น ซึ่งเป็นหลักการที่สามารถนำมาใช้ในการสนับสนุนการพัฒนาครูในพื้นที่ชนบทห่างไกล โครงการนี้ยังเชื่อมโยงกับคณะครุศาสตร์ซึ่งเป็นคณะหลักในการผลิตครูที่มีทักษะในการพัฒนาการศึกษาท้องถิ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นการร่วมมือกันระหว่างมหาวิทยาลัยราชภัฏเลยและโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น จึงส่งเสริมให้การศึกษาท้องถิ่นมีคุณภาพและยั่งยืน สอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาครูในพื้นที่ห่างไกลที่โครงการมุ่งหวังให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นในระยะยาว

1.2 เกณฑ์การเลือกพื้นที่วิจัย

1.2.1 เหตุผลในการเลือกมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

ผู้วิจัยได้เลือกพื้นที่ดังกล่าว เนื่องจากมีความเข้าใจบริบทเป็นอย่างดีกล่าวคือ ผู้วิจัยเป็นคณะกรรมการลงพื้นที่ในการประชาสัมพันธ์ ค้นหา คัดกรอง สัมภาษณ์ผู้รับทุน และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องประกอบด้วย ครอบครัวยุ คณบดี ผู้บริหารโรงเรียน และชุมชน ตั้งแต่เริ่มกระบวนการรับสมัครจนกระทั่งสิ้นสุดกระบวนการทำให้นักศึกษาทุนที่มีคุณสมบัติตรงตามที่กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษากำหนด อีกทั้งผู้วิจัยยังทำหน้าที่เป็นคณะกรรมการผู้รับผิดชอบโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่นของมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ซึ่งทำหน้าที่ให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นักศึกษาผู้รับทุน

1.2.2 ความเชื่อมโยงกับวัตถุประสงค์การวิจัย

โครงการครูรัก(ษ์)ถิ่นมุ่งส่งเสริมให้นักเรียนจากครอบครัวยากจนที่มีศักยภาพและจิตวิญญาณความเป็นครูได้รับการศึกษาจนจบปริญญาตรีและกลับไปเป็นครูในพื้นที่ห่างไกล โดยจัดการศึกษาที่ตอบสนองความต้องการของชุมชนอย่างแท้จริง (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2563) ซึ่งสอดคล้องกับพันธกิจของมหาวิทยาลัยราชภัฏเลยในการพัฒนาท้องถิ่นและยกระดับคุณภาพการศึกษาผ่านการผลิตบัณฑิตที่มีทักษะทั้งทางวิชาการและวิชาชีพ โดยใช้ท้องถิ่นเป็นฐานในการพัฒนา การเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูผ่านกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมจึงเป็นแนวทางที่สอดคล้องกับปรัชญาการศึกษาของมหาวิทยาลัย ที่มุ่งพัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษาท้องถิ่น ผ่านการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาจริงในพื้นที่ชนบทอย่างยั่งยืน ซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สำคัญของผู้ร่วมวิจัย ได้แก่ 1) กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน 2) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ 3) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ 4) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง

นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 5) ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ 6) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน 7) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ 8) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข และ 9) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน ทั้งนี้ การทำงานร่วมกันระหว่างมหาวิทยาลัยราชภัฏเลยและโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่นจะช่วยพัฒนาครูที่มี คุณภาพ ซึ่งสามารถตอบสนองความต้องการทางการศึกษาของชุมชนท้องถิ่นได้อย่างยั่งยืน

1.3 สภาพปัญหาของนักศึกษาครูในพื้นที่วิจัย

1.3.1 ประเภทของปัญหาที่พบในนักศึกษาครูผู้รับทุน

จากรายงานการให้คำปรึกษารายบุคคลสำหรับนักศึกษาทุน พบปัญหาที่เกิดขึ้น ทั้งปัญหาการปรับตัว ขาดการพักผ่อน ปัญหาการเรียน ปัญหาเรื่องเพื่อน ปัญหาการเงิน ปัญหา ครอบครัว มีความกังวลกลัวหลุดจากทุนและไม่มีเงินชดเชยทุนคืน รวมทั้งแบกรับความคาดหวังจาก คนในครอบครัวและคนรอบข้าง (มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, 2564, 2565)

1.3.2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหากับความจำเป็นในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

ปัญหาของนักศึกษาครูผู้รับทุน เช่น ความเครียด การปรับตัว ขาดการพักผ่อน และความกังวลเกี่ยวกับทุนการศึกษา สามารถแก้ไขได้ด้วยการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Character Strengths) ซึ่งส่งผลต่อการลดความเครียด เพิ่มความสุข และช่วยปรับตัวในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดีขึ้น จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งส่งผลดี หลายประการ ได้แก่ การเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเอง และการส่งเสริมพฤติกรรมเชิงบวก ในชั้นเรียน ซึ่งสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อีกทั้งช่วยลดอาการซึมเศร้า ความวิตกกังวล และปัญหาทางพฤติกรรม เช่น การรับประทานอาหารที่ผิดปกติ การดื่มสุรา และการใช้สารเสพติด คุณลักษณะเหล่านี้ยังส่งเสริมความสุข พลังสุขภาพจิต การปรับตัวในมหาวิทยาลัย และ ความสามารถในการปรับตัวในชีวิตประจำวัน รวมทั้งช่วยเสริมสร้างพฤติกรรมเอื้อสังคมและ จริยธรรม

2. ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการดำเนินการวิจัย

2.1 ผู้ร่วมวิจัย

2.1.1 เกณฑ์การคัดเลือกและจำนวนผู้ร่วมวิจัย

ผู้ร่วมวิจัย คือ นักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ที่ได้รับทุนจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น รุ่นที่ 1 ซึ่งมีเกณฑ์การคัดเลือกผู้ร่วมวิจัย (Inclusion criteria) ดังนี้

- 1) เป็นนักศึกษาที่ได้รับทุนจากกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น รุ่นที่ 1 และกำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย
- 2) เป็นผู้ที่สามารถ อ่านและเขียนภาษาไทยได้
- 3) มีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย

2.1.2 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ร่วมวิจัย

ผู้ร่วมวิจัยประกอบด้วย เพศชาย จำนวน 1 คน LGBTQ+ จำนวน 1 คน และ เพศหญิง จำนวน 22 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 24 คน ฝึกปฏิบัติการสอนในโรงเรียนปลายทางในพื้นที่ชนบทห่างไกล จำนวน 6 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดเลย สกลนคร ร้อยเอ็ด ชัยภูมิ มุกดาหาร และ นครราชสีมา ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้นำเสนอผลการวิจัยโดยใช้นามสมมติไม่ระบุตัวตนเฉพาะเจาะจง ดังรายละเอียดในตาราง 3

ตาราง 3 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ร่วมวิจัย

ลำดับที่	ชื่อ (นามสมมติ)	เพศ	อายุ (ปี)
1	มีคุณ	ชาย	22
2	เฉอแตม	LGBTQ+	22
3	ชูใจ	หญิง	22
4	ปัสสิฟ	หญิง	21
5	ทิวา	หญิง	21
6	พริ้ม	หญิง	22
7	ฮารุ	หญิง	21
8	ณมน	หญิง	22
9	ดาริน	หญิง	22
10	ทอฝัน	หญิง	22

ตาราง 3 (ต่อ)

ลำดับที่	ชื่อ (นามสมมติ)	เพศ	อายุ (ปี)
11	ธัญญา	หญิง	22
12	โมนา	หญิง	22
13	ยาหยี่	หญิง	22
14	คะนิง	หญิง	21
15	ชะเอม	หญิง	22
16	พรชีวัน	หญิง	21
17	นับดาว	หญิง	22
18	ต้องตา	หญิง	22
19	ปรายฟ้า	หญิง	22
20	จันทร์เจ้า	หญิง	21
21	กานต์แก้ว	หญิง	22
22	โปรดปราน	หญิง	22
23	เพียงขวัญ	หญิง	22
24	เทียนหอม	หญิง	22

2.1.2 การเตรียมความพร้อมผู้ร่วมวิจัย

การฝึกอบรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เข้าใจบทบาทการมีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัยด้วยการอบรมการฟังเชิงรุก (Active listening) ก่อนเริ่มการวิจัย ซึ่งแนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับข้อเสนอแนะการวิจัยของชวลีกร ยิ้มสุต (2552) ที่ระบุว่า ควรมีการพัฒนาทักษะเบื้องต้นที่จำเป็นในการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ได้แก่ ทักษะการสังเกต ทักษะการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการบันทึก ทั้งยังสอดคล้องกับการดำเนินการวิจัยของสิทธิชัย ชมพูพาทย์ (2554) ที่มีการจัดฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการให้แก่ผู้ร่วมวิจัย เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ก่อนการเริ่มต้นกระบวนการวิจัยในการศึกษาครั้งนี้มีการจัดอบรม 2 ครั้ง ดังนี้

การฝึกอบรมครั้งที่ 1 เป็นกิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากการฝึกสอน โดยให้ผู้ร่วมวิจัยเล่าเรื่องราวที่สร้างรอยยิ้มหรือมีความสุข พร้อมทั้งรับฟังเรื่องราวของเพื่อนสมาชิก

ในกลุ่มอย่างตั้งใจ แลกเปลี่ยนมุมมอง ชื่นชม สนับสนุนให้กำลังใจ สรุปเรื่องราว และฝึกทักษะการฟังร่วมกัน

การฝึกอบรมครั้งที่ 2 เป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยผู้วิจัยเป็นผู้บรรยาย และเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนจุดแข็งของตนในแต่ละด้าน พร้อมร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ร่วมกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม อีกทั้งยังฝึกให้ผู้ร่วมวิจัยได้ประยุกต์ใช้เทคนิคการให้การปรึกษาในการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน และมีการนัดหมายให้ผู้ร่วมวิจัยเข้าร่วมการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมในครั้งต่อไป

2.2 บทบาทของผู้วิจัย

2.2.1 บทบาทในฐานะผู้เอื้ออำนวยกระบวนการ

ผู้วิจัย คือ ผู้ที่อยู่ในฐานะของผู้ร่วมวิจัยไม่ใช่มีบทบาทเพียงดำเนินการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อนำมาเขียนรายงานเท่านั้น ซึ่ง Creswell (2002) ได้อธิบายถึงลักษณะที่สำคัญของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมไว้ว่า 1) มีจุดเน้นในการนำไปปฏิบัติ 2) มีการดำเนินการระหว่างผู้วิจัยและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง 3) เป็นกระบวนการพลวัตและเกลียวปฏิสัมพันธ์ที่มีกระบวนการย้อนกลับและนำไปสู่การพัฒนาในขั้นตอนต่อไป จากผลการสะท้อนปัญหาเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการปฏิบัติ 4) แผนการพัฒนาต้องสามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติได้จริง และ 6) มีการนำเสนอผลการวิจัยต่อผู้ที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยมีบทบาทในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ดังนี้

1) กระตุ้นให้มีการดำเนินการในแต่ละขั้นตอนของการวิจัย ทั้งนี้ในช่วงแรกผู้ร่วมวิจัยอาจจะยังไม่มีความคุ้นเคยในกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีบทบาทสำคัญในการช่วยสร้างการเรียนรู้ให้กับผู้ร่วมวิจัย

2) ผู้วิจัยมีบทบาทในการเป็นผู้สนับสนุน เป็นผู้ให้คำปรึกษา เป็นผู้ร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเป็นผู้เอื้ออำนวยให้กระบวนการวิจัยขับเคลื่อนไปได้ นอกจากนั้นแล้วอาจจะมีส่วนร่วมในการสนับสนุนองค์ความรู้ทางด้านวิชาการ และมีการประสานกับเครือข่ายภายนอกให้กับผู้ร่วมวิจัยด้วย

3) สังเกตการณ์ดำเนินการและสะท้อนผลการปฏิบัติงานของผู้ร่วมวิจัยในแต่ละวงรอบ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปพัฒนา ปรับปรุงแก้ไขในวงรอบถัดไป

2.2.2 วิวัฒนาการของบทบาทตามวงรอบการวิจัย

ผู้วิจัยมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในระยะเริ่มต้น โดยเฉพาะในวงรอบ ที่ 1 ซึ่งผู้วิจัยจะทำหน้าที่เป็นผู้เอื้ออำนวยกระบวนการ (Facilitator) เพื่อฝึกฝนและส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยสามารถดำเนินกิจกรรมได้ด้วยตนเองอย่างมั่นใจและมีประสิทธิภาพ จากนั้นในวงรอบที่ 2 เป็นต้น

ไป ผู้วิจัยจะค่อย ๆ ลดบทบาทของตนลงอย่างเป็นลำดับ เพื่อเปิดพื้นที่ให้ผู้ร่วมวิจัยได้แสดงบทบาทนำในกระบวนการอย่างเต็มศักยภาพ ทั้งนี้บทบาทของผู้ร่วมวิจัยในวงรอบต่อ ๆ มาจะครอบคลุมถึงการเป็นผู้นำกิจกรรมในการสำรวจและแลกเปลี่ยนคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง การเชื่อมโยงความเหมือนและความแตกต่างของจุดแข็งระหว่างเพื่อนสมาชิก การวิเคราะห์ปัจจัยส่งเสริมและอุปสรรคที่มีผลต่อการพัฒนาจุดแข็ง ตลอดจนการวางแผน สะท้อนผลการปฏิบัติ และสรุปผลร่วมกันผ่านกระดานสนทนาออนไลน์ เมื่อกระบวนการวิจัยดำเนินไปถึงระยะที่เหมาะสม ผู้วิจัยจะถอนบทบาทจากการเป็นผู้นำกิจกรรม และเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้สนับสนุนอยู่เบื้องหลัง โดยให้ความช่วยเหลือตามความจำเป็นหรือเมื่อได้รับการร้องขอจากผู้ร่วมวิจัย

2.2.3 คุณสมบัติและประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ผู้วิจัยถือเป็นกลไกสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จของกระบวนการวิจัย เนื่องจากต้องทำหน้าที่ทั้งในฐานะผู้เฝ้าอำนวยการกระบวนการ และร่วมเรียนรู้ไปกับผู้ร่วมวิจัย ดังนั้นความรู้พื้นฐานทางด้านจิตวิทยาการศึกษาจึงเป็นองค์ประกอบสำคัญที่เสริมความพร้อมให้ผู้วิจัยสามารถดำเนินกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมีคุณสมบัติที่สอดคล้องกับลักษณะการวิจัยดังกล่าว โดยจบการศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาการแนะแนว ระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา และกำลังศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ กลุ่มวิชาจิตวิทยาการศึกษา ซึ่งพื้นฐานทางวิชาการเหล่านี้เอื้อต่อการรับฟังอย่างลึกซึ้ง เข้าอกเข้าใจผู้ร่วมวิจัย รวมทั้งใช้ทักษะที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกในผู้ร่วมวิจัยได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ผู้วิจัยยังเคยผ่านการอบรมด้านการวิจัยเชิงคุณภาพและมีประสบการณ์ร่วมทีมวิจัยในโครงการ “การพัฒนาความสามารถการคิดเชิงเหตุผลของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนเครือข่ายฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย โดยการสร้างชุมชนการเรียนรู้ทางวิชาชีพ (Professional Learning Community: PLC)” ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่ใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในระดับโรงเรียน จำนวน 4 แห่ง อีกทั้งผู้วิจัยยังได้ฝึกซ้อมดำเนินบทบาทผู้เฝ้าอำนวยการกระบวนการต่ออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทเพื่อรับข้อเสนอแนะและปรับกระบวนการให้มีความเหมาะสมก่อนนำไปใช้จริง และได้ลงพื้นที่ฝึกภาคสนามในโครงการ “ประสิทธิผลของการใช้นวัตกรรมเกมและกลไกการช่วยเหลือเพื่อส่งเสริมทักษะทางสมองของผู้สูงอายุในชุมชนเมืองและชุมชนชนบท” จัดโดยสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านแบก ตำบลนาทอง อำเภอเชียงยืน จังหวัดมหาสารคาม

จากประสบการณ์และคุณสมบัติดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความพร้อมในการดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมให้บรรลุตามวัตถุประสงค์

2.3 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องอื่นๆ ในกระบวนการวิจัย

2.3.1 ผู้เชี่ยวชาญและบทบาทในการตรวจสอบคุณภาพ

ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย จำนวน 5 ท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาการศึกษา การวิจัยเชิงคุณภาพ และนักศึกษาครูในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น

2.3.2 ครูพี่เลี้ยงและนักเรียนในโรงเรียนฝึกสอน

ครูพี่เลี้ยงและนักเรียนในโรงเรียนฝึกสอนช่วยประเมินและสะท้อนผลการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย

2.3.3 ผู้บริหารและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียระดับนโยบาย

ผู้บริหารโรงเรียนฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียช่วยประเมินและสะท้อนผลการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย

3. ขั้นตอนดำเนินการวิจัย

เนื่องจากผู้วิจัยได้ทำการวิจัยศึกษาสภาพการณ์และบริบทของพื้นที่วิจัยมาก่อนที่จะทำการศึกษาในครั้งนี้ จึงทำให้พบปัญหาที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ดังนั้นการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยจึงนำกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมาใช้ในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเพื่อแก้ไขปัญหา ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งการวิจัยครั้งนี้ออกเป็น 2 ระยะ คือ ระยะก่อนดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และระยะการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม มีรายละเอียดดังนี้

3.1 ระยะก่อนดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

3.1.1 การขออนุมัติจริยธรรมการวิจัย

1) ขออนุญาตรับรองจริยธรรมต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาตทำวิจัย

2) เมื่อได้รับการอนุมัติทำวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลถึงผู้บริหารสถานศึกษาที่เป็นพื้นที่การวิจัย

3.1.2 การประสานงานกับผู้เกี่ยวข้องและการเตรียมพื้นที่

1) ติดต่อประสานงานผู้บริหารสถานศึกษาที่เป็นพื้นที่การวิจัย คือ คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย รวมทั้งขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

2) ประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยเพื่อรับสมัครนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาเพื่อมาเป็นผู้ร่วมวิจัย จากนั้นทำการคัดเลือกผู้ร่วมวิจัยตามเกณฑ์คัดเลือก

3) ประสานความร่วมมือไปยังผู้บริหารสถานศึกษาโรงเรียนเครือข่ายฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและขออนุญาตให้ผู้ร่วมวิจัยเข้าร่วมโครงการวิจัย

4) นัดหมายผู้ร่วมวิจัย โดยผู้วิจัยชี้แจงกระบวนการวิจัย บทบาทของผู้ร่วมวิจัยในการเข้าร่วมกิจกรรม พร้อมทั้งนัดหมายการเข้าอบรมเตรียมความพร้อมก่อนเริ่มดำเนินการวิจัย

3.1.3 การฝึกอบรมเตรียมความพร้อมผู้ร่วมวิจัย

ก่อนเข้าสู่กระบวนการวิจัย ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมฝึกอบรมเพื่อเตรียมความพร้อมให้แก่ผู้ร่วมวิจัย โดยเน้นการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทผู้มีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมด้วยการอบรมการฟังเชิงรุก (Active listening) และอธิบายหลักการของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามแนวคิดของ Peterson and Seligman (2004) ในแต่ละองค์ประกอบ พร้อมเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนประสบการณ์จากการฝึกสอนและการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อนำมาค้นหาและระบุจุดแข็งของตนเอง พร้อมทั้งแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งทำให้ผู้ร่วมวิจัยสามารถระบุพฤติกรรมบ่งชี้จากจุดแข็งของตนเองได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้เทคนิคการให้การปรึกษาที่สำคัญ อาทิ ความสอดคล้องความจริงแท้หรือความเป็นจริง (Congruence or genuineness or realness) การยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard) การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) การเชื่อมโยง (Linking) การให้กำลังใจและการสนับสนุน (Encouraging and supporting) การทำความเข้าใจและการตั้งคำถาม (Clarification and questioning) และการสรุปความ (Summarizing) เพื่อใช้เป็นแนวทางให้ผู้ร่วมวิจัยได้ฝึกฝนการใช้ทักษะดังกล่าวในการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมในขั้นตอนนี้มีเป้าหมายเพื่อประเมินความเข้าใจเบื้องต้นของผู้ร่วมวิจัยเกี่ยวกับหลักการของจุดแข็งอย่างถูกต้อง เสริมสร้างความตระหนักในบทบาทของตน และสร้างความมั่นใจก่อนเข้าสู่กระบวนการวิจัยในระยะถัดไป โดยกำหนดระยะเวลาการฝึกอบรมเป็นระยะเวลา 2 สัปดาห์

3.2 ระยะการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

3.2.1 โครงสร้างและองค์ประกอบของวงรอบการวิจัย

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและสังเคราะห์รูปแบบ ผู้วิจัยดำเนินการตามวงรอบของ Kemmis and Mc Taggart (1998) ซึ่งมีโครงสร้างและองค์ประกอบของแต่ละวงรอบการวิจัย ประกอบไปด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นวางแผน ผู้ร่วมวิจัยร่วมกันวิเคราะห์และกำหนดประเด็นในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยให้ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งรายบุคคล 2) ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนนำแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไปปฏิบัติ พร้อมทั้งสังเกตและจดบันทึกเพื่อนำไปสะท้อนในกลุ่มร่วมกัน และ 3) ขั้นการสะท้อนผลการปฏิบัติ ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติ และวางแผนการดำเนินกิจกรรมที่ต้องปรับปรุงในวงรอบถัดไป ดำเนินการวิจัยจนกระทั่งครบ 4 วงรอบ

3.2.2 รายละเอียดกิจกรรมในแต่ละวงรอบ

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้บรรลุวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 และ 2 นั้น ผู้วิจัยดำเนินการตามวงรอบของ Kemmis and Mc Taggart (1998) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

วงรอบที่ 1

1) ขั้นวางแผน ในระยะเริ่มต้นของกระบวนการวิจัย ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยกระบวนการ (Facilitator) โดยยึดแนวทางจิตวิทยาการปรึกษาของ Rogers (1957) ซึ่งเน้นองค์ประกอบหลัก 3 ประการ ได้แก่ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard) ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง (Empathic understanding) และความจริงแท้ (Congruence) องค์ประกอบเหล่านี้เป็นพื้นฐานสำคัญของการแสดงความเห็นอกเห็นใจ ช่วยสร้างความไว้วางใจ บรรยากาศที่ปลอดภัย และความรู้สึกเป็นอิสระให้แก่ผู้ร่วมวิจัย พร้อมเปิดพื้นที่สำหรับการเรียนรู้ร่วมกัน ซึ่งผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นต้นแบบในการให้การปรึกษา โดยนำเทคนิคการให้การปรึกษามาประยุกต์ใช้ในกระบวนการ เช่น การฟังอย่างตั้งใจ การให้ความสำคัญต่อเนื้อหา น้ำเสียงและภาษากายของผู้ร่วมวิจัย เพื่อจับใจความและสะท้อนความรู้สึกอย่างเหมาะสม รวมถึงใช้คำถามเพื่อเชื่อมโยงประสบการณ์ของสมาชิก เช่น “ใครเคยเจอเรื่องแบบนี้บ้าง” หรือสะท้อนประเด็นร่วมเพื่อกระตุ้นให้ผู้ร่วมวิจัยมองเห็นจุดเชื่อมโยงของประสบการณ์และเกิดการเรียนรู้ร่วมกัน ในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นผู้วิจัยสรุปสาระสำคัญเป็นระยะ เช่น จุดแข็ง เป้าหมาย ปัจจัยเกื้อหนุน อุปสรรค และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้เห็นภาพรวม เข้าใจความเชื่อมโยงระหว่างประเด็น และจดจำข้อมูลสำคัญเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ เมื่อมีสมาชิกรายหนึ่งเล่าเรื่องที่คลุมเครือหรือมีความขัดแย้งในตนเอง ผู้วิจัยจะใช้คำถามเพื่อขอให้ขยายความ ยกตัวอย่าง หรือสะท้อนความเข้าใจ เพื่อช่วยให้

เนื้อหาชัดเจน ลดความคลาดเคลื่อน และเอื้อต่อการให้ข้อเสนอแนะอย่างสร้างสรรค์ บทบาทของผู้วิจัยจึงเป็นทั้งผู้นำกระบวนการและแบบอย่างที่ส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยนำทักษะดังกล่าวมาใช้ในกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งก่อให้เกิดการพัฒนาเจตคติเชิงบวก การเปลี่ยนแปลงเชิงพฤติกรรม และการสร้างความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลผ่านการแลกเปลี่ยน ความเข้าใจ และการสนับสนุน

ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยใช้เทคนิค AIC โดยเริ่มจากการให้ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนเล่าประสบการณ์ฝึกสอนของตนเอง พร้อมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์นั้นทั้งในส่วนที่มีอยู่แล้ว และส่วนที่ต้องการพัฒนาเพิ่มเติม จากนั้นผู้ร่วมวิจัยระบุพฤติกรรมบ่งชี้ 3 ระดับ ได้แก่ พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัย พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน และเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้น

ต่อมาผู้ร่วมวิจัยได้สำรวจและแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับปัจจัยเงื่อนไขที่เอื้อต่อความสำเร็จและอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยสะท้อนทั้งจากประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ จากนั้นผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนเลือกปัจจัยเงื่อนไขไปใช้ในการวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล รวมทั้งวางแผนควบคุมอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นในระหว่างการพัฒนา ทั้งนี้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและแผนการพัฒนาของแต่ละคนไม่จำเป็นต้องเหมือนกัน สรุปแผนการพัฒนาคัดเลือกได้ทั้งหมด 4 แผน ได้แก่ 1) กล้าคิด กล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้ และการทำงาน 3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และ 4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น ทั้งนี้ผู้ร่วมวิจัยได้วางแผนในการควบคุมอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น 4 แผน คือ 1) ใส่ใจตนเองและผู้อื่น 2) วางแผนและลงมือทำ 3) ควบคุมอารมณ์ และ 4) ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 สัปดาห์

2) ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต ในขั้นนี้ผู้ร่วมวิจัยปฏิบัติกิจกรรมตามแผนที่ตนเองวางไว้ ซึ่งในขณะที่มีการปฏิบัติกิจกรรมนั้นแต่ละคนจะทำการสังเกตตนเอง รวมทั้งสังเกตปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยสะท้อนผลจากกิจกรรมว่าเป็นอย่างไร ผลลัพธ์นั้นนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบ่งชี้ตามที่คาดหวังหรือไม่อย่างไร อะไรที่ทำได้และไม่ได้ เพื่อนำไปปรับปรุง วางแผนและกำหนดกิจกรรมในวงรอบถัดไป จากนั้นจดบันทึกและนำข้อมูลมาสะท้อนในกลุ่มใหญ่ต่อไป อย่างไรก็ตามในขั้นนี้ผู้ร่วมวิจัยได้มีการสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้องเพิ่มเติม ได้แก่ คณะครูในโรงเรียน และนักเรียน เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยหลังจากใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยใช้การสัมภาษณ์ทั้งในรูปแบบ On-site และออนไลน์

เพื่อยืนยันการเปลี่ยนแปลงของผู้ร่วมวิจัย กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลารวม 3 สัปดาห์

3) ขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ เป็นขั้นที่ผู้ร่วมวิจัยร่วมกันสะท้อนผล หลังการปฏิบัติกิจกรรม เมื่อแต่ละคนได้ลองนำแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง ไปใช้จริงแล้ว จากนั้นกลับเข้ากลุ่มเพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยกลับมาทบทวนว่าเป็นอย่างไร ปัจจัยที่ สนับสนุนและอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ พร้อมทั้งวิธีการแก้ไขตามข้อมูลที่ได้บันทึกไว้ โดยนำข้อมูลดังกล่าวมาช่วยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนสมาชิก ซึ่งในกระบวนการของการทบทวนนี้กลุ่ม จะเริ่มเข้ามามีบทบาทสำคัญทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนกันเกิดขึ้นกล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยจะแลกเปลี่ยน ประสบการณ์การใช้แผนการพัฒนา ซึ่งบางคนอาจจะมีคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่เหมือนกัน แต่วิธีการนำไปใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอาจแตกต่างกัน ซึ่งการแลกเปลี่ยนกัน ภายในกลุ่มนี้จะทำให้ผู้ร่วมวิจัยได้ตระหนักถึงแนวทางการพัฒนาที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิก หลังจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ผู้ร่วมวิจัยจะนำข้อมูลที่ได้รับไปใช้ในการปรับปรุงและ วางแผนพัฒนาตนเองในวงรอบถัดไป ซึ่งกิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้เวลาประมาณ 1 สัปดาห์ และเมื่อผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมระยะเวลา รวม 5 สัปดาห์ วงรอบจึงสิ้นสุดลงเพื่อเข้าสู่ การปรับแผนพัฒนาในวงรอบถัดไป

วงรอบที่ 2

1) ขั้นวางแผน ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยร่วมกันทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ผ่านมานำผลที่ได้จากการสะท้อนผลการปฏิบัติของวงรอบที่ 1 มาใช้ในการวางแผนใหม่ กิจกรรมหลัก เหมือนกับวงรอบที่ 1 คือ ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ฝึกสอนรายบุคคล สำนวณคุณลักษณะที่เป็น จุดแข็งที่มีและที่ต้องการพัฒนา พร้อมระบุพฤติกรรมบ่งชี้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับปัจจัย ที่เอื้อและขัดขวางต่อการพัฒนาจุดแข็ง เลือกปัจจัยเพื่อนำไปใช้วางแผนพัฒนาและควบคุม อุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นเป็นรายบุคคล หนึ่งในวงรอบนี้ผู้วิจัยได้ค่อย ๆ ลดบทบาทในการเป็นผู้นำ กิจกรรมลง โดยเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยเริ่มเป็นผู้นำกระบวนการ ซึ่งจากการที่ผู้ร่วมวิจัยได้เรียนรู้ บทบาทของผู้วิจัยในวงรอบที่ 1 ผู้ร่วมวิจัยได้แสดงบทบาทในการดำเนินกิจกรรม เช่น การเป็นผู้นำ ในการสรุปจุดแข็งที่มีและที่ต้องการพัฒนา เชื่อมโยงเรื่องราวที่เพื่อนสมาชิกแลกเปลี่ยนที่มีความ คล้ายคลึงกัน และแตกต่างกัน รวมถึงการกระตุ้นให้เพื่อนสมาชิกได้มีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยน ทั้งนี้ในวงรอบนี้ผู้ร่วมวิจัยได้วางแผนการพัฒนาจุดแข็งและแผนควบคุมอุปสรรคเหมือนในวงรอบ ที่ 1 กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 สัปดาห์

2) ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต ในขั้นนี้ผู้ร่วมวิจัยปฏิบัติกิจกรรมตามแผนที่ตนเองวางไว้ ได้แก่ 1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน 3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และ 4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น แต่ละคนจะทำการสังเกตตนเอง รวมทั้งสังเกตปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งสอบถามผู้ที่เกี่ยวข้องเพิ่มเติมถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตน พร้อมจดบันทึกและนำข้อมูลมาสะท้อนในกลุ่มใหญ่ต่อไป กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลารวม 3 สัปดาห์

3) ขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ เป็นขั้นตอนที่ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลหลังการนำแผนพัฒนาไปใช้จริง โดยทบทวนปัจจัยสนับสนุน อุปสรรค และแนวทางแก้ไขจากประสบการณ์ พร้อมแลกเปลี่ยนกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งช่วยให้เห็นแนวทางการพัฒนาที่หลากหลายและนำไปสู่การปรับแผนในรอบถัดไป นอกจากนี้ผู้ร่วมวิจัยยังแสดงบทบาทในการเป็นผู้อำนวยการกระบวนการเพิ่มมากขึ้นจากรอบที่ 1 โดยการช่วยกันดำเนินกิจกรรม สรุป เชื่อมโยง ความเหมือนและความแตกต่างของผลจากการปฏิบัติ และจุดแข็งที่ตนพัฒนาเหมือนกันหรือแตกต่างกัน รับฟังอย่างไม่ตัดสิน ให้กำลังใจ ชื่นชม สนับสนุนซึ่งกันและกัน กิจกรรมในขั้นตอนนี้ใช้เวลาประมาณ 1 สัปดาห์ และหลังจากดำเนินกิจกรรมรวมระยะเวลา 5 สัปดาห์ วงรอบจึงสิ้นสุดลงเพื่อเข้าสู่การปรับแผนพัฒนาในรอบถัดไป

วงรอบที่ 3

1) ขั้นวางแผน ผู้ร่วมวิจัยร่วมกันทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ผ่านมา โดยนำข้อมูลที่ได้จากการสะท้อนผลการปฏิบัติในวงรอบที่ 2 มาใช้ในการวางแผนใหม่ ในวงรอบนี้ผู้ร่วมวิจัยเป็นผู้นำหลักในกระบวนการ โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้สนับสนุนอยู่เบื้องหลัง กิจกรรมหลักเหมือนวงรอบที่ผ่านมา คือ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ฝึกสอน พร้อมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีและที่ต้องการพัฒนา ระบุนวัตกรรมบ่งชี้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับปัจจัยที่เอื้อและขัดขวางการพัฒนาจุดแข็ง แล้วเลือกปัจจัยไปจัดทำแผนพัฒนาและแผนการควบคุมอุปสรรครายบุคคล กิจกรรมในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 สัปดาห์

2) ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต ในขั้นนี้ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมตามแผนพัฒนาตนเองที่กำหนดไว้ ได้แก่ 1) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ 2) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 3) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน และ 4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น ระหว่างการปฏิบัติกิจกรรม ผู้ร่วมวิจัยได้สังเกตตนเอง ควบคุมกับการตรวจสอบปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น พร้อมทั้ง

เก็บข้อมูลจากผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตน ข้อมูลที่ได้จะถูกจัดบันทึกและนำมาแลกเปลี่ยนในวงสนทนากลุ่มใหญ่ต่อไป โดยขั้นตอนนี้ดำเนินกิจกรรมเป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์

3) ขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ ในขั้นนี้ผู้ร่วมวิจัยกลับมาทบทวนผลลัพธ์หลังจากได้นำแผนพัฒนาจุดแข็งไปใช้จริง โดยสะท้อนประสบการณ์ ปัจจัยที่ส่งเสริม อุปสรรคที่พบ และแนวทางการแก้ไข พร้อมแลกเปลี่ยนกับสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งแม้บางคนจะมีจุดแข็งคล้ายกัน แต่ใช้แนวทางพัฒนาที่ต่างกัน การแลกเปลี่ยนนี้ช่วยให้เห็นมุมมองที่หลากหลาย เรียนรู้จากความสำเร็จของผู้อื่น และนำไปสู่การปรับแผนพัฒนาในรอบถัดไป โดยผู้ร่วมวิจัยทำหน้าที่อำนวยความสะดวกหลัก เช่น ทบทวนกิจกรรมที่ผ่านมา เชิญชวนสมาชิกให้ร่วมสะท้อนผล ชักถามในประเด็นที่ยังไม่ชัดเจน รับฟังอย่างตั้งใจ และเชื่อมโยงเรื่องราวที่คล้ายกัน นอกจากนี้เมื่อสมาชิกบางคนเผชิญความยากลำบาก กลุ่มจะร่วมกันให้กำลังใจ สนับสนุน และแบ่งปันประสบการณ์ส่วนตัวเพื่อเสริมแรงใจซึ่งกันและกัน กิจกรรมในขั้นนี้ใช้เวลาประมาณ 1 สัปดาห์ โดยวงรอบจะสิ้นสุดเมื่อครบระยะเวลา 5 สัปดาห์ เพื่อเข้าสู่การวางแผนรอบใหม่

วงรอบที่ 4

1) ขั้นวางแผน ผู้ร่วมวิจัยช่วยกันทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ผ่านมา โดยนำผลที่ได้จากการสะท้อนผลการปฏิบัติในวงรอบที่ 3 มาใช้ในการวางแผนใหม่ เพื่อปรับปรุงกิจกรรมที่ใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยใช้เทคนิค AIC ผู้ร่วมวิจัยเป็นผู้นำกระบวนการด้วยการกระตุ้นให้เพื่อนสมาชิกแลกเปลี่ยนประสบการณ์ฝึกสอน สรรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีและที่ต้องการพัฒนา พร้อมระบุพฤติกรรมบ่งชี้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับปัจจัยที่เอื้อและขัดขวางต่อการพัฒนาจุดแข็ง แล้วเลือกปัจจัยเพื่อนำไปจัดทำแผนพัฒนาและแผนการควบคุม อุปสรรครายบุคคล รวมทั้งมีการจัดบันทึกอย่างต่อเนื่องระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรม กิจกรรมในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 สัปดาห์

2) ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมตามแผนพัฒนาตนเองใน 4 แผน ได้แก่ 1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน 3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และ 4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น ระหว่างปฏิบัติกิจกรรม ผู้ร่วมวิจัยสังเกตตนเอง วิเคราะห์อุปสรรค และเก็บข้อมูลจากผู้เกี่ยวข้องเพื่อประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จากนั้นจัดบันทึกและนำมาแลกเปลี่ยนในวงกลุ่มใหญ่ โดยขั้นตอนนี้ใช้เวลาทั้งสิ้น 3 สัปดาห์

3) ขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ หลังจากผู้ร่วมวิจัยได้นำแผนพัฒนาคุณลักษณะจุดแข็งไปใช้จริงแล้ว จึงเข้าสู่ขั้นสะท้อนผล โดยสมาชิกจะทบทวนผลลัพธ์ ปัจจัยสนับสนุน อุปสรรค และแนวทางการแก้ไข จากนั้นนำข้อมูลมาหารือร่วมกันในกลุ่ม ซึ่งการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่หลากหลาย แม้จะมีจุดแข็งคล้ายกัน แต่มีแนวทางการใช้ที่ต่างกัน ช่วยให้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง กิจกรรมในช่วงนี้ใช้เวลาประมาณ 1 สัปดาห์ โดยวงรอบจะสิ้นสุดเมื่อครบระยะเวลาประมาณ 5 สัปดาห์

อย่างไรก็ตามการดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาในวงรอบแรกนั้น ผู้วิจัยจะมีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนเพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยได้เห็นกระบวนการ เช่น การเป็นผู้นำในการวางแผน สะท้อนผลการปฏิบัติในแต่ละกิจกรรม จากนั้นในวงรอบต่อไปผู้วิจัยจะค่อย ๆ ลดบทบาทลง เมื่อผู้ร่วมวิจัยได้เรียนรู้กระบวนการวิจัยแล้วก็สามารถดำเนินการตามกระบวนการวิจัยในวงรอบต่อไปได้ หลังจากดำเนินการวิจัยในระยะที่ 2 ครบทั้ง 4 วงรอบจนกระทั่งเกิดแนวทางในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาที่ชัดเจนแล้ว ผู้วิจัยจึงจะทำการถอนตัวจากพื้นที่ อย่างไรก็ตามก็ยังคงทำหน้าที่สนับสนุนช่วยเหลือตามความเหมาะสม เพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยได้มีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อให้เกิดการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้อย่างยั่งยืนต่อไป

หลังจากที่มีการดำเนินการวิจัยครบทั้ง 4 วงรอบ ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยเห็นสอดคล้องกันว่าเกิดแนวทางการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงแล้วจึงดำเนินการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาต่อไป เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ข้อที่ 2

3.2.3 การเชื่อมโยงระหว่างวงรอบและการพัฒนาต่อยอด

จากการดำเนินการวิจัยในวงรอบที่ 1 พบว่า แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนจะสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ แต่ยังไม่มั่นใจในความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เนื่องจากการประเมินผลส่วนใหญ่เกิดจากการสังเกตตนเอง ยังขาดการประเมินจากนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน อีกทั้งผู้ร่วมวิจัยหลายคนยังไม่บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ จึงมีความต้องการใช้แผนเดิมโดยขยายระยะเวลาในการพัฒนาให้ยาวนานขึ้น เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้เกิดความเข้มแข็งมากขึ้น และใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคโดยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยได้นำข้อเสนอแนะดังกล่าวไปปรับปรุงในวงรอบที่ 2 ต่อไป

ในวงรอบที่ 2 ผลการดำเนินการพบว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย แต่ยังไม่พอใจกับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น เนื่องจากมองว่าคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งยังไม่แข็งแกร่งพอ จึงเห็นว่าควรขยายระยะเวลาในการพัฒนาและปรับปรุงแผนการพัฒนาต่อไป เพื่อให้การเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างแท้จริง ดังนั้นผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยจึงได้นำข้อเสนอแนะดังกล่าวไปปรับปรุงในวงรอบที่ 3 ต่อไป

ในวงรอบที่ 3 แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่จะสามารถบรรลุเป้าหมายตามที่กำหนด แต่ยังพบว่ามีบางรายที่ขาดความมั่นใจในตนเอง และบางคนเผชิญอุปสรรคจากการบั่นทอนกำลังใจจากบุคคลอื่น ซึ่งทำให้พวกเขาต้องการเข้ารับการปรึกษาทางจิตวิทยา ผู้ร่วมวิจัยบางส่วนยังคงต้องการใช้แผนเดิมในการพัฒนาต่อไปในวงรอบถัดไป ดังนั้นผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยจึงได้นำข้อเสนอแนะดังกล่าวไปปรับปรุงในวงรอบที่ 4 ต่อไป

ส่วนในวงรอบที่ 4 ผู้ร่วมวิจัยทุกคนสามารถบรรลุเป้าหมายได้ตามที่กำหนด หลังจากดำเนินการครบทั้ง 4 วงรอบ ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยได้เห็นพ้องกันว่าเกิดการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างชัดเจน และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง จึงได้ทำการสังเคราะห์รูปแบบต่อไป

3.3 การสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

3.3.1 ขั้นตอนการสังเคราะห์ข้อมูลจากทุกวงรอบ มีดังนี้

1) วิเคราะห์กิจกรรมที่ประสบความสำเร็จ และผลลัพธ์กิจกรรม ทั้งนี้เพื่อนำผลลัพธ์ที่เกิดการเปลี่ยนแปลงจากกิจกรรมมาทำการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

2) ทำการสังเคราะห์ผลการเปลี่ยนแปลงจากกิจกรรมทั้ง 4 วงรอบ โดยเชื่อมโยงกับกระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา เพื่อยกร่างรูปแบบเบื้องต้น

3.3.2 กระบวนการตรวจสอบและปรับปรุงรูปแบบ

1) นำร่างรูปแบบเสนอต่อผู้ร่วมวิจัย เพื่อพิจารณาความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และเติมเต็ม เพื่อรวบรวมข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงรูปแบบ

2) ผู้วิจัยปรับปรุงแก้ไขและตรวจสอบความสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง จนกระทั่งได้ข้อสรุปรูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาดังกล่าว

3.3.3 การนำเสนอและเผยแพร่รูปแบบ

นำเสนอรูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับการศึกษาต่ออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทและร่วมวิจัย

4. การเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

4.1 แผนและขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1.1 แผนการเก็บข้อมูลในแต่ละวงรอบ

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ดำเนินการวิจัยในรูปแบบออนไลน์ผ่านโปรแกรม Zoom ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 17.00-19.00 น. ระหว่างวันที่ 28 กันยายน พ.ศ. 2566-29 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2567 รวมระยะเวลา 5 เดือน เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยมีภารกิจประจำในการฝึกปฏิบัติการสอนในโรงเรียน และกิจกรรมของนักศึกษาทุนในวันเสาร์-อาทิตย์ อีกทั้งโรงเรียนปลายทางในการฝึกปฏิบัติการสอนตั้งอยู่ในพื้นที่ชนบทห่างไกล ซึ่งมีข้อจำกัดด้านระยะทางทำให้ไม่สามารถติดต่อการจัดกิจกรรมแบบ On-site ดังนั้นจึงได้มีการตกลงร่วมกันให้ดำเนินกิจกรรมผ่านระบบออนไลน์ในช่วงเวลาดังกล่าว โดยในแต่ละวงรอบจะมีการดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นวางแผนขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต และขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ จำนวน 4 วงรอบ

4.1.2 ผู้รับผิดชอบในการเก็บข้อมูล

ผู้รับผิดชอบในการเก็บข้อมูล ได้แก่ ผู้วิจัย และผู้ร่วมวิจัย

4.1.3 การจัดการและการเก็บรักษาข้อมูล

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง SWUEC-662008 ซึ่งผู้วิจัยได้คำนึงถึงความเปราะบาง ความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยดำเนินการออกแบบการวิจัยด้วยความระมัดระวังต่อผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นต่อผู้ร่วมวิจัยทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ ในขณะเดียวกันผู้วิจัยมีการพิทักษ์สิทธิ์ผู้ร่วมวิจัยร่วมด้วย โดยทำการขออนุญาตเก็บข้อมูลอย่างเป็นทางการ ซึ่งแจ้งรายละเอียดของโครงการวิจัย สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย และเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยได้ตัดสินใจอย่างอิสระ รวมทั้งขออนุญาตบันทึกภาพและบันทึกเสียง ทุกครั้งก่อนเริ่มดำเนินการวิจัยในแต่ละครั้ง ส่วนข้อมูลที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ถูกเก็บไว้ในพื้นที่ปลอดภัยและมีการเก็บข้อมูลเป็นความลับจะเผยแพร่แก่ผู้อื่นได้ก็ต่อเมื่อได้รับอนุญาตจากผู้ร่วมวิจัยเท่านั้น รวมถึงนำเสนอข้อค้นพบที่ได้จากการวิจัยโดยไม่ระบุอ้างอิงถึงตัวบุคคลแบบเฉพาะเจาะจง และหลังจากเสร็จสิ้นโครงการวิจัยแล้วจะมีการทำลายข้อมูลดิบทันที

4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยในครั้งนี้ดำเนินการโดยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการวิจัยแบบมีส่วนร่วม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อมุ่งเน้นให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ซึ่งมีการเก็บรวบรวมข้อมูลหลากหลาย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วนสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ดังนี้

4.2.1 เครื่องมือสำหรับการวางแผน มีรายละเอียดดังนี้

1) แนวคำถามการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งโดยใช้เทคนิค AIC

ผู้วิจัยใช้แนวคำถามการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งโดยใช้เทคนิค AIC ด้วยการให้ผู้ร่วมวิจัยกำหนดประเด็นการพัฒนารายบุคคลเพื่อไปสู่เป้าหมาย มีรายละเอียดดังนี้

1. ขั้นการฟังอย่างไม่ตัดสิน (A: Appreciation)

A1 ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ฝึกสอนของตนเองเป็นรายบุคคล พร้อมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์นั้น ทั้งคุณลักษณะที่มีและที่ต้องการพัฒนาในแต่ละด้าน โดยมีตัวอย่างแนวคำถาม ดังนี้

1) จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านปัญญาและความรู้จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร

2) จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านความกล้า จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร

3) จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านมนุษยธรรม จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร

4) จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านความเที่ยงธรรม จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร

5) จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านการควบคุมอารมณ์จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร

6) จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านการรู้จักความจริงของชีวิต จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร

7) นอกเหนือจากจุดแข็งทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ด้านปัญญาและความรู้ ความกล้า มนุษยธรรม ความเที่ยงธรรม การควบคุมอารมณ์ การรู้จักความจริงของชีวิต แล้วท่านคิดว่าตนเองมี จุดแข็งด้านอื่น ๆ อะไรอีกบ้างที่มีและและที่ต้องการพัฒนา

8) ท่านคิดว่าจุดแข็งของท่านแบ่งออกเป็นกี่กลุ่ม และมีกลุ่มใดบ้างที่เกี่ยวข้องกัน

9) ท่านต้องการตั้งเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งกลุ่มใด (ขอให้ท่านเขียนลงในคอลัมน์ที่ 1 จุดแข็งของตน)

จากนั้นผู้วิจัยถามผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่ม โดยใช้คำถามว่า “จุดแข็งอะไรบ้างที่ทุกคนในกลุ่มมีเหมือนกัน” และมีจุดแข็งอะไรบ้างที่ทุกคนในกลุ่มแตกต่างกัน” จากนั้นผู้ร่วมวิจัยเขียนสรุปลงบนกระดานผ่านระบบออนไลน์ โดยทำการวิเคราะห์ให้เห็นคำตอบของทุกคนในกลุ่มว่ามีจุดแข็งอะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน

A2 ผู้ร่วมวิจัยกำหนดเป้าหมายในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของตนเอง พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้น โดยเขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็ง โดยมีตัวอย่างแนวคำถาม ดังนี้

1) จากที่ท่านได้พิจารณาเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง ท่านคิดว่าพฤติกรรมบ่งชี้จากจุดแข็งที่ท่านต้องการพัฒนามีอะไรบ้าง (เขียนลงในคอลัมน์ที่ 2 พฤติกรรมบ่งชี้ของคุณ)

2) ระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนที่จะเกิดขึ้น หลังจากที่ท่านได้พัฒนาจุดแข็งนั้นแล้ว (เขียนลงในคอลัมน์ที่ 3 พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนที่จะเกิดขึ้นเมื่อครูเกิดการเปลี่ยนแปลง)

3) ขอให้ท่านร่วมกันสรุปเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งของทุกคนในกลุ่มที่เหมือนกันมีอะไรบ้าง

ผู้วิจัยตั้งคำถามกับผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มว่า “หลังจากที่ได้ฟังเพื่อนในกลุ่มแลกเปลี่ยนเป้าหมายการพัฒนาจุดแข็งแล้ว มีใครอยากเติมเต็มในการพัฒนาจุดแข็งของตนเองบ้าง” จากนั้นผู้วิจัยให้ผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มได้ช่วยกันพิจารณาเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งว่ามีอะไรบ้างที่เหมือนกันกับเพื่อนในกลุ่ม และมีเป้าหมายใดบ้างที่แตกต่างกัน โดยผู้วิจัยเขียนสรุปลงบนกระดาน ทำการวิเคราะห์ให้เห็นคำตอบของทุกคนในกลุ่มว่ามีเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งอะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน

2. ขั้นการสนทนาในการหาปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ (I: Influence)

2.1 ผู้ร่วมวิจัยระบุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ โดยให้ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ในการพัฒนาคุณลักษณะจุดแข็งนั้นได้ดีและไม่ดีนั้นมีปัจจัยเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง ซึ่งการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เลือกจากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุก

คนในกลุ่มต้องการพัฒนาเหมือนกันมากที่สุดเพื่อให้เห็นตัวอย่างที่ชัดเจน โดยมีตัวอย่างแนวคำถาม ดังนี้

1) จากเป้าหมายการพัฒนาจุดแข็งของท่าน ขอให้ท่านเล่าประสบการณ์ในการที่จะพัฒนาจุดแข็งนั้นได้ดี มีปัจจัยและเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง (ตัวอย่างเช่น การที่ท่านจะควบคุมอารมณ์ตนเองได้นั้น มีปัจจัยและเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง)

2) ถ้าท่านจะพัฒนาจุดแข็งตามเป้าหมายที่ท่านเลือกได้ไม่ดี มีปัจจัยและเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง (ตัวอย่างเช่น การที่ท่านจะควบคุมอารมณ์ตนเองได้ไม่ดีขึ้น มีปัจจัยและเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง)

12 ผู้ร่วมวิจัยเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จเพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองเป็นรายบุคคล โดยมีตัวอย่าง แนวคำถาม ดังนี้

1) มีปัจจัยและเงื่อนไขอะไรบ้างที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาจุดแข็งของท่านให้สำเร็จ

2) มีปัจจัยและเงื่อนไขอะไรบ้างที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาจุดแข็งของท่านไม่สำเร็จ

3) ขอให้ท่านสรุปว่ามีปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้ท่านเกิดการเปลี่ยนแปลงจุดแข็ง

ผู้วิจัยให้ผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มได้ช่วยกันสรุปปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จของทุกคนว่ามีอะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน โดยผู้วิจัยเขียนลงบนกระดานเพื่อวิเคราะห์คำตอบของทุกคนในกลุ่ม

3. ขั้นการสร้างแนวปฏิบัติ (C: Control)

C การนำปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนพัฒนาตนเองเป็นรายบุคคล รวมทั้งควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ

ให้ผู้ร่วมวิจัยนำปัจจัยเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง รวมทั้งหาแนวทางในการควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่จะเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็งนั้น ซึ่งหลังจากที่ทุกคนได้แลกเปลี่ยนแผนของตนเอง ให้แต่ละคนพิจารณาเพิ่มเติมว่าต้องการเติมส่วนไหนที่เหมือนผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มหรือไม่ โดยมีตัวอย่างแนวคำถาม ดังนี้

1) ท่านจะนำปัจจัยและเงื่อนไขที่ทำให้สำเร็จมาใช้ในการวางแผน เพื่อพัฒนาจุดแข็งของตนเองอย่างไร

2) ท่านจะมีวิธีการควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จในการพัฒนาจุดแข็งของท่านอย่างไร

ผู้วิจัยให้ผู้ร่วมวิจัยได้ช่วยกันสรุปปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จที่นำมาใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาจุดแข็งที่เหมือนกันของทุกคนในกลุ่ม และวิธีการที่จะควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จในการพัฒนาจุดแข็งนั้น จากนั้นผู้วิจัยเขียนลงบนกระดาน ทำการวิเคราะห์ให้เห็นคำตอบของทุกคนในกลุ่มว่ามีอะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน

ผู้วิจัยตั้งคำถามกับผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มว่า “ใครชอบแนวทางในการพัฒนาจุดแข็งของเพื่อนคนใดในกลุ่ม และอยากนำไปเพิ่มเติมในการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง” จากนั้นผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยร่วมกันสรุปแนวทางในการพัฒนาจุดแข็งของทุกคนในกลุ่มที่เหมือนกันและแตกต่างกัน

อย่างไรก็ตามการสรุปข้อมูลในแต่ละขั้นตอน ตั้งแต่ช่วงรอบที่ 2 เป็นต้นไป ผู้วิจัยได้เปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยได้เป็นผู้ดำเนินการช่วยกันสรุปในกลุ่มเป็นหลัก จนกระทั่งในวงรอบที่ 3-4 ผู้ร่วมวิจัยได้ช่วยกันเป็นผู้อำนวยความสะดวก โดยสรุปเชื่อมโยงประเด็นที่เพื่อนสมาชิกในกลุ่มมีเหมือนกันและแตกต่างกัน รวมทั้งมีบทบาทสำคัญในการเป็นผู้นำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องโดยมีผู้วิจัยเฝ้าสังเกตการณ์และช่วยเพิ่มเติมประเด็นที่ตกหล่น

4.2.2 เครื่องมือสำหรับการสังเกตและบันทึก

1) การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม (Participant observation) เป็นวิธีการรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพอย่างเป็นระบบ โดยผู้วิจัยต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัย พร้อมกับสังเกตและบันทึกพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ตลอดจนจัดทำบันทึกภาคสนามจากบริบทจริง (Marshall & Rossman, 2006, 2016) ผู้วิจัยควรมีมุมมองที่กว้าง สามารถคาดการณ์เหตุการณ์ล่วงหน้า ตลอดจนตีความสถานการณ์ที่คลุมเครือได้อย่างเหมาะสม (Streubert & Carpenter, 1995) ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้สังเกตน้ำเสียง ภาษากาย และพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยระหว่างดำเนินกิจกรรมกลุ่ม นอกจากนี้ผู้ร่วมวิจัยยังมีบทบาทในการสังเกตการเปลี่ยนแปลงของตนเองระหว่างนำแผนการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไปใช้ โดยพิจารณาว่าพฤติกรรมที่แสดงออกสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้หรือไม่ ทั้งยังได้สังเกตการเปลี่ยนแปลงจากบุคคลรอบข้าง เช่น นักเรียนและเพื่อนร่วมงาน พร้อมจดบันทึกข้อมูลที่ได้จากการสังเกต เพื่อนำมาใช้ในการสะท้อนร่วมกันภายในกลุ่มต่อไป

2) บันทึกร (Diaries) คือ เครื่องมือที่ใช้ในระหว่างการศึกษาเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมและการบันทึกประสบการณ์ที่ได้จากการนำแผนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไปทดลองใช้ เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาทำการสะท้อนผลเพื่อปรับปรุงกิจกรรมในวงรอบต่อไป รวมทั้งนำบันทึกของผู้ร่วมวิจัยมาทำการสะท้อนผล เพื่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหลังผ่านการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

4.2.3 เครื่องมือสำหรับการสะท้อนผล

1) เทคนิคการทบทวนหลังการปฏิบัติ (After Action Review: AAR) คือ เครื่องมือที่ใช้ในการสะท้อนผลการปฏิบัติกิจกรรม ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้ผู้ร่วมวิจัยได้ร่วมกันสะท้อนกระบวนการในการดำเนินกิจกรรมและผลลัพธ์ของกิจกรรมที่สำเร็จและไม่สำเร็จ รวมทั้งปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติกิจกรรม เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาให้ดีขึ้นในวงรอบต่อไป

2) การสนทนากลุ่ม (Focus group) เป็นลักษณะของการสัมภาษณ์กันระหว่างผู้ร่วมวิจัยในวงสนทนากลุ่ม ซึ่งผู้ร่วมวิจัยจะต้องเป็นผู้ที่อยู่ในบริบทที่กำลังจะศึกษาในโครงการวิจัย ประมาณ 7-12 คน ทั้งนี้ผู้วิจัยจะทำหน้าที่ในการสนับสนุนและเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยทุกคนได้ร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในมุมมองต่าง ๆ อย่างเท่าเทียมกัน (Marshall & Rossman, 2006; McTaggart, 1991)

3) การสัมภาษณ์ (Interview) เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลในงานวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่เอื้อให้ผู้ร่วมวิจัยได้มีโอกาสในการอธิบายสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในบริบทของเขา (Stringer, 2007) ซึ่งการสัมภาษณ์เป็นวิธีการที่เหมาะสมในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากบุคคลที่มีประสบการณ์ในเรื่องนั้น ๆ (สัจญญา ย็อราน & ศิวีไลซ์ วรรณวิจิตร, 2561) ทั้งนี้ผู้วิจัยสรุปข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาเขียนมากกว่าการเขียนที่ใช้คำพูดของผู้วิจัยเอง อย่างไรก็ตามสิ่งที่ควรตระหนักในขณะทำการสัมภาษณ์คือ ผู้วิจัยควรให้เกียรติและเคารพผู้ที่ถูกสัมภาษณ์ เพื่อให้เขาได้เปิดใจในการให้ข้อมูล รวมทั้งให้ผู้วิจัยสามารถเข้าถึงมุมมองความคิดของเขาได้มากที่สุด (Marshall & Rossman, 2006)

4.3 การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

4.3.1 กระบวนการพัฒนาเครื่องมือวิจัย

ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมและการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยเน้นการมีส่วนร่วมของผู้ร่วมวิจัยในกระบวนการต่าง ๆ ตั้งแต่การวางแผน การดำเนินการไปจนถึงการสะท้อนผลการปฏิบัติ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ซึ่งมีรากฐานจากแนวคิดจิตวิทยาบวก

(Positive Psychology) ที่เน้นการพัฒนาและเสริมสร้างจุดแข็งภายในตัวบุคคล ศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามแนวคิดของ Seligman and Peterson (2004) ที่เน้นการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 24 องค์ประกอบ เครื่องมือวิจัยที่พัฒนาขึ้นเน้นการสำรวจและเสริมสร้างคุณลักษณะเหล่านี้ผ่านการสะท้อนผลจากกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยได้เข้าร่วม ทั้งนี้การพัฒนาเครื่องมือในการเก็บข้อมูลผู้วิจัยได้ออกแบบเครื่องมือที่เหมาะสมกับบริบทของผู้ร่วมวิจัย โดยมีเครื่องมือสำหรับการวางแผนคือ เทคนิค AIC เครื่องมือสำหรับการสังเกตและบันทึก ได้แก่ การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม และบันทึก และเครื่องมือสำหรับการสะท้อนผล ได้แก่ AAR การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์

4.3.2 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ

ผู้วิจัยนำเครื่องมือวิจัยที่พัฒนาแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ในด้านจิตวิทยาการศึกษา การวิจัยเชิงคุณภาพ และนักศึกษาครูในโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น ตรวจสอบความเหมาะสม ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะในการปรับปรุงเครื่องมือ

4.3.3 การทดลองใช้และปรับปรุงเครื่องมือ

ผู้วิจัยทดลองใช้เครื่องมือวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับผู้ร่วมวิจัย และทำการประเมินผล โดยตรวจสอบความเหมาะสมและความถูกต้องของเครื่องมือ การประเมินนี้ประกอบด้วย การทบทวนความเข้าใจในคำถามที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย จากนั้นปรับปรุงเครื่องมือวิจัยให้เหมาะสมกับบริบทของผู้ร่วมวิจัย โดยการปรับคำถามให้ง่ายขึ้น สื่อความหมายได้ตรงประเด็น เช่น การลดความซับซ้อนในคำถามหรือการเลือกใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย โดยเปลี่ยนจากการใช้คำว่า “คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง” เป็น “จุดแข็ง” และปรับกระบวนการเก็บข้อมูลให้มีความยืดหยุ่นมากขึ้น นอกจากนี้ยังได้ปรับวิธีการสะท้อนผลจากกิจกรรมให้เหมาะสมกับบริบทของผู้ร่วมวิจัยอีกด้วย จากนั้นนำเครื่องมือวิจัยที่ปรับปรุงแล้วไปใช้ในการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมในทุกวงรอบการวิจัย

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 กระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

การวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ดังนี้ (ชาย โพรธิตา, 2564)

5.1.1 การเตรียมและจัดระเบียบข้อมูล

ผู้วิจัยทำการถอดบทเรียนนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา โดยการถอดบทเรียนจากการสัมภาษณ์และการสนทนา รวมทั้งพิจารณาข้อมูลอื่น ๆ เช่น ภาษาท่าทาง และบรรยากาศการสนทนา เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วน จากนั้นทำการจัดระเบียบข้อมูล (Data organizing) โดยการแยกแยะและจัดหมวดหมู่ข้อมูลที่สำคัญที่ได้จากการสัมภาษณ์ในแต่ละรอบ เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการวิเคราะห์

5.1.2 การให้รหัสข้อมูลและการจัดกลุ่ม

หลังจากการจัดระเบียบข้อมูล ผู้วิจัยให้รหัสข้อมูล (Coding) และการแสดงข้อมูล (Data display) ซึ่งเป็นการเชื่อมโยงข้อมูลในลักษณะที่สามารถแยกแยะและจัดกลุ่มได้ง่าย โดยจะใช้การตรวจสอบความถูกต้องของการให้รหัสข้อมูลจากอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท เพื่อให้แน่ใจว่ารหัสข้อมูลที่ได้มีความเหมาะสมและสามารถนำไปใช้ในการวิเคราะห์ผลการวิจัยได้

5.1.3 การวิเคราะห์ประเด็นหลักและประเด็นย่อย

หลังจากการตรวจสอบรหัสข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลถอดบทเรียน (Themes) เกี่ยวกับกระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยการแยกประเด็นหลักและประเด็นย่อย (Sub-theme) จากข้อมูลที่ได้ ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะถูกนำมาหาข้อสรุป ความสำเร็จ และตรวจสอบความถูกต้อง (Verification) ว่าตรงกับประเด็นผลการวิจัยที่ตั้งไว้

5.2 การวิเคราะห์ข้อมูลในแต่ละวงรอบการวิจัย

5.2.1 การวิเคราะห์ข้อมูลจากการวางแผน

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลจากการกำหนดเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย โดยพิจารณาจากการระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัย นักเรียนและเพื่อนร่วมงานจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย รวมถึงการระบุปัจจัยเงื่อนไขที่สนับสนุนและขัดขวางต่อการพัฒนา แผนการพัฒนาและการควบคุมปัจจัยที่อาจเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

5.2.2 การวิเคราะห์ข้อมูลจากการปฏิบัติและสังเกต

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลจากการสังเกตผลการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ในระหว่างการศึกษาเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม รวมถึงการให้ผู้ร่วมวิจัยสังเกตตนเองในการนำแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไปใช้ อุปสรรคที่เกิดขึ้นและแนวทางในการควบคุมปัญหาดังกล่าว ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตและการสะท้อนตนเองนี้จะถูกรวบรวม เพื่อวิเคราะห์ผลกระทบของกิจกรรมต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย การวิเคราะห์ในขั้นตอนนี้จะช่วยให้เห็นผลลัพธ์จากการปฏิบัติจริงและนำข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงกระบวนการพัฒนาในวงรอบถัดไป

5.2.3 การวิเคราะห์ข้อมูลจากการสะท้อนผล

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากการสะท้อนผลการปฏิบัติในแต่ละวงรอบ โดยการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้ร่วมวิจัย รวมถึงการสังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย ข้อมูลที่ได้จากการสะท้อนผลจะถูกนำมาวิเคราะห์เพื่อหาความเชื่อมโยงระหว่างการพัฒนาในแต่ละประเด็นกับความสำเร็จของกิจกรรม การวิเคราะห์นี้จะช่วยให้ผู้ร่วมวิจัยสามารถปรับแผนการพัฒนาในวงรอบถัดไปให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

5.3 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสังเคราะห์รูปแบบ

5.3.1 การบูรณาการข้อมูลจากทุกวงรอบ

การบูรณาการข้อมูลจากทุกวงรอบเป็นขั้นตอนสำคัญในการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทที่ได้รับทุนการศึกษา ข้อมูลที่ได้จากการดำเนินกิจกรรมในแต่ละวงรอบจะถูกรวบรวมและเชื่อมโยงเพื่อให้เห็นภาพรวมของการพัฒนาคุณลักษณะดังกล่าว โดยผู้วิจัยจะนำข้อมูลจากการวางแผน การปฏิบัติและสังเกต รวมถึงการสะท้อนผลจากกิจกรรมในแต่ละวงรอบมาบูรณาการ โดยมุ่งเน้นการเชื่อมโยงข้อมูลจากการสังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยและการประเมินผลจากนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน เพื่อให้เห็นผลลัพธ์จากการพัฒนาที่เกิดขึ้นในแต่ละวงรอบ

5.3.2 การวิเคราะห์องค์ประกอบของรูปแบบ

หลังจากดำเนินการวิจัยครบทุกวงรอบแล้ว ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์องค์ประกอบของรูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยการระบุงค์ประกอบสำคัญที่เกิดขึ้นในกระบวนการพัฒนาของผู้ร่วมวิจัยประกอบด้วย แนวคิดพื้นฐาน จุดมุ่งหมาย กระบวนการเสริมสร้าง และเทคนิคการเสริมสร้าง ซึ่งข้อมูลเหล่านี้ช่วยให้ผู้วิจัยทำความเข้าใจถึงสิ่งที่จำเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง รวมถึงความเหมาะสมของวิธีการพัฒนาที่ช่วยส่งเสริมการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้ร่วมวิจัย

5.3.3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบ

ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและผลลัพธ์จากการเปลี่ยนแปลง โดยเน้นที่การวางแผนกำหนดเป้าหมาย การปฏิบัติและการสังเกต และการสะท้อนผลร่วมกันระหว่างผู้ร่วมวิจัย กระบวนการเหล่านี้จะช่วยให้การใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเกิดขึ้นอย่างยั่งยืน อีกทั้งการวิเคราะห์นี้จะทำให้ผู้วิจัยเห็นถึงความเชื่อมโยงระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ และการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย ข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์จะเป็นประโยชน์ใน

การสังเคราะห์รูปแบบที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

6. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล

6.1 กลยุทธ์การตรวจสอบความน่าเชื่อถือที่ใช้ในการวิจัย

6.1.1 การตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation)

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า โดยให้การเก็บรวบรวมข้อมูลมากกว่า 1 วิธีและใช้แหล่งข้อมูลมากกว่า 1 แหล่ง ได้แก่ เทคนิค AIC การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม บันทึก การสะท้อนผลกิจกรรมที่ประสบความสำเร็จ การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์ โดยนำข้อมูลจากการเก็บรวบรวมด้วยวิธีการที่หลากหลายนี้ มาตรวจสอบความถูกต้อง ข้อมูลสอดคล้องกันหรือไม่ทั้งนี้หากพบประเด็นที่ไม่ได้เป็นไปในทางเดียวกัน ผู้วิจัยทำการตรวจสอบข้อมูลจนได้ข้อสรุปที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด

6.1.2 การให้สมาชิกตรวจสอบข้อมูล (Member checking)

การให้สมาชิกตรวจสอบข้อมูลคือ การที่ผู้วิจัยให้ผู้ร่วมวิจัยได้ทำการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลกล่าวคือ ในขณะที่มีการเก็บรวบรวมข้อมูลไปได้ระยะหนึ่ง ผู้วิจัยจะทำการทบทวนคำตอบจากข้อมูลที่ได้รับ เพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องว่าข้อมูลที่ได้สื่อสารเข้าใจตรงกันหรือไม่ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความถูกต้องและน่าเชื่อถือ

6.1.3 การตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ (Peer debriefing)

ในการวิจัยครั้งนี้มีผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย จำนวน 5 ท่าน และมีอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทเป็นผู้ทำการตรวจสอบการดำเนินการวิจัยในทุกขั้นตอน ตั้งแต่เริ่มต้นจนเสร็จสิ้นกระบวนการวิจัย

6.2 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือในแต่ละขั้นตอนของการวิจัย

6.2.1 การตรวจสอบในขั้นตอนการเก็บข้อมูล

ในขั้นตอนการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และกิจกรรมต่างๆ โดยใช้การตรวจสอบข้อมูลจากหลายแหล่ง (Triangulation) เพื่อเพิ่มความเชื่อมั่นในความถูกต้องของข้อมูล เช่น เทคนิค AIC การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม บันทึก AAR การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์ ซึ่งช่วยให้ข้อมูลมีความหลากหลายและสะท้อนความเป็นจริง นอกจากนี้ยังใช้การสะท้อนผลจากผู้ร่วมวิจัย (Member checking) โดยให้ผู้ร่วมวิจัยทบทวนและยืนยันความถูกต้องของข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวม เพื่อให้ข้อมูลที่ได้มีความน่าเชื่อถือและตรงกับประสบการณ์จริงของผู้ร่วมวิจัย

6.2.2 การตรวจสอบในขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของการให้รหัสข้อมูล (Coding) โดยนำข้อมูลที่ผู้วิจัยทำการลงรหัสข้อมูล จัดกลุ่มข้อมูลให้มีความหมายไปทำการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของการให้รหัสข้อมูล เพื่อให้มั่นใจว่าการให้ข้อมูลนั้นมีความถูกต้องและตรงกับความเข้าใจของผู้อื่น จากนั้นส่งต่อให้อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของข้อมูล (Peer debriefing) โดยให้อ่านและตีความรหัสข้อมูลนั้นว่ามีความเข้าใจตรงกันหรือไม่ อย่างไรก็ตามหากมีรหัสหรือการให้ความหมายไม่ตรงกัน ผู้วิจัยอาจพิจารณาห้สนั้นอีกครั้งหรืออาจทำการตัดข้อความนั้นออกไม่นำมาเป็นรหัสในการวิเคราะห์

6.2.3 การตรวจสอบในขั้นตอนการสังเคราะห์รูปแบบ

ในการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ผู้วิจัยตรวจสอบความน่าเชื่อถือของผลการวิจัยโดยการทบทวนข้อมูลจากทุกวงรอบ และการตรวจสอบความสอดคล้องกับทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้มั่นใจว่ารูปแบบที่สังเคราะห์มีความสอดคล้องและสามารถนำไปใช้ได้จริงในทางปฏิบัติ ผู้วิจัยยังใช้การสะท้อนผลจากผู้ร่วมวิจัย ในแต่ละวงรอบ เพื่อให้ผลการสังเคราะห์รูปแบบมีความน่าเชื่อถือ โดยให้ผู้ร่วมวิจัยได้ร่วมประเมินและเสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมและความเป็นไปได้

6.3 การบันทึกร่องรอยการตรวจสอบ (Audit Trail)

การบันทึกร่องรอยการตรวจสอบเป็นกระบวนการที่สำคัญในการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของการวิจัย โดยเฉพาะในงานวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งต้องมีการจัดทำเอกสารและบันทึกทุกขั้นตอนของกระบวนการวิจัย เพื่อให้สามารถตรวจสอบความโปร่งใสและความถูกต้องของการวิจัยได้ในภายหลัง โดยในงานวิจัยนี้ได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

6.3.1 การบันทึกขั้นตอนและการตัดสินใจในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการบันทึกทุกขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการวิจัยอย่างละเอียด ตั้งแต่การกำหนดปัญหาการวิจัย การออกแบบเครื่องมือวิจัย การเลือกกลุ่มผู้ร่วมวิจัย การเก็บข้อมูลการวิเคราะห์ข้อมูลไปจนถึงการสังเคราะห์รูปแบบ การตัดสินใจในการดำเนินการในแต่ละขั้นตอนจะได้รับการบันทึกไว้อย่างชัดเจน โดยเฉพาะการเลือกใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ซึ่งเป็นกลยุทธ์หลักในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครู เพื่อให้สามารถตรวจสอบการดำเนินงานได้อย่างโปร่งใส

6.3.2 การเก็บรักษาหลักฐานสำหรับการตรวจสอบ

หลักฐานที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการวิจัย เช่น การบันทึกเสียง ข้อมูลจากการสังเกตการณ์ และบันทึกจากการสะท้อนผลการปฏิบัติ จะได้รับการเก็บรักษาไว้อย่างปลอดภัย

เพื่อให้สามารถเข้าถึงและตรวจสอบได้หากมีความจำเป็น การเก็บรักษาข้อมูลนี้ช่วยให้สามารถพิสูจน์ความถูกต้องของการวิจัยและแสดงความน่าเชื่อถือของกระบวนการทั้งหมด โดยใช้การเก็บข้อมูลในที่ปลอดภัยและมีรหัสป้องกันการเข้าถึงข้อมูล

6.3.3 การจัดทำเอกสารสนับสนุนความน่าเชื่อถือ

ผู้วิจัยได้จัดทำเอกสารที่สนับสนุนกระบวนการวิจัยต่าง ๆ เช่น เอกสารที่อธิบายเกี่ยวกับการใช้เครื่องมือวิจัย การสังเกตผลการปฏิบัติจากผู้ร่วมวิจัย การบันทึกความคิดเห็นของผู้วิจัยในการสะท้อนผลและการปรับปรุงกระบวนการ การจัดทำเอกสารนี้ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถชี้แจงขั้นตอนต่าง ๆ ของกระบวนการวิจัยได้อย่างโปร่งใส และสามารถนำเสนอข้อพิสูจน์ในการตรวจสอบผลการวิจัย รวมทั้งสามารถใช้เป็นหลักฐานในการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของผลการวิจัยได้



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม มีวัตถุประสงค์การวิจัย 1) เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และ 2) เพื่อสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 กระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามวงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ตอนที่ 2 การสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

ตอนที่ 1 กระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามวงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

วงรอบที่ 1

1. การวางแผน

ขั้นการวางแผนผู้วิจัยได้ให้ผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์การฝึกสอนของตนเอง เลือกคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ต้องการพัฒนา รวมทั้งวางแผนในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยใช้เทคนิค AIC ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 ขั้นการฟังอย่างไม่ตัดสิน (A: Appreciation)

A1 ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ฝึกสอนของตนเองเป็นรายบุคคล พร้อมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์นั้น ทั้งคุณลักษณะที่มีและที่ต้องการพัฒนาในแต่ละด้าน

ผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้ง 6 ด้าน จากประสบการณ์ฝึกสอนของตนเอง ได้แก่ 1) ปัญญาและความรู้ 2) ความกล้า 3) มนุษยธรรม 4) ความเที่ยงธรรม 5) การควบคุมอารมณ์ และ 6) การรู้จักความจริงของชีวิต รวมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

ด้านอื่น ๆ โดยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีและที่ต้องการพัฒนา จากนั้นผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยช่วยกันสรุปคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุกคนในกลุ่มมีเหมือนกันและแตกต่างกันในแต่ละด้าน

1.1.1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 1 ดังตาราง 4

ตาราง 4 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 1

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
1	ความอ่อนโยน (คอย)	23
2	ความรู้สึกรับชอบคุณ (รชค), การทำงานเป็นทีม (กทท)	19
3	ความรัก (ควร)	14
4	การให้อภัย (หอก), ความกล้าหาญ (คกห)	13
5	ความมานะพยายาม (มพย), ความเสมอภาค (คสม)	12
6	การเปิดใจ (กปจ), ปัญญาเชิงสังคม (ปชส), ความถ่อมตัว (คถต)	11
7	การชื่นชมความงามและความเป็นเลิศ (ชงล)	8
8	ภาวะผู้นำ (ภณ), การกำกับตนเอง (กกต), อารมณ์ขัน (อรข)	7
9	ความใฝ่รู้ (คฝร), ความเสียสละ (สส)	6
10	การมองโลกในแง่ดี (มด)	5
11	การมองเห็นภาพรวม (หกร), การตรงต่อเวลา (ตว)	4
12	ความรอบคอบ (ครค), ความอดทน (อท)	3
13	ความหวัง (ควห), ความคิดสร้างสรรค์ (คสส), จิตวิญญาณ (จวญ)	2
14	ความรักการเรียนรู้ (รกร), ความซื่อสัตย์ (คซส), ความกระตือรือร้น (กตร), การพึ่งพาตัวเอง (พต)	1

หมายเหตุ : ตัวอักษรย่อ 3 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามทฤษฎี 6 ด้าน ตัวอักษรย่อ 2 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอื่น ๆ

จากนั้นผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนเลือกว่าต้องการตั้งเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใด ให้เขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็งเป็นรายบุคคล

1.1.2 เป้าหมาย มีรายละเอียดดังนี้

1.1.2.1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ต้องการพัฒนา ดังรายละเอียดใน

ตาราง 5

ตาราง 5 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการพัฒนา วงรอบที่ 1

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
1	ความกล้าหาญ (คกห)	10
2	ความใฝ่รู้ (คฝร)	9
3	ความคิดสร้างสรรค์ (คสส), ความกระตือรือร้น (กตร), การกำกับตนเอง (กกต)	5
4	ภาวะผู้นำ (ภผน), อารมณ์ขัน (อรข)	4
5	ความมานะพยายาม (มพย)	3
6	ปัญญาเชิงสังคม (ปชส), ความรอบคอบ (ครค)	2
7	ความรักการเรียนรู้ (รกร), ความรัก (ควร), การเปิดใจ (กปจ), ความรู้สึกขอบคุณ (รขค)	1

A2 ผู้ร่วมวิจัยกำหนดเป้าหมายในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของตนเอง พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้น โดยเขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็ง ทั้งนี้พบว่าผู้ร่วมวิจัยแลกเปลี่ยนเพียง 4 คน ส่วนคนอื่น ๆ ขอลงไปคิดแล้วนำมาแลกเปลี่ยนในกลุ่มครั้งต่อไป ซึ่งสรุปพฤติกรรมบ่งชี้ได้ ดังนี้

1.1.2.2 พฤติกรรมบ่งชี้ถึงการบรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แบ่งออกเป็น 3 พฤติกรรม ได้แก่ 1) พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 2) พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง และ 3) พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง มีรายละเอียดดังนี้

พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พบว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้เป็น 9 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 10 พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 1

จากภาพประกอบ 10 อธิบายได้ว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 9 พฤติกรรม ดังนี้

1) กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน คือ กระตือรือร้นในการสอนและการจัดกิจกรรม รวมทั้งสร้างบรรยากาศการสอนให้สนุกสนาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ความกระตือรือร้น (กตส)

2) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่งสุขุม ไม่ดุนักเรียน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การกำกับตนเอง (กกด)

3) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ คือ ค้นหาความรู้ออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ค้นหาความรู้เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ออกแบบกิจกรรมที่สนุกสนาน สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ให้นักเรียนใช้ในห้องเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองใช้

วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความใฝ่รู้ (คฟร) ความรักการเรียนรู้ (รกร) และความคิดสร้างสรรค์ (คสส)

4) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ กล้าทำงานที่ท้าทาย เป็นผู้นำในการทำกิจกรรม กล้าพูด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าให้คำแนะนำและอบรมสั่งสอนนักเรียน กล่าวขอบคุณหรือชื่นชมทุกครั้งเมื่อได้รับการช่วยเหลือ หรือเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ดี เสียสละสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังไม่เข้าใจเนื้อหาและคนที่เรียนไม่ทันเพื่อน อาสาช่วยงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ (คกห) ภาวะผู้นำ (ภผน) ความรู้สึกขอบคุณ (วขค)

5) ตรวจสอบแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ คือ ทำงานอย่างรอบคอบ วางแผนการทำงาน และเตรียมสื่อการสอน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ความรอบคอบ (ครค)

6) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ ยิ้มแย้มแจ่มใส พูดจาไพเราะใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวล หัวเราะมากขึ้น ร่าเริงแจ่มใส เล่นมุกกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) และความอ่อนโยน (คอย)

7) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ คือ ทำงานที่ได้รับมอบหมายและทำสื่อการสอนให้แล้วเสร็จทันตามเวลาที่กำหนด รวมทั้งตั้งเป้าหมายในการทำงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความมานะพยายาม (มพย) และความหวัง (ควห)

8) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข คือ การสังเกตพฤติกรรมของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน และศึกษาเกี่ยวกับวิธีการแก้ปัญหาหรือวิธีการปรับตัวกับสถานการณ์นั้น ๆ ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

9) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ เปิดใจยอมรับความคิดเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งไม่ปิดกั้นโอกาสและตัดสินใจผู้อื่น ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การเปิดใจ (กปจ)

พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากข้อมูลพบว่าแม้ผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้ 3 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 11 พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 1

จากภาพประกอบ 11 อธิบายได้ว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 3 พฤติกรรม มีรายละเอียดดังนี้

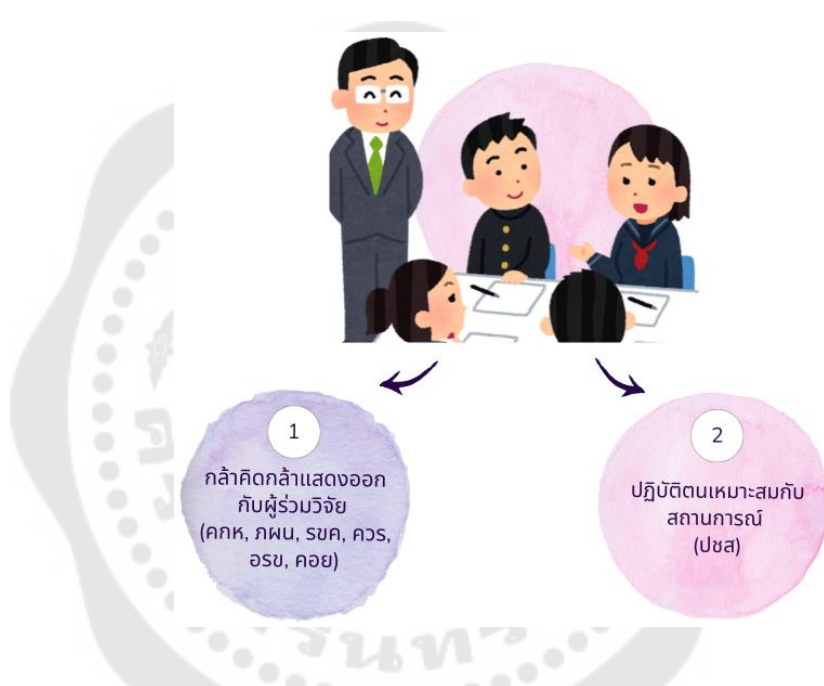
1) ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน คือ นักเรียนสนใจเนื้อหาในบทเรียนแล้วอยากที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ กระตือรือร้นในการเรียน กล้าถาม กล้าแสดงความคิดเห็นตั้งคำถามและตอบคำถามกับผู้ร่วมวิจัย สนุกกับการเรียน ตื่นเต้นกับสื่อการสอนใหม่ ๆ ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกระตือรือร้น (กตส) ความใฝ่รู้ (คฝร) ความรักการเรียนรู้ (สรท) และความคิดสร้างสรรค์ (คสส)

2) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย คือ นักเรียนกล้าเข้าหาผู้ร่วมวิจัยมากขึ้น กล้าคิด กล้าแสดงออก กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะขอคำปรึกษากับผู้ร่วมวิจัย ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ การกำกับตนเอง (กกด) ความกล้าหาญ (คคท) ภาวะผู้นำ (ภพน) ความรู้สึغبอบคุณ (รชค) ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรช) ความอ่อนโยน (คอย) การเปิดใจ (กปจ)

3) ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ คือ ทำตามกฎระเบียบได้รับโอกาสจากผู้ร่วมวิจัย เชื่อฟังและปฏิบัติตามที่ได้รับคำแนะนำ ใช้อัตนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากข้อมูลพบว่าแม้ผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานมีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้ 2 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 12 พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 1

จากภาพประกอบ 12 อธิบายได้ว่า พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 2 พฤติกรรม มีรายละเอียดดังนี้

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย คือ พุดคุยเป็นกันเอง ยิ้มแย้มแจ่มใส และช่วยเหลือผู้ร่วมวิจัย ใช้อัตนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ (คกท) ภาวะผู้นำ (ภพน) ความรู้สึกขอบคุน (รขค) ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) และความอ่อนโยน (คอย)

2) ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ คือ รับฟัง เปิดใจพูดคุยและปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมกับผู้ร่วมวิจัย ใช้วิธีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

1.2 ขั้นการสนทนาในการหาปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ (I: Influence)

11 ผู้ร่วมวิจัยระบุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ โดยให้ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ในการพัฒนาคุณลักษณะจุดแข็งนั้นได้ดีและไม่ดีนั้นมีปัจจัยเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง ซึ่งการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เลือกจากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุกคนในกลุ่มต้องการพัฒนาเหมือนกันมากที่สุดเพื่อให้เห็นตัวอย่างที่ชัดเจน

12 ผู้ร่วมวิจัยเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จเพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองเป็นรายบุคคล

ปัจจัยที่สำเร็จผู้ร่วมวิจัยเลือกมาใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ 1) ตนเอง 2) ผู้อื่น 3) พร้อมเผชิญหน้ากับสิ่งแปลกใหม่ 4) ไม่ยึดติดกับรูปแบบเดิม 5) การวางตัวเป็นแบบอย่างที่ดี 6) ความคาดหวังจากบุคคลอื่น 7) กล้ากับตนเอง 8) การสนับสนุนจากผู้อื่น 9) โอกาส 10) รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น 11) ฝึกสังเกตผู้อื่น 12) ความอยากรู้ของตนเอง 13) การเปลี่ยนมุมมอง 14) มองโลกในแง่ดี 15) แสดงความรู้สึก 16) เห็นถึงความจริงใจของผู้อื่น และ 17) รู้จักการแบ่งปัน

ส่วนปัจจัยที่ไม่สำเร็จที่ผู้ร่วมวิจัยเลือกมาใช้ในการควบคุม เพื่อไม่ให้เกิดอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ 1) ตนเอง 2) ผู้อื่น 3) ภาระงาน 4) ขาดโอกาส 5) ไม่ให้ความสำคัญทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน และ 6) ไม่กล้าขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น

จากนั้นให้แต่ละคนเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาจุดแข็งของตนเองสำเร็จและไม่สำเร็จ ให้ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยช่วยกันสรุปปัจจัยและเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จของทุกคนว่ามีอะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน รวมทั้งเปิดโอกาสให้เลือกปัจจัยเงื่อนไขเพิ่มเติมจากผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มได้แลกเปลี่ยน

1.3 ขั้นการสร้างแนวปฏิบัติ (C: Control)

C การนำปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนพัฒนาตนเองเป็นรายบุคคล รวมทั้งควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ

ให้ผู้ร่วมวิจัยนำปัจจัยเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง รวมทั้งหาแนวทางในการควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่จะเป็น

อุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็งนั้น ซึ่งหลังจากที่ทุกคนได้แลกเปลี่ยนแผนของตนเอง ให้แต่ละคนพิจารณาเพิ่มเติมว่าต้องการเติมส่วนไหนที่เหมือนผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มหรือไม่ ทั้งนี้แผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย สรุปได้ 4 แผน ดังนี้

1. กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ กล้าทำงานที่ท้าทาย เป็นผู้นำในการทำกิจกรรม กล้าพูด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าเสนอความคิดเห็น กล้าให้คำแนะนำและอบรมสั่งสอนนักเรียน กล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ไม่เข้าใจ กล้ารับงานที่ท้าทาย กล่าวขอบคุณเมื่อได้รับความช่วยเหลือ เสียสละสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังไม่เข้าใจเนื้อหาและคนที่เรียนไม่ทันเพื่อน อาสาช่วยงานเพื่อนร่วมงาน (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ ภาวะผู้นำ ความรู้สึกรับผิดชอบ)

“ก็จะมี ความกล้าหาญ แล้วก็ความกระตือรือร้นค่ะแบบว่า ถ้าสมมติว่าที่โรงเรียนกับ ผอ. แบบนี้ ช่วงนี้เค้ากำลังหาเด็กแข่งวิชาการกัน ก็จะมีงานอะไรที่สามารถช่วยเค้าได้ หนูก็จะพยายามแบบออกความคิดเห็น เสนอความคิดเห็นค่ะ เพื่อที่จะได้มีประสบการณ์เพิ่มขึ้นค่ะในการทำงาน ก็ทำทุกอย่างที่ได้รับมอบหมายแล้วก็กล้าที่จะลองผิดลองถูกค่ะ” (บีลีฟ)

“หนูนะคะก็จะเป็นกลุ่มของความกล้าหาญ ความเที่ยงธรรมค่ะในเรื่องของความกล้าหาญนะคะเงื่อนไขนะคะหนูก็ต้องมีใจสู้ค่ะ ใจสู้กับความกล้าของตัวเองค่ะ ต้องรวบรวมความกล้าของตัวเองค่ะ แล้วก็บวกกับความกล้าแสดงออกที่อยู่ในภาวะผู้นำค่ะจะได้รวบรวมความกล้านั้นไปให้คำปรึกษา ให้คำแนะนำอบรมสั่งสอนสำหรับนักเรียนได้ค่ะ” (ทอฝัน)

“กำลังจะแข่งช่วงต้นเดือนธันวาคมค่ะศิลปหัตถกรรม การซ้อมเด็กมันเสริมสร้างจุดแข็งในเรื่องของภาวะผู้นำค่ะแล้วก็ความกล้าหาญค่ะก็เริ่มตั้งแต่แรกเลยค่ะที่คุณครูเขาถามว่าหนูจะส่งอะไรไปค่ะ ก็เลยเกิดความคิดว่าถ้าเราไม่มีความกล้าหาญหรือว่าไม่มีภาวะผู้นำแล้วก็จะไม่สามารถที่จะตัดสินใจได้ว่าเราจะนำเด็กเราไปแข่งด้านนี้ค่ะ” (ปราวฟ้า)

“ด้านที่หนูจะพัฒนาคือการรู้สึกขอบคุณ สิ่งที่จะพัฒนาให้สำเร็จเรากล่าวคำขอบคุณแล้วก็ยอมรับความช่วยเหลือของผู้อื่นค่ะ แสดงความรู้สึก แสดงอารมณ์ตามความรู้สึกของเราค่ะ เพราะว่าปกติเป็นคนไม่ค่อยพูดค่ะ อันดับแรกจะเปลี่ยนมุมมองตัวเองก่อนที่จะตัดสินใจผู้อื่นก็จะมองโลกในแง่ดีมากขึ้นค่ะ มองให้เห็นถึงความจริงใจของคนที่เราอยากช่วยเหลือ อย่างเช่นจะชื่นชมเราก็จะพูดด้วยความจริงใจ เห็นความพยายามของเค้า เห็นความเก่งของเค้า หรือเวลามีคนช่วยเหลือเราถึงแม้ว่าอาจจะดูไม่จริงใจแบบนี้ค่ะ แต่เราก็ต้องมองให้ออกว่าอย่างน้อยเค้าก็ช่วยเหลือเรา...ก็จะบอกตัวเองค่ะว่าเราก็จะมองโลกในแง่ดีมากขึ้น แล้วก็เข้าหาคนอื่น

มากขึ้น เพื่อจะให้เค้าเหมือนได้แสดงได้ช่วยเหลือเรามากขึ้น เราจะได้ไม่ปฏิเสธการช่วยเหลือคนอื่นถ้าเราทำไม่ได้” (เพียงขวัญ)

“แต่ก่อนหนูพูดเลยนะว่าหนูนี้แบบไม่ค่อยมีความเสียสละค่ะ... แต่ว่าเทอมนี้ หนูก็ไปช่วยครูเค้าทำอันนั้นอันนี้บ้าง... หนูก็ไปช่วยครูเค้าจัดห้องไปกวาดอะไรแบบนี้ค่ะ... ครูเค้าจะไม่เข้าหานักศึกษานะคะ... แต่ว่าเทอมนี้ครูเค้ามาพูดด้วยมากขึ้น แล้วหนูก็กล้าที่จะไปช่วยเค้าในตรงนั้นนะคะ เพราะว่าแต่ก่อนก็มีแค่คิดไม่กล้าที่จะเข้าไปช่วยค่ะ... แต่สิ่งที่หนูจะไปทำคือจะมีความเสียสละมากขึ้นแล้วก็กล้าเข้าหาครู แล้วก็กล้าที่จะพูดอยากช่วยเหลือค่ะ” (โปรตปราน)

2. มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน คือ วางแผนการทำงาน ตรวจสอบความเรียบร้อยของงาน เตรียมสื่อการสอน กระตือรือร้นในการสอน จัดกิจกรรมในชั้นเรียนให้สนุก ตั้งใจทำงานให้แล้วเสร็จ ตั้งคำถามกับนักเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนตั้งคำถาม ค้นหาความรู้ ออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ค้นหาความรู้เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ออกแบบกิจกรรมที่สนุกสนาน สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ใช้ในห้องเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ค้นหาความรู้ด้านทักษะชีวิตเพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาตนเอง (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกระตือรือร้น ความคิดสร้างสรรค์ ความรอบคอบ ความมานะพยายาม และความหวัง)

“การดูสภาพแวดล้อม และดูตัวแบบจากเพื่อนร่วมงานที่จะนำมาพัฒนาเรื่องความกระตือรือร้นค่ะ ก็คือหนู เมื่อเห็นตัวอย่างที่ดีแล้วค่ะก็จะปฏิบัติตามค่ะ ก็คือพยายามเก็บข้อมูลให้มากที่สุดค่ะว่าพี่ ๆ เค้าทำยังไงแล้วก็พอเราปฏิบัติตามแล้ว สิ่งที่ทำให้เรากระตือรือร้นมากขึ้นก็จะเป็นในเรื่องของการที่เราได้เห็นผลของมันที่เราจะได้รับค่ะ แล้วก็เรียงลำดับความสำคัญให้มากขึ้นหรือว่าจะเป็นการจัดสรรเวลา เช่นถ้างานไหนที่สำคัญจำเป็นเร่งด่วน เราเราก็จะทำก่อนค่ะ” (ฐใจ)

“แล้วก็ต่อมานะคะก็เป็นด้านความกระตือรือร้นค่ะก็คือจะกระตุ้นตัวเองให้ทำงานทุกอย่างให้เป็นปัจจุบันค่ะ แล้วก็ตั้งเป้าหมายไว้เล็ก ๆ ก่อนค่ะไว้ทีละเล็กทีละน้อยแบบไม่ตั้งเป้าหมายไว้ใหญ่มาก เพราะว่าถ้าเราตั้งเป้าหมายไว้ใหญ่มากค่ะ มันก็จะรู้สึกทำไมมันไกลทำให้เรารู้สึกท้อค่ะ ถ้าเราตั้งไว้ทีละเล็กทีละน้อยแบบเนี้ยค่ะ ก็ค่อย ๆ ทำไปพอเราทำสำเร็จเราก็จะรู้สึกดีกับตัวเอง แล้วก็ให้รางวัลตัวเองด้วยค่ะถ้าทำทุกอย่างที่หนูตั้งเป้าหมายไว้ได้เนะคะจริง ๆ หนูก็พยายามจะทำให้ได้ละค่ะหนูก็อยากจะให้รางวัลตัวเอง ด้วยการแบบไปดูศิลปินคนโปรดที่แมนดาวค่ะ” (โมนา)

“ของหนูก็จะคล้าย ๆ กับยาหยีเลยคะ ส่วนที่อยากพัฒนางี้จะเป็นด้านของ ปัญญาและความรู้ในส่วนของการคิดสร้างสรรค์คะ ปัจจัยที่ทำให้สำเร็จนั้นคะคือ การไม่ยึดติดใน รูปแบบเดิมในส่วนของการวางแผนที่วางไว้นะคะก็จะเป็นคู่มือหรือว่าศึกษาค้นคว้า ๆ กับสื่อการสอนหรือ กิจกรรมการจัดการเรียนรู้ของคนอื่น ๆ คะ แล้วก็อาจจะเอามาปรับใช้ในส่วนที่มีประโยชน์กับ เนื้อหาการสอนของตัวเองคะ แล้วก็ถามสอบถามคุณครูสอบถามนักเรียนคะว่าอยากได้สื่อแบบ ไหนหรือเปล่าช่วยออกความคิดเห็นคะ แล้วก็ลองทำเสร็จแล้วก็เอามาให้ทั้งทางโรงเรียนคะ ทำ มาแล้วรู้สึกยังงัยบ้าง หรืออยากจะพัฒนาตรงไหนให้ปรับแก้ตรงไหนคะ” (ดาวัน)

“ก็จะเป็นความรอบคอบคะ ก็คือจะทำงานให้รอบคอบมากขึ้นคะ จะตรวจให้ ละเอียดก่อนที่จะส่ง แล้วก็บันทึกเป็น pdf คะ...แล้วก็ตรวจสอบเยอะ ๆ” (ปิลิฟ)

“หนูอยากพัฒนาความรู้คะ เพราะเป็นปัจจัยที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ หนูต้องศึกษาค้นคว้าสิ่งที่จะไปสอนนักเรียน และเมื่อนักเรียนสงสัย หนูก็จะหาคำตอบมาให้ ทำให้นักเรียนตั้งใจเรียนมากขึ้น” (ต้องตา)

3. ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือไม่พอใจ ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่ง สุขุม ไม่ดูนักเรียน (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การกำกับตนเอง)

“ใส่ใจคนรอบตัวให้มากขึ้น...หนูพยายามระวังคำพูดและการกระทำ เวลา สอนเด็กก็จะเคารพและฟังเรามากขึ้น ห้องเรียนก็เรียบร้อยและราบรื่นคะ ทำให้ทุกคนมีความสุขใน การทำกิจกรรมร่วมกันคะ” (คะนิง)

“หนูวางแผนว่าจะยิ้มเยอะขึ้นและทำอะไรให้ช้าลงคะ เพราะการทำช้าลงจะ ช่วยให้เราปรับอารมณ์ความรู้สึกได้ตามนั้นคะ แต่ก็ไม่ใช่ทุกอย่างนะคะ แค่นั่งกิจกรรมเท่านั้น แล้วก็หากิจกรรมที่ทำให้เราอารมณ์เย็นขึ้น เช่น ดูหนัง ฟังเพลง หนูคิดว่าพวกนี้มีผลต่ออารมณ์ ความรู้สึกมาก อย่างถ้าฟังเพลงเศร้าก็จะอินกับบทเพลง แต่ถ้าฟังเพลงสนุกก็ช่วยให้อารมณ์ดีขึ้น ค่ะ” (พรชิววัน)

4. ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น คือ เปิดใจ ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ไม่ตัดสินผู้อื่น สังเกตพฤติกรรมผู้อื่น ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการ แก้ปัญหาหรือวิธีการปรับตัวกับสถานการณ์นั้น ๆ ให้กำลังใจตนเอง เล่นมุขตลก ยิ้มแย้มแจ่มใส พูดคุยเป็นกันเองกับผู้อื่น (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ปัญญาเชิงสังคม การเปิดใจ ความรัก อารมณ์ขัน และความอ่อนโยน)

“หนูจะพัฒนาจุดแข็งทั้งหมด 3 กลุ่มค่ะ กลุ่มแรกคือ มนุษยธรรมด้านปัญญาเชิงสังคม บัณฑิตที่ทำให้สำเร็จคือ หนูพยายามสังเกตนักเรียน เพราะสัปดาห์นี้เค้าจะไปแข่งวิชาการ แล้วเค้ารู้สึกกดดันค่ะ บางคนกลับมาที่ห้องแล้วก็บอกว่าซีม ไม่อยากแข่งวิชานี้ อยากแข่งรายการอื่น หนูก็ให้คำแนะนำไป แล้วก็สังเกตพฤติกรรมเค้าเพิ่มเติมค่ะ มีนักเรียนคนหนึ่งมาคุยกับหนู บอกว่าเค้าเคยฝัน แล้วความรู้สึกตอนฝันมันเหมือนกับก่อนสามเหลี่ยม เค้าก็ถามหนูว่าความรู้สึกนั้นมันคืออะไรหรือคะ เหมือนเค้าอธิบายไม่ถูก หนูก็ยังไม่รู้ตอนนั้นค่ะ แต่หนูก็พยายามหาข้อมูลเพิ่มเติมแล้วกลับไปช่วยเค้าอีกที พยายามสังเกตและแก้ไขปัญหาค่ะ” (นับดาว)

“ด้านแรกคืออารมณ์ขันค่ะ หนูก็จะจัดการอารมณ์ให้ดีขึ้นอารมณ์ดีอยู่ตลอดเวลาแล้วก็พยายามว่าเรายังอยู่ตลอดเวลาจะ ยิ้มเยาะ ๆ แล้วก็กล้าที่จะเล่นมุขที่เป็นตัวเองมากขึ้น ลองเข้าหาคนอื่นที่เวลาคนอื่นหยอกล้อมาแล้ว ก็ลองหยอกล้อกลับไปค่ะ...เพราะว่าคุณครูชอบหยอกล้อหนูแต่หนูไม่ตอบกลับ...มันเห็นถึงเหมือนมันเป็นข้อเสียของตัวเอง เหมือนเราแบบทำนิสัยไม่ดีใส่คนอื่นแล้วเราไม่เคยคิดว่ามันเป็นข้อเสียของเรา แต่พอเรากลับไปมองจริงๆ ค่ะ มันคือแบบ ทั้ง ๆ ที่มันจะเป็นจุดแข็งให้เรา แต่เรากลับไม่ส่งเสริมมัน แล้วก็ปฏิเสธไม่ยอมรับคนอื่น ทำให้เราได้ทบทวนตัวเองด้วยค่ะว่าเราต้องพัฒนาตัวเองยังไง” (เพียงขวัญ)

จากคำกล่าวของเพียงขวัญเธอตระหนักรู้ตนเองผ่านการสำรวจจุดแข็ง จากการได้ทบทวนตนเองผ่านกระบวนการสะท้อนคิด เธอกล่าวว่า “มันเห็นถึงเหมือนมันเป็นข้อเสียของตัวเอง เหมือนเราแบบทำนิสัยไม่ดีใส่คนอื่น แล้วเราไม่เคยคิดว่ามันเป็นข้อเสียของเรา” ซึ่งเป็นกระบวนการที่นำไปสู่การยอมรับตนเองและการเปลี่ยนแปลง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อกล่าวว่า “ทั้ง ๆ ที่มันจะเป็นจุดแข็งให้เรา แต่เรากลับไม่ส่งเสริมมัน แล้วก็ปฏิเสธไม่ยอมรับคนอื่น” สะท้อนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากกระบวนการมีส่วนร่วมในกลุ่ม ซึ่งส่งผลให้เธอสามารถกลับมาทบทวนตนเองและวางแนวทางในการพัฒนาได้อย่างชัดเจน

“ในด้านอารมณ์ขันค่ะ ตรงนี้ก็เหมือน คล้าย ๆ กับเพียงขวัญค่ะที่เหมือนถ้ามีคนถามมาแล้วก็จะแบบเค้าถามมาแล้วตอบไปตรง ๆ แล้วเราก็จะไม่รู้ว่าต้องพูดอะไรต่อไปแบบนี้ค่ะ แล้วบรรยากาศมันก็จะเจิบแบบนี้ค่ะ แล้วมันก็รู้สึกที่เราก็นั่งเหมือนกันแล้วเราก็คิดอยู่ว่าที่เราตอบไปมันดีไหม หรือว่าเราจะพูดอะไรต่อไปอีกแล้วก็คิดไม่ออกค่ะ ก็อยากพัฒนาในจุดนี้แหละค่ะ” (นับดาว)

ขณะเดียวกันการยิ้มในบริบทของผู้ร่วมวิจัยบางคนเป็นผลมาจากการที่พวกเขาได้สังเกตและตระหนักว่าบรรยากาศในห้องเรียนหรือปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนยังมีความเคร่งเครียดอยู่จึงเลือกใช้การยิ้มเป็นเครื่องมือในการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมนั้นให้เป็นไปในเชิงบวกมากขึ้น

“ก็จะเป็นอารมณ์ขันค่ะ ไปสอนแบบเนี้ยกับนักเรียนก็ต้องพยายามยิ้มให้มาก ๆ ค่ะ พยายามหัวเราะกับนักเรียนให้มากกว่าที่จะบึ้งตึงค่ะ หน้าเครียดใส่ค่ะ” (ปวีฬ)

“เฉอแต่มก็จะเริ่มปรับปรุงตัวเองนะครับ พูดยกับนักเรียนแล้วก็ยิ้มแย้มกับนักเรียนมากขึ้น แล้วก็พูดไม่ใช้น้ำเสียงที่แข็ง สายตาแข็ง แล้วก็สายตาก็ลดลงครับ” (เฉอแต่ม)

ส่วนแผนที่ผู้ร่วมวิจัยใช้ในการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 4 แผน ดังนี้



ภาพประกอบ 13 แผนควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งวงรอบที่ 1

1. ใส่ใจตนเองและผู้อื่น คือ ให้กำลังใจตนเอง ทำกิจกรรมที่ผ่อนคลาย พักผ่อนให้เพียงพอ เปลี่ยนสภาพแวดล้อมในการทำงาน พยายามทำความเข้าใจผู้อื่น ให้ความสำคัญกับทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน และอาสาช่วยงาน

2. วางแผนและลงมือทำ คือ แบ่งเวลาในการทำงาน จัดลำดับความสำคัญของงาน ทำงานทุกวันอย่างสม่ำเสมอ

3. ควบคุมอารมณ์ คือ พาตนเองออกจากสถานการณ์ที่อึดอัด กำหนดลมหายใจเข้าออก ผีใจเย็น

4. ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น คือ ขอคำแนะนำ ขอความช่วยเหลือ และขอกำลังใจจากผู้อื่น

จากนั้นมอบหมายให้ผู้ร่วมวิจัย นำแผนที่ได้กลับไปใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง หากมีอุปสรรคก็นำวิธีการควบคุมไปใช้ร่วมด้วย ทั้งนี้การใช้แผนดังกล่าวให้บันทึกลงในสมุด

บันทึกการเรียนรู้ว่าได้ทำอะไร เกิดผลอย่างไร และมีอุปสรรคอะไรใช้วิธีการใดควบคุม เพื่อนำข้อมูลมาสะท้อนผลในกลุ่มใหญ่ครั้งต่อไป

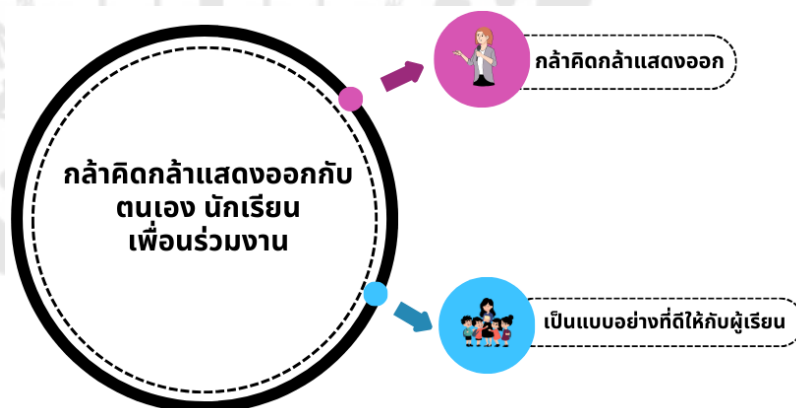
2. การปฏิบัติการและการสังเกต

การปฏิบัติและการสังเกตเป็นขั้นตอนที่ผู้ร่วมวิจัยนำแนวทางการปฏิบัติรายบุคคลมาพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและทำการสังเกตร่วมด้วย ซึ่งมีกิจกรรมดังนี้คือ 1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน 3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และ 4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น ซึ่งมีรายละเอียดของกิจกรรม ดังนี้

2.1 กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

2.1.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 2 กิจกรรม ได้แก่ กล้าคิดกล้าแสดงออก และเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้เรียน ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 14 แผนกล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน วงรอบที่ 1

1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

จากการวิเคราะห์กิจกรรมที่ปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยแสดงให้เห็นถึงการพัฒนาความกล้าในรูปแบบที่หลากหลาย อาทิ บั๊สไฟแสดงความกล้าในการแสดงความคิดเห็น ส่วนทอฝันกล้าอบรมสั่งสอนนักเรียนให้เผชิญความจริง ในขณะที่ธัญยา ปรายฟ้า และโปรดปราน

กล้ารับผิดชอบงานใหม่ และมีคุณกล้าสอบถามเมื่อเกิดความไม่เข้าใจ ขณะเดียวกันทอฝัน สังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางบวกของนักเรียน และโปรดปรานได้เรียนรู้งานใหม่ อีกทั้งยังพบการได้รับโอกาสให้รับผิดชอบงานที่ทำทนาย เช่น ปรายฟ้าที่พยายามฝึกซ้อมนักเรียน แข่งขัน แม้เธอจะไม่มั่นใจตนเองในตอนแรก แต่เธอก็ยังคงมุ่งมั่นที่จะ "เอาให้ได้" และธัญยาที่ตอบ รับงานทำทนายที่ว่า "เอามาเลย" ซึ่งแสดงถึงการมองเห็นโอกาสในการพัฒนาตนเองผ่านความ ทำทนาย นอกจากนั้นเพียงขวัญซึ่งเดิมเธอเป็นคนไม่ค่อยพูดและไม่ค่อยยอมรับความช่วยเหลือจาก ผู้อื่น การกล้าที่จะกล่าวคำขอบคุณและยอมรับน้ำใจ จึงถือเป็นการแสดงออกในรูปแบบหนึ่งที่ต้อง อาศัยความกล้าหาญในการก้าวข้ามกำแพงในใจของตนเอง

“หนูกล้าที่จะออกความคิดเห็นแล้วก็เสนอความคิดกับครูที่โรงเรียนตัวเอง ค่ะ ว่าหนู อยากส่งรายการนี้เข้าแข่งขันวิชาการหรือว่าจะช่วยครูที่เค้าทำโครงการแบบนี้ดีไหมอะไร อย่างนี้ค่ะ” (ปัสสิฟ)

“กล้าอบรมสั่งสอนเด็กค่ะคือ มีอยู่วันหนึ่งค่ะเด็กนักเรียนมาเล่นที่โรงเรียน แล้ววันนั้นเป็นวันที่หนูประชุมเลิกค่าค่ะประมาณ 5 โมงกว่านี้แหละค่ะและเด็กมาเล่นที่โรงเรียน แล้วเด็กใส่กางเกงขาสั้นค่ะเข้ามาในโรงเรียนแล้วก็เล่นตะกร้ออยู่สนามตะกร้อค่ะ หนูก็เลยเรียก นักเรียนมาแล้วที่นี้ก็เลยสอนนักเรียนว่าเวลามาเล่นที่โรงเรียนหรือจะไปสถานศึกษาที่ไหนสถาน ราชการที่ไหนให้ใส่กางเกงขายาวมาทุกครั้งนะคะ มีเด็กก็ตอบค่ะรับทนายค่ะ แล้วที่นี้วันต่อมา 2 วันค่ะเด็กทั้งสองคนนี้ค่ะคือ เด็กที่หนูบอกไปนั้นแหละค่ะคือ เค้าใส่กางเกงขายาวมาค่ะคือ จากที่ หนูสังเกตเมื่อก่อนเด็กก็จะใส่กางเกงขาสั้นมาตลอดเลยค่ะแล้วมีวันนั้นนะคะ หนูก็เลยเรียกมาพูด บอกว่าให้ใส่กางเกงขายาวมาเด็กก็ปฏิบัติตามค่ะ” (ทอฝัน)

“ครูในโรงเรียนย้ายค่ะและที่นี้ครูได้มอบหมายให้หนู ไว้เนื้อเชื่อใจหนูให้ ดูแลโครงการบ้านนักวิทยาศาสตร์แทนค่ะ และที่นี้แต่ก่อนหนูก็เคยได้ยินมาค่ะว่าจะให้หนูสอนแค่ วิทยาศาสตร์แต่หนูไม่รู้ว่าจะได้สรุปโครงการในภาคเรียนนี้ค่ะ...หนูบอกว่าเอามาเลยค่ะ” (ธัญยา)

“ความกล้าหาญนะคะก็คือ การรับหน้าที่นี้มาทำค่ะก็คือ การชักซ้อมเด็ก ไปแข่งค่ะเพราะว่าปกติไม่เคยทำอะไรแบบนี้ค่ะ แล้วก็ไม่มีมีความมั่นใจในตัวเองเลยค่ะว่าจะทำได้ ค่ะ ก็พยายามแบบคุณครูเค้าก็แบบปรายฟ้าแบบต้องเอาให้ได้ หนูก็เลยแบบเอละค่ะ แบบให้ พยายามแบบต้องมีความกล้าหาญนะคะก็คือ ชักซ้อมเด็กค่ะแล้วก็ต้องใช้เวลาไปดูเค้าค่ะ กล้าลง มือทำลงมือปฏิบัติค่ะ มีความกล้าในการรับหน้าที่นี้มาทำค่ะ” (ปรายฟ้า)

“สอบถามในสิ่งที่ไม่รู้ไม่เข้าใจครับ ไม่เกร็ง หรือกล้าที่จะสอบถามครับ แล้วก็สื่อให้เค้าเห็นว่าเรามีเรื่องสอบถาม แล้วก็สิ่งที่ได้ลอง ลองไปทำครับก็คือ หาความกล้าที่จะ

สอบถามในสิ่งที่ไม่รู้ครับ แล้วก็มีการแข่งขันครับเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีครับ กับเพื่อนร่วมงานครับกับคณะครู ก็ช่วงนี้ก็เป็นช่วงที่โรงเรียน โรงเรียนเตรียมการประเมินพอดีครับก็เลยแบบมีบทบาทในการเตรียมงานช่วย หรือว่าช่วยในด้านของงานเทคโนโลยี เรามีความรู้บ้างแล้วก็เอาไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับคณะครู ครูพี่เลี้ยง เพื่อนร่วมงานเนี่ยครับก็มีโอกาสได้สอบถามในสิ่งที่เราไม่เข้าใจครับ” (มีคุณ)

“ของหนูเป็นด้านความเสียสละค่ะก็คือ เสียสละแต่พอดีไม่เดือดร้อนตนเองรู้จักให้และแบ่งปันโดยไม่หวังผลค่ะก็คือ หนูได้รับหน้าที่ใหม่ก็คือ ผอ. ให้ไปเรียนรู้งานธุรการก็คือ เริ่มทำหนังสือไปเรียนรู้เลยค่ะ แล้วที่นี้หนูก็เสียสละก็คือ หนูได้ทำเอกสารให้ ผอ. ค่ะ ก็คือหนูไม่รู้ ตอนแรกหนูไม่รู้เรื่องเลยคะว่ามันต้องทำอะไรยังไง หนูก็คือกลัวที่จะไปถามครูเค้าว่ามันทำอะไรยังไง แล้วก็เสียสละเวลาของตนเองในการทำงาน เพราะว่าปกติมันจะมีงานของนักศึกษาของเราคะที่ต้องทำงาน ถ้าไม่ได้รับหน้าที่อื่นหลังจากการสอนก็คือ ได้มาทำงานตรงนี้จะ ก็คือทำทำทั้งวันเลยคะกว่าจะเสร็จ” (โปรดปราน)

“ส่วนด้านความรู้สึกชอบคุณนะคะการเปลี่ยนมุมมองของตนเองแล้วก็การมองเห็นน้ำใจของผู้อื่นคะ การกล่าวคำขอบคุณทุก ๆ ครั้งที่ได้รับน้ำใจ” (เพียงขวัญ)

2) เป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้เรียน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยแสดงบทบาทเป็นแบบอย่างที่ดี (Role model) และสามารถจัดการชั้นเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยปรายฟ้า คะนั้น และธันยามิพัฒนาการด้านจุดแข็งผ่านการปรับพฤติกรรมตนเองในด้านการใช้ภาษา การแต่งกาย และการวางตัวอย่างเหมาะสม ขณะเดียวกันชะเอมได้จัดการชั้นเรียนเชิงบวกโดยใช้มุมมองใหม่ในการแก้ปัญหา ผ่านการเปิดโอกาสให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมทำลายได้มีส่วนร่วมในบทบาทเชิงสร้างสรรค์ เช่น ผู้ช่วยครูหรือหัวหน้ากลุ่ม ส่งผลให้นักเรียนเกิดความรู้สึกมีคุณค่าและพัฒนาความรับผิดชอบมากยิ่งขึ้น

“ภาวะผู้นำนะคะก็จะเป็นผู้นำในเรื่องของการมีมารยาทคะก็คือในห้องเรียนคะเด็กบางคนเค้าแบบพูดจาแข็ง ๆ ค่ะ ก็พยายามทำตัวเป็นแบบอย่างเค้าว่าต้องพูดแบบนี้คะ แล้วก็พูดเพราะคะ ใจเย็นมากขึ้นคะ” (ปรายฟ้า)

“เวลาไปโรงเรียนหรือไปสอนแบบเนี้ยคะ หนูจะแต่งตัวเรียบร้อย สะอาด สะอาด แล้วก็พูดเพราะ พูดแบบมีหางเสียงกับเด็กกับครูคะ คือหนูอยากให้เด็กน้อย (นักเรียน) เห็นแบบอย่างที่ดีจากเราแล้วเหมือนเค้าเห็นเราทำแบบเนี้ยก็จะทำตาม มีพฤติกรรมที่ดีที่เหมาะสม

มากขึ้น ไม่พูดคำหยาบเหมือนแต่ก่อนค่ะ...หนูก็จะมีการตักเตือนเด็กด้วยนะค่ะที่แบบแต่งตัวไม่เรียบร้อยมาโรงเรียน หรือบางคนทีพูดคำหยาบกับเพื่อนด้วยค่ะ” (คะนิง)

“หนูไปโรงเรียนแต่เช้า เข้าสอนตรงเวลาไม่สาย ไม่เลท แต่งตัวสุภาพเรียบร้อย แล้วก็พูดเพราะค่ะ แล้วก็พยายามพูดมีหางเสียงมากขึ้นค่ะ เหมือนหนูสังเกตว่าเด็กนักเรียนเค้าจะชอบเลียนแบบหนูแบบเนี้ยค่ะ เพราะว่าหนูจะชอบพูดห้วน ๆ เวลาเด็กพูดกับหนูก็จะมีหางเสียง ก็เลยได้ปรับตรงเนี้ยแบบเป็นตัวอย่างที่ดีให้เค้า แล้วก็อันไหนที่เค้าทำไม่เหมาะสม หนูก็กล้าที่จะบอกสอนหรือตักเตือนเค้าไปค่ะ” (ธัญยา)

“หนูก็ลองปรับวิธีการควบคุมชั้นเรียนแบบเอาเด็กที่ซน ๆ ไม่ค่อยตั้งใจ กวนเพื่อนแบบเนี้ยค่ะก็ลองให้เค้ามามีส่วนร่วมในการเรียนแทนค่ะ ให้เป็นผู้ช่วยครูแบบแจกอุปกรณ์การสอนช่วย เป็นหัวหน้ากลุ่มในการทำกิจกรรมแบบเนี้ยค่ะ เค้าก็เริ่มสนใจเรียนมากขึ้นค่ะ” (ชะเอม)

2.1.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยยังขาดความมั่นใจในการรับงานที่ตนเองไม่มีประสบการณ์และไม่ถนัด แต่ถูกสถานการณ์บังคับและได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงาน ทั้งนี้ยังมีความกลัว กังวลว่าตนเองจะทำได้ไม่ดี เช่น ปรายฟ้าไม่มั่นใจว่าตนเองจะสามารถฝึกซ้อมนักเรียนไปแข่งขันได้ ส่วนผู้ร่วมวิจัยบางคนไม่มั่นใจในตนเอง มีความกลัว และเกร็งในการเข้าหาครู เช่น เทียนหอมได้ย้ายงานจากฝ่ายวิชาการไปทำงานในฝ่ายธุรการทำให้ปรับตัวกับเพื่อนร่วมงานไม่ได้ จะตกทนายเฉพาะกับครูที่สนิท รวมทั้งเมื่อผู้อำนวยการโรงเรียนถามปิลิฟว่าส่งรายการใดเข้าแข่งขัน เธอไม่กล้าตอบเพราะมีความกลัว

“ตัวเองเป็นคนไม่ค่อยกล้าพูดกับคนเท่าไรหรอกค่ะ...คือไม่ได้สนิทกับพี่ในทางฝ่าย ฝ่ายธุรการค่ะ เพราะว่าในรอบก่อนอยู่กับวิชาการก็คือ ก็คือสนิทกันมาก ๆ วันนี้พี่ย้ายมาใหม่เป็นผู้ช่วยพี่ธุรการค่ะ แล้วก็ ก็ยังไปหาพี่วิชาการอยู่ก็คือ อยู่ไม่ได้อยู่ได้ะตลอดอย่างเงี้ยค่ะ ยังรู้สึกว่าได้สนิทกันขนาดนั้นค่ะ...อาจจะไม่มีมารยาท เพราะว่าด้วยความที่หนูก็ไม่ว่าหนูต้องทำตัวยังไง” (เทียนหอม)

“อุปสรรคเกิดขึ้นหรือไม่คะของหนูเกิดค่ะก็คือ ตอนที่ ผอ. ถามมาค่ะหนูก็ยังไม่กล้าค่ะแล้วก็กลัวค่ะหนูก็เลยใช้วิธีการไม่ตอบ ผอ. เลยบอกว่าถ้าไม่มีเราไปถามคุณครูกับพี่คนอื่นในโรงเรียนค่ะว่าแบบมีรายการนี้ให้ส่งแข่งขันไหม แล้วก็ไปขอสอบถามกับพี่ครูในโรงเรียน แล้วก็ไปช่วยพี่เค้าส่งรายการอื่นค่ะ พี่เค้าก็ให้คำปรึกษาดีค่ะว่าแบบถ้าจะส่งตอนนี้นั้นอาจจะยากไป เพราะมันต้องใช้เวลาฝึกแล้วก็เรายังไม่มีตัวเด็กที่จะส่งก็ส่งอย่างอื่นก่อนแบบนี้ค่ะ” (ปิลิฟ)

นอกจากนั้นในขณะที่ทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบอุปสรรคคือ ทอฝันกลัวทำได้ไม่ดีเท่าที่คิดไว้ ส่วนธัญยาป่วย เหนื่อยล้า ส่งผลให้ทำงานได้ไม่เต็มที่ ส่วนปรายฟ้าไม่มีเวลา เพราะมีภาระงานมาก จึงไม่สามารถแบ่งเวลาดูแลนักเรียนได้อย่างทั่วถึง ขณะเดียวกันโมนามีอุปสรรคคือ ความขี้เกียจและผัดวันประกันพรุ่ง

“อุปสรรคคือ ป่วยและความเหนื่อย เพลีย ทำให้ทำงานของตัวเองไม่เต็มที่ และเป็นอุปสรรคต่อการทำงานต่าง ๆ” (ธัญยา)

อย่างไรก็ตามผู้ร่วมวิจัยจะมีอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่ยังคงพบว่ามีวิธีการควบคุมอุปสรรคดังกล่าว เช่น ทอฝันกลัวทำได้ไม่ดีเท่าที่คิดไว้ เธอจึงได้ให้กำลังใจด้วยการพูดปลอบใจตนเอง ส่วนปรายฟ้าไม่มีเวลาในการดูแลนักเรียนอย่างทั่วถึง จึงเรียงลำดับความสำคัญและเลือกลงมือทำสิ่งที่สำคัญเป็นอันดับแรกก่อน และควบคุมอารมณ์เมื่อนักเรียนพูดคุยน้อยลง ส่วนมิศณายังมีความกลัวในการเข้าไปพูดคุยกับเพื่อนร่วมงาน จึงใช้วิธีการเข้าไปพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดี โดยเริ่มคุยจากพี่ที่สนิทและนำไปสู่ครูคนอื่น ๆ

“กลัวทำได้ไม่ดีเท่าที่คิด ควบคุมด้วยการปลอบใจตัวเอง บอกตัวเองว่าไม่มีใครทำอะไรแล้วสมบูรณ์แบบ ก็มีผิดพลาดกันได้แล้วพัฒนาตัวเองให้ดีขึ้น” (ทอฝัน)

“อุปสรรค ไม่มีเวลา เพราะไม่สามารถแบ่งเวลาดูแลเด็กให้ทั่วถึงได้ มีวิธีการควบคุมคือพยายามเรียงลำดับจากสิ่งที่สำคัญก่อน เลือกทำสิ่งสำคัญ” (ปรายฟ้า)

“อุปสรรคความกลัวที่จะเข้าไปพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้เวลาในการเข้าไปสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน ควบคุมด้วยการบริหารจัดการเวลา เริ่มพูดคุยกับพี่ที่สนิทและนำไปสู่พี่ ๆ ครูคนอื่น ๆ” (มิศณ)

ส่วนโปรดปรานพบอุปสรรคคือ การถูกเอาเปรียบจากเพื่อนร่วมงานในโรงเรียนโดยเธอได้เล่าถึงวันที่มีงานต้อนรับคณะครูจากโรงเรียนอื่น ผู้อำนวยการจึงได้มอบหมายให้เพื่อนร่วมงานของเธอเก็บของว่าง นำแก้วและจานไปล้าง พร้อมทั้งทำความสะอาดห้องประชุม ซึ่งเพื่อนร่วมงานได้บอกให้เธอเป็นคนทำ คนเดียว เธอจึงปฏิเสธที่จะไม่ทำ เพราะไม่ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่นั้น จึงรู้สึกว่าการเอาเปรียบทั้งนี้เหตุการณ์ถูกเอาเปรียบนี้เกิดขึ้นหลายครั้งแล้ว ดังนั้นเธอจึงเลือกที่จะปฏิเสธ

“รู้สึกโดนเอาเปรียบในการทำงานบางอย่างในโรงเรียน” (โปรดปราน)

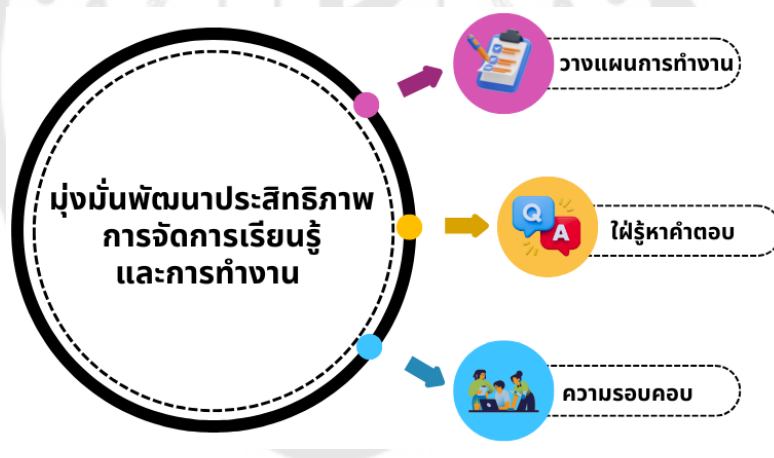
แต่ก็มีผู้ร่วมวิจัยบางคนที่ควบคุมอุปสรรค เช่น โปรดปรานเมื่อเครียดและเหนื่อยล้าจะไปพูดคุยกับเพื่อน ๆ นอกจากนั้นเธอจะฟังเพลงโครงามเลิศในปฐพี ซึ่งเป็นเพลงที่มี

เนื้อหาให้กำลังใจ อีกทั้งเธอยังได้แนะนำให้เพื่อน ๆ ในกลุ่มไปลองฟังเพลงนี้ ซึ่งทุกคนต่างให้ความสนใจและค้นหาเพลงที่เธอแนะนำ “วิธีการควบคุมของหนูนะคะก็คือ การได้ออกไปซื้อของกับเพื่อน ๆ ตรงนี้หนูได้ทำคะก็คือ การไปเจอเพื่อนแล้วก็พูดคุยกัน แล้วมันทำให้เราได้ผ่อนคลายคะ...ฟังเพลงใครงามเลิศในปฐพี มันทำให้เราได้คิดอะไร แล้วมันเข้ากับชีวิตเราดีคะ อยากให้เพื่อน ๆ ลองไปฟังคะ...เพลงภูมินทร์คะเพื่อน ๆ...เพลงก็จะเปรียบเทียบกับชีวิตของเราคะ เหมือนชีวิตเรามันออกไปเจออะไรมาไม่ดี หรือว่าเจออะไรมาดี ๆ ไม่มีใครที่จะสมบูรณ์แบบร้อยเปอร์เซ็นต์นะคะ มันก็จะมีในด้านที่ดี แล้วก็ด้านที่ไม่ดีเค้าจะเป็นเพลงที่ทำให้กำลังใจดีมากเลยคะ อยากให้เพื่อน ๆ ลองไปฟัง” (โปรดปราน)

2.2 มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.2.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 3 กิจกรรม ได้แก่ วางแผนการทำงาน ใฝ่รู้หาคำตอบ และความรอบคอบ ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 15 แผนมุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน วงรอบที่ 1

1) วางแผนการทำงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมการปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยใช้การพูดกับตนเองเชิงบวก (Positive self-talk) เพื่อสร้างแรงจูงใจในการทำงาน เช่น ต้องตาที่แม้จะรู้สึกเหนื่อยล้าจากการฝึกสอน แต่เธอก็ยังคงให้กำลังใจตนเองด้วยคำพูดว่า "แม้จะทำได้วันละนิด แต่ทำไปเรื่อย ๆ ก็จะมีผล" นอกจากนี้ผู้ร่วมวิจัยยังแสดงให้เห็นถึงการตั้งเป้าหมาย และการวางแผนอย่างเป็นระบบ อาทิ เขียนหอม ที่จดบันทึกสิ่งที่ต้องทำและทำเครื่องหมายเมื่องานเสร็จสมบูรณ์

ขณะเดียวกันจันทร์เจ้าและโมนาให้ความสำคัญกับการเตรียมการสอนล่วงหน้า การคาดการณ์คำถามจากนักเรียน และการพัฒนาวิธีการสอน ส่วนฐูใจจัดลำดับความสำคัญของงานและดำเนินการอย่างเป็นขั้นตอน ตั้งแต่การส่งแผนการสอน การจัดทำเอกสารไปจนถึงการจัดกิจกรรมค่าย โดยมีกระบวนการวางแผนที่เป็นระบบจนประสบความสำเร็จ นอกจากนี้ฐูใจนับดาวได้วางแผนการสอนเพื่อรองรับนักเรียนที่มีพื้นฐานต่างกัน โดยแยกการจัดการเรียนรู้สำหรับนักเรียนที่ไปแข่งขันวิชาการและนักเรียนที่เหลือน้อยอยู่ในห้องเรียน ขณะที่เมธอแตมเตรียมตัวสอบใบอนุญาตประกอบวิชาชีพครู ซึ่งสะท้อนถึงความตระหนักในเป้าหมายชีวิตและการพัฒนาตนเอง

ส่วนการพัฒนานวัตกรรมการเรียนการสอนพบว่า พริ้มและยาหยีได้พัฒนาสื่อการสอนที่สร้างสรรค์ โดยออกแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับความสนใจของผู้เรียน ส่งเสริมการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่สนุกสนาน ส่วนชะเอมแม้จะประสบปัญหานักเรียนบางกลุ่มมีพื้นฐานอ่อน แต่สามารถปรับวิธีสอนและการประเมินผลให้เหมาะสมกับศักยภาพของผู้เรียน ขณะเดียวกันณมนแสดงความสามารถในการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อจัดระบบงานที่ได้รับมอบหมาย โดยใช้โปรแกรม Excel ตรวจสอบหนังสืออย่างเป็นระบบ

“เปิดเทอมมาชิ้นนี้แหละค่ะก็คือ งานที่จะต้องส่งก่อนจะเป็นแผน ซึ่งหนูเพิ่งทำได้ประมาณ 6-7 แผนค่ะ พออบรมในรอบที่แล้ว (เข้าร่วมการวิจัย) ก็เลยเรียงลำดับความสำคัญว่าต้องส่งแผนให้ก่อน แล้วพอต่อมาจะเป็นการ การทำหนังสือแต่งตั้งครูพี่เลี้ยงค่ะ เพราะว่าหนูเปลี่ยนครูพี่เลี้ยงค่ะ ก็เลยทำอันนั้นต่อมาจาก จากแผนค่ะ แล้วก็ต่อมาก็คือ จะเป็นการที่ส่ง ส่งไฟล์ไปให้อาจารย์ค่ะ ซึ่งหนูก็ทำได้เรียบร้อยแล้วค่ะ แล้วก็ตอนนี้ ที่จะต้องทำให้เร็วที่สุดก็คือ น่าจะเป็นโครงการที่ ที่เป็นค่ายค่ะในแต่ละพื้นที่ ซึ่งก็ส่งเรียบร้อยแล้วค่ะ (ยิ้มกว้างด้วยสีหน้าภาคภูมิใจ)” (ฐูใจ)

“ก็ทำงานของตนเองนะคะ หนูก็พอเลิกเรียนค่ะ วันไหนที่หนูไม่เลิกดึกอย่างนี้ค่ะ หนูกลับมาแบบหนูยังไหวอยู่ค่ะ หนูก็ทำงานตัวเองแม้ว่าจะทำได้นิดเดียวค่ะ หนูก็จะทำ ถ้า ถ้าไม่ไหวก็พักก่อนค่ะ แต่ว่าพี่หนูเคยบอกเค้าว่าแม้จะทำแบบวันละนิดค่ะ แต่เราทำมันก็จะเสร็จไปเรื่อย ๆ ค่ะ” (ต้องตา)

“จะเป็นความมานะพยายามค่ะก็คือ การทำงานให้แล้วเสร็จค่ะก็ได้บอกกับตัวเองไว้ เมื่ออาทิตย์ที่แล้วว่าจัดตารางชีวิตของตัวเองค่ะก็คือ ตั้งแต่วันศุกร์ที่ได้อบรมหลังจากนั้นก็ในวันเสาร์ใช่ไหมคะก็ได้วางตารางตัวเองว่าจะทำอะไรบ้างหรือยืดไว้เลยคะ ก็มีที่อาจารย์ให้ทำเป็นแผนนะคะส่งก็ส่งได้ตามกำหนดทั้งหมดค่ะ ที่ตัวเองจะยึดไว้ค่ะว่า จะทำอะไรบ้าง อะไรที่สำคัญอย่างนี้ค่ะทั้งงานโรงเรียนแล้วก็ของมหาวิทยาลัยก็ได้ส่งเสร็จตามที่ตัวเองได้

ตั้งเป้าหมายไว้ค่ะ ก็ทำมาตลอดค่ะที่ ที่จะมีลิสต์ไว้ก็คือ อาจจะเป็นแค่เรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ค่ะก็คือ อย่างเช่นลูกไปอาบน้ำอย่างนี้ค่ะเวลานี้ เวลานี้แล้วก็ลูกตื่นตอนไหนไปบ้าน กลับบ้าน แล้วก็ทำอะไรค่ะก็ได้ทำตามทุกอย่างค่ะก็คือ มีลิสต์ไว้แล้วก็ดีถูกไว้ค่ะ” (เทียนหอม)

“ด้านความรอบคอบนะคะ หนูก็ใช้วิธีการวางแผนในการสอนอย่างเช่น เหมือนที่บอกไปค่ะว่าสัปดาห์นี้เป็นการแข่งขันวิชาการค่ะก็จะมีชั้น ป. 5 อยู่ 14 คนได้ไปซ้อมเหลือนักเรียนอยู่แค่ 6 คนค่ะ หนูก็ต้องคิดว่าวันนี้จะสอนอะไรบ้างที่มันทำให้เด็กที่ไปซ้อมค่ะเค้าตามเด็กที่ยังไม่ได้ซ้อมทันค่ะในวันนั้น ๆ ค่ะ อย่างเช่น ภาษาไทยเรื่องนี้ เรื่องนี้ควรเป็นยังไงมันไม่ยากไปที่จะทำให้เค้าตามทันค่ะ แล้วก็คณิตบางเรื่อง บางเรื่องที่นักเรียนที่ซ้อมเค้าตามทันได้ก็สอนไปก่อนแล้วค่อยมาอธิบายทีหลังค่ะ” (นับดาว)

“หนูก็ได้พัฒนาในส่วนของความใฝ่รู้ค่ะ หนูก็เข้าไปดูกับกระตือรือร้น มันพัฒนาไปด้วยกันได้ค่ะก็คือ ก่อนที่หนูจะไปสอนค่ะหนูก็ดูเนื้อหาที่จะไปสอนก่อน แล้วก็พยายามแบบว่าคิดว่าจะมีคำถามอะไรเกิดขึ้นในห้องเรียน แล้วก็พยายามหาคำตอบไปล่วงหน้าค่ะเพื่อเวลาเด็กถามอย่างเงี้ยค่ะเราก็จะได้จะได้บอกเค้าได้แบบนี้มันก็จะทำให้การสอนมัน มันไปมันไปได้แบบเรื่อย ๆ ค่ะ แบบไม่มีอะไรติดขัดค่ะ ไม่มีปัญหาซึ่งก็ทำดูแล้วค่ะ นักเรียนก็มีความกระตือรือร้นมากขึ้นนะคะ แล้วก็สนใจเรียนมากขึ้นค่ะ” (โมนา)

“ความใฝ่รู้ค่ะสิ่งที่นำไปพัฒนาก็คือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาที่จะนำไปสอนนักเรียนค่ะก็คือ ก่อนที่หนูจะไปสอนหนูจะนั่งแบบว่านั่งศึกษาว่าเรื่องนี้ เรื่องนี้สอนประมาณนี้นะ แล้วก็มียางมีใบงานประมาณนี้ค่ะ หนูก็จะศึกษาทำความเข้าใจก่อนค่ะแล้วค่อยนำไปสอน อีกอันหนึ่งก็คือการตอบคำถามนักเรียนนะคะอันนี้ ซึ่งอันนี้หนูก็ทำได้ค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“หาข้อมูลเกี่ยวกับข้อสอบเกี่ยวกับ O-NET ของ ป. 6 ค่ะซึ่งก็ทำได้แค่ 2 วันค่ะในการที่หนูเอาข้อสอบไปตีวเนี่ย ผลปรากฏว่าเด็กค่อนข้างพื้นฐานไม่ค่อยมีนะคะ เพราะว่าคนที่เค้ามีพื้นฐานหรือว่ามีความรู้เนี่ยคือ เค้าไปเป็นตัวแทนแข่งวิชาการก็เลยเหลือ ๆ เด็กที่ยังไม่ค่อยมีพื้นฐานค่ะ แล้วพอตอนที่หนูถามว่าหลังจากที่เราสอนไปหรือเรียนไปเนี่ย เด็กได้อะไรบ้าง เด็กบางคนก็ตอบให้ไม่ได้เลยค่ะ” (ชะเอม)

“หนูก็จัดการทำสื่อการเรียนรู้ให้เด็กค่ะ ซึ่งหนูจะทำสื่อเกี่ยวกับมาตราตัวสะกดค่ะ ซึ่งจะเอาตัวที่ตรงมาตราก็คือ เป็นรูปสัตว์เพื่อที่จะให้เกิดความสนใจกับเด็กค่ะ แล้วก็รูปภาพสัตว์นั้นจะออกเสียงตามมาตรานั้นค่ะ แล้วก็หนูจะเอาแบบรูปรถเข้ามาเพื่อดึงดูดเด็กผู้ชายค่ะ เพราะว่าเด็กผู้ชายจะมีความชอบด้านนี้หนูเลยเอารูปภาพรถมาต่อสื่อในมาตราตัวสะกดค่ะ

ซึ่งหนูเอามาจัดการเรียนการสอนก็เด็กผู้ชายแบบว่าเฮ้ยรถมีรถด้วยแบบนี้ค่ะ...ผู้หญิงก็จะมี ความชอบรูปภาพสวยงามแบบนี้ค่ะ” (ยาหยี)

“หาเว็บไซต์ในการทวิไปประกอบวิชาชีพรู้” (ณมณ)

“หนูก็ได้รับหน้าที่ให้ไปเช็คหนังสือที่เซตทางเซตมอบให้นะคะซึ่งมันเป็น จำนวนงบ 100,000 กว่าบาท หนูต้อง ต้องหาหนังสือให้ครบค่ะ ซึ่งที่แรกนะคะเค้าจะให้ไป กระดาษมาค่ะ หนูก็ถ้าหาไปกระดาษที่ละชิ้น ไปหาครูที่โรงเรียนแล้วเอา เอาหนังสือทุกรายการนะ คะเข้าไปใน Excel ค่ะ แล้วก็หาคำค้นหนังสือใน Excel ค่ะ ก็ทำให้หนูเสร็จเมื่อวานนี้ก็คือ เช็กเสร็จ ก็คือหนังสือครบตามจำนวนค่ะ” (ณมณ)

2) ใฝ่รู้หาคำตอบ

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า ความใฝ่รู้ปรากฏอย่าง ชัดเจนในรูปแบบของการตั้งคำถาม การแสวงหาคำตอบ และการเรียนรู้ร่วมกับนักเรียน โดยผู้ร่วม วิจัยหลายคนใช้คำถามของนักเรียนเป็นจุดเริ่มต้นในการค้นคว้าและตอบสนองต่อความสงสัย ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการส่งเสริมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) และบทบาทของครูในฐานะผู้ อำนวยความรู้ เช่น ันยาและฮารุแสดงพฤติกรรมการใฝ่รู้ผ่านการสืบค้นข้อมูลเพื่ออธิบายเนื้อหาที่ อยู่นอกเหนือจากบทเรียน เช่น ลักษณะของงูเหลือมและที่มาของวรรณยุกต์ ซึ่งช่วยสร้างความ เข้าใจให้กับนักเรียน ขณะที่ณมณใช้เวลาหลายวันในการค้นหาความหมายของคำว่า “หมากโป๊ะ” จนสามารถตอบคำถามของนักเรียนได้อย่างถูกต้อง แสดงถึงความมุ่งมั่นในการเรียนรู้

ส่วนในด้านการจัดการเรียนรู้ พริ้มและต้องตาได้ออกแบบกิจกรรมโดย เปิดโอกาสให้นักเรียนตั้งคำถามและร่วมกันค้นหาคำตอบ พร้อมทั้งบูรณาการเทคโนโลยี เช่น การใช้ ChatGPT เพื่อหาคำตอบร่วมกับนักเรียน สะท้อนให้เห็นถึงการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและ การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อสนับสนุนกระบวนการเรียนรู้

“ความใฝ่รู้ที่ได้มานะคะก็คือ จะแสวงหาการทดลองค่ะ เพื่อทดลองว่า ต้องทำยังไงนักเรียนจะต้องได้อะไรในการทดลองนี้หนูก็จะหามาให้ค่ะ แล้วก็อีกอย่างหนึ่งที่ไปเรียนรู้ ก็คือก่อนเริ่มเรียนหนูจะให้ให้นักเรียนตั้งคำถามนะคะก่อนที่จะเริ่มเรียน หนูจะให้ให้นักเรียนตั้งคำถาม ก่อน ถ้านักเรียนตั้งคำถามหนูก็จะหาคำตอบมาให้ เราจะได้ฝึกกันทั้งสองคนด้วยคะว่านักเรียน สงสัยครุหาคำตอบมาให้แบบว่าเราจะได้ความรู้ทั้งสองด้านคะเหมือนในสิ่งที่นักเรียนถามหนูไม่เคยรู้หนูก็ได้มารู้กับนักเรียนไปพร้อมกับนักเรียนคะ เช่น นักเรียนถามหนูว่าคุณครูหาทำไมงูเหลือม งูเหลือมไม่มีพิษ แล้วหนูก็ไปหาคำตอบมาให้เค้าจนได้ค่ะ งูเหลือมมันมีแค่ฟันมันไม่มีเขี้ยวเหมือนงู

มีพิษค่ะ มันเป็นพันเรียงกันค่ะมันตัวใหญ่มันสามารถกัดเราตายได้ มันไม่สามารถกัดเราถึงตายได้ ค่ะ” (ธันยา)

“เกี่ยวกับความใฝ่รู้ค่ะวิธีการของหนูนะค่ะก็คือ การเปิดโอกาสให้นักเรียนนะค่ะถามคำถามในขณะที่สอนหรือว่าเวลาว่างค่ะ ซึ่งในสัปดาห์นี้ที่ผ่านมานะค่ะหนูได้ขึ้นเรื่องวรรณยุกต์ค่ะ มีนักเรียนถามว่าทำไม ทำไมต้องมีวรรณยุกต์ ทำไมต้องมีวรรณยุกต์ หนูก็เลยบอกนักเรียนไปว่าก็คือ การที่มีวรรณยุกต์อะค่ะจะช่วยให้พยัญชนะหรือว่าสระของเราที่มันผสมกันมีเสียงสูงเสียงต่ำแล้วก็มีความหมายของคำที่หลากหลายแล้วก็มากกว่านี้ค่ะ แล้วพอวันอังคารหนูก็เป็นวรรณยุกต์อีกค่ะ จะเป็นการผันวรรณยุกต์ค่ะ นักเรียนก็จะถามว่าแล้วการผันวรรณยุกต์มันมาจากไหนครู ทำไมคนไทยต้องเรียน หนูก็เลยไปหาคำตอบมาให้ให้นักเรียนค่ะ จากที่หนูไม่เคยดูว่ามันมาจากไหนก็ทำให้หนูได้รู้ แล้วก็ทำให้นักเรียนได้ ได้รู้เกี่ยวกับสิ่งที่นักเรียนอยากรู้ค่ะ” (ฮารุ)

“หนูก็ได้รับคำถามพิเศษก็คือ นักเรียนถามหนูมาถามหนูว่าครูคะหมากโป๊ะคืออะไร อันนี้หนูหาคำตอบอยู่หลายวันมากเลยคะหนูไม่รู้ว่ามันคืออะไร...แต่ผลที่ได้หนูหาคำตอบได้คำว่ายามากโป๊ะที่นักเรียนถามก็คือเสาวรสค่ะ” (ณมน)

“ความใฝ่รู้ของหนูเลยนะค่ะก็คือที่หนูไปปฏิบัติมานะค่ะ ในการเริ่มสอนก็คือหนูจะตั้ง หนูจะตั้งคำถามแล้วให้นักเรียนตอบ แล้วให้นักเรียนตั้งคำถามแล้วให้หนูตอบค่ะ” (พริ้ม)

“ความใฝ่รู้ของหนูนะค่ะก็คือในสัปดาห์นี้ค่ะพอมารวันจันทร์ค่ะทางผู้อำนวยการได้ประชุมว่าจะมีทางมีผู้มานิเทศค่ะก็คือ ให้ทางคณะครูค่ะให้เตรียมเอกสารต่าง ๆ แล้วก็เตรียมห้องเรียนค่ะหนูก็ได้ช่วยพี่ ๆ เค้าค่ะ ในการตัดต่อวิดีโอแบบนี้ค่ะ เพราะว่าตอนแรกว่าจะมานิเทศในวัน วันนี้ค่ะ มันก็ต้องรีบช่วยทำในด้านของงานนิเทศที่จะมาถึงก็ได้เวลาคาบที่หนูว่างอะค่ะ หนูก็จะไปช่วยในการทำงานเอกสารแล้วก็ถึงคาบสอนหนูก็อย่างเต็มที่ค่ะ แล้วก็ในเรื่องการสอนต่าง ๆ นักเรียนก็จะสงสัยค่ะ หนูก็จะหาความรู้แล้วก็แบบ หนูเอาแซท GPT ค่ะที่นักเรียนสงสัยหนูก็จะพิมพ์แล้วก็ให้รู้ไปพร้อมกันคืออะไรบ้าง มันหมายถึงอะไรบ้างค่ะเกี่ยวกับภาษาไทยค่ะ เหมือนบางอย่างเราก็ได้เรียนรู้ไปพร้อมกับนักเรียนค่ะ...แล้วก็เหมือนเด็กเรียนแบบนี้ค่ะหนูให้การบ้านนักเรียนไปข้อไหนที่แบบนักเรียนสงสัยอยู่ค่ะ...แล้วก็ให้เค้าหาเพิ่มเติมคำตอบตรงนั้นค่ะ แล้วก็หนูก็จะไปเฉลยในวันถัดไปค่ะ” (ต้องตา)

3) ความรอบคอบ

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า ความรอบคอบปรากฏในกระบวนการเตรียมการสอน การใช้ภาษา และการจัดการงานเอกสารอย่างชัดเจน โดยเฉพาะใน

ขั้นตอนของการตรวจสอบความถูกต้องก่อนการนำไปใช้จริงในบริบทของการเรียนการสอน เช่น ปิสิฟให้ความสำคัญกับการตรวจสอบความถูกต้องของสื่อการสอนโดยละเอียด ทั้งการทดลองใช้ล่วงหน้าการอ่านทบทวนซ้ำหลายครั้ง และการเตรียมตัวก่อนเข้าสอน เพื่อป้องกันความสับสนของนักเรียนและลดความผิดพลาดในการจัดการเรียนรู้ ส่วนยาหยีแสดงให้เห็นถึงความรอบคอบผ่านการตรวจเอกสารราชการและสื่อการสอน โดยใช้วิธีตรวจซ้ำ 2 รอบเพื่อหลีกเลี่ยงข้อผิดพลาด ขณะที่นับดาวตรวจสอบแผนการสอนก่อนพิมพ์ทุกครั้ง เพื่อลดการสิ้นเปลืองทรัพยากรและป้องกันความผิดพลาดจากประสบการณ์ที่ผ่านมา

ส่วนมีคุณแสดงให้เห็นถึงการพัฒนาทักษะการสื่อสารกับนักเรียน โดยระมัดระวังและใคร่ครวญถึงผลกระทบของถ้อยคำที่ใช้ เพื่อไม่ให้กระทบต่อความมั่นใจของนักเรียนซึ่งแนวทางของเขาสอดคล้องกับการแก้ปัญหาโดยใช้จุดแข็งกล่าวคือ การเลือกใช้คำพูดอย่างเหมาะสมไม่เพียงช่วยเสริมพลังทางความคิด แต่ยังเป็นกลยุทธ์ในการแก้ปัญหาผ่านการใช้จุดแข็งด้านการสื่อสาร ส่งผลให้การสื่อสารของเขามีประสิทธิภาพและช่วยเสริมสร้างความมั่นใจให้กับนักเรียนมากยิ่งขึ้น

“ส่วนความรอบคอบนั้นะก็คือ เวลาหนูจะไปสอน หนูก็จะตรวจสอบสื่อที่จะไปสอนนั้นะให้มันชัดเจน แล้วก็ตรวจซ้ำแล้วซ้ำอีกคะ แล้วก็ลองดูคะว่ามันใช้ได้หรือยัง เวลาไปสอนเด็กก็จะได้ไม่งงเหมือนกันคะ แล้วก็มีการเตรียมตัวก่อนจะไปสอนคะ แล้วก็ก่อนจะปรี้นแผนหรือว่าปรี้นงาน หนูก็จะตรวจทานดูก่อนที่จะส่งปรี้นนั้นะคะ มันจะได้ไม่ผิดเสียอีกเหมือนครั้งก่อน” (ปิสิฟ)

“เวลาที่ครูพี่เลี้ยงให้ช่วยพิมพ์เอกสารที่เป็นแบบงานของโรงเรียน พวกเอกสารราชการก็จะตรวจดูว่ามีคำผิดตรงไหนไหม ตรวจซ้ำ 2 รอบเพื่อป้องกันความผิดพลาดคะ แล้วก็ตรวจสื่อการสอนอย่างเช่นพวกใบงานก่อนเอาไปใช้สอนด้วยคะ” (ยาหยี)

“ตอนทำแผนการสอนก็จะอ่านดูอีกรอบ ตรวจสอบความถูกต้องก่อนปรี้นทุกครั้งคะ มันจะได้ไม่เปลืองกระดาษ เพราะหนูเคยพิมพ์ผิดได้ปรี้นใหม่หลายรอบ หมดกระดาษไปเยอะมากเลยคะ” (นับดาว)

“ผมจะระมัดระวังในการใช้คำพูดกับนักเรียนครับ เพราะคำพูดมันมีผลต่อความรู้สึกและความมั่นใจของนักเรียนแบบเนี่ยครับคือ แบบว่าไม่ตำหนิจนเค้าแบบรู้สึกเสียความมั่นใจ ผมก็จะพยายามคิดก่อนพูด แล้วก็แบบว่าพยายามเลือกใช้คำพูดให้เหมาะสมมากขึ้นครับ” (มีคุณ)

2.2.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความเหนื่อยล้า ความซ้ำซาก ซาดวินัย และผัดวันประกันพรุ่ง เช่น ผู้ร่วมวิจัยมีภาระงานมาก กล่าวคือ โรงเรียนได้มอบหมายให้สอนทั้งระดับชั้นอนุบาลและประถมศึกษา รวมทั้งภาระงานของนักศึกษาทุน ส่งผลให้เกิดความเหนื่อยล้า จึงไม่เกิดความกระตือรือร้นมาจัดการงานของตนเองให้แล้วเสร็จ ทำให้ไม่สามารถส่งงานทันตามเวลาที่กำหนด เช่น การส่งแผนการสอนให้ครูพี่เลี้ยง และอาจารย์นิเทศก์ อีกทั้งยังพบว่าเทียนหอมที่บอกตนเองว่าจะจัดตารางชีวิตใหม่เรียงลำดับก่อนหลังว่าควรทำอะไรก่อน แต่เมื่อถึงเวลาก็ไม่ทำเพราะซ้ำซาก และซาดวินัยทำให้ไม่สามารถวางแผนและลงมือทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมาย

“อุปสรรคของหนูนะคะจัดตารางชีวิตก็จะมีบ้าง บ้างก็คือ ซ้ำซากหลัก ๆ เลย แล้วก็ไม่ค่อยมีวินัยเท่าไรค่ะ” (เทียนหอม)

จากการที่ผู้ร่วมวิจัยได้สังเกตตนเองพบว่า อุปสรรคที่ขัดขวางต่อการวางแผนและลงมือทำเป็นปัจจัยภายในของตนเอง แต่ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคได้ เช่น โมนาคอมคุมด้วยการสื่อสารกับตนเองว่า “ถ้าวันนี้ไม่ทำไม่ได้แล้วนะ” แต่ยังไม่ลงมือทำ

“อุปสรรคที่เจอนะคะที่จากที่ได้ทำมาก็คือ ก็เป็นสิ่งที่คาดเอาไว้ว่าจะเจอก็คือความซ้ำซากแล้วก็การผัดวันประกันพรุ่งของหนูเองค่ะ หนูก็มันก็เป็นอยู่ค่ะ แต่ว่าหนูก็จัดการกับมันด้วยการที่แบบบอกกับตัวเองว่าถ้าวันนี้ไม่ทำไม่ได้แล้วนะ ก็พยายามแบบเด็ดขาดกับตัวเองให้มากขึ้น ก็แล้วก็ถ้าแบบเรารู้ว่ายังไงเราก็จะทำให้เสร็จอย่างนี้ค่ะ แต่เราก็ต้องพยายามแบบเด็ดขาดกับตัวเองให้มากขึ้นค่ะอันนี้คือวิธีที่ใช้ค่ะ แต่ว่าเดี๋ยววันนี้ละคะวันนี้แหละหนูจะปรับ Planner ออกมาให้มันแบบเป็นรูปเป็นร่างซักทีคะมันจะได้แบบว่าเดี๋ยวจะลองดูคะว่ามันจะดีขึ้นไหม แต่ก็หวังให้มันดีขึ้นคะมันต้องดีขึ้นค่ะ” (โมนา)

อย่างไรก็ตามยังพบสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติกล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยมีภาระงานแทรกเข้ามาต้องได้ทำงานเฉพาะหน้าที่ทางโรงเรียนมอบหมายให้กล่าวคือ มีผู้มานิเทศที่โรงเรียนจึงให้ทางคณะครูเตรียมเอกสารและห้องเรียน ซึ่งผู้ร่วมวิจัยได้ช่วยคณะครูตัดต่อวีดีโอและช่วยงานเอกสาร อีกทั้งต้องแบ่งเวลาวางที่ไม่สอนทำงานนิเทศฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูส่งอาจารย์นิเทศก์ด้วย

ส่วนใหญ่อุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยได้แก่ความเหนื่อยล้าจากภาระงาน ความซ้ำซาก สัญญาณอินเทอร์เน็ต ปัญหาสุขภาพ และการแบ่งเวลา เช่น โรงเรียนต้อนรับผู้อำนวยการคนใหม่ ผู้ร่วมวิจัยต้องรื้อบอร์ดเก่าทั้งหมดและจัดบอร์ด

ใหม่ ส่วนเวลาที่เหลือว่างจากการสอนไปทำงานส่วนตัว นอกจากนั้นยังพบปัญหาความเกียจคร้าน โดยผู้ร่วมวิจัยผลัดวันประกันพรุ่งไม่ทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จทันตามเวลาที่กำหนด มีปัญหาสุขภาพ เช่น ปวดหลังมาก ร้าวลงขา นั่งนานไม่ได้ บางวันก็ปวดหัว ไอหนัก ส่งผลให้ทำงานได้ไม่เต็มที่

“จะเป็นเรื่องการแบ่งเวลาแล้วก็ความเหนื่อยค่ะ เพราะว่าสัปดาห์ที่ผ่านมา ก็คือที่โรงเรียนต้อนรับ ผอ.ใหม่ค่ะ ก็คือรีบอร์ดิ้งทั้งหมดค่ะ จัดใหม่หมดเลยค่ะ ก็เลยหนูต้องเอาเวลา ส่วนที่เหมือนเป็นคาบว่างแล้วก็เป็นเวลาทำงานส่วนตัวค่ะ มาทำงานของ ของโรงเรียนค่ะ แล้วหนู ก็จะจัดการกับความเหนื่อยของหนูก็คือจะจัดการด้วยการให้ การให้กำลังใจในตัวเองค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“อุปสรรคคือ ความเหนื่อยล้า ความเกียจคร้าน การแบ่งเวลา ปัญหาสุขภาพ ปวดหลังมาก ร้าวลงขา นั่งนานไม่ได้” (จันทร์เจ้า)

“อุปสรรคคือความขี้เกียจและการผัดวันประกันพรุ่งค่ะ ทำให้งานไม่เสร็จ จะต้องได้แก้ไขโดยการเด็ดขาดกับตัวเองให้มากขึ้น” (โมนา)

“อุปสรรคคือ ป่วย ไอหนัก ปวดหัว เหนื่อยล้า ทำงานได้ไม่เต็มที่ ซึ่งจัดการ ปัญหาโดยทานยา พักผ่อนให้เพียงพอ ไม่อยู่แต่ในห้องอย่างเดียว ออกไปรับอากาศด้านนอก” (ดาริน)

“สัญญาณอินเทอร์เน็ตในการศึกษาค้นคว้าทำงาน สุขภาพ การแบ่งเวลา” (ต้องตา)

อย่างไรก็ตามผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่จะยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้ดีมากนัก กล่าวคือ ส่วนใหญ่ได้ควบคุมอุปสรรคจากความเหนื่อยล้าด้วยการรับประทานของหวาน น้ำปั่น และอาหารอร่อย แต่ต้องตาสังเกตตนเองเห็นว่าของหวานทำให้ลดความเหนื่อยล้าและมีพลัง ในการทำงาน ขณะเดียวกันยังพบว่า มีข้อเสียคือ ทำให้น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น จึงเห็นว่าวิธีการดังกล่าวยังควบคุมอุปสรรคได้ไม่ดีมากนัก รวมทั้งพร้อมต้องช่วยงานโรงเรียน ครอบครัวย และทำภาระงานส่วนตัว เมื่อทำไม่เสร็จก็ได้นำไปทำที่โรงเรียน ซึ่งเธอเห็นว่ายังไม่สามารถบริหารเวลาได้ดีเท่าที่ควร ส่วนฮารุมีวิธีการควบคุมอุปสรรคที่ทำได้ดีคือการแบ่งเวลาและเปิดโอกาสให้ตนเองได้เรียนรู้สิ่งใหม่วันละ 20-30 นาที

“ภาระงาน เวลา และความเหนื่อยล้า มีวิธีการควบคุมคือ การแบ่งเวลาให้เป็นและเปิดโอกาสให้ตนเองได้ศึกษาสิ่งใหม่ ๆ วันละ 20-30 นาที และหาของหวานทานเพื่อลดความเหนื่อยล้า” (ฮารุ)

“หาของกินอร่อย ๆ ให้ตัวเองกินได้เหมือนเดิมค่ะ ส่วนสิ่งที่ยังทำได้ไม่ค่อยดีนะคะมันอาจเกิดจากการเหนื่อยล้าของหนู แล้วการแบ่งงานค่ะ ไม่ใช่ว่าแบ่งแ่งงานที่เราจะต้องทำนะคะ หนูต้องแบ่งเวลาออกไปหาครอบครัว ไปช่วยงานพ่อแม่ด้วย มันก็เลยบางงานที่หนูคิดว่าจะทำจากที่เหนื่อยจากโรงเรียนแล้วก็เหนื่อย เหนื่อยช่วยพ่อแม่ มันก็เลยเกิดการหมดแรง อาบน้ำมาแล้วหนูก็สลบเลยคะ หนูก็เลยแบบว่างาน งานในวันนั้นก็เลยไม่ได้ทำ ก็เลยต้องเอาไปทำอยู่โรงเรียนคะ” (พริ้ม)

“ก็ให้รางวัลตัวเองก็คือ เหมือนเราทำงานเหนื่อยในแต่ละวันแล้วคะ แล้วก็ทำกับข้าวอร่อย ๆ กลางวันก็มีแป็บเดียวคะภายในหนึ่งสัปดาห์ หนูให้รางวัลตัวเองเป็นน้ำปั่นคะ เพราะว่าหนูคิดทำงานเอกสารนี้คะบางวันก็คือแบบมันเหนื่อย หนูก็ซื้อน้ำปั่นมากิน น้ำหนักหนูก่อนเปิดเทอมจาก 55 วันนี่ 59 นะคะ” (ต้องตา)

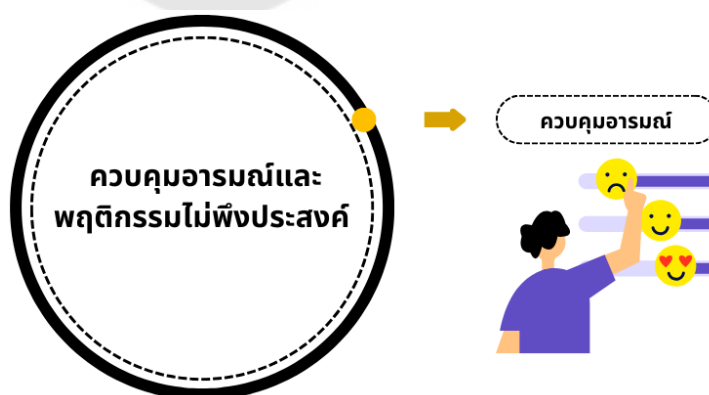
อย่างไรก็ตามถนนได้ปฏิบัติตามนอกเหนือจากแผนที่วางไว้ ซึ่งได้รับมอบหมายจากทางโรงเรียนให้ตรวจสอบหนังสือที่ทางเขตมอบให้และหลังจากตรวจสอบหนังสือครบตามจำนวน เธอได้รับคำชื่นชมจากผู้อำนวยการโรงเรียนว่าทำงานได้ดีมาก จึงได้รับมอบหมายให้เป็นครูบรรณารักษ์

“เมื่อวานนี้ก็คือเช็คเสร็จก็คือ หนังสือครบตามจำนวนคะ แล้วก็ได้รับนะคะ คือได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ แล้วก็ ผอ. ให้แต่งตั้งหน้าที่เป็นครูบรรณารักษ์คะ” (ถนน)

2.3 ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

2.3.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 1 กิจกรรม คือ ควบคุมอารมณ์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้



1) ควบคุมอารมณ์

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า การควบคุมอารมณ์เป็นทักษะสำคัญที่ผู้ร่วมวิจัยได้นำมาใช้ในการจัดการชั้นเรียน โดยเฉพาะในสถานการณ์ที่มีความท้าทายหรือมีโอกาสกระตุ้นอารมณ์ด้านลบ เช่น เฉลอแถมแสดงให้เห็นถึงการควบคุมอารมณ์ผ่านการจัดการภายในตนเอง โดยหลีกเลี่ยงการแสดงออกทางสายตาเมื่อเกิดความไม่พึงพอใจ และเลือกใช้วิธีนั่งเงียบ รวมถึงการหันกลับมาอยู่กับตนเองผ่านการหลับตาเพื่อผ่อนคลายอารมณ์ พร้อมทั้งแสดงออกถึงความเป็นมิตรด้วยการยิ้มแย้มให้กับนักเรียนมากขึ้น ซึ่งช่วยสร้างบรรยากาศเชิงบวกในห้องเรียน ขณะเดียวกันพรชีวันใช้กลยุทธ์ด้านการสื่อสารในการควบคุมอารมณ์ โดยเลือกใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวลแทนการตะคอกหรือแสดงความไม่พอใจต่อพฤติกรรมนักเรียน

“การที่อยู่กับเด็กมีการควบคุมอารมณ์เวลาที่เด็กน้อย (นักเรียน) คุยกันก็จะไม่ค่อยได้ใช้สายตาจะบอกหนึ่ง ๆ แล้วก็อยู่กับตัวเองเพื่อหลับตา แล้วก็มีการยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียนมาก มากขึ้น” (เฉลอแถม)

“หนูก็ใช้การควบคุมสีหน้าและใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวลกับเด็กไม่ใช่เสียงดุหรือตะคอกเค้าค่ะ” (พรชีวัน)

2.3.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติพบว่า มีภาระงานที่เพิ่มเข้ามา เช่น พรชีวัน ได้รับมอบหมายให้ทำวารสารและคลิปประชาสัมพันธ์เพจโรงเรียน และเจ้าหน้าที่ดูแลอาหารกลางวัน ซึ่งเป็นงานใหม่ที่ไม่เคยมีประสบการณ์ จึงได้ไปเรียนรู้จากครูที่เคยทำหน้าที่นี้มาก่อน ซึ่งเธอเห็นว่าเป็นงานที่ยากและมีภาระงานเพิ่มเข้ามามากแบบไม่ได้วางแผน ส่งผลให้เกิดความหงุดหงิด เหนื่อยล้าทำให้เวลาไปสอนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ ทำให้เสียงแข็งและไม่ยิ้มแย้มกับนักเรียน

“อุปสรรคที่เกิดขึ้นในสัปดาห์นี้นะคะจะเป็นเรื่องของภาระงานค่ะ แล้วก็เพิ่มมาด้วย ความเหนื่อยล้าค่ะ ซึ่งสัปดาห์นี้นะคะหนูได้เริ่มทำอะไรใหม่หลายอย่างด้วยค่ะ อาทิเช่น ทำเพจของโรงเรียนค่ะทำเพจของโรงเรียนใหม่ แล้วก็ต้องลงวารสาร ลงวารสารที่เป็นล่าสุดอย่างนี้ค่ะ แล้วก็ไปโปรโมทคลิปของเพจโรงเรียนบ้างอะไรอย่างนี้เหมือนคลิป Content ในการทำแต่ละวันอย่างนี้ค่ะ แล้วก็ยังมีหน้าที่ใหม่ล่าสุดเลยก็คือเป็นเจ้าหน้าที่อาหารกลางวันค่ะ ก็เพิ่งไปเรียนรู้กับครูคนเก่ามาวันนี้ค่ะ ซึ่งมันมันค่อนข้างที่จะยาก แล้วก็เหมือนเป็นงานยากอยู่ค่ะ เพราะว่าเราก็ใหม่สำหรับงานเอกสารพวกนี้ค่ะก็มันก็พ่วงด้วยความเหนื่อยล้าแล้วมันทำให้บางทีอารมณ์ของหนูมันก็มัน มันก็มีหงุดหงิดบ้างค่ะ แล้วก็คือใช้น้ำเสียงที่แข็งกับนักเรียน ทั้งที่สัปดาห์ก่อนหน้าแล้วก็วัน

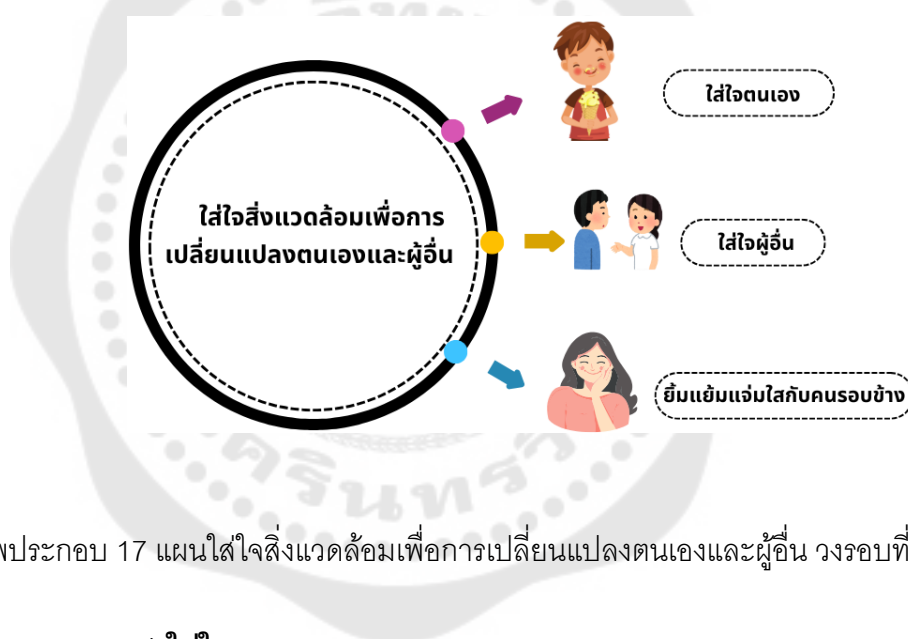
ก่อน ๆ หน้านี้ไม่เป็นแบบนี้ค่ะ แล้วก็มีแบบมองแรงบ้างไม่ยิ้มอะไรอย่างเงี้ย จน จนเด็กทักว่าอัย ครูวันนี้ครูไม่ยิ้มเลย” (พรชีวัน)

อย่างไรก็ตามการควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ผู้ร่วมวิจัยยังใช้น้อย มีแผนอ้อมที่ใช้ในการควบคุมอารมณ์โดยการนั่งสงบ ก่อนคุยกับนักเรียน

2.4 ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

2.4.1 กิจกรรมและการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสรุปประเด็นหลักได้ 3 กิจกรรม ได้แก่ ใส่ใจตนเอง ใส่ใจผู้อื่น และยิ้มแย้มแจ่มใสกับคนรอบข้าง ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 17 แผนใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น วงรอบที่ 1

1) ใส่ใจตนเอง

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยแสดงพฤติกรรมการใส่ใจตนเองผ่านการจัดการเวลา การดูแลอารมณ์ และการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเองอย่างเป็นรูปธรรม โดยเฉพาะทิวาที่เลือกจัดสรรเวลาทำงานควบคู่กับการพักผ่อน พร้อมทั้งใช้วิธีการพูดกับตนเองเพื่อกระตุ้นแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน เช่น การย้ำเตือนตนเองว่า “ต้องทำ” แม้จะไม่สามารถทำงานได้ครบตามเป้าหมายก็ตาม นอกจากนี้ทิวายังให้รางวัลตนเองด้วยการรับประทานอาหารที่ชอบ เพื่อฉลองความสำเร็จเล็ก ๆ ซึ่งสะท้อนถึงการเสริมสร้างแรงเสริมภายในและความภาคภูมิใจในความสามารถของตนเอง ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ก็สะท้อนการดูแลตนเองในรูปแบบต่าง ๆ เช่น เทียนหอมใช้ถ้อยคำเชิงบวกปลอบใจตนเองในยามเผชิญปัญหา ด้วยถ้อยคำว่า “ไม่

เป็นไร พรุ่งนี้ก็เป็นวันที่ดีของเรา” ซึ่งช่วยสร้างพลังใจและความมั่นคงทางอารมณ์ ขณะที่ดาร์วินเลือกใช้สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ เช่น การเดินชมต้นไม้ใบหญ้า เพื่อช่วยผ่อนคลายความเครียดและฟื้นฟูพลังในการทำงาน

“การพาตัวเองไปในที่ ที่ทำให้สบายใจค่ะ เวลาเราเหนื่อยจากการสอน เด็กเราก็ถอยออกมาก่อนค่ะ ถอยแล้วก็สูดหายใจเข้าลึก ๆ ออกจากห้องเรียนไปสักพักนึงค่ะ ไปมองต้นไม้ใบหญ้าซักหนึ่งนาที่ค่ะ แล้วก็กลับเข้ามาใหม่” (ทิวา)

“บางครั้งแบบเวลาที่หนูรู้สึกท้อหรือเจอปัญหา ก็จะบอกกับตัวเองค่ะคุยกับตัวเองค่ะว่าไม่เป็นไรพรุ่งนี้ก็เป็นวันที่ดีของเราค่ะ มันก็ทำให้หนูมีแรงสู้ต่อค่ะ” (เทียนหอม)

“เวลาที่เหนื่อยจากการสอนหรือการทำงานนะคะ ก็จะออกมาเดินดูต้นไม้เขียว ๆ นอกห้องเรียน มันก็ทำให้หนูรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้นค่ะ เหมือนได้ชาร์จแบตเตอรี่ให้ตัวเองนิดนึง” (ดาร์วิน)

2) ใส่ใจผู้อื่น

จากการวิเคราะห์กิจกรรมการปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนพฤติกรรมการใส่ใจผู้อื่นผ่านการรับฟังอย่างตั้งใจ เห็นอกเห็นใจ และสนับสนุนการมีส่วนร่วมของนักเรียน เช่น ค่ะนึงใช้เหตุผลควบคู่กับการให้เวลาและความเข้าใจ เพื่อส่งเสริมความรู้สึกเท่าเทียมและปลอดภัยในชั้นเรียน ขณะที่นับดาวสังเกตอารมณ์ของนักเรียนอย่างใกล้ชิด เมื่อพบว่านักเรียนมีภาวะซึมเศร้าใช้วิธีส่งเสริมทางอ้อมผ่านการมอบหมายงานและการสนับสนุนจากเพื่อน เพื่อช่วยฟื้นฟูความมั่นใจและความรับผิดชอบ ส่วนด้านปราวฟ้าเปิดโอกาสให้นักเรียนที่มีความพยายามแต่ขาดทักษะโดดเด่น ได้แสดงความสามารถผ่านการฝึกซ้อมเพิ่มเติมในการแข่งขันคัดลายมือโดยยึดหลักการไม่ตัดสิน และเปิดใจรับฟังความคิดเห็นรอบด้าน

“พอเราับฟังเห็นใจคนอื่นมากขึ้น มันก็ทำให้เราปฏิบัติต่อนักเรียนแล้วก็ผู้อื่นด้วยความที่แบบ ไม่แบบเหมือนเราปฏิบัติตนแบบเท่าเทียม แล้วก็ก็มีขอบเขตนะค่ะว่า เราจะไม่ปฏิบัติแบบว่าให้เค้าคนนี้ได้ แล้วเห็นคนอื่นรู้สึกเหมือนเค้าทำไม่ได้ถูกปฏิบัติเหมือนคนอื่น เราก็จะวางตัวแบบพอดีเป็นกลางมากขึ้นนะค่ะไม่ให้มากเกินไปค่ะ” (คะนึง)

“หนูพยายามสังเกตนักเรียนมากขึ้นค่ะ อย่างเช่นที่ผ่านมาก็มีนักเรียนเหมือนเค้าซึม ๆ ค่ะก็ไม่ว่าเค้าเป็นอะไร ก็พยายามเข้าไปถามว่าเป็นอะไรแบบนี้ค่ะ แล้วก็เค้าเหมือนเค้ายังไม่พร้อมจะคุยกับเรา เราก็ฝากเพื่อนค่ะไป ไปเหมือนไปอยู่กับเค้าค่ะ แต่ว่าไม่ได้บอกเค้านะค่ะว่าครูให้ไปดูค่ะ แล้วก็หนู หนูได้ส่งงานเด็กไว้ค่ะ แล้วก็ไปซ่อม ไปซ่อมนักเรียนที่แข่งวิชาการนี้แหละค่ะ แล้วที่หนูส่งงานไว้หนูคิดว่าเค้าจะไม่ทำแบบนี้ค่ะ แต่เค้าก็ทำจนเสร็จแล้วเค้า

ก็วิ่งไปหาหนู แล้วเค้า เค้าก็เหมือนได้เลยขึ้นจากที่เค้าขี่ม่อในชั่วโมงที่แล้วค่ะ แล้วก็เค้าก็มาบอกว่าเค้าทำงานเสร็จ แล้วก็รู้สึกที่เค้าดีขึ้น” (นับดาว)

“การเปิดใจนะคะที่ได้วางแผนเอาไว้คะก็คือ เปิดใจยอมรับฟังความคิดเห็นคะ ไม่ได้ตัดสินนักเรียนคะ รู้จักการใช้เหตุผลคะก็มีการสอบถามบุคคลอื่น ๆ รอบข้างคะ หรือว่าสังเกตนะคะ ค่ะก็คือ ในสถานการณ์เค้าก็คือ มีนักเรียนอยู่ในโรงเรียนคะ อยากไปแข่งศิลปหัตถกรรมคะก็คือ มันจะมีแข่งคัดลายมือ แล้วก็แข่งทำหนังสือเล่มเล็กคะ แต่ที่นี้เด็กที่จะไปคัดลายมือคะเค้าตัวหนังสือแบบมีคนที่ตัวหนังสือสวยกว่าเค้าคะ แต่เค้ามีความพยายามคะที่เค้าแบบอยากจะไปเค้าเสนอตัวเองคะ เหมือนเค้าชอบเค้าอยากไปก็เลยลองเปิดใจ แล้วก็ลองแบบเอาเค้ามาพิจารณา แล้วก็พยายามแบบฝึกซ้อมเค้าคะ” (ปราวฟ้า)

3) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับคนรอบข้าง

จากการวิเคราะห์กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยปฏิบัติพบว่า สะท้อนพฤติกรรมการสร้างบรรยากาศเชิงบวกในชั้นเรียนผ่านการยิ้มแย้ม การมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวก และการใช้อารมณ์ขันอย่างเหมาะสม อาทิ กานต์แก้วและบีลีฟแสดงออกถึงความตั้งใจในการรักษาอารมณ์เชิงบวกโดยไม่แสดงสีหน้าเคร่งเครียด และหัวเราะร่วมกับนักเรียน เพื่อให้เกิดความผ่อนคลายและความไว้วางใจในชั้นเรียน ส่วนเพียงขวัญเน้นการจัดการอารมณ์ให้สดใสจริง และเลือกใช้อารมณ์ขันผ่านการเล่นมุขตลกเพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดี ขณะที่นับดาวใช้การยิ้มและการหยอกล้อเป็นเครื่องมือสร้างบรรยากาศไม่เคร่งเครียด ซึ่งส่งผลให้นักเรียนกล้าแสดงออกมากขึ้น นอกจากนี้เธอยังถอดบทเรียนจากผู้อำนวยการและครูในโรงเรียนที่มีบรรยากาศการทำงานเชิงบวก เพื่อนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองและนักเรียน

“หนูก็ไปโรงเรียนด้วยความยิ้มแย้มคะ ไม่ทำหน้าเครียดคะ แล้วก็ให้ความสนใจกับคนรอบข้างคะ” (กานต์แก้ว)

“หนูจะยิ้มให้กับนักเรียนมากขึ้นคะ แล้วก็จะไม่เครียดใส่กับนักเรียนคะก็เวลาเด็กเค้าหัวเราะอะไรอย่างเงี้ยคะ เค้าถามหนูก็จะยิ้มแล้วก็หัวเราะไปกับนักเรียนมากขึ้นคะ” (บีลีฟ)

“ก็พัฒนาโดยการจัดการอารมณ์ตนเองให้สดใสจริงอยู่เสมอ เล่นมุขตลก แล้วก็ปฏิสัมพันธ์กับคนรอบตัวมากขึ้นคะ” (เพียงขวัญ)

“ยิ้มให้ทุกคนคะเหมือนได้เห็นจาก ผอ.คะ แล้วก็คุณครูทำให้บรรยากาศรอบตัวมันไม่เครียดคะ ก็เลยเอาน้ำเทคนิคนี้มาใช้กับในห้องเรียนคะ เขียน ให้เค้าเขียนเสร็จ แล้วที่นี้หนูบอกว่าจะให้มาอ่านให้ฟังคะเป็นรายบุคคล แล้วที่นี้เค้าก็บอกขึ้นว่าเค้าไม่ยอมอ่านนะคะ หนู

ก็เลยพยายามพูดคุยหยอกล้อพยายามยิ้มคะให้เค้า แล้วที่นี้เหมือนมีคนมาส่งใช้ใหม่คะ มีคนมาส่ง คนนึงแล้วหนูก็ หนูก็เลยพูดว่ามีเพื่อนคนนี้เหมือนพูดหยอกล้อว่าเค้า เค้าให้เค้ามาอ่านนะคะ เค้าก็ ยิ้มกันทั้งห้อง แล้วที่นี้เค้าก็มาต่อแถวกันอ่านนั่นแหละคะ...ก็รู้สึกวุ่นในห้องไม่เครียดคะ” (นับดาว)

2.4.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยพบว่า มีอุปสรรคมาจากการบริหารจัดการเวลาและมีภาระงานใหม่เพิ่มเข้ามา เช่น จากการสังเกตจากการปฏิบัติครั้งนี้พบว่าเธออ่อนดึกแล้วทำให้ตื่นสาย ไม่สามารถพัฒนาจุดแข็งตามที่ตนเองวางแผนไว้ได้ ส่วนตัวมีภาระงานใหม่เพิ่มกล่าวคือ ได้รับมอบหมายให้สอนระดับชั้นอนุบาลมาทำให้ต้องส่งแผนการสอน ทั้งระดับอนุบาล ซึ่งจากเดิมที่มีงานสอนระดับชั้นประถมศึกษา ทำให้มีภาระงานเพิ่มขึ้น รวมทั้งมีงานที่แทรกเข้ามากะทันหันในแต่ละวัน แม้ว่าเธอจะพยายามยืดหยุ่นปรับเปลี่ยนตามภาระงานที่ได้รับ แต่ทำให้เธอเกิดความรู้สึกเหนื่อยล้า ปรับตัวไม่ทันจึงทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่เป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้

“อุปสรรคคือหนูคะเหมือนนอนดึกเราไม่สามารถตื่นเช้าได้ตามที่เราวางแผนไว้คะ บางวันเรา เราก็เลยอยาก อยากเพิ่มคะเพิ่มเวลาในการที่จะนอนแล้วก็ปรับเวลาให้มันเข้ามากกว่านี้คะ เพื่อที่จะสามารถมีเวลา” (คะนิง)

“ยืดหยุ่นตามแผนชีวิตที่มีการเปลี่ยนกะทันหันในแต่ละวันที่ต้องเจอ งานนอกแทรกเข้ามาอย่างกะทันหัน ทำให้วางแผนไม่ทันและปรับตัวไม่ทันเกิดการเหนื่อยล้า” (ทิวา)

อย่างไรก็ตามผู้ร่วมวิจัยยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้ดีมากนัก เช่น เมื่อทิวาเกิดความรู้สึกเหนื่อยล้าจากการสอนระดับชั้นอนุบาล เธอจะให้อำนาจใจตนเองด้วยการบอกตนเองว่า “ห้ามเหนื่อย เพราะหากเป็นครูจริง ๆ แล้วจะเหนื่อยกว่านี้” จึงทำให้เธอรู้สึกวุ่นกับความเหนื่อยล้าที่ได้ในแต่ละวัน แต่เธอยังรู้สึกว่าการควบคุมอุปสรรคนั้นได้ไม่ดีมากนัก

“อนุบาลนะคะอาจจะเป็งานที่แบบกระฉิกกระจ๊อก (เล็ก ๆ น้อย ๆ) อะคะ แล้วที่นี้เรารู้สึกว่ามันเหนื่อย เราก็เลยคุยกับตัวเองว่าห้ามเหนื่อย ห้ามเหนื่อย เพราะว่าถ้าเป็นครูจริง ๆ มันเหนื่อยกว่านี้คะ แล้วมันก็เลยทำให้เรารู้สึกวุ่นกับตรงนี้ แล้วก็รู้สึกวุ่นตรงนี้มาได้ในแต่ละวันคะ” (ทิวา)

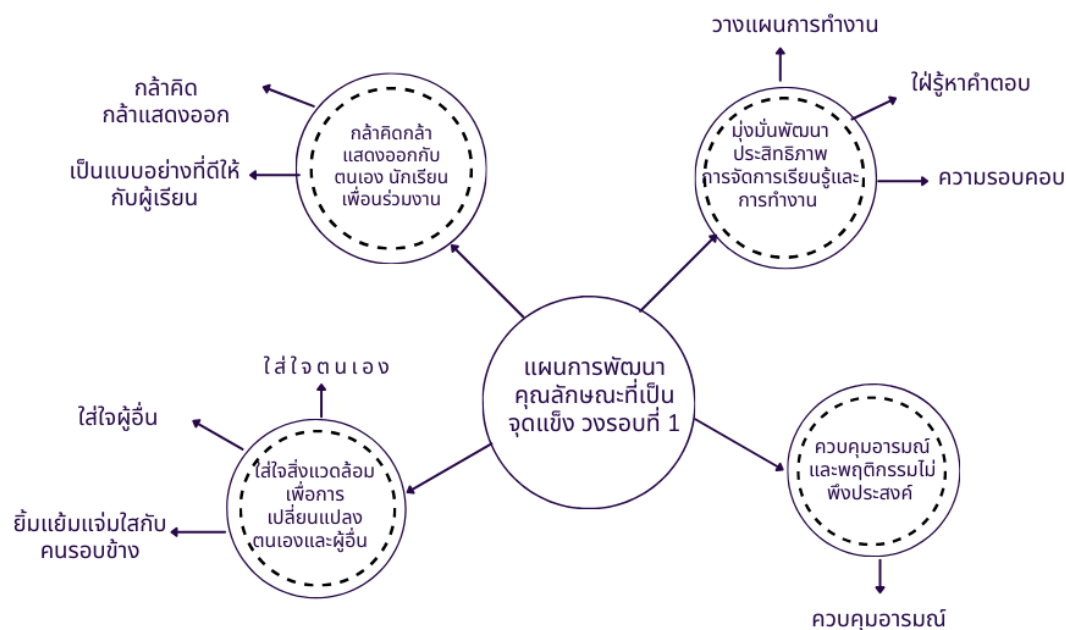
ส่วนปรายฟ้าพบอุปสรรคคือ ไม่มีเวลา กล่าวคือ ต้องดูแลนักเรียนระดับชั้นอนุบาลพร้อมกับสอนนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา เนื่องจากครูในโรงเรียนมีน้อยและไม่ครบชั้นจึงทำให้เธอต้องดูแลทั้งสองห้องพร้อมกัน

“อุปสรรค ไม่มีเวลา เพราะต้องดูแลเด็กอนุบาล พร้อมกับสอนประจำชั้น ป. 5 แบ่งเวลาไปฝึกซ้อมเด็ก” (ปรายฟ้า)

จากการสังเกตในขณะที่ทำกิจกรรมผู้ร่วมวิจัยบางคนเห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น แต่โดยส่วนใหญ่ยังไม่สามารถควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้นได้ดีเท่าที่ควรกล่าวคือ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นผู้ร่วมวิจัยใช้แผนยิ้มแย้มแจ่มใสแต่บางครั้งไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ทำให้เผลอทำหน้าบึ้งตึง เนื่องจากพบอุปสรรคในขณะที่สอนแล้วนักเรียนเล่นกัน โดยสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เช่น ในขณะที่กานต์แก้วกำลังออนไลน์สะท้อนผลการปฏิบัติการสอนกับอาจารย์นิเทศก์ได้ไปใช้ห้องเรียนที่ว่าง ซึ่งในขณะนั้นมีครูในโรงเรียนได้นำเด็กเข้ามาสอนในห้องเดียวกันทำให้เกิดเสียงดัง ทำให้เธอเกิดความหงุดหงิด เพราะได้ขอใช้ห้องแล้วจึงชักสีหน้าไม่พอใจ อารมณ์เสียทั้งวัน ไม่สามารถที่จะควบคุมอารมณ์ตนเองได้ จนกระทั่งเพื่อนร่วมงานได้มาตักเตือนและบอกවාให้ใจเย็น

อนึ่งยังพบว่า กานต์แก้วได้นำวิธีการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของชะเอมมาใช้ นอกเหนือจากแผนควบคุมที่วางไว้ โดยเธอพูดกับตัวเองในกระจกก่อนออกจากบ้านว่า “วันนี้เป็นวันที่ดี” เพื่อให้เกิดกำลังใจในการไปทำงาน

“หนูได้เพิ่มเติมมาก็คือนำของชะเอมมาใช้คือการพูดกับตัวเองก่อนออกจากบ้านว่าวันนี้เป็นวันที่ดีค่ะ” (กานต์แก้ว)



ภาพประกอบ 18 สรุปแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 1

3. การสะท้อนผลการปฏิบัติ

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติหลังจากการใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล โดยสะท้อนกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยนำไปปฏิบัติสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน รวมทั้งผลลัพธ์จากการทำกิจกรรม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

3.1 การบรรลุเป้าหมาย ดังรายละเอียดในตาราง 6

ตาราง 6 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนวงรอบที่ 1

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
1	กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน	“ในด้านความกระตือรือร้นคือ กระตุ้นตัวเองเสมอให้ทำงานต่าง ๆ ทำให้มีความกระตือรือร้นมากขึ้น แต่ยังคงต้องมีมากกว่านี้” (โมนา)
2	ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์	“ได้รับความชื่นชมและนักเรียนกล้าที่จะเข้าหาเพิ่มขึ้น ครู (ผู้ร่วมวิจัย) และนักเรียนมีความเข้าใจกันมากยิ่งขึ้น นักเรียนกล้าที่จะพูดคุยกับครู กล้าปรึกษา” (เฉอแตม)
3	ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่	“หนูก็ได้พัฒนาในส่วนของความใฝ่รู้จะคะ หนูก็พัฒนาคู่ไปกับกระตือรือร้น มันพัฒนาไปด้วยกัน ก่อนที่หนูจะไปสอนคะ หนูก็ดูเนื้อหาที่จะไปสอนก่อน แล้วก็พยายามแบบว่าคิดว่าจะมีคำถามอะไรเกิดขึ้นในห้องเรียน แล้วก็พยายามหาคำตอบไปล่วงหน้าคะ เพื่อเวลาเด็กถามเราก็จะได้จะได้บอกเค้าได้แบบนั้นมันก็จะทำให้การสอนมัน มันไปมันไปได้แบบเรื่อย ๆ คะ แบบไม่มีอะไรติดขัดคะ ไม่มีปัญหา ซึ่งก็ทำดูแล้วคะ นักเรียนก็มีความกระตือรือร้นมากขึ้นคะ แล้วก็สนใจเรียนมากขึ้นคะ” (โมนา) “เราและนักเรียนเกิดความใฝ่รู้มากขึ้นจากการตั้งคำถามร่วมกัน” (ฮารุ) “นักเรียนมีความสนใจในการเรียน ในสื่อการเรียนรู้ สื่อที่เราทำถึงแม้จะได้เรียนแล้ว นักเรียนก็จะมาฝึกอ่านมาดู” (ยาหิ) “สัปดาห์ที่ผ่านมาได้รับหน้าที่ช่วยดูแลฝึกซ้อมการแข่งขัน ตัด ปะ ฉีกกระดาษ ในงานศิลปหัตถกรรม ซึ่งได้ออกแบบวางแผนและทำตามที่เราวางไว้ คือ คิดออกให้ได้ลงมือทำด้วย ไม่ใช่คิดอย่างเดียวแล้วไม่ทำแล้วนำเสนอผลงานหรือแนวคิดให้กับคุณครูและนักเรียน แล้วให้ทุกคนแสดงความคิดเห็น ข้อเสนอต่อผลงานในตอนที่เราคิดออกแบบก็มองห้องฟ้า ธรรมชาติ ฟังเพลงบ้างเพื่อผ่อนคลาย” (ดาริน)

ตาราง 6 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		“นักเรียนใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียนค่ะคือพอทำกิจกรรมที่หนูเตรียมมาแล้ว ทำให้เค้าเข้าใจในเนื้อหามากขึ้น แล้วก็สนใจในการเรียนมากขึ้น แล้วก็อีกอย่างที่เห็นการเปลี่ยนแปลงก็จะเป็นเค้าตอบคำถามได้ แล้วเค้าก็กระตือรือร้นในการตั้งคำถามกับหนูด้วยค่ะ” (ณมน)
4	ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้	“มีความรอบคอบมากขึ้นค่ะในการทำงานค่ะ แต่ว่าอาจจะเพิ่มขึ้นไม่ได้ ไม่ได้ เยอะ” (ปัสสิฟ)
5	ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ผลที่ได้รับคือ นักเรียนให้ความสนใจค่ะ...แล้วก็มีนักเรียนเตือนว่าครูทำหน้าเครียดแล้วก็บอกให้หนูยิ้มค่ะ” (กานต์แก้ว) “หนูยิ้มให้กับนักเรียนมากขึ้นค่ะ แล้วก็จะไม่เครียดใส่กับนักเรียนค่ะก็เวลาเด็กเค้าหัวเราะ เค้าถามหนูก็จะยิ้มแล้วก็หัวเราะไปกับนักเรียนมากขึ้นค่ะ” (ปัสสิฟ)
6	กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ที่หนูไปโรงเรียนแล้วก็หนูกล้าที่จะถาม กล้าที่จะสอบถามคนอื่นในการช่วยเหลือมากขึ้นค่ะ เพราะว่าปกติหนูก็จะไม่ค่อยที่จะยื่นมือไปช่วยใครค่ะตรงนี้ก็มากขึ้นค่ะ...แล้วก็กล้าที่จะสอบถามคุณครูในโรงเรียนมากขึ้นค่ะ ว่าต้องการให้ช่วยตรงไหนไหม แล้วมีเมื่อวานนี้ค่ะ แล้วที่นี้คุณครูโรงเรียนเก่าได้มาเดินทางมาส่งคุณครูค่ะ ที่นี้คุณครูต้องเดินทางกลับก่อนเวลาค่ะก็คือ จะไปดูแลห้องเรียนแทนคุณครูจนถึงเวลาเลิกเรียนค่ะ” (โปรตปราน) “หนูรู้สึกว่าคุณครู (นักเรียน) แบบเริ่มเชื่อฟังและปฏิบัติตามมากขึ้นค่ะ อย่างตอนที่สอนเค้าก็ไม่ค่อยส่งเสียงดังเหมือนเมื่อก่อนค่ะ แล้วก็พูดกันเพราะขึ้น ใจเย็นขึ้นค่ะ บางคนกล้าที่จะถามในสิ่งที่สงสัยมากขึ้นด้วย หนูเลยรู้สึกว่าเค้าเปิดใจมากขึ้น” (ปรายฟ้า) “กล้าแสดงความคิดเห็นกล้าพูดกับคนอื่นในโรงเรียนมากขึ้น นอกจากครูพี่เลี้ยงของตัวเอง” (ปัสสิฟ)

ตาราง 6 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
7	มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ	“ผลที่เกิดขึ้นนะคะมันทำให้หนูค่ะ...ทำงานทันเวลาค่ะ แล้วพอเราเรียงลำดับความสำคัญเป็นแล้วก็จัดสรรเวลาได้ค่ะ ทำงานตรงเวลาแล้วมาทำให้งานอื่นที่แบบว่ารออยู่ค่ะ มันก็ตรงตามเป้าหมายไปด้วยค่ะ” (ฐใจ)
8	รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“เค้าจะกล้าสื่อสารกับเรามากขึ้นว่าทำไมมันเกิดเหตุการณ์แบบนี้ขึ้น ทำไมเค้าทำไม่ได้ ทำไมเค้ารู้สึกแบบ เค้าจะเปิดเผยกับเรามากขึ้นกว่าเดิมนะคะ เราก็เลยแก้ปัญหาได้ เพราะว่าเรารู้ปัญหาของเค้ามาเปิดเผยกับเรามาบอกความรู้สึกกับเราค่ะ” (คณิง)

หมายเหตุ : ผู้ร่วมวิจัยบรรลุเป้าหมายการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 8 พฤติกรรมบ่งชี้ ไม่บรรลุ 1 พฤติกรรมบ่งชี้คือ สังเกต พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข

3.2 ผลลัพธ์จากการทำกิจกรรม

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่ามี 3 ด้าน ได้แก่ ผลลัพธ์ด้านความคิด ผลลัพธ์ด้านความรู้สึก และผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม ดังนี้

3.2.1 ผลลัพธ์ด้านความคิด

แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยจะมีอุปสรรค คือ ความขี้เกียจ แต่ก็พยายามควบคุมตนเองเพื่อกลับมาพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เพราะต้องการเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างแท้จริง ดังเช่น คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่กล่าวว่า “อุปสรรคของหนูนะคะจัดตารางชีวิตก็จะมีบ้าง บ้างก็คือ ขี้เกียจค่ะ หลัก ๆ เลยแล้วก็ไม่ค่อยมีวินัยเท่าไรค่ะ แต่ว่าก็ดึงตัวเองมาได้ เพราะว่า เพราะว่า อยากเปลี่ยนจริง ๆ ค่ะ แล้วก็สิ่งที่ทำได้ดีนะคะก็รู้สึกว่ามันทำได้ดีกว่าจากเมื่อก่อนคือ ถ้าขี้เกียจก็ คือ ดึงตัวเองลงเลยไม่ได้ดึงตัวเองขึ้นค่ะ” (เทียนหอม)

นอกจากนั้นพบว่า ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงจากเรื่องใกล้ตัวที่ไม่เคยรู้ ทั้งที่เป็นเนื้อหาที่สอนนักเรียนทุกวัน แต่เมื่อนักเรียนตั้งคำถามกับผู้ร่วมวิจัยทำให้มีความเข้าใจมากขึ้น เช่น คำกล่าวที่ว่า “การเปลี่ยนแปลงก็คือ ทำให้หนูได้รู้จักสิ่งที่ไม่เคยรู้มาก่อนทั้ง ๆ ที่มันเป็นเรื่องใกล้ตัวที่เราจะต้องสอนนักเรียนอยู่ในทุก ๆ วันแล้วก็ทำให้นักเรียนเกิดการคิดตั้งคำถามเกี่ยวกับเนื้อหาที่ได้เรียนด้วยค่ะ” (ฮารุ)

อย่างไรก็ตามยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยเห็นผลดีที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงตนเองจึงต้องการที่จะใช้แผนเดิมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความเข้มแข็งมากขึ้น อีกทั้งยังต้องการเพิ่มวิธีการควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรค โดยใช้วิธีการที่เพื่อนในกลุ่มนำมาแลกเปลี่ยนทั้งนี้พวกเขายังพบว่า คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสามารถพัฒนาควบคู่กันได้มากกว่า 1 ด้านโดยใช้แผนเดียวกัน เช่น ความอ่อนโยนและการควบคุมอารมณ์ ดังนั้นจึงต้องการพัฒนาประเด็นดังกล่าวในวงรอบถัดไป

3.2.2 ผลลัพธ์ด้านความรู้สึก

ผู้ร่วมวิจัยเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจที่ทำงานที่ท้าทายได้ทั้งที่ตนเองไม่มีประสบการณ์ แต่เมื่อทำได้ก็เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ทำงานได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ มั่นใจในตนเองมากขึ้น มีความสุขกับสิ่งที่ทำ ได้ทดลองทำอะไรใหม่ ๆ ทำหาย” (ปรายฟ้า) อีกทั้งพบว่าเมื่อนักเรียนปฏิบัติตามที่ผู้ร่วมวิจัยได้อบรมสั่งสอนทำให้เกิดความรู้สึกมั่นใจในตนเองมากขึ้น เช่น ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “นักเรียนปฏิบัติตามคำอบรมที่สอนทำให้รู้สึกมีความมั่นใจ กล้าที่จะพูดสอนนักเรียนมากขึ้น และนักเรียนก็ให้ความร่วมมือ” (ทอฝัน)

ผู้ร่วมวิจัยเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจที่ตนเองทำงานส่งได้ทันตามเวลาที่กำหนด เช่น ได้ส่งแผนการสอน ทำหนังสือแต่งตั้งครูพี่เลี้ยง และส่งโครงการค่ายบริการวิชาการของนักศึกษาทุน อีกทั้งพบว่า เมื่อทำงานเสร็จได้ตามเป้าหมายที่กำหนด ทำให้รู้สึกไม่กระวนกระวายใจเหมือนแต่ก่อน ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “สิ่งที่เป็ผลดีกับตัวเองเลยก็คือ เห็นได้ชัดเลยว่ามันไม่กระวนกระวายอะ ว่าตัวเองจะทำงานเสร็จไหม... ที่แรกกังวลอะว่า ตัวเองจะส่งได้ทันไหม...แต่โล่งใจก็คือ ตัวเองทำแผนไว้เสร็จ...งานเสร็จ” (เทียนหอม)

ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนเห็นผลที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาคุณลักษณะจุดแข็งของตนเองตามแผน เช่น ดารินรู้สึกดีใจที่มีเพื่อนร่วมงานและนักเรียนชื่นชมผลงานการออกแบบตัด ปะ ฉีกกระดาษ ที่ใช้ฝึกซ้อมนักเรียนในงานแข่งขันศิลปหัตถกรรม ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลดีต่อตัวเองคือ รู้สึกตื่นเต้น ดีใจ สนุกที่ได้ให้คนอื่น ๆ ชมผลงานแล้วเข้าใจในสิ่งที่เราต้องการจะสื่อและชื่นชมเรา รวมถึงได้แลกเปลี่ยนแนวคิดกับคนอื่นมากขึ้นด้วย จากที่แต่ก่อนจะไม่ยื่นมือเข้าไปช่วยเหลือใคร” (ดาริน)

นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยรู้สึกดีใจที่นักเรียนให้ความสนใจต่อการสอนที่ตนได้ออกแบบไว้ เช่น คำกล่าวที่ว่า “หนูก็มีความรู้สึกดีใจอะแบบสิ่งที่เราคิดแบบเด็กผู้ชายอาจจะชอบด้านแบบนี้คะหนูเลยเอามาผสมผสาน เพื่อที่จะให้เด็กผู้ชายจะมีความสุขสนุกสนานในการจัดการเรียนรู้ด้วยคะ เพราะว่าผู้หญิงก็มีความสุขชอบรูปภาพสวยงามแบบนี้คะก็คือ ให้เด็ก

ทุกคนค่ะในการจัดการเรียนรู้ค่ะ ซึ่งหนูก็มีความกล้าคิดที่จะทำสิ่งนั้นมากขึ้นค่ะ แล้วก็খনออกมา ก็เด็กมีความชอบในสื่อนั้นด้วยค่ะ” (ยาหยี)

อีกทั้งยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีความรู้สึกดีใจที่เพื่อนร่วมงานสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงของตนเองที่มีสีหน้าอ่อนโยนมากขึ้น และนักเรียนกล้าเข้าหามาปรึกษาพูดคุยด้วยมากขึ้น

มีผู้ร่วมวิจัยบางคนมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้นที่ได้เป็นผู้ฝึกซ้อมนักเรียน คัดลายมือเพื่อไปแข่งขันทักษะทางวิชาการ ทำให้เกิดรู้สึกมีความสุขที่ได้ทำงานใหม่ ๆ ที่มีความท้าทาย ดังเช่นผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “ทำงานได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ มั่นใจในตนเองมากขึ้น มีความสุขกับสิ่งที่ทำได้ทดลองทำอะไรใหม่ ๆ ที่ท้าทาย” (ปรายฟ้า) อีกทั้งผู้ร่วมวิจัยรู้สึกมีกำลังใจที่อยากจะเปลี่ยนแปลงตนเองเพิ่มมากขึ้น เพราะมีความสุขที่นักเรียนใส่ใจตนเองและสังเกตเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงที่ต่างจากเดิม เช่น เมื่อทำหน้าบึ้ง นักเรียนจะเตือนทันที และบอกให้ยิ้ม ดังเช่นผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “รู้สึกว่ามันมีพลังที่จะทำมากขึ้นค่ะ เพราะว่าพอหนูเปลี่ยนบุ๋บ นักเรียนทุกคนรู้ทันทีเลยคะว่าหนูเปลี่ยนไป แล้วก็นักเรียนเตือนว่าครูทำหน้าเครียดแล้วก็บอกให้หนูยิ้มอีกคะ” (กานต์แก้ว) รวมทั้งรู้สึกมีความสุขในการสอน เนื่องจากนักเรียนกล้าเข้าหาตนเองดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “นักเรียนเข้าหาด้วยความอบอุ่นมากขึ้นค่ะ ไม่แข็งกระด้างคะ ทำให้เกิดความสบายใจและมีความสุขในการสอนมากขึ้นคะ” (กานต์แก้ว)

3.2.3 ผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากที่ได้ใช้แผน ผู้ร่วมวิจัยมีความกล้ามากขึ้นกว่าแต่ก่อนคือ กล้าทำและกล้าแสดงความคิดเห็น กล้าพูดกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น นอกเหนือจากครูพี่เลี้ยงของตนเอง ยังมีบางคนที่เกิดการเปลี่ยนแปลงจากเดิมที่ไม่อาสาช่วยงาน แต่เมื่อพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทำให้เธออาสาช่วยงานและมีความเสียสละกับผู้อื่นมากขึ้น ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนกล้าเข้าหาเพื่อนร่วมงานมากขึ้น เช่น โมนาจากที่แต่ก่อนเธอกลัวในการปฏิบัติตัวไม่มีความกล้าที่จะเข้าหาเพื่อนร่วมงาน เพราะเธอคิดมาก กลัวและไม่รู้ว่าจะต้องปฏิบัติตัวอย่างไร หากจะไหว้ทักทายก็กลัวว่าครูจะยุ่งอาจจะไม่รับไหว้ แต่เมื่อได้ใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เธอกล้าที่จะพูดคุย ทักทาย และขอคำปรึกษาเกี่ยวกับการสอนและการปฏิบัติตัวในโรงเรียนกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น

“ในส่วนของความกล้าหาญความมั่นใจในตนเองกล้า กล้าที่จะทำสิ่งดี ๆ ตรงนี้หนูก็จากที่หนูแบบเจอหน้าคุณครู แล้วหนูคิดเยอะคะว่าจะทำอะไรดีอะไรแบบนี้คะ แบบเราควรทำยังไงดีตอนนี้อยู่เนี่ยคะหนูก็คิดให้น้อยลง แล้วก็แบบว่าการเจอแล้วนะ ก็สวัสดีคะแบบไม่ต้องคิด

ว่าไหว้ไปแล้วครูจะรับไหว้ใหม่ คุณครูกำลังทำนั่นนี้อยู่จะอะไรอย่างเงี้ยคะ แบบนี้คะก็ไหว้ไปเลยคะ เห็นไม่เห็นก็ไม่เป็นไรคะ แล้วก็กล้าที่จะพูดคุยกับคุณครูมากขึ้นคะ ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของการสอนหรือว่าการขอคำปรึกษาอะไรต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการทำตัวในโรงเรียน” (โมนา)

จากการดำเนินการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนจากเดิมที่ไม่กล้าขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเปลี่ยนเป็นกล้าที่จะขอความช่วยเหลือและกล่าวขอบคุณนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน ผู้ร่วมวิจัยบางคนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อให้ตนเองเกิดความกระตือรือร้นมากขึ้น เช่น เปลี่ยนจากที่เคยบันทึกประจำสัปดาห์มาเป็นบันทึกประจำวัน เพื่อให้ตนเองเกิดความความกระตือรือร้น เช่น คำกล่าวที่ว่า “หนูก็พยายามกระตุ้นตัวเองนะคะว่าให้ทำเช่นบันทึกประจำวันเมื่อก่อนนี้หนูก็จะหนูก็จะเป็นประจำสัปดาห์คะ ไม่ประจำสัปดาห์เหมือนแต่ก่อนแล้วคะ” (โมนา) อนึ่งผู้ร่วมวิจัยได้สังเกตผลที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ซึ่งเห็นว่าเกิดผลดีต่อตนเอง รู้สึกไม่กระวนกระวายใจ เพราะทำงานเสร็จและส่งทันตามเวลาที่กำหนด ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนทำงานที่สำคัญได้เสร็จและยังสามารถแบ่งเวลาไปทำงานส่วนอื่น ๆ ได้ เช่น บิลลี่สังเกตว่าเธอมีความรอบคอบในการทำงานเพิ่มขึ้นแต่ยังไม่มากนัก และโมนาได้กระตุ้นให้เธอทำงานด้วยการสื่อสารกับตนเองว่าให้ลงมือทำ แต่ความกระตือรือร้นก็ยังมีไม่มากนัก

นอกจากนั้นยังพบว่า มีผู้ร่วมวิจัยที่เปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมจากแต่ก่อนที่ไม่รอบคอบ แต่มีการตรวจทานก่อนที่จะส่งพิมพ์งานทุกครั้ง เพื่อไม่ให้ผิดเหมือนครั้งที่ผ่านๆ มา เช่น “ก่อนจะปริ้นแผนหรือว่าปริ้นงานอย่างเงี้ยคะ หนูก็จะตรวจทานดูก่อนที่จะส่งปริ้นนะคะ มันจะได้ไม่ผิดเสียอีกเหมือนครั้งก่อน” (บิลลี่)

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากที่ได้ใช้แผนพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีความกล้าที่จะพัฒนาตนเองในด้านความคิดสร้างสรรค์และลงมือในการผลิตสื่อการเรียนรู้มากขึ้น เพราะนักเรียนให้ความสนใจสื่อที่ผู้ร่วมวิจัยได้ออกแบบ เช่น คำกล่าวที่ว่า “นักเรียนมีความสนใจในการเรียนในสื่อการเรียนรู้ คู่มือที่เราทำถึงแม้จะได้เรียนแล้วนักเรียนก็จะมาฝึกอ่านมาดู ซึ่งเป็นสิ่งที่ดีมากและยังทำให้เรากล้าพัฒนาตนเองในด้านความคิดสร้างสรรค์” (ยาหยี)

การสะท้อนผลการเปลี่ยนแปลงจากการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีการเปลี่ยนแปลงจากเดิมที่เมื่อเวลาไม่พอใจหรือนักเรียนพูดคุยกันเสียงดังจะใช้สายตาดู แต่เมื่อได้ใช้แผนเกิดการเปลี่ยนแปลงคือ สามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมได้ดีขึ้น โดยเปลี่ยนเป็นนั่งบอกนักเรียนให้เสียงเบา ๆ และยิ้มแย้มมากขึ้น เช่น ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “ผมมีการพัฒนาตัวเองคือ การควบคุมอารมณ์ของตนเอง สิ่งที่ผมทำก็ถือว่าเป็นสิ่งที่ดี

ขึ้นมาในระดับหนึ่งครับ...แล้วก็มีกำยำเข้มแถมใส่กับนักเรียนมาก มากขึ้น แล้วก็การเป็นตัวของตัวเองก็มีการเล่นพูดคุยกับเด็กเพิ่มมากขึ้น” (เฉอแตม) อีกทั้งคณะครูในโรงเรียนสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงของเขาโดยกล่าวชื่นชมว่ามีสีหน้าที่อ่อนโยนมากขึ้น นักเรียนกล้าเข้าหา และพูดคุยกับนักเรียนมากขึ้น ดังคำกล่าวที่ว่า “ได้รับความชื่นชมและนักเรียนกล้าที่จะเข้าหาเพิ่มขึ้น ครูและนักเรียนมีความเข้าใจกันมากยิ่งขึ้น นักเรียนกล้าที่จะพูดคุยกับครู กล้าปรึกษา” (เฉอแตม) นอกจากนี้ผู้ร่วมวิจัยมีการเปลี่ยนแปลงที่ต่างจากเดิมพูดตะคอกกับนักเรียน ไม่เข้มแถม แต่เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นพูดคุยด้วยน้ำเสียงที่นุ่มนวล ไม่ชักสีหน้าเมื่อรู้สึกไม่พอใจ และเข้มแถมกับนักเรียนมากขึ้นกว่าเดิม

อย่างไรก็ตามแม้ว่ามีผู้ร่วมวิจัยบางคนที่ยังดำเนินกิจกรรมบรรลุตามเป้าหมาย แต่พวกเขายังไม่เกิดความมั่นใจว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง เนื่องจากส่วนใหญ่เป็นการประเมินจากการสังเกตตนเอง แต่ยังไม่ได้รับการประเมินจากนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน อีกทั้งผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ยังดำเนินกิจกรรม ไม่บรรลุตามเป้าหมาย พวกเขาต้องการใช้แผนเดิมโดยเพิ่มระยะเวลาในการพัฒนาให้นานขึ้น เนื่องจากเห็นผลดีที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงตนเองจึงต้องการที่จะใช้แผนเดิมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเกิดความเข้มแข็ง อีกทั้งยังต้องการเพิ่มวิธีการควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรค โดยใช้วิธีการที่เพื่อนในกลุ่มนำมาแลกเปลี่ยน ทั้งนี้พวกเขายังพบว่าคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสามารถพัฒนาควบคู่กันได้มากกว่า 1 ด้านโดยใช้แผนเดียวกัน ดังนั้นจึงต้องการพัฒนาประเด็นดังกล่าวในวงรอบต่อไป นอกจากนี้ยังมีความเห็นต่อกระบวนการดำเนินกิจกรรม เช่น การแลกเปลี่ยนคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ตนเองมีใช้ระยะเวลานานเกินไป การกำหนดพฤติกรรมบ่งชี้เมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคิดค่อนข้างยาก

ดังนั้นผู้ร่วมวิจัยจึงเห็นควรให้ประเมินผลการเปลี่ยนแปลงทั้งจากนักเรียนและเพื่อนร่วมงานร่วมด้วย เพื่อให้เกิดความน่าเชื่อถือว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง เพิ่มระยะเวลาในการพัฒนาให้นานมากขึ้น ปรับเปลี่ยนกระบวนการดำเนินกิจกรรมโดยช่วยกันสรุปคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่เหมือนกันในแต่ละด้าน ก่อนเคลื่อนไปยังด้านต่อไป อีกทั้งให้สำรวจว่าตนเองมีคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใดที่เข้มแข็งที่สุดให้นำมาแลกเปลี่ยน หากไม่สามารถตัดสินใจได้เนื่องจากเข้มแข็งทั้งหมดให้เล่าทุกตัว ส่วนการกำหนดพฤติกรรมบ่งชี้ให้แบ่งกลุ่มย่อยช่วยกันคิดแล้วมาสะท้อนผลในกลุ่มใหญ่ ซึ่งผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยได้นำข้อเสนอแนะดังกล่าวไปปรับปรุงในวงรอบที่ 2 ต่อไป

วงรอบที่ 2

1. การวางแผน

ขั้นการวางแผนผู้วิจัยได้ให้ผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์การฝึกสอนของตนเอง เลือกคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ต้องการพัฒนา รวมทั้งวางแผนในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยใช้เทคนิค AIC ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 ขั้นการฟังอย่างไม่ตัดสิน (A: Appreciation)

A1 ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ฝึกสอนของตนเองเป็นรายบุคคล พร้อมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์นั้น ทั้งคุณลักษณะที่มีและที่ต้องการพัฒนาในแต่ละด้าน

ผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้ง 6 ด้าน จากประสบการณ์ฝึกสอนของตนเอง ได้แก่ 1) ปัญญาและความรู้ 2) ความกล้า 3) มนุษยธรรม 4) ความเที่ยงธรรม 5) การควบคุมอารมณ์ และ 6) การรู้จักความจริงของชีวิต รวมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอื่น ๆ โดยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีและที่ต้องการพัฒนา จากนั้นผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยช่วยกันสรุปคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุกคนในกลุ่มมีเหมือนกันและแตกต่างกันในแต่ละด้าน

1.1.1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 2 ดังตาราง 7

ตาราง 7 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 2

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
1	ความรัก (ควร)	19
2	ความรู้สึกลึกซึ้ง (รชค)	18
3	ความอ่อนโยน (คย)	16
4	ความเสมอภาค (คสภ)	15
5	การให้อภัย (หอภ)	14
6	ความถ่อมตัว (คถต)	13
7	การเปิดใจ (กปจ), ความมานะพยายาม (มพย)	12
8	การทำงานเป็นทีม (กทท), อารมณ์ขัน (อรข)	11
9	ความกล้าหาญ (คกห)	10
10	ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)	9
11	การชื่นชมความงามและความเป็นเลิศ (ชงล), ความใฝ่รู้ (คฝร)	8

ตาราง 7 (ต่อ)

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
12	จิตวิญญาณ (จวญ)	7
13	ความหวัง (ควห)	6
14	การกำกับตนเอง (กกต)	5
15	ความคิดสร้างสรรค์ (คสส), การช่วยเหลือผู้อื่น (ชห)	4
16	ความรักการเรียนรู้ (รกร), ความซื่อสัตย์ (คซส), ภาวะผู้นำ (ภผน), การพึ่งพาตนเอง (พต), ความอดทน (อท)	3
17	การมองเห็นภาพรวม (หกร), ความรอบคอบ (ครค), การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น (รฝ)	2

หมายเหตุ : ตัวอักษรย่อ 3 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามทฤษฎี 6 ด้าน ตัวอักษรย่อ 2 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอื่น ๆ

จากนั้นผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนเลือกว่าต้องการตั้งเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใด ให้เขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็งเป็นรายบุคคล

1.1.2 เป้าหมาย มีรายละเอียดดังนี้

1.1.2.1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ต้องการพัฒนา มีรายละเอียด

ดังตาราง 8

ตาราง 8 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการพัฒนา วงรอบที่ 2

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
1	ความคิดสร้างสรรค์ (คสส)	9
2	ความกล้าหาญ (คกห)	8
3	ความรู้ (คฝร), ความกระตือรือร้น (กตร), ความรอบคอบ (ครค)	6
4	การกำกับตนเอง (กกต), ภาวะผู้นำ (ภผน)	5
5	ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)	4
6	ความเสมอภาค (คสภ), อารมณ์ขัน (อรข), ความมานะพยายาม (มพย)	2
7	การพึ่งพาตนเอง (พต), ความหวัง (ควห), ความรักการเรียนรู้ (รกร), การชื่นชมความงามและความเป็นเลิศ (ชงล), ความรัก (ควร)	1

หมายเหตุ : ตัวอักษรย่อ 3 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามทฤษฎี 6 ด้าน ตัวอักษรย่อ 2 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอื่น ๆ

A2 ผู้ร่วมวิจัยกำหนดเป้าหมายในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของตนเอง พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้น โดยเขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็ง จากนั้นนำมาแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ ซึ่งสรุปพฤติกรรมบ่งชี้ได้ ดังนี้

1.1.2.2 พฤติกรรมบ่งชี้ถึงการบรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งแบ่งออกเป็น 3 พฤติกรรม ได้แก่ 1) พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 2) พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง และ 3) พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีรายละเอียด ดังนี้

พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พบว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้เป็น 9 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 19 พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งวงรอบที่ 2

จากภาพประกอบ 19 อธิบายได้ว่า พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย สรุปได้ 9 พฤติกรรม ดังนี้

1) กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน คือ กระตือรือร้นในการสอนและการจัดกิจกรรม รวมทั้งสร้างบรรยากาศการสอนให้สนุกสนาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ความกระตือรือร้น (กตร)

2) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่งสุขุม ไม่ดุนักเรียน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การกำกับตนเอง (กกต)

3) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ คือ ค้นหาความรู้ออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ค้นหาความรู้เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ออกแบบกิจกรรมที่สนุกสนาน สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ให้นักเรียนใช้ในห้องเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความใฝ่รู้ (คฝร) ความรักการเรียนรู้ (รกร) และความคิดสร้างสรรค์ (คสส)

4) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ กล้าทำงานที่ท้าทาย เป็นผู้นำในการทำกิจกรรม กล้าพูด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าให้คำแนะนำและอบรมสั่งสอนนักเรียน กล่าวขอบคุณหรือชื่นชมทุกครั้งเมื่อได้รับการช่วยเหลือ หรือเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ดี เสียสละสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังไม่เข้าใจเนื้อหาและคนที่เรียนไม่ทันเพื่อนอาสาช่วยงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ (คกห) ภาวะผู้นำ (ภผน) และความรู้สึกขอบคุณ (รขค)

5) ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ คือ ทำงานอย่างรอบคอบวางแผนการทำงาน และเตรียมสื่อการสอน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ความรอบคอบ (ครค)

6) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ ยิ้มแย้มแจ่มใส พูดจาไพเราะใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวล หัวเราะมากขึ้น ร่าเริงแจ่มใส เล่นมุขกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) และความอ่อนโยน (คอย)

7) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ คือ ทำงานที่ได้รับมอบหมายและทำสื่อการสอนให้แล้วเสร็จทันตามเวลาที่กำหนด รวมทั้งตั้งเป้าหมายในการทำงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความมานะพยายาม (มพย) ความหวัง (ควห) และการตรงต่อเวลา (ตว)

8) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข คือ การสังเกตพฤติกรรมของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน และศึกษาเกี่ยวกับวิธีการแก้ปัญหา หรือวิธีการปรับตัวกับสถานการณ์นั้น ๆ ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

9) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ เปิดใจยอมรับความคิดเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งไม่ปิดกั้นโอกาสและตัดสินผู้อื่น ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ความเสมอภาค (คสม)

พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากข้อมูลพบว่าแม้ผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้ 3 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 20 พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 2

จากภาพประกอบ 20 อธิบายได้ว่า พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 3 พฤติกรรมมีรายละเอียด ดังนี้

1) ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน คือ นักเรียนสนใจเนื้อหาในบทเรียนแล้วอยากที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ กระตือรือร้นในการเรียน กล้าถาม กล้าแสดงความคิดเห็น

ตั้งคำถามและตอบคำถามกับผู้ร่วมวิจัย สนุกกับการเรียน ตื่นเต้นกับสื่อการสอนใหม่ ๆ ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกระตือรือร้น (กตร) ความใฝ่รู้ (คฝร) ความรักการเรียนรู้ (รกร) และความคิดสร้างสรรค์ (คสส)

2) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย คือ นักเรียนกล้าเข้าหาผู้ร่วมวิจัยมากขึ้น กล้าคิด กล้าแสดงออก กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะขอคำปรึกษากับผู้ร่วมวิจัย ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ การกำกับตนเอง (กกต) ความกล้าหาญ (คกห) ภาวะผู้นำ (ภผน) ความรู้สึกขอบคุณ (รขค) ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) ความอ่อนโยน (คอย) และความเสมอภาค (คสภ)

3) ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ คือ ทำตามกฎระเบียบ ได้รับโอกาสจากผู้ร่วมวิจัย เพื่อฟังและปฏิบัติตามที่ได้รับคำแนะนำ ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากข้อมูลพบว่าแม้ผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานมีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้ 2 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 21 พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 2

จากภาพประกอบ 21 อธิบายได้ว่า พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 2 พฤติกรรม มีรายละเอียดดังนี้

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย คือ พุดคุยเป็นกันเอง ยิ้มแย้มแจ่มใส และช่วยเหลือผู้ร่วมวิจัย ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ (คกห) ภาวะผู้นำ (ภพน) ความรู้สึกขอบคุณ (รขค) ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) ความอ่อนโยน (คอย) และความเสมอภาค (คสม)

2) ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ คือ รับฟัง เปิดใจพูดคุยและปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมกับผู้ร่วมวิจัย ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

1.2 ขั้นการสนทนาในการหาปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ (I: Influence)

11 ผู้ร่วมวิจัยระบุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ โดยให้ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ในการพัฒนาคุณลักษณะจุดแข็งนั้นได้ดีและไม่ดีนั้นปัจจัยเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง ซึ่งการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เลือกจากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุกคนในกลุ่มต้องการพัฒนาเหมือนกันมากที่สุดเพื่อให้เห็นตัวอย่างที่ชัดเจน

12 ผู้ร่วมวิจัยเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จเพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองเป็นรายบุคคล

ปัจจัยที่สำเร็จผู้ร่วมวิจัยเลือกมาใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ 1) ตนเอง 2) ผู้อื่น 3) พร้อมเผชิญหน้ากับสิ่งแปลกใหม่ 4) ไม่ยึดติดกับรูปแบบเดิม 5) การวางตัวเป็นแบบอย่างที่ดี 6) ความคาดหวังจากบุคคลอื่น 7) กล้ากับตนเอง ได้แก่ กล้าเสนอตัวทำงาน กล้าคิดกล้าทำสิ่งใหม่ 8) การสนับสนุนจากผู้อื่น 9) โอกาส 10) รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น 11) ผิดสังเกตผู้อื่น 12) ความอยากรู้ของตนเอง 13) เปิดใจเรียนรู้สิ่งใหม่ 14) การเปลี่ยนมุมมอง 15) มองโลกในแง่ดี 16) แสดงความรู้สึก 17) เห็นถึงความจริงใจของผู้อื่น 18) รู้จักการแบ่งปัน 19) การควบคุมอารมณ์ 20) ความมั่นใจในตนเอง 21) ตั้งเป้าหมาย 22) ความอดทน 23) ความมานะพยายาม 24) การเปิดใจรับฟังผู้อื่น 25) สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการทำงาน 26) แบ่งเวลาในการทำงาน 27) เรียงลำดับความสำคัญในการทำงาน และ 28) ยิ้มแย้มแจ่มใส

ส่วนปัจจัยที่ไม่สำเร็จที่ผู้ร่วมวิจัยเลือกมาใช้ในการควบคุม เพื่อไม่ให้เกิดอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ 1) ตนเอง 2) ผู้อื่น 3) ภาระงาน

4) ขาดโอกาส 5) ความเหนื่อยล้า 6) ความขี้เกียจ 7) ความวิตกกังวล 8) กลัวความผิดพลาด 9) กลัวการถูกตำหนิ 10) ขาดความมั่นใจในตนเอง 11) ขาดความรอบคอบ 12) ขาดมนุษยสัมพันธ์ 13) ขาดความรู้และประสบการณ์ 14) ขาดวินัย 15) การควบคุมอารมณ์ และ 16) การบริหารเวลาในการทำงาน

จากนั้นให้แต่ละคนเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาจุดแข็งของตนเองสำเร็จและไม่สำเร็จ ให้ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยช่วยกันสรุปปัจจัยและเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จของทุกคนว่ามีอะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน รวมทั้งเปิดโอกาสให้เลือกปัจจัยเงื่อนไขเพิ่มเติมจากที่ ผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มได้แลกเปลี่ยน

1.3 ขั้นการสร้างแนวปฏิบัติ (C: Control)

C การนำปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนพัฒนาตนเองเป็นรายบุคคล รวมทั้งควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ

ให้ผู้ร่วมวิจัยนำปัจจัยเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง รวมทั้งหาแนวทางในการควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่จะเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็งนั้น ซึ่งหลังจากที่ทุกคนได้แลกเปลี่ยนแผนของตนเอง ให้แต่ละคนพิจารณาเพิ่มเติมว่าต้องการเติมส่วนไหนที่เหมือนผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มหรือไม่ ทั้งนี้แผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยสามารถสรุปได้ 4 แผน ดังนี้

1. **กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน** คือ กล้าทำงานที่ท้าทาย เป็นผู้นำในการทำกิจกรรม กล้าพูด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าเสนอความคิดเห็น กล้าให้คำแนะนำและอบรมสั่งสอนนักเรียน กล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ไม่เข้าใจ กล้ารับงานที่ท้าทาย กล้าขอบคุณเมื่อได้รับความช่วยเหลือ เสียสละสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังไม่เข้าใจเนื้อหาและคนที่เรียนไม่ทันเพื่อน อาสาช่วยงานเพื่อนร่วมงาน (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้แก่ ความกล้าหาญ และภาวะผู้นำ)

“แสดงศักยภาพในการทำงานอย่างเต็มที่ค่ะ แล้วก็เลือกทำงานที่ท้าทายความสามารถของตัวเองด้วยค่ะ...เมื่อมีโอกาสในการทำงานอะไรหนูก็จะรับไว้เสมอค่ะ อย่างเช่นได้เป็นพิธีกรงานวัดก็ไม่ปฏิเสธเลยค่ะ” (เพียงขวัญ)

“หนูอยากพัฒนาด้านความกล้าค่ะ โดยเริ่มจากความกล้าทำสิ่งใหม่ ๆ จิตใจที่แข็งแกร่ง ใช้โอกาสและคนรอบข้างเป็นแรงสนับสนุนค่ะ หนูจะกล้าออกความคิดเห็นเมื่อมีไอเดียใหม่ ๆ ค่ะ จะพยายามพูดมากขึ้น ไม่กลัว และรู้สึกสบายใจเวลาสื่อสารค่ะ นอกจากนี้หนูจะลอง

เป็นกรรมการตัดสินกีฬาเบตองด้วยค่ะ ซึ่งเป็นประสบการณ์ใหม่ที่ช่วยเพิ่มความกล้าให้กับหนูค่ะ” (บีลีฟ)

“ความกล้า นะคะ มันใจในตัวเอง กล้าคิดกล้าทำค่ะ หนูจะพัฒนาด้วยการสอน โดยเล่นเกม Kahoot กล้าแบบแตงหน้านักเรียนที่ไปรำ และการเป็นกรรมการในการแข่งขันวิชาการ ค่ะ เพราะสิ่งเหล่านี้จะช่วยฝึกให้หนูกล้าออกความคิดเห็นและกล้าทำสิ่งใหม่ ๆ ค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“บอกตัวเองว่าเราทำได้ ไม่ย่อท้อหรือหนีงานค่ะ...เวลาคุยกับนักเรียนหรือครูก็จะ กล้าเสนอวิธีการใหม่ ๆ มากขึ้นค่ะ แล้วก็จะพยายามช่วยอธิบายหรือสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยัง ไม่เข้าใจด้วยค่ะ” (ชะเอม)

“พยายามเอาตัวเองไปอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี แล้วก็เก็บเกี่ยวความรู้กับ ประสบการณ์ให้ได้มากที่สุด...จะเริ่มกล้าแสดงออกมากขึ้นด้วยครับ...ถ้ามีประชุมหรือมีโอกาส เสนอความคิดเห็น ก็จะพยายามพูดนะครับ แล้วก็อาสาช่วยงานในโรงเรียนด้วย” (มิคุณ)

2. มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน คือ วางแผน การทำงาน ตรวจสอบความเรียบร้อยของงาน เตรียมสื่อการสอน กระดาษหรือวันในการสอน จัดกิจกรรม ในชั้นเรียนให้สนุก ตั้งใจทำงานให้แล้วเสร็จ ตั้งคำถามกับนักเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนตั้งคำถาม ค้นหาความรู้ ออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ค้นหาความรู้เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ออกแบบ กิจกรรมที่สนุกสนาน สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ใช้ในห้องเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้า ด้วยตนเอง ค้นหาความรู้ด้านทักษะชีวิตเพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาตนเอง (คุณลักษณะที่เป็น จุดแข็ง ได้แก่ ความรักการเรียนรู้ ความกระตือรือร้น ความคิดสร้างสรรค์ ความรอบคอบ ความมานะพยายาม ความใฝ่รู้ และการตรงต่อเวลา)

“วางแผนการทำงานเป็นรายสัปดาห์ แล้วก็เขียนลิสต์รายการที่ต้องทำในแต่ละ วันค่ะ ถ้าทำสำเร็จก็จะให้รางวัลตัวเองค่ะ” (ทอฝัน)

“ค้นคว้าหานวัตกรรมที่ต้องการนำมาใช้ในการสอนที่มีความแปลกใหม่ น่าสนใจ และทำให้นักเรียนเกิดพัฒนาการและมีความสุขกับการเรียนรู้” (ฮารุ)

“ปรับความคิดของตัวเองค่ะ ลองผิดลองถูกและลงมือทำจริง แล้วก็เรียนรู้จาก YouTube ค่ะ ไม่กลัวการผิดพลาด เพราะคนที่ไม่เคยพลาดจะไม่มีวันเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ค่ะ” (โปรดปราน)

“ออกแบบสื่อการสอนที่แปลกใหม่มากขึ้นค่ะ...สอนอย่างกระตือรือร้น เพื่อให้ นักเรียนตื่นตัวในการเรียนค่ะ...ไปโรงเรียนจะเข้าก่อนเวลาเสมอค่ะ” (ยาหยี)

“เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงานในสถานที่ใหม่ ๆ เช่น คาเฟ่ หุ่นยนต์ เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน เปลี่ยนบรรยากาศในชั้นเรียน เช่นการทำกิจกรรมโดยใช้เกมมากขึ้นแล้วก็ผ่อนคลายแล้วก็ออกนอกห้องเรียนแล้วก็ตกแต่งห้องให้มีสีสันสวยงามมีสื่อ เกมที่หลากหลายค่ะ” (ธัญญา)

3. ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่งสุขุม ไม่ดูนักเรียน (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การกำกับตนเอง)

“เวลารู้สึกไม่โอเค หนูก็จะพยายามปรับเปลี่ยนสีหน้าท่าทางของตัวเองค่ะ แล้วยิ้มอยู่เสมอค่ะ” (กานต์แก้ว)

“หนูจะพยายามยิ้มอย่างจริงใจค่ะ แล้วก็ควบคุมสีหน้าให้นิ่งมากขึ้น ใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวล ไม่ตะคอกหรือกระแทกเสียงค่ะ” (พรชวีวัน)

4. ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น คือ เปิดใจยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ไม่ตัดสินผู้อื่น สังเกตพฤติกรรมผู้อื่น ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการแก้ปัญหาหรือวิธีการปรับตัวกับสถานการณ์นั้น ๆ ให้กำลังใจตนเอง เล่นมุทลิก ยิ้มแย้มแจ่มใส พูดคุยเป็นกันเองกับผู้อื่น (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความรัก ปัญญาเชิงสังคม อารมณ์ขัน การกำกับตนเอง และความเสมอภาค)

“เวลามีคนให้กำลังใจหรือคอยช่วยเหลือ หนูก็จะขอบคุณเค้าเสมอค่ะ...รวมถึงขอบคุณนักเรียนเมื่อพวกเขาตั้งใจเรียนด้วยค่ะ” (ต้องตา)

“หนูตั้งใจจะสร้างบรรยากาศในห้องเรียนให้สนุกสนานขึ้นค่ะ เพื่อให้เด็กทุกคนรู้สึกเท่าเทียมกันและกล้าแสดงออกค่ะ” (พริ้ม)

“ทำกิจกรรมเล่นกีฬา เพราะมันทำให้เกิดการพูดคุยกันมากขึ้น หยอกล้อ และสร้างรอยยิ้มเมื่อได้ทำกิจกรรมร่วมกันค่ะ” (ณมน)

“ยิ้ม หัวเราะ แล้วก็รู้จักชวนคนอื่นคุยก่อน คุยต่อ เล่นมุทเพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีค่ะ” (พรชวีวัน)

ส่วนแผนที่ผู้ร่วมวิจัยใช้ในการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 4 แผน ดังนี้

1. ใส่ใจตนเองและผู้อื่น คือ ให้กำลังใจตนเอง ทำกิจกรรมที่ผ่อนคลาย พักผ่อนให้เพียงพอ เปลี่ยนสภาพแวดล้อมในการทำงาน พยายามทำความเข้าใจผู้อื่น ให้ความสำคัญกับทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน และอาสาช่วยงาน

2. วางแผนและลงมือทำ คือ แบ่งเวลาในการทำงาน จัดลำดับความสำคัญของงาน ทำงานทุกวันอย่างสม่ำเสมอ

3. ควบคุมอารมณ์ คือ พาดตนเองออกจากสถานการณ์ที่ติดขัด กำหนดลมหายใจเข้าออก ผีใจเย็น

4. ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น คือ ขอคำแนะนำ ขอความช่วยเหลือ และขอกำลังใจจากผู้อื่น

จากนั้นมอบหมายให้ผู้ร่วมวิจัย นำแผนที่ได้กลับไปใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ทั้งนี้หากมีอุปสรรคก็นำวิธีการควบคุมไปใช้ร่วมด้วย ทั้งนี้การใช้แผนดังกล่าวให้บันทึกลงในสมุดบันทึกการเรียนรู้ว่าได้ทำอะไร เกิดผลอย่างไร และมีอุปสรรคอะไร ใช้วิธีการใดควบคุม เพื่อนำข้อมูลมาสะท้อนผลในกลุ่มใหญ่ครั้งต่อไป

2. การปฏิบัติการและการสังเกต

การปฏิบัติและการสังเกตเป็นขั้นตอนที่ผู้ร่วมวิจัยนำแนวทางการปฏิบัติรายบุคคลมาพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและทำการสังเกตพร้อมด้วย ซึ่งมีกิจกรรมดังนี้คือ 1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน 3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และ 4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น ซึ่งมีรายละเอียดของกิจกรรม ดังนี้

2.1 กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

2.1.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 1 กิจกรรม คือ กล้าคิดกล้าแสดงออก ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 22 แผนกล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน วงรอบที่ 2

1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

จากการวิเคราะห์กิจกรรมการปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยแสดงให้เห็นถึงการพัฒนาความกล้าหาญผ่านการลองทำสิ่งใหม่ การเสนอตนเองเพื่อรับผิดชอบงาน และการแสดงความคิดเห็น เช่น บิลีฟกล้าแสดงความคิดเห็นในที่ประชุมและอาสาเป็นกรรมการตัดสินกีฬาระหว่างที่อาสาเสนอตนเข้าร่วมกิจกรรมใหม่ เช่น ตัดสินวอลเลย์บอล และช่วยเหลืองานโรงเรียนโดยไม่ลังเล ขณะเดียวกันการรับโอกาสจากสิ่งแวดล้อมยังส่งผลต่อความกล้า เช่น ปรายฟ้าเปิดใจรับงานโดยไม่หลีกเลี่ยง และเพียงขวัญแสดงภาวะผู้นำโดยรับหน้าที่เป็นพิธีกรงานวัดและส่งนักเรียนที่อายุน้อยกว่าเข้าร่วมแข่งขันวิชาการ นอกจากนี้ โมนา จันทรเจ้า แสดงความกล้าผ่านการรับผิดชอบต่อกิจกรรมที่ไม่ถนัด เช่น การพานักเรียนร้องเพลงภาษาอังกฤษ และการแต่งหน้าให้นักเรียนแสดง

“เมื่อวานกับวันนี้คะหนูได้ใช้จุดแข็งไป 1 ด้านคะก็คือด้านความกล้าก็คือแผนที่ใช้นะคะก็คือความกล้าทำสิ่งใหม่ ๆ คะก็คือ หนูออกความคิดเห็นมากขึ้นคะเมื่อรู้ว่าพี่เค้า (เพื่อนร่วมงาน) กำลังแบบต้องการทางออกอื่นหรือว่าเรื่องที่หนูรู้อย่างนี้คะ หนูก็จะเอ่ยปากมากกว่าที่จะอยู่เงียบ ๆ...ก็จะเป็นจิตใจที่แข็งแกร่งคะก็คือหนูทำให้สบายไม่กลัวคะว่า ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นแล้วก็ไม่กลัวว่าพี่เค้าจะคิดยังไงจะเอาหรือไม่เอาอะไร ก็จะเป็นคนรอบข้างให้โอกาสหนูด้วยคะ แล้วเหมือนเค้าให้โอกาสหนูได้ทำสิ่งใหม่ ๆ ที่ไม่เคยทำคะอย่างเช่นวันนี้คะ ก็ได้เป็นแบบลองเป็นกรรมการตัดสินกีฬาก็ได้” (บิลีฟ)

“กล้าที่จะเสนอตนเองทำงานคะเพราะว่า หนูได้ลองทำอะไรใหม่ ๆ เช่น วันนี้คะหนูได้เป็นได้ทดลองทำงานที่ไม่เคยทำอย่างเช่น เป็นกรรมการตัดสินวอลเลย์บอลคะ แล้วก็กีฬาของเด็กอนุบาลคะแล้วก็กล้าที่จะเสนอตัวเองในการช่วยงานพี่ ๆ ที่โรงเรียนคะ รู้สึกว่าลองเสนอถึงจะแบบให้ช่วยหรือไม่ให้ช่วยก็ได้เสนอตัวเข้าไปทำแล้วคะและอีกอย่างคะก็คือกล้าเข้าหาเค้าเลยคะ เค้าจับผ้าเค้าขนต้นไม้ขนของหนูก็เข้าไปช่วยเค้าแบบไม่ต้องถามเค้าเลยคะ” (ทิวา)

“ให้โอกาสตัวเองก็คือเหมือนครู่มีเรื่องอะไรแบบนี้คะหยาบยื่นโอกาสแบบเหมือนช่วยพี่กรอกข้อมูลตรงนี้นะแบบนี้คะ แล้วก็พยายามที่จะไม่หลีกเลี่ยงคะแล้วก็รับเอามาทำคะ แล้วก็ถามพี่เค้าว่ามันต้องทำยังไงคะ ต้องกรอกยังไงกับอีกแบบหนึ่งอีกเรื่องหนึ่งก็คือเด็กในห้องเหมือนไม่มาโรงเรียนคะ ครูเค้าก็จะมาแนะนำแล้วก็แบบได้ไปหาเด็กใหม่ไปถามเค้าหรือยังเค้าเป็นยังไงแบบนี้คะ” (ปรายฟ้า)

“สิ่งที่ท้าทายหนูที่หนูทำคะความกล้าหาญของหนูก็คือ หนูกล้าส่งเด็กแข่งวิชาการนะคะซึ่งหนูส่งเด็ก ป. 2 แข่งคิดเลขเร็วในระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น ซึ่งเค้าอยู่ ป. 2 แปลว่าต้องแข่งกับพี่ ๆ ป. 3 โรงเรียนอื่นแล้วเค้าก็ได้รางวัลมาคะ” (เพียงขวัญ)

“จุดแข็งคือเป็นความกล้าหาญคะก็คือ มั่นใจในตัวเองแล้วก็กล้าคิดกล้าทำคะ...แล้วก็เป็นการที่หนูนะคะได้แบบได้ครูที่โรงเรียนนะคะได้เลือกให้ไปเป็นคณะกรรมการคะ แข่งขันวิชาการในรายวิชาสังคมคะ แล้วก็จะมีภาระต่องานให้นักเรียนไปร่ำด้วยคะ ซึ่งอันนี้หนูไม่หนูไม่มั่นใจเลยคะแล้วพี่แล้วแบบอยู่ที่โรงเรียนทำเหมือนว่าแบบมันมีวัยรุ่นอยู่ 3 คนนะคะแบบที่เป็นผู้หญิงที่พอจะแต่งหน้าแล้วที่แบบพี่เค้าคือใช้แบบเหมือนเป็นไฟท์บังคับเลยคะหนูต้องไปหนูต้องทำให้ได้” (จันทร์เจ้า)

“ความกล้าหาญคะแผนที่ใช้นะคะก็คือ มั่นใจในตนเองแล้วก็ให้กำลังใจตนเองคะกล้าแสดงออกคะ...พาเด็กร้องเพลงภาษาอังกฤษคะเป็นเพลงโฟนิค” (โมนา)

2.1.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นของผู้ร่วมวิจัย ได้แก่ ความกังวลว่าตนเองจะทำได้ไม่ดี ความเครียด ความขี้เกียจ ขาดความรอบคอบ ขาดความมั่นใจในตนเอง ภาระงาน ขาดความรู้ เช่น บิลลี่มีความกังวลว่าจะทำหน้าที่ในการตัดสินใจที่พาเปิดองได้ไม่ดี เพราะไม่ทราบว่าคุณติกาว่า จะต้องตัดสินใจอย่างไร เช่นเดียวกับปรายฟ้าที่ขาดความมั่นใจในตนเองและกังวลว่าจะทำงานที่ได้รับมอบหมายผิดพลาดและทำได้ไม่ดีพอ ส่วนเทียนหอมพบอุปสรรคคือ มีภาระงานมากส่งผลให้ไม่สามารถแบ่งเวลาไปพัฒนาด้านภาวะผู้นำได้

“ส่วนที่เป็นอุปสรรคนะคะก็คือ หนูจะกลัวคะหนูจะกลัวว่าแบบกลัวทำไม่ถูกกับใครอย่างเช่น ตัดสินก็พาเปิดองแบบเหมือนไม่ได้เล่นมานานนะคะ ก็เลยไม่แน่ใจว่าตัวเองทำถูก...ความตึงเครียดคะ...ก็คือหนูไม่รู้ว่าจริง ๆ แล้วคนเป็นกรรมการก็พานี้ต้องทำยังไง” (บิลลี่)

“ปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะ ก็ไม่มั่นใจในตนเองคะกลัวทำงานผิดพลาดคะ กลัวทำงานได้ไม่ดีคะ” (ปรายฟ้า)

“อุปสรรคก็จะเป็นบางทีในเรื่องของกิจกรรมก็จะเป็นในเรื่องของภาระงาน เช่นกันคะ บางทีภาระงานมันเยอะทำให้เราไม่มีการจัดสรรเวลาในเรื่องของการทำกิจกรรมใหม่ ๆ มากพอที่จะทำให้ตัวเองได้เป็นได้มีภาวะผู้นำในเรื่องของการทำกิจกรรมร่วมกับนักเรียนบ่อย ๆ คะ” (เทียนหอม)

อย่างไรก็ตามยังพบว่าสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้ร่วมวิจัยคือ ความขี้เกียจ เช่น ทิวาได้อาสาช่วยงานเพื่อนร่วมงานในการรับหน้าที่เป็นช่างภาพทำให้เหนื่อย เพราะต้องวิ่งไป

ถ่ายภาพหลายที่ นอกจากนั้นยังมีความกังวลเกี่ยวกับภาระงานที่เพิ่มเข้ามาอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งพบว่าในระหว่างที่ทำการกิจกรรมพบอุปสรรคคือ ขาดความมั่นใจในตนเอง ดังที่ทิวาได้ใช้แผนการเสนอตัวเข้าไปช่วยงานเพื่อนร่วมงานโดยที่ไม่ได้ร้องขอพบว่า เธอยังคงมีความเครียด และขาดความมั่นใจไม่กล้าที่จะเสนอตัวไปทำงาน แต่ก็สามารถก้าวข้ามความอึดอัดใจได้เมื่อเธอได้ลงมือทำส่งผลให้เธอรู้สึกดีมากขึ้นเช่นเดียวกับโมนาที่มีอุปสรรคคือ ยังขาดความมั่นใจในตนเองอยู่บ้างที่พานักเรียนร้องเพลงภาษาอังกฤษ แต่ก็ไม่มากเหมือนเมื่อก่อน

“ความขี้เกียจค่ะ เพราะว่าหนูรู้สึกท้อได้เป็นตากล้องค่ะแล้วหนูวิ่งขึ้นวิ่งลงมาทำให้หนูเหนื่อย แล้วมันก็เลยทำให้หนูขี้เกียจค่ะ พักหลัง ๆ หนูจะนั่งค่ะ ส่วนภาระงานนะคะก็ยังคงมีเหมือนเดิมค่ะ ไม่ลดไม่หย่อนเลยคะ” (ทิวา)

“ความไม่กล้าค่ะถึงเราจะเสนอตัวไปแล้วว่า ว่าต้องทำอย่างนี้แล้วเรากล้าแสดงกล้าที่จะเสนอตัวเข้าไป แต่ว่าในใจเรา เรายังแบบรู้สึกอึดอัดในการเสนอตัวอยู่ค่ะ แต่พอเค้าให้เราทำแล้วเราก็อึดอัดดีคะ” (ทิวา)

“อุปสรรคนะคะก็คือ ก็ยังไม่มั่นใจในตนเองอยู่ค่ะถึงแม้ว่าจะพาเด็กร้องได้แต่เล็ก ๆ แล้วเราก็อึดอัดแบบไม่มั่นใจอยู่ดี แต่ว่าก็รู้สึกว่ามันใจมากขึ้น แต่ก็ยังมีไม่มั่นใจบ้างคะ” (โมนา)

ส่วนปรายฟ้าและโมนาเมื่อเธอเกิดความรู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง พวกเธอจะควบคุมอุปสรรคด้วยการให้กำลังใจตนเองว่าทำได้

“วิธีการควบคุมนะคะก็พยายามให้กำลังใจตนเองว่าเราทำได้ค่ะไม่เครียดไม่คิดมาก” (ปรายฟ้า)

“คือมันมีแต่ว่ามันยังเหมือนไม่มั่นใจแบบเต็มร้อยไม่มั่นใจแบบมั่นใจที่เราไม่มีความกังวลอะไร มันยังมีความกังวลความกลัวอยู่ ยังขาดความมั่นใจอยู่ แล้วเราก็อึดอัดด้วยการให้กำลังใจตนเองค่ะว่าเราทำได้ เราทำได้แบบนี้ค่ะ” (โมนา)

“อุปสรรคก็ความไม่มั่นใจแล้วก็การพูดในด้านลบค่ะ วิธีการควบคุมก็จะเป็นการบอกตัวเองว่าทำได้แล้วก็ไม่สนใจค่ะ” (ชะเอม)

นอกจากนั้นยังมีผู้ร่วมวิจัยบางคนใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคจากการปฏิบัติด้วยการทำจิตใจให้เข้มแข็งไม่กังวลว่าตนเองจะทำผิดพลาด ขอคำแนะนำจากเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ตนเองสงสัย ไม่เข้าใจ และสืบค้นข้อมูลจาก Google ขณะเดียวกันบางคนควบคุมความวิตกกังวลด้วยการทำให้สบาย และพูดคุยกับนักเรียนเพื่อไม่ให้เกิดความเครียด

“ก็เลยไม่แน่ใจว่าตัวเองทำถูกหรือยัง แต่ก็ทำให้ใจให้เข้มแข็งไม่กลัว กล้าที่จะผิดแล้วก็ถูกแล้วก็รับฟังคำแนะนำจากพี่ ๆ (เพื่อนร่วมงาน) ค่ะ...สืบหาจาก Google แล้วก็ถามพี่ ๆ คำ บางทีพี่ ๆ คำก็คอยบอกค่ะ...ถ้ามีความวิตกกังวลหนูก็จะแก้ไขโดยทำให้สบายค่ะ แล้วก็หิวเราจะพูดคุยกับนักเรียนไม่เครียดค่ะ แบบไม่ ไม่แบบไม่เอาอารมณ์ตัวเองมาลงค่ะ” (ปัสสิฟ)

ขณะเดียวกันยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนไม่พบอุปสรรคระหว่างการดำเนินกิจกรรม เพราะสามารถควบคุมอุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้นได้ดี เช่น เพียงขวัญพัฒนาภาวะผู้นำ เธอจะควบคุมโดยการทำทุกอย่างให้เต็มที่ไม่ว่าคาดหวังกับสิ่งที่ทำ จึงทำให้เธอไม่รู้สึกกดดัน รวมทั้งเลือกฟังแต่สิ่งที่ดี ๆ และให้กำลังใจตนเอง อีกทั้งงานใดที่เธอไม่ถนัดก็จะให้ผู้อื่นเป็นคนทำหน้าที่นั้นแทน

“สิ่งที่จะมาควบคุมให้ไม่เกิดอุปสรรคนะคะก็คือ หนูจะไม่คาดหวังกับสิ่งที่หนูทำอยู่ แต่หนูจะทำให้เต็มที่แล้วก็ไม่กดดันตนเองค่ะ ฟังแต่สิ่งดี ๆ แล้วก็กำลังใจดี ๆ เท่านั้นค่ะ” (เพียงขวัญ)

“หนูยังไม่เจออุปสรรคในภาวะความเป็นผู้นำ บางทีถ้าเราแบบเหมือนเราไม่ถนัดในงานนั้น จริง ๆ เราก็จะให้คนอื่นทำมากกว่าค่ะ ถ้าเค้าแบบมีความสามารถกว่าเรา” (เพียงขวัญ)

2.2 มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.2.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 4 กิจกรรม ได้แก่ 1) วางแผนการทำงาน 2) ใฝ่หาคำตอบ 3) ตรวจสอบความถูกต้องของงาน และ 4) เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 23 แผนมุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน วงรอบที่ 2

1) วางแผนการทำงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมการปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนให้เห็นถึงการพัฒนาความรอบคอบในการจัดการตนเองและการทำงาน โดยแสดงผ่านการวางแผนรายวัน การจดบันทึกภาระงาน การกำหนดลำดับความสำคัญ และการบริหารเวลาอย่างเหมาะสม เช่น โมนา เพียงขวัญ ต้องตา นัปดาห์ และพรชิววันต่างเน้นการจัดระบบงานอย่างมีแบบแผน เพื่อให้สามารถดำเนินงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ขณะที่ทอฝันเน้นการวางแผนชีวิตและพัฒนาตนเองในการทำงานร่วมกับครูในโรงเรียน

ขณะที่ด้านความคิดสร้างสรรค์ ผู้ร่วมวิจัยแสดงออกผ่านการสร้างและปรับปรุงสื่อการสอนอย่างแปลกใหม่ เช่น ฐุใจแสดงทัศนคติที่เปิดรับสิ่งใหม่ ๆ นัปดาห์ค้นคว้าแนวทางใหม่ในการออกแบบนวัตกรรม เทียนหอมประยุกต์เกมบันไดงูเป็นสื่อการเรียนรู้ที่สนุกสนานสำหรับนักเรียน และยาหยีกับฮารุออกแบบสื่อที่น่าสนใจและส่งเสริมพัฒนาการของผู้เรียน ส่วนจันทร์เจ้าแสดงความคิดสร้างสรรค์ในการจัดบรรยากาศห้องเรียน โดยจัดมุมการเรียนรู้และบอร์ดความรู้ใหม่เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้ของนักเรียน

ส่วนด้านความกระตือรือร้นของผู้ร่วมวิจัย เช่น เทียนหอมและยาหยีแสดงออกผ่านความตั้งใจในการจัดการเรียนการสอน ความพร้อมในการสอน และการดูแลตนเองให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างเต็มศักยภาพ ขณะที่โปรดปรานเน้นการสร้างวินัยในตนเองและให้กำลังใจตนเพื่อให้สามารถทำงานได้เสร็จทันเวลา

“ความรอบ คอบ แล้วก็ ความ กระตือรือร้น ค่ะ ที่ ใช้นะ ค่ะ ก็ คือ การเรียงลำดับความสำคัญของงานแบ่งเวลาให้เหมาะสม” (โมนา)

“ด้านความรอบคอบหนูก็จะจดบันทึกในสิ่งที่หนูจะทำในทุก ๆ วันค่ะ หรือว่าเวลาทำงานค่ะ หนูก็จะจดบันทึกว่าจะทำอะไรก่อนบ้างหลังบ้าง” (เพียงขวัญ)

“สำหรับจุดแข็งที่หนูพัฒนานะคะจะมีความรอบคอบค่ะก็คือหนูใช้นะคะ ก็คือ การให้กำลังใจตนเองค่ะ แล้วก็มีการแบ่งเวลาในการทำงานค่ะ” (ต้องตา)

“ความรอบคอบที่ใช้นะคะก็คือ การวางแผนในการทำงานเป็นรายวันค่ะ” (นัปดาห์)

“ความรอบคอบที่ใช้นะคะจะมีการกำหนดแผนการทำงานค่ะ” (พรชิววัน)

“ส่วนความพยายามนะคะหนูก็วางแผนชีวิตในแต่ละวันเหมือนกันค่ะแล้ว หนูก็ทำตามเป้าหมายให้สำเร็จพยายามพัฒนาตนเองในเรื่องของการทำงานร่วมกับครูในโรงเรียน ค่ะ” (ทอฝัน)

“ความคิดสร้างสรรค์ก็คือ หนูทำแล้วหนึ่งอย่างจะเป็นการรับฟังรับรู้ เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ” (ชูใจ)

“ผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ ของหนูห้องหนูจะเป็นบันไดงู แต่ว่าไม่ใช่ให้เด็กทำทำใน สมุดนะคะอันนี้จะเป็นบันไดงูที่ทำสื่อเป็นกระดาษแผ่นใหญ่ ๆ ให้เด็กกระโดดเล่น แล้วเด็กก็รู้สึก ว่าชอบมากขึ้นคะ” (เทียนหอม)

“ส่วนที่ทำนะคะก็คือความคิดสร้างสรรค์ก็คือออกแบบสื่อที่แปลกใหม่ ค่ะ” (ยาหยี)

“ค้นคว้าหานวัตกรรมที่ต้องการนำมาใช้ในการสอนนะคะที่มีความแปลก ใหม่และก็น่าสนใจแล้วก็ทำให้นักเรียนนะคะเกิดพัฒนาการและมีความสุขกับการเรียนคะ” (ฮารุ)

“สำหรับจุดแข็งที่หนูพัฒนานะคะก็จะมีความคิดสร้างสรรค์คะ แผน แผน ที่ใช้ก็คือ เป็นสร้างบรรยากาศในชั้นเรียนคะ...หนู หนูนะคะสัปดาห์นี้คะ หนูก็ได้ไปเหมือนจัด ห้องเรียนใหม่คะจัด จัดมุมใหม่แล้วก็เหมือนเป็นจัดสื่อที่เป็นบอร์ดความรู้ หลังจากที่ทำ ทานข้าว เที่ยงเสร็จแล้วก็หลังจากที่สอนเสร็จตอน ตอนบ่ายแล้วคะใช้เวลานี้ในการทำคะ” (จันทร์เจ้า)

“ก็จะเป็นมีวินัยในตนเอง มีความเชื่อมั่น ให้กำลังใจตนเองว่าเราทำได้ ยังไงต้องเสร็จทันเวลา” (โปรดปราน)

2) ใฝ่รู้หาคำตอบ

จากการวิเคราะห์กิจกรรมที่ปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยแสดงให้เห็นถึงความ มุ่งมั่นในการแสวงหาความรู้ใหม่ การวางแผนการเรียนรู้ และการสะท้อนผลการปฏิบัติเพื่อการ เติบโตอย่างต่อเนื่อง ผู้ร่วมวิจัยหลายคนได้ระบุจุดแข็งของตนเอง เช่น ความใฝ่รู้ ความรักการ เรียนรู้ และความกระตือรือร้น พร้อมทั้งกำหนดกิจกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาจุดแข็งเหล่านั้นอย่างมี เป้าหมาย อาทิ ดารินเลือกใช้เวลาว่างหลังรับประทานอาหารเย็นเพื่อเรียนรู้การพับกระดาษผ่าน สื่อออนไลน์ พร้อมบันทึกและแลกเปลี่ยนสิ่งที่เรียนรู้กับผู้อื่น ส่วนโปรดปรานแสดงให้เห็นถึงการ เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านการลองผิดลองถูก โดยเปิดรับประสบการณ์ใหม่จาก YouTube ขณะที่โมนา ใช้วิธีการค้นคว้าทันทีเมื่อเกิดข้อสงสัย สะท้อนความกระตือรือร้นในการหาคำตอบอย่างไม่มีร้อ นอกจากนั้นมีคุณสมบัติกิจกรรมของผู้ใฝ่รู้ผ่านการสอบถามครูในเรื่องที่ตนไม่เข้าใจ ส่วนชูใจ แสดงถึงการเปิดรับความรู้ใหม่ ๆ ด้วยการรับฟังและเรียนรู้อย่างตั้งใจ ขณะที่เมอแตมแสดงถึงการ พัฒนาจุดแข็งควบคู่กันทั้งด้านความใฝ่รู้และความกระตือรือร้น ทั้งนี้ความใฝ่รู้ได้วางแผนไว้ตั้งแต่ ในวงรอบที่ 1 แต่ไม่ได้พัฒนาจึงได้นำมาพัฒนาในวงรอบที่ 2 โดยเริ่มจากการเปิดใจแลกเปลี่ยน

แนวทางจัดกิจกรรมการเรียนการสอนกับครูในโรงเรียน แล้วนำมาปรับใช้ในห้องเรียน พร้อมทั้งตั้งเป้าหมายและวางแผนการทำงานอย่างมีระบบ

“สำหรับของหนูนะคะจุดที่พัฒนานี้ก็เป็นความรักการเรียนรู้ค่ะ แผนที่ใช้ นะคะก็คือ การแบ่งเวลาในการเรียนรู้เรื่องบางเรื่องคะอย่างเช่น อยากจะเรียนรู้เกี่ยวกับการพับกระดาษในการตกแต่งสื่อการเรียนการสอนหรือว่าการตกแต่งหนังสือคะ แล้วก็หาเวลาว่าง อย่างเช่นตอนช่วงหลัง หลังทานข้าวเย็นคะก็อยู่ประมาณสัก 10 นาทีในการเรียนพับกระดาษทาง อินเทอร์เน็ตคะ” (ดาวัน)

“หนูนะคะก็จะเป็นการปรับความคิดของตนเองลองฝึกลองถูกลงมือทำ เรียนรู้จาก YouTube คะ” (โปรดปราน)

“จุดแข็งพัฒนาในด้านความใฝ่รู้คะที่ใช้ นะคะก็คือ เมื่อสงสัยค้นหาคำตอบทันทีคะ...มันก็เป็นเหมือนกับว่าแผนอันเก่ามาด้วยคะ” (โมนา)

“เวลาที่ผมสงสัย ไม่เข้าใจอะไรก็จะสอบถามคุณะครูที่โรงเรียนครับ” (มีคุณ)

“หนูทำแล้วหนึ่งอย่างจะเป็นการรับฟังรับรู้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ” (ซูใจ)

“ก็พัฒนาจุดแข็งควบคู่กันนะครับทั้งใฝ่รู้และความกระตือรือร้นที่ได้ไปทำ คือ สอบถามประสบการณ์ตรงแบบการจัดกิจกรรมการสอนจากครูในโรงเรียน...ก็เปิดใจยอมรับความคิดที่หลากหลายแล้วก็เอามาปรับลงมือทำ...ก็ค้นหาความรู้ด้วยก็หากิจกรรมการสอนที่สนุกสนานมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนนะครับ...ครับตั้งเป้าหมายกับทุกเรื่องแล้วก็วางแผนเวลาให้เหมาะสมกับการทำงานครับ” (เฉมแตม)

3) ตรวจสอบความถูกต้องของงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยพัฒนาความรอบคอบผ่านพฤติกรรมที่เป็นรูปธรรม เช่น ต้องตระหนักการตรวจสอบความเรียบร้อยของงาน แสดงถึงความใส่ใจในรายละเอียดและความแม่นยำ ขณะเดียวกันนับว่าได้นำความรอบคอบมาใช้วางแผนการทำงานเป็นรายวันและตรวจสอบงานอยู่เสมอ ซึ่งแสดงถึงกระบวนการทำงานที่มีระบบ มีการติดตามงานอย่างสม่ำเสมอ เช่นเดียวกับพรชีวันเน้นการตรวจสอบงานทุกครั้ง ซึ่งแสดงถึงความสม่ำเสมอในการประเมินความถูกต้องของงานก่อนดำเนินการ

“สำหรับจุดแข็งที่หนูพัฒนานะคะจะมีความรอบคอบคะก็คือหนูใช้ นะคะก็คือ...ตรวจสอบความเรียบร้อยของงาน” (ต้องตา)

“ความรอบคอบที่ใช้นะคะก็คือ การวางแผนในการทำงานเป็นรายวันค่ะ แล้วก็เช็กลูกอยู่เสมอ” (นับดาว)

“ความรอบคอบที่ใช้นะคะ...แล้วก็เช็กลูกหรืออื่น ๆ ทุกครั้งค่ะ” (พรชีวัน)

4) เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมที่ปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยได้พัฒนาความคิดสร้างสรรค์ผ่านการออกแบบสิ่งแวดล้อมและกิจกรรมที่ส่งเสริมบรรยากาศเชิงบวกและความผ่อนคลายระหว่างการทำงาน เช่น ธันยาใช้กลยุทธ์ในการเปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน ผ่านการจัดกิจกรรมในรูปแบบเกม ทำกิจกรรมนอกชั้นเรียน และตกแต่งชั้นเรียนให้มีสีสันและสื่อเกมที่หลากหลาย ซึ่งช่วยกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์และเพิ่มแรงจูงใจในการเรียนรู้ ขณะที่เพียงขวัญและดารินมุ่งเน้นการสร้างบรรยากาศผ่อนคลายระหว่างทำงาน เช่น ฟังเพลงและออกไปนั่งดูท้องฟ้า ซึ่งเป็นวิธีการที่ช่วยลดความเครียดและเปิดพื้นที่ทางอารมณ์สำหรับการคิดอย่างยืดหยุ่นและสร้างสรรค์

“ของหนูจุดแข็งจะเป็นความคิดสร้างสรรค์นะคะแผนที่ใช้ก็จะเปลี่ยนบรรยากาศในการทำงานค่ะ เปลี่ยนบรรยากาศในชั้นเรียน เช่น การทำกิจกรรมโดยใช้เกมมากขึ้น แล้วก็ผ่อนคลายค่ะแล้วก็ออกนอกห้องเรียนค่ะ แล้วก็ตกแต่งห้องให้มีสีสันสวยงามมีสื่อเกมที่หลากหลายค่ะ” (ธันยา)

“ที่หนูไปพัฒนามา หนูก็ใช้แผนไปทำงานในสถานที่ใหม่ฟังเพลงแล้วก็ฟังเพลงเวลาทำงานค่ะ” (เพียงขวัญ)

“หาบรรยากาศให้รู้สึกผ่อนคลายค่ะอย่างเช่นการออกไปนั่งดู ดูท้องฟ้า” (ดาริน)

2.2.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัย ได้แก่ ภาระงาน ความซีเรียส ขาดวินัย ปัญหาสุขภาพ ขาดการพักผ่อน ขาดความรอบคอบ ขาดความมั่นใจในตนเอง ได้รับคำพูดที่บั่นทอนกำลังใจและรู้สึกกังวลว่าจะทำหน้าที่ได้ไม่ดีตามที่คาดหวังไว้ นักเรียน ยึดติดกับรูปแบบเดิม ขณะเดียวกันพบว่า มีผู้ร่วมวิจัยหนึ่งที่กล่าวถึงอุปสรรคทำให้พัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้ดีขึ้นกล่าวคือ ภาระงานที่เพิ่มเข้ามาทำให้เขาเกิดความกระตือรือร้นมากยิ่งขึ้น จากการสังเกตขณะปฏิบัติกิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่พบอุปสรรคคือ ภาระงานมากส่งผลให้เกิดความเหนื่อยล้าและมีความเครียดตามมา เช่น ชูใจรู้สึกหมดไฟ เนื่องจากเธอเหนื่อยกับการสอนและต้องแบ่งเวลามาช่วยงานที่โรงเรียนจึงทำให้เธอเลิกงานช้า อีกทั้งยังต้องมา

ช่วยงานบ้านด้วยจึงทำให้เธอรู้สึกเหนื่อยจนกระทั่งไม่สามารถเขียนบันทึกประจำวันและแผนการ
สอนที่ต้องส่งงานฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูได้ เช่นเดียวกับต้องตาที่ได้ทำงานหลายหน้าที่ทั้งสอน
แทน เพื่อนร่วมงานและฝึกซ้อมนักเรียนเพื่อไปแข่งทักษะวิชาการ และเทียนหอมต้องสอนแทน
เพื่อนร่วมงานหลายห้อง ส่วนทอฝันได้ทุ่มเทในการทำงานร่วมกับเพื่อนร่วมงานส่งผลให้เธอเกิด
ความรู้สึก เหนื่อยล้า อีกทั้งยังไม่มีเวลามากพอสำหรับทำกิจกรรมที่เธอวางแผนไว้ในแต่ละวัน เช่น
เมื่อวานนี้เธอได้ใช้เวลาไปช่วยเลือกชุดดรัมเมเยอร์ของโรงเรียนทำให้การวางแผนการทำงานของเธอ
ในวันนั้นไม่เป็นไปตามเป้าหมาย เช่นเดียวกับดารินพบความเหนื่อยล้าจากภาระงานคือ
กิจกรรมแข่งขันกีฬาซึ่งถือเป็นอุปสรรคใหม่สำหรับเธอ ส่วนมีคุณมีภาระงานมาก อีกทั้งเพียงขวัญ
ยังพบอุปสรรคคือ ภาระงานที่เข้ามาพร้อมกันทำให้เธอไม่สามารถเรียงลำดับความสำคัญได้ ซึ่ง
หากงานที่ต้องส่งเร่งด่วนมีหลายงาน เธอก็ต้องทำให้ทันส่ง ซึ่งทำให้งานนั้นไม่เรียบร้อยส่วนดาริน
เมื่อมีภาระงานมากจะทำให้เธอรู้สึกเหนื่อยล้าและมีความเครียดตามมา ส่วนโปรตปราน ฮารุ
ธันยา ยาหยา มีอุปสรรคคือ ภาระงานมากทำให้รู้สึกเหนื่อยล้า จันทรเจ้าและชะเอมพบอุปสรรค
คล้ายกันคือ ความเหนื่อยล้าและความขี้เกียจ

“สำหรับอุปสรรคที่เกิดขึ้นก็คือ การหมดไฟในตัวเองก็คืออย่างเช่นที่โรงเรียน
นะคะ รู้สึกว่าก็เหนื่อยก็มีทั้งสอนแล้วก็ฝึกเรียนก็ต้องแบ่งเวลาไปทำไปช่วยงานโรงเรียนแล้วก็
กลับมาทำงานที่บ้านพอถึงบ้านตั้งแต่ 2 ทุ่ม หนูก็เข้าห้องนอนเลยคะมันอาจจะเป็นในเรื่อง
ของการหมดไฟในตัวเองที่ไม่สามารถทำงานอื่นต่อได้คะ อย่างเช่นงานบันทึกประจำวันหรือว่า
แผนการสอนที่เราจะต้องทำคะ” (ฐิใจ)

“สำหรับปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะก็จะเป็นเวลา ภาระงานแล้วก็
ความเหนื่อยคะช่วงนี้ก็ทั้งสอนแทนคะแล้วก็ทั้งซ้อมนักเรียนแข่งวิชาการก็จะมีหลายหน้าที่คะ”
(ต้องตา)

“สิ่งที่เป็นอุปสรรคจะเป็นความเหนื่อยล้าพลังงานแล้วก็ในเรื่องของการสอน
อย่างนี้คะ จะมีสอนแทนบ่อยคะช่วงนี้” (เทียนหอม)

“อุปสรรคนะคะก็คือ เป็นความเหนื่อยล้าคะซึ่งสัปดาห์นี้นะคะเมื่อวานก็เป็น
วันที่หนูได้ทำงานร่วมกับคุณครูท่านอื่นอย่างเต็มที่คะ...ก็เป็นความเหนื่อยคะแล้วก็เป็นเวลาที่ไม่
เพียงพอคะสำหรับกิจกรรมที่หนูวางแผนไว้ในแต่ละวันด้วยคะ ซึ่งเมื่อวานนี้นะคะก็ได้ใช้เวลาใน
การไปช่วยเลือกชุดดรัมเมเยอร์ของโรงเรียนคะก็เลยที่นี้ก็เลยทำให้ในการวางแผนในวันนั้นของหนู
นะคะไม่เป็นไปในเป้าหมายเท่าไรคะ” (ทอฝัน)

“ส่วนอุปสรรคนะคะจะเป็นความเหนื่อยล้า ภาระงานแล้วก็ป็นกิจกรรม
แข่งขันกีฬาด้วยค่ะที่เป็นอุปสรรคใหม่” (ดาริน)

“ปัจจัยหรือเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะก็จะเป็นความเหนื่อยและภาระงาน
ค่ะ” (ชะเอม)

“ปัจจัยเงื่อนไขนะคะที่เป็นอุปสรรคนะครับคือ เวลาไม่พอนะครับแล้วก็
ภาระงานมากจนเกินไป” (มีคุณ)

“ปัจจัยที่เป็นเงื่อนไขอุปสรรคก็คือความขี้เกียจแล้วก็ภาระงานค่ะ” (โปรด
ปราน)

“ส่วนปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะก็จะเป็นภาระงาน แล้วก็ความเหนื่อย
ล้าเหมือนเดิมค่ะ” (ฮารุ)

“ปัจจัยและเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะก็คือ ความเหนื่อยแล้วก็นักเรียนค่ะ
แล้วก็ภาระงาน” (ธัญญา)

“ปัจจัยที่ทำให้ไม่สำเร็จนะคะก็คือความเหนื่อยล้าค่ะ” (ยาหยิ)

“ความเหนื่อยล้าของตัวเองนะคะแล้วก็ความขี้เกียจค่ะ” (จันทร์เจ้า)

อย่างไรก็ตามแม้ว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่จะพบอุปสรรคในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุด
แข็ง แต่พวกเขาก็สามารถควบคุมอุปสรรคได้โดยใช้วิธีการแบ่งเวลา เรียงลำดับความสำคัญของ
งานที่ต้องทำก่อนและหลัง จดบันทึกสิ่งที่ต้องทำ พักผ่อนให้เพียงพอ ทำสิ่งที่อยากทำก่อน และทำ
กิจกรรมที่ผ่อนคลาย เช่น นอนพักผ่อน ดูวิดีโอตลก ฟังเพลง นั่งเล่นอยู่นอกบ้านตอนเย็น
รับประทานของหวาน นอกจากนั้นหาความรู้ พุดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนร่วมงาน รู้จักปฏิเสธงานที่
เกินความสามารถของตนเอง ลงมือทำงานทันทีไม่ผัดวันประกันพรุ่ง นึกถึงผลดีผลเสียที่ตามมา
และเป้าหมาย ให้กำลังใจตนเอง

“วิธีการแก้ปัญหาหรือว่าวิธีการควบคุมอุปสรรคนะคะก็คือ วางแผน
เรียงลำดับความสำคัญ จดบันทึกสิ่งที่ต้องทำค่ะ” (เพียงขวัญ)

“วิธีการควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะหนูก็จะให้การผ่อนคลาย
ตัวเองค่ะ โดยการนอนพักแล้วก็ฟังเพลงค่ะ แล้วก็พุดคุยเล่นสนุกกับเพื่อนร่วมงานค่ะอันนี้หนูก็ทำ
ตามที่วางแผนไว้ค่ะ” (ทอฝัน)

“การควบคุมนะคะจะเป็นการพักผ่อนให้เพียงพอ เปลี่ยนแปลงหรือว่าไปอยู่
ในสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ ค่ะ” (เทียนหอม)

“วิธีการควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะก็คือ หนูก็จะผ่อนคลายตัวเองค่ะ แล้วก็ทำสิ่งที่อยากทำก่อน” (ทอฝัน)

“ในเรื่องของวิธีการควบคุมนะคะจะเป็นการทำ การจัดลำดับความสำคัญของงานด้วยค่ะ เพื่อให้เราสามารถมีเวลาในการเรียนรู้สิ่งอื่น ๆ ได้ค่ะ แล้วก็พักผ่อนโดยการดูพวกวิดีโอตลก ฟังเพลงแล้วก็ไปนั่งเล่นอยู่นอกบ้านตอนเย็น ๆ ค่ะ” (ดาริน)

“ส่วนวิธีการควบคุมนะคะก็คือ จะเป็นการพักผ่อนอย่างเช่นตอนเย็นก็ถ้ามันไม่ไหว จริง ๆ ก็นอนเลยค่ะ แล้วก็ตั้งเวลาปลุกซัก 1-2 ชั่วโมงค่ะ แล้วค่อยลุกขึ้นมาทำงานเป็นการหาความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกายค่ะ เพราะว่าช่วงนี้จะเป็นการแข่งขันกีฬาก็เลยศึกษาความรู้เรื่องการออกกำลังกาย” (ดาริน)

“ควบคุมของหนูก็จะเป็นการนอนพักแล้วก็การแบ่งเวลาค่ะ” (ชะเอม)

“วิธีการควบคุมก็จะเป็นแบ่งเวลาในการทำงานนะคะ แล้วก็หยุดรับ รู้จักปฏิเสธ การรับงานที่เกินความสามารถของตนเองนะคะ” (มีคุณ)

“วิธีการควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรคของหนูนะคะก็คือ แบ่งเวลาชีวิตให้สมดุลทำงานที่สำคัญก่อน” (โปรดปราน)

“ส่วนวิธีการควบคุมของหนูนะคะก็คือ แบ่งเวลาในการทำงาน แล้วก็นอนพักผ่อนให้เพียงพอแล้วก็หาของหวานทานค่ะ” (ฮารุ)

“วิธีการควบคุมปัจจัยนะคะก็คือ แบ่งเวลาในการทำงานค่ะ แล้วก็นอนพักผ่อนให้เพียงพอ แล้วก็ผ่อนคลายให้กำลังใจตัวเองค่ะ” (ธัญยา)

“วิธีการควบคุมนะคะหนูจะควบคุมมันด้วยการแบ่ง การแบ่งเวลาค่ะ แล้วก็เป็นการวางแผนในการทำงานค่ะก็คือรอบนี้ก็คือ จะแบบจะวางแผนแบบว่าจะไม่ยืดหยุ่นให้กับตัวเองแล้วค่ะว่าแบบวันนี้แบบวันนี้ไม่ทำก็ได้ทำพุงนี้ก็ได้ก็คือ รอบนี้ก็คือเหมือนเด็ดขาดกับตัวเองมากขึ้นวันนี้ก็ต้องทำวันนี้ค่ะ” (จันทร์เจ้า) “วิธีการควบคุมปัจจัยก็ใช้อันเดิมค่ะ จะเป็นการนึกถึงผลดีหรือว่าผลเสียที่มันจะตามมาแล้วก็นึกถึงเป้าหมายในสิ่งที่เราจะทำให้สำเร็จค่ะ” (ซูใจ)

“แบ่งเวลาในการทำแต่ละอย่างค่ะ โดยที่แบบไม่ให้แต่ละอย่างคือ แบบเสียไปค่ะก็คือ มีการแบ่งเวลาในการทำงานค่ะ แล้วก็วิธีการควบคุมนะคะก็คือ ให้กำลังใจตนเองค่ะว่าเราทำได้ค่ะ เราทำได้เราทำสำเร็จค่ะก็คือ เหมือนแบบบางทีก็เหนื่อยแบบนี้ค่ะ เหนื่อยเวลาน้อยภาระงานเยอะก็คือ จะคอยให้กำลังใจตัวเองว่าเราทำได้ค่ะ ที่ผ่านมามีงานหนักกว่านี้เยอะกว่านี้ค่ะ เราก็ยังสามารถผ่านมันมาได้ในรอบนี้ เราก็ต้องผ่านไปได้เหมือนกันค่ะ” (ต้องตา)

นอกจากนั้นยังพบอุปสรรคของผู้ร่วมวิจัยคือ ขาดวินัยในตนเอง แต่ก็มีวิธีการควบคุม เช่น โปรดปรานสร้างเงื่อนไขกับตนเองว่าเมื่อทำงานเสร็จแล้วจะได้ไปเที่ยว เช่นเดียวกับพรชีวันควบคุมโดยแบ่งเวลาและเรียงลำดับความสำคัญของงาน

“อุปสรรคของหนูก็คือ ผัดวันประกันพรุ่งการควบคุมปัจจัยของหนูก็คือ หากำลังใจในการทำงานเช่นทำงานให้เสร็จไปเที่ยวได้” (โปรดปราน)

“อุปสรรคเงื่อนไขก็จะมีมากขึ้นก็เลยคะแล้วก็อุปสรรคมันจะเป็นความขึ้นลงขึ้นลึ่มคะ วิธีการควบคุมนะคะก็จะเป็นแบ่งเวลาในการทำงาน แล้วก็เรียงลำดับความสำคัญ” (พรชีวัน)

“แล้วก็ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคที่เกิดขึ้น เราขาดความมีวินัยคะ” (ยาหยี)

อย่างไรก็ตามผู้ร่วมวิจัยบางคนมีอุปสรรคต่อการพัฒนาคือ ปัญหาด้านสุขภาพ เช่น นัสดาวมีอาการปวดหัว แก้ไขปัญหาด้วยการไปพบแพทย์และแบ่งเวลาในการทำงาน อีกทั้งยังพบว่าบางคน ขาดการพักผ่อนที่เพียงพอทำให้มีปัญหาสุขภาพ ดังเช่นที่ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “อุปสรรคจะเป็นในเรื่องของการพักผ่อนคะ ช่วงนี้เดินทางบ่อยคะทำให้ตัวเองรู้สึกไม่สบายตัวคะ การควบคุมนะคะก็คือ จัดแจงเวลาในการพักผ่อนให้มากขึ้นคะ แล้วก็รักษาสุขภาพของตัวเองแบ่งเวลาคะ” (นัสดาว) รวมทั้งยังพบว่าเมื่อยาหยีพักผ่อนไม่เพียงพอจะส่งผลให้เธอรู้สึกไม่มีพลังในการทำงาน

“หนูบอกว่าแผนที่จะใช้หาที่นั่งทำงานใหม่ ๆ ไม่อดสู้อยู่ในห้อง พอตีว่า 2 วันที่ผ่านมานี้คะอุปสรรคคะหนูปวดหัวคะ หนูชอบปวดหัวในตอนเย็นแบบนี้คะ ความเหนื่อยแล้วมันก็ปวดหัวทำให้ข้อนี้ยังไม่ได้ใช้คะ...อุปสรรคนะคะก็คือความเหนื่อยล้าแล้วก็อาการปวดหัวคะ วิธีการควบคุมปัจจัยนะคะก็คือ การแบ่งเวลาในการทำงานคะ...หนูไปหาหมอแล้วหมอให้ยาคลายเครียดมาคะแล้วก็ยาแก้ปวดหลังมาคะหรือว่าถ้ากินยาคลายเครียดมันทำให้หนูนอนหลับไปเลยคะมันไม่ได้ทำงานคะก็เลยไม่ค่อยได้กินเท่าไรคะ” (นัสดาว)

“ปัจจัยที่ทำให้ไม่สำเร็จนะคะก็คือ ความขึ้นลงคะ พักผ่อนไม่เพียงพอคะ การพักผ่อน ไม่เพียงพอ แล้วมันทำในเวลาที่เราสอนแบบเราไม่มีพลังที่จะสอนเค้า (นักเรียน) แบบเราก็เหนื่อยล้า” (ยาหยี)

ขณะเดียวกันโมนามีอุปสรรคคือ การควบคุมชั้นเรียนโดยเธอได้เล่าถึงเหตุการณ์ว่าในขณะที่เธอกำลังสอน นักเรียนไม่ฟังและพูดคุยกันจึงทำให้เกิดความกังวล เพราะเป็นการนิเทศการสอน แต่เธอก็สามารถที่จะควบคุมโดยสอนให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้

“สิ่งที่เป็นอุปสรรคนะคะก็คือ สิ่งที่เราควบคุมไม่ได้ค่ะอย่างวันนี้ค่ะแล้วก็มันวุ่นวายมากเลยคะ แล้วก็ด้วยความที่เป็นเด็ก ป. 1 ด้วยคะมันก็จัดการยากหนูก็รู้สึกว่าหนูควบคุมชั้นเรียนได้ไม่ดีเท่าไรเลยคะ แผนที่แผนที่ใช้มาก็คือแผนที่วางไว้ก็คือ เหมือนมันล่าช้า ถ้าช้าลงไปอีกคะ เพราะว่าด้วยความที่เราควบคุมชั้นเรียนได้ไม่ดีมันก็เลยแบบทำให้ทุกอย่างมันช้าคะ วิธีการควบคุมนะคะก็คือ เราก็พยายามทำทุกอย่างให้เต็มที่คะ ณ ตอนนั้นแล้วก็อะไรที่เราควบคุมได้เราก็ควบคุมไปคะ ส่วนอะไรที่เราควบคุมไม่ได้ เราก็พยายามทำให้เต็มที่ที่สุดเท่าที่จะทำได้คะ ก็ไม่ต้องคิดมากคะแค่จัดการปัญหาดตรงนั้นให้ได้” (โมนา)

ส่วนเพียงขวัญมีอุปสรรคคือ การยึดติดกับความคิดแบบเดิม ๆ ของตนเอง แต่ก็สามารถแก้ไขอุปสรรคดังกล่าวได้ด้วยการนึกถึงผลที่ตามมา

“ส่วนอุปสรรคนะคะก็คือ การเอาความสะดวกของตัวเองคะ แล้วก็ยึดติดกับอะไรเดิม ๆ อันนี้เป็นอันใหม่ นะคะยึดติด ยึดติดกับอะไรเดิม ๆ ซึ่งวิธีการควบคุมนะคะหนูก็จะคิดถึงผลที่จะเกิดขึ้นตามมา” (เพียงขวัญ)

ขณะเดียวกันยังพบว่าพรชีวันมีอุปสรรคคือ การขาดความรอบคอบทำให้เธอทำกระเป๋าสตางค์หาย และไม่สามารถทำงานอื่น ๆ ได้อย่างเต็มที่ เพราะทำให้เธอรู้สึกเหนื่อยล้าทางใจจึงมาขอคำแนะนำจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่มให้ช่วยแลกเปลี่ยนวิธีการควบคุมอย่างไรที่จะไม่หลงลืม เพราะมีผลกระทบต่องานของเธอเป็นอย่างมาก ซึ่งก็มีเพื่อนในกลุ่มหลายคนได้แลกเปลี่ยน และเธอก็จะนำวิธีการที่ทุกคนเสนอไปลองทำตามเช่นเดียวกับโมนาที่พบอุปสรรคคือการขาดความรอบคอบในการทำงานเกี่ยวกับใบเสร็จและการกรอกข้อมูลของนักเรียนเข้าระบบส่งผลให้งานผิดพลาด แต่เธอก็มีวิธีการควบคุมอุปสรรคโดยการประเมินตนเองว่าผิดพลาดอย่างไรรับฟังเมื่อเพื่อนร่วมงานทักท้วงเธอจะรีบทำงานแก้ไขข้อผิดพลาดนั้นทันที

“แล้วก็มีอีกตัวหนึ่งความรอบคอบที่อุปสรรคที่มาใหม่คะ ยังไม่หาวิธีการควบคุมไม่ได้ ก็จะมาขอคำแนะนำจากเพื่อน ๆ เพราะว่าหนู หนูเพิ่งรู้แล้วก็เพิ่งสังเกตเลยคะว่าตัวเองเป็นคนขี้หลงขี้ลืมมาก เพราะว่ากระเป๋าดังค์หนูหายได้ 5-6 วันแล้วคะ” (พรชีวัน)

“นอกจากจะทำงานเกี่ยวกับใบเสร็จนะคะก็ได้ทำงานเกี่ยวกับการลงระบบข้อมูลนักเรียนด้วยคะ แล้วก็จะมีอุปสรรคที่เกิดขึ้นนะคะอันนี้เป็นอุปสรรคใหม่คะก็คือ เราไม่ได้สังเกต สิ่งต่าง ๆ ให้มันถี่ถ้วนนะคะมันก็เลยเกิดความผิดพลาดขึ้นมานิดนึง แต่ว่าก็ไม่ได้เสียหายอะไรคะ เพราะว่า มีคนมาบอกว่าตรงนี้เรายังไม่ได้ทำนะคะก็แก้ไขได้ทันทีคะ ส่วนวิธีการควบคุมนะคะรีบแก้ไขคะเมื่อเรารู้ตัว” (โมนา)

ขณะเดียวกันยังพบอุปสรรคคือ ขาดความมั่นใจในตนเอง กล่าวคือ ชูใจได้รับคำพูดที่บั่นทอนกำลังใจจากเพื่อนร่วมงานทำให้เธอขาดความมั่นใจและรู้สึกกลัวกับการทำงานที่เธอไม่มีประสบการณ์ แต่ก็มีวิธีการควบคุมอุปสรรคดังกล่าวโดยการเปิดใจรับฟังและประเมินตนเองทั้งสิ่งที่ทำได้ดีและไม่ดีเพื่อนำมาปรับปรุงให้ดีขึ้น ส่วนมีคุณไม่กล้า ขาดความมั่นใจในตนเอง ซึ่งเขาใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคโดยการปฏิเสธการรับงานที่เขาไม่ถนัด

“สำหรับอุปสรรคนะคะก็คือจะเป็นการถูกตัดความมั่นใจแล้วก็ความกลัวค่ะ การควบคุมก็ใช้ตามแผนนะคะก็คือ รับฟังเหตุผลว่าเราทำอะไรดีหรือไม่ดี แล้วก็ทบทวนกับตัวเองว่าจะทำต่อไปได้ไหม ค่ะก็มีการประเมินกับตัวเองด้วย” (ชูใจ)

“อุปสรรคนะครับคือ ความไม่กล้า ความไม่มั่นใจในตนเองครับ วิธีการควบคุมอุปสรรคก็หยุดรับรู้จักปฏิเสธนะครับการรับงานที่เกินความสามารถของตนเอง” (มีคุณ)

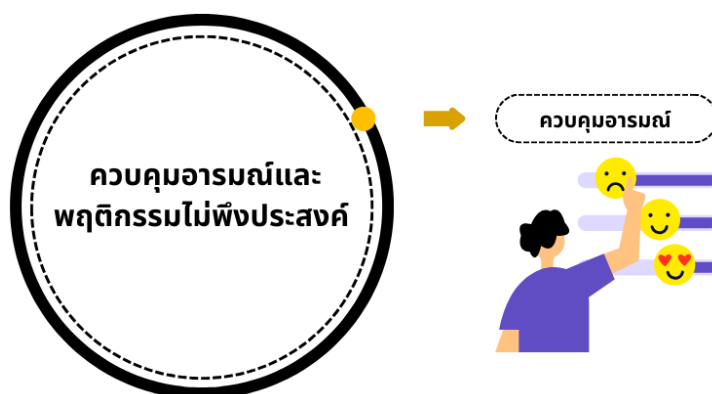
อย่างไรก็ตามแม้ว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่จะพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่มีผู้ร่วมวิจัยหนึ่งคนพบว่า อุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมนั้นส่งเสริมให้เขาพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองได้ดีมากยิ่งขึ้นกล่าวคือ เมอแตมมีภาระงานทั้งการออกงานศิลปหัตถกรรมและการสอบธรรมะ ซึ่งภาระงานที่เพิ่มเข้ามาอย่างต่อเนื่องส่งผลให้เขามีความกระตือรือร้นมากขึ้นจึงถือว่าไม่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาความกระตือรือร้น

“อุปสรรคยังไม่เกิดขึ้นครับมันเป็นผลดีด้วยซ้ำในรอบอาทิตย์นี้ทำการออกงานราชินีจะเป็นการออกงานศิลปหัตถกรรมครับ แล้วก็การทำงานมีการสอบธรรมะนะครับเป็นผลดีให้เกิดความกระตือรือร้นในตัวของผมครับ เมื่อเรามีงานแล้วก็ไปใช้แผนที่เราต้องทำตอนนี้ อะไรแบบนี้ครับแล้วก็ทำงานให้สำเร็จ” (เมอแตม)

2.3 ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

2.3.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสรุปประเด็นหลักได้ 1 กิจกรรม คือ ควบคุมอารมณ์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 24 แผนควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ วงรอบที่ 2

1) ควบคุมอารมณ์

จากการวิเคราะห์หัตถิกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยได้พัฒนาการควบคุมอารมณ์ผ่านกลยุทธ์การกำกับตนเองอย่างมีสติ เช่น พรชีวันเน้นการควบคุมสีหน้า น้ำเสียง และการแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการ “ยิ้มอย่างจริงใจ” และใช้ “น้ำเสียงที่น่าฟัง” เพื่อป้องกันการตอบสนองในเชิงลบต่อพฤติกรรมของนักเรียน ขณะที่มิคุณใช้การ “ฝึกสมาธิ” เป็นเครื่องมือในการควบคุมจิตใจ เพื่อรับมือกับปัญหาในชั้นเรียนอย่างมีสติ เช่นเดียวกับเมอแตม เลือกใช้วิธี “นิ่งและเงียบ” แทนการตอบโต้เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่นักเรียนไม่ตั้งใจเรียน โดยอาศัยการควบคุมสีหน้าและการขอให้นักเรียนกลับมามีสมาธิเอง ส่วนทิวานำวิธี “หายใจเข้าลึก ๆ และนับ 1-10” มาใช้เพื่อระงับอารมณ์ในสถานการณ์ที่กดดัน

“การกำกับตนเองค่ะแผนที่ใช้นะคะก็คือ ยิ้มอย่างจริงใจค่ะ ควบคุมสีหน้าให้ยิ่งมากขึ้น ใช้น้ำเสียงที่น่าฟังไม่ตะคอกหรือว่ากระแทกเสียงค่ะ” (พรชีวัน)

“ฝึกทำสมาธินะคะครับคือ ควบคุมจิตใจตนเองนะคะนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหานั้นครับก็มีสติมีสมาธิมากขึ้นนะคะ” (มิคุณ)

“เวลาที่แบบเด็กน้อย (นักเรียน) เสียงดังมาก ๆ คุยกันเวลาที่เรากำลังสอนแบบเนี้ยครับ ผมก็จะพยายามควบคุมอารมณ์ตัวเองไม่ให้แสดงสีหน้าหงุดหงิด แล้วก็หยุดสอน แบบหยุดพูดก่อน นิ่ง ๆ เหมือนรอให้เค้าเงียบ แล้วพอเราเงียบเหมือนเค้าเองก็รู้ตัวเค้าก็จะหยุด โดยที่เราคือแบบไม่ต้องตะโกนแข่งกับเด็ก” (เมอแตม)

“วันไหนที่งานเยอะแล้วเหนื่อยมาก ๆ แบบเนี้ยค่ะ แล้วต้องมาสอน แล้วยิ่งเจอเด็กที่เสียงดังไม่ตั้งใจเรียน หนูก็จะพยายามหายใจเข้าลึก ๆ นับ 1-10 ในใจ พยายามพูดด้วยเสียงที่นุ่มนวล ไม่ชักสีหน้าไม่พอใจใส่เด็กแบบเหมือนจะกินหัวเด็กแบบเนี้ยค่ะ” (ทิวา)

2.3.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ ได้แก่ บุคคลที่มีพลังลบ ความเหนื่อยล้า และความเจ็บป่วย ซึ่งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนเมื่อนำแผนการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไปใช้จริง พบอุปสรรค คือ บุคคลรอบข้างมีพลังลบทำให้เธอไม่สามารถดำเนินกิจกรรมตามแผนได้ แม้ว่าจะพยายามพูดด้วยน้ำเสียงที่อ่อนโยน แต่ก็ไม่สามารถทำได้

“หนูได้เริ่มใช้เมื่อวันศุกร์ที่แล้วค่ะหลังจากกิจกรรมจุดแข็งเลยคะที่หนูได้ใช้ แต่ว่าเมื่อวันศุกร์หนูยังทำในสิ่งในแผนที่หนูวางไว้ไม่ได้เลยคะไม่ได้แบบไม่ได้มาก ๆ ค่ะ เพราะว่าหนูเจอปัญหาคะเจอปัญหาที่มันค่อนข้างใหญ่ แล้วที่หนูวางแผนไว้ว่าหนูจะปรับเปลี่ยนสีหน้าเมื่อตัวเองรู้สึกไม่โอเค แต่หนูทำไม่ได้คะแล้วก็พฤติกรรมที่หนูจะพูดด้วยน้ำเสียงอ่อนโยนหนูก็ทำไม่ได้ แล้วหนูก็ไม่ยิ้มทั้งวันเลยคะ แล้วก็ไม่กล้าตั้งเป้าหมายเลยคะ เพราะว่าผิดหวัง” (กานต์แก้ว)

“ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคนะคะก็คือมีความเหนื่อยล้าความเจ็บป่วยแล้วก็บุคคลอื่นคะ” (พรชีวัน)

อย่างไรก็ตามแม้ผู้ร่วมวิจัยจะมีอุปสรรค แต่ก็มีวิธีการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้ดี เช่น ทำกิจกรรมที่ตนเองชอบ พูดคุยกับบุคคลที่ทำให้สบายใจ นึกถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้น หนึ่งในวิธีการที่ใช้ในการควบคุมอุปสรรคของผู้ร่วมวิจัย เช่น กานต์แก้ว วางแผนพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านการกำกับตนเอง ปัญญาเชิงสังคม และความหวัง ซึ่งได้พัฒนาเฉพาะด้านการกำกับตนเอง แต่ได้นำวิธีการควบคุมอุปสรรคด้านปัญญาเชิงสังคมและความหวังมาใช้ร่วมด้วยคือ วิธีการพูดคุยกับบุคคลที่ทำให้ตนเองสบายใจ

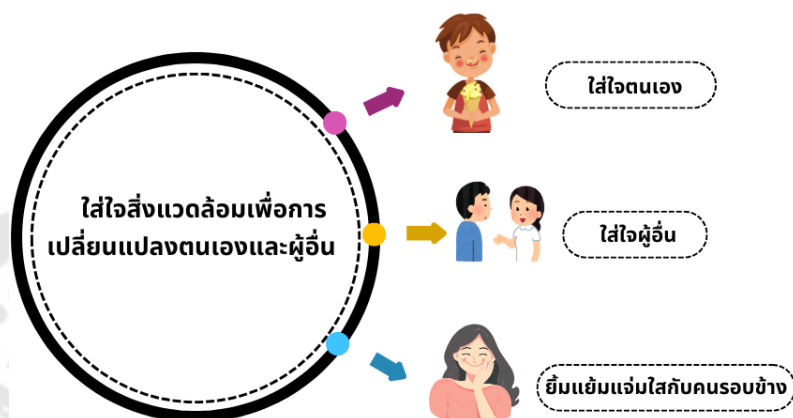
“วิธีการควบคุมนะคะก็คือ นึกถึงตัวบุคคลที่เกี่ยวข้องคะเช่นนักเรียนหรือว่าบุคคลอื่นที่ได้รับผลกระทบจากเราคะ มีความสุขกับสิ่งที่ทำให้มาก หาวิธีผ่อนคลายคะหรือว่ากิจกรรมที่เราชอบคะ แล้วก็พูดคุยกับคนที่สบายใจ” (พรชีวัน)

“ปัญญาเชิงสังคม...ยังไม่ได้ใช้คะ แต่ว่าวิธีการควบคุมของปัญญาเชิงสังคม แล้วก็ความหวังได้นำมาใช้ร่วมกับการกำกับตนเองคะ...วิธีการควบคุมที่หนูตั้งไว้ก็คือได้ใช้แทบทุกอันเลยคะไม่ว่าจะเป็นพูดคุยกับคนที่พลังบวก หลีกเลี้ยงผู้คนเมื่อเจอปัญหาแล้วก็พูดคุยและอยู่กับคนที่เราสบายใจคะ” (กานต์แก้ว)

2.4 ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

2.4.1 กิจกรรมและการปฏิบัติ

รายละเอียดกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสรุปได้ 3 กิจกรรมหลัก ได้แก่ 1) ใส่ใจตนเอง 2) ใส่ใจผู้อื่น และ 3) ยึดมั่นแจ่มใสกับคนรอบข้าง ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 25 แผนใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น วงรอบที่ 2

1) ใส่ใจตนเอง

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีการใส่ใจตนเองผ่านการดูแลจิตใจ เช่น ชะเอมสะท้อนถึงการใช้ครอบครัวเป็นทรัพยากรภายนอกในการเยียวยาความเหนื่อยล้า โดยกล่าวว่า “กลับมาเจอแค่คนในครอบครัวก็รู้สึกมีความสุขแล้ว” แสดงให้เห็นถึงบทบาทของความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ช่วยฟื้นฟูพลังใจ ในขณะที่ต้องเผชิญการใช้กลยุทธ์การให้รางวัลตนเอง เช่น การรับประทานอาหารที่ชอบหลังจากทำงานสำเร็จ ซึ่งช่วยสร้างแรงจูงใจ ส่วนยาหยีใช้ทั้งทรัพยากรภายใน ได้แก่ การพูดคุยกับตนเองเชิงบวก และทรัพยากรภายนอก เช่น รอยยิ้มของนักเรียนและความหวังในครอบครัว เพื่อเสริมสร้างพลังใจในการรับมือกับภาระงานหนัก

“การเจอหน้าคนในครอบครัวตัวนี้หนูก็ ก็เห็นว่าหนูเหนื่อย ๆ หนูกลับมาเจอแค่คนในครอบครัวก็รู้สึกมีความสุขแล้ว” (ชะเอม)

“เวลาเหนื่อยหนูก็มีกินขนมไข่มุกอาทิตย์ละ 2 ครั้ง แบบไม่ได้กินทุกวันแบบเนี่ยะมันจะอ้วน ก็ให้รางวัลตัวเองบ้างอย่างเช่นเวลาที่ทำอะไรสำเร็จก็จะไปกินหมูกระทะคะ” (ต๋องตา)

“เวลาที่ท้อหรือเหนื่อยมาก ๆ ทั้งงานสอนทั้งงานนักศึกษาทุน ทั้งอบรมก็จะบอกตัวเองคุยกับตัวเอง เหมือนให้กำลังใจตัวเองค่ะว่า เดี่ยวมันก็ผ่านไปได้เหมือนที่เราเคยผ่านมาได้ตลอด นึกกว่านี้เราก็ก่อนมาได้ เราไม่ได้สู้คนเดียวมีเพื่อน ๆ หลายคนก็สู้เหมือนกัน แล้วอีกอย่างหนึ่งหนูจะนึกถึงรอยยิ้มของนักเรียนนะคะ เหมือนเวลาที่เราสอนไปแล้วเค้าเข้าใจที่เราสอนก็มีกำลังใจที่ทำให้หนูอยากเป็นครู แล้วก็อีกอย่างที่หนูนึกถึงก็จะเป็นครอบครัวด้วยค่ะ ถ้าหนูเรียนจบได้เป็นครู ครอบครัวก็จะอยู่สบายมากขึ้น ก็ทำให้มีกำลังใจเพิ่มขึ้นมาสู้ต่อได้ค่ะ” (ยาหยี)

2) ใส่ใจผู้อื่น

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยแสดงพฤติกรรมที่สะท้อนถึงการใส่ใจผู้อื่นผ่านการรับฟัง การสังเกต และการตอบสนองอย่างเหมาะสมต่อความต้องการของผู้อื่น โดยพริ้มใช้แผนการพัฒนาคัดค้านด้านความรัก ผ่านการเปิดใจรับฟังนักเรียนอย่างไม่ตัดสิน ให้โอกาสนักเรียนอธิบายเหตุผลก่อนตัดสินพฤติกรรม ซึ่งสะท้อนถึงการให้คุณค่าต่อผู้อื่นและสร้างความเข้าใจร่วมกัน ต้องตาแสดงความใส่ใจผ่านการแสดงความขอบคุณทั้งต่อเพื่อนร่วมงานที่ให้กำลังใจ และต่อนักเรียนที่ตั้งใจเรียน รวมถึงการชื่นชมเพื่อเสริมสร้างกำลังใจ มีคุณแสดงพฤติกรรมการใส่ใจผู้อื่นผ่านการสังเกตภาษากายและอารมณ์ของนักเรียน โดยเฉพาะนักเรียนที่ไม่กล้าถามในชั้นเรียน และเลือกเข้าไปพูดคุยเป็นรายบุคคลเพื่อช่วยทำให้เกิดความเข้าใจ ขณะที่นับดาวให้ความสำคัญกับความพร้อมในการเรียนรู้ของนักเรียน โดยสังเกตว่านักเรียนง่วงหลังพักกลางวันจึงปรับเปลี่ยนกิจกรรมเพื่อให้พวกเขากลับมามีสมาธิและพร้อมเรียนรู้

“หนูนะคะจะพัฒนาคัดค้านด้านความรักค่ะ หนูได้พัฒนาคะก็คือ แผนที่ใช้คือการเปิดใจรับฟังอย่างทั่วถึงมองเห็นผลที่เค้า (นักเรียน) กระทำค่ะ...รับฟังเค้าโดยที่เราไม่ตัดสินไปก่อนว่าเค้าทำผิดจะถามเหตุผลก่อนว่า เพราะอะไรเค้าถึงทำแบบนี้ ให้เค้าอธิบายเหตุผลก่อนค่ะ เช่นเวลานักเรียนทะเลาะกันแบบเนี่ยค่ะ หนูก็จะเรียกทั้งคู่มาคุยจนกรอบว่ามีสาเหตุมาจากอะไร ค่อย ๆ รับฟังอย่างใจเย็นค่ะ” (พริ้ม)

“ขอบคุณผู้อื่นค่ะเมื่อเค้าให้กำลังใจค่ะ แล้วก็คอยช่วยเหลือ แล้วก็ขอบคุณนักเรียนค่ะ เมื่อนักเรียนตั้งใจเรียน มีการชื่นชมนักเรียนค่ะ” (ต้องตา)

“ผมจะสังเกตสีหน้าหรือว่าท่าทางของนักเรียนครับ เหมือนแบบใครที่ถามแล้วเค้าตอบไม่ได้เหมือนไม่เข้าใจแบบเนี้ยก็จะเข้าไปถามเค้าเป็นการส่วนตัว เพราะว่าเด็กบางคนเค้าจะอายแล้วก็ไม่กล้ายกมือถามในห้องเวลาที่ครูถามว่าใครมีข้อสงสัยอะไรไหม” (มีคุณ)

“เวลาสอนหนูจะสังเกตเด็กค่ะ ถ้าแบบช่วงบ่ายที่เค้าเพิ่งกินข้าวเสร็จ บางคนก็จะง่วงนอน หนูก็จะเปลี่ยนกิจกรรมให้เค้าได้เคลื่อนไหวซัก 5 นาที หรือมีเกมสนุก ๆ ค่ะ เค้าจะได้กลับสดชื่นพร้อมเรียนรู้” (นับดาว)

3) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับคนรอบข้าง

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า การสร้างบรรยากาศเชิงบวกผ่านรอยยิ้ม และอารมณ์ขันเป็นกลยุทธ์สำคัญที่ผู้ร่วมวิจัยนำมาใช้เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นในโรงเรียน เช่น โปรดปรานแสดงออกผ่านการยิ้มให้มากขึ้นและพูดคุยอย่างเป็นมิตรกับทั้งนักเรียน และเพื่อนร่วมงาน ขณะที่จันทร์เจ้าเลือกใช้การยิ้มทักทายนักเรียนทุกครั้งที่เข้าห้องเรียน ส่งผลให้นักเรียนตอบรับด้วยรอยยิ้มและช่วยลดความตึงเครียดในชั้นเรียน ถนมนใช้วิธีทักทาย สร้างรอยยิ้ม และเล่นมุขตลกระหว่างกิจกรรมร่วมกับเพื่อนร่วมงานและนักเรียน ส่วนเพียงขวัญและพรชีวันเน้นการใช้มุขตลก อารมณ์ขัน และการชวนคุย เพื่อกระตุ้นบรรยากาศที่เป็นกันเองและสร้างรอยยิ้ม

“ก็จะเป็นการยิ้มให้มากขึ้นพูดคุยเป็นมิตรกับคนอื่นทั้งนักเรียนและก็ครูในโรงเรียนค่ะ” (โปรดปราน)

“ทุกครั้งที่เข้าห้องสอน หนูก็จะยิ้มแย้มทักทายนักเรียนเสมอค่ะ แล้วนักเรียนก็จะยิ้มตอบกลับมาค่ะ ก็ทำให้บรรยากาศในห้องเรียนดู ดูแบบไม่ตึง ไม่เครียด” (จันทร์เจ้า)

“ของหนูนะคะก็จะยิ้มแย้ม ทักทาย ทั้งกับนักเรียนแล้วก็คณะครูค่ะ เวลาที่มีการทำกิจกรรมร่วมกันกับนักเรียนและพี่ ๆ คุณครูในโรงเรียนคะ หนูก็จะสร้างรอยยิ้มค่ะ เล่นมุขตลกให้เค้าหัวเราะแบบเนี้ยค่ะ” (ถนมน)

“หนูก็ยิ้มแย้ม เล่นมุขตลกกับเด็กและครูค่ะ แล้วพอหนูเล่นมุขแล้วมีอารมณ์ขันแบบเนี้ยค่ะ ก็ทำให้คนที่เราเล่นมุขไปด้วยมีรอยยิ้มค่ะ” (เพียงขวัญ)

“ส่วนอารมณ์ขันแผนที่ใช้จะมียิ้มหัวเราะ รู้จักชวนคุยก่อน” (พรชีวัน)

2.4.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัย ได้แก่ อารมณ์ นักเรียน ภาระงาน ความเหนื่อยล้า การแสดงกิริยาท่าทางและสีหน้าที่ไม่ดีต่อกัน เช่น หากนักเรียนแสดงพฤติกรรมไม่น่ารัก พูดคำหยาบคายจะทำให้พริ้มไม่เอ็นดูนักเรียนส่งผลให้เธออารมณ์ไม่ดี ส่วนโปรดปรานพบอุปสรรคคือ ความเหนื่อยล้าจากภาระงานทำให้เธอทำหน้านิ่งไม่ค่อยพูดคุยกับผู้อื่น ในขณะที่ต้องตาพบอุปสรรคคือ ภาระงานมากทำให้เกิดความเหนื่อยล้าและส่งผลให้มีปัญหาใน

การบริหารเวลา อย่างไรก็ตามณมนพบว่า เพื่อนร่วมงานแสดงกิริยาท่าทางและแสดงสีหน้าที่ไม่ดีต่อกัน ส่วนพรชีวันพบอุปสรรคคือ ความเหนื่อยล้าและบุคคลอื่น ๆ หนึ่งส่วนใหญ่พบว่า อุปสรรคที่เกิดขึ้นต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ แผนที่ยาวไว้ ส่วนใหญ่ไม่ได้นำไปใช้ทั้งหมด เพราะมีกิจกรรมที่ค่อนข้างเยอะและมีวันหยุดหลายวัน

“ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคนะคะก็จะเป็นอารมณ์หนูนี้ล่ะค่ะ ถ้าเค้ามาแบบไม่น่ารักอารมณ์หนูก็จะไม่ดีค่ะ แล้วก็อุปสรรคอีกอย่างหนึ่งคือ ตัวเค้าเองคะตัวนักเรียนเองที่เป็นอุปสรรคใหม่” (พริ้ม)

“ส่วนอุปสรรคก็จะเป็นความเหนื่อยจากภาระงานทำหน้านี้ไม่ค่อยพูดคุยกับคนอื่นคะเวลาเหนื่อย” (โปรดปราน)

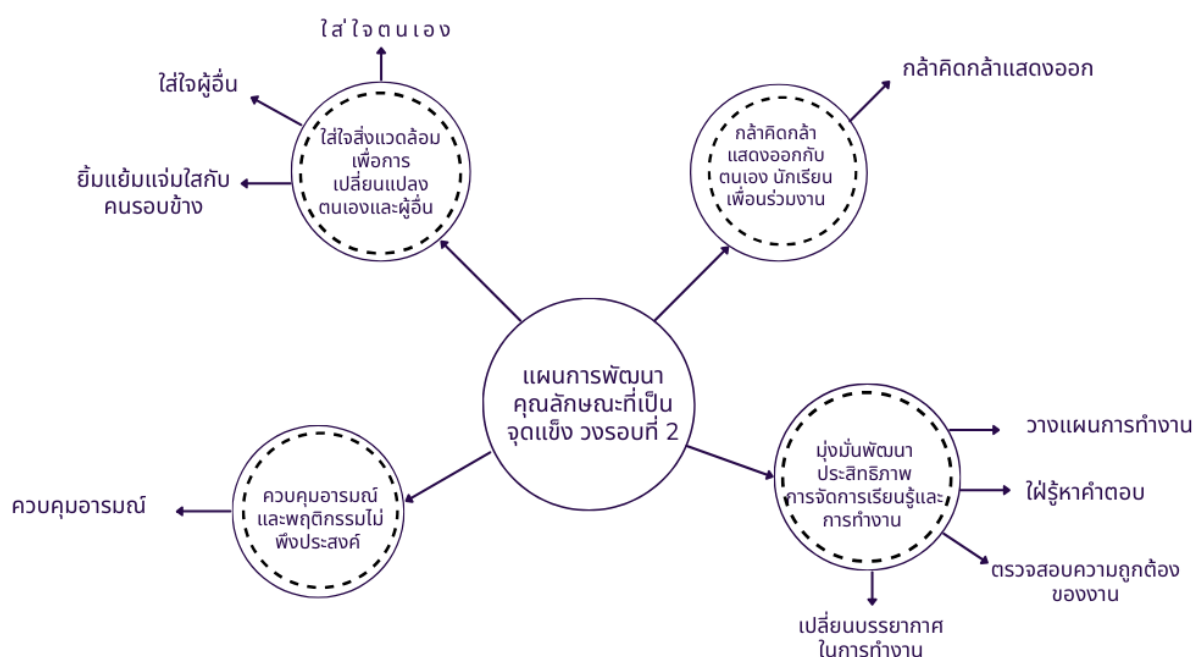
อย่างไรก็ตามแม้ว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่จะพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่ก็มีวิธีการควบคุมอุปสรรคคือ ให้กำลังใจตนเองด้วยการพูดว่า “เราทำได้ที่ผ่านมางานหนักกว่านี้” และพบว่ารู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและพาตนเองออกมาจากสถานการณ์ที่ไม่สบายใจนั้นได้ ผู้ร่วมวิจัยบางคนคุมอารมณ์ให้ตนเองใจเย็น นอกจากนั้นบางคนยังใช้วิธีการพูดคุยกับผู้อื่นด้วยคำพูดที่ทำให้ผู้อื่นรู้สึกดี ขณะที่บางคนเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ตึงเครียดจะเปลี่ยนเรื่องพูดคุยและสร้างสถานการณ์ที่ผ่อนคลาย มีบางคนควบคุมด้วยการเปลี่ยนมุมมองความคิดว่าอุปสรรคทำให้ตนเองเป็นคนที่ยิ่งขึ้น หากบางครั้งคิดในด้านลบก็จะปล่อยวาง

“วิธีการควบคุมของหนูนะคะก็คือ รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองคะใจเย็นมากขึ้น แล้วก็เดินหนีออกไปหรือว่าเดินออกไปจากเค้าคะอันนี้ก็คือจะสามารถควบคุมได้ทั้งอารมณ์แล้วก็ตัวเด็กคนนั้นด้วยคะ” (พริ้ม)

“การควบคุมก็คือ ทำให้ตนเองมีความสุขในการพูดกับตนเองและคนอื่นด้วยพลังบวกคะ” (โปรดปราน)

“สิ่งที่ยังเป็นอุปสรรคนะคะก็จะเป็นการแสดงกิริยาท่าทางไม่ดีใส่กันคะ ก็อาจจะมีแสดงสีหน้าใส่กันบ้าง วิธีการควบคุมของหนูนะคะก็หนูกล้าจะมีการสร้างสถานการณ์โดยการเปลี่ยนเรื่องที่จะคุยกับเค้าหรือว่าจะเป็นเรื่องซ้ำ ๆ หรือว่าแบบชวนกันไปกินหมูกระทะใหม่” (ณมน)

“ควบคุมก็จะเป็นการเปลี่ยนความคิดคะ แล้วก็คิดว่ามันเป็นสิ่งที่ทำให้เราเนี่ยเป็นคนเก่งขึ้นแล้วก็ทำให้เราไม่เกิดอะไรนะคะ ทำให้เราไม่สบายใจสบายกายคะ ถ้าเกิดเราคิดถึงในด้านลบแล้วก็ไม่สนใจแล้วก็ปล่อยวางคะ” (เชเมม)



ภาพประกอบ 26 สรุปแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 2

3. การสะท้อนผลการปฏิบัติ

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติหลังจากการใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล โดยสะท้อนกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยนำไปปฏิบัติสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน รวมทั้งผลลัพธ์จากการทำกิจกรรม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

3.1 การบรรลุเป้าหมาย ดังรายละเอียดในตาราง 9

ตาราง 9 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนวงรอบที่ 2

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
1	กระฉับ กระเฉง มีชีวิตชีวา ขณะสอน	“ผลที่เกิดขึ้นก็คือ มันทำให้หนูทำงานได้เร็วมากขึ้นก็คือ ช่วงเนี้ยคะจะมีงานผ้าป่าโรงเรียนคะ ซึ่งเห็นแบบอย่างที่ดีจาก คณะครูทุกคนคะว่าพี่ ๆ เค้าจะช่วยกันทำงานคะ ไม่ว่าจะทำ สลาก ล้างไห หรือว่าไปฎีกาผ้าป่าก็คือ พี่เค้าจะทำงานไวมาก ค่ะ แล้วก็เลยทำให้หนูจะได้ไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมแบบนั้นก็เลยทำให้หนูทำงานได้เร็วขึ้นแล้ว บางทีก็ ก็ติดนิสัยและบางทีก็จะใจร้อนบ้างนิดหน่อยคะ เวลาที่แบบว่าต้องการที่จะได้ผลงานจาก

ตาราง 9 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		เพื่อน ๆ หรือว่าจะนักเรียน แล้วก็อีกอย่างนะคะก็คือ ผลที่เกิดขึ้นทำให้หนูจากที่หนูมองโลกในแง่ดีค่ะ มันทำให้หนูไม่คิดมากเรื่องที่หนูกังวลใจก็คือ อย่างเช่นเรื่องที่จะได้รับหน้าที่เป็นพิธีกรในงานผ้าป่า ซึ่งหนูคิดว่ามันก็ทางการมาก ๆ ค่ะก็ยังไม่เคยทำ แต่ว่าก็อยากที่จะลองทำเพื่อให้มีประสบการณ์ด้วยค่ะ” (ซูใจ) “ผลที่เกิดขึ้นจากการวางแผนก็คือ มีความกระตือรือร้นในการทำงานมากขึ้น แล้วก็ในการทำงานนะครบทำงานได้สำเร็จตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ครับ” (เมอแตม) “ผลที่เกิดขึ้นนะคะมีความกระตือรือร้นในการสอนเพื่อให้เกิดการตื่นตัวของนักเรียนในชั้นเรียนค่ะ” (ยาหยิ)
2	ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์	“ผลที่เกิดขึ้นก็คือ หนูรู้สึกว่ามันมีปัญหากับคนรอบข้างค่ะ หนูรู้สึกว่าคนรอบข้างก็ไม่โอเคที่เห็นหนูเป็นแบบนี้ หนูก็เลยกลับมาคิดกับตัวเองค่ะว่า บางทีการที่เราแสดงออกไปแบบนี้เค้าอาจจะไม่โอเคก็ได้ หนูก็เลยไปอยู่กับคนที่เราสบายใจค่ะ พูดคุยด้วยแล้วเราสบายใจค่ะ พอกลับมาวันจันทร์ค่ะ ก็คือ ครั้งนี้หนูรู้สึกว่าถึงแม้ว่าข้างในหนูจะยังไม่โอเค แต่หนูมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีมากขึ้นค่ะ หนูไม่แสดงสีหน้าว่าตัวเองไม่โอเคแล้วหนูก็พยายามยิ้มค่ะ ไม่หลีกหนีปัญหาค่ะ จากที่ประเมินตนเองนะคะหนูรู้สึกว่า เวลาหนูได้ยินคนรอบข้างที่ไม่ดีหนูปล่อยวางมากขึ้นค่ะ แล้วก็บังคับตัวเองในการแสดงออกทางพฤติกรรมที่ไม่ดีค่ะ แต่ว่าหนูยังไม่กล้าตั้งความหวังค่ะ เพราะว่ารู้สึกว่าการผิดหวังมันเจ็บปวดเกินไปค่ะ” (กานต์แก้ว) “ผลที่เกิดขึ้นนะคะนักเรียนและบุคคลอื่น ๆ ค่ะกล้าเข้าหาเรากล้าพูดคุยกับเรา...การประเมินในด้านการกำกับอารมณ์นะคะก็คือ หน้าตาของตนเองนะคะเรารู้จักเท่าทัน ควบคุมความรู้สึกได้ดีกับสถานการณ์ต่าง ๆ ค่ะ มีความสุขสบายใจกับสิ่งที่ทำค่ะ สำหรับตัวนักเรียนนะคะก็คือ นักเรียนกล้าเข้าหาพูดคุยแล้วก็นั่งชมครูค่ะ ว่าครูยิ้มมากขึ้น ไม่ทำหน้านิ่งไม่เสียงดังหรือว่าตะคอกเสียงใส่เมื่อก่อนค่ะ” (พรชีวัน)

ตาราง 9 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
3	ออกแบบและทดลองใช้การสอน รูปแบบใหม่	“สำหรับประเมินผลตัวเองนะคะก็รู้สึกว่าคุณเองมีการวางแผนในการทำสื่อมากขึ้นค่ะ มีความรอบคอบในการจัดแจงเวลาในการทำงานของโรงเรียนมากขึ้นค่ะ...แล้วก็รู้สึกว่านักเรียนมีความชอบมากขึ้นค่ะ เพราะว่าได้ถามนักเรียน นักเรียนบอกว่าอยากให้ครูทำสื่อตัวนี้อีกค่ะ หนูก็เลยคิดว่าถ้าทำแบบนี้มาอีกมัน มันค่อนข้างเปลืองกระดาษก็เลยคิดว่าจะทำเป็นไว้นิล แล้วก็ติดเปลี่ยนเป็นดินตึกแกะคะ...มีครูพี่เลี้ยงชื่นชมมาคะ แต่ว่าก็มีการแนะนำคะว่าถ้าไปใช้กับเด็กเล็กควรจะเป็นกระดาษแบบไหนหรือว่าใช้อย่างอื่นแทน เพราะว่าพอเอาไปวันแรกคะก็คือละเลย พังเลยคะ” (เทียนหอม) “สื่อที่หนูทำมันเป็นสื่อนิทานคะเป็นชื่อของเด็กหนูหยิบเอาตัวเด็กมาคะ แล้วก็เด็กคนอื่นก็เห็นว่ามี มีเพื่อนคนนั้นจะเป็นตัวละครในหนังสือ เด็กอยากมีของตัวเองด้วยคะเหมือนเหมือนเค้าเป็นตัวการ์ตูนตัวนิทาน” (ชะเอม) “ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือ มีนวัตกรรมที่หลากหลายคะ เช่น ใบงานบันไดงูนะคะ ตอนแรกหนูก็จะให้นักเรียนเขียนเรียงธรรมชาติคะ แต่ที่นี้หนูก็เลยไปค้นหาว่าทำยังไงให้มันแปลกใหม่ แล้วก็นักเรียนมีความน่าสนใจ หนูก็เลยคิดเป็นบันไดงูคะ แล้วก็ให้มันให้มันเค้าเรียกว่าให้มันเลื้อยตามตัวงูคะ เขียนตั้งแต่กอไก่ถึงฮอนกฮูกแล้วก็มี A-Z ค่ะ” (ฮารุ) “ประเมินตนเองนะคะก็คือ มีสื่อที่หลากหลายตรงกับเนื้อหาที่จะสอนมากขึ้นคะ แล้วก็อันนี้ถามนักเรียนว่าในการที่ครูพานักเรียนออกไปนอกห้องเรียน นักเรียนสนุกไหมคะ แล้วก็สื่อนักเรียนสนุกไหมคะ นักเรียนก็บอกว่าสนุกคะน่าเรียนมากขึ้นคะ” (ธัญญา) “ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็ได้ลงมือในการปฏิบัติหาแนวทางการทำสื่อจากเพจ Facebook ต่าง ๆ ค่ะ แล้วก็เอามาใช้ทำสื่อแล้วก็ทำ

ตาราง 9 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		สื่อไปใช้ เอาไปสอนกับนักเรียนจะทำให้การเรียนในห้องแตกต่างจากเดิมค่ะ เพราะว่าแต่ก่อนหนูจะให้นักเรียนเรียนโดยผ่าน PowerPoint ค่ะ แล้วก็ทำกิจกรรมก็จะผ่านแบบนั้นค่ะ แต่ว่ายังไม่มีสื่อที่เป็นแบบสื่อทำมือหรือว่าให้นักเรียนทำกิจกรรมแบบนี้ค่ะ หนูได้ประทับใจให้นักเรียนทำสื่อ ให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมได้เล่นเกมมากขึ้นค่ะ” (นับดาว) “ช่วงเวลาที่หนูทำสื่อค่ะแบบเด็กชั้นอื่นมาเล่นแบบนี้ค่ะเค้าเห็นหนูทำแล้วเค้าก็ถามว่าครูทำอะไรคะแบบเอามาเล่นสื่อแบบนี้ค่ะ เค้าเห็นสื่อน่ารักแบบนี้ค่ะหนูก็ทำไป เด็กที่มาเล่นค่ะเด็กในห้องหนูก็แบบเวลาหนูทำสื่อ หนูสอนเค้าเสร็จเวลาเด็กที่ทำงานเสร็จแล้วค่ะ ก็จะมาดูหนูทำสื่อแบบนี้ค่ะ” (ยาหยี)
4	กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ทำให้ตนเองเกิดภาวะความเป็นผู้นำมากขึ้นค่ะ การกล้าพูดกล้าแสดงออกมากยิ่งขึ้นค่ะ นักเรียนก็รู้สึกชอบค่ะ ถ้ามีการจัดกิจกรรมแล้วหนูก็ได้เป็นผู้นำในการทำกิจกรรมค่ะ” (เทียนหอม) “การประเมินนะคะก็คือหนูได้ หนูคิดว่าหนูได้รู้จักแล้วก็ได้พูดคุยกับครูในโรงเรียนมากขึ้นค่ะ จากที่เมื่อก่อนจะนั่งอยู่เฉย ๆ แล้วเค้าเจียบหนูก็เจียบ หนูก็พูดกล้าถามกล้าชวนกินนู่นกินนี่ แล้วก็กล้าแสดงความคิดเห็นตัวเองมากขึ้นค่ะ” (ปัสสิฟ) “ส่วนผลที่เกิดขึ้นนะคะก็กล้าทำกล้าตัดสินใจมากขึ้นค่ะ มีความสุขหลังจากที่ได้ลงมือทำค่ะ ส่วนในเรื่องของการประเมินตนเองค่ะก็จะรู้สึกว่าตัวเองกล้าพูดคุยกับคุณครูมากขึ้นค่ะ แล้วก็พยายามนำเอาข้อแนะนำมาปรับใช้ค่ะ กล้ารับผิดชอบงานหลาย ๆ อย่างในโรงเรียนค่ะ อย่างเช่นไปโรงเรียนก็มีพยายามเปลี่ยนแปลงตัวเองค่ะ แล้วก็แบบพยายามควบคุมแถวควบคุมชั้นเรียน แล้วก็ทำหน้าที่ของตนเองที่ได้รับมอบหมายค่ะ เวลาที่ครูมีอะไรให้ทำใหม่ ๆ ก็พยายามรับเอาแล้วก็ทำ แล้วก็พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองให้มันดีขึ้นค่ะ” (ปรายฟ้า)

ตาราง 9 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		“สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นะคะก็คือกล้าทำอะไรต่าง ๆ มากขึ้นแบบที่เราไม่เคยทำหรือว่าสิ่งที่เราเขินอาย แล้วก็กล้าทำมากขึ้นเช่นการพาเด็กร้องเพลงภาษาอังกฤษค่ะ เป็นเพลงภาษาอังกฤษจะเป็นเพลงโฟนิคค่ะ เอาไปร้องแล้วก็ครูพี่เลี้ยงได้ยินกับบอกว่า โมนา เพลงนี้นะเพลงนี้นะซ่อมเด็กนะทั้งร้องแล้วก็ทั้งเต้นเลยจะได้เอาเด็กไปแสดงวันเด็กค่ะก็เลย ก็เลยได้รับหน้าที่เพิ่มขึ้นมาอีกหนึ่งหน้าที่ค่ะ” (โมนา) “ผลที่เกิดขึ้นหนูก็มีความภาคภูมิใจในตัวเองค่ะ เพราะว่าครั้งล่าสุดนี้คือสิ่งที่ท้าทายหนูที่หนูทำค่ะความ กล้าหาญของหนูก็คือ หนูกล้าส่งเด็กแข่งวิชาการค่ะ ซึ่งหนูส่งเด็ก ป.2 แข่งคิดเลขเร็วในระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น ซึ่งเค้าอยู่ ป. 2 แปลว่าต้องแข่งกับพี่ ๆ ป. 3 โรงเรียนอื่น แล้วเขาก็ได้รางวัลมาค่ะ” (เพียงขวัญ) “ส่วนที่ทำให้สำเร็จนั้นะคะก็คือ ลองทำอะไรใหม่ ๆ ความกล้าที่จะเสนอตัวเองทำงานค่ะ เพราะว่าหนูได้ลองทำอะไรใหม่ ๆ หนูได้เป็นได้ทดลองทำงานที่ไม่เคยทำอย่างเช่นเป็นกรรมการตัดสินวอลเลย์บอลค่ะ แล้วก็กีฬาของเด็กอนุบาลค่ะ แล้วก็กล้าที่จะเสนอตัวเองในการช่วยงานพี่ ๆ ที่โรงเรียนค่ะ รู้สึกว่าลองเสนอถึงจะแบบเค้าให้ช่วยหรือไม่ให้ช่วยก็เราได้เสนอตัวเข้าไปทำแล้วค่ะและอีกอย่างค่ะก็คือ กล้าเข้าหาเค้าเลยค่ะ เค้าจับผ้าเค้าขนต้นไม้ขนของ หนูก็เข้าไปช่วยเค้าแบบไม่ต้องถามเค้าเลยค่ะ แล้วก็รู้สึกว่าได้ลองทำอะไรใหม่ ๆ แล้วก็ครูที่โรงเรียนเค้าก็รู้สึกว่าเค้าคุยกับเรามากขึ้นค่ะ” (ทิวา)
5	ตรวจทานแผนการสอนและ สื่อก่อนใช้	“ผลที่เกิดขึ้นนั้นะคะคือในการวางแผนในการทำงานแต่ละวันของหนูค่ะคือ หนูทำได้ตามที่หนูวางไว้ค่ะ แล้วที่นี้หนูก็รู้สึกสบายใจค่ะแล้วก็การวางแผนนั้นะคะ ทำให้หนูทำงานร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุขได้ค่ะ” (ทอฝัน)

ตาราง 9 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือ มันจะไม่ค่อยมีความผิดพลาดค่ะ ความผิดพลาดจะเกิดขึ้นน้อยแล้วก็งานออกมาสมบูรณ์มากขึ้นค่ะ” (เพียงขวัญ) “ผลที่เกิดขึ้นนะคะ มีการวางแผนในการทำงาน มีการเขียนจดไว้ว่าต้องทำอะไร ทำอะไรบ้างค่ะ” (นับดาว) “ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็มีการวางแผนการทำงานเป็นลำดับขั้นตอนค่ะ” (พรชวีวัน)
6	ยิ้ม แยม แจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือ นักเรียนและบุคคลอื่นก็เข้ามามากขึ้น เป็นมิตรกับคนอื่นมากขึ้น...ในการประเมินของตนเองก็จะเป็นยิ้มและพูดคุยกับคนอื่นมากขึ้น กล้าที่จะชวนคุยก่อนไม่ต้องรอให้เค้าคุยกับเราก่อน เพราะว่าแต่ก่อนหนูจะไม่คุยกับใครก่อน กล้าที่จะถามแล้วก็คุยกับคนอื่น ยิ้มมากขึ้นค่ะ” (โปรดปราน) “ก็คือนักเรียนบอกว่าครูพูดเยอะขึ้นแล้วก็เหมือนน่ารักกว่าเดิมค่ะ เพราะว่าแต่ก่อนหนูจะทำหน้านิ่ง ๆ ไม่ค่อยคุย ส่วนของคุณครูในโรงเรียนนะคะก็คือ คุณครูบอกว่าหนูกล้าที่จะพูดเยอะขึ้นเป็นมิตรกับคนทุกคนค่ะก็ในวันนั้นพี่เค้าบอกว่าแต่ก่อนมานี้บ่เว้าเด้นิ (ก่อนหน้านั้นไม่พูดเลยนะ) (หัวเราะ) แผนที่ใช้ได้ดีก็คือยิ้มมากขึ้น และพูดคุย เป็นมิตรกับคนอื่นมากขึ้นค่ะ” (โปรดปราน) “ผลที่เกิดขึ้นก็คือมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อนักเรียน คณะครูแล้วก็บุคคลอื่นรอบข้างค่ะ...การประเมินตนเองนะคะก็คือ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีค่ะ กล้าที่จะเข้าหาคนอื่นกล้าที่จะเป็นฝ่ายเริ่มเข้าหา ก่อนแล้วก็มีคนอื่น ๆ เข้าหาเรามากขึ้น ในส่วนของตัวนักเรียนก็กล้าที่จะเข้าหาเรามากขึ้นค่ะในส่วนนักเรียนที่เราไม่ได้ประจำชั้นค่ะ ในส่วนของนักเรียนส่วนมากจะรู้สึกว่าการเข้าหาเรามากขึ้นค่ะ” (พรชวีวัน)

ตาราง 9 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
7	มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ	“ผลที่เกิดขึ้นนั้นคือการวางแผนในการทำงานแต่ละวันของหนูค่ะ หนูทำได้ตามที่หนูวางไว้ค่ะแล้วที่นี้หนูก็รู้สึกสบายใจค่ะ แล้วก็การวางแผนนั้นนั้นจะทำให้หนูทำงานร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุขได้ค่ะ” (ทอฝัน) “ผลที่เกิดขึ้นนั้นก็คือ งานเสร็จทันเวลามีเวลาเช่นเมื่อวานนี้ค่ะอาจารย์นิเทศก็บอกว่าอาจารย์ให้เตรียมงาน 1 วัน อาจารย์บอกกระชั้นหั้นค่ะ งานเสร็จแล้วก็ได้มีเวลามาทบทวนตนเองมากขึ้นค่ะ” (โปรตปราน)
8	สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน และวางแผนแก้ไข	“ผลที่เกิดขึ้นนั้นก็คือ จากที่ได้ใช้แล้วก็ชวนพี่ ๆ (เพื่อนร่วมงาน) ทุกคนเลยจะไปเล่นกีฬา เพราะว่าเราได้ฝึกซ้อมนักเรียนก็เลยเอาครูให้เป็นก่อนค่ะ (ยิ้ม) หนูก็เลยชวนไปหมดทุกคนเลยจะไปแล้วก็ได้เล่นกีฬาที่แรกแบ่งคนละฝั่งค่ะ แบ่งคนละฝั่งแล้วเกิดเหตุการณ์ แบบมันก็เกิดเหตุ พี่เค้าก็พูดใส่กันข้ามไปข้ามมาหนูก็เลยเสนอว่าเราลองคณะทีมกันใหม่ค่ะ ก็เลยคณะทีมกันค่ะ พอได้คณะทีมหนูเห็นจุดเปลี่ยนเลยคะพี่เค้าคุยกันมากขึ้นแล้วก็ยิ้ม แชะกันคะ” (ณมน)
9	รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ผลที่เกิดขึ้นก็คือ ได้แลกเปลี่ยนกับคนที่เราอยู่ด้วยมากขึ้นคะ เราก็ได้ฟังความคิดเห็นของเค้าคิดเห็นยังไงเกี่ยวกับเรื่องที่เรารู้สึก แล้วก็แล้วก็มีแนวคิดที่แตกต่างจากของเราเป็นยังไงบ้างคือได้มุมมองใหม่ ๆ เพิ่มมากขึ้นคะ” (ดาริน)

3.2 ผลลัพธ์จากการทำกิจกรรม

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า มี 3 ด้าน ได้แก่ ผลลัพธ์ด้านความคิด ผลลัพธ์ด้านความรู้สึก และผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม ดังนี้

3.2.1 ผลลัพธ์ด้านความคิด

ผู้ร่วมวิจัยเลือกพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งน้อยกว่าวงรอบที่ 1 เนื่องจากในวงรอบที่ผ่านมาส่วนใหญ่พัฒนาจุดแข็งได้ไม่ครบตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ ดังเช่นคำกล่าวของ

ผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “รอบแรกที่หนูเลือกคะ เลือกแบบ เลือกจุดแข็งที่ตัวเองอยากพัฒนาคะ แบบเยอะมากเลยคะ แต่พอเอาไปทำจริง ๆ แล้วทำไมไม่ทันเลย...พอมาครั้งนี้หนูก็เลยเลือกแบบที่ตัวเองสามารถทำได้จริงแบบ แบบไม่ต้องเยอะ แต่เราได้พัฒนา จริง ๆ ดีกว่าคะ” (ต๋องตา) อีกทั้งยังเกิดความเข้าใจมากขึ้นว่าคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งบางด้านสามารถพัฒนาควบคู่กันได้โดยใช้แผนเดียวกัน นอกจากนี้ยังพบว่าจากเดิมที่ผู้ร่วมวิจัยคิดว่าตนเองไม่มีจุดแข็งในด้านนั้น แต่เมื่อได้รับฟังเพื่อนในกลุ่มแลกเปลี่ยนประสบการณ์หรือยกตัวอย่างสถานการณ์เกี่ยวกับจุดแข็ง ทำให้เห็นว่าตนเองก็มีจุดแข็งนั้นเช่นเดียวกัน จึงทำให้พวกเขาขยายการรับรู้จุดแข็งของตนเองเพิ่มมากขึ้น ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผมก็ไม่เคยคิดนะครับว่าตัวเองจะมีจุดแข็งเยอะเหมือนกัน แต่พอฟังเพื่อนเล่า ผมก็เพิ่งรู้ว่าผมก็มีหลายตัวเหมือนกัน” (มีคุณ)

ขณะเดียวกันยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยเห็นความสำคัญของการประเมินผล การเปลี่ยนแปลงจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้งจากนักเรียน เพื่อนร่วมงาน ทำให้พวกเขาเกิดความมั่นใจมากยิ่งขึ้นว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลง ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “พอมีคนมายืนยัน เหมือนเค้ามาบอกว่าเห็นเราเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น ก็มั่นใจมากขึ้นว่า เฮ้ยเราก็เปลี่ยนไปเหมือนกันนะ” (ยิ้มกว้าง) (ทิวา) อีกทั้งการได้รับผลสะท้อนจากผู้ที่เกี่ยวข้องยังทำให้ผู้ร่วมวิจัยมองเห็นจุดบกพร่องของตนเอง เพื่อนำมาปรับปรุงให้ดีขึ้น ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “เราได้ฟัง Feedback จากคณะครู แล้วก็นักเรียน คือมันทำให้เห็นว่าเรามีข้อเสียอะไรที่ต้องปรับปรุงให้มันแบบว่าดีขึ้น คือบางที่เราอาจจะมองข้ามไป ถ้าไม่มีคนมาคอยสะท้อนเรา” (นับดาว)

3.2.2 ผลลัพธ์ด้านความรู้สึก

ผู้ร่วมวิจัยเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจต่อผลที่เกิดขึ้นจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง กล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยกล้าทำงานที่ตนเองยังไม่มีประสบการณ์ แต่เมื่อได้รับโอกาสจึงลองลงมือทำ ซึ่งจากการที่ผู้ร่วมวิจัยประเมินตนเองว่ายังทำหน้าที่ไม่ได้ดีที่สุดในครั้งก่อนได้รับการสะท้อนจากเพื่อนร่วมงาน จึงทำให้พวกเขาเกิดกำลังใจที่จะพัฒนาตนเองต่อไป ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “เป็นครั้งแรกที่รับหน้าที่เป็นพิธีกรในงานกฐินที่วัดนะคะ กังวล เกร็งไปหมดเลย คิดว่าฉันจะทำได้หรอเนี่ย แต่พอไปพูดจริง ๆ แล้ว มันก็อาจจะยังไม่ได้แบบมืออาชีพหรอกคะ แต่มันก็ไม่ได้แยขนาดนั้น แล้วพอมีคนทีแบบคุณยายที่วัด แล้วก็พี่ ๆ (เพื่อนร่วมงาน) มาชมเราว่าพูดได้ดีนะ ก็มีกำลังใจมากขึ้นคะ แล้วมันก็ทำให้เราอยากที่จะ แบบพัฒนาตัวเองให้เป็นพิธีกรที่เก่งมากขึ้น” (เพียงขวัญ)

อีกทั้งยังพบว่า การที่ผู้ร่วมวิจัยอาสาช่วยงานโดยที่ไม่ได้ถูกร้องขอทำให้เกิดความรู้สึกดีใจที่เพื่อนร่วมงานให้การยอมรับมากขึ้น ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “จากที่แต่ก่อนเหมือน

คณะครูเค้าก็ไม่ค่อยคุยกับหนูเท่าไรหรอก เหมือนเคยมีพี่ที่สนิทกันมาเล่าให้ฟังว่า เค้าคิดว่าเราแบบ ไม่เก่งอะไรแบบเนี้ย เหมือนหนูก็ได้ยินมา แล้วเค้าก็ไม่ค่อยใช้ให้ทำอะไรเท่าไร หนูก็แอบคิด เหมือนกันว่า เพราะเค้าไม่ไว้วางใจเราหรือเปล่า หนูก็เลยเฉย ๆ ไม่กระตือรือร้นที่จะเข้าไปช่วย แต่พอ ได้ฟังเพื่อนเล่าว่าเคยเจอเหตุการณ์แบบเดียวกัน แล้วเพื่อนก็เดินเข้าไปช่วยเลย หนูก็เลยลองใช้วิธี ที่เพื่อนแนะนำ แล้วมัน มันทำให้บรรยากาศระหว่างคณะครูกับหนูเปลี่ยนไปนะคะ คือเค้าถามเรา มากขึ้น มีอะไรก็จะเรียกให้เรามาช่วย...มันทำให้หนูรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งในโรงเรียนมากขึ้น แล้วก็ ทำให้หนูอยากไปโรงเรียนด้วยคะ” (ยิ้มกว้าง) (ทิวา)

นอกจากนั้นยังพบว่าเมื่อผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการใส่ใจผู้อื่น โดยการพูดให้กำลังใจ นักเรียนที่แข่งขันทักษะทางวิชาการ เมื่อนักเรียนมีความสุขที่ได้รับกำลังใจ ก็ส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยมี ความสุขร่วมด้วย ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “พอหนูบอกนักเรียนครูเชื่อมั่นในพวกเรา ว่าพวก เราทำได้ดีที่สุดอย่างแน่นนอน แล้วหนูก็จับมือเค้าคะ คือ แบบพอได้กำลังใจ สีหน้าเค้าดูมีความสุข เหมือนเค้าก็แบบอุ่นใจด้วยที่มีเราอยู่ข้าง ๆ แล้วมันก็ทำให้หนูรู้สึกมีความสุขไปกับเค้าด้วยคะ” (ต้องตา)

3.2.3 ผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม

ผู้ร่วมวิจัยต้องการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองอย่างต่อเนื่อง เพราะสังเกตการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง ทำให้พวกเขาเห็นว่าเมื่อใช้อย่างต่อเนื่องและเพิ่ม ระยะเวลาให้ นานขึ้น ทำให้จุดแข็งที่พัฒนามีความเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น เช่น จากที่แต่ก่อนผู้ร่วมวิจัย ไม่ค่อยกล้าพูดคุยกับเพื่อนร่วมงาน แต่เมื่อได้ใช้แผนกล้าคิดกล้าแสดงออกทำให้เธอกล้าพูดคุย และเข้าหาเพื่อนร่วมงานมากขึ้น ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “จากที่แต่ก่อนหนูเป็นคนไม่ ค่อยพูดอยู่แล้วคะ ถ้าพี่ ๆ (เพื่อนร่วมงาน) เค้าไม่คุย หนูก็ไม่คุย คือเฉยเลย แต่พอใช้แผนพอเค้า เจียบหนูก็ชวนคุย มันก็ทำให้เราคุยกันได้มากขึ้น ไม่เฉยเหมือนแต่ก่อน แล้วหนูก็รู้สึกว่าดินะคะ มันทำให้เราคุ่นเคยกันมากขึ้น แล้วก็ทำให้เวลาทำงาน หรือพอเวลามีประชุมอะไรแบบเนี้ย หนูก็ กล้าแสดงความคิดเห็นมากขึ้น ก็เลยอยากใช้แผนเดิมต่อคะ เพราะหนูก็รู้สึกว่ามัน Work สำหรับ หนูอยู่คะ” (บีลีฟ)

นอกจากนั้นยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยได้เกิดการเปลี่ยนแปลงโดยการแบ่งเวลาใน การทำงานมากขึ้น และต้องการทำอย่างต่อเนื่อง เพราะเห็นผลดีที่เกิดขึ้นจากการใช้แผนพัฒนา คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เช่น การพูดให้กำลังใจตนเอง ทำให้พวกเขาเกิดพลังในการมุ่งมั่นทำงาน มากขึ้น การแบ่งเวลาในการทำงานทำให้ไม่เกิดความเครียดเหมือนแต่ก่อน รวมทั้งยังพบข้อดีว่ามี เวลาในการตรวจสอบความผิดพลาดของงาน ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นนะ

คะก็คือ เวลาทำงานนะคะเมื่อเราให้กำลังใจตัวเองคะ แล้วเราก็คิดว่าเราสามารถทำได้คะ เราก็จะมีความมุ่งมั่นพยายามในการทำงานคะ แล้วก็เวลาในการทำงานก็จะแบ่ง แบ่งเวลาในการทำงาน แล้วก็เพื่อเวลาคะ เราจะไม่ จะได้ไม่เครียดมากเกินไปคะ แล้วก็จะมีเวลาในการตรวจสอบงานของเรามากขึ้นคะ” (ต้องตา)

อย่างไรก็ตามแม้ว่ามีผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ดำเนินกิจกรรมบรรลุตามเป้าหมาย สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย นักเรียน เพื่อนร่วมงาน และได้รับการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงทั้งจากนักเรียน เพื่อนร่วมงาน แต่โดยส่วนใหญ่ยังไม่พึงพอใจต่อผลการดำเนินกิจกรรมของตนมากนัก เพราะยังเห็นว่าคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่เกิดการเปลี่ยนแปลงนั้นยังไม่เข้มแข็งมากพอ โดยพวกเขามีความเห็นวาระยะเวลาที่ใช้ในการพัฒนายังไม่มากพอ และยังพัฒนาได้ไม่ต่อเนื่อง เนื่องจากภาระงานของนักศึกษาทุนที่เพิ่มเข้ามากระตุ้นทำให้บางคนยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคดังกล่าวได้ดีมากนัก อีกทั้งยังพบว่ามีผู้ร่วมวิจัยจำนวน 2 คน พบอุปสรรค คือ การถูกบั่นทอนกำลังใจจากเพื่อนร่วมงาน จึงต้องการเข้ารับบริการการปรึกษาทางจิตวิทยา ดังนั้นพวกเขาจึงเห็นว่า ควรยืดระยะเวลาในการพัฒนาให้นานขึ้น เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง นอกจากนั้นผู้ร่วมวิจัยบางคนหลังจากที่ได้ฟังเพื่อนสะท้อนผลต้องการนำแผนที่สำเร็จของเพื่อนไปใช้ในการพัฒนาจุดแข็งเดียวกับตนเองในครั้งต่อไป ดังนั้นผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยจึงได้นำข้อเสนอแนะดังกล่าวไปปรับปรุงในวงรอบที่ 3 ต่อไป

วงรอบที่ 3

1. การวางแผน

ขั้นการวางแผนให้ผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์การฝึกสอนของตนเอง เลือกคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ต้องการพัฒนา รวมทั้งวางแผนในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยใช้เทคนิค AIC ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 ขั้นการฟังอย่างไม่ตัดสิน (A: Appreciation)

A1 ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ฝึกสอนของตนเองเป็นรายบุคคล พร้อมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์นั้น ทั้งคุณลักษณะที่มีและที่ต้องการพัฒนาในแต่ละด้าน

ผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้ง 6 ด้าน จากประสบการณ์ฝึกสอนของตนเอง ได้แก่ 1) ปัญญาและความรู้ 2) ความกล้า 3) มนุษยธรรม 4) ความเที่ยงธรรม 5) การควบคุมอารมณ์ และ 6) การรู้จักความจริงของชีวิต รวมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

ด้านอื่น ๆ โดยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีและที่ต้องการพัฒนา จากนั้นผู้ร่วมวิจัยช่วยกันสรุปคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุกคนในกลุ่มมีเหมือนกันและแตกต่างกันในแต่ละด้าน

1.1.1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 3 ดังรายละเอียดในตาราง 10

ตาราง 10 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 3

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
1	ความอ่อนโยน (คอย)	23
2	การทำงานเป็นทีม (กทท)	19
3	ความรู้สึغبอบอก (รขค), ความรัก (ควร)	18
4	การให้อภัย (หอภ)	15
5	ความเสมอภาค (คสภ)	14
6	ความถ่อมตัว (คถต)	13
7	การเปิดใจ (กปจ)	12
8	ความมานะพยายาม (มพย), อารมณ์ขัน (อรข)	11
9	ความใฝ่รู้ (คฝร), ความกล้าหาญ (คกห), ปัญญาเชิงสังคม (ปชส), การชื่นชมความงามและความเป็นเลิศ (ชงล)	8
10	ความซื่อสัตย์ (คซส), ความหวัง (ควห)	7
11	จิตวิญญาณ (จวญ)	6
12	ความคิดสร้างสรรค์ (คสส), การกำกับตนเอง (กกต), ความรักการเรียนรู้ (รกร), ภาวะผู้นำ (ภพน), ความรอบคอบ (ครค)	4
13	ความกระตือรือร้น (กตร)	2
14	การมองเห็นภาพรวม (หกร)	1

หมายเหตุ : ตัวอักษรย่อ 3 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามทฤษฎี 6 ด้าน

จากนั้นผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนเลือกว่าต้องการตั้งเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใด ให้เขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็งเป็นรายบุคคล

1.1.2 เป้าหมาย มีรายละเอียดดังนี้

1.1.2.1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ต้องการพัฒนา มีรายละเอียด

ดังตาราง 11

ตาราง 11 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการพัฒนา วงรอบที่ 3

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
1	ความกล้าหาญ (คกห)	6
2	ความคิดสร้างสรรค์ (คสส) , การกำกับตนเอง (กกต), ความรอบคอบ (ครค)	5
3	ความใฝ่รู้ (คฟร) , ปัญญาเชิงสังคม (ปชส), ความกระตือรือร้น (กตร)	4
4	ความมานะพยายาม (มพย), อารมณ์ขัน (อรข)	3
5	ความหวัง (ควห), ความเสมอภาค (คสภ), ภาวะผู้นำ (ภผน)	2
6	การทำงานเป็นทีม (กทท), การให้อภัย (หอก), ความรัก (ควร), การเปิดใจ (กปจ)	1

หมายเหตุ : ตัวอักษรย่อ 3 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามทฤษฎี 6 ด้าน

A2 ผู้ร่วมวิจัยกำหนดเป้าหมายในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของตนเอง พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้น โดยเขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็งจากนั้นนำมาแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ ซึ่งสรุปพฤติกรรมบ่งชี้ได้ ดังนี้

1.1.2.2 พฤติกรรมบ่งชี้ถึงการบรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แบ่งออกเป็น 3 พฤติกรรม ได้แก่ 1) พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 2) พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง และ 3) พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง มีรายละเอียดดังนี้

พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พบว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้เป็น 9 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 27 พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 3

จากภาพประกอบ 27 อธิบายได้ว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย สรุปได้ 9 พฤติกรรม ดังนี้

1) กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน คือ กระตือรือร้นในการสอนและการจัดกิจกรรม รวมทั้งสร้างบรรยากาศการสอนให้สนุกสนาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ความกระตือรือร้น (กตร)

2) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือไม่ไหว ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่งสุ่ม ไม่ดูนักเรียน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การกำกับตนเอง (กกด)

3) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ คือ ค้นหาความรู้รูปแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ค้นหาความรู้เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ออกแบบกิจกรรมที่สนุกสนาน สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ให้นักเรียนใช้ในห้องเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความใฝ่รู้ (คฝร) ความรักการเรียนรู้ (กรร) และความคิดสร้างสรรค์ (คสส)

4) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ กล้าทำงานที่ท้าทาย เป็นผู้นำในการทำกิจกรรม กล้าพูด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าให้คำแนะนำและอบรม สั่งสอนนักเรียน กล่าวขอบคุณหรือชื่นชมทุกครั้งเมื่อได้รับการช่วยเหลือ หรือเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ดี เสียสละสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังไม่เข้าใจเนื้อหาและคนที่เรียนไม่ทันเพื่อนอาสาช่วยงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ (คกห) ภาวะผู้นำ (ภผน) และความรู้สึกลึกซึ้งขอบคุณ (รขค)

5) ตรวจสอบแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ คือ ทำงานอย่างรอบคอบ วางแผนการทำงาน และเตรียมสื่อการสอน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ความรอบคอบ (ครค)

6) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ ยิ้มแย้มแจ่มใส พูดจาไพเราะ ใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวล หัวเราะมากขึ้น ร่าเริงแจ่มใส เล่นมุกกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) และความอ่อนโยน (คอย)

7) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ คือ ทำงานที่ได้รับมอบหมายและทำสื่อการสอนให้แล้วเสร็จทันตามเวลาที่กำหนด รวมทั้งตั้งเป้าหมายในการทำงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความมานะพยายาม (มพย) ความหวัง (ควห) และการตรงต่อเวลา (ตว)

8) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข คือ การสังเกตพฤติกรรมของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน และศึกษาเกี่ยวกับวิธีการแก้ปัญหา หรือวิธีการปรับตัวกับสถานการณ์นั้น ๆ ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

9) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ เปิดใจยอมรับความคิดเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งไม่ปิดกั้นโอกาสและตัดสินใจผู้อื่น ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การเปิดใจ (กปจ) และ ความเสมอภาค (คสม)

พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลง คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากข้อมูลพบว่าแม้ผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้ 3 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 28 พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
จากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 3

จากภาพประกอบ 28 อธิบายได้ว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 3 พฤติกรรม มีรายละเอียด ดังนี้

1) ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน คือ นักเรียนสนใจเนื้อหาในบทเรียนแล้ว อยากที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ กระตือรือร้นในการเรียน กล้าถาม กล้าแสดงความคิดเห็น ตั้งคำถาม และตอบคำถามกับผู้ร่วมวิจัย สนุกกับการเรียน ตื่นเต้นกับสื่อการสอนใหม่ ๆ ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกระตือรือร้น (กตส) ความใฝ่รู้ (คฟร) ความรักการเรียนรู้ (รกส) และความคิดสร้างสรรค์ (คสส)

2) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย คือ นักเรียนกล้าเข้าหาผู้ร่วมวิจัยมากขึ้น กล้าคิด กล้าแสดงออก กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะขอคำปรึกษากับผู้ร่วมวิจัย ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ใช้วิธีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ การทำกับตนเอง (กกต) ความกล้าหาญ (คกห) ภาวะผู้นำ (ภพน) ความรู้สึغبอบคุณ (รขค) ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) ความอ่อนโยน (คอย) และความเสมอภาค (คสภ)

3) ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ คือ ทำตามกฎระเบียบ ได้รับโอกาสจากผู้ร่วมวิจัย เชื้อพึงและปฏิบัติตามที่ได้รับคำแนะนำ ใช้วิธีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากข้อมูลพบว่าแม้ผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานมีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้ 2 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 29 พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 3

จากภาพประกอบ 29 อธิบายได้ว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 2 พฤติกรรมมีรายละเอียดดังนี้

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย คือ พุดคุยเป็นกันเอง ยิ้มแย้มแจ่มใส และช่วยเหลือผู้ร่วมวิจัย ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ (คกห) ภาวะผู้นำ (ภพน) ความรู้สึกขอบคุณ (รขค) ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) และความอ่อนโยน (คอย) และความเสมอภาค (คสม)

2) ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ คือ รับฟัง เปิดใจพูดคุยและปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมกับผู้ร่วมวิจัย ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

1.2 ขั้นตอนการสนทนาในการหาปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ (I: Influence)

11 ผู้ร่วมวิจัยระบุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ โดยให้ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ในการพัฒนาคุณลักษณะจุดแข็งนั้นได้ดีและไม่ดีนั้นมียปัจจัยเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง ซึ่งการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เลือกจากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุกคนในกลุ่มต้องการพัฒนาเหมือนกันมากที่สุดเพื่อให้เห็นตัวอย่างที่ชัดเจน

12 ผู้ร่วมวิจัยเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จเพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองเป็นรายบุคคล

ปัจจัยที่สำเร็จผู้ร่วมวิจัยเลือกมาใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ 1) ตนเอง 2) ผู้อื่น 3) พร้อมเผชิญหน้ากับสิ่งแปลกใหม่ 4) ไม่ยึดติดกับรูปแบบเดิม 5) การวางตัวเป็นแบบอย่างที่ดี 6) ความคาดหวังจากบุคคลอื่น 7) กล้ากับตนเอง ได้แก่ กล้าเสนอตัวทำงาน กล้าคิดกล้าทำสิ่งใหม่ 8) การสนับสนุนจากผู้อื่น 9) โอกาส 10) รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น 11) ผิดสังเกตผู้อื่น 12) ความอยากรู้ของตนเอง 13) เปิดใจเรียนรู้สิ่งใหม่ 14) การเปลี่ยนมุมมอง 15) มองโลกในแง่ดี 16) แสดงความรู้สึก 17) เห็นถึงความจริงใจของผู้อื่น 18) รู้จักการแบ่งปัน 19) การควบคุมอารมณ์ 20) ความมั่นใจในตนเอง 21) ตั้งเป้าหมาย 22) ความอดทน 23) ความมานะพยายาม 24) การเปิดใจรับฟังผู้อื่น 25) สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการทำงาน 26) แบ่งเวลาในการทำงาน 27) เรียงลำดับความสำคัญในการทำงาน และ 28) ยิ้มแย้มแจ่มใส

ส่วนปัจจัยที่ไม่สำเร็จที่ผู้ร่วมวิจัยเลือกมาใช้ในการควบคุม เพื่อไม่ให้เกิดอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ 1) ตนเอง 2) ผู้อื่น 3) ภาระงาน 4) ขาดโอกาส

5) ความเหนื่อยล้า 6) ความขี้เกียจ 7) ความวิตกกังวล 8) กลัวความผิดพลาด 9) กลัวการถูกตำหนิ 10) ขาดความมั่นใจในตนเอง 11) ขาดความรอบคอบ 12) ขาดมนุษยสัมพันธ์ 13) ขาดความรู้และประสบการณ์ 14) ขาดวินัย 15) การควบคุมอารมณ์ และ 16) การบริหารเวลาในการทำงาน

จากนั้นให้แต่ละคนเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาจุดแข็งของตนเองสำเร็จและไม่สำเร็จ รวมทั้งให้ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยช่วยกันสรุปปัจจัยและเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จของทุกคนว่ามีอะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน รวมทั้งเปิดโอกาสให้เลือกปัจจัยเงื่อนไขเพิ่มเติมจากที่ผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มได้แลกเปลี่ยน

1.3 ขั้นการสร้างแนวปฏิบัติ (C: Control)

C การนำปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนพัฒนาตนเองเป็นรายบุคคล รวมทั้งควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ

ให้ผู้ร่วมวิจัยนำปัจจัยเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง รวมทั้งหาแนวทางในการควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่จะเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็งนั้น ซึ่งหลังจากที่ทุกคนได้แลกเปลี่ยนแผนของตนเอง ให้แต่ละคนพิจารณาเพิ่มเติมว่าต้องการเติมส่วนไหนที่เหมือนผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มหรือไม่ ทั้งนี้แผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยสามารถสรุปได้ 4 แผน ดังนี้

1. ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่กำลังรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่งสุขุม ไม่ดูนักเรียน (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การกำกับตนเอง และการให้อภัย)

“ถ้ารู้สึกไม่โอเค หนูก็จะปรับสีหน้าท่าทางของตัวเองค่ะ...จะยิ้มอยู่เสมอเพื่อให้บรรยากาศรอบตัวดีขึ้นค่ะ” (กานต์แก้ว)

“ถ้าโกรธ หนูจะหายใจลึก ๆ แล้วเดินออกห่างก่อนค่ะ ถ้ายังไม่ดีขึ้นก็จะปล่อยวาง เพิกเฉยก่อน แล้วค่อยพูดเตือนด้วยถ้อยคำสุภาพค่ะ จะพยายามใช้เหตุผลมากขึ้น ถ้ามหาสาเหตุว่าทำไมนักเรียนถึงมีพฤติกรรมนั้น ๆ ค่ะ” (ชูใจ)

“ลองทำสิ่งที่ไม่เคยทำมาก่อน เพื่อเป็นประสบการณ์ใหม่ ๆ ครับ...แล้วก็พยายามเอาตัวเองไปอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องแก้ไขปัญหาเพื่อฝึกตัวเอง แล้วก็ให้คนรอบข้างช่วยเตือนสติด้วย” (มีคุณ)

“ถ้าเครียดหรือมีเรื่องไม่สบายใจก็จะพูดคุยหรือระบายกับคนที่ไว้ใจค่ะ แล้วก็
จะไม่เก็บเอาคำพูดด้านลบของคนอื่นมาคิดมาก” (โปรดปราน)

2. กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ กล้าทำงานที่
ท้าทาย เป็นผู้นำในการทำกิจกรรม กล้าพูด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าเสนอความคิดเห็น
กล้าให้คำแนะนำและอบรมสั่งสอนนักเรียน กล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ไม่เข้าใจ กล้ารับ
งานที่ท้าทาย กล่าวขอบคุณเมื่อได้รับความช่วยเหลือ เสียสละสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังไม่
เข้าใจเนื้อหาและคนที่เรียนไม่ทันเพื่อน อาสาช่วยงานเพื่อนร่วมงาน (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง
ได้แก่ ความกล้าหาญ ภาวะผู้นำ และการทำงานเป็นทีม)

“กล้าคิด กล้าลงมือทำค่ะ กล้าแสดงความคิดเห็นมากขึ้นค่ะ พร้อมทั้งมั่นใจ
ในตัวเอง” (ณมน)

“กล้าแสดงความคิดเห็น แล้วก็แสดงศักยภาพของตัวเองให้เต็มที่ค่ะ ไม่ว่าจะ
จะเป็นการทำงานหรือช่วยงานต่าง ๆ และถ้ามีโอกาส หนูก็จะอาสาขอทำงานเองค่ะ” (เพียงขวัญ)

“ถ้ามีโอกาส หนูก็จะพูดหน้าเสาธงบ่อย ๆ ค่ะ ลองเสนอตัวเองในการทำงาน
ใจกล้าคิดว่าต้องทำได้ค่ะ” (ทิวา)

“แสดงความคิดเห็นมากขึ้นค่ะ... สังเกตสิ่งรอบตัว เช่น การให้ความร่วมมือ
ในการทำงานร่วมกันให้เกิดความสามัคคีค่ะ” (ปรายฟ้า)

“กล้าคิดและกล้าทำมากขึ้นค่ะ...ฝึกกล้าตัดสินใจในงานต่าง ๆ ด้วยตัวเอง
ค่ะ” (จันทร์เจ้า)

3. มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน คือ วางแผน
การทำงาน ตรวจสอบความเรียบร้อยของงาน เตรียมสื่อการสอน กระตือรือร้นในการสอน จัดกิจกรรม
ในชั้นเรียนให้สนุก ตั้งใจทำงานให้แล้วเสร็จ ตั้งคำถามกับนักเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนตั้งคำถาม
ค้นหาความรู้ ออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ค้นหาความรู้เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ออกแบบ
กิจกรรมที่สนุกสนาน สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ใช้ในห้องเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้า
ด้วยตนเอง ค้นหาความรู้ด้านทักษะชีวิตเพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาตนเอง (คุณลักษณะที่เป็นจุด
แข็ง ได้แก่ ความกระตือรือร้น ความคิดสร้างสรรค์ ความรอบคอบ ความมานะพยายาม ความใฝ่รู้
ความหวัง และการตรงต่อเวลา)

“แบ่งเวลาในการทำงาน พักผ่อน ให้กำลังใจตนเอง ไปนั่งทำงานในที่เงียบ ๆ
อยู่กับตนเอง...คิดและลงมือทำ...สอบถามความคิดเห็นจากคนอื่นเกี่ยวกับสิ่งที่ทำและรับฟัง
ข้อเสนอแนะจากผู้อื่นเพื่อนำมาปรับปรุงค่ะ” (ต้องตา)

“ดูแบบอย่างที่ดี และรับพลังงานดีจากครูพี่เลี้ยงและเพื่อนร่วมงานที่ดี...มีไฟ มีความ Active ในตัวเอง เช่น มีความขยันมากขึ้น เมื่อนึกถึงผลที่ตามมา จึงทำให้มีความกระตือรือร้นและส่งงานทันเวลา...เรียงลำดับความสำคัญและแบ่งเวลา...การตระหนักรู้ เช่น เริ่มที่ความคิดตัวเอง รู้ตัวว่าควรทำ ไม่ควรทำอะไร พร้อมทั้งนึกถึงผลดีหรือผลเสียที่ตามมา แล้วรู้หน้าที่ตนเอง” (ทอฝัน)

“หนูเปลี่ยนบรรยากาศในการทำงานค่ะ บางทีก็ไปนั่งทำงานในคาเฟ่ หรือเปลี่ยนบรรยากาศในชั้นเรียน เช่น ใช้เกมมากขึ้น ทำให้ผ่อนคลาย สนุก แล้วก็ตกแต่งห้องเรียนให้มีความน่าสนใจค่ะ” (ธัญยา)

“หาที่นั่งทำงานใหม่ ๆ ไม่ให้อยู่ในห้องตัวเองค่ะ หาแนวทางการทำสื่อ นวัตกรรมจากแหล่งข้อมูลใหม่ ๆ แล้วลงมือทำเลยคะ...เขียนจดบันทึกว่าต้องทำอะไรในแต่ละสัปดาห์ มีการวางแผนในการทำงาน เขียนว่าต้องทำงานอะไร” (นับดาว)

“การกำหนดค้นคว้า หานวัตกรรมและใบงานที่ต้องการนำมาใช้ในการสอนที่มีความแปลกใหม่ น่าสนใจมาสอนค่ะ และทำให้นักเรียนเกิดพัฒนาการและมีความสุขกับการเรียนรู้” (ฮารุ)

“ทำงานช่วงไม่มีสอนในสถานที่เงียบ ๆ ค่ะ...ออกแบบสื่อใหม่ ๆ ที่มีความคิดสร้างสรรค์มากขึ้นค่ะ คิดบวกและมองหาวิธีใหม่ ๆ เสมอค่ะ” (ยานฮี)

“หนูเลือกทำงานในที่เงียบ ๆ ค่ะ ฟังเพลงที่ชอบไปด้วย แล้วก็ตรวจสอบงาน 2-3 รอบเสมอค่ะ จะไม่ลืม และจดบันทึกสิ่งที่ต้องทำในแต่ละวันด้วยค่ะ” (พรชีวัน)

4. ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น คือ เปิดใจยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ไม่ตัดสินผู้อื่น สังเกตพฤติกรรมผู้อื่น ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการแก้ปัญหาหรือวิธีการปรับตัวกับสถานการณ์นั้น ๆ ให้กำลังใจตนเอง เล่นมุขตลก ยิ้มแย้มแจ่มใส พุดคุยเป็นกันเองกับผู้อื่น (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความรัก ปัญญาเชิงสังคม อารมณ์ขัน ความเสมอภาค การเปิดใจ และความหวัง)

“ค่อย ๆ ปรับพฤติกรรมการพูดของตัวเองค่ะ พยายามใช้น้ำเสียงให้อ่อนโยนขึ้น แล้วก็ตั้งเป้าหมายให้กับทุกเรื่องที่ได้รับค่ะ หนูจะพูดกับตัวเองเสมอว่า ‘เราทำได้’ ค่ะ” (กานต์แก้ว)

“ใส่ใจคนรอบข้างให้มากขึ้นค่ะ แล้วก็ให้เกียรติผู้อื่นทั้งในการกระทำและคำพูด” (คะนิง)

“ชื่นชมความสามารถของตัวเองค่ะ หาแนวทางในการจัดกิจกรรมหรือการสอน ที่จะช่วยพัฒนาศักยภาพของนักเรียนในแต่ละด้านให้เหมาะสมมากขึ้นค่ะ...มีจิตอาสาค่ะ เสียสละทั้งเวลา กำลังกาย และกำลังใจเพื่อนักเรียน” (ดาริน)

“สร้างสีสันให้กับตัวเองและทุกคนรอบตัวครับ ก็จะพยายามยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่เสมอ...ก็หากิจกรรมที่ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย” (เมธธรรม)

“มอบสิ่งของให้เด็กอย่างทั่วถึง และให้โอกาสเด็กทุกคนในการตอบคำถามในห้องเรียนค่ะ เพราะอยากให้เด็กทุกคนรู้สึกว่าได้ได้รับความเสมอภาคกันค่ะ” (พริ้ม)

“หนูจะพยายามเปิดใจในการเรียนรู้ครับ...มองโลกในแง่ดีให้มากขึ้น...ฝึกตัวเองให้เป็นคนมีเหตุผล...รับฟังความคิดเห็นของคนอื่นด้วยเหตุผล” (มีคุณ)

“พูดคุยกับคนที่ทำให้เราสบายใจค่ะ คนที่มีพลังบวกและมีอารมณ์ขัน...ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ เช่น กินของอร่อย ดูโดเรม่อน หรือฟังเพลง” (พรชิววัน)

ส่วนแผนที่ผู้ร่วมวิจัยใช้ในการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 4 แผน ดังนี้

1. ใส่ใจตนเองและผู้อื่น คือ ให้กำลังใจตนเอง ทำกิจกรรมที่ผ่อนคลาย พักผ่อนให้เพียงพอ เปลี่ยนสภาพแวดล้อมในการทำงาน พยายามทำความเข้าใจผู้อื่น ให้ความสำคัญกับทุกคนอย่าง เท่าเทียมกัน และอาสาช่วยงาน

2. วางแผนและลงมือทำ คือ แบ่งเวลาในการทำงาน จัดลำดับความสำคัญของงาน ทำงานทุกวันอย่างสม่ำเสมอ

3. ควบคุมอารมณ์ คือ พาตนเองออกจากสถานการณ์ที่อึดอัด กำหนดลมหายใจ เข้าออก ฝึกใจเย็น

4. ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น คือ ขอคำแนะนำ ขอความช่วยเหลือ และขอกำลังใจจากผู้อื่น

จากนั้นมอบหมายให้ผู้ร่วมวิจัย นำแผนที่ได้กลับไปใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ทั้งนี้หากมีอุปสรรคก็นำวิธีการควบคุมไปใช้ร่วมด้วย ทั้งนี้การใช้แผนดังกล่าวให้บันทึกลงในสมุดบันทึกการเรียนรู้ว่าได้ทำอะไร เกิดผลอย่างไร และมีอุปสรรคอะไร ใช้วิธีการใดควบคุม เพื่อนำข้อมูลมาสะท้อนผลในกลุ่มใหญ่ครั้งต่อไป

2. การปฏิบัติการและการสังเกต

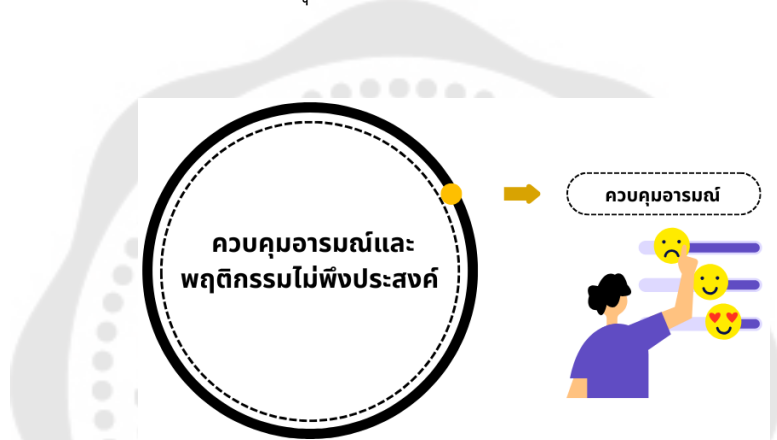
การปฏิบัติและการสังเกตเป็นขั้นตอนที่ผู้ร่วมวิจัยนำแนวทางการปฏิบัติรายบุคคลมาพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและทำการสังเกตร่วมด้วย ซึ่งมีกิจกรรมดังนี้คือ 1) ควบคุม

อารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ 2) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 3) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน และ 4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น ซึ่งมีรายละเอียดของกิจกรรม ดังนี้

2.1 ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

2.1.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 1 กิจกรรม คือ ควบคุมอารมณ์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 30 แผนควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ วงรอบที่ 3

1) ควบคุมอารมณ์

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยหลายคนมีการควบคุมอารมณ์ และการกำกับตนเองร่วมกัน โดยใช้วิธีการที่หลากหลาย เช่น กานต์แก้ว และฐาใจ ใช้กลยุทธ์ ควบคุมอารมณ์ควบคู่กับการพัฒนาปัญญาเชิงสังคม โดยกานต์แก้วปรับน้ำเสียงให้สุภาพ สันนั ทำทางให้อ่อนโยน และยิ้มให้มากขึ้น ขณะที่ฐาใจใช้วิธีหายใจลึก ๆ เดินหลีกเลี่ยงและเพิกเฉยเมื่อเผชิญพฤติกรรมไม่เหมาะสมของนักเรียน พร้อมทั้งใช้เหตุผลและความสุภาพในการโต้เถียง ซึ่งทั้งสองคนสะท้อนถึงความสามารถในการรับมือกับอารมณ์อย่างมีวุฒิภาวะและสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวกกับผู้อื่น อีกทั้งมีคุณ และโปรดปราน มุ่งเน้นการควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ที่ตนเองรู้สึกไม่พอใจ โดยมีคุณใช้เทคนิคหายใจลึก ๆ เพื่อควบคุมสติ และได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนให้เตือนสติเมื่อจำเป็น ส่วนโปรดปรานใช้การพูดคุยกับคนที่ไว้วางใจและหลีกเลี่ยงการยึดติดกับคำพูดด้านลบของผู้อื่นเพื่อรักษาสมดุลทางอารมณ์และเสริมพลังใจในช่วงเวลาทำทนาย

“หนูก็ได้ทำตามแผนเดิมเลยคะ ก็คือปัญญาเชิงสังคม ปรับพฤติกรรมการพูด น้ำเสียงคะให้มันอ่อนโยนมากขึ้นคะ แล้วก็ด้านการกำกับตนเองปรับสีหน้าท่าทางเมื่อตนเองรู้สึกไม่โอเคคะ แล้วก็ยิ้มให้มากขึ้นคะ” (กานต์แก้ว)

“สำหรับของหนูนะคะครั้งที่ 3 จะเป็นปัญญาเชิงสังคมกับการกำกับตนเอง อันนี้จะเป็นคู่กันคะ แผนที่ใช้ก็จะมีระดับความโกรธด้วยการหายใจเข้าลึก ๆ หรือว่าจะเดินออกห่างเลย หรือว่าจะเดินปล่อยวางเพิกเฉย ถ้าเค้ามีพฤติกรรมที่ไม่ดีขึ้นเราก็คะตักเตือนด้วยความสุภาพคะ แล้วก็ใช้เหตุผลถามหาสาเหตุที่นักเรียนทำแบบนั้นคะ” (ชูใจ)

“การกำกับตนเองครบเวลาที่รู้สึกไม่พอใจ โกรธอะไรแบบนี้ก็ใช้วิธีหายใจเข้าลึก ๆ ควบคุมสติตัวเอง บางครั้งก็จะให้เพื่อนคอยเตือนให้มีสติมากขึ้นครับ” (มีคุณ)

“จุดแข็งที่พัฒนาก็จะเป็นการควบคุมอารมณ์การให้อภัยคะ จะมาคู่กันคะ แผนที่ใช้จะคะก็คือพูดคุยระบายกับคนที่ไวใจได้คะ ไม่คิดมากกับคำพูดด้านลบของคนอื่นคะ” (โปรดปราน)

2.1.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่คือ ความเหนื่อยล้า ความเครียด อีกทั้งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนพบอุปสรรคคือ ปัญหาที่พบเจอในแต่ละวัน คำพูดที่ไม่ดี การใช้อารมณ์ และการถือสานักเรียน ซึ่งจากการสังเกตการปฏิบัติ เช่น คะนึ่งและโปรดปรานอุปสรรคของพวกเขาคือ ความเหนื่อยล้าและความเครียดจากการทำงาน ซึ่งโปรดปรานพบว่าอุปสรรคคือ ความเหนื่อยล้าและความเครียดจากภาระงานส่งผลให้เธอควบคุมอารมณ์ตนเองได้ไม่ดีมากนัก โดยยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่เธอรู้สึกไม่พอใจ ก็จะมีชักสีหน้า เช่น เธอไปรับประทานก๋วยเตี๋ยวกับเพื่อน ซึ่งเธอสั่งว่าเอาเส้นเล็ก แต่แม่ค้าเอาน้ำมาใส่ให้น้อยมากเหมือนก๋วยเตี๋ยวแห้ง จึงทำให้เธอชักสีหน้าไม่พอใจและเกิดความรู้สึกหงุดหงิด อีกทั้งผลที่เกิดจากความเหนื่อยล้ายังส่งผลให้เธอหงุดหงิดเมื่อไปสอนนักเรียน กล่าวคือ เธอได้สอนแทนเพื่อนร่วมงานในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งนักเรียนร้องขอให้เธอเปิดโดเรม่อนและมาพูดพร้อมกันหลายคน ในขณะที่เธอกำลังนั่งตรวจงานอยู่ เธอจึงถือสมุดไปเคาะหัวนักเรียนซึ่งตอนแรกลงน้ำหนักแรงมาก แต่เมื่อเธอคิดได้ เธอก็เลยเอามสมุดเคาะหัวนักเรียนคนดังกล่าวเบา ๆ สามครั้งเหมือนหยอกล้อกับนักเรียนซึ่งก็ทำให้นักเรียนเข้าใจว่าเธอหยอกล้อและเล่นกับเธอเช่นเดียวกับชูใจเมื่อเธอเห็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนในขณะที่สอน เช่น หยอกล้อกัน พูดคุยเสียงดังบางครั้งจะส่งผลให้เธอเกิดความรู้สึกหงุดหงิดและเผลอดุนนักเรียนเสียงดัง ขณะที่กานต์แก้วพบอุปสรรคคือ คำพูดที่ผู้อื่นพูดไม่ดีเกี่ยวกับตัวเธอ

“วันนั้นไปเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ค่ะไปกินก๋วยเตี๋ยวกับพรชัยวันค่ะ ก็คือวันนั้นหนูบอกว่าหนูเอาเส้นเล็ก แล้วแม่ค้าเอาน้ำมาใส่ให้น้อยมากมันแทบจะเป็นก๋วยเตี๋ยวแห้งแล้วค่ะ แล้วหนูก็ชักสีหน้า หนูไม่ชอบอะไรแบบนี้ค่ะเห็นแล้วมันหงุดหงิด” (โปรดปราน)

“อาทิตย์นี้หนูได้สอน ได้สอนได้เป็นครูประจำชั้น ป. 1 ค่ะ เพราะครูเพ็น (ครู) ลาป่วยที่นี้นักเรียน ป.1 มาวันนี้ 16 คนค่ะครบชั้นค่ะ แล้ววันนี้เด็กมาบอกหนูว่าครูขาจะดูการ์ตูนจะเอาโดเรม่อน โดเรม่อนแล้วก็มาร้องใส่หนู ที่นี้หนูตรวจงานอยู่ หนูถือสมุดที่นี้หนูเอาสมุดอันนั้นไปเคาะหัวเด็ก ตอนแรกลงแรงมากเลยคะ ที่นี้หนูก็เหมือนอารมณ์ชั่ววูบคิดได้ที่นี้หนูก็เลยทำอีกหนึ่งสองสามครั้งเหมือนเราหยอกเค้าคะ เค้าก็คิดว่าเราหยอกเค้าที่นี้หนูก็เลยเหมือนคิดได้แล้วเค้าก็ยังมาเล่นกับหนูอีกนะคะ หนูคิดได้แล้วหนูก็เลยพูดกับเค้าพูดดี ๆ ค่ะ แล้วเค้าก็ตามประสาเด็กคะ หนูคิดว่าเค้าน่าจะไม่ได้คิดอะไรแต่เขาก็ รู้สึกผิดที่เราไปทำกับเค้า” (โปรดปราน)

จากการที่ผู้วิจัยได้สอบถามโปรดปรานพบว่า การที่เธอเผลอเอาสมุดไปเคาะหัวเด็ก เนื่องจากเธอเกิดความเหนื่อยล้า และมีนักเรียนมารุมพูดแข่งกันว่าจะให้เธอเปิดโดเรม่อนให้ดู จึงทำให้เธอรู้สึกหงุดหงิดและเผลอเอาสมุดเคาะหัวนักเรียนโดยที่ไม่ยั้งคิด ดังประโยคที่ผู้วิจัยได้ทำการสอบถาม ดังนี้

“โปรดปรานคิดว่าอะไรเป็นอุปสรรคที่ทำให้เราไม่ทันได้คิดคะ เอาไปเคาะหัวเด็ก” (ผู้วิจัย)

“มันอาจจะมีความเหนื่อยล้ามันคะ แล้วเหมือนเด็กหลายคนเค้ามารุมเรา เค้าไม่ค่อยกลัวเราคะ เพราะว่าเราก็คือเป็นแค่เด็กมัธยมไม่ใช่ครูประจำชั้น ที่นี้เค้าอาจจะคิดว่าเราเป็นแค่เพื่อนเล่นเค้าเหมือนวันนี้หนูบอกให้เค้าไปนั่งที่พูดไปหลายรอบมากเค้าก็ไม่ไปแล้วที่นี้ หนูจะเอาโดเรม่อนจะเอาจะเอาแบบเนี่ยคะ หนูก็เลยด้วยอารมณ์ของเรา แล้วก็เลยทำไปโดยไม่ได้คิดคะ” (โปรดปราน)

“แล้วก็ที่เป็นอุปสรรคจะไม่มีอันใหม่คะ ก็จะมีอันเดิมในเรื่องการใช้อารมณ์ แล้วก็การถือสานักเรียนคะ” (ชู่ใจ)

อย่างไรก็ตามแม้ว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่จะพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่ก็สามารถควบคุมอุปสรรคเหล่านั้นได้ดีขึ้นมากกว่าวกรอบที่ 1 และ 2 เช่น ค่ะนี้เมื่อเธอเกิดความรู้สึกเหนื่อยล้าและมีความเครียดจากการทำงาน เธอจะใช้วิธีการยิ้มและนอนพักผ่อนให้เพียงพอ ส่วนชู่ใจเมื่อพบว่านักเรียนแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม เธอจะปล่อยวางต่อการกระทำของนักเรียนที่พอยอมรับได้ หากทำผิดมาก เธอจะเรียกนักเรียนมาตักเตือน

นอกจากนั้นเมื่อกานต์แก้วได้ยินผู้อื่นพูดถึงเธอไม่ดี ปล่อยวางคำพูดไม่ดีของผู้อื่น ให้ความสนใจกับงานและความรู้สึกของตนเองเป็นหลัก

“วิธีการควบคุมก็คือ ปล่อยวางคะ แล้วก็ถ้า ถ้าเค้าแบบพฤติกรรมนั้นมันแย่มาก ๆ เราก็ค่อยตักเตือนคะ” (ซูใจ)

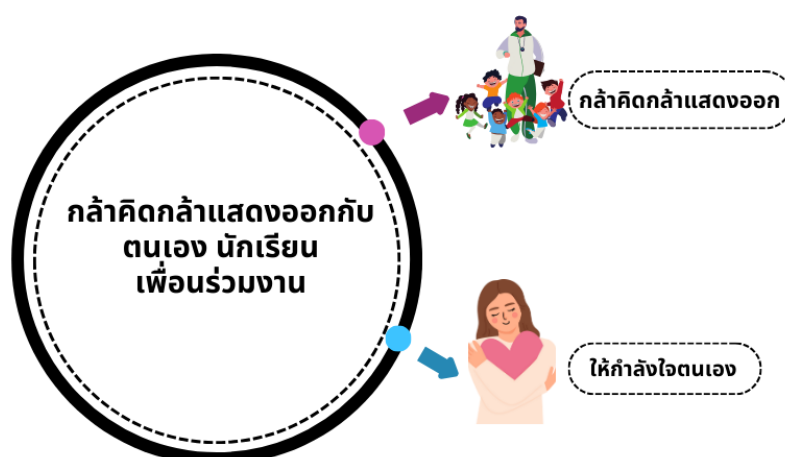
“ตอนนี้หนูรู้สึกที่ไม่มีเลยคะ เพราะว่าหนูรู้สึกว่าหนูควบคุมได้แล้วก็บางอย่างที่มันเล็กน้อยมาก ๆ หนูก็ปล่อยผ่านคะเหมือนเวลามีคนที่พูดถึงเราไม่ดีอะไรแบบนี้คะเมื่อก่อนนี่จะเป็นผลกับหนูมากแต่ว่าตอนนี้หนูก็บอกว่าช่างเถอะไม่เป็นไรเราทำหน้าที่ของตัวเองก็พอ มันเหมือนถึงจุด ๆ หนึ่งที่เราได้เห็นว่ามันไม่ได้เกิดประโยชน์อะไรกับตัวเราเอง มันก็เลยทำให้เรามองข้ามตรงนั้นไปไม่ได้เก็บมาใส่ใจให้เป็นพลังลบในการใช้ชีวิต” (กานต์แก้ว)

แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้ดี แต่มีเพียงผู้ร่วมวิจัยหนึ่งคนที่ยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคได้ดี เช่น โปรดปรานไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีมากนัก เมื่อเธอรู้สึกเหนื่อยล้าจะส่งผลทำให้หงุดหงิดทั้งนี้เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่พอใจเธอจะชอบชักสีหน้า และมีผลต่อทำโทษนักเรียน แม้ว่าเธอจะยังคิดได้แต่ก็ต้องการที่จะเปลี่ยนวิธีการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้ดีขึ้นในวงรอบต่อไป

2.2 กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

2.2.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสรุปประเด็นหลักได้ 2 กิจกรรม ได้แก่ กล้าคิดกล้าแสดงออก และให้กำลังใจตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้



1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

จากการวิเคราะห์กิจกรรมการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การกล้าคิดกล้าแสดงออกปรากฏในหลายบริบทของการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู โดยมีรูปแบบที่หลากหลายและแสดงถึงพัฒนาการทางด้านความกล้าหาญและภาวะผู้นำอย่างชัดเจน ดังเช่น จันท์เจ้า และณมนแสดงความกล้าในการเสนอความคิดเห็นต่อเพื่อนร่วมงานและนักเรียน เช่น การเสนอเพลงใหม่ในกิจกรรมโรงเรียน และกล้าเป็นผู้นำฝึกซ้อมหรือเป็นพิธีกรในงานที่ไม่มีผู้รับผิดชอบอย่างเป็นทางการ แสดงถึงการตัดสินใจและลงมือทำอย่างมั่นใจ ขณะที่เพียงขวัญได้ใช้แผนกล้าแสดงความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์ เช่น การให้คำแนะนำเกี่ยวกับเพลงที่เหมาะสมสำหรับนักเรียน รวมถึงการอาสาช่วยงานต่าง ๆ อย่างแข็งขัน เช่น ดูแลนักเรียนแทนเพื่อนร่วมงานและฝึกซ้อมกิจกรรมกีฬาสีหรือวันเด็ก สะท้อนจิตอาสาและความเป็นผู้นำ ขณะเดียวกันทิวาแสดงออกถึงความกล้าโดยการพูดหน้าเสาธงและอาสาทำงานเมื่อมีโอกาส ส่วนปรายฟ้าใช้การแสดงความคิดเห็นและทำงานร่วมกับผู้อื่นด้วยความสามัคคี แสดงให้เห็นทักษะการทำงานเป็นทีมอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ณคณิงอาสาช่วยงาน โดยไม่ต้องรอคำสั่งจากเพื่อนร่วมงาน แสดงถึงความกล้าและความรับผิดชอบต่อส่วนบุคคล ขณะที่ยาหิแสดงความกล้าผ่านการเรียนรู้จากการสังเกตสถานการณ์จริงและกล้าถามผู้มีประสบการณ์เพื่อพัฒนาตนเองแสดงให้เห็นถึงการกล้าเรียนรู้ในบริบทจริง

“ที่หนูพัฒนามาก็คือ ความกล้าหาญค่ะ แผนที่หนูวางไว้ก็คือ กล้าคิด กล้าทำ กล้าตัดสินใจค่ะ... หนูก็กล้าเสนอเพลงที่เด็ก (นักเรียน) จะต้องเต้นเปิดงานกับคณะครูในโรงเรียนค่ะ แบบเสนอความคิดเห็นไปแบบเนี้ยค่ะ คือ คือถามเด็ก เด็กก็บอกว่าจะเต้นแต่เพลงเดิม ๆ แบบไม่ค่อยเปลี่ยนแปลงแบบเนี้ยค่ะ หนูก็เลยลองเสนอเพลงใหม่ ๆ ดู แล้วที่นี้ค่ะ ครูเพ็น (ครู) ก็ให้หนูเป็นผู้ฝึกซ้อมด้วยค่ะ หนูก็เต้นไม่ค่อยเป็นค่ะ ก็ไปดูจาก Youtube แล้วก็เอามาซ้อมเด็กค่ะ” (จันท์เจ้า)

“ของหนูนะคะจุดที่พัฒนาจะมีเป็นความกล้าหาญกับภาวะผู้นำอันนี้หนูทำมาเป็นคนค่ะ แผนที่น่าไปใช้จะมีกล้าคิดกล้าลงมือทำ กล้าแสดงความคิดเห็นแล้วก็มั่นใจในตนเองค่ะ แล้วก็ผลที่เกิดขึ้นนะคะ เนื่องจากวันที่ 30 31 หนูมีงานผ้าป่ามาพอดีค่ะ แล้วที่นี้ในช่วงเช้าเค้าจะจัดเป็นกีฬาสีให้ศิษย์เก่ารุ่นหนึ่งตั้งแต่รุ่นที่ 1 ถึง 20 ค่ะ แล้ววันนั้นมันเกิดเหตุการณ์ก็คือ แบบคณะครูเค้าไม่รู้ว่าจะแข่งกีฬากันยังไงให้มันลงตัว ก็ ก็เลยกล้าแสดงความคิดเห็นว่าให้ศิษย์เก่าแต่ละรุ่นขึ้นมาที่โรงเรียนแล้วเราค่อยมาจับฉลากว่า จับฉลากว่าคนนี้อยู่สายที่ 1 หรือสายที่ 2 ค่ะ ก็ทำให้ ก็เลยทำให้คณะครูเอาวิธีของหนูไปใช้ค่ะ แล้วก็กล้าลงมือทำงานคนเดียววันนะคะ เนื่องจากในช่วงตอนเย็นหนูจะได้รับหน้าที่เป็นฝ่ายลงทะเบียนแล้วก็บอกศิษย์เก่าแต่ละรุ่นว่า

นั่งโต๊ะไหนเพราะเป็นโต๊ะจีนคะ คำก็จะมีตามป้ายให้ ด้วยความที่คนมาเยอะคะ แล้วก็พิธีกรที่เป็นทางการไม่พร้อมคะ หนูก็เลยตัดสินใจไปขว้างเอาไม้ไปจับมาแล้วก็เชื่อว่าอันนี้น่าที่เท่าไรคะมา กันก็คนคะ (พูดไปยิ้มไปสีหน้าภาคภูมิใจ) ไปนั่งโต๊ะนั้นหนูก็พูดแบบเดินไม้ค้มาจากที่ไหนกันบ้าง อันนั้นคือทำงานคนเดียว เพราะคณะครูก็ยุ่งคะ” (ณมน)

“แผนที่ใช้จะเป็นการแสดงความคิดเห็น การทำงานเป็นทีมคะ ให้ความร่วมมือ และความสามัคคีในการทำงานคะ” (ปรายฟ้า)

“หนูจุดแข็งที่พัฒนาในครั้งที่ 3 ก็จะเป็นความกล้าตัวเดียวคะ ที่เลือกมาแผนที่ใช้ก็คือพูดหน้าเสาธงทุกครั้งเมื่อมีโอกาสคะ การเสนอตัวเองทำงานที่บอกไปได้ใช้แผนเก่า” (ทิวา)

“กล้าอาสาที่จะทำงาน หรือว่าช่วยงานต่าง ๆ คะ อย่างเช่นเวลาคุณครูเค้าไม่ว่างแล้วเค้าก็ไม่ได้บอกใครคะ เหมือนแบบว่าจะต้องเอาของขวัญไปมอบให้คนอื่น ๆ แล้วจะต้องสอนนักเรียนคนอื่น ๆ อยู่ แล้วบางห้องก็จะไม่มีครูดูแลหนูก็จะแบบ หนูขอช่วยคุณเองนะคะเดี่ยวหนูดูแลเค้าเองก็คือจะอาสาช่วยงานเค้า อาสาจะขอเป็นครูฝึกซ้อมมวอลเลย์บอล กีฬาต่าง ๆ ที่หนูยังจะช่วยเด็กฝึกคะ แล้วก็จะมีขอฝึกซ้อมเด็กในการแสดงวันเด็กด้วยคะ” (เพียงขวัญ)

“ของหนูก็การมีจิตอาสาคะอะไรที่เราทำได้เราก็ทำไปเลยคะ เราไม่ต้องไปรอถามหรือว่ารอให้คณะครูบอกนะคะเราทำไปเลยคะ เหมือนที่เข้าค่ายก่อนหน้านั้นคะหนูก็เป็นผู้ที่ทำฐานนะคะก็คือ พาเด็กทำกิจกรรมไปเลยคะอะไรที่เราบอกเราทำได้แล้วก็ทำไปเลยคะมันก็จะมีความกล้าของเราคะ” (คะนิง)

“แผนที่ใช้ก็คือ เราไปอยู่ในบทสนทนาของคณะครูอื่น ๆ รับฟังข่าวเพื่อแบบให้เรารู้ว่าในสถานการณ์นี้คะ เค้าต้องทำยังไงบ้างแบบบางครั้งเราไม่รู้เราก็ถามเค้าแบบนี้คะ ถามแบบผู้มีประสบการณ์คะแบบถามเพื่อให้เรารู้แบบนี้คะ ซึ่งหนู หนูมาฝึกแรก ๆ คะ ช่วง ช่วงเทอมแรก ๆ หนูก็ไม่รู้ว่งานนี้คะเค้าทำยังไงแล้วที่นี้หนูก็สังเกตจากนั้นมาคะ แล้วที่นี้หนูก็เอาช่วงที่หนูไม่รู้ตอนนั้น แบบงานเลี้ยงส่งคุณครูในเทอมนี้หนูก็เลยแบบเออถามครูว่าครั้งนี้มันทำยังไงแล้วก็แบบช่วงพิธีการแบบนี้ หนูก็รับฟังเพื่อที่จะแบบให้ตัวเองทำแบบครั้งหน้าจะได้ปฏิบัติตัวถูกแบบนี้คะ” (ยาหยี)

2) ให้กำลังใจตนเอง

จากการวิเคราะห์กิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยหลายคนได้นำกลยุทธ์การให้กำลังใจตนเองมาใช้เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจและความกล้าหาญในการเผชิญกับสถานการณ์ที่ท้าทาย เช่น โมนำใช้การให้กำลังใจตนเอง เพื่อส่งเสริมความกล้าและสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง

ในขณะที่ จันทรเจ้าเผชิญกับความตื่นเต้นในการพูดหน้าเสาธงหรือเป็นพิธีกร โดยการใช้การพูดกับตนเองเชิงบวก เช่น “เราต้องทำได้” เพื่อสร้างความมั่นใจและปรับกรอบความคิดต่อความผิดพลาดว่าเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ เช่นเดียวกับทิวาใช้การให้กำลังใจตนเองเมื่อรู้สึกไม่มั่นใจหรือวิตกกังวล โดยเฉพาะในสถานการณ์ที่ต้องแสดงความคิดเห็นต่อหน้าผู้อื่น เช่น การแสดงความคิดเห็นในการประชุมหรือการเป็นพิธีกร ด้วยการพูดกับตนเองว่า “ฉันต้องทำได้” ควบคู่กับการหายใจเข้าลึก ๆ เพื่อควบคุมความประหม่า ทั้งนี้แนวทางของผู้ร่วมวิจัยแสดงให้เห็นถึงการใช้ทรัพยากรภายใน ได้แก่ การพูดกับตนเองเชิงบวกเพื่อเสริมพลังใจและส่งเสริมความกล้าในการลงมือทำ

“สำหรับแผนที่เอาไปใช้นะคะ พัฒนาความกล้าค่ะก็คือ มั่นใจในตนเอง แล้วก็ให้กำลังใจตนเองค่ะ” (โมนา)

“เวลาที่หนูจับไมค์แบบพูดหน้าเสาธงหรือแบบต้องเป็นพิธีกรแบบเนี้ยคะ หนูก็จะตื่นเต้นแบบใจมันสั่น ก็จะมีพูดกับตัวเองค่ะว่าต้องทำให้ได้ เราต้องทำได้ ทำได้แบบไมค์ก็ไม่มีอะไรค่อย ๆ เรียนรู้ ค่อย ๆ พัฒนาไปค่ะ ก็บอกตัวเองให้กำลังใจตัวเองแบบนี้ค่ะ มันก็ทำให้หนูทำหน้าที่ตรงนั้นผ่านมาได้ค่ะ” (จันทรเจ้า)

“คณะครูถามความความคิดเห็นหนูในที่ประชุมคะ ก็ไม่ค่อยกล้าพูดเท่าไรคะ กลัวพูดแล้วไม่ถูก หนูก็ไม่ค่อยกล้า แต่พอต้องใช้แผนความกล้าก็บอกตัวเองว่า เออวะฉันได้เตรียมตัวมาดีแล้ว ฉันต้องทำได้ หนูก็จะใช้การพูดกับตัวเองแบบนี้เวลาที่รู้สึกประหม่า ไม่ว่าจะทำอะไรก็ตามหรืออย่างตอนที่ต้องไปเป็นพิธีกรก็จะใช้การหายใจเข้าลึก ๆ ก็บอกตัวเองว่า ฉันทำได้ ฉันต้องทำได้” (ทิวา)

2.2.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่คือ ขาดความมั่นใจในตนเอง มีผู้ร่วมวิจัยบางคนที่พบอุปสรรคได้แก่ ความกดดัน ความกลัวไม่กล้า กลัวว่างานออกมาไม่ดี ภาระงานเกิดจากความคิดของตนเอง ความตื่นเต้น เช่น คะนึ่งพบอุปสรรคคือ ภาระงาน ความกลัว ส่วนจันทรเจ้าเกิดความรู้สึกตื่นเต้นทำให้เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาด้านความกล้าหาญ ขณะเดียวกันณมนพบว่า เธอไม่ค่อยมั่นใจตนเองและไม่ค่อยกล้าแสดงออก เช่นเดียวกับเพียงขวัญที่เธอพบอุปสรรคคือ ความกดดัน และขาดความมั่นใจในตนเอง รวมทั้งอุปสรรคของทิวาคือ ความกลัวไม่กล้า และความไม่มั่นใจเมื่อเธอต้องไปพูดหน้าเสาธงหรือเมื่อเสนอตนเองไปช่วยงานเพื่อนร่วมงาน

“ปัจจัยเงื่อนไขก็คือความตื่นเต้นที่เกิดจากตัวเราเองค่ะ” (จันทรเจ้า)

“ส่วนปัจจัยที่เป็นอุปสรรคนะคะก็จะมีแทบจะไม่ค่อยมั่นใจในตัวเองค่ะ แล้วก็ ‘ไม่กล้าแสดงออก’ (ณมน)

“ซึ่งปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้ไม่ประสบความสำเร็จก็就会有ความกดดัน แล้วก็ขาดความมั่นใจในตัวเองค่ะ” (เพียงขวัญ)

นอกจากนั้นปรายฟ้ายังพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีสาเหตุมาจากความคิดของเธอเองซึ่งถือเป็นอุปสรรค ได้แก่ ความกดดัน กลัวงานออกมาไม่ดี ไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง

“อุปสรรคนะคะเกิดจากความคิดของตนเองล้วน ๆ ค่ะ หนึ่งเลยนะคะ ความกดดันค่ะ กลัวงานออกมาไม่ดีค่ะ สมองกลัวความสามารถของตนเองไม่ถึงค่ะเวลาที่ทำงานร่วมกับบุคคลอื่น ๆ ค่ะ รู้สึกว่างานยังออกมาไม่ดีพอค่ะ” (ปรายฟ้า)

อย่างไรก็ตามแม้ผู้ร่วมวิจัยจะพบอุปสรรค แต่พบว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ควบคุมอุปสรรคเหล่านั้นได้ดีมากขึ้นกว่าในวงจรที่ 1 และ 2 เช่น ค่ะจะใช้วิธีการเขียนบันทึกขอบคุณเพื่อให้กำลังใจตนเอง และเลือกอ่านและดูสิ่งที่สร้างแรงบันดาลใจ เช่นเดียวกับจันทร์เจ้า เมื่อเกิดความรู้สึกตื่นเต้น เธอจะพูดกับตนเองว่าทุกอย่างให้เป็นเรื่องที่ธรรมดา รวมทั้งกำหนดลมหายใจเข้าออกอย่างช้า ๆ อีกทั้งยังพบว่าณมนได้ใช้วิธีการให้กำลังใจเช่นเดียวกันกับจันทร์เจ้า กล่าวคือ เธอคิดว่าตนเองทำได้ นอกจากนั้นแล้วเธอยังให้คนรอบข้างคอยสนับสนุนเพื่อให้เธอเกิดความรู้สึกกล้า รวมถึงใช้วิธีสร้างความท้าทายให้กับตนเอง ส่วนเพียงขวัญใช้วิธีการควบคุมคือ มั่นใจ เชื่อมั่นและไว้วางใจตนเองทำทุกอย่างให้เต็มที่ที่สุด อนึ่งยังพบว่า เธอยังได้ใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่นอกเหนือจากแผนที่วางไว้คือ เธอเลือกฟังและอยู่กับคนที่ให้กำลังใจ ขณะเดียวกันก็หาใช้วิธีควบคุมอุปสรรคด้วยการพูดหน้าเสาธงตอนเข้าบ่อย ๆ เมื่อมีโอกาส เสนอตนเองในการทำงาน รวมทั้งเธอบอกตนเองต้องทำได้

“วิธีการควบคุมก็คือ หนูจะพูดคุยกับตัวเองค่ะ มอง มองทุกอย่างที่เราเจอค่ะ ให้เป็นเรื่องที่ธรรมดา แล้วก็พยายามควบคุมแบบการหายใจของเราแบบว่า พยายามหายใจเข้าลึก ๆ หายใจเข้าหายใจออกค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“มาขนาดนี้แล้วให้กำลังใจตัวเองไปก่อนค่ะก็ตัดสินใจทำ ก็จะเป็นคนรอบข้างคอย Support ค่ะ ไปเลย เอาเลยเอาเถอะ ๆ งานแบบนี้หนูก็เลยเอา ก็สร้างความท้าทายตัวเองว่าเอา เอางานนี้แหละก็ตัดสินใจทำ” (เล่าไปยิ้มไปหัวเราะไปด้วย สีหน้าภาคภูมิใจ) (ณมน)

“วิธีควบคุมของหนูคือเลือกที่จะอยู่กับคนที่เรารู้สึกดีค่ะ แล้วก็เป็นผู้ที่มีพลังบวกคอยให้กำลังใจเราเชื่อมั่นแล้วก็ไว้วางใจในตนเองค่ะ ทำทุกอย่างให้มันออกมาดีที่สุดเท่าที่เราจะทำได้ค่ะ” (เพียงขวัญ)

“แล้วก็รู้สึกทำให้กำลังใจตัวเองบ่อยขึ้น การให้กำลังใจบ่อย ๆ ของหนูก็คือ หนูให้กำลังใจตัวเองว่า ไม่เป็นไร ไม่เป็นไรฉันทำได้ ฉันทำได้พอหนูให้กำลังใจแบบนี้แล้ว รู้สึกว่าตัวเองทำได้ดีค่ะ เข้าหาเค้า (เพื่อนร่วมงาน) ได้มากขึ้น แล้วก็การที่ให้กำลังใจตัวเองแบบนี้คะ มันทำให้หนูรู้สึกว่าไม่กลัว ไม่กลัวแบบสิ่งที่ทำให้หนูต้องรู้สึกว่าเธอต้องกลัวนะแบบนี้ แบบนี้ เธอทำแล้วมันจะทำให้เธอดูไม่ต้อย่างเจียะคะ อย่างน้อยหนูก็ให้กำลังใจตัวเองว่าไม่เป็นไรอย่างน้อยฉันก็ลองผิดลองถูกแบบเนี่ยคะ ถึง ถึงแม้เค้าจะ Feedback มาไม่ค่อยดี แต่มันก็เป็นประสบการณ์ของเราแบบว่าเรา เราควรไปในทิศทางไหน” (ทิวา)

นอกจากนั้นยังพบว่า ปรายฟ้า ควบคุมความกดดันและความกลัว โดยใช้วิธีการให้กำลังใจตนเอง และขอความคิดเห็นจากหลาย ๆ คน

“ส่วนวิธีการควบคุมนะคะ หนึ่งก็คือให้กำลังใจตนเองค่ะ สองขอความคิดเห็นจากหลาย ๆ คนคะว่างานที่เราทำออกมามันดีหรือยัง พอที่จะไปปรับแก้ไขตรงไหนได้บ้างให้ดีขึ้นกว่าเดิมประมาณนี้ค่ะ” (ปรายฟ้า)

หนึ่งจากการที่ผู้วิจัยได้สอบถามพบว่า ปรายฟ้ายังพบอุปสรรคคือ ความกดดัน อยู่แต่เธอสามารถควบคุมได้โดยขอให้เพื่อนร่วมงานเสนอความคิดเห็นในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ในโรงเรียน

“ของปรายฟ้าคือประเมินครั้งที่ 3 อยู่ 3 ส่วนจากตนเอง เพื่อนร่วมงานและนักเรียน มันเลยทำให้เราเห็นแผนที่สำเร็จ แล้วอุปสรรคความกดดันมันยังมีอยู่ไหมคะ” (ผู้วิจัย)

“ก็ยังมีอยู่ค่ะ แต่ควบคุมโดยการให้พี่ ๆ (เพื่อนร่วมงาน) ออกความคิดเห็นคะ และก็แบบอย่างเช่นการแสดงละครให้เด็กหรือไม่ก็การจัดกิจกรรมต่าง ๆ ในโรงเรียนแบบขอให้พี่เค้าแบบช่วยดูหน่อยได้ไหมคะ” (ปรายฟ้า)

2.3 มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.3.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 5 กิจกรรม ได้แก่ วางแผนการทำงาน ใฝ่รู้หาคำตอบ ตรวจสอบความถูกต้องของงานเปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน และให้กำลังใจตนเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 32 แผนมุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน วงรอบที่ 3

1) วางแผนการทำงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า แนวทางการวางแผนการทำงานเป็นกลยุทธ์สำคัญที่ถูกนำมาใช้ควบคู่กับการพัฒนาจุดแข็งด้านความหวัง ความคิดสร้างสรรค์ ความใฝ่รู้ ความมานะพยายาม และความกระตือรือร้น ซึ่งผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนได้ใช้แผนการวางแผนเป้าหมายรายวันหรือระยะสั้นควบคู่กับการบริหารเวลาอย่างเหมาะสม เช่น กานต์แก้ว และโปรดปราน เน้นการตั้งเป้าหมายในแต่ละวันเพื่อสร้างแรงจูงใจและความหวังในการทำงาน ขณะที่โมนา จันทรใจ ปิสิฟ และนับดาวใช้การวางแผนงานรายวันร่วมกับการจดบันทึกเพื่อติดตามความคืบหน้าและความถูกต้องของงานอย่างรอบคอบ ส่วนการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ยาหยี นับดาว และฮารุ ออกแบบและผลิตสื่อการสอนที่แปลกใหม่ เช่น การใช้เพลง สื่อเกม หรือใบงานสร้างสรรค์ ซึ่งมีกระบวนการวางแผนล่วงหน้าในการออกแบบกิจกรรมและเลือกสื่อที่เหมาะสมกับผู้เรียน ขณะเดียวกันชะเอม ต๋องตา และทอฝัน แสดงถึงการใช้แผนางงานที่เชื่อมโยงกับความมานะพยายามและความกระตือรือร้น โดยเฉพาะการเรียงลำดับความสำคัญของงาน การแบ่งเวลา และการพักผ่อนอย่างเหมาะสม เพื่อรักษาสมดุลระหว่างงานกับสุขภาพจิต

“ส่วนด้านความหวังก็คือ ตั้งเป้าหมายกับทุก ๆ เรื่องที่ตนเองได้รับค่ะ ซึ่งในรอบที่ 2 หนูยังไม่ได้ทำค่ะ แต่ในรอบที่ 3 หนูได้ทำแล้วค่ะ” (กานต์แก้ว)

“เป็นความหวังค่ะ แผนที่ใช้คือ กล้าที่จะตั้งเป้าหมายกับตนเอง...ก็เป็นการตั้งเป้าหมายวันนี้จะทำงานให้สำเร็จ วันนี้จะไปสอนในเรื่องนี้จะเป็นการกำหนดในแต่ละวันค่ะ

วันนี้จะเป็นการกำหนดด้านนี้ทำให้เสร็จภายในวันนั้นค่ะ วันนี้ฉันจะไม่ทำงานในส่วนนี้ก็จะไม่ทำเลย” (โปรตปราน)

“ความรอบคอบ กำกับตนเองคะอันนี้ใช้แผนเดียวกันเลยคะ เพราะว่าฉันมันเชื่อมโยงกันได้คะ...แบบถ้ารับปากอะไรไว้แล้วก็จะทำให้ได้คะ” (โมนา)

“จุดแข็งที่หนูพัฒนานะคะความรอบคอบคะ แผนที่หนูใช้ก็คือการทำงานอย่างรอบคอบแล้วเป็นตามแผนที่เราวางไว้ มีอีกอันหนึ่งก็คือ ทำแบบฝึกหัดและตรวจแบบฝึกหัดให้ถูกต้องคะ” (จันทร์เจ้า)

“แผนที่ใช้นะคะ...วางแผนการทำงานในแต่ละวันคะ” (ปัสสิฟ)

“ในด้านของความรอบคอบกับความมานะพยายามหนูทำมาคู่กันคะ ก็คือแผนที่ใช้ก็จะคล้าย ๆ กันคะ มีการวางแผนในการทำงานมีการจดบันทึกคะ” (นับดาว)

“ในส่วนความคิดสร้างสรรค์นะคะตอนที่หนูออกแบบหนูก็คิดว่าจะทำแค่ฝีมือคะ แล้วทีนี้ในอาทิตย์นี้คะหนูใช้เป็นเพลงในการจัดการเรียนการสอนให้เด็กคะ ในการสอนสระแบบนี้คะก็นำมาเป็นเพลงให้เค้าคะ ซึ่งแบบเด็กก็มีความสุขแบบสนุกสนานคะ แล้วทีนี้เวลาเค้าทำงานเสร็จคะ ปกติเค้าจะไปเล่นในช่วงที่แบบรอเพื่อนคะ แต่ที่ดูเอาเพลงมาใช้แบบนี้คะแล้วเค้าไปร้องเพลงแล้วก็ทำภาพประกอบแบบนี้คะ แบบเค้าใช้แบบได้ประโยชน์มากคะ” (ยาหยี)

“แผนที่ใช้นะคะคือ การกำหนดค้นคว้าหานวัตกรรมและไปงานที่ต้องการนำมาใช้ในการสอนคะ ที่มีความแปลกใหม่น่าสนใจคะและก็ทำให้นักเรียนนะคะเกิดพัฒนาการและก็มีสุขกับการเรียนรู้คะ...ก็มีความคิดในการใช้ไปงานที่แปลกใหม่คะและก็มีที่น่าสนใจเกี่ยวกับการระบายสีจากกระดาษเอ 4 ธรรมดาคะก็นำมาทำเป็นรูปถุงเท้าวันคริสต์มาส แล้วก็ห้อยตากแต่งประโยคคะ แล้วก็มีการตัดแปะตัดตามรูปแล้วก็ปะกาบเปิดปิดพับได้คะ” (ฮารุ)

“จุดแข็งที่หนูพัฒนาความใฝ่รู้และความกระตือรือร้นในตัวนี้หนูพัฒนาร่วมกันคะ เพราะว่าคิดว่าเป็นการกระตือรือร้นในการใฝ่รู้คะ แผนที่หนูใช้นะคะหนูได้มีการแบ่งเวลาเราจะต้องทำสิ่งนี้ก่อนอย่างเช่น งานโรงเรียนอันไหนช่วงกิจกรรมคริสต์มาสที่ผ่านมาก็รีบทำให้เสร็จก่อนค่อยจะมาเคลียร์งานของอาจารย์คะ หลังจากนั้นก็ให้กำลังใจตัวเองคะ จริง ๆ หนูก็ไม่ได้ให้กำลังใจตัวเองอย่างเดียวคะ ก็ขอกำลังใจจากคนรอบข้างด้วยคะ” (ชะเอม)

“ของหนูก็คือ จุดแข็งที่หนูพัฒนานะคะก็จะมีความคิดสร้างสรรค์ ความมานะพยายามและความกระตือรือร้น อันนี้หนูพัฒนาควบคู่กันเลยคะ แผนที่หนูใช้นะคะก็คือ แบ่งเวลาในการทำงานคะ แล้วก็พักผ่อน แล้วก็ให้กำลังใจตนเองคะ แล้วก็เมื่อเรามีเวลาก็จะแบ่ง

เวลาในการทำงานแต่ละอย่างค่ะ เมื่อมีเวลาว่างจะรีบทำค่ะเหมือนว่าตอนนี้ หนูมีความกระตือรือร้นมากขึ้นค่ะ แล้วก็มีความอดทนในการทำงานค่ะ แต่ว่าหนูจะไม่หักโหมเกินไปค่ะ หนูจะแบ่งเวลาในการพักผ่อนด้วยค่ะ เพราะว่าหักโหมเกินไปจะส่งผลต่อสุขภาพค่ะ...พอคิดได้แบบนี้ค่ะ หนูก็จะลงมือทำในแบบที่เราวางตรงนั้นค่ะ” (ต้องตา)

“เรียงลำดับความสำคัญของงานดังเช่นในวันนี้ค่ะ ซึ่งเป็นวันที่มีทั้งกิจกรรมต้อนรับ ผอ. แล้วก็นำเสนองานที่ผ่านมา วันที่ผ่านมานะคะหนูก็ช่วยเหลืองานที่โรงเรียนทั้งตอนเช้าตั้งแต่เมื่อวานก่อนที่จะมีกิจกรรมต้อนรับ ผอ. ค่ะ หนูก็ช่วยงานอย่างเต็มที่ค่ะทั้งซ่อมนักเรียนค่ะ ซ่อมเต้านการแสดงค่ะ แล้วก็จากนั้นนะคะหนูก็ช่วยเหลืองาน ตั้งแต่ต้อนรับแขกค่ะ แล้วก็ช่วยเสิร์ฟอาหารจนถึง จนถึงเที่ยงคืนค่ะ หนูค่อยไปเตรียมตัวของตัวเองในการรอนำเสนองานค่ะ อันนี้ก็จะเป็นการแบ่งเวลาค่ะ...หนูได้มาจากเพื่อนค่ะได้มาจากครูใจค่ะ หนูเอาของครูใจมาใช้ค่ะ แผนการมีไฟมีความ Active ในตัวเองค่ะ มีความขยันให้มากขึ้นคะนี่ถึงผลที่ตามมาอยู่เสมอค่ะและก็กระตือรือร้นส่งงานทันเวลา เรียงลำดับความสำคัญและแบ่งเวลาค่ะ แล้วก็ตระหนักรู้หน้าที่ ที่ตัวเองต้องทำค่ะ” (ทอฝัน)

2) ใฝ่รู้หาคำตอบ

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การใฝ่รู้หาคำตอบได้รับการส่งเสริมผ่านกระบวนการแสวงหาความรู้ใหม่จากแหล่งเรียนรู้หลากหลายทั้งในรูปแบบการใช้เทคโนโลยี ชุมชน และการปรึกษาผู้รู้ เช่น ยายหี แสดงให้เห็นถึงความใฝ่รู้โดยการค้นหาแอปพลิเคชันที่เหมาะสมกับการจัดการเรียนรู้ภาษาอังกฤษในช่วงเวลาว่าง และนำมาประยุกต์ใช้ในชั้นเรียนอย่างสร้างสรรค์ รวมถึงการออกแบบการเรียนการสอนผ่านบทเพลง ซึ่งช่วยให้นักเรียนมีความสุข สนุก และได้ฝึกทักษะอย่างมีประสิทธิภาพ ขณะเดียวกันต้องตาแสดงถึงความใฝ่รู้ผ่านการแสวงหาคำตอบโดยการปรึกษาเพื่อนร่วมงาน เมื่อพบอุปสรรคในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้การสอบถามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้อื่นเป็นแนวทางในการพัฒนาความคิดและลดความเครียด ขณะที่ทอฝันแสดงความใฝ่รู้ผ่านการลงพื้นที่ศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นเกี่ยวกับการจักสานไม้ไผ่ โดยใช้การสัมภาษณ์ปราชญ์ชาวบ้านเป็นแหล่งเรียนรู้ และนำองค์ความรู้ที่ได้มาบูรณาการในการจัดการเรียนรู้วิชาภาษาไทยผ่านการเรียนรู้คำศัพท์ประวัติศาสตร์ท้องถิ่น และกิจกรรมลงมือปฏิบัติจริง ทำให้นักเรียนมีประสบการณ์ตรงและเข้าใจเนื้อหาอย่างลึกซึ้ง

“แผนที่ใช้ก็คือ ทำงานช่วงที่เราไม่มีสอนค่ะหาสถานที่เงียบ ๆ ค่ะก็คือ ใฝ่รู้เราก็หาแบบเราก็เลื่อน ๆ ค่ะแล้วหนูก็เห็นแบบแอปพลิเคชัน หนูก็ลองเข้าไปเล่นดูโหลดดูค่ะ หนูก็

เลยคิดว่าเอามาใช้ในการจัดการเรียนรู้น่าจะดีจะเป็นเกี่ยวกับภาษาอังกฤษค่ะ ตอนแรกคะหนูว่าจะใช้ในคาบสอนภาษาอังกฤษค่ะ แต่หนูลืมค่ะ ซึ่งแอปนี้มันแบบเราคิดคำศัพท์แล้วมันอ่านให้เราฟังแบบนี้ค่ะ บางทีหนูก็แบบไม่ค่อยจะแน่นในภาษาอังกฤษหนูก็เลยใช้แอปดีกว่ามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนแบบนี้ค่ะ และในส่วนความคิดสร้างสรรค์นะคะตอนที่หนูออกแบบหนูก็คิดว่าจะทำแค่มือถือค่ะ แล้วทีนี้ในอาทิตย์นี้คะหนูใช้เป็นเพลงในการจัดการเรียนการสอนให้เด็กค่ะในการสอนสระแบบนี้คะก็นำมาเป็นเพลงให้เค้าค่ะ ซึ่งแบบเด็กก็มีความสุขแบบสนุกสนานค่ะ แล้วทีนี้เวลาเค้าทำงานเสร็จจะปกติเค้าจะไปเล่นในช่วงที่แบบรอเพื่อนคะ แต่ที่หนูเอาเพลงมาใช้แบบนี้คะ แล้วเค้าร้องเพลงแล้วก็ทำท่าทางประกอบแบบนี้คะแบบเค้าใช้แบบได้ประโยชน์มากคะ” (ยาหยี)

“สอบถามความคิดเห็นจากคนอื่นคะ เหมือนบางครั้งนะคะเราคิดเยอะ ๆ แบบนี้คะก็เกิดความเครียดและคิดไปต่อไม่ได้ แล้วก็หนูก็จะปรึกษาทางครูพี่เลี้ยงแล้วก็ครูในโรงเรียนคะ แบบว่า หนูทำ ณ ตรงนี้มันเป็นแบบนี้ หนูคิดไม่ออกแบบนี้ ก็ขอความคิดเห็นจากพี่ ๆ คะ ก็ขอข้อเสนอแนะคะว่า ว่าควรจะทำแบบไหนคะ แล้วก็เหมือนพอเราถามหลาย ๆ คนแบบเนี่ยคะ ก็จะมีแบบให้ข้อคิดข้อเสนอแนะว่าทำแบบนี้ดีไหม แบบนี้ดีไหมอะไรแบบนี้ก็จะแบบให้เราสามารถคิดต่อยอดไปได้อีก ทำให้แบบไม่เครียดมากเกินไปคะ” (ต้องตา)

“เราเป็นเด็กทุน (นักศึกษาทุน) ไซ้ใหม่คะ ก็ต้องสอนบูรณาการโดยใช้ชุมชนเป็นฐานกับทุกวิชา พอได้สอนเกี่ยวกับภูมิปัญญาท้องถิ่นแบบเนี่ยคะ หนูก็ไปเรียนรู้จากชุมชน เข้าไปสัมภาษณ์ผู้เฒ่าที่เพิ่น (ผู้สูงอายุ) เป็นปราชญ์ชาวบ้านหรือมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องที่เราต้องการศึกษา อย่างหนูศึกษาการจักสานไม้ไผ่ก็จะเข้าไปถามไปสัมภาษณ์ แล้วก็เอา แบบนำเอาความรู้ที่ได้มาประยุกต์ใช้ในการสอนคะ...เช่นสอนภาษาไทยก็ให้เด็ก (นักเรียน) ได้รู้คำศัพท์เกี่ยวกับการจักสานไม้ไผ่ ประวัติความเป็นมาเครื่องจักสานในชุมชน ขั้นตอนการทำ แล้วก็ให้ลงมือสานกระติ้วทำเป็นสื่อการสอนด้วยคะ” (ทอฝัน)

3) ตรวจสอบความถูกต้องของงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมที่ปฏิบัติพบว่า การตรวจสอบความถูกต้องของงานสะท้อนถึงการใช้จุดแข็งด้านความรอบคอบอย่างเป็นรูปธรรม โดยผู้ร่วมวิจัยให้ความสำคัญกับการตรวจทานเนื้อหา ความแม่นยำของข้อมูล และการจัดบันทึกอย่างเป็นระบบเพื่อป้องกันความผิดพลาด เช่น จันทร์เจ้าแสดงถึงความรอบคอบผ่านการตรวจสอบความถูกต้องของแบบฝึกหัดที่นักเรียนทำพรชีวันเน้นการตรวจเช็คงานหลายรอบควบคู่กับการจัดบันทึกสิ่งที่ต้องทำอย่างเป็นระบบ แสดงถึงกระบวนการทำงานที่มีวินัย สม่ำเสมอ และมุ่งมั่นต่อความสมบูรณ์ของ

ผลงาน และโมโนสสะท้อนความรอบคอบผ่านพฤติกรรมการตรวจสอบข้อมูลที่ไม่แน่ใจ โดยเธอเลือกใช้วิธีสอบถามเพื่อนร่วมงานก่อนดำเนินการ เพื่อให้มั่นใจว่าข้อมูลถูกต้องก่อนพิมพ์ลงในเอกสาร ซึ่งแสดงถึงความรับผิดชอบและความละเอียดรอบคอบในการปฏิบัติงาน

“จุดแข็งที่หนูพัฒนานะคะความรอบคอบค่ะ...ก็คือทำแบบฝึกหัดและตรวจแบบฝึกหัดให้ถูกต้องค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“มีการเช็กงาน 2-3 รอบขึ้นไป มีการจดบันทึกสิ่งที่เราต้องทำค่ะ” (พรชีวัน)

“ความรอบคอบนะคะอย่างเช่นที่ผ่านมาก็คือ จะได้รับมอบหมายให้พิมพ์ชื่อชาวบ้านในหมู่บ้านที่มาบริจาคข้าวแล้วก็บริจาคเงินสดค่ะ แล้วมันมีจุดหนึ่งที่หนูไม่มั่นใจค่ะหนูก็เลยไม่ได้พิมพ์ลงไป ณ ตอนนั้นหนูก็ถามคุณครูก่อนว่าคนนี้เค้าอยู่หมู่บ้านนี้จริง ๆ ไหมคะ แล้วเค้าชื่ออะไรคะก็คือ ถ้าเราไม่มั่นใจอะไรเราก็จะถามให้มั่นใจก่อนค่ะ” (โมนา)

4) เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน

จากการวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การเปลี่ยนบรรยากาศในการทำงานเป็นกลยุทธ์ที่ใช้ในการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ โดยผู้ร่วมวิจัยหลายคนเลือกทำงานในสถานที่ที่เงียบสงบ ปราศจากสิ่งรบกวน ซึ่งสะท้อนความใส่ใจต่อสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสมาธิและการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ เช่น บิลล์ ยาหยี พรชีวัน และต้องตา ต่างเลือกทำงานในช่วงเวลาที่ไม่มีการสอน โดยเฉพาะในสถานที่เงียบ เช่น ห้องพักครู หรือบริเวณที่ไม่มีเสียงรบกวน และผู้ร่วมวิจัยบางคนเสริมด้วยการฟังเพลงเพื่อสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายขณะทำงาน นอกจากนี้ยังใช้แนวทางการเปลี่ยนบรรยากาศไม่เพียงในการทำงานของตนเองเท่านั้น แต่ยังรวมถึงในชั้นเรียน โดยจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การเปลี่ยนสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ให้สนุกสนานและกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียน

“แผนที่ใช้นะคะทำงานอยู่ในที่ ที่ไม่เสียงดังค่ะ ไม่ ไม่เกิดเสียงรบกวนค่ะ” (บิลล์)

“แผนที่ใช้ก็คือทำงานช่วงที่เราไม่มีสอนค่ะหาสถานที่เงียบ ๆ ค่ะ” (ยาหยี)

“แผนที่นำไปใช้ในครั้งก่อนนะคะจะเป็นการเลือกทำงานในสถานที่เงียบ ๆ ค่ะ แล้วก็มีฟังเพลงในขณะที่ทำงานในบางครั้งค่ะ” (พรชีวัน)

“ไปนั่งทำงานในที่เงียบ ๆ ค่ะ เหมือนอยู่ที่โรงเรียนค่ะพอมีคาบว่างที่ ที่หนูไม่ได้สอนค่ะ หนูก็จะนั่งมานั่งทำในที่เงียบ ๆ ที่อยู่ในห้องพักครูโต๊ะของตนเองค่ะ” (ต้องตา)

“ของหนูจะพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ แผนที่หนูใช้คือ การเปลี่ยนบรรยากาศในการทำงานแล้วก็เปลี่ยนบรรยากาศในชั้นเรียนค่ะ” (ธัญญา)

5) ให้กำลังใจตนเอง

จากการวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การให้กำลังใจตนเองเป็นวิธีการที่สำคัญในการเสริมสร้างพลังใจและความมุ่งมั่นในการเผชิญกับภาระงาน เช่น ธัญญาและชะเอมต่างใช้วิธีพูดให้กำลังใจตนเองในชีวิตประจำวัน เช่น การพูดหน้ากระจกหรือพูดกับตนเองก่อนออกไปทำงานว่า “วันนี้เป็นวันที่ดี” เพื่อเสริมสร้างทัศนคติเชิงบวกต่อภารกิจที่ต้องรับผิดชอบ ทั้งนี้ชะเอมยังขอกำลังใจจากครอบครัวเพิ่มเติม ขณะที่ธัญญายังกล่าวถึงการให้กำลังใจตนเองในช่วงที่เผชิญภาระงานจำนวนมาก โดยใช้แนวคิด “ลำบากวันนี้สบายวันหน้า” เป็นแรงผลักดัน พร้อมทั้งนึกถึงครอบครัวในฐานะแรงบันดาลใจในการเรียนและการทำงาน ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการใช้ทรัพยากรภายในและภายนอกเพื่อสร้างพลังใจในการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

“ก็ให้กำลังใจตัวเองจะบอกตัวเองก่อนไปทำงานทุกวันว่า วันนี้เป็นวันที่ดีจริง ๆ หนูก็ได้ให้กำลังใจตัวเองอย่างเดียวค่ะ ก็ขอกำลังใจจากครอบครัวด้วยค่ะ ส่วนใหญ่ก็จะขอจากครอบครัวค่ะ” (ชะเอม)

“ช่วงที่มีงานเข้ามารุมทั้งสอน ทั้งงานโรงเรียน คือมันแบบอนอ้ว (วุ่นวาย) ค่ะ คือ แบบว่าทุกอย่างดาวน์หมด ต้องส่งงานพร้อมกันหลายงาน หนูก็จะพยายามใจเย็น ๆ พยายามเคลียร์ทีละงาน งานไหนสำคัญก็ทำก่อน ให้กำลังใจตัวเองด้วยจะบอกกับตัวเอง ลำบากวันนี้สบายวันหน้า ถ้าสบายวันนี้จะลำบากวันหน้า...ก็นึกถึงครอบครัวด้วยค่ะ หนูก็อยากเรียนให้จบ อยากเป็นครู พ่อแม่จะได้สบาย น้องก็จะได้มีเงินเรียนต่อ” (ธัญญา)

2.3.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่คือ ความเหนื่อยล้า อีกทั้งยังพบว่ามีผู้ร่วมวิจัยบางส่วนที่พบอุปสรรคได้แก่ ภาระงาน ความเครียด ความขี้เกียจ ขาดความรอบคอบ การบริหารเวลา สภาพแวดล้อม ภาวะหมดไฟ ความเร่งรีบในการทำงาน ความผิดหวังขาดสื่ออุปกรณ์ที่มีความพร้อม ความผิดหวัง ขาดวินัยในตนเอง ขาดความรอบคอบในการทำงาน พักผ่อนไม่เพียงพอ นอกจากนั้นยังพบอุปสรรคใหม่ที่นอกเหนือจากที่ผู้ร่วมวิจัยได้คิด ได้แก่ ความคิดของตนเอง และขาดประสบการณ์เกี่ยวกับงานที่ทำ ซึ่งผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ เช่น ปิสิฟ ปรายฟ้า ยาหยี ชะเอม พรชีวัน นัสดาว เทียนหอม ต้องตา ธัญญา และฮารุ พบอุปสรรคคือ ภาระงานมากส่งผลให้พวกเขาก่อเกิดความเหนื่อยล้าและความเครียดจากการทำงานทั้งนี้ยังพบว่ามี

ผู้ร่วมวิจัยบางคนได้สอนแทนเพื่อนร่วมงาน อนึ่งยังพบว่าเทียนหอมเกิดภาวะหมดไฟในการทำงาน นอกจากนั้นยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนยังพบอุปสรรคอื่นนอกเหนือจากที่กล่าวมา เช่น ปลายฟ้า และยาหียพบอุปสรรคคือ การบริหารเวลา กล่าวคือ พวกเธอมักมีภาระงานด่วนที่แทรกเข้ามาโดยที่ไม่ได้วางแผนส่งผลให้ไม่สามารถบริหารจัดการเวลาในการทำงานได้ดีมากนัก ส่วนพรชีวัน นัสดาวและจันทร์เจ้า อุปสรรคของพวกเธอคือขาดความรอบคอบ กล่าวคือ พรชีวันให้ข้อมูลว่า เธอทำงานส่งทันตามเวลาที่กำหนด แต่มักจะได้แก้ไขงานไม่ต่ำกว่า 2-3 รอบส่งผลให้เกิดความรู้สึกเหนื่อยล้า ขณะที่จันทร์เจ้าเร่งรีบในการทำงานมากเกินไปส่งผลให้เธอไม่มีเวลาในการตรวจทานความถูกต้องส่งผลให้งานเกิดความผิดพลาด ส่วนเทียนหอมยังพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเพิ่มเติมคือ ความขี้เกียจ

“ส่วนปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะก็จะเป็นความเหนื่อยล้ากับความเครียดค่ะ” (ปิลีฟ)

“ปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะหนึ่งเลยก็คือ การจัดการกับเวลาด้วยความเหนื่อยล้า ความเครียด ภาระงานค่ะ” (ปลายฟ้า)

“อุปสรรคที่เกิดขึ้นก็มีภาระงานด้วยค่ะ แต่ว่าตัวนี้นั้นมันไม่ได้เกิดขึ้นจนทำให้แผนไม่สำเร็จค่ะ” (ชะเอม)

“ก่อนหน้านี้ก็มีบ้างค่ะ แต่ไม่ได้หนักเท่าช่วงนี้ค่ะ ช่วงนี้หนูรู้สึกว่าหนูเป็นคนขี้หลงขี้ลืมมากค่ะไม่ใช่เฉพาะงานที่ตัวเองทำนะค่ะที่แบบว่าทำเสร็จ เสร็จมั้ยเสร็จทันเวลาเหมือนที่เพื่อนพูดแต่ว่ามันต้องได้กลับมาแก้ตลอดไม่ต่ำกว่า 2-3 รอบในแต่ละครั้งแล้วก็ในการใช้ชีวิตประจำวันเหมือนกันค่ะที่บอกว่าลืมกุญแจบ้าง ลืมอะไรบ้าง อย่างเช่นเมื่อวานนี้ค่ะกลับบ้านแล้วเอากะเป๋ไปข้างล่างพอหนูขึ้นมาเข้าลิ้มกระเป๋ หนูก็ต้องกลับไปเอา แล้วลืมปลั๊กไฟ รู้สึกว่ามัน ช่วงนี้มันค่อนข้างที่จะหนักขึ้นเยอะอยู่ค่ะ ขนาดมีการจดนะค่ะมีการจดชีวิตประจำวันว่าต้องทำอะไรบ้าง แล้วก็เหลือ เหลืองานอะไรที่ยังไม่ได้ทำแต่มันก็มีมาเรื่อย ๆ ค่ะ...เหนื่อยเหมือนกันค่ะที่ว่าหนูบอกว่าหนูที่ว่าลืมอันเนี่ยครั้งสุดท้ายสุดค่ะที่บอกว่าลืมกุญแจเหมือนเราลืมอะไรบางอย่างแล้วเราพยายามนึกแล้วเรามันกดดันตัวเองค่ะ เอาไว้ไหนทำหายไหม” (พรชีวัน)

“ปัญหาอุปสรรคก็คือ ความเหนื่อยล้าค่ะ” (นัสดาว)

“ปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะคะจะเป็นความขี้เกียจค่ะ บรรยากาศและสิ่งแวดล้อมในการทำงาน แล้วก็ภาระงานค่ะ ความเหนื่อยล้าค่ะ ความเครียด แล้วก็หมด Passion ค่ะ” (เทียนหอม)

“ปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคค้ะก็จะเป็นเวลาค้ะ เพราะว่าบางที่เราก็จะมีแบบสอนแทนอะไรแบบนี้ เราก็อาจจะมีเวลาว่างในการทำงานน้อยค้ะ แล้วก็จะมีภาระงานแล้วก็ความเครียดค้ะ” (ต้องตา)

“ปัจจัยและเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคนะค้ะก็คือ ภาระงาน ความเหนื่อยล้า และก็ความเครียดค้ะ” (ธัญยา)

“ปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคของหนูนะค้ะก็คือ ภาระงานกับความเหนื่อยล้าค้ะ...ตอนนั้ก็มีแค่ภาระงานที่เข้ามาช่วงนี้ก็เป็นช่วงกิจกรรมวันเด็ก วันครูก็ฟ้าค้ะ” (ฮารุ)

อีกทั้งยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนยังพบปัญหาอุปสรรคอื่น ๆ เช่น กานต์แก้วและโปรดปราน บางครั้งพวกเธอไม่กล้าตั้งเป้าหมาย เพราะกลัวความผิดหวัง ส่วนยาหียพบขาดสื่ออุปกรณ์ที่พร้อมในการสอน นอกจากนั้นแล้วทอฝันพบว่า เธอไม่มีประสบการณ์เกี่ยวกับงานที่ทำ รวมทั้งโมนาพบอุปสรรคคือ เธอขาดวินัยในการทำงาน พักผ่อนไม่เพียงพอส่งผลให้งานที่ออกมาไม่เรียบร้อย

อย่างไรก็ตามแม้ผู้ร่วมวิจัยจะพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่พบว่า ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ควบคุมอุปสรรคเหล่านั้นได้ดีมากขึ้นกว่าในวงรอบที่ 1 และ 2 กล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยสามารถควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความเหนื่อยล้าและความเครียดจากการทำงานด้วยวิธีการที่เหมือนกัน กล่าวคือ หากบิลีฟเหนื่อยเธอจะพักก่อน และระบายความเครียดให้คนที่เธอสนิทฟังเช่นเดียวกับปรายฟ้า ชะเอม เทียนหอม ต้องตา ธัญยาและฮารุแบ่งเวลาในการทำงานเพื่อให้มีเวลาในการพักผ่อน เช่นเดียวกับจันทร์เจ้าแบ่งเวลาทำงานและทำงานแบบใจเย็น ไม่เร่งรีบในการทำงานเพื่อไม่ให้เกิดความผิดพลาด อีกทั้งยังพบว่า ชะเอมใช้วิธีการนอนพักผ่อน ให้กำลังใจตนเอง ออกไปทำสิ่งที่ตนเองชอบ ใช้เวลาอยู่กับครอบครัว และปล่อยวางไม่คิดมาก อนึ่งชะเอม เทียนหอม ต้องตา และฮารุรับประทานอาหารที่อร่อย เช่น หมูกระทะ และของหวาน ส่วนยาหียเมื่อเกิดความเหนื่อยล้าจากภาระงาน เธอใช้วิธีการคิดว่าสิ่งที่ทำก็เพื่อตนเองและผู้อื่น อีกทั้งยังพบว่าเมื่อเทียนหอมรู้สึกหมดไฟในการทำงาน เธอจะหาสิ่งที่เป็นแรงบันดาลใจให้ตนเอง เปลี่ยนสถานที่ในการทำงานไปเที่ยวและคิดในแง่บวก ส่วนต้องตาเมื่อเธอเครียดจากภาระงานก็ให้กำลังใจตนเองและปรึกษากับเพื่อนร่วมงาน เช่นเดียวกับทอฝันหากเธอไม่มีประสบการณ์ในการทำงาน ก็จะสอบถามเพื่อนร่วมงานที่มีประสบการณ์ ขณะที่โปรดปรานเมื่อเกิดความผิดหวังก็จะพูดคุยกับคนที่เธอไว้วางใจ นอกจากนั้นยังพบว่าโมนาใช้วิธีบันทึกสิ่งต่าง ๆ ที่ต้องทำในแต่ละวันหรือแต่ละสัปดาห์เพื่อให้เกิดความกระตือรือร้นและฝึกวินัยในการทำงาน รวมทั้งให้รางวัลตนเอง ขณะเดียวกันเมื่อนับดาวเกิด

ความเหนื่อยล้าและหลงลืม เธอจะใช้วิธีการควบคุมโดยการพักสักครู่แล้วค่อยกลับมาทำงานและตรวจสอบงานให้เรียบร้อย

“ถ้าเหนื่อยก็จะพักก่อนค่ะแล้วก็จะระบายให้คนใกล้ตัวฟังค่ะ” (บีลีฟ)

“วิธีการควบคุมนะคะ พยายามแบ่งเวลาให้เหมาะสม แบ่งเวลาให้เป็นคือนอนพักผ่อน และหาเวลาออกไปเที่ยวค่ะ” (ปราวฟ้า)

“การทำงาน นอนพักผ่อน ให้กำลังใจตนเอง ออกไปทำสิ่งที่ตัวเองชอบกินอาหารอร่อย ๆ อยู่กับครอบครัว และปล่อยวางไม่คิดมากค่ะ” (เซเอ็ม)

“วิธีการควบคุมปัจจัยนะคะก็คือ หาสิ่งที่เป็นแรงบันดาลใจให้ตัวเองค่ะ เปลี่ยนสถานที่ในการทำงานที่ตนเองชอบค่ะ แบ่งเวลาค่ะ หาของอร่อยทานเช่นหมูกระทะค่ะ เที่ยวค่ะ แล้วก็คิดในแง่บวกค่ะ” (เทียนหอม)

“วิธีการควบคุมนะคะก็คือหนูจะให้กำลังใจตนเองค่ะ ก็คือว่าเราสามารถทำได้ค่ะก็คือ แบ่งเวลาในการทำงานค่ะ แล้วก็ไม่ได้ท้อใจเกินไป แบ่งเวลาในการทำงาน แบ่งเวลาในการพักผ่อนค่ะ เวลาเหนื่อยก็จะหาของอร่อย ๆ กินค่ะ หนูก็จะแบบที่โต๊ะทำงานแบบนี้ก็จะมีพวกขนมแบบนี้ กินคลายเครียดแล้วก็ทำงานไปด้วยค่ะ แล้วก็ถ้าเราคิดไม่ออกแบบเนี้ยค่ะ ก็จะปรึกษากับครูในโรงเรียนค่ะ” (ต้องตา)

“วิธีการควบคุมนะคะคือ แบ่งเวลา นอนพักผ่อน แล้วก็หาของหวานทานค่ะ” (ฮารุ)

“วิธีการควบคุมนะคะ แบ่งเวลา ผ่อนคลายในการทำงานมากขึ้น ไม่กดดันตนเองค่ะ” (ธัญยา)

“ปัจจัยเงื่อนไขก็คือความเร่งรีบในการทำงานค่ะก็คือ เหมือนมันทำให้เราแบบรีบเกินไปแล้วแบบมันจนแล้วมันไม่มีเวลาในการตรวจค่ะ ก็คือวิธีการควบคุมก็คือ พยายามทำงานค่ะ แบบไม่เร่งตัวเองทำให้เกิดความผิดพลาดค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“วิธีการควบคุม คิดว่าสิ่งทำเพื่อตัวเองและเพื่อคนอื่นให้มีความรู้ความสามารถ” (ยาหยี)

“ถ้าหนูไม่ค่อยมีประสบการณ์เกี่ยวกับงานที่ทำ ก็สอบถามครูในโรงเรียนที่มีประสบการณ์มากกว่า” (ทอฝัน)

“ปัญหาที่เป็นอุปสรรคก็คือ ความผิดพลาดค่ะ วิธีการควบคุมก็คือ พูดคุยกับคนที่เราไว้วางใจได้” (โปรดปราน)

“วิธีการควบคุมอุปสรรคหนูก็นึกพยายามบันทึกสิ่งต่าง ๆ ที่ตัวเองได้ทำในแต่ละวัน หรือแต่ละสัปดาห์ แล้วก็ให้รางวัลตัวเองคะ” (โมนา)

อย่างไรก็ตามยังพบว่า มีผู้ร่วมวิจัยหนึ่งคนที่ไม่สามารถควบคุมอุปสรรคได้ดีมากนักกล่าวคือ พรชีวันพัฒนาด้านความรอบคอบ แม้ว่าเธอจะตรวจสอบงานก่อนทุกครั้งอย่างน้อย 2-3 รอบ แต่ก็เกิดความผิดพลาด รวมทั้งลืมกุญแจรถ ลืมกุญแจห้องทำงาน โดยเธอให้ข้อมูลว่ายังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคนั้นได้

2.4 ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

2.4.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 2 กิจกรรม ได้แก่ ใส่ใจตนเอง และใส่ใจผู้อื่น ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 33 แผนใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น วงรอบที่ 3

1) ใส่ใจตนเอง

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การใส่ใจตนเองสะท้อนผ่านการใช้กลยุทธ์เพื่อสร้างอารมณ์เชิงบวกและผ่อนคลายความเครียด โดยบีลีฟและพรชีวันต่างพัฒนา จุดแข็งด้านอารมณ์ขึ้นผ่านกิจกรรมที่ตนเองชื่นชอบ เช่น การรับประทานอาหารที่ชอบ การดูคลิปตลก และการพูดคุยกับบุคคลที่ให้พลังบวก ซึ่งล้วนเป็นวิธีที่ช่วยเสริมสร้างความสุข ความสบายใจ และ ความพร้อมทางอารมณ์ก่อนปฏิบัติงาน

“จุดแข็งที่เป็นอารมณ์ขันนะคะแผนที่ใช้ก็คือ กินอาหารที่อยากกินคะ แล้วก็ดูคลิปอะไรที่มันผ่อนคลายอย่างเช่น คลิปตลกคะ หนูก็มีความสุขมากขึ้นยิ้มมากขึ้นคะ แล้วก็รู้สึกคลายเครียดก่อนที่จะไปสอนนะคะ” (บีลีฟ)

“จุดแข็งที่หนูพัฒนาจะเป็นด้านอารมณ์ขันนะคะ แผนที่ใช้จะเป็นการพูดคุยกับคนที่ทำให้เราสบายใจ มีพลังบวกและสบายใจคะ แล้วก็ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบคะ” (พรชีวัน)

2) ใส่ใจผู้อื่น

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การใส่ใจผู้อื่นสะท้อนผ่านการพัฒนาจุดแข็งด้านอารมณ์ขันและการเปิดใจรับฟังผู้อื่น โดยเฉกเช่นใช้แผนการสร้างสีสันผ่านกิจกรรมที่ส่งมอบความสุขให้ผู้อื่น เช่น การแต่งกายเป็นตัวตลกในขบวนแฟนซีเพื่อสร้างรอยยิ้มและเสียงหัวเราะ ซึ่งสะท้อนความตั้งใจในการสร้างบรรยากาศที่ดีให้กับผู้อื่น ขณะที่มิคุณมุ่งเน้นการเปิดใจเรียนรู้ การมองโลกในแง่ดี และการฝึกตนเองให้รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นด้วยเหตุผล ซึ่งแสดงถึงการพัฒนาทักษะทางสังคมที่เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันอย่างเข้าใจและเคารพซึ่งกันและกัน

“การพัฒนาเรื่องของอารมณ์อารมณ์ขัน แผนที่ใช้ก็คือ สร้างสีสันให้กับตัวเองและก็ทุกคนยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่เสมอ แล้วก็หากิจกรรมที่ทำให้ตัวเองผ่อนคลายหลังเลิกเรียนครับ...ก็คือเป็นการจัดขบวนแฟนซีที่เราสร้างสีสันให้กับผู้อื่นด้วยการนำนักเรียนมาจัดขบวน แล้วเรามีการแต่งตัวเป็นตัวตลกให้กับคนอื่นได้มีเสียงหัวเราะ ก็ได้รับ Feedback กลับมาเป็นคำชมที่ดี อันนี้ก็ทำให้มีความสุขแล้วก็ยิ้มได้ครับ” (เฉกเช่น)

“ที่พัฒนาครับคือการเปิดใจนะครับแผนที่ใช้ก็คือ การเปิดใจเรียนรู้มองโลกในแง่ดีมากยิ่งขึ้นครับ เป็นการฝึกตัวเองครับให้เป็นคนมีเหตุผล รับฟังความคิดเห็นของคนอื่นด้วยเหตุผล” (มิคุณ)

2.4.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่คือ สภาพแวดล้อมทางลบ ได้แก่ บุคคลที่มีพลังลบ สภาพแวดล้อมในห้องเรียน นักเรียนไม่มีสมาธิในการเรียน อีกทั้งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนพบอุปสรรค ได้แก่ ความเครียด ความวิตกกังวล ความกลัว แรงกดดันจากคนรอบข้าง ความเหนื่อยล้า ภาระงาน อดคิดต่อผู้อื่น อดคิดต่อการเรียนรู้ ไม่เปิดใจในการเรียนรู้ ขาดความกล้า และปัญหาสุขภาพ เช่น กานต์แก้วพบอุปสรรคคือ บุคคลรอบข้างที่เป็นพลังลบ ส่วนยาหิพบอุปสรรคคือ ความกลัว คะนิงพบว่า เธอมีความวิตกกังวลและการตัดสินใจผู้อื่น พร้อมพบอุปสรรคคือ ความเหนื่อยล้าและนักเรียนไม่ค่อยมีสมาธิในการเรียนซึ่งถือ

เป็นอุปสรรคใหม่ เช่นเดียวกับบิลฟ์ที่ไม่สามารถควบคุมชั้นเรียนได้ เพราะว่ามันก็จะส่งผลให้เธอเกิดความเครียดตามมา ส่วนเธอแถมพบอุปสรรคคือ ความกดดันจากผู้อื่น ความเครียดและสภาพแวดล้อมทางลบ เช่นเดียวกับพรชีวันที่พบอุปสรรคคือ บุคคลที่เป็นพลังลบที่ใช้คำพูดที่ไม่ดีทำให้เธอไม่มีกำลังใจและความเจ็บป่วยของเธอที่ทำให้บางครั้งเกิดความรู้สึกหงุดหงิดส่งผลให้ไม่ยิ้มแย้มกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน ซึ่งถือเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาด้านอารมณ์ขั้นตอนที่เริ่มพบอุปสรรคคือ ภาระงานมากทำให้เธอไม่ได้มีเวลาใส่ใจนักเรียนมากนัก ส่วนมีคุณพบอุปสรรคคือ ไม่เปิดใจในการเรียนรู้และบางครั้งขาดความกล้าในการเข้าไปสอบถามเพื่อนร่วมงานเกี่ยวกับสิ่งที่เขาไม่รู้และไม่มีความมั่นใจ

“พยายามที่จะเดินออกจากจุดที่เป็นทางลอบอย่างเช่นกันเวลาที่เค้าพูดคุยเรื่องที่ไม่ดีหรือว่าเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับเรา เราก็พยายามที่จะเดินหนีอะไรแบบนี้ครับ แล้วก็เรื่องงานที่จะโดนแรงกดดันแล้วก็มีแต่ยอมรับแล้วก็เราจะไม่เก็บมาคิดให้เยอะครับแล้วก็การเที่ยว ดู Tik Tok ดูหมอลำอะไรแบบนี้ครับ” (เธอแถม)

“ส่วนที่เป็นอุปสรรคนะคะก็คือ จะแบบว่าสภาพแวดล้อมในห้องเรียน อย่างเช่นเจอเด็กแบบหลายคน แล้วเราไม่สามารถควบคุมห้องเรียนได้ เด็กดื้อก็就会产生ความเครียด” (บิลฟ์)

“ในเรื่องของปัญหาอุปสรรคก็จะมีตัวบุคคลละ มีความเจ็บป่วย” (พรชีวัน)

“อุปสรรคนะครับก็จะมีปิดกั้นการเรียนรู้ครับ มีอคติต่อการเรียนรู้” (มีคุณ)

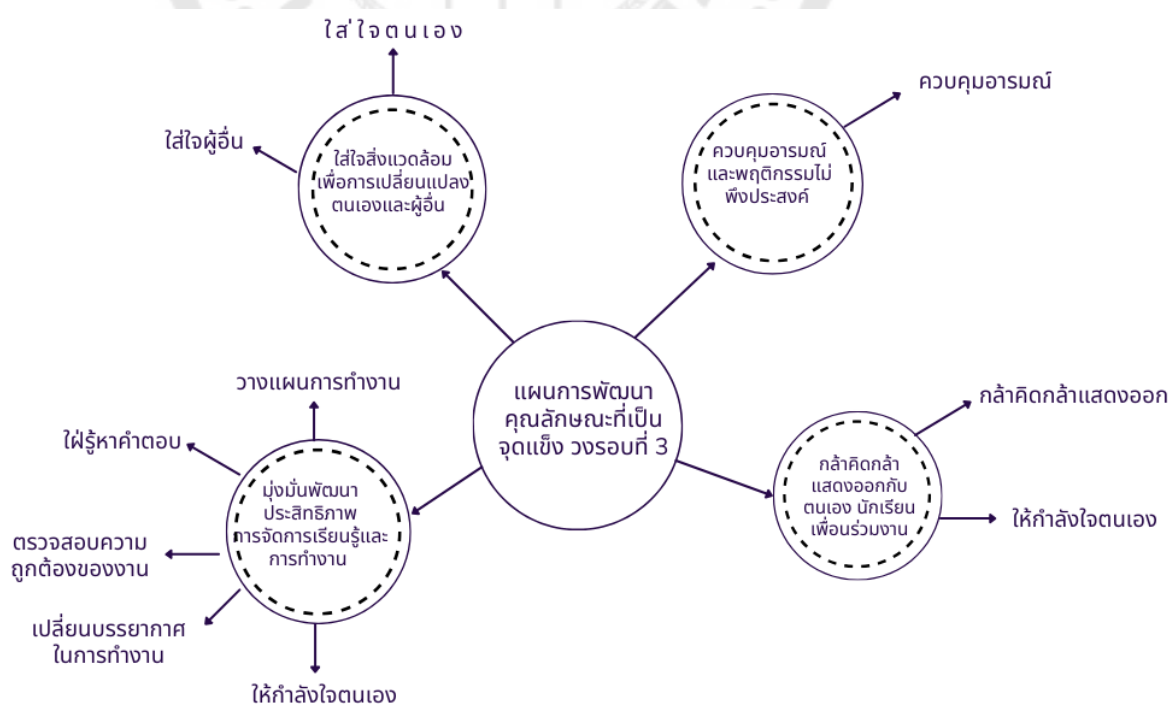
อย่างไรก็ตามแม้ว่าผู้ร่วมวิจัยโดยส่วนใหญ่จะพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่ก็มีวิธีการควบคุมอุปสรรคเหล่านั้นได้ดีมากขึ้นกว่ารอบที่ 1 และ 2 เช่น กานต์แก้วเมื่อเธอพบคนที่มีพลังลบจะควบคุมอุปสรรคด้วยการพูดคุยและอยู่กับคนที่มีพลังบวก ส่วนเมื่อยาหยิเกิดความกลัว เธอจะใช้ความมั่นใจและความกล้า คะนั้นจะเปิดใจยอมรับผู้อื่น เพราะแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ส่วนพริ้มหากเธอเกิดความเหนื่อยล้า ก็จะใช้วิธีการไปรับประทานอาหารที่อร่อย เช่น หมูกระทะ และหากนักเรียนไม่มีสมาธิในการเรียน เธอจะใช้วิธีการหากิจกรรมฝึกสมาธิและกิจกรรมเตรียมความพร้อมให้กับนักเรียน ส่วนบิลฟ์เมื่อเกิดความเครียดจากการที่ควบคุมชั้นเรียนไม่ได้ เธอจะดื่มน้ำหวานที่ชอบและควบคุมความรู้สึกของตนเองแล้วเข้ามาจัดการชั้นเรียนอีกครั้ง ขณะที่เธอแถม เมื่อเธอพบแรงกดดันจากเพื่อนร่วมงานที่คาดหวังว่างานที่ได้รับมอบหมายจะต้องออกมาดีส่งผลให้เธอเกิดความเครียด ซึ่งเธอดู Tik Tok พยายามเดินออกจากสภาพแวดล้อมทางลบ ไปเที่ยวและดูหมอลำเพื่อควบคุมอุปสรรคดังกล่าวเช่นเดียวกับพรชีวัน

ใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคด้วยพูดคุยกับคนที่ทำให้เธอสบายใจ มีพลังบวก และมีอารมณ์ขันให้กัน นอกจากนั้นยังพบว่าเธอฝึกการรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองด้วยการยิ้มรับทุกสถานการณ์ ส่วนพร้อมควบคุมโดยการนำเอากิจกรรมมาสร้างความสนใจและ มีความใกล้ชิดกับนักเรียนมากขึ้น แบ่งเวลาในการทำงานหลังจากกลับจากการทำกิจกรรม ส่วนมีคุณเมื่อเขาเกิดปิดกั้นการเรียนรู้ เพราะมีอคติ เขาจะควบคุมโดยการมองหาผลดีของการเรียนรู้และไปสอบถามเพื่อนร่วมงานในสิ่งที่ตนเองไม่เข้าใจทั้งนี้การที่เขากล้าสอบถามเป็นการใช้แผนการพัฒนาความกล้ามาจากวงรอบที่ 1 และ 2

“เด็กดีอะไรอย่างเนี่ยคะ...หนูก็จะใช้วิธีการควบคุมความรู้สึกตัวเอง ควบคุมอารมณ์ตัวเองก่อนคะ เพราะรู้ว่าตัวเองจัดการกับความเครียดตัวเองตอนนั้น แล้วก็จัดการห้องเรียนตอนนั้นคะ แล้วก็จะมีตีม้น้ำก่อนคะ” (บีลีฟ)

“วิธีการควบคุมของหนูก็จะมีการพูดคุยกับคนที่ทำให้เราสบายใจคะ พยายามรู้เท่าทันตัวเองให้มากขึ้นคะ แล้วยิ้มหมายถึงว่า ยิ้มระบายอารมณ์ต่าง ๆ คะ อาจจะดีใจ หรือเศร้าหรือว่าโกรธอย่างเนี่ยคะก็ยิ้มไว้ก่อนคะ” (พรชีวัน)

“วิธีการควบคุมนะครับก็คือ มองหาผลดีของการเรียนรู้ใช้แผนพัฒนาตัวเอง จากครั้งที่ 1 และ 2 ครับ ซึ่งเคยพัฒนาเรื่องความกล้าไว้ นะครับ” (มีคุณ)



ภาพประกอบ 34 สรุปแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 3

3. การสะท้อนผลการปฏิบัติ

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติหลังจากการใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล โดยสะท้อนกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยนำไปปฏิบัติสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน รวมทั้งผลลัพธ์จากการทำกิจกรรม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

3.1 การบรรลุเป้าหมาย ดังรายละเอียดในตาราง 12

ตาราง 12 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนวงรอบที่ 3

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
1	กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน	“มีความกระตือรือร้นมากขึ้นค่ะ ทั้งในเรื่องการใฝ่รู้ การใช้ชีวิตแล้วก็ในการทำงาน รู้สึกว่ามีพลังในการพัฒนาตัวเองมากขึ้นทุกวัน มันดีตรงที่หนูไม่ปล่อยให้ตัวเองเฉื่อย ๆ เหมือนเมื่อก่อนเหมือนมีแรงขับในตัวเองอยู่ตลอดค่ะ” (ชะเอม) “หนูรู้สึกว่าตัวเองกระตือรือร้นกับการทำงานในโรงเรียนมากขึ้นค่ะ พอรู้หน้าที่ของตัวเองชัดเจน หนูก็ลงมือทำอย่างตั้งใจเลยค่ะ เช่น งานสอน งานออกแบบป้าย งานต้อนรับท่าน ผอ. ใหม่ หรือฝึกซ้อมการแสดงให้กับนักเรียนในงานวันเด็ก หนูก็เต็มใจกับทุกงานเลยค่ะ (ยิ้มกว้าง) รู้สึกสนุกแล้วก็อยากให้งานออกมาดีที่สุดค่ะ” (ทอฝัน)
2	ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์	“หนูรู้สึกว่าตัวเองมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างดีขึ้นค่ะ แล้วก็รู้สึกมีความสุขกับการมาโรงเรียนมากขึ้นด้วยค่ะ ที่สำคัญคือ หนูควบคุมตัวเองเวลารู้สึกไม่โอเคได้ดีขึ้น ไม่แสดงพฤติกรรมหรือสีหน้าไม่เหมาะสมแบบเมื่อก่อนค่ะ” (กานต์แก้ว) “หนูรู้สึกว่าตัวเองควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้นค่ะ เวลาทำงานก็มีสติมากขึ้น ไม่รู้ความเหมือนเมื่อก่อน แล้วก็พยายามมองทุกอย่างในแง่ดี ไม่ปล่อยให้อารมณ์ชั่ววูบมาทำให้เราตัดสินใจผิด (นักเรียน) แบบผิด ๆ (ชูใจ) “ผมรู้สึกว่าตัวเองมีสติมากขึ้นครับ เวลาทำงานหรือเจอปัญหาผมจะหยุดคิดก่อน ไม่รีบตอบโต้หรือใช้อารมณ์เหมือนแต่ก่อน แล้วก็พยายามมองปัญหาให้รอบด้านคิดหาทางแก้ที่เหมาะสม

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		ครับ ผมว่ามันทำให้บุคลิกผมดีขึ้นด้วยนะครับ ใจเย็นขึ้น สุขุมขึ้น แล้วครูกับนักเรียนก็พูดตรงกันเลยครับว่า ผมรับฟังมากขึ้น มีเหตุผล และค่อย ๆ แก้ปัญหาได้ดีขึ้นครับ” (มีคุณ)
3	ออกแบบและทดลองใช้การสอน รูปแบบใหม่	“การสอนของหนูดีขึ้นมากเลยคะ เพราะหนูพยายามออกแบบกิจกรรมให้เด็กได้เล่นและเรียนรู้ไปพร้อมกัน เด็ก ๆ ชอบเกมที่หนูทำ เช่น เกมหาคำศัพท์ภาษาอังกฤษจากคำตอบคณิตศาสตร์ หรือเกมวงล้อให้สุ่มแสดงวิธีทำ เด็กมีส่วนร่วมมากขึ้น แล้วก็บรรยากาศในห้องเรียนสนุกขึ้นด้วยคะ คุณครูที่เห็นก็ชมว่าสื่อที่ใช้ช่วยให้เด็กได้ลงมือทำและเรียนรู้แบบไม่เบื่อคะ ก็รู้สึกดีใจนะคะ” (นับดาว) “หนูลองใช้เพลงเข้ามาช่วยในการสอนดูคะ ผลคือนักเรียนสนุกมากเลยคะ เค้าร้องตาม เดินตาม แล้วก็ตั้งใจเรียนมากขึ้นด้วยคะ หนูเลยรู้สึกว้าววิธีนี้นั้น Work นะคะ ได้สื่อการสอนแนวใหม่ แล้วก็ช่วยให้หนูวางแผนจัดการเรียนการสอนได้ดีขึ้นด้วยคะ มันทำให้บรรยากาศในห้องเรียนสดใสขึ้นเยอะเลยคะ” (ยิ้มกว้าง) (ยาหยี) “หนูพยายามหากิจกรรมหรือสื่อที่น่าสนใจมาใช้ในการสอนคะ พอเด็กได้ลองใช้แล้ว หนูเห็นเลยว่าเค้าสนใจเรียนมากขึ้น มีความสุขแล้วก็สนุกกับกิจกรรม หนูรู้สึกดีใจนะคะที่สิ่งที่เราคิดและเตรียมมามันช่วยให้เด็กตั้งใจเรียน ส่วนครูที่โรงเรียนก็ชมว่าสื่อที่น่าสนใจดี เด็กมีส่วนร่วมมากขึ้นคะ” (เทียนหอม) “รู้สึกดีกับตัวเองมากขึ้น เพราะเวลาที่ตัวเองได้ทำงานนั้นเสร็จหรือได้ผลสิ่งนั้นเสร็จแล้ว ไม่ว่าจะเป็นการที่ตอบคำถามเด็กได้ก็จะดีใจและรู้สึกดี...นักเรียนก็ชอบไปงานกิจกรรมที่ให้ทำด้วยคะ” (ชะเอม) “พอหนูจัดเวลาให้ตัวเองได้ดีขึ้น หนูก็มีเวลามากขึ้นในการคิดงานคะ หนูรู้สึกกว่าตัวเองอดทนกับการทำงานมากขึ้น แล้วก็

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		ความกระตือรือร้นในการคิดออกแบบไปงานกับสื่อการสอนมากขึ้นด้วยค่ะ เหมือนได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์มากขึ้นค่ะ” (ต๋องตา) “หนูว่าตัวเองไม่ค่อยเครียดเหมือนเมื่อก่อนค่ะ ทำงานแล้วรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น มันเลยทำให้หนูคิดอะไรใหม่ ๆ ออกมาได้เยอะเลยค่ะ โดยเฉพาะเรื่องการออกแบบสื่อการสอน พอหนูทำสื่อที่มันหลากหลายขึ้น นักเรียนก็ชอบกันมากเลยค่ะ แค่นักกับกิจกรรมในห้อง แล้วก็ให้ความร่วมมือดีมากด้วยค่ะ คุณครูก็ชมบ่อย ๆ ว่าหนูมีสื่อหลายแบบดีจัง หนูก็ยังมีความตั้งใจทำต่อค่ะ” (ยิ้มกว้าง สีน้าภาคภูมิใจ) (ธัญญา) “นักเรียนมีความตื่นเต้นเกี่ยวกับกับไปงานดูทุกวันคริสต์มาส หอยทากแต่งประโยค มีความสนุกกับการระบายสี และตัด แปะกระดาษด้วยตนเอง” (ฮารุ)
4	กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ผลที่เกิดขึ้นก็คือ รู้สึกว่าตัวเองมีความกล้ามากขึ้นค่ะ กล้าตัดสินใจในเรื่องที่เรารับผิดชอบค่ะก็คือ ในอาทิตย์ที่ผ่านมาค่ะ มันจะเป็นวันที่จับสลากของขวัญปีใหม่แล้วก็ในวันคริสต์มาสของที่โรงเรียนค่ะ หนูนะค่ะได้รับหน้าที่ให้เป็นพิธีกรค่ะคู่กับคุณครูพี่เลี้ยง แล้วที่นี้คุณครูพี่เลี้ยงนะค่ะเขาก็เหมือน แก่จัดการอะไรแบบหลายๆอย่างค่ะก็คือ หนูจะเป็นคนดำเนินการทั้งหมดเลยค่ะ โดยหนูแบบมัน มันจะไม่มีแบบว่าการวางแบบว่าเขียนแบบวันวันไว้ก็คือ ก็คือ แก่จะให้เราพูดตามความเข้าใจของเราเลยค่ะ แล้วหนูก็รู้สึกว่าตัวเองทำได้ดีอยู่ค่ะ” (จันทร์เจ้า) “ผลการประเมินนะค่ะก็คือในตนเองก็คือ ตนเองมั่นใจและกล้าที่จะตัดสินใจอะไรที่มันเล็กน้อยแล้วงานที่มันใหญ่ขึ้นค่ะ แล้วก็การเป็นผู้นำด้วยค่ะ ส่วนนักเรียนก็จะสังเกตว่านักเรียนไว้วางใจให้เราคอยช่วยเหลืออย่างเช่นนักเรียนจะอยู่อยู่กับครูคนอื่น ถึงจะเรียนอยู่กับครูคนอื่นนะค่ะก็ปล่อยให้ทำงานแล้วก็นักเรียนก็จะดีกันเค้าก็จะวิ่งมาบอกหนูทุกคน (หัวเราะ) แล้วก็กับครูทุกคนที่เค้าเรียนด้วยเค้าก็ไม่บอก เค้าวิ่งมาบอกหนูคะคนนี้จะคนนี้ คนนี้ดีกับคนนี้ แล้วก็คอยให้หนูไปช่วยแก้ปัญหาให้เค้า

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		แล้วเค้าก็จะชอบมาอยู่ใกล้ ๆ หนูแม้กระทั่งพักเที่ยงเค้าก็จะมารุม หนู เหมือนว่าเค้าอยากอยู่ใกล้ ๆ เค้าอยากรู้ว่าครูทำอะไรแล้วก็ เวลาอยู่กับครูแล้วมันรู้สึกปลอดภัยไม่โดนเพื่อนแกล้ง” (เพียงขวัญ) “ส่วนการประเมินนะเค้าทำงานร่วมกับบุคคลอื่นได้ค่ะ ส่วน นักเรียนนะเค้า นักเรียนไวใจเค้า ให้ความร่วมมือในการทำงาน ทำ กิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้คนหลาย ๆ คนเค้า คอยให้ ครูออกความคิดเห็นร่วมด้วยเค้า ส่วนกับครูพี่เลี้ยงนะเค้าจะปล่อยให้ทำงานกับ ครูพี่เลี้ยงอย่างอิสระ ออกแบบงานตามความคิดของตนเองเค้า แล้วก็ครูพี่เลี้ยงแล้วก็ครูในโรงเรียนนะเค้าจะชื่นชมด้วยคำพูดเค้า ให้รอยยิ้มบอกว่าสุดยอดดีมาก เก่งมาก แล้วก็ให้คำกล่าว กำลังใจอื่น ๆ ค่ะ เช่นก็จะมีอยู่รอบหนึ่งเค้าไปทำงานเป็นอยู่ค่าย ลูกเสือเค้า ตอนนั้นแบบมีอยู่ 4 คนเค้า เค้าก็ให้หนูเป็นผู้กำกับเค้า หนูก็ไม่รู้อะไรเลยเค้า ให้หนูแต่งตัวไปเต็มยศอยู่คนเดียวเค้า แล้วก็ ทำหน้าเอ๋อหนูไม่รู้ว่าจะทำอะไร ครูก็เลยบอกหนูว่า หนูทำได้ เดี่ยวพี่สอน พอสอนแล้วก็เริ่มทำได้ค่ะ แล้วทีนี้แล้วรุ่นพี่อยู่ โรงเรียนก็แบบอึดเก่งมากเลย สุดยอด น่องรักอย่างเนี้ยเค้า ก็เลย ทำให้รู้สึกมีความสุขค่ะ” (เล่าไปยิ้มไป สีน้าภาควมูมิใจ) (ปรายฟ้า) “ส่วนหนูประเมินตนเองนะเค้า หนูรู้สึกว่าหนูมีความกล้ามากขึ้นเค้า กล้าที่จะเข้าหาครูท่านอื่น กล้าที่จะพูดคุยถามงานมากขึ้น แม้กระทั่งเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เราไม่เข้าใจ ถึงแม้ว่าตรงนี้เป็นเรื่องที่ยาก เรายังจะเข้าไปถามเค้าด้วยความซื่อค่ะ เพราะว่า ต้องการแบบเดียวกับที่เค้าเคยทำมันจะได้ไม่ต้องแก้ไขซ้ำซ้อน แล้วก็รู้สึกว่าให้กำลังใจตัวเองบ่อยขึ้น การให้กำลังใจบ่อย ๆ ของ หนูก็คือว่าหนูให้กำลังใจตัวเองว่าไม่เป็นไร ไม่เป็นไรฉันทำได้ ฉัน ทำได้ พอหนูให้กำลังใจแบบนี้แล้ว รู้สึกว่าตัวเองทำได้ดีค่ะ เข้า หาเค้าได้มากขึ้น แล้วก็การที่ให้กำลังใจตัวเองแบบนี้เค้า มันทำ

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		ให้หนูรู้สึกว่ามันไม่กลัว ไม่กลัวแบบสิ่งที่ทำให้หนูต้องรู้สึกว่ามันต้องกลัวนะแบบนี้แบบนี้ เธอทำแล้วมันจะทำให้เธอดูไม่ดี อย่างน้อยหนูก็ให้กำลังใจตัวเองว่าไม่เป็นไร อย่างน้อยฉันก็ลองผิดลองถูก ถึง ถึงแม้เค้าจะ Feedback มาไม่ค่อยดี แต่มันก็เป็นประสบการณ์ของเราแบบว่าเรา เราควรไปในทิศทางไหน ซึ่งเปรียบเทียบกับเทอมที่แล้วค่ะของหนู Feedback มาค่อนข้างที่จะลบ เพราะว่าหนูไม่รู้ว่าจะไปด้านไหนแบบนี้ค่ะ พอมาลองใช้แผนนี้พอมานำเข้าคอร์สกับอาจารย์ (เข้าร่วมการวิจัย) ก็รู้สึกว่ามันพัฒนาขึ้นไปมากเลยคะ” (ยิ้มกว้างเน้นเสียง มากเลยคะ) (ทิวา) “มีความไม่มั่นใจมันโผล่ขึ้นครั้งแรกเลยคะ...หนูก็หายใจเข้าออกสัปดาห์ แล้วก็ให้กำลังใจตัวเองว่าทำได้แน่นอนทำได้ แล้วก็สร้างความท้าทายตัวเองว่างานนี้แหละเอาแล้วเอาอยู่คะก็ได้ แผนมาจากเพื่อนที่มาแลกเปลี่ยนกันในกลุ่มครั้งที่แล้ว” (ณมน) “ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็รู้สึกว่ามันก็กลัวพูดมากขึ้นจากเมื่อก่อนที่ไม่ได้พูดเยอะมากคะ แบบกลัวพูดมากขึ้นคะ แล้วก็ก็มีคุณครูที่โรงเรียนนะคะก็พูด พูดขึ้นมาคะอันนี้คือไม่ได้ถามนะคะ แต่ว่าครูพูดขึ้นมาคะ คุณครูบอกว่าไม่ว่าเดี๋ยวนี้ก็พูดมากขึ้นแล้วเค้าก็บอกว่าดีแล้วพูดเก่ง ๆ” (โมนา) “ในครั้งแรกที่เข้ากลุ่ม (เข้าร่วมการวิจัย) ผมก็เลือกจุดแข็งที่ตัวเองไม่มีนะครับมาพัฒนา แต่พอได้มาใช้ครั้งที่ 2 และครั้งที่ 3 ใช้จุดแข็งเดิมตลอด ยิ่งใช้นาน ผมก็รู้สึกว่ามันเห็นการเปลี่ยนแปลงมากขึ้นนะครับ จากที่แต่ก่อนผมไม่ค่อยกล้าเข้าไปหาครูพี่เลี้ยง หรือผู้ใหญ่แบบนี้ครับ ผมก็กล้าที่จะเข้าไปสอบถามในสิ่งที่ผมสงสัย หรือไปขอคำปรึกษาว่าทำงานแบบนี้จะดีไหม กล้ามากขึ้นครับ แล้วถ้ามีประชุมที่ต้องแสดงความคิดเห็น ผมก็กล้าพูดมากขึ้นอยู่นะครับ ไม่ได้อายมากเหมือนเมื่อก่อน...ครูที่โรงเรียนก็เห็นว่าผมเปลี่ยนไปนะครับ เค้าบอกว่าผมกล้าพูดมากขึ้นไม่อายเหมือนเมื่อก่อน” (มีคุณ)

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		“พอได้มาเป็นพิธีกรวันคริสต์มาสคู่กับครูพี่เลี้ยง ก็ตื่นเต้นนะคะ เพราะไม่เคยทำด้วยกลัวจะออกมาไม่ดี แต่มันก็ผ่านมาได้ จบงานนักเรียนก็มาชมครูเก่งจังเลยคะ อะไรแบบเนี่ย ครูพี่เลี้ยงก็ชมว่าครั้งแรกทำได้ดีขนาดนี้เก่งแล้ว ผิกไปเรื่อย ๆ หนูก็รู้สึกดีใจนะคะ” (จันทร์เจ้า) “กล้าที่จะตัดสินใจอะไรที่มันเล็กน้อย แล้วก็งานที่มันใหญ่มากขึ้นคะ” (เพียงขวัญ) “แล้วก็รู้สึกว่าให้กำลังใจตัวเองบ่อยขึ้น การให้กำลังใจบ่อย ๆ ของหนูก็คือว่าหนูให้กำลังใจตัวเองว่าไม่เป็นไรไม่เป็นไรฉันทำได้ ฉันทำได้ พอหนูให้กำลังใจแบบนี้แล้ว รู้สึกว่าตัวเองทำได้ดีค่ะ เข้าหาเค้า (เพื่อนร่วมงาน) ได้มากขึ้น” (ทิวา)
5	ตรวจทานแผนการสอนและสื่อ ก่อนใช้	“เมื่อก่อนหนูจะรีบทำงานให้เสร็จอย่างเดียวคะ ไม่ค่อยได้ตรวจอะไรละเอียดมาก พอมีหลายครั้งที่พอส่งงานไปแล้วถึงเห็นว่ามันมีจุดผิด หนูก็เริ่มกลับมาคิดว่า เราน่าจะตรวจให้รอบคอบกว่านั้น... หนูเลยพยายามเช็กงานก่อนส่งทุกครั้งคะ อย่างน้อยก็อ่านทวนอีกรอบสองรอบ รู้สึกว่างานมันเรียบร้อยขึ้น และหนูเองก็มั่นใจมากขึ้นด้วยคะ... แล้วงานที่ครูมอบหมายก็ทำเสร็จตรงเวลา แต่บางครั้งหนูก็ยังเผลอรีบส่งไปโดยไม่ได้ตรวจทานดีพอ ต้องเพิ่มความรอบคอบอีกนิดนึงคะ” (นับดาว) “งานที่หนูทำมันเรียบร้อยมากขึ้นแล้วคะ ถึงบางที่ยังมีข้อผิดพลาดอยู่บ้าง แต่น้อยลงกว่าเดิมเยอะเลยคะ อย่างวันนี้ นะคะไปงานที่หนูทำไม่มีคำผิดเลย รู้สึกดีใจมากคะที่ทำได้แบบนี้” (จันทร์เจ้า)
6	ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อน ร่วมงาน	“รู้สึกว่าตัวเองมีอารมณ์ขันมากขึ้นครับ จากเมื่อก่อนที่เครียดง่าย ตอนนี้ก็พยายามหาวิธีให้ตัวเองผ่อนคลายมากขึ้น เช่น ดู TikTok ดูมอมล้าที่ชอบ มันทำให้เผลอแถมหัวเราะ ยิ้มง่าย แล้วก็มีความสุขมากขึ้น ยิ้มแย้ม ร่าเริงมากขึ้นด้วย... แล้วก็รู้สึกเลยว่า

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		พอเรายืมให้คนอื่นบ่อยขึ้น บรรยากาศรอบตัวมันก็ดีขึ้นตามไปด้วย” (เฉอแตม) “ตอนนี้ก็ยิ่งมากขึ้นด้วยนะคะ...ทั้งนักเรียนทั้งครูที่โรงเรียนยังแซวเลยคะว่าหนูยิ่งเก่งขึ้นกว่าเดิม” (กานต์แก้ว) “เมื่อก่อนหนูเครียดง่ายคะ รู้สึกกดดันตัวเองเยอะมาก แต่ตอนนี้หนูรู้สึกว่ามีความสุขกับการทำงานมากขึ้น ยืมได้บ่อยขึ้น หัวเราะได้โดยไม่รู้ตัวเลยคะ มันเป็นความรู้สึกที่เบาขึ้น...นักเรียนก็ชมคะว่าวันนี้ครูใจดีจัง ทำไมครูพูดเบาไม่ดุเลย” (ปีลีฟ) “มีมนุษย์สัมพันธ์กับคนรอบตัวดีขึ้นมากเลยคะ ทั้งกับครูแล้วกับเด็ก ๆ ด้วย เด็กเข้ามาคุยกับหนูเยอะขึ้น บางทีก็มานั่งเล่น มาถามโน่นนี่ หนูก็รู้สึกดีใจนะคะ มันทำให้หนูอารมณ์ดีขึ้น รู้สึกสบายใจ ไม่เครียด ไม่คิดมากเหมือนเมื่อก่อนคะ” (พรชีวัน)
7	มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ	“หนูกล้าตั้งเป้าหมายให้ตัวเองมากขึ้นคะ รู้สึกว่าตัวเองมีความหวังกับการใช้ชีวิตมากขึ้นทุกวัน แล้วก็เริ่มวางแผนการทำงานในแต่ละวันให้ชัดเจนขึ้นคะ ทำให้หนูรู้สึกว่าแต่ละวันมันมีเป้าหมายและมีคุณค่าขึ้นเยอะเลยคะ มันดีกว่าแต่ก่อนที่ทำงานแบบไปวัน ๆ” (โปรดปราน) “พอเรามีวินัยเหมือนใช้จุดแข็งตลอดก็ทำให้เราบริหารจัดการเวลาของตัวเองได้ดีขึ้น ทำอะไรก็ทัน มีเวลาพักผ่อนไม่ได้กระหืดกระหอบเหมือนเมื่อก่อนที่พอจะส่งงานที่ หนูเครียดมากเลยคะ ทำก็ไม่ทันยิ่งเครียดหนักกว่าเดิมไปอีกคะ ตอนนี้พอได้ใช้แผน ได้ใช้จุดแข็ง ก็รู้สึกผ่อนคลายมากขึ้นคะ ไม่เครียดเหมือนเมื่อก่อน” (ปีลีฟ) “แบ่งเวลาในการทำงานทั้งงานส่วนตัวทั้งงานโรงเรียน พอทำไปก็รู้สึกว่ามันเกิดประโยชน์กับตัวเองมากนะคะที่หนูทำงานส่งทัน ไม่เร่งรีบแบบเหนื่อยแบบไม่ได้นอนเหมือน แต่ก่อนพอพัฒนาไปเรื่อย ๆ งานที่โรงเรียนที่ครูเค้ามอบหมายมาก็ทำเสร็จทันส่งนะคะ แล้วหนูก็มีเวลาเตรียมสื่อการสอน แล้วเด็ก

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		(นักเรียน) ก็ชอบพอเห็นสื่อใหม่ ๆ เหมือนกับเราพร้อมสอนด้วย เด็กก็ให้ความร่วมมือด้วย พอทำมาถึงครั้งนี้ หนูว่ามันได้ประโยชน์ไม่ใช่เฉพาะกับหนูคนเดียวนะคะ ครู นักเรียนก็ได้ด้วย มันก็ดีค่ะ มันทำให้หนูอยากเปลี่ยนแปลงตนเองมากขึ้น” (ต้องตา) “ช่วงหลัง ๆ หนูจะตั้งเป้าหมายกับทุกเรื่องที่ได้รับเลยคะ ไม่ว่าจะ เป็นงานใหญ่หรืองานเล็ก หนูก็จะพูดกับตัวเองเสมอว่า “เราทำได้” พอเริ่มทำแบบนี้บ่อย ๆ หนูก็รู้สึกว่าการหลายอย่างที่ ตั้งใจก็สำเร็จตามเป้าจริง ๆ ค่ะ มันเลยทำให้หนูกล้าหวังมากขึ้น ...ว่าตัวเองไปถึงได้คะ” (กานต์แก้ว) “พอได้เขียนจุดบันทึกไว้ว่าแต่ละสัปดาห์ต้องทำอะไรบ้าง พอได้จดไว้แบบนี้ มันช่วยให้หนูทำงานได้เป็นระบบมากขึ้นคะ แล้วก็รู้สึกว่าตัวเองขยันและพยายามมากขึ้นด้วยไม่ปล่อยผ่าน เหมือนเมื่อก่อน ถ้ายังไม่เสร็จก็จะไม่ยอมเลิก จะพยายามให้ เสร็จตามที่ตั้งใจไว้ให้ได้คะ” (นับดาว)
8	สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของ ตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน และวางแผนแก้ไข	“พอได้คุยปรึกษา กับคนอื่น ๆ มันทำให้หนูได้แนวคิด ใหม่ ๆ ค่ะ แบบเวลาที่มีปัญหา พอได้ฟังความคิดเห็นของคนอื่น หนูก็รู้ว่าจะจัดการยังไง แล้วมันก็ไม่เครียดเหมือนเดิมคะ เหมือน ได้มุมมองใหม่ด้วยคะ” (ต้องตา) “การทำงานในโรงเรียน มันทำให้หนูได้เจอสถานการณ์หลาย แบบเลยคะ มันทำให้ หนูเรียนรู้ว่าการเข้าสังคมต้องปฏิบัติตัว ยังไงบ้าง ทั้งในเวลาทำงานหรืออยู่ในกิจกรรมต่าง ๆ...หนูเริ่ม เข้าใจมารยาท การพูดคุย และการวางตัวมากขึ้นคะ ทำให้หนู รู้สึกว่าอยู่ร่วมกับคนอื่นได้ดีขึ้น ไม่เก้ ๆ กัง ๆ เหมือนตอนแรก แล้วคะ” (ยาหยี)
9	รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ผมเปิดใจในการเรียนรู้มากขึ้นครับ พยายามมองโลกในแง่ดี แล้วก็ฝึกฟังคนอื่นด้วยเหตุผล ไม่ใช่แค่ฟังผ่าน ๆ เหมือนเมื่อก่อน พอผมฟังนักเรียนจริง ๆ ก็เข้าใจว่าเค้าไม่เข้าใจตรงไหน แล้วก็ อธิบายให้ตรงกับที่เค้าสงสัยได้ครับ มันเลยทำให้นักเรียนเข้าใจ

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
9	รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน	บทเรียนมากขึ้น...แล้วผมเองก็รู้สึกว่าได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ตลอดเวลา" (มีคุณ) “หนูสังเกตว่านักเรียนตั้งใจเรียนมากขึ้นค่ะ คำกล่าวถาม กล้า คุยกับเรามากขึ้น หนูก็เลยตั้งใจฟังคำมากขึ้น แล้วก็มอบของ รางวัลให้เค้าอย่างเท่าเทียมกันค่ะ เด็กเค้ามีความสุขนะค่ะ ยิ้มแย้ม กล้าคุยกับหนูมากกว่าเดิม” (คะนิง)

3.2 ผลลัพธ์จากการทำกิจกรรม

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่ามี 3 ด้าน ได้แก่ ผลลัพธ์ด้านความคิด ผลลัพธ์ด้านความรู้สึก และผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม ดังนี้

3.2.1 ผลลัพธ์ด้านความคิด

ผู้ร่วมวิจัยเกิดความเข้าใจว่าการพัฒนานั้นควรนำคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเดิมมาใช้อย่างต่อเนื่องและเป็นระยะเวลานาน จึงจะทำให้เกิดความเข้มแข็งและเห็นการเปลี่ยนแปลงได้อย่างชัดเจนมากขึ้น ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “ในครั้งแรกที่เข้ากลุ่ม (เข้าร่วมการวิจัย) ผมก็เลือกจุดแข็งที่ตัวเองไม่มีนะครับมาพัฒนา แต่พอได้มาใช้ครั้งที่ 2 และครั้งที่ 3 ใช้จุดแข็งเดิมตลอด ยิ่งใช้นาน ผมก็รู้สึกว่ามันเห็นการเปลี่ยนแปลงมากขึ้นนะครับ จากที่แต่ก่อนผมไม่ค่อยกล้าเข้าไปหาครูพี่เลี้ยง หรือผู้ใหญ่แบบนี้ครับ ผมก็กล้าที่จะเข้าไปสอบถามในสิ่งที่ผมสงสัย หรือไปขอคำปรึกษาว่าทำงานแบบนี้จะดีไหม กล้ามากขึ้นครับ แล้วถ้ามีประชุมที่ต้องแสดงความคิดเห็น ผมก็กล้าพูดมากขึ้นอยู่นะครับ ไม่ได้อายมากเหมือนเมื่อก่อน...ครูที่โรงเรียนก็เห็นว่าผมเปลี่ยนไปนะครับ เค้าบอกว่าผมกล้าพูดมากขึ้นไม่อายเหมือนเมื่อก่อน” (มีคุณ) อีกทั้งผู้ร่วมวิจัยกล้าที่จะตั้งเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง โดยที่ไม่กลัวว่าหากลงมือปฏิบัติไปแล้วจะไม่สำเร็จ ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ประเมินในส่วนของตนเองมีการเปลี่ยนแปลง เพราะกล้าที่จะตั้งความหวังเรื่องต่าง ๆ โดยไม่กลัวความผิดหวังค่ะ” (โปรดปราน)

นอกจากนั้นผู้ร่วมวิจัยยังเห็นว่าการนำแผนที่สำเร็จของเพื่อนมาใช้พัฒนาจุดแข็งของตนเองทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้เร็วขึ้น ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “หนูว่าที่หนูเปลี่ยนแปลงได้เร็วมาจากการที่ได้ใช้แผนที่เพื่อนแลกเปลี่ยนด้วยค่ะ เหมือนบางทีให้คิดคนเดียวก็ลองผิผลอง

ถูกไป แต่พอมาฟังเพื่อนเหมือนเราเห็นแนวทางมากขึ้นว่าจะต้องทำยังไงให้จุดแข็งที่เราอยากพัฒนามันแข็งแรงมากขึ้น” (จันทร์เจ้า)

3.2.2 ผลลัพธ์ด้านความรู้สึก

ผู้ร่วมวิจัยเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจที่ตนเองสามารถทำงานได้สำเร็จ เช่น การเป็นพิธีกรงานวันคริสต์มาส เป็นผู้กำกับลูกเสือ เป็นผู้จัดขบวนแฟนซีแต่งกายนักเรียนเป็นตัวตลก เพื่อสร้างรอยยิ้มให้กับผู้อื่น เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวทำให้พวกเขามีความสุขที่ได้รับคำชมจากเพื่อนร่วมงาน อีกทั้งยังพบว่า เมื่อนักเรียนเกิดความสุขจากกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยออกแบบก็ส่งผลให้พวกเขามีความสุขร่วมด้วย

“พอได้มาเป็นพิธีกรวันคริสต์มาสคู่กับครูพี่เลี้ยง ก็ตื่นเต้นนะคะ เพราะไม่เคยทำด้วยกลัวจะออกมาไม่ดี แต่มันก็ผ่านมาได้ จบบงานนักเรียนก็มาชมครูเก่งจังเลยคะ อะไรแบบนี้ครูพี่เลี้ยงก็ชมว่าครั้งแรกทำได้ขนาดนี้เก่งแล้ว ผีไปเรื่อย ๆ หนูก็รู้สึกดีใจนะคะ” (จันทร์เจ้า)

“เค้าก็ให้หนูเป็นผู้กำกับคะหนูก็ไม่รู้อะไรเลยคะ ให้หนูแต่งตัวไปเต็มยศอยู่คนเดียวคะ แล้วก็ทำหน้าเอ่อหนูไม่รู้ว่าต้องทำอะไร ครูก็เลยบอกหนูว่า หนูทำได้เดี่ยวพี่สอน พอสอนแล้วก็เริ่มทำได้คะ แล้วที่นี้รุ่นพี่อยู่โรงเรียนก็แบบอึ้งเก่งมากเลย สุดท้ายน้องรักอย่างเนี่ยคะ ก็เลยทำให้รู้สึกมีความสุขคะ” (เล่าไปยิ้มไป สีน้าภาคภูมิใจ) (ปราชญ์ฟ้า)

“จัดขบวนแฟนซี...น่านักเรียนมาจัดขบวน แล้วเรามีการแต่งตัวเป็นตัวตลกให้กับคนอื่นได้มีเสียงหัวเราะ ก็ได้รับ Feedback กลับมาเป็นคำชมที่ดี อันนี้ก็ทำให้มีความสุขแล้วก็ยิ้มได้ครับ” (เมธอแตม)

“พอเห็นเด็ก (นักเรียน) ได้ใช้สิ่งที่หนูทำแล้วเค้ามีความสุขที่ได้หยิบจับสิ่งที่หนูออกแบบ พอเค้าสนใจแล้วก็ตั้งใจเรียน หนูก็มีความสุขไปด้วย (ยิ้ม) เหมือนที่เราใช้จุดแข็งมันก็มีประโยชน์กับเค้าด้วยแบบนี้คะ” (เทียนหอม)

อีกทั้งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนไม่เกิดความรู้สึกเครียดเหมือนเมื่อก่อน หลังจากที่ได้ใช้วิธีการแบ่งเวลาในการทำงานทำให้ส่งงานได้ทันตามเวลาที่กำหนด ส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดความรู้สึกผ่อนคลาย “พอเรามีวินัยเหมือนใช้จุดแข็งตลอดก็ทำให้เราบริหารจัดการเวลาของตัวเองได้ดีขึ้น ทำอะไรก็ทัน มีเวลาพักผ่อนไม่ได้กระหืดกระหอบเหมือนเมื่อก่อนที่พอจะส่งงานที่หนูเครียดมากเลยคะ ทำก็ไม่ทันยิ่งเครียดหนักกว่าเดิมไปอีกคะ ตอนนี้อย่างนี้พอได้ใช้แผน ได้ใช้จุดแข็ง ก็รู้สึกผ่อนคลายมากขึ้นคะ ไม่เครียดเหมือนเมื่อก่อน” (บีลีฟ)

ขณะเดียวกันพบว่าผู้ร่วมวิจัยเห็นคุณค่าของการพัฒนาจุดแข็งที่ไม่ได้เกิดประโยชน์เฉพาะกับตนเอง แต่นักเรียน เพื่อนร่วมงานก็ได้รับประโยชน์จากการเปลี่ยนแปลงของ

พวกเขาด้วยเช่นกัน รวมทั้งผู้ร่วมวิจัยเห็นคุณค่าจากการที่ตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นอีกด้วย

“พอได้มาพัฒนาจุดแข็ง แบ่งเวลาในการทำงานทั้งงานส่วนตัวทั้งงานโรงเรียน พอทำไปก็รู้สึกว่ามันเกิดประโยชน์กับตัวเองมากนะคะที่หนูทำงานส่งทัน ไม่เร่งรีบแบบเหนื่อยแบบไม่ได้นอนเหมือนแต่ก่อน พอพัฒนาไปเรื่อย ๆ งานที่โรงเรียนที่ครูเค้ามอบหมายมาก็ทำเสร็จทันส่งนะคะ แล้วหนูก็มีเวลาเตรียมสื่อการสอน แล้วเด็ก (นักเรียน) ก็ชอบพอเห็นสื่อใหม่ ๆ เหมือนกับเราพร้อมสอนด้วย เด็กก็ให้ความร่วมมือด้วย พอทำมาถึงครั้งนี้ หนูว่ามันได้ประโยชน์ไม่ใช่เฉพาะกับหนูคนเดียววนะคะ ครู นักเรียนก็ได้ด้วย มันก็ดีค่ะ มันทำให้หนูอยากเปลี่ยนแปลงตนเองมากขึ้น” (ต้องตา)

“แล้วก็การที่ให้กำลังใจตัวเองแบบนี้คะ มันทำให้หนูรู้สึกว่าไม่กลัว ไม่กลัวแบบสิ่งที่ทำให้หนูต้องรู้สึกว่ เธอต้องกลัวนะแบบนี้แบบนี้ เธอทำแล้วมันจะทำให้เธอดูไม่ดี อย่างน้อยหนูก็ให้กำลังใจตัวเองว่าไม่เป็นไร อย่างน้อยฉันก็ลองผิดลองถูก ถึง ถึงแม้เค้าจะ Feedback มาไม่ค่อยดีแต่ว่ามันก็เป็นประสบการณ์ของเราแบบว่าเรา เราควรไปในทิศทางไหน ซึ่งเปรียบเทียบกับเทอมที่แล้วคะของหนู Feedback มาค่อนข้างที่จะลบ เพราะว่าหนูไม่รู้จักจะไปด้านไหนแบบนี้คะ พอมาลองใช้แผนนี้พอมาย่เข้าคอร์สกับอาจารย์ (เข้าร่วมการวิจัย) ก็รู้สึกว่ามันพัฒนาขึ้นไปมากเลยคะ” (ยิ้มกว้างเน้นเสียง มากเลยคะ) (ทิวา)

3.2.3 ผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาจุดแข็ง ผู้ร่วมวิจัยมีความกล้าในการเข้าหาเพื่อนร่วมงานมากขึ้น กล่าวคือ กล้าสอบถามในสิ่งที่สงสัย เช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ส่วนหนูประเมินตนเองนะคะ หนูรู้สึกว่าหนูมีความกล้ามากขึ้นคะ กล้าที่จะเข้าหาครูท่านอื่น กล้าที่จะพูดคุยถามงานมากขึ้น แม้กระทั่งเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เราไม่เข้าใจ ถึงแม้ว่าตรงนี้เป็นเรื่องที่ยาย เราก็จะเข้าไปถามเค้าด้วยความขี้อายคะ เพราะว่าต้องการแบบเดียวกับที่เค้าเคยทำมันจะได้ไม่ต้องแก้ไขซ้ำซ้อน” (ทิวา) ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยยังเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง โดยกล้าตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ มากขึ้น เช่นคำกล่าวที่ว่า “กล้าที่จะตัดสินใจอะไรที่มันเล็กน้อย แล้วก็งานที่มันใหญ่มากขึ้นคะ” (เพียงขวัญ) อีกทั้งผู้ร่วมวิจัยยังพูดให้กำลังใจตนเองบ่อยมากขึ้นเพื่อเสริมสร้างพลังใจให้กับตนเองในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้สำเร็จ ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “แล้วก็รู้สึกว่าให้กำลังใจตัวเองบ่อยขึ้น การให้กำลังใจบ่อย ๆ ของหนูก็คือว่าหนูให้กำลังใจตัวเองว่าไม่เป็นไร ไม่เป็นไรฉันทำได้ ฉันทำได้ พอหนูให้กำลังใจแบบนี้แล้ว รู้สึกว่าตัวเองทำได้ดีคะ เข้าหาเค้า (เพื่อนร่วมงาน) ได้มากขึ้น” (ทิวา)

จะเห็นได้ว่าผลการดำเนินกิจกรรมในวงรอบนี้ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ดำเนินกิจกรรมบรรลุตามเป้าหมาย สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย นักเรียนเพื่อนร่วมงาน และได้รับการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงทั้งจากนักเรียน เพื่อนร่วมงาน แม้ว่าจากการสะท้อนผลการปฏิบัติผู้ร่วมวิจัย ส่วนใหญ่พึงพอใจกับผลการเปลี่ยนแปลงจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่ยังพบว่า มีผู้ร่วมวิจัยจำนวน 1 คน ที่แม้ว่าผลการปฏิบัติจะบรรลุเป้าหมายสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ แต่เธอยังไม่เกิดความเชื่อมั่นว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง เพราะยังขาดความมั่นใจในตนเอง ส่วนผู้ร่วมวิจัยอีก 1 คน แผนการดำเนินกิจกรรมไม่สำเร็จ เนื่องจากยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคได้ คือ การถูกบั่นทอนกำลังใจจากอาจารย์ที่ปรึกษาการฝึกสอน ดังนั้นพวกเขาก็จึงร้องขอเข้ารับการปรึกษาทางด้านจิตวิทยาต่อไป นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางส่วนยังต้องการใช้แผนเดิม เพื่อพัฒนาในวงรอบต่อไปอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งบางส่วนยังต้องการเพิ่มการพัฒนาจุดแข็งตัวใหม่ โดยใช้แผนที่สำเร็จของเพื่อนร่วมด้วย ดังนั้นผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยจึงได้นำข้อเสนอแนะดังกล่าวไปปรับปรุงในวงรอบที่ 4 ต่อไป

วงรอบที่ 4

1. การวางแผน

ขั้นการวางแผนผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์การฝึกสอนของตนเอง เลือกคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ต้องการพัฒนา รวมทั้งวางแผนในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง โดยในขั้นตอนนี้ใช้เทคนิค AIC ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 ขั้นการฟังอย่างไม่ตัดสิน (A: Appreciation)

A1 ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ฝึกสอนของตนเองเป็นรายบุคคล พร้อมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์นั้น ทั้งคุณลักษณะที่มีและที่ต้องการพัฒนาในแต่ละด้าน

ผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้ง 6 ด้าน จากประสบการณ์ฝึกสอนของตนเอง ได้แก่ 1) ปัญญาและความรู้ 2) ความกล้า 3) มนุษยธรรม 4) ความเที่ยงธรรม 5) การควบคุมอารมณ์ และ 6) การรู้จักความจริงของชีวิต รวมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอื่น ๆ โดยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีและที่ต้องการพัฒนา จากนั้นผู้ร่วมวิจัยช่วยกันสรุปคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุกคนในกลุ่มมีเหมือนกันและแตกต่างกันในแต่ละด้าน

1.1.1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 4 ดังรายละเอียดใน

ตาราง 13 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่มีของผู้ร่วมวิจัย วงรอบที่ 4

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
1	ความอ่อนโยน (คอย)	23
2	การทำงานเป็นทีม (กทท)	20
3	ความรู้สึกลึกซึ้ง (รชค), ความรัก (ควร), ความถ่อมตัว (คตต)	18
4	การให้อภัย (หอภ)	17
5	อารมณ์ขัน (อรข), การชื่นชมความงามและความเป็นเลิศ (ชงล)	16
6	ความเสมอภาค (คสภ), ความกล้าหาญ (คกห), ความมานะพยายาม (มพย)	14
7	การเปิดใจ (กปจ)	13
8	ปัญญาเชิงสังคม (ปชส), ความซื่อสัตย์ (คซส)	11
9	ความกระตือรือร้น (กตร), ความรอบคอบ (ครค), การกำกับตนเอง (กกต), ความใฝ่รู้ (คฝร), จิตวิญญาน (จวญ)	10
10	ความหวัง (ควห)	9
11	ความรักการเรียนรู้ (รกร), ภาวะผู้นำ (ภณ)	8
12	ความคิดสร้างสรรค์ (คสส)	6
13	การช่วยเหลือผู้อื่น (ชห),	5
14	การมองเห็นภาพรวม (หกร)	4
15	การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น (รฟ), การมองโลกในแง่ดี (มด), การพึ่งพาตนเอง (พต)	3
16	ความอดทน (อท)	2

หมายเหตุ : ตัวอักษรย่อ 3 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามทฤษฎี 6 ด้าน ตัวอักษรย่อ 2 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอื่น ๆ

จากนั้นผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนเลือกว่าต้องการตั้งเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใด ให้เขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็งเป็นรายบุคคล

1.1.2 เป้าหมาย มีรายละเอียดดังนี้

1.1.2.1 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ต้องการพัฒนา มีรายละเอียดดังนี้

ตาราง 14

ตาราง 14 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการพัฒนา วงรอบที่ 4

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	ความถี่ (จำนวนคน)
1	ความกล้าหาญ (คกห)	8
2	ความคิดสร้างสรรค์ (คสส)	6
3	ความใฝ่รู้ (คฝร)	5
4	ความรอบคอบ (ครค)	4
5	ความกระตือรือร้น (กตร), ความมานะพยายาม (มพย)	3
6	ความรักการเรียนรู้ (รกร), การกำกับตนเอง (กกต)	2
7	ภาวะผู้นำ (ภผน), การทำงานเป็นทีม (กทท), อารมณ์ขัน (อขข), ความเสมอภาค (คสภ), ความรัก (ควร)	1

หมายเหตุ : ตัวอักษรย่อ 3 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามทฤษฎี 6 ด้าน

A2 ผู้ร่วมวิจัยกำหนดเป้าหมายในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของตนเอง พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้น โดยเขียนลงในใบงานวิเคราะห์จุดแข็ง จากนั้นนำมาแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ ซึ่งสรุปพฤติกรรมบ่งชี้ได้ ดังนี้

1.1.2.2 พฤติกรรมบ่งชี้ถึงการบรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แบ่งออกเป็น 3 พฤติกรรม ได้แก่ 1) พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 2) พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง และ 3) พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง มีรายละเอียดดังนี้

พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พบว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้เป็น 9 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 35 พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 4

จากภาพประกอบ 35 อธิบายได้ว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัย สรุปได้ 9 พฤติกรรม ดังนี้

1) กระตุ้นกระแสมีชีวิตชีวาขณะสอน คือ กระตือรือร้นในการสอนและการจัดกิจกรรม รวมทั้งสร้างบรรยากาศการสอนให้สนุกสนาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ความกระตือรือร้น (กตร)

2) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่ง สุขุม ไม่ดูนักเรียน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็น จุดแข็ง คือ การกำกับตนเอง (กกด)

3) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ คือ ค้นหาความรู้ออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ค้นหาความรู้เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ออกแบบกิจกรรมที่สนุกสนาน สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ให้นักเรียนใช้ในห้องเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความใฝ่รู้ (คฝร) ความรักการเรียนรู้ (กรร) และความคิดสร้างสรรค์ (คสส)

4) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ กล้าทำงานที่ท้าทาย เป็นผู้นำในการทำกิจกรรม กล้าพูด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าให้คำแนะนำและอบรมสั่งสอนนักเรียน กล่าวขอบคุณหรือชื่นชมทุกครั้งเมื่อได้รับการช่วยเหลือ หรือเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ดี เสียสละสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังไม่เข้าใจเนื้อหาและคนที่เรียนไม่ทันเพื่อน อาสาช่วยงานใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ (คกห) และภาวะผู้นำ (ภผน)

5) ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ คือ ทำงานอย่างรอบคอบวางแผนการทำงาน และเตรียมสื่อการสอน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ความรอบคอบ (ครค)

6) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ ยิ้มแย้มแจ่มใส พูดจาไพเราะใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวล หัวเราะมากขึ้น ำเริงแจ่มใส เล่นมุกกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) และความอ่อนโยน (คอย)

7) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ คือ ทำงานที่ได้รับมอบหมายและทำสื่อการสอนให้แล้วเสร็จทันตามเวลาที่กำหนด รวมทั้งตั้งเป้าหมายในการทำงาน ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความมานะพยายาม (มพย)

8) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข คือ การสังเกตพฤติกรรมของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน และศึกษาเกี่ยวกับวิธีการแก้ปัญหา หรือวิธีการปรับตัวกับสถานการณ์นั้น ๆ ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

9) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ เปิดใจยอมรับความคิดเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งไม่ปิดกั้นโอกาสและตัดสินใจอื่น ใช้วัดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การเปิดใจ (กปจ) และ ความเสมอภาค (คสภ)

พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากข้อมูลพบว่าแม้ผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้ 3 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 36 พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 4

จากภาพประกอบ 36 อธิบายได้ว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 2 พฤติกรรมมีรายละเอียดดังนี้

1) ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน คือ นักเรียนสนใจเนื้อหาในบทเรียนแล้วอยากที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ กระตือรือร้นในการเรียน กล้าถาม กล้าแสดงความคิดเห็น ตั้งคำถามและตอบคำถามกับผู้ร่วมวิจัย สนุกกับการเรียน ตื่นเต้นกับสื่อการสอนใหม่ ๆ ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกระตือรือร้น (กตส) ความใฝ่รู้ (คฝร) ความรักการเรียนรู้ (รกร) และความคิดสร้างสรรค์ (คสส)

2) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย คือ นักเรียนกล้าเข้าหาผู้ร่วมวิจัยมากขึ้น กล้าคิด กล้าแสดงออก กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะขอคำปรึกษากับผู้ร่วมวิจัยให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ การกำกับตนเอง (กกด) ความกล้าหาญ (คคห) ภาวะผู้นำ (ภพน) ความรู้สึغبอบคุณ (รชค) ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) ความอ่อนโยน (คอย) และความเสมอภาค (คสภ)

3) ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ คือ ทำตามกฎระเบียบ ได้รับโอกาสจากผู้ร่วมวิจัย เชื่อฟังและปฏิบัติตามที่ได้รับคำแนะนำ ใช้วัดการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลง คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง

จากข้อมูลพบว่าแม้ผู้ร่วมวิจัยมีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เหมือนหรือแตกต่างกัน แต่พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานมีความสอดคล้องกัน ซึ่งสรุปได้ 2 พฤติกรรม ดังนี้



ภาพประกอบ 37 พฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 4

จากภาพประกอบ 37 อธิบายได้ว่าพฤติกรรมบ่งชี้ของเพื่อนร่วมงานเมื่อผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 2 พฤติกรรม มีรายละเอียดดังนี้

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย คือ พูดคุยเป็นกันเอง ยิ้มแย้มแจ่มใส และช่วยเหลือผู้ร่วมวิจัย ใช้วัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ (คกท) ภาวะผู้นำ (ภพน) ความรู้สึกขอบคุณ (รชค) ความรัก (ควร) อารมณ์ขัน (อรข) ความอ่อนโยน (คอย) และความเสมอภาค (คสภ)

2) ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ คือ รับฟัง เปิดใจพูดคุยและปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมกับผู้ร่วมวิจัย ใช้วิธีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่เกิดจากการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งคือ ปัญญาเชิงสังคม (ปชส)

1.2 ขั้นการสนทนาในการหาปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ (I: Influence)

11 ผู้ร่วมวิจัยระบุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ โดยให้ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ในการพัฒนาคุณลักษณะจุดแข็งนั้นได้ดีและไม่ดีนั้นมีปัจจัยเงื่อนไขที่สำคัญอะไรบ้าง ซึ่งการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เลือกจากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ทุกคนในกลุ่มต้องการพัฒนาเหมือนกันมากที่สุดเพื่อให้เห็นตัวอย่างที่ชัดเจน

12 ผู้ร่วมวิจัยเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จเพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองเป็นรายบุคคล

ปัจจัยที่สำเร็จผู้ร่วมวิจัยเลือกมาใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ 1) ตนเอง 2) ผู้อื่น 3) พร้อมเผชิญหน้ากับสิ่งแปลกใหม่ 4) ไม่ยึดติดกับรูปแบบเดิม 5) การวางตัวเป็นแบบอย่างที่ดี 6) ความคาดหวังจากบุคคลอื่น 7) กล้ากับตนเอง ได้แก่ กล้าเสนอตัวทำงาน กล้าคิดกล้าทำสิ่งใหม่ 8) การสนับสนุนจากผู้อื่น 9) โอกาส 10) รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น 11) ผิดสังเกตผู้อื่น 12) ความอยากรู้ของตนเอง 13) เปิดใจเรียนรู้สิ่งใหม่ 14) การเปลี่ยนมุมมอง 15) มองโลกในแง่ดี 16) แสดงความรู้สึก 17) เห็นถึงความจริงใจของผู้อื่น 18) รู้จักการแบ่งปัน 19) การควบคุมอารมณ์ 20) ความมั่นใจในตนเอง 21) ตั้งเป้าหมาย 22) ความอดทน 23) ความมานะพยายาม 24) การเปิดใจรับฟังผู้อื่น 25) สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการทำงาน 26) แบ่งเวลาในการทำงาน 27) เรียงลำดับความสำคัญในการทำงาน และ 28) ยึดมั่นแจ่มใส

ส่วนปัจจัยที่ไม่สำเร็จที่ผู้ร่วมวิจัยเลือกมาใช้ในการควบคุม เพื่อไม่ให้เกิดอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ 1) ตนเอง 2) ผู้อื่น 3) ภาระงาน 4) ขาดโอกาส 5) ความเหนื่อยล้า 6) ความขี้เกียจ 7) ความวิตกกังวล 8) กลัวความผิดพลาด 9) กลัวการถูกตำหนิ 10) ขาดความมั่นใจในตนเอง 11) ขาดความรอบคอบ 12) ขาดมนุษยสัมพันธ์ 13) ขาดความรู้และประสบการณ์ 14) ขาดวินัย 15) การควบคุมอารมณ์ และ 16) การบริหารเวลาในการทำงาน

จากนั้นให้แต่ละคนเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาจุดแข็งของตนเองสำเร็จและไม่สำเร็จ รวมทั้งให้ผู้ร่วมวิจัยช่วยกันสรุปปัจจัยและเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จของทุกคนว่ามีอะไรบางอย่างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน รวมทั้งเปิดโอกาสให้เลือกปัจจัยเงื่อนไขเพิ่มเติมจากที่ผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มได้แลกเปลี่ยน

1.3 ขั้นการสร้างแนวปฏิบัติ (C: Control)

C การนำปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนพัฒนาตนเองเป็นรายบุคคล รวมทั้งควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ

ให้ผู้ร่วมวิจัยนำปัจจัยเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง รวมทั้งหาแนวทางในการควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่จะเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็งนั้น ซึ่งหลังจากที่ทุกคนได้แลกเปลี่ยนแผนของตนเอง ให้แต่ละคนพิจารณาเพิ่มเติมว่าต้องการเติมส่วนไหนที่เหมือนผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ในกลุ่มหรือไม่ ทั้งนี้แผนการพัฒนาคคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยสามารถสรุปได้ 4 แผน ดังนี้

1. กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน คือ กล้าลองทำสิ่งที่ไม่เคยทำที่เคยคิดว่าตัวเองทำไม่ได้ กล้าคิด กล้าพูด กล้าลงมือทำ กล้าตัดสินใจแก้ไขปัญหา กล้าอาสาทำงานเพื่อส่วนรวม กล้าแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมงาน กล้าขอความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ตนเองไม่ถนัด กล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานในสิ่งที่ตนเองสงสัย กล้าแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนร่วมงาน การเปิดโอกาสให้เพื่อนร่วมงานสะท้อนผลการทำงานเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความกล้าหาญ ภาวะผู้นำ)

“กล้าคิดกล้าทำมากขึ้นค่ะ กล้าตัดสินใจในสิ่งที่ยากขึ้น แล้วก็กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็นเวลาทำงานด้วยค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“สร้างความมั่นใจให้กับตัวเอง รับโอกาสจากคนรอบข้างที่เปิดโอกาสให้หนูได้ลอง ลงมือทำค่ะ...กล้าตัดสินใจ กล้ารับผิดชอบ และกล้าทำในสิ่งใหม่ ๆ ให้ดีที่สุดค่ะ” (ณมน)

“หนูจะพยายามพูดหน้าเสาธงตอนเช้าให้บ่อยขึ้นเวลามีโอกาสค่ะ แล้วก็เสนอตัวเองในการทำงานให้มากขึ้นด้วยค่ะ เพราะหนูอยากฝึกความกล้าและคิดกับตัวเองเสมอว่าต้องทำได้แน่นอนค่ะ ก็จะเป็นแผนเดิมที่เคยใช้ค่ะ” (ทิวา)

“กล้าคิดกล้าทำ ลงมือทำ กล้าแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนร่วมงาน...ให้กำลังใจตัวเองว่าสู้ ๆ เราทำได้” (ทอฝัน)

“ของหนูจะใช้กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น ขอกำลังใจจากผู้อื่น การแสดงศักยภาพในการทำงานหรือช่วยงานต่าง ๆ อย่างเต็มที่และอาสาที่จะเป็นพิธีกร หรือช่วยงานที่ต้องทำร่วมกับคนหมู่มาก” (เพียงขวัญ)

2. มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน คือ จัดบันทึกสิ่งที่ต้องทำ แบ่งเวลาในการทำงาน วางแผนทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้และลงมือทำตาม

เปิดโอกาสให้เพื่อนร่วมงานสะท้อนผลงานว่าควรปรับปรุงแก้ไขในส่วนใด หาสื่อนวัตกรรม กิจกรรม จากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ทั้งรูปแบบใบงาน สื่อการสอนใหม่ ๆ ออกแบบสื่อการสอน กิจกรรมในชั้นเรียน ค้นคว้าข้อมูลทั้งจากหนังสือและอินเทอร์เน็ตก่อนนำไปใช้สอนนักเรียน สอบถามเพื่อนร่วมงานเกี่ยวกับงานในโรงเรียน ตรวจสอบความถูกต้องของงานที่ได้รับมอบหมายก่อนส่ง ตรวจสอบสื่อการสอนทุกครั้งก่อนนำไปใช้สอนนักเรียน ขอคำแนะนำจากเพื่อนร่วมงานก่อนไปลงมือทำงานเพื่อป้องกันความผิดพลาด เปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการทำงาน เช่น นั่งทำงานในสถานที่เงียบเพื่อให้มีสมาธิในการทำงาน ฟังเพลงที่ชอบ (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่พัฒนา ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์ ความรอบคอบ ความมานะพยายาม ความใฝ่รู้ ความรักการเรียนรู้ ภาวะดีหรือวัน)

“พยายามบอกให้ตนมีความกระตือรือร้นบ่อย ๆ บอกตัวเองไม่ให้ขี้เกียจ... แบ่งเวลาชีวิตของตนเองและทำสิ่งที่สำคัญก่อน...ให้กำลังใจตนเองด้วยการบอกตัวเองว่า “สู้ ๆ” (ชะเอม)

“แบ่งเวลาในการทำงาน ให้กำลังใจตนเอง สอบถามความคิดเห็นจากคนอื่นเกี่ยวกับสิ่งที่ทำ รับฟังข้อเสนอแนะจากผู้อื่นเพื่อนำมาปรับปรุง” (ต้องตา)

“ศึกษาค้นคว้าข้อมูลที่จะนำไปสอนนักเรียนและสิ่งที่ตนเองยังไม่เข้าใจและอยากรู้สอบถามเกี่ยวกับสิ่งที่อยากรู้ สิ่งที่ทำอยู่ และสิ่งที่จะเกิดขึ้น สอบถามเพื่อนร่วมงานหรือครูในโรงเรียนเกี่ยวกับวันพรุ่งนี้ที่จะมาถึง” (ทอฝัน)

“วางแผนการทำงานให้ชัดเจน และเช็กงานทุกครั้งก่อนส่งค่ะ ผึกให้ตัวเองใจเย็นมากขึ้นเวลาสอนนักเรียน เพื่อให้การเรียนการสอนมันราบรื่นและนักเรียนกล้าเรียนมากขึ้น” (นับดาว)

“ของหนูก็พัฒนาตัวเดิมนะคะความคิดสร้างสรรค์ก็จะค้นคว้าหานวัตกรรมและใบงานที่ต้องการนำมาใช้ในการสอน ทั้งจากการค้นหาในอินเทอร์เน็ต และจากการสอบถามครูที่มีความแปลกใหม่ น่าสนใจ และทำให้นักเรียนเกิดการพัฒนา แล้วก็การมีความสุขกับการเรียนรู้” (ฮารุ)

“จะพัฒนาความใฝ่รู้กับความกระตือรือร้น ก็จะเปิดใจยอมรับความคิดที่หลากหลายจากคณะครู นักเรียน...ก็เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากคณะครูในโรงเรียนด้วยครับ...ตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนแล้วก็จะวางแผนและใช้เวลาให้เหมาะสม...จะหาความรู้และลงมือทำจริง ๆ ด้วย ลองผิดลอง ถูกไป” (เมอแตม)

“ใช้แผนเดิมนะคะเลือกทำงานในที่ที่เงียบ ๆ หรืออยู่กับตัวเอง ไม่มีเสียงรบกวนฟังเพลงที่ชอบ ตรวจทานงาน 2-3 รอบ แล้วก็จดบันทึกสิ่งที่ต้องทำ” (พรชีวัน)

“หนูจะลองสอบถามจากพี่ ๆ ในโรงเรียนคะ ว่าเค้าใช้สื่ออะไรใหม่ ๆ บ้าง แล้วก็ลองไปดูเพจสื่อที่เค้าแนะนำคะ จากนั้นก็จะสืบค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับสื่อการสอนเพื่อนำมาปรับใช้กับการสอนของหนูคะ” (เทียนหอม)

3. ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้าไม่ให้ผู้อื่นรู้สึกว่าตนเองกำลังโกรธหรือโมโห คิดก่อนที่จะพูด ควบคุมอารมณ์โกรธด้วยการหายใจเข้าลึก ๆ เดินออกห่างจากสถานการณ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์ด้านลบ ไม่คิดมากกับคำพูดด้านลบของผู้อื่น สอบถามสาเหตุที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง คือ การกำกับตนเอง)

“ปล่อยวาง เพิกเฉย หากไม่ดีขึ้นค่อยตักเตือนนักเรียนด้วยคำพูดสุภาพ ระวังความโกรธด้วยการหายใจลึก ๆ และเดินออกห่าง ใช้เหตุผลถามหาสาเหตุที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ” (ฐาใจ)

“ควบคุมอารมณ์ไม่นำอารมณ์ด้านลบมาแสดงออกกับบุคคลรอบข้าง หาอะไรทำให้ตัวเองรู้สึกผ่อนคลาย หากคนรับฟังเพื่อระบายความในใจหรือปรึกษา” (ปรายฟ้า)

4. ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น คือ พุดให้กำลังใจตนเอง พักผ่อน ฟังเพลง ขอกำลังใจจากผู้อื่น และทำกิจกรรมที่ผ่อนคลายระหว่างการทำงาน ใส่ใจนักเรียน เพื่อนร่วมงาน รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ให้ความเท่าเทียมกับนักเรียนทุกคน เปิดโอกาสให้นักเรียนได้พูดได้แสดงออกได้แสดงความคิดเห็นทุกคน (คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความรักความเสมอภาค ความอ่อนโยน อารมณ์ขัน)

“ใส่ใจคนรอบข้าง ให้เกียรติผู้อื่นทั้งการกระทำและคำพูด” (คะนิง)

“ดูคลิปวิดีโอเกี่ยวกับคุณครูที่ทำเพื่อนักเรียน เพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้กับตนเองในการเป็นครู...การได้รับกำลังใจจากคนรอบข้างและให้กำลังใจตนเอง...หาแนวทางการจัดการเรียนรู้ที่จะช่วยพัฒนาศักยภาพในด้านต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับนักเรียนมากขึ้น” (ดาริน)

“ให้ความเท่าเทียมกับนักเรียนทุกคน ไม่ลำเอียง ปรับทัศนคติ ใช้เหตุผลให้มากขึ้นมีการพุดให้กำลังใจตนเอง” (ปรายฟ้า)

“พุดคุยอย่างเป็นกันเองกับคนที่เรามีความไว้วางใจและสนิทสนม กล่าวที่จะพุดซักถามและหยอกล้อกับคนอื่นมากขึ้น” (โปรดปราน)

“มีการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้พูดได้แสดงออกได้แสดงความคิดเห็นทุกคน” (พริ้ม)

ส่วนแผนที่ผู้ร่วมวิจัยใช้ในการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปได้ 4 แผน ดังนี้

1. ใส่ใจตนเองและผู้อื่น คือ ให้กำลังใจตนเอง ทำกิจกรรมที่ผ่อนคลายพักผ่อนให้เพียงพอ เปลี่ยนสภาพแวดล้อมในการทำงาน พยายามทำความเข้าใจผู้อื่น ให้ความสำคัญกับทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน และอาสาช่วยงาน

2. วางแผนและลงมือทำ คือ แบ่งเวลาในการทำงาน จัดลำดับความสำคัญของงาน ทำงานทุกวันอย่างสม่ำเสมอ

3. ควบคุมอารมณ์ คือ พาตนเองออกจากสถานการณ์ที่อึดอัด กำหนดลมหายใจ เข้าออก ผีใจเย็น

4. ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น คือ ขอคำแนะนำ ขอความช่วยเหลือ และขอกำลังใจจากผู้อื่น

จากนั้นให้ผู้ร่วมวิจัย นำแผนที่ได้กลับไปใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง หากมีอุปสรรคนำวิธีการควบคุมไปใช้ร่วมด้วย ทั้งนี้การใช้แผนดังกล่าวให้บันทึกลงในสมุดบันทึกการเรียนรู้ว่าได้ทำอะไร เกิดผลอย่างไร และมีอุปสรรคอะไร ใช้วิธีการใดควบคุม เพื่อนำข้อมูลมาสะท้อนผลในกลุ่มใหญ่ครั้งต่อไป

2. การปฏิบัติการและการสังเกต

การปฏิบัติและการสังเกตเป็นขั้นตอนที่ผู้ร่วมวิจัยนำแนวทางการปฏิบัติรายบุคคลมาพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและทำการสังเกตพร้อมด้วย ซึ่งมีกิจกรรมดังนี้คือ 1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน 2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน 3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และ 4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น ซึ่งมีรายละเอียดของกิจกรรม ดังนี้

2.1 กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสรุปประเด็นหลักได้ 1 กิจกรรม คือ กล้าคิดกล้าแสดงออก ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 38 แผนกล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน วงรอบที่ 4

2.1.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า ความกล้าคิดกล้าแสดงออกของผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผ่านการแสดงออกในสถานการณ์จริงที่ต้องใช้ความมั่นใจ การตัดสินใจ และการลงมือปฏิบัติ โดยเฉพาะในบริบทที่มีความไม่แน่นอนหรือท้าทาย โดยปัสลิวา และจันทร์เจ้า แสดงความกล้าผ่านการยอมรับโอกาสใหม่ที่ไม่เคยทำมาก่อน เช่น การแสดงบนเวที การพูดหน้าเสาธง การควบคุมแถว และการคิดทำต้นในกิจกรรมวันครู แม้จะรู้สึกประหม่า แต่สามารถใช้โอกาสนั้นเป็นเวทีในการพัฒนาความมั่นใจและความสามารถของตนเอง ขณะที่ทอฝัน คะนึ่ง และณมน แสดงความกล้าผ่านการตัดสินใจเสนอความคิดเห็น การอาสาทำงาน และการเป็นผู้นำในกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การควบคุมสถานการณ์ การฝึกซ้อมกีฬา และการแก้ไขปัญหาที่ซับซ้อนในโรงเรียน เช่น กรณีการลักขโมยในห้องเรียน ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงทักษะการวิเคราะห์สถานการณ์และความสามารถในการสื่อสารและร่วมมือกับเพื่อนร่วมงานอย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนเพียงขวัญมีพฤติกรรมที่สะท้อนทั้งความกล้าหาญและภาวะผู้นำ เช่น การแสดงความคิดสร้างสรรค์ เสนอแนะเพื่อนร่วมงาน ดูแลนักเรียนที่เจ็บป่วย และอาสาช่วยงานต่าง ๆ สะท้อนถึงความรับผิดชอบและความสามารถในการจัดการตนเองและผู้อื่น

“ความกล้าหาญนะคะก็คือ หนูใช้ในการเอาใจเข้าสู่บอกตัวเองว่าไม่ต้องกลัวเราทำได้ หาประสบการณ์ให้ตัวเองกล้าทำค่ะ หนูก็ได้ลองสิ่งใหม่ ๆ ที่หนูไม่เคยทำจากที่เงินที่อายไม่คิดว่าตัวเองจะแสดงได้ หนูก็ลองทำดูค่ะ...แล้ววันนั้นหนูได้รับโอกาสจากคนรอบข้างนั่นแหละค่ะ ก็คือครูที่โรงเรียนทิวาค่ะ เค้าโทรมาเป็นลูกของครูพี่เลี้ยงหนูเค้าก็ติดต่อกันมาค่ะว่าอยากได้คนไปแสดงเป็นแดนเซอร์ช่วยในวันครู” (ปัสลิวา)

“จุดแข็งที่พัฒนาก็คือ ความกล้าหาญค่ะ แผนที่ใช้นะคะก็จะเป็นการกล้าคิดกล้าทำแล้วก็ ลงมือทำแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนร่วมงานค่ะ...งานที่หนูได้รับมอบหมายมาหนูก็จะทำทันทีค่ะ แล้วก็มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนร่วมงานทุกครั้งเลยค่ะ ก็จะถามว่าหนูเป็นยังไงถ้าหากว่ามีข้อเสียหนูก็จะปรับปรุงตัวเองค่ะ” (ทอฝัน)

“จุดแข็งที่หนูพัฒนาครั้งที่ 4 เป็นภาวะผู้นำและความกล้าหาญนะคะเป็นเหมือนเดิมเลยค่ะเหมือนในครั้งที่ 3 หนูก็ใช้กล้าแสดงความคิดเห็น ขอความช่วยเหลือผู้อื่น ขอกำลังใจแล้วก็แสดงศักยภาพในการทำงานแบบเต็มที่ค่ะ” (เพียงขวัญ)

“ครั้งที่ 4 นะคะจะเป็นภาวะผู้นำและความกล้าหาญเหมือนครั้งที่ 3 ค่ะแผนที่ใช้ก็จะเป็นสร้างความมั่นใจให้ตนเอง และกล้าลงมือทำค่ะ...ตอนแรกหนูคิดว่าจะมีครูท่านอื่นอยากทำงานนี้ แล้วทำได้ดีกว่าหนูอย่างนี้ค่ะ ก็มีความเกรงใจที่จะมีครูท่านอื่นอยากทำก่อน ก็รอฟังที่ประชุม พอ ผอ.ถามว่าใครจะทำ ก็เหมือนยังไม่มีใครเสนอตัว หนูก็อยากมีประสบการณ์ เพราะถ้าจบไปแล้วก็จะได้ทำงานส่วนนี้ด้วยก็เลย กล้า กล้าที่จะอาสาค่ะ แล้วคราวนี้ ท่าน ผอ.ก็ได้มอบหมายให้หนูโดยตรงเลยค่ะ หนูก็ได้ไปเป็นผู้ฝึกซ้อมกีฬาบอลเลย์บอลให้กับคณะครูในโรงเรียน แล้วหนูก็ได้เป็นนักกีฬาในวันครูด้วยค่ะ ได้เป็นครูติว NT ใน ป.3 แล้วก็อีกงานนะคะที่เป็นงานใหม่เลยก็คือได้เป็นผู้นำในการเปิดกองลูกเสือสำรอง ป.1- ป.3 ค่ะ” (ณมน)

“ในอาทิตย์ที่ผ่านมาก็คือ แบบว่าแบบมันจะมีแบบไปโรงเรียนใช้ไหมคะ แล้วที่นี้ครูเวรเข้าแล้วคะแบบก็จะมาสายแล้ว แล้วที่นี้หนูเป็นนักศึกษา หนูก็จะไปเข้าแถวกับนักเรียนทุกวันเลยค่ะ แล้วที่นี้นั้นครูเวรไม่มาแล้วแบบหนูก็จะได้แบบพวกเหมือนแบบว่าควบคุมแถวควบคุมในการทำกิจกรรมทั้งหมดเลยค่ะ แล้วที่นี้แล้วนักเรียนก็แบบว่าแบบปอแบบที่เป็น 1 2 3 ค่ะก็จะฟังเราอยู่ค่ะ แต่ว่าแบบ 4 5 6 ไปก็จะแบบดื้อ ๆ หน่อยวันนั้นหนูก็แบบว่าแบบทำแบบว่า Keep look แบบว่าเหมือนแบบโหด ๆ นะคะ และที่นี้นักเรียนก็แบบเข้าแถวแล้วก็ทำกิจกรรมเสร็จ” (จันทร์เจ้า)

“รอบที่ 4 ที่ไปพัฒนานะคะก็จะเน้นด้านความกล้าค่ะ ก็จะเป็นการรับฟัง ฝึกการวางตัวที่เป็นมิตร อาสาทำงานต่าง ๆ ค่ะ จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนะคะก็มีหลายเหตุการณ์ค่ะ หนูขอยกตัวอย่างนะคะโรงเรียนหนูมีการลักขโมยเกิดขึ้นค่ะแบบว่ามันเกิดขึ้นก่อนหน้านี้มาหลายรอบแล้วค่ะ 3-4 รอบแล้วค่ะ ก็เลยเมื่อวานตอนคันกระเป๋าค่ะ แต่ว่าก็จับตัวไม่ได้ค่ะ อันนี้หนู แต่ว่าทราบตัวคนทำเราสังเกตพฤติกรรมได้ค่ะ แต่ว่าตัวคนทำมันมีกันน้อยค่ะ เราสังเกตพฤติกรรมต่อเนื่อง แต่ว่าเราได้พูดคุยกันปรึกษากันทำไมถึงเกิดเหตุการณ์นี้ขึ้น เราก็เลยรู้ตัวว่าเด็กคนนี้แหละเป็นคนทำค่ะ แล้ววันนี้หนูก็ลองเปิดใจคุยกับเด็กเองค่ะ ซึ่งเป็นเด็กห้องหนูค่ะ คำก็ไม่ยอมรับนะ

คะ คำก็พูดเหมือนแต่งเรื่อง คำไม่ยอมรับว่าคำทำ คำแต่งเรื่องมาเป็น อีกคนหนึ่งขึ้นมาเป็นคนสารภาพแทนคะ มันก็เลยทำให้เรารู้ว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนี้เรามีทีมที่ดีคะ คณะคุณครูทุกคนเปิดใจคุยกันมีสัมพันธ์ที่ดีต่อกันเลยทำให้แก้ปัญหามองปัญหาออกได้เร็วคะ” (คะนิง)

“ของหนูก็จะเป็นเกี่ยวกับความกล้าคะ...ได้มีการเสนอตัวเองทำงานซ้อมการแสดงให้เด็กแล้วก็ทั้งวันครูที่ผ่านมามีคะได้ถูกจับไปเป็นแดนเซอร์โดยที่ไม่รู้เรื่องคะ แล้วปรากฏว่าวันที่ซ้อมคะ หนูนึกว่าคำเตรียมท่าเต้นเตรียมอะไรหมดแล้ว แต่พอวันจริง ๆ คำกลับไม่มีท่าเต้นคะ ไปแบบเถียงกันถกเถียงกันอยู่เป็นชั่วโมงคะว่าจะเอาท่าไหนดี จะเอาท่าไหนดี แล้วสุดท้ายพี่ตั้ม (ครูที่โรงเรียน) ก็เลยเอานี้ให้น้องเนี้ยให้น้องคิดทำให้ พอหนูคิดทำให้แล้วก็ได้มาเต้นในวันนั้นคะวัน วันครูก็เป็นท่าที่หนูคิดเกือบทั้งหมดแล้วก็ได้รางวัลชนะเลิศมาคะ” (ยิ้มสีหน้าภูมิใจ) (ทิวา)

2.1.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่สอดคล้องกันคือขาดความมั่นใจในตนเอง ความกังวล ภาระงาน เช่น บิลีฟพบอุปสรรคคือ กลัว ขาดความมั่นใจในตนเองที่เธอได้ไปเป็นแดนเซอร์แสดงในงานวันครู ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เธอไม่ถนัดและไม่เคยมีประสบการณ์แสดงบนเวทีมาก่อน ส่วนผู้ร่วมวิจัยบางคนยังพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอยู่บ้างแต่ลดลงกว่าวงรอบที่ผ่านมา เช่น เพียงขวัญพบอุปสรรคคือ ขาดไม่มั่นใจในตนเอง กังวลว่าจะจัดการแสดงต้อนรับคณะกรรมการที่มาตรวจเยี่ยมโรงเรียน ทำหน้าที่เป็นพิธีกรทั้งงานโรงเรียนและชุมชนได้ไม่ดีตามที่เพื่อนร่วมงานคาดหวัง นอกจากนั้นจันทร์เจ้ายังขาดความมั่นใจในตัวเองอยู่บ้าง เมื่อต้องควบคุมนักเรียนทำกิจกรรมหน้าเสาธงคนเดียวเมื่อเพื่อนร่วมงานติดภาระงาน เช่นเดียวกับทอฝันยังพบอุปสรรคคือ ขาดความไม่มั่นใจในตนเองอยู่บ้างเมื่อต้องพูดคุย และแสดงความคิดเห็นในการทำงานกับเพื่อนร่วมงาน แต่อุปสรรคดังกล่าวก็ลดน้อยลงกว่าวงรอบที่ผ่านมา นอกจากนั้นคะนิงพบอุปสรรคคือ ภาระงานที่เพิ่มเข้ามาอย่างต่อเนื่องทำให้เธอเกิดความเหนื่อยล้า

“หนูไม่เคยแสดงแบบว่าเต้นหรือรำอะไรเลยคะ งานอยู่ที่มหาลัยก็จะมีแต่เพื่อน ๆ ทำหนูก็จะดูเฉย ๆ คะ เพราะว่ารู้ว่าตัวเองทำไม่ได้” (บิลีฟ)

“ปัญหาและอุปสรรคคะก็คือ มีความไม่มั่นใจในตัวเองอยู่บ้างคะ แล้วก็กลัวกังวลว่าจะทำไม่ได้ด้วย แบบทำได้ไม่ดีพอก็มีความกังวลบ้างนิดหน่อยคะทั้งการฝึกการแสดงพิธีกร กลัวว่าจะออกมาไม่ได้ตามที่ผู้อื่นคาดหวังกับเรา” (เพียงขวัญ)

“อุปสรรคนะคะก็คือ ความไม่มั่นใจค่ะ ก็มีบ้างแต่ไม่มากเท่าแต่ก่อนค่ะ เหมือนเวลาที่เราต้องไปแสดงความคิดเห็นกับคุณครูในโรงเรียน แต่หนูว่ามันก็น้อยกว่าแต่ก่อนค่ะ เหมือนแบบมีความมั่นใจมากขึ้นที่จะพูดค่ะ” (ทอฝัน)

“เหมือนมันแบบมีงานเข้ามาเรื่อย ๆ ค่ะ ที่ทำงานเราเองด้วย แล้วก็ต้องช่วยงานครูพี่ (ครู) ด้วยค่ะ บางทีก็ทำให้เราเหนื่อย” (คะนิง)

อย่างไรก็ตามแม้ผู้ร่วมวิจัยจะพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่พบว่า ผู้ร่วมวิจัยทุกคนสามารถควบคุมอุปสรรคเหล่านั้นได้ดีมากขึ้นกว่าในทุกกรอบที่ผ่านมา เนื่องจากบางคนมีประสบการณ์ในการควบคุมอุปสรรคเดิม บางคนใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่ใช้ได้ดีแล้วนำมาแลกเปลี่ยนกัน โดยวิธีการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยมีความสอดคล้องกัน ได้แก่ การพูดคุยระบายกับคนที่ไว้วางใจ ขอคำแนะนำจากเพื่อนร่วมงาน ไม่กดดันตนเอง ฝึกซ้อมหรือทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มที่ให้กำลังใจตนเอง และขอกำลังใจจากผู้อื่น เช่น เพียงขวัญและทอฝันบอกกับตนเองว่า “เราทำได้” ทั้งนี้พวกเธอทั้งสองคนได้แลกเปลี่ยนและเลือกใช้วิธีควบคุมอุปสรรคด้วยวิธีการเดียวกัน เมื่อคะนิงเกิดความรู้สึกเหนื่อยล้า เธอจะใช้วิธีให้กำลังใจตนเอง กล่าวคือ เขียนสะท้อนผลดีของสิ่งที่เธอได้ทำและเขียนขอบคุณตนเอง รวมทั้งเลือกอ่านและดูสิ่งที่ทำให้เกิดความสุข

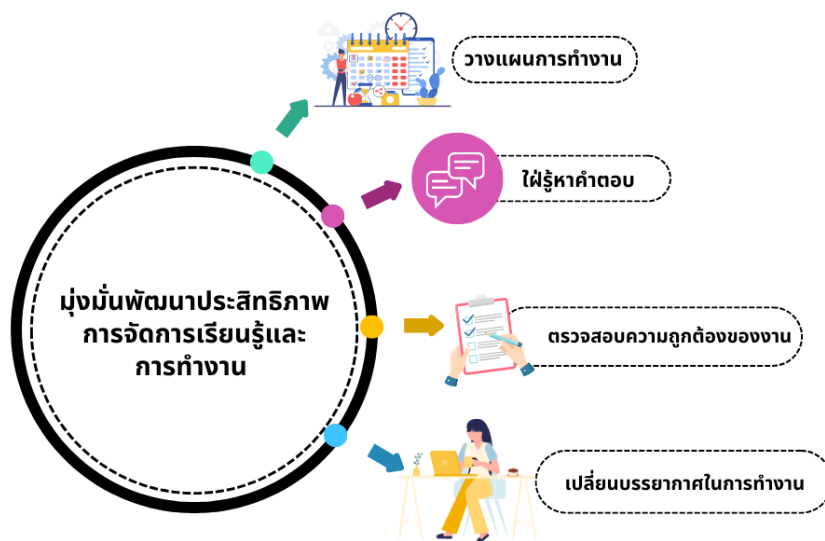
“วิธีการควบคุมนะคะก็คือ หนูจะไม่กดดันตัวเองค่ะ ฝึกซ้อมหรือว่าทำงานที่เราได้รับมอบหมายมาให้ดีที่สุดค่ะ แล้วก็ขอกำลังใจจากพี่ ๆ (เพื่อนร่วมงาน) นักเรียนบ้างค่ะ แล้วก็เชื่อมั่นในตนเองโดยที่จะบอกกับตัวเองเสมอว่าตัวเองเนี่ยทำได้ค่ะ” (เพียงขวัญ)

“ควบคุมนะคะก็จะเป็นการปรับเปลี่ยนความคิดให้ตัวเองมั่นใจค่ะ โดยการพูดกับตัวเองนะคะว่าเราทำได้ซึ่งหนูก็ทำได้ค่ะ” (ทอฝัน)

2.2 มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.2.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสรุปประเด็นหลักได้ 4 กิจกรรม ได้แก่ วางแผนการทำงาน ใฝ่รู้หาคำตอบ ตรวจสอบความถูกต้องของงาน และเปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 39 แผนมุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน วงรอบที่ 4

1) วางแผนการทำงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมการปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนได้ประยุกต์ใช้วิธีการที่หลากหลาย เพื่อพัฒนางานให้มีคุณภาพและตรงตามความต้องการของผู้เรียน เช่น นักร้องและโมโน แสดงถึงความรอบคอบและความคิดสร้างสรรค์ในการวางแผนการสอน โดยนักร้องปรับการสอนจากการได้รับข้อเสนอแนะของเพื่อนร่วมงาน โดยวางแผนจัดการเรียนรู้เพิ่มเติมเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ในขณะที่โมโนออกแบบใบงานและการทดลองใหม่ ๆ และนำเสนอให้เพื่อนร่วมงานตรวจสอบก่อนใช้งานจริง แสดงถึงความพร้อมในการปรับปรุงงานอย่างยืดหยุ่นและสร้างสรรค์

นอกจากนั้นต้องตา ซะเอม และฮารุ ใช้แผนการแบ่งเวลาในการบริหารภาระงานทั้งด้านการเตรียมสื่อการสอน การติวนักเรียน และการหาวัตกรรมการเรียนรู้ใหม่ ๆ ผ่านการค้นคว้าและสอบถาม เพื่อนร่วมงาน ซึ่งสะท้อนถึงความกระตือรือร้นและความพยายามในการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งยาหยีและนักร้อง ใช้ความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้ที่กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน เช่น การใช้ลูกบอลและไฟฉายจำลองระบบสุริยะ หรือการนำภาพและคำศัพท์มาใช้ในการเรียนภาษาอังกฤษ ซึ่งช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ผ่านการมีส่วนร่วมและประสบการณ์ตรง

“จากที่หนูทำครั้งที่ 3 ค่ะที่หนูถามครูพี่เลี้ยงว่าความรอบคอบ หนูมีความรอบคอบประมาณไหนบ้างคุณครูเค้าบอกมาว่า ในด้านการสอนยังขาดความรอบคอบนิดนึง

อาจจะใจร้อนในการสอนนักเรียนเหมือนสอนเร็วเกินไป นักเรียนบางคนก็อาจจะยังไม่ทันหนูก็เอามาปรับในครั้งที่ 4 ค่ะก็เขียนว่าใครยังไม่ได้อ่าง ใครยังทำไม่ได้ แล้วก็ตัวเองพยายามที่จะมีสติในการสอนไม่สอนเร็วเกินไปพยายามที่จะถามนักเรียนว่าเข้าใจทุกคนหรือยัง...ถ้าเราสอนเค้าแบบเค้าไม่เข้าใจถึงแม้เราจะสอนในชั่วโมง แต่เค้าก็เหมือนสอนไปนาน ๆ เด็กจะไม่รับนะคะ สมองเค้าจะปิดแบบนี้ก็จะวางแผนที่จะเอามาสอนซ่อมเสริม” (นับดาว)

“หนูก็ได้ลองทำไปงานใหม่ ๆ ให้เด็กจะไม่ว่าจะเป็นคณิตศาสตร์หรือว่าภาษาอังกฤษ...ได้รับมอบหมายให้ทำออกแบบการทดลองภูเขาไฟคะ มันเป็นค่ายวิชาการในโรงเรียนคะ หนูได้รับมอบหมายให้ทำส่วนนี้หนูก็ทำ ทำ ทำ แล้วก็ให้พี่เค้าดูคะว่ามันได้ไหมคือ ถ้ามันไม่ได้เราก็พร้อมที่จะปรับแก้ให้มันตรงตาม Concept ของพี่เค้าแบบนี้คะ” (โมนา)

“จุดแข็งที่พัฒนาจะเป็นความคิดสร้างสรรค์ ความมานะพยายามแล้วก็ความกระตือรือร้นคะ แผนที่หนูใช้นะคะก็คือ แบ่งเวลาในการทำงานคะ” (ต้องตา)

“แผนที่หนูใช้ในการคิดสร้างสรรค์ก็คือ หนูพยายามที่จะหาสื่อหาวัตถุดิบไปใช้ให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมคะ...หนูได้ไปถามมาก็คือ เค้าชอบที่จะได้ทำกิจกรรมมากกว่าที่แบบแค่ครูให้เขียนใส่สมุดแบบนี้คะอย่างเช่นอังกฤษหนูก็จะหาเกี่ยวกับรูปภาพแล้วก็คำศัพท์ให้เค้าฝึกการทำเป็นกลุ่มจับคู่” (นับดาว)

“ของหนูนะคะจุดแข็งที่พัฒนานะคะก็คือความคิดสร้างสรรค์คะ ส่วนแผนที่ใช้นะคะจะเป็นแผนเดิมคะก็คือ การกำหนดงานวัตถุดิบหรือว่าไปงานที่ต้องการนะคะที่เอามาใช้สอนคะทั้งจากการสืบค้นจากอินเทอร์เน็ตแล้วก็สอบถามครูคะ เพื่อที่ให้มีแปลกใหม่แล้วก็ให้นักเรียนนะคะเกิดความสนใจมากขึ้นคะ” (ฮารุ)

“หนูก็ได้ออกแบบวิธีการสอนแบบใหม่ที่น่าสนใจคะ คือหนูสอนเรื่องระบบสุริยะคะ ก็ได้ใช้แบบลูกบอลหลาย ๆ ลูกคะ เอามาทำเป็นดวงดาว แล้วก็ใช้ไฟฉายเป็นดวงอาทิตย์คะ คือสอนแบบให้เด็กได้เรียนรู้แบบผ่านการเคลื่อนไหวจริงคะ เด็ก ๆ ก็ให้ความสนใจมากเลยคะเค้าตื่นเต้นกับสื่อที่หนูเอามาสอนคะ” (ยาหยี)

“หนูสร้างความกระตือรือร้นด้วยการบอกตัวเองทุกวันคะว่า เราต้องตั้งใจทำงานนะ ใกล้จบแล้ว หนูจะแบ่งเวลาในการทำงานคะ อย่างช่วงนี้ได้รับมอบหมายจากทางโรงเรียนให้ติว O-NET คะ ก็มาโรงเรียนแต่เช้ากว่าเดิม เพื่อที่จะแบ่งเวลาในการหาข้อสอบเก่ามาติวเด็ก ทบทวนข้อสอบ เตรียมติวเด็ก พยายามหาแนวทางที่จะทำให้เค้าเข้าใจข้อสอบได้ง่ายที่สุดคะ ช่วงที่ว่างหนูก็จะเตรียมการสอนและตรวจงานเด็กคะ...ช่วงไหนที่รู้สึกท้อหรือจะเหนื่อยให้กำลังใจตัวเองว่า สู้ๆ เราทำได้ อีกไม่นานก็จะสำเร็จแล้ว” (ชะเอม)

2) ใฝ่รู้หาคำตอบ

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การใฝ่รู้หาคำตอบสะท้อนถึงความมุ่งมั่นในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง โดยผู้ร่วมวิจัยได้นำวิธีการหลากหลายมาประยุกต์ใช้เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้งในเนื้อหา และสามารถถ่ายทอดสู่ผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังเช่น ทอฝัน เทียนหอม และมีคุณใช้วิธีการสอบถามเพื่อนร่วมงานในโรงเรียนเพื่อค้นหาคำตอบในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ ทั้งในด้านการเตรียมกิจกรรม การจัดการเรียนรู้ และการรับมือกับสถานการณ์เฉพาะหน้า เช่น การนิเทศ การจัดกิจกรรมวันครู หรือการติวสอบ โดยมีคุณยังได้เข้ารับการอบรมและต่อยอดความรู้ด้วยการค้นหาสื่อที่เหมาะสมกับรูปแบบการเรียนรู้ของตนเอง แล้วยังได้เข้ารับการอบรมและต่อยอดความรู้ด้วยการค้นหาสื่อที่เหมาะสมกับรูปแบบการเรียนรู้ของตนเอง ส่วนเมอแตมแสดงให้เห็นถึงการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงร่วมกับเพื่อนร่วมงาน ทั้งการวางแผนแบ่งหน้าที่ และสรุปงาน รวมถึงการรับคำแนะนำจากเพื่อนร่วมงาน เพื่อนำไปตักตวงนักเรียนในการวิเคราะห์ข้อสอบให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ขณะเดียวกันธัญญาใช้แนวทางการศึกษาค้นคว้าผ่านแหล่งข้อมูลที่หลากหลายทั้งจากอินเทอร์เน็ต ห้องสมุด สื่อ TikTok เพื่อพัฒนาสื่อและกิจกรรมการเรียนรู้ใหม่ ๆ ที่สร้างสรรค์ โดยเธอออกแบบกิจกรรมนอกชั้นเรียนและการใช้งานกระดาษเพื่อฝึกมาตราตัวสะกด

“ความใฝ่เรียนรู้ค่ะ หนูก็ใช้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลค่ะ เพื่อที่จะนำไปสอนนักเรียนเพื่อที่ตัวหนูเองก็จะไปใช้ในการสอนนักเรียนค่ะ ตัวหนูเองก็ไม่มีความมั่นใจขนาดนั้นค่ะ ถามเกี่ยวกับสิ่งที่อยากรู้สิ่งที่ทำอยู่แล้วก็สิ่งที่เกิดขึ้นค่ะ สิ่งทีหนูทำนะคะ สอบถามเพื่อนร่วมงานค่ะ แล้วก็คุณครูในโรงเรียนค่ะเกี่ยวกับวันพืชมงคลที่จะมาถึงค่ะ ซึ่งที่ผ่านมาหนูก็มีกิจกรรมทั้งกิจกรรมวันครูค่ะ กีฬา แล้วก็ก็มีได้รับเมื่อวานนี้ก็มีงานนิเทศโรงเรียน ก็ได้มีการสอบถามอยู่เรื่อย ๆ ค่ะว่า หนูต้องทำอะไรต้องทำอะไรอีกไหมก็จะถามตลอดค่ะ” (ทอฝัน)

“ผมเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากคณะครูในโรงเรียน ก็จะได้เรียนรู้การแบ่งปันหน้าที่กับคณะครู แล้วก็ได้เรียนรู้วิธีการทำงานสรุปงานกับคณะครูในโรงเรียนครับ แล้วก็ได้เกิดการวางแผนของตนเองด้วยว่าเราจะทำอย่างไรให้องค์ประกอบขององค์นี้นะประสบความสำเร็จในการทำงาน แล้วเราจะหาวิธีการใดที่บางอย่างเนื้อหายังไม่ครบ แล้วเราจะหาวิธีการไหนมา ๆ ทำให้มันครบอะไรแบบนี้ครับ” (เมอแตม)

“ตัวแรกก็จะเป็นความรักในการเรียนรู้ นะครับก็คือ แผนที่ใช้มีสร้างแรงบันดาลใจ นะครับ แล้วก็หาสื่อ นะครับ ให้สอดคล้องกับลักษณะการเรียนรู้ของตนเอง นะครับ แล้วก็มีการสอบถามจากพี่ ๆ (เพื่อนร่วมงาน) นะครับที่เคยไปทำแล้วก็หาประสบการณ์ใหม่ ๆ ซึ่งมีประสบการณ์เดิมอยู่แล้ว ที่เคยทำมาครั้งนึงแล้วนะก็เลยใช้แผนนี้มาครับก็ไปอบรม เป็นการ

ทบทวนความรู้ของตนเองหลังจากที่อบรมเสร็จก็มีการแบบมาหาความรู้เพิ่มเติมโดยการใช้สื่อที่สอดคล้องกับลักษณะการเรียนรู้ของตนเองนะครับ แล้วก็สอบถามพี่ ๆ ว่าต้องใช้สื่อการสอนแบบไหนที่จะดึงดูดความสนใจนักเรียนและทำให้เค้าเข้าใจบทเรียนได้ง่ายขึ้น ก็นำความรู้ที่ได้สอบถามและจากการอบรมมาต่อยอดในการผลิตสื่อให้กับนักเรียนครับ” (มีคุณ)

“สำหรับของหนูนะคะก็จุดแข็งเดิมคะก็คือความคิดสร้างสรรค์ใช้ไหมคะ แผนใช้แผนเดิมคะก็คือการออกแบบกิจกรรมสื่อการเรียนการสอนคะ แล้วก็หาแนวทางในการทำสื่อให้มีความหลากหลายจากแหล่งที่ แหล่งข้อมูลที่หลากหลายนอกจาก Internet คะเช่นห้องสมุดหรือเดินเลาะ (เข้าไปสอบถาม) หาสื่อจากคุณครูคนอื่นคะ ที่หนูได้ใช้ก็จะเป็นการปรับวิธีการสอนแบบใหม่แบบเนี้ยคะ แทนที่จะพาเด็กสอนแต่ในห้องใช้ไหมคะ หนูก็พาเค้าออกมานอกห้องเดินสำรวจในโรงเรียน อย่างเช่นสอนสิ่งแวดล้อมรอบตัวก็ไปหาของจริง ไปดูของจริงเลยคะว่ามีอะไรบ้าง ต้นไม้ ใบหญ้า ก้อนหิน ดอกไม้...แล้วก็มานั่งสรุปบทเรียนได้ต้นไม้ว่าใครสำรวจอะไรได้บ้าง เขียนบันทึกลงในสมุด สิ่งที่เหมาะสมต่างกัน ให้เค้าได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง...แล้วก็ได้อะไรมากจากการดู TikTok นะคะที่เอามากระดากมาเป็นมาตราตัวสะกดติดไว้กับฟิวเจอร์บอร์ด แล้วหนูก็มีคำศัพท์ที่มีรูปภาพประกอบ แล้วก็ให้เด็กเอาไปหนีบที่จานกระดากว่าตรงกับมาตราตัวสะกดไหน ก็แข่งขันกันเป็นกลุ่มคะ” (ธัญญา)

“ของหนูนะคะก็จะเป็นการพัฒนาจุดแข็งตัวเดิมในครั้งที่ผ่านมาคือ รักการเรียนรู้คะ หนูก็จะใช้วิธีการถามจากพี่ ๆ ในโรงเรียน (เพื่อนร่วมงาน) ในด้านสื่อสิ่งใหม่ เพลงสื่อที่แนะนำ แล้วก็สืบค้นหาข้อมูลคะ ก็คือในทุกสัปดาห์หนูก็จะเข้าไปถามครูพี่เลี้ยง แล้วก็พี่ ๆ ครูท่านอื่นเกี่ยวกับเทคนิคการสอน หรือแบบบางที่ที่หนูมีเวลาก็จะเข้าไปสังเกตการณ์สอนของครูพี่เลี้ยงด้วยแบบเนี้ยคะ พยายามเรียนรู้ สังเกตการณ์สอนที่น่าสนใจ จดเอาไว้แล้วก็เอามาปรับใช้ในห้องเรียนตัวเองคะ ก็จะได้ไอเดียจากการสอนวิชาภาษาไทย แบบแต่งเพลงที่เชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหาที่เราจะสอนมาจากครูพี่เลี้ยงคะ แล้วก็ก็มีแบบพี่ ๆ แนะนำเพลงที่น่าสนใจ หนูก็ได้แนวทางจากเว็บทบทวนปัญหาแบบเนี้ยคะเกี่ยวกับเทคนิคการนำเข้าสู่บทเรียนที่ไม่น่าเบื่อ ที่นำมาใช้แล้วก็พาเด็กร้องเพลงที่เกี่ยวกับเนื้อหาที่จะสอนเปิดคลิปวิดีโอ ส่วนอีกหนึ่งไอเดียที่พี่ ๆ แร่มานะคะ หนูก็ได้นำไปทำ เป็นการสอนภาษาไทยเหมือนกันคะ ทำแผ่นพับเป็น Pop up เรื่องมาตราตัวสะกด มี 8 ช่องพอเวลาเปิดแต่ละมาตราจะมีตัวการ์ตูนเดินขึ้นมาพร้อมคำศัพท์คะ” (เพ็ญหอม)

3) ตรวจสอบความถูกต้องของงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การตรวจสอบความถูกต้องของงานเป็นแนวทางที่สะท้อนถึงการใช้จุดแข็งด้านความรอบคอบ โดยผู้ร่วมวิจัยหลายคน

ให้ความสำคัญกับการตรวจทาน ตรวจสอบ และพัฒนาคุณภาพของงานก่อนส่งมอบอย่างชัดเจน อาทิ จันท์เจ้าและพรชีวัน ใช้กระบวนการตรวจสอบความถูกต้องของชิ้นงานหลายครั้งก่อนนำไปใช้จริงโดยจันท์เจ้าเน้นการตรวจสอบสื่อการสอนเพื่อให้แน่ใจว่าถูกต้องและพร้อมใช้งานกับนักเรียน ส่วนพรชีวันให้ความสำคัญกับการตรวจงานประเภทสื่อประชาสัมพันธ์ เช่น วารสารหรือโพสต์ต่าง ๆ โดยตรวจสอบซ้ำหลายรอบเพื่อลดความผิดพลาดและเพิ่มความถูกต้องของเนื้อหา ขณะที่โมนา แสดงความรอบคอบผ่านการขอคำแนะนำจากเพื่อนร่วมงานก่อนลงมือปฏิบัติงาน ถ่ายภาพบ้านนักเรียน เพื่อให้มั่นใจว่าขั้นตอนและเนื้อหาที่ต้องการสื่อสารมีความถูกต้องครบถ้วนตามที่โรงเรียนมอบหมาย

“หนูพัฒนาก็คือ ความรอบคอบค่ะก็คือ วางแผนในการผลิตสื่อ ทำงานด้วยความรอบคอบไม่ว่าจะเป็นแบบการทำสื่อ ผลิตสื่อทำมือหรือว่าการทำใบงานค่ะ อาทิตย์ที่ผ่านมาหนูได้ผลิตสื่อแบบสื่อคณิตศาสตร์เกี่ยวกับการบวกลบคูณหาร เลขที่มันเป็นวงล้อที่มันสามารถหมุนได้ก็ตรวจสอบความถูกต้องก่อนเอาไปสอนค่ะ” (จันท์เจ้า)

“จุดแข็งที่พัฒนาก็จะเป็นความรอบคอบค่ะ...เวลาทำงานส่งมีงานของโรงเรียนจะทำวารสารหรือโพสต์งานต่าง ๆ หนูก็มีการตรวจสอบ 2-3 ครั้งค่ะ ตรวจสอบมากยิ่งขึ้นค่ะเพื่อให้มันแบบผิดพลาดน้อยที่สุดค่ะ” (พรชีวัน)

“หนูได้รับมอบหมายจากทางโรงเรียนให้ไปถ่ายรูปบ้านนักเรียนคือ หนูก็อาจจะถ่ายไม่ถูกก็เลยขอให้คุณครูเค้าแนะนำมาว่าต้องถ่ายแบบไหนอะไรแบบนี้ค่ะ ก็คือได้สื่อสารกับคุณครูในโรงเรียนมากขึ้น” (โมนา)

4) เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การเลือกเปลี่ยนบรรยากาศหรือสถานที่ในการทำงานเป็นกลยุทธ์สำคัญที่ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์และความรอบคอบในกระบวนการออกแบบกิจกรรมหรือผลิตสื่อการเรียนรู้ โดยผู้ร่วมวิจัยเลือกสถานที่ที่เอื้อต่อสมาธิ เช่น พื้นที่เงียบสงบหรือบริเวณที่มีสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ เพื่อช่วยกระตุ้นการคิดสร้างสรรค์และเพิ่มสมาธิในการทำงาน ส่วนปีลีฟเลือกทำงานในสถานที่เงียบที่ปราศจากสิ่งรบกวน เช่น เสียงนักเรียน เพื่อส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบกิจกรรม ขณะที่พรชีวันเน้นการทำงานในพื้นที่สงบ โดยผสมผสานกับการฟังเพลงเบา ๆ แทนเสียงรบกวนจากภายนอกเพื่อคงไว้ซึ่งสมาธิในการทำงานอย่างรอบคอบ ขณะเดียวกันธัญญาใช้วิธีเปลี่ยนบรรยากาศในการคิดงาน เช่น การออกจากห้องทำงานเพื่อไปนั่งใต้ต้นไม้ ซึ่งการอยู่ท่ามกลางธรรมชาติช่วยกระตุ้นให้เกิดไอเดียสร้างสรรค์ เช่น การประยุกต์ลูกยางนาเป็นสื่อการสอนในรูปแบบโมบายคำศัพท์

“จะเป็นมืออย่างแรกนะคะความคิดสร้างสรรค์ก็คือ หนูจะหาสถานที่ทำงานค่ะ ที่มันแบบเหมาะสมกับงานอย่างเช่นเจ๊ียบ ๆ หรือไม่มีสมาธิไม่มีเด็กมาถามตลอดเวลา” (ป๊อปปี้)

“จุดแข็งที่พัฒนาในครั้งที่ 4 นะคะก็จะเป็นความรอบคอบค่ะ แผนที่หนูใช้นะคะจะมีการเลือกทำงานในสถานที่เจ๊ียบ ๆ ค่ะแล้วก็ฟังเพลงค่ะ เสียงคนค่ะจะเป็นเสียงพูดหรือว่าเสียงรอบข้างเสียงรถหรือใครทำอะไรอย่างนี้ค่ะ แต่ถ้าเป็นเพลงนี้หนูก็จะสามารถทำงานได้อยู่ค่ะ” (พรชิววัน)

“แผนที่หนูไปใช้ก็เปลี่ยนบรรยากาศที่เอื้อต่อการทำงานในการออกแบบกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้ค่ะ คือแบบบางทีที่หนูคิดไม่ออกว่าจะออกแบบการสอนยังไงก็จะไปหา มุมเจ๊ียบ ๆ บางทีก็เปลี่ยนที่นั่งจากห้องทำงานมานั่งใต้ต้นไม้บ้าง แต่ว่าส่วนใหญ่ก็จะได้ใช้เวลาหลังเลิกงานมากกว่าค่ะ หนูก็จะมานั่งมองต้นไม้ ใบหญ้าไป เหมือนบางทีเห็นลูกยางนาก็ได้ไฉ่เดียว ทำโมบายยางนาแล้วก็เอาคำศัพท์มาติดแบบเนี่ยค่ะ” (ธัญญา)

2.2.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่คือ ภาระงานมาก ความเหนื่อยล้า การบริหารเวลา ความกดดัน เช่น พรชิววันพบอุปสรรคคือ ภาระงานมาก ได้แก่ จัดทำวารสารและเพจประชาสัมพันธ์โรงเรียน โครงการของนักศึกษาทุน และงานนิเทศการสอนของนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู อย่างไรก็ตามแม้ว่าภาระงานจะมีมาก แต่เธอมีความเห็นว่าทำให้เธอเกิดความกระตือรือร้นในการทำงานมากขึ้น และได้เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งลดน้อยลงกว่าในวงรอบที่ผ่านมา ส่วนนับดาวอุปสรรคคือ ความเหนื่อยล้าจากภาระงานที่มีเข้ามาเพิ่ม เช่น การช่วยเตรียมงานประเมินของโรงเรียน เป็นต้น ขณะเดียวกันทอฝันที่พบอุปสรรคคือ ความเหนื่อยล้าทั้งจากการสอนนักเรียนและงานฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู ส่วนจันทร์เจ้าพบอุปสรรคคือมีเวลาในการทำงานน้อยและเร่งรีบ ความเหนื่อยล้า อีกทั้งยังพบว่าป๊อปปี้พบอุปสรรคคือ ความเหนื่อยล้า ความกดดันอยู่บ้างแต่ไม่มาก เหมือนกับวงรอบที่ผ่านมาแล้วคือ กลัวจะออกแบบกิจกรรมการสอนทำออกมาได้ไม่ดีตามที่ตนเองคาดหวัง

“อุปสรรคก็เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นภาระงาน ความขี้ลืมหรือว่าความขี้เกียจ” (พรชิววัน)

“ปัญหาและอุปสรรคนะคะก็คือ ความเหนื่อยล้าก็จะมีเหมือนมันจะมีงานเหมือนกับเพื่อนค่ะที่เพิ่มเข้ามาก็คือประเมินของโรงเรียนนะคะ” (นับดาว)

“อุปสรรคนะคะก็จะเป็นความเหนื่อยล้าค่ะ ความเหนื่อยล้าจากการสอนนักเรียนแล้วก็การทำงานบ้านค่ะ” (ทอฝัน)

“ปัจจัยเงื่อนไขอะไรที่ทำให้เป็นอุปสรรคก็คือ มีเวลาในการทำงานน้อยค่ะ แล้วก็เร่งรีบค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“มันจะมีแบบว่าช่วงโง่ที่เราสอนนะคะ มาช่วงเช้าแล้วก็มาช่วงบ่ายแล้วเรามาทำค่ะ มันก็จะทำให้เรารู้สึกเหนื่อยล้าค่ะ แล้วก็ทีนี้ด้วยระยะเวลาที่มันเหลือน้อยค่ะ ก็จะกดดันตัวเองค่ะ กลัวออกแบบกิจกรรมสอนเด็กได้ไม่ดีค่ะ” (ปัสสิฟ)

อย่างไรก็ตามพบว่าผู้ร่วมวิจัยทุกคนสามารถควบคุมอุปสรรคที่มีต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้ดีมากขึ้น โดยผู้ร่วมวิจัยใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคที่มีความคล้ายคลึงกัน เช่น เมื่อนับดาวเกิดความเหนื่อยล้าจากภาระงาน เธอจะใช้วิธีการพักสักพักแล้วค่อยกลับมาทำงาน การแบ่งเวลาในการทำงาน รวมทั้งตรวจสอบงานให้เรียบร้อยเพื่อป้องกันความผิดพลาด เช่นเดียวกับทอฝันเมื่อเกิดความรู้สึกเหนื่อยล้า เธอใช้วิธีผ่อนคลายด้วยการรับประทานขนมและดื่มน้ำหวานเพื่อให้สดชื่น ซึ่งเป็นวิธีการที่นำมาจากการแลกเปลี่ยนของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ส่วนจันทร์เจ้าใช้วิธีการทำงานแบบใจเย็น ไม่เร่งตัวเองจนเกิดความผิดพลาด แบ่งเวลาในการทำงานและไม่เร่งรีบในการทำงาน พรชิววันใช้วิธีการแบ่งเวลาในการทำงานเรียงลำดับความสำคัญและให้บุคคลรอบข้างคอยกระตุ้นให้ทำงาน อีกทั้งยังพบว่าเมื่อปัสสิฟเกิดความเหนื่อยล้า เธอจะพักผ่อนสักพักก่อนแล้วค่อยมาทำงานต่อ ขณะเดียวกันหากเธอรู้สึกกดดันจะระบายให้คนที่ไว้วางใจฟัง

“วิธีการควบคุมของหนูที่มันดีที่สุดสำหรับหนูเลยคือ เป็นบุคคลรอบข้างคอยเตือนหนูค่ะแล้วก็มีการแบ่งเวลาในการทำงานค่ะ” (พรชิววัน)

“วิธีการควบคุมก็คือ การแบ่งเวลาในการทำงานของตัวเองแล้วก็แบ่งเวลาในการทำงานของโรงเรียนแบบนี้ค่ะ” (นับดาว)

“หนูก็จะผ่อนคลายตัวเองโดยการกินขนมหรือว่าจะเป็นน้ำ น้ำหวานค่ะ” (ทอฝัน)

“หนูก็จะควบคุมแบบว่าถึงมันจะรีบแค่ไหนก็พยายามใจเย็นค่ะ พยายามทำมันให้เสร็จแบบว่าแบบอยากให้มีแบบว่าไม่มีคำผิดหรือว่าแบบไม่ให้เกิดความผิดพลาดค่ะ” (จันทร์เจ้า)

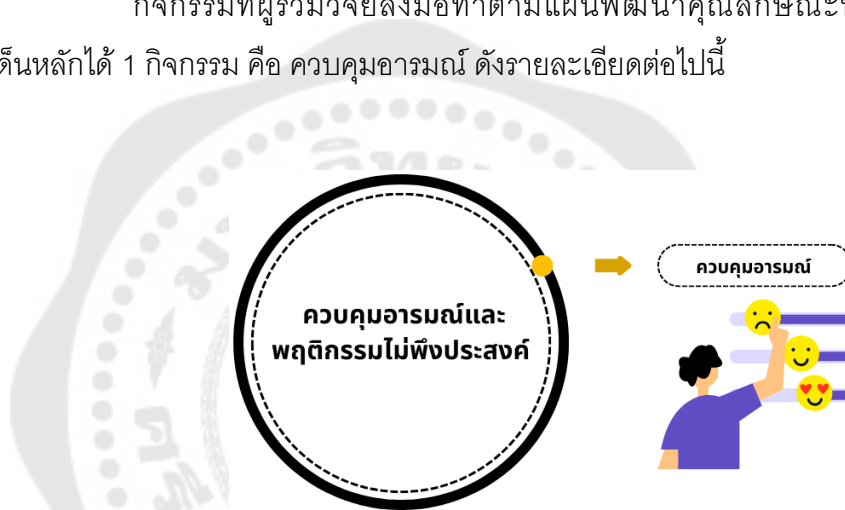
“หนูให้ตัวเองได้ผ่อนคลายซัก 10 นาทีก่อนแล้วก็ระบายให้ครูพี่เลี้ยงฟังปรึกษาเค้า แล้วมันก็ทำให้หนูสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้มากขึ้นค่ะ” (ปัสสิฟ)

ขณะที่ผู้ร่วมวิจัยบางคนไม่พบอุปสรรค เนื่องจากสามารถป้องกันปัญหาที่จะส่งผลกระทบต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้นได้ดี เช่น แม้ว่าโมนาจะมีภาระงานมาก และรู้สึกเหนื่อยล้า แต่เธอก็ใช้วิธีการมุ่งมั่นตั้งใจทำงาน นึกถึงความรู้สึกเมื่อตนเองทำงานสำเร็จ หมั่นตรวจสอบงานต่าง ๆ ขอความคิดเห็นจากเพื่อนร่วมงานในการปรับปรุงแก้ไข นึกถึงผลกระทบที่ตามมา ซึ่งเป็นวิธีการที่นำมาจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่ใช้สำเร็จแล้วนำมาแลกเปลี่ยนกัน

2.3 ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

2.3.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งสรุปประเด็นหลักได้ 1 กิจกรรม คือ ควบคุมอารมณ์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 40 แผนควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ วงรอบที่ 4

1) ควบคุมอารมณ์

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์การสอนที่ทำทายสะท้อนถึงการใช้ความสามารถในการกำกับตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ โดยผู้ร่วมวิจัยมีแนวทางในการจัดการอารมณ์ที่แตกต่างกันตามบริบท แต่มีจุดร่วมสำคัญคือ การใช้เหตุผล น้ำเสียงที่อ่อนโยน และการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอย่างมีสติ เช่น โมนาแสดงถึงความสามารถในการควบคุมอารมณ์เมื่อเผชิญกับนักเรียนที่ไม่เข้าใจบทเรียน โดยไม่ใส่อารมณ์หรือแสดงความหงุดหงิด แต่เลือกใช้วิธีเรียกนักเรียนมานั่งใกล้ ๆ แล้วค่อย ๆ อธิบายซ้ำจนกระทั่งนักเรียนเข้าใจและสามารถทำได้ด้วยตนเอง ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความอดทนและการสื่อสารเชิงบวก ส่วนครูใจใช้เทคนิคการหายใจลึกและการปล่อยวางเมื่อต้องเผชิญกับพฤติกรรมรบกวนของนักเรียนในห้องเรียน โดยหลีกเลี่ยงการตำหนิตันที และเลือกใช้การเตือนอย่างสุภาพด้วยน้ำเสียงปกติ ซึ่งเป็นการควบคุมอารมณ์ตนเองอย่างมีวุฒิภาวะ ในขณะที่ปราชญ์ซึ่งต้องสอน

นักเรียนระดับชั้นอนุบาลและประถมศึกษาในเวลาเดียวกัน ใช้วิธีควบคุมอารมณ์ตนเองโดยปรับวิธีการสื่อสารให้เหมาะสมกับพัฒนาการของนักเรียนแต่ละระดับ เช่น ใช้น้ำเสียงนุ่มนวลกับเด็กเล็ก และขอความร่วมมือจากเด็กโตในการช่วยเหลือเพื่อนร่วมชั้น

“ในการควบคุมอารมณ์ตนเองนะคะ หนูก็สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ค่ะ ถ้าเด็กไม่เข้าใจมาก ไม่ใส่อารมณ์ค่ะ ก็จะค่อย ๆ อธิบายเรียกคํามานั่งใกล้ ๆ ค่อย ๆ อธิบาย ให้เค้าเข้าใจครั้งเดียวเค้าอาจจะไม่เข้าใจแต่เราก็อธิบายซ้ำ ๆ ให้เค้าจนกว่าเค้าจะทำได้ด้วยตัวเองค่ะ เราถึงจะให้เค้าแบบไปนั่งที่เค้าได้” (โมนา)

“เวลาเจอสถานการณ์ที่ทำให้หงุดหงิดในห้องเรียนแบบนี้ค่ะ หนูก็จะใช้วิธีการปล่อยวาง แบบเวลามีนักเรียนที่เค้าคุยกันในช่วงที่เราสอนก็จะแบบไม่ได้ดูหรือต่อว่าทันทีแบบเนี่ยค่ะ พยายามใจเย็นแล้วค่อย ๆ สังเกตดูว่ายังคุยกันต่อไหมหรือแบบว่ารบกวนเพื่อนในห้องหรือเปล่า คือถ้าเค้ายังไม่ดีขึ้นก็จะเดินเข้าไปใกล้ ๆ แล้วก็พูดเตือนเบา ๆ ว่า ขอให้ตั้งใจเรียนหน่อยนะค่ะ คุยกันเบา ๆ นะ...บางครั้งทีหนูเจอบางเหตุการณ์ที่ทำให้ปรี๊ดแตกที่เด็กเค้าคุยกันไม่หยุดเสียงดังมาก ๆ หนูก็จะหายใจเข้าลึก ๆ ค่อย ๆ ผ่อนลมหายใจ แล้วก็พูดด้วยน้ำเสียงที่ปกติ แล้วก็ขอความร่วมมือเค้าให้เงียบค่ะ” (ซูใจ)

“โรงเรียนหนูมีครูไม่ครบชั้นค่ะ แล้วหนูต้องได้สอนทั้งอนุบาลและประถมในช่วงโมงเดียวกัน การใช้เหตุผลกับเด็กอนุบาลการใช้เหตุผลกับเด็กในห้องค่ะ (นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา) อาจ会有ความแตกต่างกันเค้าก็คือ เด็กอนุบาลกับเด็กประถมในห้องแบบเค้าจะมีความคิดที่ไม่เหมือนกันค่ะ แตกต่างกันอย่างเช่นอนุบาลจะพูดไม่รู้เรื่อง หนูก็พยายามที่จะควบคุมอารมณ์ตัวเองแล้วก็ใช้เหตุผลค่อย ๆ พูดกับน้อง ด้วยน้ำเสียงนุ่มนวล แล้วก็ขอความช่วยเหลือจากเด็กประถมให้มาช่วยดูแลน้องช่วยแบบคุณน้องให้ครูชิน้องต้องการอะไร” (ปรายฟ้า)

2.3.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่คือ การควบคุมอารมณ์ นักเรียน ซึ่งจากการสังเกตการปฏิบัติ เช่น ซูใจพบอุปสรรคคือ การใช้อารมณ์ การถือสา นักเรียนในเรื่องเล็กน้อย ได้แก่ นักเรียนเมินหน้าหนีซึ่งถือเป็นอุปสรรคใหม่ที่เกิดขึ้น ขณะที่ผู้ร่วมวิจัยบางคนไม่พบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง เช่น โมนาหากเธอเริ่มมีความรู้สึกหงุดหงิด โมโห เธอจะใช้วิธีนี้ถึงผลกระทบที่ตามมาทันที หากเธอควบคุมตนเองไม่ได้ เธอจึงเห็นว่าไม่พบอุปสรรคต่อการดำเนินกิจกรรม

อย่างไรก็ตามแม้ว่าผู้ร่วมวิจัยจะพบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่ทุกคนก็สามารถควบคุมอุปสรรคเหล่านั้นได้ดีขึ้นมากกว่าวงรอบที่ผ่านมา เช่น เมื่อครูเจพบว่ามีนักเรียนแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม เธอจะปล่อยวางต่อการกระทำของนักเรียนที่พอยอมรับได้หากทำผิดมากเธอจะเรียกนักเรียนมาตักเตือน นอกจากนั้นเธอยังใช้วิธีการที่เพื่อนสมาชิกในกลุ่มควบคุมอุปสรรคได้สำเร็จนำมาใช้กับตนเองด้วย ได้แก่ การเดินออกห่างจากสถานการณ์ที่ทำให้ตนเองโกรธหรือไม่พอใจ ถามหาสาเหตุด้วยความใจเย็นเพื่อให้นักเรียนรู้สึกไว้วางใจ ส่วนโมนาใช้วิธีนี้ถึงผลกระทบที่ตามมา หากเธอควบคุมตนเองไม่ได้

2.4 ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

2.4.1 กิจกรรมการปฏิบัติ

กิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยลงมือทำตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สรุปประเด็นหลักได้ 2 กิจกรรม ได้แก่ ใส่ใจตนเอง และใส่ใจผู้อื่น ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ภาพประกอบ 41 แผนใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น วงรอบที่ 4

1) ใส่ใจตนเอง

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การใส่ใจตนเองเป็นกลยุทธ์สำคัญที่ช่วยให้สามารถรักษาสสมดุลทางร่างกายและจิตใจท่ามกลางภาระงานที่หลากหลาย โดยผู้ร่วมวิจัยเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมกับตนเองในการดูแลสุขภาพจิต เช่น การพักผ่อน การให้กำลังใจตนเอง การเสริมแรงเชิงบวก และการสร้างแรงบันดาลใจผ่านแบบอย่างเชิงบวก เช่น บั๊ฟใช้วิธีพักผ่อนทั้งร่างกายและจิตใจเมื่อรู้สึกเหนื่อยล้า ก่อนกลับมาทำงานใหม่อีกครั้ง แสดงให้เห็น

ถึงความตระหนักรู้ในสภาวะตนเองและการจัดการพลังงานชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ ขณะที่ต้อง
 ให้ความสำคัญกับการสร้างแรงจูงใจภายใน โดยสะท้อนให้เห็นถึงการพูดให้กำลังใจตนเอง
 การจัดสรรเวลาอย่างเหมาะสมระหว่างการทำงานและการพักผ่อน และการเสริมบรรยากาศ
 การทำงานให้ผ่อนคลาย เช่น การรับประทานขนมระหว่างทำงาน ในทำนองเดียวกันดาร์วินใช้
 การเสริมแรงทางจิตใจผ่านการดูคลิปวิดีโอของครูต้นแบบที่เสียสละเพื่อนักเรียน ซึ่งก่อให้เกิด
 แรงบันดาลใจและความมุ่งมั่นในการพัฒนาตนเอง แม้จะเผชิญอุปสรรคหรือความไม่มั่นใจ
 เธอก็เลือกใช้การคิดเชิงบวกโดยมองปัญหาเป็นประสบการณ์ที่ส่งเสริมการเรียนรู้และการเติบโต
 ภายในตนเอง

“เมื่อรู้สึกเหนื่อยหนุจะใช้การพักผ่อนร่างกายและก็จิตใจ แล้วค่อย
 กลับมาทำงานใหม่” (บีลีฟ)

“เหมือนให้กำลังใจตนเองค่ะบางครั้งก็คือเหมือนภาระงานเราเยอะ
 เหมือนกัน เหนื่อยก็ให้กำลังใจตนเองว่าเราทำได้ค่ะเหมือนที่ผ่านมาเราก็ยังทำได้ไงคะ ครึ่งนี้เราก็
 ต้องทำได้ค่ะ แล้วก็เหมือนหนุก็จะแบ่งเวลาในการทำงานไม่หักโหมเกินไปค่ะ แล้วก็แบ่งเวลา
 ในการพักผ่อนด้วยค่ะ แล้วก็เวลาที่นั่งทำงานนะคะก็จะมีขนมค่ะ หนุก็จะทานขนมไปด้วยทำงาน
 ไปด้วยค่ะ” (ต้องตา)

“ในครั้งที่ 4 นะคะของหนุเป็นจุดแข็งที่พัฒนาอันเดิมค่ะได้ดูคลิปวิดีโอ
 ของคุณครูที่ทำเพื่อเด็กแล้วค่ะ เหมือนเราได้แรงบันดาลใจรู้สึกซาบซึ้งเวลาที่คุณครูเค้า อันนี้ขอ
 อนุญาตนะคะเป็นของคุณครูไช้ นะคะ ที่หนุได้ไปดูมาแล้วดูที่ไรก็รู้สึกซาบซึ้งตลอดค่ะ ก็เลยรู้สึก
 ว่าในขณะที่คุณครูก็ยังพยายามเค้าต้องเจออุปสรรค เค้าก็ยังสามารถทำเพื่อเด็กได้มากถึงขนาดนี้
 แล้วทำไมเราที่มีครบถึงจะถึงจะเป็นครูไม่ได้ ก็ทำให้รู้สึกว่าเชื่อมั่นตัวเองได้มากขึ้นว่าตัวเองก็ทำ
 ได้ถ้าพยายามถ้าตั้งใจค่ะ แล้วก็ถ้าเกิดว่าตัวเองคิดมากเกินไปก็จะมีแต่ถดถอยลงไป เพราะฉะนั้น
 ถ้าเกิดอะไรที่มันไม่ดีหรือว่ายังไม่โอเคก็ให้คิดว่าเป็นประสบการณ์ไว้ค่ะ” (ดาร์วิน)

2) ใส่ใจผู้อื่น

จากการวิเคราะห์กิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า การใส่ใจผู้อื่นสะท้อนออก
 ผ่านหลากหลายรูปแบบของการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี การช่วยเหลือ และการปรับตัวเพื่ออยู่
 ร่วมกับผู้อื่นอย่างเข้าใจและให้เกียรติ ดังเช่น พิธีแสดงพฤติกรรมการใส่ใจนักเรียนผ่านกิจกรรมใน
 ห้องเรียน โดยออกแบบกิจกรรมสลับปะระดัพิเศษส่วนที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมและเปิดโอกาสให้
 นักเรียนแสดงความคิดเห็นร่วมกับครู ซึ่งช่วยกระตุ้นการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์และความสัมพันธ์อัน

ดีระหว่างครูกับนักเรียน ขณะที่พรชีวันให้ความช่วยเหลือนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง โดยจัดพื้นที่ปลอดภัยให้นักเรียนได้อยู่ใกล้ชิดกับครูเพื่อหลีกเลี่ยงความรุนแรง พร้อมทั้งแสดงความห่วงใยและพยายามป้องกันไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำอีก มีคุณใช้วิธีการเข้าใจพฤติกรรมนักเรียนแต่ละคน เปิดโอกาสให้นักเรียนที่ไม่ทำการบ้านหรือแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสมได้เรียนรู้ผ่านการแลกเปลี่ยน การปรับพฤติกรรมและการให้โอกาส ซึ่งสะท้อน การมองเห็นคุณค่าของนักเรียนจากมุมมองที่หลากหลาย ส่วนเฉอมแตมแสดงความใส่ใจผ่านการเปิดใจยอมรับความคิดเห็นของเพื่อนร่วมงาน และสร้างการทำงานแบบมีส่วนร่วมที่เน้นความสำเร็จร่วมกันผ่านการแบ่งหน้าที่อย่างชัดเจน ในมิติของการสร้างความสัมพันธ์โปรดปรานและผู้ร่วมวิจัยหลายคนสะท้อนให้เห็นถึงการเปิดใจ กล้าพูด กล้าเข้าหาผู้อื่นมากขึ้น เช่น การหยอกล้ออย่างเหมาะสมกับเพื่อนร่วมงาน ส่งผลให้สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่นและไว้วางใจกันมากขึ้น นอกจากนี้ยังสะท้อนถึงการปรับตัวให้เข้ากับบริบททางสังคมของโรงเรียนอย่างเหมาะสม

“หนูให้เด็กทำกิจกรรมร่วมกันค่ะทั้งหนูและนักเรียนนะคะมันเป็นกิจกรรมสับปะรดค่ะ มันจะเป็นอยู่ในรายวิชาคณิตศาสตร์ค่ะ ซึ่งมันจะมีตัวสับปะรดแล้วก็หัวสับปะรด ตัวสับปะรดจะเป็นรูปค่ะ รูปเศษส่วน ส่วนหัวสับปะรดนี่จะเป็นตัวเลขเศษส่วนค่ะ ให้นักเรียนเล่นกิจกรรมร่วมกันกับหนู หนูก็จะเอาตัวไม่หัวก็ตัวสับปะรดค่ะไปซ่อน แล้วให้นักเรียนไปหา แล้วนักเรียนก็แบบพอเล่นรอบหนึ่ง แล้วนักเรียนก็ครูครับครูปแบบผมอยากให้คุณครูเอาไปนั่นเอาอันนี้ไปนั่นแบบแสดงความคิดเห็นกับเรา” (พร้ม)

“มีปัญหาเรื่องของการทะเลาะวิวาทเกิดขึ้นในโรงเรียนค่ะ แล้วเหมือนน้องที่โดนน้องที่โดนกระทำค่ะเค้า เค้าไม่รู้คน อาจจะไม่รู้คนไม่พูดอะไร แต่ว่าผู้ปกครองเค้าค่อนข้างที่จะเอาเรื่องอยู่ แล้วก็เหมือนเหตุการณ์มันเกิดขึ้นหลายครั้ง โดยเฉพาะมีการแกล้งเอากะเป่าไปซ่อนเอารองเท้าไปซ่อนค่ะ หนูก็เลยแก้ปัญหาด้วยการที่เค้าชอบมาอยู่กับหนูค่ะเด็กคนนั้น น้องจะเป็นเด็กที่อยู่ชั้น ป. 3 ค่ะ แต่ว่าไม่เข้าเรียนห้องนั้น เพราะว่าเพื่อนแกล้งแต่มาอยู่กับนักเรียนชั้น ป. 2 หนูก็เลยแก้ปัญหาโดยที่ให้เค้าเอากะเป่ามาไว้กับหนูในช่วงพักกลางวันค่ะ...มีการป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นค่ะ ก็พยายามเรียกให้เค้ามาอยู่ใกล้ ๆ เราเวลาเข้าห้อง พยายามเรียกมากินข้าวเพื่อให้เค้าอยู่ใกล้หนู” (พรชีวัน)

“ผมก็เป็นความรักระดับก็คือแผนที่ใช้คือมองหาข้อดีนะระดับเกี่ยวกับสิ่งนั้น ๆ นะระดับทำความเข้าใจนะระดับ แล้วก็ปรับทัศนคตินะระดับ อันนั้นนะระดับนำไปใช้กับนักเรียนระดับนักเรียนที่มีบางคนนะระดับที่ไม่ทำการบ้านมาอย่างเจี๊ยบระดับ ก็เลยแบบเราก้ให้เด็กทำนะระดับบางคนก็แอบเล่นโทรศัพท์ก็มีข้อต่อรองบ้าง นะระดับ ก็ฝากไว้ที่ครูก่อนแล้วก็เอางานมาแลกเอาครับ

เด็กบางคนก็จะทำไม่ได้ก็มีแบบไปถามเราไปถามเราตอนเย็นหรือว่าตอนที่หลังเลิกเรียนนะครับ ตอนที่เด็กว่างครับก็ด้วยความที่เค้าก็อยากเล่นโทรศัพท์ ครูครับผมทำไม่เป็น เอาโทรศัพท์คืนผมก่อนไม่มีผมใจจะขาดแล้ว ก็เออมีการแบบสอนนักเรียนก็หาวิธีนะครับที่จะให้นักเรียนได้เกิดการเรียนรู้ก็มองจากมองเค้าครับในอีกมุมมองหนึ่งแบบเค้าก็น่ารักดีทำแบบ ทำไม่เป็นอยากได้โทรศัพท์ก็เลยมาถาม จำเป็นต้องมาถามบางทีก็แบบทำแบบเขียนตัวหนังสือไม่สวยบ้างนะครับ ทั้ง ๆ ที่ชี้แจง เรารู้สึกว่า ไปเขียนมาใหม่ก่อนแบบเนี่ยครูอ่านไม่ออกหรือถ้าเขียนแล้วครูอ่านออกแล้วครูจะคืนให้แบบเนี่ยครับ ผมก็อ่านไม่ออกก็ไปเขียนมาใหม่แบบเนี่ยครับ” (มีคุณ)

“แผนที่เเมอแต่มใช้ก็คือ เปิดใจยอมรับความคิดที่หลากหลาย จาก คณะครู นักเรียน และสิ่งแวดล้อมในครั้งนี้นะครับก็คือ ในช่วงนี้นั้นเป็นช่วงการทำโครงการประเมินโครงการโรงเรียนสีขาวด้วยและที่นี้ก็ได้มีโอกาสในการทำงานกับคณะครู บางที่เราอาจจะเข้าใจทันความคิดเห็นของครูบ้าง แต่ว่าเราก็มีการเปิดใจยอมรับแล้วก็ทำงานกับคณะครูได้อย่างราบรื่น โดยการทำงานกับคณะครู เราก็ได้รู้จักประสบการณ์ของคณะครูว่าเราต้องมีการแบ่งหน้าที่กันนะ ถ้าเราแบ่งหน้าที่งานเราก็จะประสบความสำเร็จ คนหนึ่งทำ ครูคนหนึ่งที่มันจะทำโครงนั้นนะ ทีมนี้ทำโครงการนี้ครับ” (เเมอแต่ม)

“ของหนูเป็นด้านอารมณ์ขันคะจากที่เห็นได้ชัดที่ผ่านมาก็คือสัปดาห์ที่แล้วคะเป็นช่วงกิจกรรมการเข้าค่ายลูกเสือ ของหนูก็จะมีครูพูดคุยกับคุณครูและนักเรียนมากขึ้นคะก็คือจะได้รับผิดชอบในส่วนของทีมพยาบาลคะก็คือจะมีการประสานงานกับคุณครูทั้งภายในและก้นอกโรงเรียนคะ แล้วก็จะมีการกล่าวพูดกับคุณครูมากขึ้น กล่าวหยอกล้อกับคุณครูมากขึ้น แต่ตอนแรกก็ยังไม่เกินขอบเขตหรอกคะ ที่นี้ครูเขามาหยอกล้อกับเรารู้ว่าเออพี่คนนี้ก็ตลกดีก็เลยแบบน่าจะขำเดียวกันก็เลยไปด้วยกันได้คะ ที่นี้ก็เลยมีการหยอกล้อกันมากขึ้นแล้วก็จากการหยอกล้อมากขึ้นนะคะมันทำให้เราสามารถทำงานภายในโรงเรียนได้ง่ายขึ้น ก็คือกล้าที่จะคุยแล้วก็ไว้วางใจกันมากขึ้นคะ ก็คือที่นี้มีเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็คือ คือคุยกันได้หมด จากครั้งก่อน ๆ ก็คือ หนูจะไม่คุยกับคนอื่นก่อนแล้วก็จะชอบด้วยความที่บุคลิกเราเนี่ย ๆ อะคะ เราก็จะไม่ค่อยเข้ากับคน เค้าก็จะคิดว่าเราเป็นคนหยิ่ง...ช่วงอาทิตย์นี้ก็คือหนูคิดว่าหนูมีความกล้ามากขึ้น เพราะว่าแต่ก่อนครูผู้หญิงจะเยอะกว่าผู้ชายแต่ว่าเดี๋ยวนี้นี้เค้ามีอัตราการย้ายเข้ามาก็คือผู้ชายเยอะกว่าผู้หญิงและช่วงพักเที่ยงอะคะครู ครูผู้หญิงวันนั้นลาป่วยก็คือ ไม่มีครูผู้หญิงไปกินข้าวเลยมีแค่หนูเป็นนักศึกษาคนเดียว แต่ที่นี้หนูต้องกินข้าวกับผู้ชายรวมกันอีก 5 คนคะ แต่ที่นี้ผู้ชายหมดเลย แล้วที่นี้หนูเป็นผู้หญิงคนเดียวแล้วที่นี้ครูผู้ชายแกก็พูดหยอกล้อกันภายในกลุ่มของผู้ชายคะ แล้วที่นี้มันมีเรื่อง เรื่องบางเรื่องที่คุณครูผู้ชายเค้าพูดกันแล้วที่นี้เค้าก็บอกว่านี่พูดอะไรไม่เกรงใจน้องเลย มีน้อง

นั่งอยู่ตรงนี้ หนูก็เลยบอกว่าไม่เป็นไรคะหนูคิดว่าหนูเป็นครูผู้ขายโรงเรียนนี้ไปแล้วค่ะ” (หัวเราะ)
(โปรดปราน)

2.4.2 อุปสรรคและการแก้ปัญหา

จากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ในวงรอบนี้ไม่พบอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า มีเพียงหนึ่งคนที่มีอุปสรรคเนื่องมาจากความเหนื่อยล้า แต่ก็สามารถใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคดังกล่าวได้ เช่น พริ้มใช้วิธีใจเย็นคุยกับนักเรียนด้วยเหตุผล แบ่งเวลาในการพักผ่อน รับประทานอาหารที่อร่อยและไปเที่ยวพักผ่อน

อย่างไรก็ตามการปรากฏซ้ำของอุปสรรคด้านความเหนื่อยล้าและภาระงานตลอดทั้ง 4 วงรอบ ชี้ให้เห็นถึงแรงกดดันเชิงโครงสร้างที่ผู้ร่วมวิจัยต้องเผชิญ ซึ่งการที่พวกเขาสามารถพัฒนากลไกการควบคุมอุปสรรคและยังคงมุ่งมั่นพัฒนาตนเองได้ สะท้อนให้เห็นถึงการเติบโตของจุดแข็งด้านความมานะพยายามและความหวังอย่างมีนัยสำคัญ



ภาพประกอบ 42 สรุปแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง วงรอบที่ 4

3. การสะท้อนผลการปฏิบัติ

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติหลังจากการใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล โดยสะท้อนกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยนำไปปฏิบัติสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน รวมทั้งผลลัพธ์จากการทำกิจกรรม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

3.1 การบรรลุเป้าหมาย ดังรายละเอียดในตาราง 15

ตาราง 15 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนวงรอบปีที่ 4

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
1	กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน	“มีเวลาในการทำงาน กระตือรือร้นมากขึ้น แล้วมีเกมและสื่อเทคโนโลยีในการสอนที่กระตุ้นความสนใจนักเรียนมากขึ้นด้วยค่ะ” (ต้องตา) “รู้สึกตัวเองกระตือรือร้นมากขึ้นค่ะ ทั้งในห้องเรียนแล้วก็ตอนทำงานกิจกรรมต่าง ๆ ที่โรงเรียน หนูเริ่มสนุกกับการสอนมากขึ้น รู้สึกโตขึ้นด้วยค่ะ เด็ก ๆ (นักเรียน) ก็จะมีบอกว่าชอบเรียนกับครู อยากให้ครูช่วยติวหรือทำกิจกรรมด้วยอีก บางคนก็มาขอเลยคะว่าครูวันนี้เราจะได้อะไรใหม่...ส่วนครูพี่เลี้ยงก็บอกว่าหนูเปลี่ยน มีการเปลี่ยนแปลงคะ หนูดูแลคล่องแคล่วและกระฉับกระเฉงมากขึ้นกว่าแต่ก่อน...ไม่ใช่แค่ตอนสอน แต่รวมถึงงานอื่น ๆ ในโรงเรียนด้วย หนูก็รู้สึกเหมือนกันคะว่าตัวเองมีชีวิตชีวาเพิ่มขึ้น ยิ้มกับเด็กมากขึ้น พูดคุยกับเค้ามากขึ้นด้วยค่ะ” (ยิ้ม สีน้าภาคภูมิใจ) (ชะอม)
2	ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์	“สำหรับผลที่เกิดขึ้นนั้นคะก็คือ จากการที่เราฝึกเผชิญต่อพฤติกรรมของนักเรียนที่ไม่ได้ทำให้เราเสียหายมากคะ มันทำให้เราแบบทำใจยอมรับได้ รวมถึงแบบว่าเรามองโลกในแง่ดีมากขึ้น...หรือว่าใจกว้างมากขึ้นแล้วก็จะรับอารมณ์ได้ดีมากขึ้น แล้วก็สติก่อนที่จะพูดทุกครั้งคะแล้วก็มีจากการที่ได้ใช้เหตุผลกับนักเรียนก็คือ ตอนที่เรารู้สึกว่าเราเลือกที่จะไม่ไม่พูดออกไปโดยตรง แต่ว่าก็จะรับอารมณ์ด้วยอย่างเช่น การถามนักเรียนว่าทำไมถึงทำแบบนี้เป็นอะไรหรือเปล่าคะ มันก็เลยทำให้เราลืมเรื่องที่เราจะบรีดคะ แล้วมันก็ค่อย ๆ อารมณ์มันเลยค่อย ๆ Soft ลงไปเรื่อย ๆ ค่ะ” (ชูใจ)

ตาราง 15 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		“ในการควบคุมอารมณ์ตนเองนั้นคะ หนูก็สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ค่ะ ถ้าเด็กไม่เข้าใจมาก ไม่ใส่อารมณ์คะ ก็ จะค่อย ๆ อธิบาย” (โมนา) “บุคลิกภาพ อารมณ์ สีหน้า ในการอยู่กับนักเรียนมีการเปลี่ยนจากที่มีหน้าตา ดู หน้าเคร่งขรึม เป็นยิ้มแย้มแจ่มใสมากขึ้นสามารถกำกับตนเองได้ดีมากขึ้น” (เมอแตม)
3	ออกแบบและทดลองใช้การสอน รูปแบบใหม่	“แผนที่หนูใช้ในการคิดสร้างสรรค์ก็คือ หนูพยายามที่จะหาสื่อหาวัตถุดิบไปใช้ให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมคะ แล้วที่นี้ผล ผลจากตัวนั้นคะก็คือเค้าสนใจในการทำกิจกรรมมากขึ้นคะ เหมือนเค้าเรียนแล้วเค้าเข้าใจจากเนื้อหาที่สอนมากกว่าแต่ ก่อนคะ” (นับดาว) “สิ่งที่หนูได้มากกว่าที่คาดหวังไว้นะคะก็คือ เหมือนสิ่งที่ พัฒนามันทำให้หนูได้จุดแข็งความรักการเรียนรู้ ความใฝ่รู้ไป ด้วยคะ เพราะว่าหนูได้มีการออกแบบสื่อ การใช้สื่อแบบต้องม ีการศึกษาหาความรู้จากช่องทางต่าง ๆ แล้วก็มีการเรียนรู้ลง มือทำ แกะไขให้ได้สิ่งที่ดีที่สุดคะ” (ต้องตา) “สามารถคิดกิจกรรมการสอนได้ใหม่มากขึ้นคะ แบบว่าช่วง 2 อาทิตย์ช่วงอาทิตย์นี้คะแบบว่าหนูไปสอนชั้นต่าง ๆ ป. 1 ป. 2 ป. 3 หนูก็จะมีเกมให้เค้าเล่น แล้วก็เค้าก็สะท้อนกลับมาว่า เมื่อไหร่จะถึงคาบครูอยากเรียน เล่นเกมอีกคะ เหมือนมันใหม่ สำหรับเค้าคะ แผนที่ใช้สำเร็จนะคะก็คือ หนูสามารถพักผ่อน ทั้งร่างกายและจิตใจได้ตามที่ตัวเองวางแผนไว้คะ แล้วก็หาที่ ทำงานดี ๆ มากกว่าเมื่อก่อนคะ” (บีลีฟ) “มีการสืบค้นเนื้อหาวิชาใหม่ ๆ จากอินเทอร์เน็ตควบคู่กับการ สอนหนังสือเรียนตามแผนที่วางไว้ ซึ่งนักเรียนได้มีการสะท้อน ผลว่าครูสอนน่าสนใจมากขึ้น และจัดทำใบงานที่มีความ น่าสนใจ ซึ่งนักเรียนได้มีการสะท้อนผลว่าใบงานครูน่าสนใจ

ตาราง 15 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		ทำงาน สนุกกับการทำและเนื้อหาไม่เยิ่นเย้อเกินไป และมีการตอบคำถามนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ได้อย่างถูกต้องชัดเจนมากขึ้น ซึ่งนักเรียนมีการสะท้อนว่าครูตอบคำถามได้ดีกว่าเดิม ซึ่งเป็นผลจากการพัฒนาจุดแข็งในครั้งที่ 4 ด้านความรักการเรียนรู้” (กานต์แก้ว) “เรามีการพัฒนาตนเองได้ทำสื่อมากขึ้น และทำให้นักเรียนมีความสุขจากที่มีสื่อในการจัดกิจกรรมในห้องเรียน และทำให้นักเรียนมีความรู้มากขึ้น” (ยาหยี) “รักที่จะหาความรู้ใส่ตัว และนำมาใช้ในการสอนการทำสื่อ...นักเรียนชอบที่จะใช้สื่อ ชอบที่จะเรียนในวิชาของเรามากขึ้นค่ะ” (เทียนหอม)
4	กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“กล้ามากขึ้นค่ะ มั่นใจที่จะพูดและแสดงออกต่อหน้าคนเยอะ ๆ อย่างตอนที่ได้เป็นพิธีกรในงานโรงเรียน แล้วก็ในงานชุมชน หนูรู้สึกว่าไม่ตื่นเต้นเหมือนเมื่อก่อนแล้วค่ะ กล้าที่จะพูด กล้าที่จะยิ้ม แล้วก็กล้าทำหน้าที่ของตัวเองให้เต็มที่ค่ะ” (เพียงขวัญ) “เมื่อก่อนหนูจะกลัวมากเวลายืนหน้าคนเยอะ ๆ ค่ะ แต่พอได้ลองควบคุมนักเรียนทำกิจกรรมหน้าเสาธงคนเดียว หนูก็รู้สึกว่า...เออ เราทำได้แฮะ มันทำให้หนูมั่นใจในตัวเองมากขึ้น แล้วก็เริ่มกล้าพูดคุยกับนักเรียนมากขึ้นด้วยค่ะ ไม่ได้รู้สึกกังวลเหมือนแต่ก่อนแล้ว” (จันทร์เจ้า) “ก้าวข้ามสิ่งที่ตัวเองกลัว มันเหมือนกับเป็นสิ่งที่เราคิดว่าเราทำไม่ได้ แต่วันหนึ่งที่เรทำได้เรารู้สึกว่าแฮ้ยฉันก็เจ๋งนะฉันก็ทำได้อะ” (บีลีฟ)

ตาราง 15 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		“มันก็จะเกิดความกล้าของหนู เวลาเมื่อไรคณะครูเค้าก็จะมาฝากไว้ว่าดูแลเด็กคนไหนหน่อยนะ เด็กคนไหนคนนี้เป็นยังไง เหมือนครูเค้าจะมาปรึกษาอะว่ามีเรื่องแบบนั้นนะ หนูช่วยดูแลหน่อยนะ ก็ทำให้เรามีความสัมพันธ์ที่ดีในการทำงานเป็นทีมค่ะ ก็ฝึกความกล้ามากขึ้นค่ะ กล้าที่จะเปิดใจคุยกันแล้วก็สื่อสารกันตรง ๆ ได้มากขึ้นค่ะ เช่นวันนี้หนูก็จะได้ถามกับคุณครูที่เป็นครูอีกท่านหนึ่งที่ยังไม่เคยถามในสิ่งที่เกิดขึ้นกับหนูนะค่ะ พี่น (เพื่อนร่วมงาน) ก็บอกว่าหนูก็การสอนก็ดีแล้วค่ะ แต่ที่อยากให้เราปรับปรุงก็จะเป็นเวลาประชุมก็ให้ดูเป็นแบบอย่างว่าท่านเอาสมุดเอากระดาษขึ้นมาจดนะพยายามอย่าใช้มือถือพิมพ์ หนูก็โอเครับทราบค่ะ แล้วก็เรื่องเวลาเราจะไปไหนมาไหนที่มันฉุกเฉิน เราก็ควรแจ้งไว้จะได้ไม่เป็นห่วงค่ะ หรือว่าเวลาเมื่อไรเกิดขึ้นก็เลยทำให้ลูกคิดว่าท่านก็เป็นห่วงและก็หวังดี แล้วก็คอยบอกสอนเราค่ะก็มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันค่ะ มีอะไรก็คอยบอกคอยสอนเราค่ะ อันนี้ก็จะมีความกล้าที่เราฝึกแล้วก็จะเป็นการเปิดใจต่อกันค่ะทั้งคุณครูแล้วก็นักเรียน” (คะนิง) “ผลที่เกิดขึ้นนะคะคือ หนูกล้าทำมากขึ้นค่ะ แล้วก็ยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นค่ะ...จากการประเมินตนเองนะคะ หนูก็กล้าทำมากขึ้นค่ะ ไม่เกร็งกลัวเหมือนเมื่อก่อนค่ะ แล้วก็รู้สึกว่าการพัฒนาจากเมื่อก่อนด้วยค่ะ” (ทอฝัน) “หนูรู้สึกว่าตัวเองมีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้นค่ะ โดยเฉพาะตอนที่ได้รับมอบหมายให้ดู NT ให้นักเรียน ป.3 แล้วก็เป็นผู้นำเปิดกล่องลูกเสือสำรอง ตอนแรกก็แอบกังวลนะค่ะ แต่พอลงมือทำจริง หนูก็ทำได้และได้เรียนรู้งาน ใหม่ ๆ เยอะเลยละค่ะ มันทำให้หนูกล้าทำงานคนเดียวมากขึ้น กล้าตัดสินใจ แล้วก็กล้าพูดมากขึ้นด้วยค่ะ เด็ก ๆ ก็ทักว่าครูพูดเยอะขึ้น จีบไม้ค์มากขึ้น ครูพี่เลี้ยงก็บอกว่าหนูกล้าแสดงออกและเรียนรู้งานได้ไวขึ้นด้วยค่ะ” (ณมน)

ตาราง 15 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		“รู้สึกว่าคุณได้กล้าแสดงออกและกล้าพูดมากขึ้นค่ะ...ครูพี่เลี้ยงก็บอกว่า หนูสามารถแจ้งข่าวสารนักเรียนได้ดีกว่าเมื่อก่อน เวลาที่พูดเวอร์หน้าเสาธง ก็ยังมั่นใจมากขึ้นค่ะ” (ทิวา)
5	ตรวจทานแผนการสอนและ สื่อก่อนใช้	“จากการประเมินตัวเองสิ่งที่เปลี่ยนแปลงสำหรับตัวหนูคือ รู้สึกว่าคุณใจเย็นกับการทำงานมากขึ้นค่ะ...จะพยายามตรวจงานให้เรียบร้อยก่อนส่งเสมอ อย่างล่าสุดที่ทำสื่อการสอน หนูก็ตั้งใจมาก...พอทำเสร็จเด็กนักเรียนก็ชมเลยคะว่าครูทำสื่อได้น่ารัก แล้วก็ไม่มีตัวหนังสือผิดเลย” (จันทร์เจ้า) “ผลที่เกิดขึ้นนั้นจะหนูมีสมาธิในการทำงานมากขึ้นค่ะ งานผิดพลาดน้อยลง แต่ว่าในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาใหม่คะมันจะมีอยู่ช่วงสัปดาห์หนึ่งคะที่มีการทำงานคะ แล้วรู้สึกว่าตัวเองมีความรอบคอบมากขึ้นนะ แต่พอดูอีกทีมัน มันผิดซึ่งหนูตอนนั้นหนูมั่นใจมากว่า ฉันใส่ถูกนะ แต่ว่าพอมาเช็คดูอีกทีก็คือ มีเพื่อนคอยเตือนคะว่ามีเพื่อนคอยเตือนนะคะว่าลองเช็คดูอีกทีใหม่ว่ามันถูกจริงไหม แล้วทีนี้พอไปเช็คอีกทีมันก็ผิดอย่างนี้คะ ซึ่งตอนนั้นมัน มันทำให้หนูเสียความมั่นใจมากคะ รู้สึกว่าเออไหนคิดว่าตัวเองรอบคอบขึ้นแล้ว แต่ว่ามันก็เป็นเหมือน เหมือนเป็นข้อผิดพลาดแล้วเป็นแรงผลักดันให้หนูเกิดความรอบคอบมากยิ่งขึ้นคะ เพราะว่าหลังจากนั้นมากี่เวลาทำงานส่งมีงานของโรงเรียนจัดทำวารสารหรือโฟลด์งานต่าง ๆ หนูก็มีการตรวจสอบมากยิ่งขึ้นส่วนมากก็จะทำแค่รอบเดียวคะในช่วงหัว 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาที่มีการทำงานผิดพลาดน้อยลง” (พรชวีวัน) “ด้านการประเมินตัวเองนั้นคะก็คือ คิดว่าตัวเองมีความรอบคอบมีสติในการสอนนักเรียนมากขึ้นคะ ไม่ ไม่สอนเค้าเร็วเกินไปคะ แล้วก็ของนักเรียนนั้นคะก็คือ เค้าบอกว่าครูไม่สอนเร็วเกินไปทำให้เค้าเข้าใจในแบบฝึกมากขึ้นคะ แต่ว่าถ้ามีนักเรียนคะที่บอกว่าเค้าไม่เข้าใจในแบบฝึก เค้าก็จะบอก หนูก็พยายามที่จะบอกที่จะอธิบายให้เค้าเข้าใจ” (นับดาว)

ตาราง 15 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		“คิดว่าตัวเองทำตรงจุดนี้ได้ดีมากขึ้นค่ะแล้วก็ในเรื่องของความ ความรอบคอบนั้นะคะก็ทำได้ดีมากขึ้นค่ะ...มีการเพิ่มเติมตรงที่ กล้าที่จะขอความคิดเห็นจากคนอื่นมากขึ้นในการปรับแก้ไข งานค่ะ” (โมนา)
6	ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ตอนนี้หนูรู้สึกว่าคุณมีความสุขกับการอยู่กับเด็ก ๆ (นักเรียน) มากขึ้นค่ะ เพราะทุกวันเราจะมีกิจกรรมที่ทำร่วมกัน หนูเลยกล้าเล่นกับเด็กมากขึ้น ยิ้มง่ายขึ้น และคอยฟังเค้าด้วย ใจจริงค่ะ เด็กก็เริ่มเข้าหาหนูมากขึ้น พูดคุยกันเยอะขึ้น หนูรู้ เลยว่าเค้ามีความสุขกับกิจกรรมที่เราทำร่วมกัน เด็กบางคนก็ ถามหนูค่ะว่าวันนี้ครูมีกิจกรรมอะไรอีกไหม หนูก็ยังกำลังใจ จะเตรียมกิจกรรมดี ๆ มาให้ทุกวันเลยคะ” (ยิ้มกว้าง) (พริ้ม) “กล้าคุยกล้าหยอกล้อกับครูและนักเรียนมากขึ้น...หนูก็จะ คุยแบบเป็นกันเองมากขึ้นค่ะ มันทำให้บรรยากาศดีขึ้น ทั้ง นักเรียนก็กล้ามาคุย มาปรึกษาเรื่องต่าง ๆ มากขึ้นด้วยค่ะ... แล้วถ้ารู้สึกเหนื่อยหรือเครียด หนูก็จะอยู่กับตัวเองเงียบ ๆ หรือไม่ก็ฟังเพลงที่ทำให้รู้สึกผ่อนคลายค่ะ มันช่วยให้หนูมีพลัง แล้วก็รู้สึกว่ายิ้มง่ายขึ้นเยอะเลยคะ...ครูที่โรงเรียนเพื่อน (ครู) ก็ สะท้อนมาว่า มีความกล้าที่จะพูดคุยหยอกล้อกับคณะครูมาก ขึ้น สามารถเข้ากับครูได้ง่ายสามารถเข้ากับคนทุกคนได้ในช่วง ต่างอายุกัน” (โปรดปราน) “รู้จักการวางตัว มีความอ่อนโยนมากขึ้นทางการใช้คำพูด การแสดงออก นักเรียนกล้าพูดคุย กล้าเข้าหามากขึ้น มีการ สอบถามว่ากลัวครูไหม ครูใจร้ายไหม นักเรียนบอกว่าไม่กลัว ครูใจดี เช่น การตักข้าว ตักอาหารเที่ยงถ้าเป็นครูคนอื่น นักเรียนจะไม่กล้าถามหรือไม่กล้าขอเพิ่ม เพราะกลัวครูคนอื่น ว่า...เรื่องการใช้คำพูด พี่ ๆ ครูที่โรงเรียนจะบอกว่าหนูอ่อนโยน และพูดเพราะ” (ปราวฟ้า)

ตาราง 15 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
7	มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ	“มีความมุ่งมั่นในการทำงานมากขึ้น มีใบงานใหม่ ๆ ให้นักเรียนทำมากขึ้น...สำหรับการเปลี่ยนแปลงนะคะที่ทำมาก็คือ เด็กก็กระตือรือร้นในการทำใบงานมากขึ้นค่ะ แล้วหนูก็รู้สึกดีในการทำงานมากขึ้นด้วยค่ะ” (โมนา) “การจดบันทึกว่าในแต่ละสัปดาห์ต้องทำอะไรบ้าง มันช่วยให้หนูจัดการงานได้ดีขึ้นมากค่ะ หนูรู้สึกว่าตัวเองพยายามกับการทำงานมากขึ้น ไม่ปล่อยให้เลยตามเลย แล้วก็คอยตรวจงานของตัวเองเสมอเพื่อไม่ให้พลาด ส่วนตอนสอน ถ้านักเรียนยังไม่เข้าใจ หนูก็จะอธิบายซ้ำให้จนกว่าจะเข้าใจค่ะ นักเรียนก็บอกว่าครูตั้งใจและพยายามอธิบายให้เข้าใจจริง ๆ ส่วนตัวหนูเองก็รู้สึกว่าตัวเองมีความพยายามทั้งเรื่องงานและการสอนมากกว่าเดิมเยอะเลยคะ” (นับดาว)
8	สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข	“การเปลี่ยนแปลงจากที่ได้ใส่ใจผู้อื่นนะคะหนูเริ่มใส่ใจคนรอบข้างมากขึ้นค่ะ ตั้งใจฟังมากขึ้น เวลาทำงานกับครูก็จะคิดก่อนพูด พยายามให้เกียรติทั้งคำพูดและการกระทำคะ...ตอนสอนเด็ก (นักเรียน) หนูจะพูดช้าลง อธิบายให้เข้าใจง่าย แล้วก็พยายามสังเกตว่าเด็กเข้าใจไหม หรือยังมีใครตามไม่ทัน เด็กบางคนก็มาบอกว่า ครูพูดช้าลง เข้าใจง่ายขึ้น...หนูฟังแล้วก็ดีใจนะคะ มันทำให้รู้ว่าการที่เราปรับตัวเองก็ช่วยให้เด็กเรียนรู้ได้ดีขึ้นคะ” (คะนิง)
9	รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน	“ด้านความรักแล้วก็ความเสมอภาคของหนูสำเร็จคะ แล้วก็ในสัปดาห์ที่ผ่านมาคะที่หนูเอาไปใช้เดิน ๆ เลยก็คือ หนูพาเด็กทำตุ๊กคะ เด็กมีความสุขสนุกสนานคะก็ทำไปพร้อมกับครูสอบถามไปที่ละคนคะ กล้าเข้าไปใกล้ครูกล้าถามว่า ครูคะมันต้องเริ่มยังไง มันต้องทำยังไง ทั้ง ๆ ที่หนูอธิบายของครวมไปแล้ว รู้สึกว่าเด็กเข้าใจเรามากขึ้น มีอีกอย่างหนึ่งที่เด็กประทับใจมากเลยคือ 2 อาทิตย์ที่ผ่านมาเด็กที่ว่าดีอ้วนกับหนูเค้ายืมให้หนูแบบจริงจัง เค้ายืมน่ารักมากคะ (เน้นเสียงคำว่า “มาก” และยิ้มกว้าง) ทำให้ใจหนูนิฟูเลยคะ แล้วหนูก็ไปพูดกับครูพี่เลี้ยงหนูว่า ครูขาอืมใจ (นามสมมติ) นะยืมให้หนูแบบ

ตาราง 15 (ต่อ)

ลำดับ	พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยที่ บรรลุคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัย
		คือยิ้มน่ารักมากเลยคะ (เล่าไปยิ้มไป) ครูพี่เลี้ยงกับบอกว่าเค้าเป็นคนน่ารักนะแต่ว่าเค้าแค่แบบแสดงออกไม่ค่อยเก่ง เพราะว่าเค้าอยู่กับยายแล้วเค้าเป็นคนแบบเค้าใช้ง่าย แต่ว่าเค้า เค้า น่ารักนะ แต่ว่าเค้าแค่แสดงตัวไม่เป็นว่าเค้าควรทำ ยังไงให้คนอื่นรักคนอื่นเอ็นดูคะ” (พริ้ม)

3.2 ผลลัพธ์จากการทำกิจกรรม

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่ามี 3 ด้าน ได้แก่ ผลลัพธ์ด้านความคิด ผลลัพธ์ด้านความรู้สึก และผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม ดังนี้

3.2.1 ผลลัพธ์ด้านความคิด

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการเปลี่ยนแปลงจากครั้งแรกที่เข้าร่วมกิจกรรม รู้สึกสงสัยว่าจะต้องวางแผนอย่างไร และเกิดความกังวลว่าหากลงมือปฏิบัติกิจกรรมแล้วไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้จะเกิดผลกระทบหรือไม่ แต่เมื่อได้ลองปฏิบัติตามแผน ทำให้เกิดความรู้สึกสนุกที่ได้พัฒนาจุดแข็งของตนเอง เพราะนอกจากจะสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองแล้วยังส่งผลต่อคนรอบข้างด้วย ยิ่งกว่านั้นผู้ร่วมวิจัยยังหันมาใส่ใจทั้งตนเองและคนรอบข้างมากขึ้นทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกัน

“ในตอนแรกจะรู้สึกมีแรงและสงสัยว่าจะต้องทำอะไร ต้องวางแผนไปในแนวทางไหน แล้วถ้าไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้จะเกิดผลกระทบอะไรไหม แต่เมื่อได้ลองวางแผนแล้วทำตามที่เราเองวางไว้กลับรู้สึกสนุกในขณะที่ได้ทำในจุดที่เราต้องการจะพัฒนา ซึ่งนอกจากเราจะได้สังเกตการเปลี่ยนแปลงของตัวเองแล้ว ยังส่งผลต่อคนรอบข้างของเราด้วย ทำให้เราได้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับ คนรอบข้างและใส่ใจทั้งตัวเอง ทั้งคนรอบข้างมากขึ้นด้วยคะ” (ดาริน)

นอกจากนั้นผู้ร่วมวิจัยยังมีความเห็นว่าการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นกิจกรรมที่ช่วยเติมเต็มในสิ่งที่นักศึกษาทุนไม่มี ซึ่งสามารถนำไปต่อยอดและพัฒนาตนเองในอนาคตได้

“รู้สึกว่าเป็นกิจกรรมที่ดีสามารถเติมเต็มในส่วนที่ขาดหายไปของ นักศึกษาครูรัก(ษ์)ถิ่น และสามารถนำไปต่อยอดและพัฒนาในอนาคตข้างหน้าได้” (มีคุณ)

ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิดจากมุมมองด้านลบเป็นด้านบวก รู้จักปล่อยวางมากขึ้น ไม่เครียดเกินไป กล้าที่จะลองลงมือทำโดยไม่กลัว ไม่กังวลต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต แต่ลงมือทำปัจจุบันให้ดีที่สุดไม่ว่าผลจะเป็นอย่างไร

“เหมือนได้ปลดล็อกในหลาย ๆ อย่างให้กับตัวเอง เช่น รู้จักปล่อยวางมากขึ้น ไม่เคร่งเครียดจนเกินไป อะไรที่ไม่เคยทำก็ใช้ว่าเราจะทำไม่ได้ อะไรที่ไม่รู้ก็ใช้ว่าจะไม่รู้หรือถูกตราน้ำเสมอไป แค่เราลองเปลี่ยนวิธีคิด เปลี่ยนทัศนคติที่เป็นลบให้เป็นบวกและเป็นประสบการณ์ต่อไปให้กับตนเอง ลองพยายามลงมือทำมากกว่าคิดไปต่าง ๆ นา ๆ ทั้ง ๆ ที่เราก็มารู้ว่าจะเกิดหรือไม่เกิดอะไรขึ้น ดีกว่าคิดแต่ไม่ลงมือทำแล้วจะรู้สึกเสียดายทีหลังว่า รุ่งน่าจะทำดีกว่าค่ะ” (ดาริน)

จากการสะท้อนการเปลี่ยนแปลงผู้ร่วมวิจัยได้แนวทางในการพัฒนาตนเอง ได้ทบทวนตนเองมากขึ้น จากเดิมที่คิดว่าตนเองไม่มีจุดแข็ง แต่เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมทำให้รู้ว่าตนเองมีจุดแข็งอะไรบ้างเพียงแต่ยังไม่ได้นำออกมาใช้อย่างเต็มที่ อีกทั้งการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนยังได้แนวทางไปใช้พัฒนาจุดแข็งของตนเองอีกด้วย อนึ่งการทบทวนตนเองทำให้ผู้ร่วมวิจัยรู้ว่าจุดแข็งใดที่ทำได้ดี พวกเขาต้องการพัฒนาจุดแข็งนั้นให้ดียิ่งขึ้น

“ได้แนวทางในการพัฒนาตนเอง ได้เห็นตัวเองมากขึ้น ซึ่งบางอย่างเราคิดว่าไม่มีในตัวเรา แต่พอได้มาเข้ากิจกรรมในการพัฒนาจุดแข็ง ทำให้รู้ว่าบางสิ่งเราก็มีในตัวแค่ยังไม่ได้ออกมาใช้อย่างเต็มที่ ได้ประสบการณ์ใหม่ ๆ ของตนเอง ได้แลกเปลี่ยนการใช้จุดแข็งกับเพื่อน ๆ เพื่อนำไปพัฒนาตนเอง” (ณมน)

“ได้แนวทางในการพัฒนาตนเองทบทวนจุดแข็งของตนเองสิ่งไหนที่ทำได้ดีแล้วอยากพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น หรือสิ่งไหนที่ควรพัฒนาและได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมพัฒนาตนเองและสะท้อนผลกับตนเอง” (นับดาว)

หลังจากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมผู้ร่วมวิจัยสะท้อนว่าได้รู้จักและเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น กล่าวคือ ได้มีการทบทวนตนเองทำให้พวกเขาได้เข้าใจจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเองมากขึ้น ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาตนเองที่ดีขึ้น นอกจากนั้นผู้ร่วมวิจัยยังได้เกิดมุมมองใหม่ว่าการทบทวนโดยการสำรวจตนเองนั้น ทำให้พวกเขาสามารถวางแผนพัฒนาตนเองได้ อีกทั้งการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่มทำให้ได้แผนที่ดีและได้มีการลงนำไปใช้พัฒนาจุดแข็งของตนเองจนเกิดการพัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้พวกเขาเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง อนึ่งการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนยังทำให้เห็นมุมมองที่แตกต่างกัน มีการสนับสนุน ให้คำแนะนำ เพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยนำไปใช้ในการพัฒนาตน

“มีความเปลี่ยนแปลงขึ้นในทุก ๆ ด้าน มีจุดมุ่งหมายที่จะทำอะไรที่ตนเองวางแผนให้สำเร็จ” (เทียนหอม)

“ได้เรียนรู้จุดแข็งและจุดที่ต้องการพัฒนาของตนเอง รวมไปถึงได้มีการพัฒนาแผนที่จะพัฒนาในส่วนที่ขาดหายไป หรือแม้แต่กระทั่งจุดที่ทำได้ดีอยู่แล้ว” (มีคุณ)

“สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม ได้ทราบทั้งจุดอ่อน จุดแข็ง ทำให้ตนเองได้มีการพัฒนาพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น” (คะนิง)

“ได้มีการสำรวจตนเองทุกอาทิตย์ ทำให้ได้มีการวางแผนการพัฒนาตนเอง โดยมีการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนได้มีการนำแผนที่น่าสนใจของเพื่อนมาลองใช้กับตนเองจนเกิดการพัฒนาดียิ่งขึ้นเรื่อย ๆ จนเกิดเป็นความภูมิใจในตัวเอง” (คะนิง)

“สิ่งที่ได้รับคือ การรู้จักตนเองมากขึ้น การรับฟังความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้อื่น ได้เรียนรู้วิธีการจัดการตัวเองอย่างหลากหลายจากเพื่อน ๆ ที่สามารถนำไปใช้ได้จริง รวมถึงเทคนิควิธีการสอนในชั้นเรียน” (ชูใจ)

“ได้สำรวจตนเองในเรื่องจุดแข็งที่เป็นจุดเด่นของตนเองมีการวางแผนในการพัฒนาและการตั้งเป้าหมายหรือวางแผนและมีการได้ควบคุมตนเองในเรื่องที่เป็นปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อตนเองให้ลดลง” (ธันยา)

“ได้แนวทางในการพัฒนาตนเอง และการรู้จักสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละด้านทำให้เรารู้จักเข้าใจความหมายของจุดแข็งในด้านต่าง ๆ มากขึ้น” (ยาหยี)

นอกจากนั้นจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การพัฒนาจุดแข็งยังทำให้ผู้ร่วมวิจัยได้แนวทางการพัฒนาตนเองในการเป็นครูที่ดีขึ้นทั้งการเป็นนักศึกษาฝึกสอนและเป็นครูในอนาคต รวมทั้งสามารถนำจุดแข็งไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

“ได้แนวทาง วิธีการในการพัฒนาจุดแข็งของตัวเองให้เป็นครูที่ดีขึ้น และได้ประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรม แลกเปลี่ยนหาวิธีการต่าง ๆ ในการแก้ไขและพัฒนาตนเอง” (ทิวา)

“ได้แนวทาง วิธีการ ในการพัฒนาจุดแข็งของตัวเองให้เป็นครูที่ดีขึ้น และประสบการณ์จากเพื่อน คำแนะนำที่จะนำไปปรับใช้ในอนาคต และพัฒนาตัวเองต่อไป” (ปัสสิฟ)

“สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมได้ประสบการณ์การเรียนรู้จุดแข็งของตนเอง วิธีการ แนวทางของตนเองในการพัฒนาชีวิตในระหว่างการฝึกประสบการณ์ในโรงเรียน” (ณอแตม)

“สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมพฤติกรรมของจุดแข็งที่ต้องการพัฒนาหรือการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น รวมไปถึงผลอื่น ๆ ที่ได้จากการพัฒนานั้น ๆ และแผนที่สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาหรือสามารถไปใช้ในชีวิตประจำวันให้เกิดสิ่งที่ดีขึ้นได้” (ชะเอม)

“ได้แผนการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง ได้แนวทางปรับปรุงและพัฒนาตนเอง ได้เป็นผู้ฟังที่ดี” (โปรตปราน)

“การได้ทบทวนตนเอง มองดูตัวเองจุดอ่อนของตนเอง ได้อยู่กับตนเอง เข้าใจตนเองมากขึ้น มีการคิดพัฒนาตนเองให้เป็นทางที่ดี ได้รับฟังเพื่อนคนอื่น ได้แนวคิดวิธีการต่าง ๆ จากเพื่อน ๆ” (ต้องตา)

“ได้รับฟังประสบการณ์ของเพื่อน ๆ และได้หาวิธีพัฒนาตนเองที่เหมาะสมมากขึ้น” (โมนา)

“ได้ทบทวนพฤติกรรมของตัวเอง และกิจกรรมที่ผ่านมา ได้เรียนรู้แลกเปลี่ยนการใช้จุดแข็งของตัวเองและเพื่อน ๆ ได้คิดพัฒนาจุดแข็งที่มีอยู่แล้ว ให้แข็งแรงและที่ยังไม่มีให้แข็งแรงเพิ่มขึ้น เหมือนได้พูดระบายการฝึกประสบการณ์ที่โรงเรียนให้เพื่อน ๆ และอาจารย์ (ผู้วิจัย) ได้ฟัง” (จันทร์เจ้า)

“ได้พัฒนาจุดแข็งของตนเองในด้านที่มีอยู่แล้วให้ดีขึ้นไป ได้รู้ถึงจุดด้อยของตนเองได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์การใช้แผนต่าง ๆ นำมาพัฒนาตนเอง ได้เรียนรู้มองตัวเองมองสิ่งรอบข้างให้มากขึ้น รู้จักการใช้เหตุผล” (ปรายฟ้า)

“รู้สึกถึงการค้นพบตนเอง ได้รู้จักตนเองว่ามีจุดแข็งอะไรบ้าง” (เทียนหอม)

“ได้ลองทำแผนด้วยตนเอง จัดการกับปัญหาโดยวิธีคิดของตนเอง และยังได้แนวคิดจากเพื่อน ๆ ที่มีวิธีคิดที่ต่างกัน และเหมือนกัน และมีการแนะนำ” (เทียนหอม)

ยิ่งกว่านั้นผู้ร่วมวิจัยยังได้รู้จักและเข้าใจถึงสาเหตุที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็ง และสามารถที่จะควบคุมอุปสรรคนั้นได้

“รู้และเข้าใจสิ่งที่กระตุ้นอารมณ์ของตนเองได้ ทำให้สามารถจัดการอารมณ์ได้ตามแผนที่วางไว้และได้การตอบรับจากผู้เรียนอย่างดียิ่งเยี่ยม” (กานต์แก้ว)

3.2.2 ผลลัพธ์ด้านความรู้สึก

ผู้ร่วมวิจัยเกิดความรู้สึกมั่นใจในตนเองมากขึ้น เนื่องจากพวกเขามองเห็นจุดแข็งและจุดอ่อนที่ควรได้รับการพัฒนา ซึ่งการเข้าร่วมกิจกรรมทำให้พวกเขาได้เรียนรู้แนวทาง

พัฒนาตนจากการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ทั้งนี้กิจกรรมทำให้พวกเขาเข้าใจตนเองมากขึ้น มีความรู้สึกดีที่ตนเองพัฒนาจุดแข็งได้สำเร็จและเกิดการเปลี่ยนแปลง

“ได้รับความมั่นใจ ได้รู้วิธีการเสริมสร้างจุดแข็งของตัวเอง รู้แนวทางการนำไปใช้และใช้ได้ตลอด ได้ทบทวนตัวเองสิ่งที่มีอยู่แล้ว แล้วเติมเต็มส่วนที่ไม่มั่นใจ ได้รับความมั่นใจเพิ่มขึ้น” (ทอฝัน)

“มีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้น มองเห็นถึงความสามารถที่ตัวเองมีอยู่ และชอบบทพรองที่ควรได้รับการพัฒนา ซึ่งการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาศักยภาพหรือจุดแข็ง ทำให้ได้เรียนรู้อะไร ๆ หลายอย่าง ทั้งประสบการณ์ แผนในการพัฒนาตนเอง และวิธีการต่าง ๆ ที่ได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อน ๆ และอาจารย์ (ผู้วิจัย)” (พรชีวัน)

“ความรู้สึกที่เข้าใจในตัวตนของตนเอง มีความสุข ความมั่นใจในตนเองมากขึ้น” (คะนิง)

“มีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น และมีแรงกระตุ้นในการทำงานมากขึ้น มีความรู้สึกดีต่อตนเองมากขึ้น และเรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองมากขึ้นกว่าเดิม” (โมนา)

“หลังจากที่ผ่านการพัฒนาตนเองในแต่ละด้านทำให้รู้สึกว่าคุณมีความมั่นใจมากยิ่งขึ้น มีการวางตัวได้เข้ากับสถานการณ์มากขึ้น” (มีคุณ)

“รู้สึกดีมาก รู้สึกประสบความสำเร็จในด้านของความกล้า ความมั่นใจและความกระตือรือร้น เห็นการพัฒนาของตัวเองและได้ความมั่นใจเพิ่มมากขึ้น” (ทอฝัน)

ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยเกิดความภาคภูมิใจที่ได้เล่าประสบการณ์การพัฒนาจุดแข็งในแต่ละรอบ รู้สึกดีที่มีเพื่อนคอยรับฟังและช่วยให้คำแนะนำในการแก้ไขปัญหา อีกทั้งมีความสุขในการใช้ชีวิตมากขึ้น และผ่อนคลายที่ได้แบ่งปันเรื่องราวต่าง ๆ ในโรงเรียน ทั้งเรื่องที่กำลังทุกข์ใจหรือไม่สบายใจให้กับเพื่อนได้รับฟัง นอกจากนั้นยังพบว่า พวกเขารู้สึกดีใจและภาคภูมิใจที่ตนเองพัฒนาจุดแข็งได้สำเร็จและตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลง รวมทั้งการได้รับคำชมจากเพื่อนและผู้วิจัย ยิ่งกว่านั้นผู้ร่วมวิจัยรู้สึกรักตัวเองมากขึ้น เพราะได้มองตนเองในมุมต่าง ๆ มากขึ้นทั้งจุดแข็งและจุดอ่อน ทำให้มีความสุขและภูมิใจในตนเองที่สามารถพัฒนาจุดแข็งได้สำเร็จ รวมทั้งมีความสุขในการอยู่ในที่ทำงานมากขึ้น

“รู้สึกเข้าใจตัวเองมากขึ้น ภูมิใจเมื่อตัวเองได้เล่าประสบการณ์การพัฒนาจุดแข็งแต่ละรอบ และรู้สึกดีมาก ๆ ที่มีคนคอยรับฟัง และช่วยแนะนำแก้ไขปัญหา” (พรชีวัน)

“การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นคือ จุดแข็งที่ต้องการพัฒนาทำให้เกิดความรู้สึกเติบโตและเป็นผู้ใหญ่ขึ้นมากจากเดิม” (ชะเอม)

“รู้สึกเข้าใจตัวเอง เข้าใจคนรอบข้างมากขึ้น รู้สึกมีความสุขที่ได้เล่าเรื่องราวต่าง ๆ ในโรงเรียนให้เพื่อน ๆ ฟัง” (ปรายฟ้า)

“รู้สึกดีเมื่อแลกเปลี่ยนแนวทางแผนการพัฒนาคัดแข็งของตนเอง รู้สึกผ่อนคลายและได้แนวทางเมื่อได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่ม” (โปรดปราน)

“รู้สึกมีความสุขที่ได้ทำกิจกรรมคัดแข็ง ได้ทบทวนพฤติกรรมของตัวเอง และกิจกรรมที่ผ่านมา” (จันทร์เจ้า)

“รู้สึกภูมิใจในตนเองที่มีการพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น” (ฮารุ)

“รู้สึกดีใจกับตนเองและมีความสุขที่ได้ทำกิจกรรม ภูมิใจที่ตนเองได้เกิดการพัฒนา” (กานต์แก้ว)

“รู้สึกดีใจ มีความสุข ที่ตัวเองสามารถพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นได้ในจุดที่ต้องการพัฒนา เพื่อให้สามารถเป็นครูที่ดี” (บีลีฟ)

“รู้สึกมีความสุขในการใช้ชีวิตมากขึ้น และรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่สามารถพัฒนาตนเองให้ตนเองเป็นคนที่ดีมากขึ้น และก้าวข้ามผ่านสิ่งที่ยากไปได้” (เพียงขวัญ)

“รู้สึกมีคนรับฟังมากขึ้น มีความภาคภูมิใจกับผลงานและได้รับคำชมเชยจากเพื่อนอาจารย์ (ผู้วิจัย)” (ซูใจ)

“รู้สึกมีความสุขและดีใจที่มีคนคอยรับฟังสิ่งที่กำลังทำอยู่และมีการพัฒนาตนเองในด้านไหน รู้สึกผ่อนคลายในเรื่องที่กำลังทุกข์ใจหรือไม่สบายใจ” (ธัญญา)

“รู้สึกดีใจ มีความสุข ที่ตัวเองสามารถพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นได้และมีความสุขในการอยู่ในที่ทำงาน” (ทิวา)

“รู้สึกภูมิใจ และมีความสุขที่ได้พัฒนาตนเองในหลาย ๆ ด้าน ได้เห็นตัวเองในมุมใหม่ ๆ ได้ทำกิจกรรมที่แปลกใหม่” (ณมน)

“ต้องบอกเลยว่ามันทำให้เรามีความสุขที่ได้มองตัวเองในแต่ละครั้ง และรู้สึกขอบคุณอาจารย์ (ผู้วิจัย) ที่มอบสิ่งดี ๆ ให้ ซึ่งได้แนวทางในการนำไปสอนอีกด้วย” (ยาหยี)

“รู้สึกมีดีมีความสุขมากขึ้นและรู้สึกภูมิใจในตนเองจากการปรับเปลี่ยนและพัฒนาตนเองให้มีความมั่นใจมากขึ้น” (นับดาว)

“รู้สึกเข้าใจตัวเองรักตัวเองมากขึ้น ได้มองดูตัวเองในมุมต่าง ๆ ของตนเอง ทำให้มีความสุข และภูมิใจในตนเองที่ทำได้” (ต้องตา)

“รู้สึกดีกับตนเอง เข้าใจตนเองมากขึ้นและมองเห็นจุดอ่อน จุดแข็งของตนเอง และเรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองอย่างไรให้เหมาะสม” (โมนา)

“รู้สึกดีกับตนเอง และมีความสุขที่ได้ทำกิจกรรม ภูมิใจที่ตนเองได้เกิดการ พัฒนา” (กานต์แก้ว)

“รักในสิ่งที่ตนเองทำมากขึ้น” (คะนิง)

นอกจากนั้นผู้ร่วมวิจัยรู้สึกขอบคุณเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ผู้วิจัย นักเรียน และเพื่อนร่วมงานที่มีส่วนในการสนับสนุนให้พวกเขาดำเนินกิจกรรมได้บรรลุตามเป้าหมาย รวมทั้งอยากขอบคุณตนเองที่สามารถพัฒนาตนเองให้มีจุดแข็งเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้ยังพบว่าพวกเขายังเกิดความรู้สึกที่อยากจะพัฒนาจุดแข็งต่อไปเรื่อย ๆ และถ้ามีโอกาสก็ต้องการที่จะพัฒนาในด้านอื่น ซึ่งอาจนำแผนเดิมที่เคยพัฒนาไปใช้ร่วมด้วย

“รู้สึกขอบคุณอาจารย์ (ผู้วิจัย) ที่มาให้ความรู้ในเรื่องการวางแผนพัฒนา รู้สึกขอบคุณตนเองมาก ๆ ที่สามารถพัฒนาตนเองให้มีจุดแข็งเพิ่มมากขึ้น ขอบคุณเพื่อน ๆ ที่มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ได้เห็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง รู้สึกขอบคุณนักเรียนและคณะครูที่อยู่ในช่วงการพัฒนาตนเองของเราให้ดีขึ้น” (พริ้ม)

“ความรู้สึกในการร่วมกิจกรรมเสริมสร้างจุดแข็ง รู้สึกขอบคุณและดีใจที่อาจารย์ (ผู้วิจัย) นำกิจกรรมนี้ให้ทำ” (ณอแตม)

“ได้กำลังใจ ได้แนวทางทั้งจากท่านอาจารย์ (ผู้วิจัย) ที่ให้คำปรึกษาจากเพื่อน ๆ ที่คอยแลกเปลี่ยนกันถึงแนวทางของแต่ละคน และตนเองที่ได้รู้จักวางแผนและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นค่ะ” (ดาริน)

“รู้สึกขอบคุณผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมนี้ ที่ได้ทำให้เรารู้สึกดี เพราะได้เห็นตัวเองเปลี่ยนแปลงจากการพัฒนาจุดแข็งและก็มีความรู้สึกภูมิใจต่อตนเองที่ได้มีความตั้งใจในการที่จะอยากเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นหรือพัฒนาขึ้น และมีความรู้สึกอยากที่จะพัฒนาในด้านนี้ต่อไปเรื่อย ๆ และถ้ามีโอกาสหรือมีความเป็นไปได้ก็จะอยากที่จะพัฒนาในด้านอื่น ซึ่งก็อาจจะใช้แผนในการพัฒนาในด้านที่เคยพัฒนาไปใช้อีก” (ชะเอม)

3.2.3 ผลลัพธ์ด้านพฤติกรรม

จากการสะท้อนผลการเปลี่ยนแปลงผู้ร่วมวิจัยมีมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีมากยิ่งขึ้นกล่าวคือ กล่าวพูดคุยกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงานมากขึ้น ยิ้มแย้มแจ่มใส ใช้คำพูดที่นุ่มนวล มีอารมณ์ขัน อีกทั้งพวกเขายังมีการสำรวจข้อบกพร่องของตนเองเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข และมีมุมมองด้านบวกต่อผู้อื่นมากขึ้นด้วยเช่นกัน นอกจากนี้ยังมีความกล้าในการทำสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น เช่น การเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม

“มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับคนอื่นมากขึ้น” (โปรดปราน)

“เรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองมากขึ้นกว่าเดิม” (โมนา)

“การเปลี่ยนแปลง มีการวางตัว การมีปฏิสัมพันธ์ การเป็นที่ปรึกษาให้กับผู้อื่น ได้มีความมุ่งมั่นใฝ่เรียนรู้ในการฝึกการสอนมากขึ้น” (คะนิง)

“มีการพัฒนาตัวเองที่ดีมากขึ้นมีคำพูด และการแสดงออกกับผู้เรียนที่แสดงออกถึงความรักมากขึ้น เช่น จากเรียกแทนนักเรียนเรียกจากเธอเป็นชื่อตามด้วยหนูหรือลูก มีการยิ้มแย้ม หัวเราะ เล่นกับผู้เรียนมากขึ้นซึ่งเป็นผลมาจากการพัฒนาจุดแข็งในครั้งที่ 1 ด้านความรักและอารมณ์ขัน” (กานต์แก้ว)

“สามารถกำกับสีหน้าท่าทางของตนเองที่แสดงออกในทางลบได้พอสมควร มีอารมณ์ในทางบวกมากขึ้น และได้การตอบรับจากผู้เรียนอย่างดียิ่ง ซึ่งเป็นผลจากการพัฒนาจุดแข็งของตนเองในครั้งที่ 2 และ 3 ด้านปัญญาเชิงสังคม การกำกับตนเอง” (กานต์แก้ว)

“สามารถพูดคุย เข้ากับคนอื่นได้มากขึ้น มีการทำงานที่รอบคอบมากขึ้น กล้าทำสิ่งใหม่ ๆ สิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เคยทำ ยิ้มและหัวเราะ มีความสุขในการทำงานมากขึ้น” (ปิสิฟ)

“สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี มีความเข้าใจบุคคลอื่น ๆ วางตัวได้ดี และมีความพร้อมในการเป็นครูมากขึ้น มีความมั่นใจ และกล้าแสดงออกมากยิ่งขึ้น” (เพียงขวัญ)

“การเปลี่ยนแปลงตนเองมีการใฝ่รู้ขอค้นหาคำตอบในเรื่องการหาในสิ่งที่ตนเองสงสัยและอยากรู้อยากเห็นในสิ่งที่ตนเองไม่เคยเห็น มีความกล้ากับตนเองมากขึ้นกล้าทำในสิ่งที่ตนเองไม่เคยทำและมีความกล้าในการเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม การสร้างบรรยากาศที่อบอุ่น ครู (ผู้ร่วมวิจัย) กับนักเรียน มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ทำให้นักเรียนมีความสุขและเรียนได้” (ธัญยา)

“การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นมากขึ้นมีการผ่อนคลายกับตัวเองมากขึ้นกว่าเดิม หาปัญหาแนวทางการแก้ปัญหา และทำให้เป็นคนที่มีสติ รอบคอบคิดก่อนทำ กล้าที่จะถาม กล้าที่จะพูดกับคุณครูและนักเรียน มีการพัฒนาในการทำสื่อการเรียนการสอนทำให้ห้องเรียนมีบรรยากาศที่ดี นักเรียนชอบในกิจกรรม มีความรอบคอบในการสอนนักเรียน ทำให้นักเรียนเปิดใจที่จะเรียนรู้” (นับดาว)

“ได้ทบทวนพฤติกรรมตนเอง สำนวณข้อบกพร่องของตนเอง การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคลากรในโรงเรียน นักเรียน และเพื่อน ๆ มีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเองมากขึ้นและสามารถวางแผนในการพัฒนาและแก้ไขปัญหของตนเองมากขึ้น” (เพียงขวัญ)

“มีการเปลี่ยนแปลงในด้านที่ดีขึ้นจากการพัฒนาจุดแข็งของตนเองจะมีด้านการเสียสละและอารมณ์ขันสามารถสร้างเสียงหัวเราะให้คนรอบข้างได้ดี” (โปรดปราน)

“มีความกล้ามากขึ้น มีความเป็นผู้นำ การวางตัวที่ดี รู้จักเข้าหาบุคคลอื่นมากขึ้นมีพลังบวกในด้านการคิดทางความรู้สึก รู้สึกดี” (ปรายฟ้า)

“กล้าทำสิ่งใหม่ ๆ สิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เคยทำ ยึดมากกว่าเดิม และ มีความสุขในการทำงานมากขึ้น” (ทิวา)

“บุคลิกภาพ อารมณ์ สีหน้า ในการอยู่กับนักเรียนมีการเปลี่ยนจากที่มีหน้าตาดุหน้าเคร่งขรึม เป็นยิ้มแย้มแจ่มใสมากขึ้นสามารถกำกับตนเองได้ดีมากขึ้น” (เฉอแตม)

ขณะเดียวกันยังพบการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้ร่วมวิจัยคือ การวางแผนในการทำงาน โดยการลำดับความสำคัญของงานที่ต้องส่งก่อน-หลัง มีความกระตือรือร้นในการทำงานมากขึ้นทั้งการสอนและการทำงานที่ได้รับมอบหมาย การออกแบบสื่อการสอนให้กับผู้เรียนมีความรอบคอบในการทำงานเพิ่มมากขึ้น รวมทั้งสามารถส่งงานได้ทันตามเวลาที่กำหนด

“ได้รับหน้าที่ใหม่ ๆ ในการทำงานที่โรงเรียน ได้เรียนรู้งานมากขึ้น เข้าใจความรู้สึกผู้อื่น สร้างความสัมพันธ์กับคณะคุณครูที่โรงเรียน มีความรับผิดชอบมากขึ้น วางแผนในการทำงานมีความกระตือรือร้น แบ่งลำดับความสำคัญ ได้เห็นตัวเองกล้าทำอะไรใหม่ ๆ กล้าออกจากความคิดเดิม ๆ ของตนเอง” (ณมน)

“มีความกระตือรือร้นมากขึ้น ในการทำงานอยากจะทำงานให้เสร็จภายในเวลาที่ตนเองกำหนดไว้ มีการตั้งเป้าหมาย วางแผน กล้าที่จะเสนอความคิดเห็นและลงมือทำ สามารถจัดการเวลาการทำงานได้ดีขึ้น” (เฉอแตม)

“มีความพยายามในการสืบค้นหาข้อมูลในการสอนมากขึ้น ตนเองมีความกระตือรือร้นในการทำงานอยากจะทำงานให้เสร็จภายในเวลาที่ตนเองกำหนดไว้” (เฉอแตม)

“ได้มีการสำรวจตนเองทุกอาทิตย์ทำให้ได้มีการวางแผนการพัฒนาตนเอง” (กานต์แก้ว)

“มีการสืบค้นเนื้อหาวิชาใหม่ ๆ จากอินเทอร์เน็ตควบคู่กับการสอนหนังสือเรียนตามแผนที่วางไว้ ซึ่งนักเรียนได้มีการสะท้อนผลว่าครูสอนน่าสนใจมากขึ้น และจัดทำใบงานที่มีความน่าสนใจ ซึ่งนักเรียนได้มีการสะท้อนผลว่าใบงานครูน่าสนใจ ทำง่าย สนุกกับการทำและเนื้อหาไม่เยิ่นเย้อเกินไป และมีการตอบคำถามนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ได้อย่างถูกต้องชัดเจนมากขึ้น ซึ่งนักเรียนมีการสะท้อนว่าครูตอบคำถามได้ดีกว่าเดิม ซึ่งเป็นผลจากการพัฒนาจุดแข็งในครั้งที่ 4 ด้านความรักการเรียนรู้” (กานต์แก้ว)

“เรามีการพัฒนาตนเองได้ทำสื่อมากขึ้น และทำให้นักเรียนมีความสุขจากที่มีสื่อในการจัดกิจกรรมในห้องเรียน และทำให้นักเรียนมีความรู้มากขึ้น” (ยาหยิ)

“มีความมานะพยายาม ความกระตือรือร้นในการทำงานการทำสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น จากเดิมมีการคิดออกแบบในการทำสื่อให้นักเรียนได้เล่นได้เรียนรู้ มีความรอบคอบในการทำงานมากยิ่งขึ้น” (ต้องตา)

“ตัวเองมีความคิดสร้างสรรค์มากขึ้น จากการที่ได้พัฒนาตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา มีความกระตือรือร้นในการค้นหานวัตกรรมมากขึ้น” (ฮาจุ)

“มีความกระตือรือร้นในการทำงานต่าง ๆ มากขึ้น” (ธันยา)

“มีความกล้า มีความมั่นใจใฝ่เรียนรู้อยู่เสมอเพิ่มเติมตัวเองให้มีจุดแข็งที่แข็งแรงได้พัฒนาตัวเองมีความกระตือรือร้นมากขึ้น ทำงานที่ได้รับมอบหมายทันที ได้แลกเปลี่ยนกับคนอื่นให้ตัวเราเองมีความมั่นใจเพิ่มขึ้นอีก” (ทอฝัน)

นอกจากนั้นยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยมีการตั้งความหวังในการทำงาน รู้จักใช้เหตุผลมองโลกในแง่ดีมากขึ้น โดยมองว่าอุปสรรคเป็นความท้าทายที่สามารถก้าวให้ผ่านพ้นไปได้

“ตัวเองมีความกล้าคาดหวังมากขึ้น มีการตั้งความหวังกับทุกงานที่ได้รับ ซึ่งเป็นผลจากการพัฒนาตนเองในครั้งที่ 3 ด้านความหวัง” (กานต์แก้ว)

“มีการเปลี่ยนแปลง คือ มีความกระตือรือร้นมากขึ้น มีการใช้เหตุผลมากขึ้น และ มองโลกในแง่ดีมากขึ้น มองอุปสรรคเป็นความท้าทายที่สามารถผ่านพ้นไปได้” (ฐาใจ)

เมื่อดำเนินการวิจัยครบทั้ง 4 วงรอบแล้ว ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยเห็นสอดคล้องกันว่าเกิดแนวทางการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างชัดเจนและนำไปปฏิบัติได้จริง จากนั้นดำเนินการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครู ยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

ตอนที่ 2 การสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครู ยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

1. แนวคิดพื้นฐาน

รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง หรือ “NCSCS Model” นี้ พัฒนาขึ้นบนฐานคิดของจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) ซึ่งมุ่งเน้นการส่งเสริมความเข้มแข็งและการเติบโตของมนุษย์ โดยมองว่าทุกคนล้วนมีคุณลักษณะเชิงบวกหรือจุดแข็งในตนเอง ซึ่งเมื่อได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมจะช่วยให้บุคคลดำเนินชีวิตได้อย่างเต็มศักยภาพและมีความสุข นอกจากแนวคิดทางจิตวิทยาเชิงบวกแล้ว NCSCS Model ยังประยุกต์ใช้หลักการของการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Therapy

Group Counseling) ของ Carl Rogers ในการออกแบบกระบวนการเรียนรู้ ซึ่งให้ความสำคัญกับการสร้างบรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัย และให้การยอมรับ อันจะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาล้าเปิดเผยตนเอง สำรวจความคิดความรู้สึก ค้นพบศักยภาพที่แท้จริงของตน และพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่ ดังนั้นเป้าหมายของการเสริมสร้างจุดแข็งตามแนวคิดนี้ จึงไม่ใช่การเติมเต็มสิ่งที่ขาดหรือแก้ไขจุดบกพร่อง แต่เป็นการค้นหาสิ่งที่ดีที่สุด ซึ่งมีอยู่แล้วในตัวบุคคลแต่ละคน แล้วนำสิ่งเหล่านั้นมาใช้ประโยชน์และพัฒนาให้เข้มแข็งยิ่งขึ้น ผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นให้ผู้ร่วมวิจัยมีส่วนร่วมอย่างแท้จริงในการสะท้อนคิด แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และลงมือปฏิบัติ ภายใต้การอำนวยความสะดวกของผู้วิจัย

2. จุดมุ่งหมาย

NCSCS Model มุ่งพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากจนจากชนบทที่ได้รับทุนการศึกษา โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยสามารถระบุจุดแข็งของตน วางแผนพัฒนา จุดแข็งที่เลือกสรรและนำไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการสอนและการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนมีความสามารถในการประเมินความก้าวหน้าและสะท้อนผลการพัฒนาตนเองได้อย่างเป็นรูปธรรม อันจะนำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น และเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างผลงานและความสำเร็จในอาชีพครูต่อไปในอนาคต

3. กระบวนการเสริมสร้าง

กระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ได้จากการสังเคราะห์ในการวิจัยนี้ ประกอบด้วยกระบวนการหลัก 5 ขั้นตอน ที่มีความเชื่อมโยงและส่งเสริมกันเป็นวัฏจักรอย่างต่อเนื่อง ดังจะได้อธิบายรายละเอียด องค์ประกอบสำคัญ และผลลัพธ์ที่คาดหวังในแต่ละขั้นตอน ต่อไปนี้

3.1 ร่วมบ่มเพาะบรรยากาศการเรียนรู้เชิงบวกเพื่อพัฒนาความองอาจภายใน (Nurturing Positivity for Personal Growth: N)

ขั้นตอนนี้มุ่งให้ผู้ร่วมวิจัยแสดงออกถึงเจตคติเชิงบวกต่อการเผชิญสถานการณ์ที่ยากลำบาก การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางจิตวิทยา กิจกรรมกลุ่ม

การดำเนินกิจกรรมจะเน้นไปที่การแลกเปลี่ยนเรื่องราวประสบการณ์เชิงบวก สิ่งดี ๆ ที่ได้พบเจอ หรือเหตุการณ์ที่ประทับใจจากการฝึกปฏิบัติการสอนในแต่ละสัปดาห์ บทบาทของผู้ร่วมวิจัยในขั้นตอนนี้ คือ การทำหน้าที่เป็นผู้ฟังที่ดี ใส่ใจรับฟังเรื่องราวของเพื่อนสมาชิกอย่างตั้งใจ โดยไม่ตัดสิน ไม่วิพากษ์วิจารณ์ แต่ให้การตอบสนองเชิงบวก เช่น สบตา ยิ้ม พยักหน้ารับ ฯลฯ และแสดงออกถึงความยินดี ชื่นชม ต่อเรื่องราวดี ๆ ที่ได้ฟัง นอกจากนี้หากมีสมาชิกคนใดแบ่งปันถึงเรื่องราวความทุกข์หรือความยากลำบาก ผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ จะให้กำลังใจ รับฟังอย่าง

เข้าอกเข้าใจ และหยิบยกประสบการณ์ในทำนองเดียวกันของตน ทั้งที่ผ่านพ้นมาได้แล้วหรือที่กำลังเผชิญอยู่มาแบ่งปัน เพื่อสื่อให้เห็นว่าเราไม่ได้เผชิญหน้ากับปัญหานั้นเพียงลำพัง การสนับสนุนให้กำลังใจกันและกันเช่นนี้ จะช่วยสร้างความรู้สึกลดอดภัย ไว้วางใจ เป็นที่ยอมรับ และเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ร่วมวิจัยแต่ละคน ซึ่งจะเป็นรากฐานสำคัญในการเกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเองในขั้นตอนต่อไป อนึ่งระหว่างการดำเนินกิจกรรม หากพบว่าผู้ร่วมวิจัยคนใดมีความยากลำบากทางใจมาก ไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้ ผู้วิจัยมีหน้าที่ประสานส่งต่อเพื่อให้ได้รับความช่วยเหลือจากหน่วยให้การปรึกษาหรือนักจิตวิทยาตามความเหมาะสม

กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 สัปดาห์ โดยอาศัยเทคนิควิธีการที่สำคัญ ได้แก่ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข การฟังอย่างตั้งใจ การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อสะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงตนเองในระยะนี้ ได้แก่ การเขียนบันทึกการเรียนรู้ประจำวัน (Learning journal) และการสนทนากลุ่มย่อย (Focus group discussion) โดยมีแนวคำถามหลักเกี่ยวกับประสบการณ์เชิงบวกจากการฝึกสอน ความรู้สึกที่มีต่อกระบวนการกลุ่ม และการเปลี่ยนแปลงมุมมองที่มีต่อตนเอง

3.2 ร่วมค้นหาจุดแข็ง (Collaborative Strength Exploration: C)

ขั้นตอนนี้มุ่งให้ผู้ร่วมวิจัยระบุและอธิบายคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์ การฝึกสอนของตนเอง โดยให้เครื่องมือการวิเคราะห์ตนเอง

ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนจะได้นำเสนอเรื่องราวหรือเหตุการณ์ที่ตนได้แสดงถึงความสามารถ ทักษะ หรือคุณลักษณะเชิงบวกเฉพาะตัว พร้อมทั้งสะท้อนความคิดเห็นว่าเหตุการณ์นั้นสะท้อนถึงจุดแข็งอะไรของตนเอง ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยคนอื่น ๆ ทำหน้าที่ตั้งใจรับฟัง ชักถามเพื่อทำความเข้าใจ แสดงความชื่นชม และเสนอมุมมองเพิ่มเติมเกี่ยวกับจุดแข็งอื่น ๆ ที่อาจมองข้ามไป การได้ฟังการนำเสนอของสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม นอกจากจะช่วยให้ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนได้เห็นแบบอย่างของจุดแข็งที่หลากหลายแล้ว ยังช่วยกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้เชื่อมโยงกับตนเอง จนบางครั้งค้นพบว่าจุดแข็งที่เพื่อนมีก็มีอยู่ในตัวเราด้วยเช่นกัน ในขั้นตอนนี้ ผู้ร่วมวิจัยจะสรุปจุดแข็งของตนพร้อมทั้งอธิบายหลักฐานหรือตัวอย่างเหตุการณ์ที่แสดงถึงจุดแข็งนั้น ๆ จัดบันทึกในแบบวิเคราะห์ตนเอง (Self-analysis form) ซึ่งจะมีประโยชน์ต่อการออกแบบการพัฒนาตนเองในขั้นตอนถัดไป

กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 สัปดาห์ โดยอาศัยเทคนิคการเล่าเรื่อง (Storytelling) การฟังอย่างลึกซึ้ง (Active listening) การสะท้อนความคิด (Reflection) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) และการจดบันทึกสิ่งที่เรียนรู้ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวิเคราะห์ตนเอง (Self-analysis form) ซึ่งเน้นคำถามปลายเปิดให้ระบุจุดแข็งของตนพร้อมตัวอย่างประสบการณ์ รวมถึงแนวทางในการพัฒนาจุดแข็งนั้นให้โดดเด่นยิ่งขึ้น

3.3 ร่วมฉีกกำลังกำหนดเป้าหมาย (Synergistic Goal Selection: S)

ขั้นตอนนี้มุ่งให้ผู้ร่วมวิจัยกำหนดเป้าหมายการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองอย่างน้อย 1 เป้าหมาย โดยใช้หลัก SMART

ผู้ร่วมวิจัยเลือกจุดแข็งที่โดดเด่น มีความสำคัญ และอยากพัฒนาให้ชัดเจนขึ้นอย่างน้อย 1 เป้าหมาย พร้อมทั้งระบุพฤติกรรมหรือสิ่งบ่งชี้ความสำเร็จของเป้าหมายนั้นในเชิงรูปธรรม โดยใช้แนวคิดเป้าหมายแบบ SMART กล่าวคือ ต้องเป็นเป้าหมายที่มีความเฉพาะเจาะจง (Specific) สามารถวัด ผลได้ (Measurable) สอดคล้องกับบริบทที่เป็นอยู่ (Achievable) มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับงานที่ทำ (Relevant) และมีกรอบระยะเวลาที่ชัดเจน (Time-bound) ภายหลังจากที่ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนกำหนดเป้าหมายของตนแล้ว จะนำมาแลกเปลี่ยนกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม เพื่อรับฟังข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเด็นของปัจจัยแห่งความสำเร็จ กล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยจะได้แบ่งปันเงื่อนไขหรือสถานการณ์ที่ช่วยส่งเสริมและเป็นอุปสรรคต่อการบรรลุเป้าหมายนั้น ทั้งจากประสบการณ์ของตนเองและการเรียนรู้ของผู้อื่น ซึ่งจะช่วยให้เกิดมุมมองที่รอบด้านและสามารถปรับเป้าหมายให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น ในขั้นตอนนี้ผู้ร่วมวิจัยจะได้จดบันทึกเป้าหมายการพัฒนาตนเองพร้อมทั้งแผนปฏิบัติไว้ในแบบบันทึกเป้าหมายส่วนบุคคล (Personal goal setting form) เพื่อใช้เป็นแนวทางในการลงมือฝึกปฏิบัติต่อไป กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 สัปดาห์ โดยอาศัยเทคนิคการระดมสมอง (Brainstorming) การอภิปรายกลุ่ม (Group discussion) การวิเคราะห์สถานการณ์ (Situation analysis) และการให้ข้อมูลย้อนกลับเชิงสร้างสรรค์ (Constructive feedback) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบบันทึกเป้าหมายส่วนบุคคล (Personal goal setting form) ซึ่งประกอบด้วยรายละเอียดของเป้าหมายการพัฒนาจุดแข็ง ตัวชี้วัดความสำเร็จ แผนปฏิบัติที่จะนำไปสู่เป้าหมาย และระยะเวลาดำเนินการ

3.4 ร่วมวางแผนและนำไปใช้ในสถานการณ์จริง (Collective Planning and Individual Implementation: C)

ขั้นตอนนี้มุ่งให้ผู้ร่วมวิจัยสร้างและดำเนินการตามแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในสถานการณ์การสอนหรือการใช้ชีวิตในโรงเรียน โดยบันทึกผลการปฏิบัติอย่างน้อย 3 ครั้ง ต่อสัปดาห์เป็นเวลา 1 เดือน

ผู้ร่วมวิจัยจะได้ออกแบบวิธีการฝึกฝนและพัฒนาตนเองที่สอดคล้องกับเป้าหมายผ่านกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และแบ่งปันประสบการณ์ระหว่างกัน เพื่อต่อยอดไอเดียและปรับแผนการพัฒนาให้มีความเป็นไปได้มากยิ่งขึ้น นอกจากการวางแผนพัฒนาตนเองแล้ว ผู้ร่วมวิจัยยังได้ร่วมกันคาดการณ์ถึงอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการฝึกปฏิบัติ พร้อมทั้งวางแผนป้องกันหรือรับมือกับอุปสรรคเหล่านั้นไว้ล่วงหน้า เมื่อได้แผนการพัฒนาตนเองที่ชัดเจนแล้ว ผู้ร่วมวิจัยแต่ละคนจะนำแผนงานนั้นไปปฏิบัติด้วยตนเองในสถานการณ์จริง ทั้งในบริบทของการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู การสอนในชั้นเรียน และการใช้ชีวิตประจำวัน โดยมีข้อตกลงร่วมกันว่าจะบันทึกเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการนำจุดแข็งไปใช้อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง เป็นระยะเวลา 1 เดือน ลงในแบบบันทึกผลการปฏิบัติงาน (Action logging form) เพื่อใช้เป็นข้อมูลสำหรับการสะท้อนคิดในขั้นตอนถัดไป นอกจากนี้ผู้ร่วมวิจัยจะได้นัดหมายแลกเปลี่ยนความก้าวหน้าและให้กำลังใจกันเป็นระยะ ๆ ผ่านช่องทางสื่อสารออนไลน์ เช่น กลุ่มไลน์ หรือ Padlet ของโครงการ อย่างไรก็ตามหากผู้ร่วมวิจัยพบอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็งก็จะใช้แผนควบคุมอุปสรรค ดังนี้

1. ใส่ใจตนเองและผู้อื่น คือ ให้กำลังใจตนเอง ทำกิจกรรมที่ผ่อนคลาย พักผ่อนให้เพียงพอ เปลี่ยนสภาพแวดล้อมในการทำงาน พยายามทำความเข้าใจผู้อื่น ให้ความสำคัญกับทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน และอาสาช่วยงาน

2. วางแผนและลงมือทำ คือ แบ่งเวลาในการทำงาน จัดลำดับความสำคัญของงาน ทำงานทุกวันอย่างสม่ำเสมอ

3. ควบคุมอารมณ์ คือ พาดตนเองออกจากสถานการณ์ที่อึดอัด กำหนดลมหายใจเข้าออก ฝึกใจเย็น

4. ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น คือ ขอคำแนะนำ ขอความช่วยเหลือ และขอกำลังใจจากผู้อื่น

กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลารวม 4 สัปดาห์ แบ่งเป็น 1 สัปดาห์ในการร่วมกันวางแผน และ 3 สัปดาห์ในการนำแผนไปสู่การปฏิบัติจริงด้วยตนเอง โดยอาศัยเทคนิค

การระดมสมอง (Brainstorming) การจัดการโครงการ (Project management) การบันทึกการปฏิบัติงาน (Action logging) และการสื่อสารออนไลน์ (Online communication) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบบันทึกแผนการพัฒนาจุดแข็ง (Strength development plan) และแบบบันทึกผลการปฏิบัติงาน (Action logging form) ซึ่งเน้นการบรรยายสถานการณ์ พฤติกรรมการแสดงออกของจุดแข็ง และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

3.5 ร่วมสะท้อนผลลัพธ์และแบ่งปันกำลังใจ (Shared Reflection and Reinforcement: S)

ขั้นตอนนี้มุ่งให้ผู้ร่วมวิจัยประเมินและนำเสนอผลการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง พร้อมทั้งแสดงออกถึงความเชื่อมั่นในการใช้จุดแข็งนั้นในอนาคตผ่านการนำเสนอกรณีศึกษาของตนต่อกลุ่ม

โดยผู้ร่วมวิจัยนำข้อมูลจากแบบบันทึกการปฏิบัติงานที่ได้จดไว้ในช่วงเดือนที่ผ่านมา มาสะท้อนคิดและประเมินความสำเร็จในการบรรลุเป้าหมายตามตัวชี้วัดที่กำหนดไว้ ทั้งนี้ นอกจากการประเมินตนเองแล้ว ผู้ร่วมวิจัยจะได้รับฟังผลสะท้อนและมุมมองจากเพื่อนสมาชิกด้วย ซึ่งถือเป็นการเติมเต็มข้อมูลในมิติที่หลากหลายยิ่งขึ้น นอกจากการประเมินความสำเร็จของตนเองแล้ว ผู้ร่วมวิจัยยังได้แบ่งปันบทเรียนและ ข้อค้นพบสำคัญจากการนำจุดแข็งไปใช้ในรูปแบบของการนำเสนอกรณีศึกษา (Case study presentation) ซึ่งจะเป็นการเล่าเรื่องราวความสำเร็จของตน บัณฑิตสนับสนุนและบัณฑิตขัดขวาง รวมถึงแนวทางในการนำจุดแข็งไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียนและการทำงานในระยะยาว การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในลักษณะนี้จะทำให้ผู้ร่วมวิจัยได้เห็นแบบอย่างของการนำจุดแข็งไปใช้อย่างสร้างสรรค์ที่หลากหลาย จุดประกายให้เกิดไอเดียในการต่อยอดการพัฒนาตนเองในรูปแบบใหม่ ๆ อีกด้วย สำหรับผู้ร่วมวิจัยที่พบว่าตนเองยังไม่บรรลุเป้าหมายตามที่หวังไว้ กิจกรรมในขั้นตอนนี้จะเปิดโอกาสให้ได้ทบทวนและปรับแผนการพัฒนาใหม่ ทั้งในด้านการขยายระยะเวลาการฝึกฝนออกไป การปรับเป้าหมายให้สอดคล้องกับศักยภาพตนเองมากขึ้น หรือการเลือกวิธีการพัฒนารูปแบบใหม่ ซึ่งอาจได้ไอเดียจากการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนสมาชิกที่ประสบความสำเร็จ ทั้งนี้บทบาทสำคัญของผู้ร่วมวิจัยในขั้นตอนนี้คือการรับฟังอย่างลึกซึ้ง การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน การชื่นชมความพยายามและความสำเร็จของผู้อื่นอย่างจริงใจ และการแบ่งปันมุมมองอย่างสร้างสรรค์เพื่อนำไปสู่การปรับปรุงตนเองอย่างต่อเนื่อง

กิจกรรมการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 สัปดาห์ โดยอาศัยเทคนิคการนำเสนอกรณีศึกษา (Case study presentation) การสะท้อนคิด (Reflection)

การประเมินตนเอง (Self-assessment) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) และการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling) สำหรับกรณีที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบประเมินความสำเร็จของการพัฒนาตนเอง ซึ่งเน้นที่การประเมินพฤติกรรมและการแสดงออกของจุดแข็งตามสถานการณ์ต่าง ๆ และแบบสะท้อนการเรียนรู้ของตนเอง (Self-reflection form) เพื่อบันทึกข้อค้นพบ บทเรียน และสิ่งที่ต้องการพัฒนาต่อไปในอนาคต

จะเห็นได้ว่ากระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งใน NCSCS Model ทั้ง 5 ขั้นตอนนี้มีลักษณะเป็นวงจรที่หมุนเวียนต่อเนื่องและสอดคล้องกัน โดยทุกขั้นตอนล้วนเน้นการมีส่วนร่วมของผู้ร่วมวิจัย ผ่านกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย การได้ลงมือปฏิบัติจริง และการสะท้อนคิดอย่างเป็นระบบ ซึ่งสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงและการพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน ทั้งนี้ในทางปฏิบัติผู้ร่วมวิจัยสามารถย้อนกลับไปทบทวนขั้นตอนก่อนหน้าได้เสมอ หากมีความจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนเป้าหมายหรือวิธีการให้สอดคล้องกับความเป็นจริงมากขึ้น ซึ่งความยืดหยุ่นเช่นนี้จะช่วยให้การพัฒนาตนเองเป็นไปอย่างต่อเนื่องและมีพลวัตมากยิ่งขึ้น

4. เทคนิคการเสริมสร้าง

ในการดำเนินกิจกรรมตามกระบวนการ NCSCS Model เพื่อให้บรรลุเป้าหมายการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยสามารถเลือกใช้เทคนิควิธีการที่สำคัญหลายประการตามความเหมาะสมในแต่ละขั้นตอน ดังต่อไปนี้

4.1 ความสอดคล้อง ความจริงแท้หรือความเป็นจริง (Congruence or genuineness or realness) ผู้ร่วมวิจัยต้องยอมรับตนเองตามความเป็นจริง กล่าวเปิดเผยทั้งจุดแข็งและจุดอ่อนของตัวเองอย่างตรงไปตรงมา จากประสบการณ์การฝึกสอนในโรงเรียน โดยที่ความคิด ความรู้สึก และการกระทำเป็นไปในทิศทางเดียวกันอย่างสอดคล้องกลมกลืน ซึ่งจะช่วยให้เพื่อนสมาชิกเกิดความไว้วางใจและกล้าเปิดเผยตัวตนที่แท้จริงเช่นกัน

4.2 การยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard) ผู้ร่วมวิจัยต้องให้การยอมรับเพื่อนสมาชิกอย่างไม่มีเงื่อนไข โดยไม่ตัดสินหรือวิพากษ์วิจารณ์ ความคิด ความคิดเห็น หรือการกระทำของผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นประสบการณ์การฝึกสอนในเชิงบวกหรือเชิงลบ ปัญหาและอุปสรรคที่กำลังเผชิญ รวมถึงการวางแผนพัฒนาและการนำไปสู่การปฏิบัติ การให้การยอมรับโดยปราศจากการตัดสินเช่นนี้จะช่วยสร้างบรรยากาศแห่งความไว้วางใจและการเปิดใจรับฟังซึ่งกันและกัน

4.3 การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) ผู้ร่วมวิจัยต้องพยายามเข้าใจอารมณ์ ความคิด และประสบการณ์ของเพื่อนสมาชิก โดยเอาใจเขามาใส่ใจเรา เมื่อรับรู้ว่าอีกฝ่ายกำลัง

รู้สึกเครียดหรือวิตกกังวลเกี่ยวกับการสอนหรือการทำงาน ก็จะแสดงความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจ โดยไม่ด่วนตัดสินหรือให้คำแนะนำใด ๆ แต่จะรับฟังด้วยใจเปิดกว้าง และแบ่งปันประสบการณ์ใน ลักษณะคล้ายคลึงกันของตน ทั้งในแง่บวกและแง่ลบ เพื่อแสดงให้เห็นว่าเขาไม่ได้เผชิญหน้ากับ สถานการณ์นั้นเพียงลำพัง การแสดงความเข้าใจเช่นนี้จะช่วยให้ผู้ที่กำลังท้อแท้หรือสับสน สามารถจัดการกับความรู้สึกของตนได้ดีขึ้น รู้สึกได้รับการยอมรับ ไม่โดดเดี่ยว และพร้อมที่จะ พัฒนาตนเองต่อไป

4.4 การฟังอย่างตั้งใจ (Active listening) ผู้ร่วมวิจัยต้องฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง โดยใส่ใจกับเรื่องราวที่เพื่อนสมาชิกถ่ายทอด สังเกตน้ำเสียงและภาษากาย เช่น สีหน้าท่าทางต่าง ๆ เพื่อ จับใจความสำคัญ เข้าใจความหมายที่แท้จริง และสามารถสะท้อนความรู้สึกนึกคิดเหล่านั้น กลับไปยังผู้พูดได้อย่างเหมาะสม การรับฟังด้วยความตั้งใจจริงจะช่วยให้ผู้พูดรู้สึกว่าได้รับการ เคารพและเห็นคุณค่า กล้าที่จะเล่าเรื่องราวส่วนตัวมากขึ้น และเกิดการเรียนรู้จากการบอกเล่า เรื่องราวของตนเอง

4.5 การเชื่อมโยง (Linking) ผู้ร่วมวิจัยต้องฝึกการสังเกตและเชื่อมโยงประสบการณ์ หรือมุมมองที่มีความคล้ายคลึงหรือสัมพันธ์กันของเพื่อนสมาชิก โดยอาจใช้คำถามกระตุ้น เช่น "ใครเคยมีประสบการณ์คล้ายๆ กันบ้าง" หรือชี้ให้เห็นจุดร่วมของเรื่องราวที่แต่ละคนเล่า เช่น "สิ่งที่ ทั้งสองคนเล่ามานี้ต่างก็สะท้อนถึงความเข้มแข็งในจิตใจที่ไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรค" การเชื่อมโยง เรื่องราวเข้าด้วยกันจะช่วยให้ผู้ร่วมวิจัยมองเห็นแบบแผนหรือปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการพัฒนา เข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และเกิดกำลังใจในการเปลี่ยนแปลง ตนเอง

4.6 การให้กำลังใจและการสนับสนุน (Encouraging and supporting) ผู้ร่วมวิจัย ต้องฝึกไวต่ออารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น ไม่ละเลยต่อประเด็นที่เพื่อนสมาชิกแสดงความทุกข์ใจ หรือไม่สบายใจ แต่จะรับฟังโดยไม่ด่วนตัดสิน ให้กำลังใจในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค ชี้ให้เห็น ถึงศักยภาพหรือแนวทางการแก้ไขจากประสบการณ์ของตนหรือของคนอื่น และแสดงความชื่นชม ยินดีเมื่อมีสมาชิกประสบความสำเร็จในการพัฒนาตน ทั้งนี้สิ่งสำคัญคือการสื่อสารด้วยน้ำเสียงที่ อ่อน สันหน้าที่เป็นมิตร และความรู้สึกที่จริงใจ ซึ่งจะช่วยสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่ปลอดภัย ส่งเสริมให้เกิดพลังบวกในการขับเคลื่อนตนเองสู่การเปลี่ยนแปลง

4.7 การทำความเข้าใจและการตั้งคำถาม (Clarification and questioning) เมื่อสมาชิกลำเสนอเรื่องราวที่ไม่ชัดเจน คลุมเครือ หรือขัดแย้งกันเอง ผู้ร่วมวิจัยสามารถใช้คำถาม เพื่อขอให้ขยายความ อธิบายเพิ่มเติม ยกตัวอย่าง หรือสะท้อนความรู้สึกที่ได้ยินเพื่อตรวจสอบ

ความเข้าใจ การทำให้เรื่องราวมีความชัดเจนขึ้นจะช่วยให้ทั้งผู้ฟังและผู้พูดมีความเข้าใจที่ตรงกัน ลดการตีความที่คลาดเคลื่อน และมีข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อไป

4.8 การสรุปความ (Summarizing) ในการอภิปรายแลกเปลี่ยนเรื่องราวหรือประเด็นสำคัญต่าง ๆ ผู้ร่วมวิจัยสามารถช่วยกันสรุปสาระสำคัญเป็นระยะๆ เช่น สรุปคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของแต่ละคน เป้าหมายในการพัฒนา ปัจจัยที่ส่งเสริมและเป็นอุปสรรค แผนปฏิบัติและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ฯลฯ การสรุปความคิดรวบยอดเป็นช่วง ๆ จะช่วยให้เห็นภาพรวมของเรื่องที่สนทนากันได้ชัดเจนขึ้น เห็นความเชื่อมโยงระหว่างประเด็นต่าง ๆ ช่วยให้จดจำสาระสำคัญและนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองได้ดียิ่งขึ้น

จะเห็นได้ว่าเทคนิคต่างๆ ข้างต้น ล้วนอาศัยทักษะการสื่อสารและมนุษยสัมพันธ์ที่ดีบนพื้นฐานของการให้เกียรติ การมีใจเปิดกว้าง การแสดงออกถึงความจริงใจและความเข้าใจซึ่งกันและกัน การนำเทคนิคเหล่านี้ไปใช้อย่างเหมาะสมจะช่วยให้การดำเนินกิจกรรมในทุกขั้นตอนของ NCSCS Model เป็นไปอย่างราบรื่น ผู้ร่วมวิจัยสามารถสำรวจตนเอง ค้นหาศักยภาพและพัฒนาจุดแข็งของตนเองได้อย่างเต็มที่ ภายใต้บรรยากาศของการเรียนรู้ที่ปลอดภัย ผ่อนคลาย และเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ยั่งยืนและการเติบโตทางบวกทั้งในระดับบุคคลและระดับกลุ่มต่อไป

5. ผลการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาตามกระบวนการของ NCSCS Model ดังรายละเอียดในตาราง 16

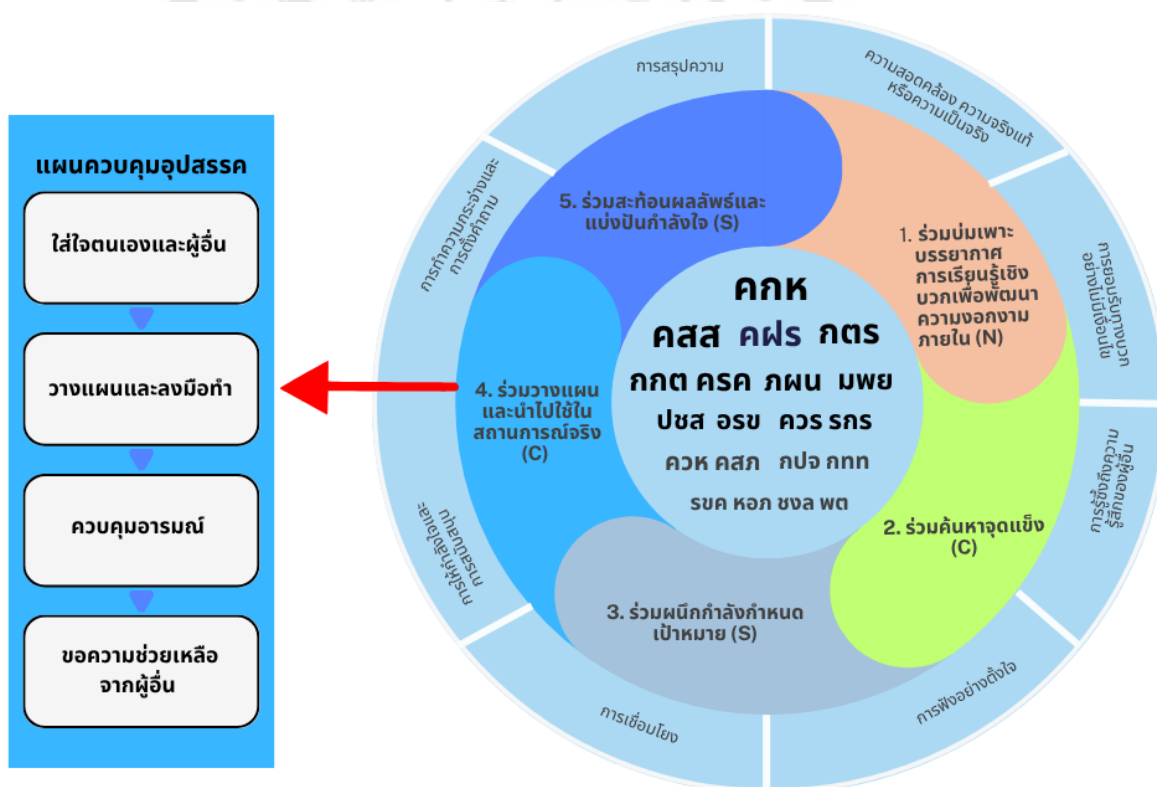
ตาราง 16 ผลการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาตามกระบวนการของ NCSCS Model

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง
1	ความกล้าหาญ (คท)
2	ความคิดสร้างสรรค์ (คสส)
3	ความใฝ่รู้ (คฝร)
4	ความกระตือรือร้น (กตร)
5	การกำกับตนเอง (กกต), ความรอบคอบ (ครค)
6	ภาวะผู้นำ (ภผน)

ตาราง 16 (ต่อ)

ลำดับที่	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง
7	ความมานะพยายาม (มพย)
8	ปัญญาเชิงสังคม (ปชส), อารมณ์ขัน (อรข)
9	ความรัก (ควร), ความรักการเรียนรู้ (กรร)
10	ความหวัง (ควห), ความเสมอภาค (คสม)
11	การเปิดใจ (กปจ), การทำงานเป็นทีม (กทท)
12	ความรู้สึกรับชอบ (รชค), การให้อภัย (หอก), การชื่นชมความงามและความ เป็นเลิศ (ขงล), การพึ่งพาตัวเอง (พต)

หมายเหตุ : ตัวอักษรย่อ 3 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามทฤษฎี 6 ด้าน ตัวอักษรย่อ 2 ตัว คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอื่น ๆ



ภาพประกอบ 43 รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจาก
ชนบทและได้รับการศึกษา (NCSCS Model)

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม 2) เพื่อสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) ซึ่งผู้วิจัยได้ยึดแนวการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมของ Kemmis and McTaggart (1998) โดยมีผู้ร่วมวิจัยประกอบคือ นักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา จำนวน 24 คน

การดำเนินการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ระยะก่อนดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ได้แก่ ประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยเพื่อรับสมัครนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาเพื่อมาเป็นผู้ร่วมวิจัย จากนั้นทำการคัดเลือกผู้ร่วมวิจัยตามเกณฑ์คัดเลือก และมีการเตรียมความพร้อมเพื่อให้เข้าใจบทบาทการมีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัยด้วยการอบรมการฟังเชิงรุก หลักการของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตามแนวคิดของ Peterson and Seligman (2004) ในแต่ละองค์ประกอบและเทคนิคการให้การปรึกษา ระยะที่ 2 ระยะการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ 1) ขั้นวางแผน 2) ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกต และ 3) ขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ จำนวนทั้งสิ้น 4 วงรอบ

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้เครื่องมือการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ เครื่องมือสำหรับการวางแผนคือ เทคนิค AIC เครื่องมือสำหรับการสังเกตและบันทึก ได้แก่ การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม และบันทึก และเครื่องมือสำหรับการสะท้อนผล ได้แก่ AAR การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์ ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ การจัดระเบียบข้อมูล การให้รหัสข้อมูลและการแสดงข้อมูล และการแปลความข้อมูล หลังจากตรวจสอบความถูกต้องของรหัสข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลถอดบทเรียน (Themes) เกี่ยวกับกระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง จากนั้นนำมาตั้งประเด็นย่อย (Sub-theme) จากข้อมูลที่ปรากฏ ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการถอดบทเรียนนี้จะนำมาหาข้อสรุป ติความ และตรวจสอบความถูกต้อง (Verification) ตรงตามประเด็นผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยขอสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัยใน 2 ประเด็น ดังนี้

ตอนที่ 1 การเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

จากการดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทที่ได้รับทุนการศึกษา พบว่ากระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมประยุกต์ใช้เทคนิค AIC ได้แก่ การรับฟังอย่างไม่ตัดสินและการสำรวจจุดแข็ง (Appreciation) การหาปัจจัยที่ส่งเสริมหรือเป็นอุปสรรค (Influence) และออกแบบแผนพัฒนาและควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็งเป็นรายบุคคล เพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ที่มีประสิทธิภาพ (Control) เทคนิคดังกล่าวส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยสามารถค้นหาจุดแข็งของตนเองจากการแลกเปลี่ยนกับผู้อื่น เห็นคุณค่าในตนเอง รู้จักบริหารจัดการอุปสรรค และเลือกแนวทางพัฒนาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งกระบวนการดังกล่าวก่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ที่ปลอดภัย เกื้อหนุน และส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง

ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยเกิดการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสะท้อนถึงประสิทธิภาพของกระบวนการวิจัยที่สามารถส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก โดยกระบวนการวิจัยนี้เปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน ตั้งแต่การสำรวจตนเอง วางแผน ลงมือปฏิบัติ สะท้อนผล และปรับปรุงแผนในแต่ละวงจรรอบทำให้เกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงและประสบความสำเร็จในการพัฒนาจุดแข็งส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบ่งชี้ 9 ด้าน ได้แก่ 1) กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน 2) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ 3) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ 4) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง 5) ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ 6) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียนเพื่อนร่วมงาน 7) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ 8) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข และ 9) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน ทั้งนี้การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวไม่ได้เกิดขึ้นในระดับพฤติกรรมเท่านั้น แต่ยังเกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิดกล่าวคือผู้ร่วมวิจัยเริ่มต้นจากการมองตนเองในแง่ลบ ไม่มั่นใจ และไม่เห็นคุณค่าของตนเอง แต่เมื่อได้ผ่านกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนสมาชิก ก็เริ่มตระหนักถึงจุดแข็งของตนเองมากขึ้น สามารถเลือกพัฒนาในสิ่งที่สอดคล้องกับตนเองอย่างแท้จริง และเกิดความมั่นใจในการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

ในแต่ละวงจรรอบของการวิจัยพบว่า ผู้ร่วมวิจัยค่อย ๆ เปลี่ยนจากความสับสนและไม่มั่นใจไปสู่การมีเป้าหมายที่ชัดเจน มุ่งมั่น และสามารถใช้จุดแข็งของตนในบริบทของการเรียน

การสอน และการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะในวงรอบที่ 4 พบว่า ผู้ร่วมวิจัยสามารถควบคุมตนเองได้ดีขึ้น มีความมั่นใจในบทบาทครู และกล้าแสดงออกในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น สะท้อนให้เห็นว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นมีลักษณะต่อเนื่องและยั่งยืน อีกทั้งกระบวนการวิจัยยังส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดความรู้สึกเชิงบวกต่อการพัฒนาตนเอง โดยในแต่ละวงรอบผู้ร่วมวิจัยสะท้อนว่าตนมีความรู้สึกภูมิใจ ผ่อนคลาย และมีความสุขมากขึ้นอย่างชัดเจนจากการได้เล่าเรื่องราวของตน ได้รับการรับฟัง และได้เห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติจริง ความรู้สึกเหล่านี้เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดแรงจูงใจภายในและพลังใจในการพัฒนาตนเองต่อไป

กล่าวโดยสรุป กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่ผสานแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกและเทคนิค AIC สามารถส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม อันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่เป็นรูปธรรมอย่างยั่งยืน โดยมีจุดเน้นสำคัญ คือการใช้จุดแข็งที่มีอยู่แล้วในตนเองเพื่อพัฒนาต่อไปอย่างมีเป้าหมาย กระบวนการดังกล่าวไม่เพียงประสบความสำเร็จในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยเท่านั้น หากแต่ยังทำหน้าที่เป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนการเปลี่ยนผ่านเชิงอัตลักษณ์ (Identity transformation) จาก “นักศึกษาครูยากจน” ที่มีความเปราะบางไปสู่การเป็น “ผู้ร่วมสร้างการเปลี่ยนแปลง” (Co-creators of change) ที่ตระหนักรู้ในศักยภาพของตน และสามารถนำจุดแข็งของตนไปใช้เพื่อพัฒนาผู้อื่นได้อย่างภาคภูมิใจ

ตอนที่ 2 การสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

กระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ประกอบด้วยกระบวนการหลัก 5 ขั้นตอน ที่มีความเชื่อมโยงและส่งต่อกันเป็นวัฏจักรอย่างต่อเนื่อง ดังนี้

1. ร่วมบ่มเพาะบรรยากาศการเรียนรู้เชิงบวกเพื่อพัฒนาความองอกงามภายใน (Nurturing Positivity for Personal Growth: N) ในขั้นตอนนี้ส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยแสดงเจตคติเชิงบวกต่อประสบการณ์ การฝึกสอน และแลกเปลี่ยนเรื่องราวที่ส่งผลดีต่อจิตใจภายในกลุ่ม ภายใต้บรรยากาศแห่งความไว้วางใจและการยอมรับซึ่งกันและกัน โดยสมาชิกกลุ่มมีบทบาทเป็นผู้ฟังที่ดี แสดงความเข้าใจและชื่นชมในเรื่องราวของเพื่อน ทั้งในแง่ประสบการณ์ที่ประทับใจและเหตุการณ์ที่ยากลำบาก พร้อมทั้งให้กำลังใจและแบ่งปันประสบการณ์ในลักษณะคล้ายกัน เพื่อสะท้อนว่าตนมิได้เผชิญสถานการณ์นั้นเพียงลำพัง กิจกรรมนี้ใช้เทคนิคที่สำคัญ เช่น การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข การฟังอย่างตั้งใจ การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการให้กำลังใจซึ่ง

กันและกัน โดยมีการเขียนบันทึกการเรียนรู้ประจำวัน และการสนทนากลุ่มย่อยเป็นเครื่องมือหลัก ในการสะท้อนผลการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกด้านความรู้สึกและมุมมองที่มีต่อตนเอง

2. ร่วมค้นหาจุดแข็ง (Collaborative Strength Exploration: C) ในขั้นนี้ผู้ร่วมวิจัย ระบุและอธิบายคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนผ่านการแลกเปลี่ยนเรื่องราวจากประสบการณ์ การฝึกสอน โดยใช้เครื่องมือแบบวิเคราะห์ตนเองในการสะท้อนจุดแข็งร่วมกับเหตุการณ์ที่ แสดงออกถึงคุณลักษณะนั้น ขณะเดียวกันเพื่อนสมาชิกในกลุ่มมีบทบาทในการตั้งคำถาม แสดง ความชื่นชม และเสนอมุมมองเพิ่มเติม ส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยสามารถมองเห็นศักยภาพที่หลากหลาย ของตนเอง และเกิดการเรียนรู้ร่วมกันในเชิงบวก กิจกรรมในขั้นตอนนี้ใช้เทคนิคการเล่าเรื่อง การฟัง อย่างลึกซึ้ง การสะท้อนความคิด และการให้ข้อมูลย้อนกลับ เพื่อสนับสนุนการค้นพบจุดแข็งอย่าง เป็นระบบ พร้อมจดบันทึกสิ่งที่เรียนรู้

3. ร่วมผนึกกำลังกำหนดเป้าหมาย (Synergistic Goal Selection: S) ในขั้นนี้ผู้ร่วม วิจัยกำหนดเป้าหมายการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองได้อย่างชัดเจน โดยอิงตาม หลัก SMART ซึ่งเน้นความเฉพาะเจาะจง วัดผลได้ สอดคล้องกับบริบท มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์ กับงานที่ทำ และมีระยะเวลาที่แน่นอน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกลุ่มช่วยให้ผู้ร่วมวิจัยได้ ทบทวนปรับเป้าหมาย และตระหนักถึงปัจจัยสนับสนุนหรืออุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น พร้อมทั้งจัดทำ แผนปฏิบัติในแบบบันทึกเป้าหมายส่วนบุคคล เพื่อใช้เป็นแนวทางสำหรับการพัฒนาตนเองใน ขั้นตอนที่ต่อไป กิจกรรมนี้ใช้เทคนิคการระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม และการให้ข้อมูลย้อนกลับ เชิงสร้างสรรค์

4. ร่วมวางแผนและนำไปใช้ในสถานการณ์จริง (Collective Planning and Individual Implementation: C) ในขั้นตอนนี้ผู้ร่วมวิจัยสามารถออกแบบและดำเนินการตาม แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในสถานการณ์จริง ทั้งในบริบทการฝึกสอนและการใช้ชีวิตใน โรงเรียนโดยมีกระบวนการวางแผนอย่างเป็นระบบผ่านการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน รวมถึงการ คาดการณ์อุปสรรคและวางแผนแนวทางรับมือไว้ล่วงหน้า จากนั้นจึงนำไปใช้จริง พร้อมทั้งบันทึก ผลการปฏิบัติสัปดาห์ละไม่น้อยกว่า 3 ครั้งตลอดระยะเวลา 1 เดือน หากพบอุปสรรคที่เกิดขึ้น ระหว่างการพัฒนาจุดแข็งจะใช้แผนควบคุมอุปสรรค ได้แก่ ใส่ใจตนเองและผู้อื่น วางแผนและลง มือทำ ควบคุมอารมณ์ และขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น มีการสนับสนุนซึ่งกันและกันผ่านช่องทาง ออนไลน์อย่างต่อเนื่อง โดยใช้เทคนิคการจัดการโครงการ การสื่อสารออนไลน์ และการบันทึกผล การปฏิบัติงาน

5. ร่วมสะท้อนผลลัพธ์และแบ่งปันกำลังใจ (Shared Reflection and Reinforcement: S) ในขั้นนี้ผู้ร่วมวิจัยประเมินผลการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง ผ่านการสะท้อนคิดจากแบบบันทึกผลการปฏิบัติงาน และนำเสนอกรณีศึกษาที่สะท้อนถึงความสำเร็จ อุปสรรค และแนวทางการนำจุดแข็งไปใช้จริง โดยได้รับการสนับสนุนเพิ่มเติมจาก มุมมองและข้อเสนอแนะของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม อันเป็นการขยายมิติของการเรียนรู้และส่งเสริมแรงบันดาลใจ การแลกเปลี่ยนดังกล่าวเปิดโอกาสให้เห็นตัวอย่างการประยุกต์ใช้จุดแข็งที่หลากหลายและสร้างสรรค์ ตลอดจนการให้กำลังใจ การชื่นชมอย่างจริงใจ และการแบ่งปันมุมมองเชิงบวกที่เอื้อต่อการปรับแผนพัฒนาให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ผู้ที่ยังไม่บรรลุเป้าหมายสามารถใช้โอกาสนี้ทบทวนและกำหนดแนวทางใหม่ได้อย่างยืดหยุ่น ทั้งนี้กิจกรรมในขั้นตอนนี้ดำเนินการภายในระยะเวลา 1 สัปดาห์โดยใช้เทคนิคการนำเสนอกรณีศึกษา การสะท้อนคิด การประเมินตนเอง และการให้ข้อมูลย้อนกลับ รวมถึงการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในกรณีที่ต้องการความช่วยเหลือ

นอกจากนี้ยังมีเทคนิคสำคัญในรูปแบบ NCSCS Model ที่ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยสามารถเลือกใช้ได้ในทุกขั้นตอนตามความเหมาะสม ได้แก่ ความสอดคล้อง ความจริงแท้หรือความเป็นจริง การยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น การฟังอย่างตั้งใจ การเชื่อมโยง การให้กำลังใจและการสนับสนุน การทำความเข้าใจและการตั้งคำถาม และการสรุปความ

อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัย 2 ประเด็น คือ 1) การเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และ 2) รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา (NCSCS Model) ดังนี้

ประเด็นที่ 1 การเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเทคนิค AIC มาใช้เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ซึ่งช่วยให้ผู้ร่วมวิจัยได้ค้นหาและดึงจุดแข็งของตนมาใช้ผ่านกระบวนการรับฟังและแลกเปลี่ยนอย่างไม่ตัดสินตลอดจนมองเห็นปัจจัยสนับสนุนและอุปสรรคต่าง ๆ ได้อย่างชัดเจน และสามารถนำมาใช้วางแผนพัฒนา และหาวิธีการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็ง นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบ่งชี้ ทั้งนี้การใช้เทคนิค AIC ทำให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดการมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน กล่าวคือ สนับสนุนกระบวนการมีส่วนร่วมแบบองค์รวม (Holistic) เพื่อสร้างความเข้าใจ

ความร่วมมือ และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่มีประสิทธิภาพในการปฏิบัติจริง (World Bank, 1996) ซึ่งขั้นการรับฟังอย่างไม่ตัดสิน (Appreciation) ผู้ร่วมวิจัยจะแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการฝึกสอนของตนพร้อมทั้งสำรวจและตระหนักถึงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้งที่มีอยู่และที่ต้องการพัฒนาเป็นรายบุคคล โดยให้ความสำคัญกับการรับฟังกันอย่างจริงจังและไม่ตัดสิน ภายใต้บรรยากาศที่ปลอดภัยและไว้วางใจซึ่งกันและกัน กระบวนการนี้ส่งเสริมให้พวกเขาเปิดเผยจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเองได้อย่างอิสระ ส่งผลให้เกิดการยอมรับความแตกต่างเห็นคุณค่าในตนเอง และผู้อื่นนำไปสู่การสนับสนุนซึ่งกันและกันในเชิงบวก แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับ Ordem (2021) ที่พบว่า การสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้ทุกคนได้คิด พูดคุย และเสนอแนะอย่างเปิดเผย ทำให้เกิดหลักสูตรการเรียนรู้ที่สะท้อนประเด็นชีวิตจริงมากขึ้น ยิ่งกว่านั้นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์นี้ยังช่วยให้พวกเขาตระหนักถึงจุดแข็งของตนที่อาจไม่เคยรับรู้มาก่อน ดังเช่น ผู้ร่วมวิจัยระบุว่า “ตอนทำกิจกรรมแรก ๆ หนูก็คิดว่าตัวเองไม่มีจุดแข็งนะคะ ตอนแรกที่ให้ Share หนูก็ยังไม่กล้ายกมือ เพราะว่าคิดไม่ออกว่าตัวเองมีจุดแข็งอะไร มีแต่จุดแข็งที่แบบไม่มี แต่พอได้ฟังเพื่อนแลกเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ...ก็ทำให้ได้เห็นจุดแข็งของตัวเองเพิ่มมากขึ้น” (ธันยา) จากคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยสะท้อนให้เห็นว่าการเรียนรู้จากตัวอย่างของเพื่อนสมาชิกช่วยขยายการรับรู้จุดแข็งของตนเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งยังก่อให้เกิดความมั่นใจและภาคภูมิใจในศักยภาพของตน เช่น “หนูรู้สึกภูมิใจที่รู้ว่าตัวเองมีจุดแข็งมากขึ้น” (ยาหยิ) ส่วนการสนทนาเพื่อหาปัจจัยเงื่อนไขความสำเร็จและไม่สำเร็จ (Influence) ผู้ร่วมวิจัยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ตนเคยทำได้ดีหรือทำไม่ได้ดี เพื่อระบุว่าเงื่อนไขใดช่วยส่งเสริมหรือเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็ง ซึ่งพบว่าปัจจัยที่เอื้อต่อการพัฒนาจุดแข็งคือ แรงขับภายใน และการสนับสนุนจากผู้อื่น ส่วนปัจจัยที่เป็นอุปสรรค ได้แก่ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และภาระงานมากทำให้ผู้ร่วมวิจัยค่อย ๆ เห็นภาพชัดว่าอะไรคือเงื่อนไขที่ควรส่งเสริมหรือเงื่อนไขที่ต้องหาวิธีควบคุม เพื่อไม่ให้ขัดขวางต่อการพัฒนาจุดแข็ง ทั้งนี้การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในกลุ่มช่วยให้พวกเขาได้รับแรงบันดาลใจและแนวทางการพัฒนาจากเพื่อนสมาชิก เช่น ผู้ร่วมวิจัยระบุว่า “หนูว่าที่หนูเปลี่ยนแปลงได้เร็วมาจากการที่ได้ใช้แผนที่เพื่อนแลกเปลี่ยนด้วยคะ เหมือนบางทีให้คิดคนเดียวก็ลองผิดลองถูกไป แต่พอมารู้เพื่อนเหมือนเราเห็นแนวทางมากขึ้นว่า จะต้องทำยังไงให้จุดแข็งที่เราอยากพัฒนามันแข็งแรงมากขึ้น” (จันทร์เจ้า) นอกจากนี้การสร้างแนวปฏิบัติและควบคุมอุปสรรค (Control) ผู้ร่วมวิจัยได้นำปัจจัยที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จมาใช่วางแผนพัฒนาจุดแข็งของตนเอง ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่มีประสิทธิภาพ เช่น คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “มีการเปลี่ยนแปลง คือ มีความกระตือรือร้นมากขึ้น มีการใช้เหตุผลมากขึ้น และมองโลกในแง่ดีมากขึ้น มองอุปสรรคเป็นความท้าทายที่สามารถผ่านพ้นไปได้” (ฐิใจ) และ “ส่วนครู

ที่เลี้ยงกับบอกว่าหนูเปลี่ยน มีการเปลี่ยนแปลงค่ะ หนูดูแลตัวเองและกระฉับกระเฉงมากขึ้นกว่าแต่ก่อน...ไม่ใช่แค่ตอนสอน แต่รวมถึงงานอื่น ๆ ในโรงเรียนด้วย หนูก็รู้สึกเหมือนกันค่ะว่าตัวเองมีชีวิตชีวามากขึ้น ยิ้มกับเด็กมากขึ้น พูดคุยกับเค้ามากขึ้นด้วยค่ะ” (ยิ้ม สีหน้าภาคภูมิใจ) (ตะแอม) ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยหลายเรื่องที่น่าเทคนิค AIC มาใช้ ส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงในหลายด้าน อาทิ การศึกษาของ ศิวรุท ชันติศิวนนท์ (2557) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างสุขภาพของชาวเขาเผ่าม้ง โดยประยุกต์ใช้เทคนิค AIC พบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยการรับรู้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพในการส่งเสริมสุขภาพหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับศิริวรรณ กำแพงพันธ์ (2566) ที่ได้ประยุกต์ใช้เทคนิค AIC ในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจของนักศึกษาทุนเสมอภาคทางการศึกษา ทำให้เกิดการมีส่วนร่วมของผู้ร่วมวิจัย ได้แก่ ครู ผู้ปกครอง และนักเรียน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาทุนเสมอภาคทางการศึกษามีความเข้มแข็งทางใจสูงขึ้น อีกทั้งยังสอดคล้องกับก้องภพ ชันติพงศ์พันธุ์ et al. (2568) ที่ได้นำเทคนิค AIC มาประยุกต์ใช้ในการศึกษารูปแบบการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมพอประมาณตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม ผลการศึกษาพบว่า ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการเรียนรู้ไปสู่พฤติกรรมพอประมาณของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม ได้แก่ พฤติกรรมการบันทึกรายรับ-รายจ่ายประจำปี มีการออมเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ภาระหนี้ลดลง และไม่มีการสร้างภาระหนี้ใหม่ และรวมทั้งสอดคล้องกับ Suwannawong et al. (2024) พบว่า การใช้เทคนิค AIC ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมีประสิทธิภาพผ่าน 3 ขั้นตอน 1) สะท้อนข้อมูลร่วมกันให้ตระหนักถึงปัญหาโรคอ้วนในเด็ก (Appreciation) 2) ระดมความคิดเห็นร่วมกันกำหนดแนวทางแก้ไขที่ปฏิบัติได้จริง (Influence) และ 3) วางแผนปฏิบัติการร่วมกัน (Control) ทำให้ทุกฝ่ายมีส่วนร่วมและรับผิดชอบต่อเนื่อง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเทคนิค AIC ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมและสามารถนำไปสู่การแก้ไขปัญหาได้อย่างยั่งยืน

นอกจากนี้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครู โดยเฉพาะการที่ผู้ร่วมวิจัยได้มีส่วนร่วมอย่างแท้จริงตั้งแต่การวางแผนปฏิบัติ การลงมือทดลองสังเกตผล และสะท้อนผลการปฏิบัติเพื่อพัฒนาต่อไปในแต่ละวงจรรอบ ทำให้เกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งหลังจากเข้าร่วมการวิจัยพบว่าผู้ร่วมวิจัยเกิดการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างต่อเนื่อง ซึ่งข้อบ่งชี้นี้สะท้อนถึงประสิทธิภาพของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของ

นักศึกษาครูจากชนบทที่ได้รับทุนการศึกษา กล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยได้มีส่วนร่วมในการวางแผนการพัฒนาด้วยตนเอง นำแผนไปปฏิบัติจริง สังเกตและสะท้อนผลจากการปฏิบัติ นำผลที่ได้มาปรับปรุงแผนในแต่ละวงรอบ ส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยมีการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงและประสบความสำเร็จในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบ่งชี้ 9 ด้าน ได้แก่ 1) กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน 2) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ 3) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ 4) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง 5) ตรวจสอบแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ 6) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน 7) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ 8) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข และ 9) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน อีกทั้งผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่ากระบวนการมีส่วนร่วมส่งผลโดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลงด้านความคิด กล่าวคือ กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยได้มีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนตั้งแต่การสำรวจตนเองเพื่อค้นหา จุดแข็ง การกำหนดเป้าหมาย และวางแผนการดำเนินงานเพื่อพัฒนาตนเอง สอดคล้องกับ MacDonald (2012) ระบุว่า จุดเด่นของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมอยู่ที่การให้ผู้ร่วมวิจัยมีบทบาทเป็นผู้ร่วมสร้างองค์ความรู้ และมีส่วนร่วมทุกขั้นตอนของกระบวนการวิจัย จนสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่แท้จริงผ่านการลงมือปฏิบัติ ซึ่งผู้ร่วมวิจัยไม่ใช่แค่เพียงผู้ให้ข้อมูลแต่มีส่วนร่วมตั้งแต่เริ่มวางแผน ดำเนินกิจกรรม ประเมินผล และนำผลที่ได้ไปพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ทำให้เกิดการลดช่องว่างทางอำนาจระหว่างผู้วิจัยกับผู้ร่วมวิจัย และเกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของกระบวนการวิจัยร่วมกัน ส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยมีเจตคติที่ดีต่อการพัฒนาตนเอง สอดคล้องกับ Zuber-Skerritt (1995 อ้างถึงใน สิทธิชัย ชมพูปาทย, 2554) กล่าวว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในการทำงาน มีเจตคติต่อการพัฒนาตนเองและพัฒนางาน ซึ่งผลการวิจัยใน วงรอบที่ 1 พบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีความคิดสับสนและไม่แน่ใจในตนเอง มองเห็นจุดอ่อนชัดเจนกว่าจุดแข็ง แต่เมื่อเข้าสู่วงรอบที่ 2 หลังจากได้มีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ พบว่าผู้ร่วมวิจัยสามารถระบุจุดแข็งของตนเองได้ชัดเจนมากขึ้น และเลือกจุดแข็งน้อยลงเพื่อนำมาพัฒนาชัดเจน รวมทั้งเกิดการเปลี่ยนแปลงจากการมองตนเองในเชิงลบไปสู่การมองตนเองในเชิงบวก และเกิดความมั่นใจในการพัฒนาตนเอง ในวงรอบที่ 3 ผู้ร่วมวิจัยมีความเข้าใจถึงความสำคัญของการใช้จุดแข็งอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอเพื่อให้เกิดความเข้มแข็งและการเปลี่ยนแปลงที่แท้จริง โดยระบุว่า “ยิ่งทำต่อเนื่อง ยิ่งเห็นผลชัดเจนขึ้น” (เฉอแตม) ซึ่งการที่ผู้ร่วมวิจัยเกิดการพัฒนาจุดแข็งของตนเองอย่างต่อเนื่องนั้น เนื่องมาจากพวกเขาเลือกวิธีการที่นำไปใช้ได้ตรงกับความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง โดยนำไปใช้ในการ

แก้ไขปัญหาที่เกี่ยวกับการทำงาน และการดำเนินชีวิตประจำวัน สอดคล้องกับ Smit et al. (2024) พบว่าการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมช่วยนักศึกษาครูฝึกสอนเข้าใจบริบทโรงเรียนมากขึ้น ร่วมมือกับนักเรียนพัฒนาการเรียนรู้ ส่งเสริมประชาธิปไตยในห้องเรียน และพัฒนาแนวทางการสอนที่ตอบสนองต่อความต้องการของนักเรียนได้ดียิ่งขึ้น และสอดคล้องกับ Cockerham (2024) พบว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ส่งเสริมการทำงานร่วมกันผ่านการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ทำให้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง นำไปสู่การดำเนินการที่มีประสิทธิภาพ และกระตุ้นให้ชุมชนมีบทบาทในการแก้ปัญหาอย่างแท้จริงจนเกิดการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกอย่างยั่งยืน สอดคล้องกับ Suzuki et al. (2025) พบว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ช่วยให้เยาวชนมีส่วนร่วมในการจัดการปัญหาความยุติธรรม เช่น สารเสพติด การกลั่นแกล้งทางไซเบอร์และความสัมพันธ์กับตำรวจผ่านการสื่อสารด้วยโซเชียลมีเดียทำให้เยาวชนสามารถเข้าใจและป้องกันตนเองจากปัญหาได้ดีขึ้น ส่วนในวงรอบที่ 4 ผู้ร่วมวิจัยเกิดการมองโลกในเชิงบวก ปลดปล่อยความกังวลมากขึ้นเน้นการปฏิบัติจริงในปัจจุบันมากกว่ากังวลถึงผลลัพธ์

ขณะเดียวกันกระบวนการสะท้อนคิดและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันกับเพื่อนสมาชิกในแต่ละวงรอบเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านความรู้สึก ผลการวิจัยพบว่า การที่ผู้ร่วมวิจัยมีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ทั้งความสำเร็จและอุปสรรคกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่มทำให้พวกเขาเกิดความรู้สึกผ่อนคลาย ภาคภูมิใจ และมั่นใจในตนเองมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง เห็นได้จากการที่พวกเขามีความรู้สึกขอบคุณผู้อื่นและตนเองที่ช่วยสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ทั้งนี้การได้เล่าประสบการณ์และสะท้อนผลร่วมกันทำให้รู้สึกดีขึ้น มีกำลังใจในการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง และรู้สึกภาคภูมิใจที่ตนเองสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ในวงรอบที่ 1 ผู้ร่วมวิจัยมีความภูมิใจเล็กน้อยที่ได้เริ่มต้นพัฒนาจุดแข็ง แต่ยังคงมีความกังวลอยู่บ้าง วงรอบที่ 2 เริ่มเกิดความมั่นใจและภูมิใจมากขึ้นจากความสำเร็จในการพัฒนาจุดแข็ง เช่น รู้สึกดีใจที่เพื่อนร่วมงานและนักเรียนยอมรับมากขึ้น วงรอบที่ 3 เกิดความมั่นใจและภาคภูมิใจสูงขึ้นจากการที่ตนเองบริหารจัดการได้ดีขึ้น และส่งผลต่อผู้อื่นในเชิงบวก ดังที่ผู้ร่วมวิจัยระบุว่า “ตอนนี้รู้สึกผ่อนคลาย ไม่เครียดเหมือนแต่ก่อนและภูมิใจที่ตนเองทำได้” (กานต์แก้ว) ในวงรอบที่ 4 ความรู้สึกมั่นใจสูงสุด ภาคภูมิใจในความสำเร็จ มีความสุขในการทำงานและการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน

ยิ่งกว่านั้นกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมยังส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยลงมือปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้อย่างชัดเจน ผลการวิจัยพบว่า เมื่อผู้ร่วมวิจัยได้ลงมือปฏิบัติจริงอย่างต่อเนื่องทั้ง 4 วงรอบ ส่งผลให้พฤติกรรมของพวกเขาละเอียดเปลี่ยนแปลงกล่าวคือ ในวงรอบที่ 1

พฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยยังคงเก็บตัวและไม่ค่อยกล้าแสดงออก หรือขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น รวมทั้งขาดการจัดการเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ ในวงรอบที่ 2 ผู้ร่วมวิจัยเริ่มมีพฤติกรรมที่กล้าพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น กล้าแสดงความคิดเห็น เช่น “แต่ก่อนหนูไม่กล้าพูดเลย แต่ตอนนี้ กล้าคุยมากขึ้นค่ะ” (โปรดปราน) ในวงรอบที่ 3 พฤติกรรมมีการเปลี่ยนแปลงดีขึ้นอย่างชัดเจน มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีขึ้น สามารถจัดการเวลาและวางแผนการทำงานได้ดีมากขึ้น ดังเช่นผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “หนูจัดการงานได้ดีขึ้น ไม่เครียดและส่งงานทันเวลา” (เทียนหอม) และในวงรอบที่ 4 พฤติกรรมของผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด โดยมีความกล้าในการเป็นผู้นำมากขึ้น มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีขึ้น และสามารถบริหารจัดการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “ตอนนี้กล้าเป็นผู้นำกิจกรรมและจัดลำดับงานได้ดีมากขึ้น” (ณมน) ผลการวิจัยนี้สะท้อนให้เห็นว่ากระบวนการลงมือปฏิบัติจริงอย่างต่อเนื่องตามแผนการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ส่งผลโดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ดังที่ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนว่าจากเดิมที่ไม่กล้าสื่อสารกับผู้อื่น เมื่อได้ปฏิบัติตามแผนต่อเนื่องกล้าพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานและนักเรียนมากขึ้น มีความมั่นใจ และกล้าที่จะรับผิดชอบงานสำคัญต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยหลายเรื่อง ที่พบว่า กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมทำให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงในหลายด้าน เช่น การพัฒนาความคิดเชิงบูรณาการประชาธิปไตยในวัฒนธรรม (นันทยา ดวงภูเมศ et al., 2560) การเสริมสร้างสุขภาพ (รศยานภิศ พละศึก et al., 2560) การส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน (มนตรี คงเจริญ & ฉลอง ชาติรัฐประชีวิน, 2560) การเสริมสร้างศักยภาพนักวิจัย (ศิวพร ละม้ายนิล et al., 2562) การจัดการเรียนการสอนทักษะทางคณิตศาสตร์ (รจนา บุญลพ, 2562) ส่งเสริมการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ (อรรถยา อมรพรหมภักดี, 2562) ความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) (ศิริวรรณ กำแพงพันธ์, 2566) การเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) สร้างความเป็นธรรมทางสังคม (Social Justice) (Doucet et al., 2022) รวมถึงส่งเสริมพฤติกรรมที่ไม่ใช้ความรุนแรงในวัยรุ่น (Mehari et al., 2023) ไปจนถึงพัฒนาคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีของครู (Wessels & Wood, 2019) พัฒนาทักษะการสอนและการวิจัยของครู รวมถึงส่งผลเชิงบวกต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน (Cortes et al., 2024)

สรุปได้ว่า กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้จุดแข็ง สอดคล้องกับการศึกษาของ Sanz-Remacha et al. (2022) พบว่า กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมช่วยให้ผู้หญิงจากกลุ่มด้อยโอกาสเรียนรู้เกี่ยวกับสุขภาพของตนและพฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ อีกทั้งส่งเสริมให้พวกเธอเกิดความมั่นใจในตนเองและสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ

อีกประเด็นที่สำคัญคือ บทบาทของผู้ร่วมวิจัยในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในงานวิจัยนี้ประสบความสำเร็จได้เนื่องจากคุณภาพของการมีส่วนร่วมที่เกิดขึ้นในแต่ละวงรอบมีพัฒนาการที่ชัดเจน เมื่อวิเคราะห์ระดับการมีส่วนร่วมตามแนวคิดของ Kemmis and Mc Taggart (1998) พบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีพัฒนาการจากการมีส่วนร่วมระดับพื้นฐานไปสู่ระดับที่มีความเข้มข้นมากขึ้นตามลำดับ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ Rogers (1959) ที่ระบุว่า การเปลี่ยนแปลงอย่างยั่งยืนในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อผู้รับบริการมีส่วนร่วมในการเล็งเห็นเป้าหมายและแนวทางการพัฒนาตนเอง ดังนี้

ในวงรอบที่ 1 ผู้ร่วมวิจัยแสดงลักษณะการมีส่วนร่วมแบบ "ผู้ให้ข้อมูล" (Informants) เป็นหลัก โดยเน้นการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็นเมื่อได้รับการชี้แนะ สะท้อนถึงระดับการมีส่วนร่วมที่ยังไม่ลึกซึ้ง ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า "ตอนแรกก็กังวลมากว่าจะทำได้จริงไหม" (ดาริน) แสดงให้เห็นถึงความไม่มั่นใจในบทบาทของตนเอง ลักษณะการมีส่วนร่วมในระยะนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ Ivey et al. (2018) ที่อธิบายว่าในระยะเริ่มต้นของความสัมพันธ์เชิงการปรึกษา ผู้รับบริการมักจะอยู่ในบทบาทของผู้รับความช่วยเหลือและยังไม่มี ความกล้าในการแสดงความคิดเห็นที่แท้จริง

อย่างไรก็ตามเมื่อเข้าสู่วงรอบที่ 2 และ 3 ระดับการมีส่วนร่วมได้พัฒนาขึ้นเป็นการมีส่วนร่วมแบบ "ผู้ร่วมคิดร่วมตัดสินใจ" (Co-thinkers and co-decision makers) โดยผู้ร่วมวิจัยเริ่มแสดงความคิดเห็นอย่างเป็นอิสระมากขึ้น และมีส่วนในการวางแผนกิจกรรมการพัฒนาตนเอง สอดคล้องกับแนวคิดพันธมิตรการทำงาน (Working alliance) ของ Bordin (1979) ที่เน้นความร่วมมือระหว่างผู้ให้การศึกษาและผู้รับบริการในการกำหนดเป้าหมายและวิธีการร่วมกัน ดังจะเห็นได้จากคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า "หนูเลือกน้อยลง แต่เน้นทำได้จริง ดีกว่าเลือกเยอะแต่ทำไม่ทัน" (ปัสสิฟ) แสดงให้เห็นถึงการใช้วิจารณญาณของตนเองในการตัดสินใจ

ในวงรอบที่ 4 การมีส่วนร่วมพัฒนาถึงระดับ "ผู้นำการเปลี่ยนแปลง" (Change agents) โดยผู้ร่วมวิจัยแสดงความมั่นใจในการริเริ่มกิจกรรม และสามารถถ่ายทอดประสบการณ์ให้แก่ผู้อื่นได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) ในการปรึกษาของ (McWhirter, 1991) ที่อธิบายว่าเป้าหมายสูงสุดของการเสริมพลังอำนาจคือ การที่บุคคลสามารถดำเนินการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตนเองได้อย่างอิสระ ดังจะเห็นได้จากผู้ร่วมวิจัยที่กล่าวว่า "ตอนนี้ไม่กังวลเหมือนก่อน แคล้งมือทำให้ดีที่สุดักพอ" (มีคุณ) แสดงให้เห็นถึงความมั่นใจและความเป็นเจ้าของกระบวนการพัฒนาตนเอง

การรวมกลุ่มของนักศึกษาครูในการวิจัยครั้งนี้สะท้อนถึงการรวมตัวของกลุ่มบุคคลชายขอบ (Marginalized) ซึ่งมาจากครอบครัวที่มีฐานะยากจนและอาศัยในพื้นที่ชนบทห่างไกล โดยกลุ่มนี้มักเผชิญกับการกีดกันและการเบียดขับจากระบบการศึกษาหลัก อีกทั้งการได้รับทุนการศึกษายังส่งผลให้พวกเขาต้องแบกรับความคาดหวังจากครอบครัวและสังคม การรวมกลุ่มของนักศึกษาครูจึงเป็นพื้นที่สำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ส่งเสริมการเติบโตและการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) โดยผู้วิจัยมีบทบาทในฐานะผู้เกื้อหนุนและผู้อำนวยความสะดวก ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม (Relational-Cultural Theory: RCT) ของ Jordan (2010) ที่อธิบายว่า ความสัมพันธ์ที่เกื้อหนุนกันเป็นกลไกสำคัญในการนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงบวกและการเสริมสร้างพลังอำนาจอย่างแท้จริง

ยิ่งกว่านั้นทฤษฎี RCT ยังชี้ให้เห็นว่า บุคคลชายขอบไม่ได้ล้มเหลวจากความบกพร่องส่วนตัว แต่เป็นผลจากเงื่อนไขเชิงบริบททางสังคม เช่น ความยากจน ความไม่เท่าเทียมเชิงโครงสร้าง ความแยกขาดทางสังคม และการขาดโอกาสในการมีส่วนร่วม ซึ่งมักนำไปสู่ภาวะไร้พลัง ในขณะที่ความสัมพันธ์ที่มีลักษณะส่งเสริมการเติบโต (Growth-fostering relationships) สามารถฟื้นฟูคุณค่าในตนเองและนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงบวกได้ ในบริบทของงานวิจัยนี้ บทบาทของผู้วิจัยในฐานะผู้เอื้อให้เกิดพื้นที่แห่งการมีส่วนร่วมนั้นจึงมีความสำคัญ เพราะเป็นการลดช่องว่างเชิงอำนาจ และส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของกระบวนการ เนื่องจากความไม่เท่าเทียมของอำนาจนำไปสู่การตัดขาดทางความสัมพันธ์ (Disconnection) และการลดคุณค่าในตนเอง ขณะที่ความเชื่อมโยงอย่างมีความหมายและการมีส่วนร่วมสามารถเป็นหนทางสู่การเสริมสร้างพลังอำนาจได้อย่างแท้จริง ทั้งนี้การเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างสามารถเกิดขึ้นได้ผ่านการส่งเสริมพลังให้กับผู้ที่ถูกเบียดขับจากระบบ โดยการเปิดพื้นที่ให้บุคคลเหล่านี้ได้มีเสียงและมีบทบาทในกระบวนการพัฒนาอย่างแท้จริง ซึ่งในบริบทของงานวิจัยนี้สะท้อนให้เห็นผ่านการเปิดพื้นที่ให้กลุ่มนักศึกษาครูมีโอกาสแสดงออก มีบทบาทในการกำหนดแนวทางการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง และร่วมสร้างองค์ความรู้ในกระบวนการวิจัย (Jordan, 2017; Jordan & Carlson, 2014)

บทบาทของผู้วิจัยในฐานะผู้อำนวยความสะดวก (Facilitator) ทำหน้าที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ร่วมวิจัยพบว่า ปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมที่มีคุณภาพในงานวิจัยนี้ประกอบด้วย การสร้างบรรยากาศของความปลอดภัยทางจิตใจ (Psychological safety) ตามแนวคิดของ Rogers (1959) ที่เน้นเงื่อนไขพื้นฐาน 3 ประการในการสร้างความสัมพันธ์เชิงการปรึกษา ได้แก่ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard)

ความสอดคล้องกลมกลืน (Congruence) และความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง (Empathic understanding) การสร้างบรรยากาศดังกล่าวช่วยให้ผู้ร่วมวิจัยกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมในกระบวนการวิจัยอย่างเต็มที่ สอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมของ Fife et al. (2014) ที่พบว่า สัมพันธภาพที่ดีเป็นปัจจัยสำคัญต่อประสิทธิภาพของการบำบัดทางจิตวิทยา ขณะเดียวกันยังพบว่าการจัดกระบวนการกลุ่มที่เปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และให้ข้อมูลย้อนกลับแก่กันและกัน เป็นกลไกสำคัญที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมที่มีคุณภาพ ซึ่งสอดคล้องกับหลักการปรึกษากลุ่ม (Group counseling) ของ Yalom and Leszcz (2020) ที่ระบุว่าปัจจัยบำบัดในกลุ่ม (Therapeutic factors) เช่น การให้ความหวัง การเรียนรู้ระหว่างบุคคล และความเป็นสากลของปัญหาเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลง

ผู้วิจัยได้นำเทคนิคการเก็บเกี่ยวประสบการณ์ที่ดี (Harvesting the good) จากทฤษฎีการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน (Strengths-Based Therapy: SBT) มาใช้ในการส่งเสริมการตระหนักรู้ในจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยโดยเปิดโอกาสให้พวกเขาสะท้อนถึงประสบการณ์การฝึกสอนในอดีต พร้อมทั้งระบุจุดแข็งที่มีส่วนช่วยให้สามารถก้าวข้ามอุปสรรคหรือความท้าทาย ซึ่งเทคนิคนี้เป็นการทำให้ผู้รับบริการมองเห็นว่าอะไรคือจุดแข็ง จุดดีหรือประสบการณ์เชิงบวกในอดีตของตน ซึ่งเป็นทรัพยากรที่จะทำให้เขาเกิดความเข้มแข็งทางใจที่สามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันและอนาคตได้ดียิ่งขึ้น โดยผู้วิจัยเริ่มต้นจากการสอบถามว่าในอดีตเมื่อผู้ร่วมวิจัยพบกับปัญหาและอุปสรรคที่คล้ายกัน พวกเขาก้าวผ่านมาได้อย่างไร อะไรคือสิ่งที่ทำให้ก้าวผ่านมาได้ ซึ่งเมื่อผู้ร่วมวิจัยพบกับปัญหาในปัจจุบัน เช่น การเป็นนักศึกษาครูที่ต้องเผชิญกับความเครียดความกดดัน และความคาดหวัง ก็จะสามารถนำวิธีการที่เคยใช้ในอดีตมาจัดการกับปัญหาในปัจจุบันได้ (Jones-Smith, 2014)

นอกจากนี้ผู้วิจัยตระหนักถึงอิทธิพลของมุมมองและประสบการณ์ส่วนตัวที่อาจส่งผลต่อกระบวนการวิจัย การตีความข้อมูล และปฏิสัมพันธ์กับผู้ร่วมวิจัย ตามแนวคิดการสะท้อนคิดของผู้ให้การปรึกษา (Counselor reflexivity) ของ Bernard and Goodyear (2018) ที่เน้นความสำคัญของการสำรวจและตระหนักรู้อคติ ค่านิยม และความเชื่อส่วนตัวที่อาจส่งผลต่อกระบวนการปรึกษา ดังนี้

ในระยะเริ่มต้นของการวิจัย ผู้วิจัยมีความเชื่อว่านักศึกษาครูจากชนบทที่มีฐานะยากจนอาจขาดความมั่นใจและมีมุมมองเชิงลบต่อตนเอง ซึ่งอาจส่งผลต่อการมองความสามารถและจุดแข็งของตนเอง ความเชื่อนี้อาจมาจากประสบการณ์การทำงานกับนักศึกษาครูกลุ่มดังกล่าว

ในอดีต และอาจส่งผลให้ผู้วิจัยมีแนวโน้มที่จะตีความข้อมูลในทิศทางที่สอดคล้องกับความเชื่อเดิม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดอคติในการยืนยัน (Confirmation bias) ที่อธิบายโดย Nickerson (1998) ว่าเป็นแนวโน้มที่บุคคลจะค้นหาและตีความข้อมูลในลักษณะที่สนับสนุนความเชื่อเดิมของตน

ระหว่างการดำเนินการวิจัยผู้วิจัยพบว่า ต้องเผชิญกับความท้าทายในการรักษาสมดุลระหว่างบทบาทของผู้อำนวยความสะดวกที่มุ่งเน้นให้ผู้ร่วมวิจัยเป็นผู้กำหนดทิศทางด้วยตนเองกับบทบาทของผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ทางทฤษฎีและแนวปฏิบัติ ความท้าทายนี้สอดคล้องกับที่ Corey (2017) อธิบายว่าผู้ให้การปรึกษาต้องพบกับความขัดแย้งภายในระหว่างการใช้ความเชี่ยวชาญเพื่อชี้นำกับการเปิดพื้นที่ให้ผู้รับบริการค้นพบคำตอบด้วยตนเอง ในหลายโอกาสผู้วิจัยต้องตระหนักถึงแนวโน้มที่จะให้คำแนะนำและชี้นำมากเกินไป โดยเฉพาะในช่วงวงรอบแรก ๆ ที่ผู้ร่วมวิจัยยังแสดงความไม่มั่นใจและต้องการการชี้แนะ

การตระหนักถึงบทบาทและอิทธิพลของผู้วิจัยนี้สอดคล้องกับแนวคิดการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) ในการปรึกษาของ Cooley et al. (2019) ที่เน้นย้ำว่าการตระหนักรู้ในอคติ ค่านิยม และแนวโน้มส่วนบุคคลเป็นพื้นฐานสำคัญของจริยธรรมและประสิทธิภาพในการปรึกษา ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ใช้กระบวนการจดบันทึกสะท้อนคิด (Reflective journal) และการขอรับคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ (Consultation) เพื่อตรวจสอบและจัดการกับอคติและอารมณ์ส่วนตัวที่อาจเกิดขึ้น

นอกจากนี้การดำเนินการวิจัยยังส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้วิจัยเอง โดยเฉพาะการปรับเปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับศักยภาพของนักศึกษาครูจากชนบท จากเดิมที่อาจมองว่าเป็นกลุ่มที่ต้องได้รับการช่วยเหลือ สู่การมองว่าเป็นกลุ่มที่มีจุดแข็งและทรัพยากรภายในที่สามารถพัฒนาได้ด้วยการส่งเสริมที่เหมาะสม การเปลี่ยนแปลงมุมมองนี้สอดคล้องกับแนวคิดการเติบโตส่วนบุคคลของผู้ให้การปรึกษา (Counselor personal growth) ที่อธิบายโดย Johns (2012) ว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้และพัฒนาที่เกิดขึ้นในตัวผู้ให้การปรึกษาอันเนื่องมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้รับบริการ

การดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการวิเคราะห์และจัดการกับความสัมพันธ์เชิงอำนาจที่อาจเกิดขึ้นระหว่างผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัย ซึ่งในงานวิจัยนี้มีประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับพลวัตเชิงอำนาจที่เกิดขึ้น ดังนี้

ในบริบทของการวิจัยครั้งนี้ความไม่เท่าเทียมเชิงอำนาจอาจเกิดขึ้นจากความแตกต่างด้านสถานะทางวิชาการ ประสบการณ์ และบทบาทระหว่างผู้วิจัยและนักศึกษาครู สอดคล้องกับแนวคิดของ Brown (2018) ในการปรึกษาตามแนวคิดสตรีนิยม (Feminist Therapy)

ที่ให้ความสำคัญกับการตระหนักรู้และจัดการกับความไม่เท่าเทียมเชิงอำนาจในความสัมพันธ์ซึ่งให้การปรึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่ผู้รับคำปรึกษามาจากกลุ่มที่มีความเปราะบางทางสังคม

ในระยะเริ่มต้นของการวิจัยพลวัตเชิงอำนาจสะท้อนออกมาอย่างชัดเจนผ่านความลังเลและการพึ่งพาการตัดสินใจของผู้วิจัย ดังจะเห็นได้จากกรอบที่ 1 ที่ผู้ร่วมวิจัยมักรอคำแนะนำและการยืนยันจากผู้วิจัยก่อนแสดงความคิดเห็นหรือตัดสินใจ ซึ่งสอดคล้องกับที่ Jordan (2018) อธิบายไว้ในทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม (Relational-Cultural Theory) ว่าความสัมพันธ์ที่มีความไม่เท่าเทียมทางอำนาจมักนำไปสู่ภาวะการตัดขาดความสัมพันธ์ (Disconnection) และการจำกัดการแสดงออกอย่างแท้จริงของบุคคลที่อยู่ในตำแหน่งที่มีอำนาจน้อยกว่า บุคคลเหล่านี้จะพัฒนาภาพความสัมพันธ์ (Relational images) ที่สะท้อนถึงการต้องพึ่งพาและยอมจำนนต่อผู้มีอำนาจมากกว่า ปรากฏการณ์นี้ไม่เพียงสะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเท่านั้น แต่ยังสะท้อนความไม่เท่าเทียมเชิงโครงสร้างที่ฝังรากลึกในบริบทการศึกษาและวิชาการ ซึ่งมักให้อำนาจและความชอบธรรมกับผู้วิจัยมากกว่าผู้ถูกวิจัย

เพื่อลดช่องว่างทางอำนาจผู้วิจัยได้ใช้กลยุทธ์หลายประการ ได้แก่ การใช้ภาษาที่เป็นกันเอง การเปิดพื้นที่ให้ผู้ร่วมวิจัยเป็นผู้นำกิจกรรม และการเน้นย้ำว่าทุกความคิดเห็นมีคุณค่าและไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิดกลยุทธ์เหล่านี้สอดคล้องกับหลักการสร้างความร่วมมือ (Collaborative approach) ในการปรึกษาตามแนวคิดของ Anderson and Goolishian (1992) ในบทความ "The client is the expert: A not-knowing approach to therapy" ที่เน้นการมองผู้รับบริการเป็นผู้เชี่ยวชาญในชีวิตตนเองและผู้ให้การศึกษาใช้แนวทางการ "ไม่ทักท้วงว่ารู้" (Not-knowing approach) โดยเป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวกในกระบวนการเปลี่ยนแปลง เมื่อเข้าสู่กรอบที่ 3 และ 4 สังเกตได้ว่าพลวัตเชิงอำนาจเริ่มเปลี่ยนแปลงไป โดยผู้ร่วมวิจัยเริ่มแสดงความเป็นเจ้าของกระบวนการมากขึ้น กล้าแสดงความคิดเห็นที่แตกต่าง และริเริ่มกิจกรรมด้วยตนเอง เช่น "กล้าอบรมสั่งสอนเด็กค่ะ...หนูเลยเรียกมาพูดบอกว่าให้ใส่กางเกงขายาวมา เด็กก็ปฏิบัติตามค่ะ" (ทอฝัน) การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวสอดคล้องกับ (Duncan et al., 2010) ที่พบว่า เมื่อความสัมพันธ์เชิงอำนาจได้รับการจัดการอย่างเหมาะสม ผู้รับบริการจะเกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของกระบวนการและพัฒนาความสามารถในการตัดสินใจด้วยตนเอง

นอกจากความสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยแล้ว ยังมีพลวัตเชิงอำนาจระหว่างผู้ร่วมวิจัยด้วยกันเองที่ควรพิจารณา โดยเฉพาะในช่วงแรกของการวิจัยที่มีผู้ร่วมวิจัยบางคนแสดงบทบาทนำและมีอิทธิพลต่อความคิดเห็นของกลุ่ม สอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับพลวัตกลุ่ม

(Group dynamics) ของ Gladding (2019) ที่อธิบายว่าในกลุ่มมักมีการก่อตัวของบทบาทและสถานะที่แตกต่างกันระหว่างสมาชิก ซึ่งอาจส่งผลต่อรูปแบบการมีส่วนร่วมและการแสดงความคิดเห็น ในการจัดการกับพลวัตเชิงอำนาจนี้ ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการเปิดพื้นที่ให้เสียงที่หลากหลาย เช่น การเวียนให้ทุกคนได้พูด การแบ่งกลุ่มย่อย และการใช้รูปแบบการเขียนแทนการพูดในบางโอกาส เทคนิคเหล่านี้สอดคล้องกับแนวทางการจัดการกลุ่มให้การปรึกษา (Group counseling) ของ Corey (2017) ที่เน้นการสร้างพื้นที่ปลอดภัยและเท่าเทียมสำหรับการแสดงออกของสมาชิกทุกคน ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการจัดการกับความสัมพันธ์เชิงอำนาจอย่างเหมาะสมเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) ให้กับผู้ร่วมวิจัย สอดคล้องกับแนวคิดการเสริมพลังอำนาจในการปรึกษาของ McWhirter (1991) ที่เน้นการสร้างสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมให้บุคคลตระหนักถึงศักยภาพและพลังของตนเองในการควบคุมและกำหนดทิศทางชีวิต ดังจะเห็นได้จากการที่ผู้ร่วมวิจัยพัฒนาความมั่นใจและความสามารถในการพึ่งพาตนเองเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องตลอดกระบวนการวิจัย

ประเด็นที่ 2 รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา (NCSCS Model)

จากการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาพบว่า กระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ได้จากการสังเคราะห์ในการวิจัยนี้ ประกอบด้วยกระบวนการหลัก 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ร่วมบ่มเพาะบรรยากาศการเรียนรู้เชิงบวกเพื่อพัฒนาความองอาจภายใน 2) ร่วมค้นหาจุดแข็ง 3) ร่วมฝึกกำลังกำหนดเป้าหมาย 4) ร่วมวางแผนและนำไปใช้ในสถานการณ์จริง และ 5) ร่วมสะท้อนผลลัพธ์และแบ่งปันกำลังใจ ซึ่งผู้วิจัยจะขออภิปรายผลการวิจัยดังนี้

1. ร่วมบ่มเพาะบรรยากาศการเรียนรู้เชิงบวกเพื่อพัฒนาความองอาจภายใน (Nurturing Positivity for Personal Growth: N)

การดำเนินกิจกรรมมุ่งเน้นให้ผู้ร่วมวิจัยได้แสดงออกถึงเจตคติที่เป็นบวกต่อความยากลำบาก รวมถึงมีส่วนร่วมในกิจกรรมเชิงจิตวิทยาและกลุ่มอย่างเปิดใจ โดยผู้ร่วมวิจัยได้แลกเปลี่ยนเรื่องราวหรือเหตุการณ์ดี ๆ ที่ประทับใจระหว่างการฝึกสอนแต่ละสัปดาห์ พร้อมทั้งรับฟังประสบการณ์ของเพื่อนสมาชิกด้วยความตั้งใจและปราศจากการตัดสิน การแสดงออกซึ่งความเข้าใจและการให้กำลังใจอย่างจริงใจเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกปลอดภัย ใจกว้างใจ และได้รับการยอมรับ ส่งผลให้ทุกคนสามารถเห็นคุณค่าในตนเอง แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน ซึ่งส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดีระหว่าง

ผู้ให้และผู้รับบริการ โดยผู้ให้การปรึกษาเชื่อมั่นในความสามารถของผู้รับบริการ รับฟังอย่างไม่มีตัดสินหวะ ยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข และใช้คำพูดเชิงบวกเพื่อส่งเสริมการตัดสินใจด้วยตนเอง (Jones-Smith, 2014)

จากการดำเนินกิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์ฝึกสอนที่ประสบความสำเร็จหรือรู้สึกภาคภูมิใจ เช่น การได้รับคำชมจากครูพี่เลี้ยง การสามารถแก้ไขสถานการณ์ในชั้นเรียนได้ด้วยตนเอง ซึ่งการแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่เช่นนี้ได้สร้างบรรยากาศแบบไม่ตัดสิน (Unconditional positive regard) อย่างชัดเจน

บรรยากาศดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ Rogers (1961) ที่อธิบายว่าการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Therapy) จะประสบความสำเร็จได้จำเป็นต้องมีสภาพแวดล้อมที่เปิดกว้าง ยอมรับอย่างจริงใจ ไม่ตัดสิน และแสดงออกถึงความจริงแท้ (Congruence) รวมถึงการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) แนวคิดนี้ตั้งอยู่บนพื้นฐานความเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพในการเติบโตและเปลี่ยนแปลงได้ หากได้รับการยอมรับในสภาพแวดล้อมที่ไม่ตัดสิน นอกจากนี้การได้รับการยอมรับและการสนับสนุนจุดแข็งที่มีอยู่ในตนเอง ยังช่วยกระตุ้นแรงจูงใจภายใน (Intrinsic motivation) ทำให้ผู้ร่วมวิจัยเริ่มมองเห็นข้อดีของตนเองได้ชัดเจนขึ้น กล้าก้าวข้ามข้อจำกัด และพร้อมที่จะเรียนรู้และพัฒนาตนเองต่อไป (Deci & Ryan, 1985) อีกทั้งบรรยากาศแห่งการยอมรับในกลุ่มยังส่งผลให้เกิดอารมณ์เชิงบวก (Positive emotions) ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการขยายขีดความสามารถของผู้ร่วมวิจัย ทั้งในด้านความคิดและพฤติกรรมส่งผลให้เกิดบรรยากาศเชิงบวกในกลุ่ม Fredrickson (2001)

2. ร่วมค้นหาจุดแข็ง (Collaborative Strength Exploration: C)

ในขั้นตอนนี้ ผู้ร่วมวิจัยได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ส่วนตัวที่สะท้อนถึงความสามารถ ทักษะ หรือคุณลักษณะเชิงบวกเฉพาะตัว โดยการเล่าเหตุการณ์จากการฝึกสอนที่สร้างความภาคภูมิใจ เช่น ความกระตือรือร้นในการจัดการชั้นเรียน ความกล้าลองสิ่งใหม่ การเสียสละ หรือการมองโลกในแง่ดี ทั้งนี้เพื่อนสมาชิกในกลุ่มรับฟังอย่างตั้งใจ ชักถามเพิ่มเติม และให้ข้อมูลย้อนกลับ เพื่อช่วยสะท้อนจุดแข็งอื่น ๆ ที่ เจ้าตัวอาจไม่เคยตระหนักมาก่อน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกลุ่มเช่นนี้ช่วยเปิดมุมมองใหม่ กระตุ้นการเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้อื่น และลดอคติด้านลบที่ผู้ร่วมวิจัยเคยมีต่อตนเอง ส่งผลให้สามารถสรุปจุดแข็งของตนได้อย่างชัดเจน และเลือกจุดแข็งที่ต้องการพัฒนาให้เป็นเป้าหมายส่วนบุคคลต่อไป

แนวทางนี้สอดคล้องกับ Linley and Harrington (2006) ที่ระบุว่า การระบุจุดแข็งควรเริ่มจากการสำรวจประสบการณ์ส่วนตัวที่สร้างความภาคภูมิใจ และให้ผู้อื่นร่วมสังเกตเพื่อ

ยืนยันจุดแข็งดังกล่าว นอกจากนี้ยังตรงกับการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานที่ว่า ทุกคนมีจุดแข็งบางอย่างในตัว แต่ต้องผ่านการค้นหาและการยืนยันผ่านกระบวนการที่มีความหมาย จึงจะสามารถนำจุดแข็งเหล่านั้นมาใช้กำหนดเป้าหมายชีวิตได้อย่างแท้จริง สอดคล้องกับการศึกษาของ Ali and Lambie (2019) และ Ramadhoni et al. (2020) ที่พบว่าการให้การปรึกษากลุ่มแบบเน้นจุดแข็ง (Strengths-Based Group Counseling) ส่งผลให้สมาชิกในกลุ่มเกิดการตระหนักรู้จุดแข็งของตนผ่านการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และการสะท้อนร่วมกับผู้อื่น การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมกลุ่มในบรรยากาศที่ปลอดภัย ช่วยเสริมสร้างพลังภายในทั้งในด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ความเข้มแข็งทางใจ และการตัดสินใจเชิงบวกต่อเป้าหมายชีวิต ขณะที่ Littman-Ovadia et al. (2014) ได้ศึกษาการให้การปรึกษาด้านอาชีพแบบเน้นจุดแข็ง (Strengths-Based Career Counseling: SBCC) ศึกษากับผู้ว่างงาน โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษาแบบ SBCC และกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษาแบบดั้งเดิม ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้การปรึกษามีเพียงกลุ่ม SBCC เท่านั้นที่มีระดับความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มสูงขึ้น ทั้งสองกลุ่มรายงานว่ามีการใช้จุดแข็งในชีวิตประจำวันเพิ่มขึ้น อย่างไรก็ตามการใช้จุดแข็งก่อนการให้การปรึกษาสามารถทำนายความภาคภูมิใจในตนเองหลังการให้การปรึกษาได้เฉพาะในกลุ่ม SBCC เท่านั้น และในการติดตามผลหลัง 3 เดือนกลุ่มที่ได้รับ SBCC มีอัตราการได้งานทำสูงกว่าเมื่อเทียบกับกลุ่มเปรียบเทียบ สอดคล้องกับ Jones-Smith (2014) กล่าวว่า การบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานควรส่งเสริมให้ผู้รับบริการระบุจุดแข็งของตนเองผ่านการเล่าเรื่อง โดยเน้นเป้าหมายเชิงบวกที่เป็นไปได้จริงมากกว่าการจมอยู่กับปัญหาในชีวิต และควรเริ่มต้นด้วยเป้าหมายขนาดเล็กที่สามารถทำได้จริงเพื่อสร้างแรงจูงใจและความรู้สึกสำเร็จเบื้องต้น ทั้งนี้การเริ่มต้นด้วยจุดแข็งในอดีตที่เคยสร้างความสำเร็จจะช่วยให้ผู้รับบริการเกิดความตระหนักในคุณค่าของตนเอง นำไปสู่การกำหนดเป้าหมายชีวิตที่มีทิศทาง

ในกระบวนการนี้ความเข้าใจจุดแข็งและจุดอ่อนของตนอย่างสมดุลถือเป็นสิ่งสำคัญ เพราะผู้ร่วมวิจัยจะเรียนรู้การจัดการจุดอ่อนโดยไม่ลดทอนจุดแข็งที่ตนมี ซึ่งช่วยส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเอง และแรงผลักดันในการดำเนินชีวิตตามเป้าหมาย นอกจากนี้ (Clifton & Harter, 2003) ยังสนับสนุนว่าการโฟกัสสิ่งที่ตนเองทำได้ดี แทนการมุ่งแก้จุดอ่อนเพียงอย่างเดียวจะช่วยเพิ่มแรงจูงใจ ความมั่นใจ และประสิทธิภาพในการเรียนรู้ ซึ่งถือเป็นหลักการสำคัญของแนวทางการพัฒนาโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน สอดคล้องกับหลักการของการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานที่เน้นให้สมาชิกตระหนักถึงคุณค่าภายในตนเอง โดยมีความสัมพันธ์ที่เกื้อหนุนระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในอย่างยั่งยืนผ่านการสะท้อนและสนับสนุนร่วมกัน

3. ร่วมผนึกกำลังกำหนดเป้าหมาย (Synergistic Goal Selection: S)

ผู้ร่วมวิจัยเลือกจุดแข็งที่โดดเด่น มีความสำคัญ และอยากพัฒนาให้ชัดเจนขึ้นอย่างน้อย 1 เป้าหมาย โดยใช้หลักการ SMART ซึ่งช่วยให้เป้าหมายมีความเฉพาะเจาะจง (Specific) วัดผลได้ (Measurable) สอดคล้องกับบริบทการทำงานของนักศึกษาครู (Achievable) มีความเกี่ยวข้องกับสิ่งที่ทำอยู่ (Relevant) และกำหนดกรอบเวลาชัดเจน (Time-bound) เมื่อผู้ร่วมวิจัยระบุเป้าหมายแต่ละด้านแล้ว จะนำมาแลกเปลี่ยนภายในกลุ่ม เพื่อรับฟังข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ทั้งในประเด็นเงื่อนไขที่ส่งเสริมความสำเร็จและอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น กระบวนการดังกล่าวเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยมองเห็นแนวทางที่หลากหลายและปรับเป้าหมายให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับ Desetta and Wolin (2000) ระบุว่า การพูดคุยเกี่ยวกับจุดแข็งภายในกลุ่มช่วยให้สมาชิกตระหนักและเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น โดยผู้ให้การศึกษาจะสอนภาษาที่สะท้อนถึงจุดแข็ง เพื่อส่งเสริมการพูดถึงปัจจัยที่ช่วยป้องกันตนเอง การให้การศึกษากลุ่มช่วยลดการมองข้อเสียของตนเอง และกระตุ้นให้สมาชิกกล้าพัฒนาและใช้จุดแข็งในการเผชิญปัญหา ซึ่งการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน มุ่งเน้นไปที่ปัจจัยที่ป้องกันและปัจจัยที่สนับสนุนให้ผู้รับบริการได้ตัดสินใจแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในเชิงบวก โดยเน้นการระบุปัจจัยเสริมและอุปสรรคพร้อมทั้งการกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจนเพื่อสร้างกลยุทธ์ที่เหมาะสม หากพบว่าสถานการณ์ยากลำบาก ผู้ให้การศึกษาสามารถช่วยผู้รับบริการค้นหาข้อบกพร่องหรือทางเลือกอื่นเพื่อรับมือกับปัญหาได้ (Jones-Smith, 2014; Walter & Peller, 1992) สอดคล้องกับการศึกษาของ Parsakia and Darbani (2022) ที่ศึกษาผลของการให้การศึกษาแบบเน้นจุดแข็งกับผู้หญิงที่ผ่านการหย่าร้าง พบว่า กระบวนการกลุ่มที่เน้นการระบุจุดแข็งเป็นการเปิดโอกาสให้พวกเธอสำรวจความสามารถและคุณลักษณะเชิงบวกในตนเองที่เคยมองข้ามไป การเล่าเรื่องชีวิตจากมุมของความเข้มแข็งเป็นการทบทวนประสบการณ์ชีวิตในอดีตที่เคยนำจุดแข็งมาใช้จนสามารถฝ่าฟันอุปสรรค การสะท้อนเชิงบวก และการตั้งเป้าหมายชีวิตใหม่ ช่วยให้พวกเธอสามารถก้าวข้ามความรู้สึกสูญเสียและไร้คุณค่าได้ โดยเฉพาะการระบุจุดแข็ง เช่น ความอดทน ความรักในครอบครัว ช่วยให้พวกเธอได้กลับมาตระหนักถึงศักยภาพที่เคยมีอยู่ในตนเอง อีกทั้งการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในกลุ่มยังส่งเสริมพลังทางสังคม ลดความโดดเดี่ยว และเสริมแรงใจซึ่งกันและกัน ผลที่ตามมาส่งผลให้พวกเธอมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Self-worth) เพิ่มขึ้น สอดคล้องกับ Locke and Latham (1991) ที่ระบุว่าเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจง ทำทนาย และมีขอบเขตเวลาชัดเจน ช่วยเพิ่มแรงจูงใจและผลสัมฤทธิ์ ทั้งนี้จากการดำเนินกิจกรรมพบว่า

ผู้ร่วมวิจัยระบุจุดแข็งที่ต้องการพัฒนาชัดเจน เช่น ความกล้าหาญ ได้แก่ กล้าเสนอไอเดียในการทำงาน กล้าอบรมสั่งสอนนักเรียนเมื่อจำเป็น ส่วนความกระตือรือร้น ได้แก่ เตรียมการสอนอย่างตื่นตัว วางแผนกิจกรรมที่แปลกใหม่ ขณะที่การกำกับตนเอง ได้แก่ ควบคุมอารมณ์ไม่ตะคอกนักเรียน ใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวล และภาวะผู้นำ ได้แก่ อาสารับงานใหม่ในโรงเรียน กล้าแสดงความคิดเห็นต่อครูพี่เลี้ยง ผู้ร่วมวิจัยหลายคนระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานไว้อย่างชัดเจน เช่น ถ้าผู้ร่วมวิจัยควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี นักเรียนก็จะกล้าพูดคุยอย่างสบายใจ หรือหากผู้ร่วมวิจัยมีความกล้าหาญ เพื่อนร่วมงานก็จะไว้วางใจให้ทำงานที่ท้าทายมากขึ้น ทั้งนี้การกำหนดเป้าหมายทำให้เพื่อนสมาชิกในกลุ่มสามารถช่วยกันติดตามและให้การสะท้อนผลระหว่างทางสร้างความมุ่งมั่นร่วมกัน สะท้อนแนวความคิดการระบุเป้าหมายในการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานว่าเมื่อเป้าหมายชัดเจนโอกาสสำเร็จจะสูงขึ้น (Jones-Smith, 2014)

4. ร่วมวางแผนและนำไปใช้ในสถานการณ์จริง (Collective Planning and Individual Implementation: C)

ในขั้นตอนนี้ ผู้ร่วมวิจัยได้ออกแบบวิธีการฝึกฝนและพัฒนาตนเองที่สอดคล้องกับเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ โดยอาศัยกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แบ่งปันประสบการณ์ และปรับแผนการพัฒนาให้มีความเหมาะสมมากขึ้น นอกจากการวางแผนพัฒนาตนเองแล้ว ยังมีการร่วมกันคาดการณ์ถึงอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น พร้อมวางแผนการรับมือเหล่านั้นไว้ล่วงหน้า เมื่อได้แผนที่ชัดเจนแล้วผู้ร่วมวิจัยได้นำแผนดังกล่าวไปใช้จริงในสถานการณ์ของตน ทั้งการฝึกสอน และชีวิตประจำวัน พร้อมทั้งจดบันทึกผลอย่างต่อเนื่องอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง เป็นระยะเวลา 1 เดือน โดยใช้แบบบันทึกผลการปฏิบัติงาน และแลกเปลี่ยนความก้าวหน้าผ่านช่องทางออนไลน์ เช่น กลุ่มไลน์ หรือ Padlet ของโครงการ

จากการดำเนินกิจกรรมผู้ร่วมวิจัยออกแบบวิธีพัฒนาจุดแข็งแต่ละด้าน โดยอาศัยพลังกลุ่ม แลกเปลี่ยนไอเดียกัน แต่ละคนจึงนำไปลงมือทำจริงในบริบทการฝึกสอนและการดำเนินชีวิตประจำวัน ผลที่พบผู้ร่วมวิจัยช่วยกันเสนอแนวทางจัดการอุปสรรค เช่น ภาระงานมาก ความไม่มั่นใจ หรือแม้แต่ความเหนื่อยล้าจากการทำงานในโรงเรียน บางคนทำกิจกรรมที่ผ่อนคลาย พูดคุยกับตนเองเชิงบวก (Positive self-talk) ส่วนการลงมือปฏิบัติจริงผู้ร่วมวิจัยบางคน กล้ารับงานใหม่ๆ ที่ไม่เคยทำ เช่น เตรียมเอกสารแข่งขันทักษะวิชาการ จัดกิจกรรมเสริมหลังเลิกเรียน อบรมวินัยนักเรียน หลายคนสร้างสื่อการสอนแบบใหม่ หรือเปลี่ยนวิธีการสอนให้นักเรียนถาม-ตอบมากขึ้น เพื่อพัฒนาจุดแข็งด้านความกระตือรือร้นและความคิดสร้างสรรค์ ส่วนการกำกับตนเองหลายคน

เลือกวิธีสื่อสารกับตนเอง เช่น “วันนี้ต้องทำให้ได้” (ทิวา) หรือหาเพื่อนร่วมกลุ่มมาช่วยกระตุ้นตามแผนที่ตกลงกันได้

แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ Jones-Smith (2014) ที่กล่าวว่า การบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน มุ่งให้ผู้รับบริการนำศักยภาพภายในมาใช้เพื่อเผชิญกับปัญหา แทนการจมอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น การพัฒนาความตระหนักรู้ในจุดแข็งของตนช่วยส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตน (Self-efficacy) และความสามารถในการควบคุมตนเองเพื่อก้าวไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ทั้งนี้ Rapp and Goscha (2006) เน้นว่า การใช้จุดแข็งช่วยให้บุคคลเกิดพลังแห่งตน (Empowerment) เพิ่มขึ้น และสามารถจัดการกับความท้าทายในชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์ ทั้งนี้ Seligman (2002) กล่าวว่า การใช้จุดแข็งในการดำเนินชีวิตจะช่วยให้บุคคลสร้างชีวิตที่มีความหมาย (Meaningful life) และเกิดความพึงพอใจจากภายใน ซึ่งสอดคล้องกับผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่สามารถนำจุดแข็งไปใช้ได้อย่างต่อเนื่องในบริบทของการฝึกสอนจริง

ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยในขั้นตอนนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ พจนา เปลี่ยนเกิด (2563) ที่พบว่า นักเรียนพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเน้นจุดแข็งมีระดับการเผชิญปัญหาทางบวกเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทั้งหลังการทดลองและระยะติดตามผล เช่นเดียวกับการศึกษาของ ศรัณยพิชญ์ อักษร et al. (2567) ที่พบว่า การให้คำปรึกษาแบบเน้นจุดแข็งสามารถเพิ่มพลังใจ และลดภาวะเหนื่อยล้าหมดไฟได้อย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะในรูปแบบการพบหน้าครั้งแรกและติดตามผลทางโทรศัพท์หรือพบหน้าทั้งสองครั้ง นอกจากนี้การศึกษาของ เทิดศักดิ์ เดชคง et al. (2567) ยังระบุว่า การให้คำปรึกษาแบบเน้นจุดแข็งมีแนวโน้มเพิ่มพลังใจ ช่วยลดภาวะซึมเศร้าและความเสี่ยงฆ่าตัวตายได้อย่างมีประสิทธิภาพในกลุ่มที่มีปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งสอดคล้องกับผู้ร่วมวิจัยที่สามารถวางแผนและนำจุดแข็งไปใช้จริงในบริบทของการฝึกสอน จนเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ชัดเจน

ขณะเดียวกันยังสอดคล้องกับการศึกษาของ (Yu et al., 2022) ที่พบว่า การใช้โปรแกรม Character Strengths Intervention ซึ่งออกแบบตามแนวทางจุดแข็ง ช่วยให้นักศึกษาสามารถเชื่อมโยงจุดแข็งของตนเองกับบริบทในชีวิตประจำวันอย่างมีเป้าหมาย ผ่านกิจกรรมการระบุจุดแข็ง การแลกเปลี่ยนเรื่องราวความสำเร็จในกลุ่ม และการวางแผนการใช้จุดแข็งในชีวิตจริง ส่งผลให้นักศึกษามีความองอาจภายหลังเหตุการณ์สะเทือนใจ (Post-traumatic growth) และมีสุขภาวะ (Well-being) เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ การวางแผนใช้จุดแข็งอย่างต่อเนื่องภายใต้การสนับสนุนในกลุ่มจึงเป็นแนวทางสำคัญที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงภายในอย่างยั่งยืน

อีกทั้งผลการวิจัยนี้ยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยสามารถเรียนรู้ที่จะใช้คุณลักษณะเชิงบวก เช่น ความกล้าหาญ ความคิดสร้างสรรค์ และความเสียสละ เพื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ท้าทาย ระหว่างการฝึกสอน สอดคล้องกับการศึกษาของ Moradi (2023) ที่แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมให้การปรึกษาแบบเน้นจุดแข็งสามารถเพิ่มระดับกลวิธีเผชิญปัญหา (Coping strategies) ในกลุ่มนักเรียนหญิงได้อย่างมีนัยสำคัญ เนื่องจากกระบวนการนี้เปิดโอกาสให้พวกเธอได้สำรวจจุดแข็งของตนเองและนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดการกับความเครียดและอุปสรรคในชีวิตประจำวัน ขณะเดียวกันผลการวิจัยพบว่า จากการสะท้อนตนเองและรับฟังเพื่อนสมาชิก ผู้ร่วมวิจัยสามารถควบคุมอารมณ์ เช่น ความหงุดหงิด ความไม่มั่นใจ และการตอบโต้ทางลบกับนักเรียนได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งแสดงถึงการพัฒนาการควบคุมอารมณ์ สอดคล้องกับการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานช่วยพัฒนาการกำกับอารมณ์ (Emotional regulation) ในกลุ่มนักเรียนหญิง ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีคะแนนกลวิธีเผชิญปัญหา และการกำกับอารมณ์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุม รวมทั้งผลยังคงอยู่ในระยะติดตามผล 2 เดือนหลังจากเข้าร่วมกิจกรรม

5. ร่วมสะท้อนผลลัพธ์และแบ่งปันกำลังใจ (Shared Reflection and Reinforcement: S)

ขั้นตอนนี้เน้นให้ผู้ร่วมวิจัยประเมินผลการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง พร้อมทั้งนำเสนอกรณีศึกษาที่สะท้อนการนำจุดแข็งไปใช้จริงในสถานการณ์ต่าง ๆ โดยอ้างอิงข้อมูลจากแบบบันทึกผลการปฏิบัติงานตลอดช่วงเดือนที่ผ่านมา ซึ่งช่วยให้เห็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนความสำเร็จหรืออุปสรรคที่พบเจอ พร้อมได้รับข้อมูลย้อนกลับจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม เพื่อเสริมมุมมองที่หลากหลายและสร้างแรงบันดาลใจในการพัฒนาจุดแข็งอย่างต่อเนื่องโดยผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุเป้าหมายได้แบ่งปันปัจจัยแห่งความสำเร็จ ขณะที่ผู้ที่ยังไม่สำเร็จจะได้รับโอกาสในการปรับเป้าหมายหรือวิธีการใหม่ จากข้อเสนอแนะของเพื่อนร่วมด้วย การแลกเปลี่ยนเช่นนี้ทำให้เกิดบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ การให้กำลังใจ และการต่อยอดแนวคิดเพื่อพัฒนาตนเองอย่างสร้างสรรค์ กิจกรรมใช้เวลาประมาณ 1 สัปดาห์ โดยใช้เทคนิคการนำเสนอกรณีศึกษา การสะท้อนคิด การประเมินตนเอง การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการให้การปรึกษาในกรณีที่ต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติม เครื่องมือประกอบด้วยแบบประเมินความสำเร็จในการพัฒนาตน และแบบสะท้อนการเรียนรู้ตนเอง เพื่อวางแผนทางพัฒนาต่อไปในอนาคต กระบวนการนี้สอดคล้องกับแนวทางการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน ซึ่งเน้นให้ผู้ร่วมวิจัยสำรวจจุดแข็ง สะท้อนผลผ่านการพูดคุย แลกเปลี่ยน และเรียนรู้ร่วมกันในบรรยากาศที่ปลอดภัยและการสนับสนุนระหว่างสมาชิก (Ramadhoni et al., 2020) โดยเฉพาะในช่วงท้ายของการให้การปรึกษากลุ่มที่เน้น

การสะท้อนการเติบโตภายในและการใช้จุดแข็งอย่างต่อเนื่อง การพูดคุยภายในกลุ่มเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยแบ่งปันความสำเร็จ เช่น การกล้าแสดงความคิดเห็นในที่ประชุมครู “หนูกล้าที่จะออกความคิดเห็นแล้วก็เสนอความคิดกับครูที่โรงเรียนตัวเองค่ะ” (บีลีฟ) สถานการณ์เหล่านี้สะท้อนการเปลี่ยนความคิดและความมั่นใจในการใช้จุดแข็งตามเทคนิคการสร้างกรอบใหม่ (Reframing) และการสนทนาที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลง ซึ่งสอดคล้องกับการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน

ในขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยที่ยังไม่สามารถบรรลุเป้าหมายเดิมได้ เช่น “อุปสรรคคือ ความขี้เกียจและการผัดวันประกันพรุ่ง...ต้องทำวันนี้แล้วนะ ถ้าไม่ทำไม่ได้แล้วนะ” (โมนา) ได้รับแรงสนับสนุนและข้อเสนอแนะจากเพื่อนสมาชิกในการปรับเป้าหมายและแผนใหม่ ซึ่งเป็นกระบวนการสะท้อนและฟื้นฟูศักยภาพที่สอดคล้องกับหลักการของ Bandura (1997) ที่ระบุว่า การรับรู้ความสามารถของตนคือปัจจัยสำคัญในการก้าวข้ามอุปสรรค หนึ่งในบทพูดกับตนเองเชิงบวก เป็นเทคนิคสำคัญที่ช่วยให้ผู้ร่วมวิจัยควบคุมอารมณ์ ลดความกังวล และสร้างแรงจูงใจภายใน เช่น “พูดคุยกับตัวเองค่ะ...ต้องทำอย่างน้อย 2 แผน” (ทิวา) “บอกตัวเองว่าไม่มีใครทำอะไรแล้วสมบูรณ์แบบ ก็มีผิดพลาดกันได้” (ทอฝัน) และ “ให้กำลังใจตัวเองว่า ไม่เป็นไร ฉันทำได้ ถึงแม้เค้าจะ Feedback มาไม่ดี แต่มันก็เป็นประสบการณ์ของเรา” (ทิวา) สอดคล้องกับการศึกษาของ Darbani and Kamdin (2023) แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการให้การศึกษาแบบเน้นจุดแข็งช่วยส่งเสริมความเข้มแข็งภายในของกลุ่มทดลองอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในกิจกรรมที่เน้นการใช้เทคนิคกล่องแห่งความหวัง (Hope box) เพื่อสร้างแรงบันดาลใจและกำลังใจในตนเอง กลุ่มทดลองได้มีโอกาสทบทวนคุณลักษณะเชิงบวกและเป้าหมายในชีวิต พร้อมทั้งได้รับแรงสนับสนุนจากกลุ่มในบรรยากาศเชิงบวก กิจกรรมดังกล่าวช่วยเพิ่มพลังสุขภาพจิต (Resilience) และผลของโปรแกรมยังคงอยู่ในระยะติดตามผลโดยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนพลังสุขภาพจิตเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม และผลนี้ยังคงที่ในช่วงติดตามผล ซึ่งสะท้อนว่าโปรแกรมได้ช่วยส่งเสริมกลไกภายในของกลุ่มทดลองในการเผชิญอุปสรรคอย่างยั่งยืน

ยิ่งไปกว่านั้นผู้ร่วมวิจัยหลายคนสะท้อนให้เห็นถึงการเชื่อมโยงจุดแข็งของตนกับการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นในบริบทของการทำงาน เช่น “หนูคิดว่าหนูได้รู้จักแล้วก็ได้พูดคุยกับครูในโรงเรียนมากขึ้นค่ะ” (บีลีฟ) และ “สอบถามในสิ่งที่ไม่รู้ไม่เข้าใจครับ...แบ่งปันเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับคณะครู” (มีคุณ) ซึ่งสะท้อนถึงการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) และการยอมรับตนเอง (Self-acceptance) ซึ่งเกิดขึ้นจากการสะท้อนผลเชิงบวกและการได้รับการสนับสนุนในกลุ่มอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้การพูดคุยกับตนเองเชิงบวกและการยอมรับตนเองยังสะท้อนถึงกระบวนการฟื้นฟูพลังภายใน และการสร้างความสามารถในการกำกับตนเอง ซึ่ง

สอดคล้องกับแนวคิด Rapp and Goscha (2012) ที่ว่าการฟื้นฟูพลังใจของบุคคลไม่ควรเริ่มต้นที่การแก้ปัญหาเพียงอย่างเดียว แต่ควรเริ่มจากการมองเห็นคุณค่าในจุดแข็งของตนเอง เพราะจุดแข็งเหล่านี้คือพลังที่จุดประกายความหวัง ความเชื่อมั่น และการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกในชีวิตของบุคคล สรุปได้ว่า กระบวนการสะท้อนตนเองในขั้นตอนนี้จึงไม่ใช่เพียงการประเมินผลลัพธ์เพียงอย่างเดียว แต่เป็นการแบ่งปันกำลังใจที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงของผู้ร่วมวิจัยไปสู่การใช้จุดแข็งอย่างยั่งยืน

นอกจากนี้การดำเนินกิจกรรมตามกระบวนการ NCSCS Model ยังสะท้อนให้เห็นถึงการใช้เทคนิคการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ความสอดคล้อง ความจริงแท้ หรือความเป็นจริง (Congruence or genuineness or realness) ส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยกล้าเปิดเผยตนเองอย่างตรงไปตรงมาทั้งในด้านจุดแข็งและจุดอ่อน ซึ่งบางคนสะท้อนว่าเมื่อเริ่มปรับท่าทีและสื่อสารอย่างเปิดเผย นักเรียนสามารถรับรู้การเปลี่ยนแปลงของตนได้ทันที เช่น “รู้สึกว่ามีพลังที่จะทำมากขึ้นค่ะ เพราะว่าพอหนูเปลี่ยนไป นักเรียนทุกคนรู้ทันทีเลยคะว่าหนูเปลี่ยนไป แล้วก็มีนักเรียนเตือนว่าครูทำหน้าเครียดแล้วก็บอกให้หนูยิ้มอีกคะ” (กานต์แก้ว) ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยได้ตระหนักถึงจุดแข็งของตนมากขึ้น ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “บางอย่างเราคิดว่าไม่มีในตัวเรา แต่พอได้มาเข้ากิจกรรมในการพัฒนาจุดแข็ง ทำให้รู้ว่าบางสิ่งเราก็มีในตัวแต่ยังไม่ได้เอามาใช้อย่างเต็มที่” (ณมน) สอดคล้องกับแนวคิดการบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐานที่เชื่อว่า ทุกคนมีศักยภาพภายในที่สามารถพัฒนาได้เมื่อได้รับการยอมรับและมีพื้นที่ในการสะท้อนตน (Jones-Smith, 2014) ในทำนองเดียวกันการยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional Positive Regard) พบว่า บรรยากาศแห่งการยอมรับโดยปราศจากการตัดสินภายในกลุ่มมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้ร่วมวิจัยกล้าเปิดเผยตนเอง ยอมรับตนเอง และแลกเปลี่ยนประสบการณ์อย่างตรงไปตรงมา โดยพวกเขาารู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับจากเพื่อนสมาชิกอย่างแท้จริงทั้งเรื่องราวเชิงบวก เชิงลบ หรือแม้แต่ข้อบกพร่องส่วนตน โดยไม่ถูกวิพากษ์หรือตีตรา เช่น “ขอบคุณเพื่อน ๆ ที่มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน” (พริ้ม) และ “รู้สึกทำให้กำลังใจตัวเองบ่อยขึ้นว่าไม่เป็นไร ฉันทำได้... ถึงแม้เค้าจะ Feedback มาไม่ค่อยดี แต่มันก็เป็นประสบการณ์ของเรา... เหมอที่แล้ว Feedback มาค่อนข้างลบ เพราะไม่รู้ว่าจะไปด้านไหน...พอมายาเข้าคอร์สกับอาจารย์ (ผู้วิจัย) ก็รู้สึกว่ามันพัฒนาขึ้นไปมากเลยคะ” (ทิวา) นอกจากนี้เมื่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่มสะท้อนถึงความทุกข์หรืออุปสรรค สมาชิกคนอื่น ๆ มักตอบสนองด้วยการรับฟัง แสดงความเห็นใจ และแบ่งปันประสบการณ์ที่คล้ายคลึงกัน เพื่อให้ผู้พูดตระหนักว่าตนไม่ได้เผชิญสถานการณ์นั้นเพียงลำพัง เช่น “อยากจะบอกเพื่อนว่า เพื่อนเก่งมากที่ผ่านเรื่องราวที่ตรงนั้นมาได้ เราว่ามันไม่

ง่ายเลย เราเองก็เคยเจอมาเหมือนกัน แรก ๆ ก็ปรับตัวเข้ากับครูในโรงเรียนไม่ได้...เพื่อนต้องใช้ความอดทนและความพยายามอย่างมาก...แล้วอยากจะบอกเพื่อนว่าดีใจไปกับเพื่อนด้วยที่ใช้ชีวิตในโรงเรียนได้อย่างมีความสุข” (เพียงขวัญ) ซึ่งสะท้อนบรรยากาศของความเข้าใจและความสัมพันธ์แบบไม่ตัดสิน สอดคล้องกับแนวคิดของ Rogers (1961) ที่อธิบายว่า การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข เป็นการเคารพและรับฟังอีกฝ่ายโดยไม่ขึ้นกับพฤติกรรม ความคิด หรือสถานการณ์ที่เผชิญ

การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) พบว่า การรับฟังอย่างเข้าใจและไม่ตัดสิน ช่วยสร้างบรรยากาศของความไว้วางใจและการแลกเปลี่ยนอย่างเปิดเผย ผู้ร่วมวิจัยหลายคนสะท้อนว่าการได้รับฟังประสบการณ์ของผู้อื่นทำให้เกิดแนวคิดใหม่ในการพัฒนาตน เช่น “ได้รับฟังเพื่อนคนอื่น ได้แนวคิดวิธีการต่าง ๆ จากเพื่อน ๆ” (ต๋องตา) และ “ได้ทบทวนพฤติกรรมของตัวเอง และกิจกรรมที่ผ่านมา...เหมือนได้พูดระบายการฝึกประสบการณ์...ให้เพื่อน ๆ และอาจารย์ (ผู้วิจัย) ได้ฟัง” (จันทร์เจ้า) นอกจากนี้การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นยังส่งผลให้พวกเขาไม่โดดเดี่ยว และเกิดแรงบันดาลใจในการเปลี่ยนแปลงตนเอง เช่น “รู้สึกขอบคุณผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมนี้...มีความรู้สึกภูมิใจต่อตนเอง...อยากที่จะพัฒนาในด้านนี้ต่อไปเรื่อย ๆ” (ชะเอม) สอดคล้องกับแนวคิด SBT ที่เน้นการรับฟังด้วยความเห็นอกเห็นใจและเปิดพื้นที่ให้บุคคลค้นพบคุณค่าตนเองผ่านความสัมพันธ์ที่เกื้อหนุน (Jones-Smith, 2014) สอดคล้องกับการฟังอย่างตั้งใจ (Active listening) ที่พบว่า ผู้ร่วมวิจัยเป็นผู้ฟังที่ดี สะท้อนโดยการรับฟังประสบการณ์ของเพื่อนสมาชิกด้วยความใส่ใจ ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ได้แผนการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง ได้แนวทางปรับปรุงและพัฒนาตนเอง ได้เป็นผู้ฟังที่ดี” (โปรดปราน) และ “ได้รับฟังประสบการณ์ของเพื่อน ๆ และได้หาวิธีพัฒนาตนเองที่เหมาะสมมากขึ้น” (โมนา) ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวสะท้อนถึงการฟังอย่างลึกซึ้ง เอื้อต่อความเข้าใจผู้อื่นและนำไปสู่การสะท้อนคิดภายในตนเอง สอดคล้องกับแนวคิดของ Rogers (1961) ที่มองว่าการฟังอย่างตั้งใจเป็นองค์ประกอบสำคัญของความสัมพันธ์ที่เกื้อหนุนการเติบโตทางจิตใจและการเปลี่ยนแปลงเชิงบวก

การเชื่อมโยง (Linking) พบว่า กระบวนการกลุ่มเอื้อให้ผู้ร่วมวิจัยฝึกสังเกตและเชื่อมโยงแนวคิดหรือประสบการณ์ของตนเข้ากับเรื่องราวของเพื่อน เช่น การนำแผนพัฒนาของผู้คนมาปรับใช้กับบริบทของตน ดังคำกล่าวที่ว่า “ได้แนวคิดจากเพื่อน ๆ ที่มีวิธีคิดที่ต่างกัน และเหมือนกัน” (เทียนหอม) สะท้อนถึงการเชื่อมโยงแนวคิดเพื่อการเติบโตอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ผู้ร่วมวิจัยยังสะท้อนการประยุกต์ใช้แนวคิดของเพื่อนเพื่อจัดการกับข้อจำกัดของตน เช่น “ของหนูก็จะคล้าย ๆ กับยาหยีเลยคะ...การไม่ยึดติดในรูปแบบเดิมในส่วนของแผนที่วางไว้นะคะก็จะเป็นดู

วิดีโอหรือว่าศึกษา คล้าย ๆ กับสื่อการสอนหรือกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ของคนอื่น ๆ ค่ะ แล้วก็อาจจะเอามาปรับใช้ในส่วนที่มีประโยชน์กับเนื้อหาการสอนของตัวเอง” (ดาริน) และ “ของหนูก็จะ เป็นวิธีคล้าย ๆ พร้มค่ะ...หนูก็วางแผนไว้ว่าหนูจะให้เด็กถามแล้วก็จะไปหาคำตอบให้เด็ก นอกจาก จะทำให้เราได้รู้แล้ว...ก็จะทำให้นักเรียนได้รู้สิ่งที่อยากรู้ด้วย” (ฮารุ) การแลกเปลี่ยนในลักษณะนี้ สะท้อนให้ผู้ร่วมวิจัยเห็นจุดร่วมของแนวคิดภายในกลุ่ม เช่นเดียวกับการให้กำลังใจและการ สนับสนุน (Encouraging and supporting) ผลการวิจัยพบว่า บรรยากาศแห่งความเข้าใจและ ปลอดภัยในกลุ่มเชื้อให้ผู้ร่วมวิจัยกล้าเปิดเผยตนเอง รับฟังผู้อื่น และได้รับแรงสนับสนุนทั้งจาก เพื่อนสมาชิกและผู้วิจัย ซึ่งความสัมพันธ์ที่ปราศจากการตัดสินช่วยส่งเสริมพลังใจ ความหวัง และ แรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างต่อเนื่อง เช่น “ได้กำลังใจ ได้แนวทางทั้งจากท่านอาจารย์ (ผู้วิจัย) ที่ให้คำปรึกษา จากเพื่อน ๆ ที่คอยแลกเปลี่ยนกัน...และตนเองที่ได้รู้จักวางแผนและพัฒนา ตนเองให้ดีขึ้น” (ดาริน) นอกจากนี้ยังพบการส่งต่อพลังบวกผ่านคำชมและการรับฟังอย่างลึกซึ้ง เช่น “รู้สึกมีคนรับฟังมากขึ้น มีความภาคภูมิใจกับผลงานและได้รับคำชมเชยจากเพื่อน” (ชูใจ) รวมถึงการเรียนรู้จากแผนของเพื่อนเพื่อพัฒนาตนเอง เช่น “แลกเปลี่ยนกับเพื่อน...นำแผนที่ น่าสนใจของเพื่อนมาลองใช้กับตนเองจนเกิดการพัฒนาที่ดีขึ้น...เกิดเป็นความภูมิใจในตัวเอง” (คะนิง) ผู้ร่วมวิจัยยังเน้นถึงพลังใจที่ได้รับจากกระบวนการว่า “รู้สึกขอบคุณอาจารย์ (ผู้วิจัย)... ขอขอบคุณเพื่อน ๆ... ได้เห็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง...ขอบคุณนักเรียนและคณะครูที่อยู่ในช่วง การพัฒนาตนเองของเราให้ดีขึ้น” (พร้ม) และ “รู้สึกมีความสุขและดีใจที่มีคนคอยรับฟังสิ่งที่กำลัง ทำอยู่และมีการพัฒนาตนเองในด้านไหน รู้สึกผ่อนคลายในเรื่องที่กำลังทุกข์ใจหรือไม่สบายใจ” (ธัญญา) ซึ่งสะท้อนถึงความรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมในกระบวนการเรียนรู้

อีกทั้งยังพบว่า การทำความเข้าใจและการตั้งคำถาม (Clarification and Questioning) ผลการวิจัย ได้นำมาใช้เมื่อผู้ร่วมวิจัยนำเสนอเรื่องราวที่ไม่ชัดเจน เพื่อนสมาชิกใน กลุ่มได้ใช้คำถามเพื่อขอให้ขยายความหรืออธิบายเพิ่มเติม สะท้อนถึงการตรวจสอบความเข้าใจ ระหว่างผู้พูดและผู้ฟังให้เข้าใจตรงกันมากขึ้น เช่น “ตอนเข้ากลุ่มแรก ๆ หนูก็สับสนระหว่างความใฝ่ รู้กับความกระตือรือร้นนะคะ แต่พอเพื่อนได้ถามว่าหนูพัฒนาจุดแข็งไหน แล้วสิ่งที่หนูไปทำ ไป พัฒนามันตรงกับจุดแข็งที่ต้องการพัฒนาหรือเปล่า หนูก็ได้ลองคิดจากคำถามของเพื่อน ก็ทำให้ เข้าใจจุดแข็งของตัวเองชัดเจนค่ะ” (ณมน) เช่นเดียวกับการสรุปความ (Summarizing) พบว่า ผู้ร่วมวิจัยได้มีการใช้การสรุปความเป็นระยะ เช่น การสรุปจุดแข็งที่มีหรือต้องการพัฒนา เพื่อให้ การดำเนินกิจกรรมเป็นไปอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งยังสรุปจุดแข็งและแนวทางการพัฒนาของตนได้ อย่างชัดเจน เช่น “ได้แนวทางในการพัฒนาตนเองทบทวนจุดแข็งของตนเอง สิ่งไหนที่ทำได้ดีแล้ว

อยากพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น หรือสิ่งไหนที่ควรพัฒนาและได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมพัฒนาตนเองและสะท้อนผลกับตนเอง” (นับดาว)

อีกหนึ่งรูปแบบ NCSCS Model ที่พัฒนาขึ้นในงานวิจัยนี้ไม่ได้เป็นเพียงผลผลิตจากความรู้เชิงทฤษฎีหรือจากมุมมองของผู้วิจัยเท่านั้น แต่เป็นผลจากกระบวนการสร้างความรู้ร่วมกัน (Co-construction of knowledge) ระหว่างผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับแนวคิดการสร้างความจริงทางสังคม (Social constructionism) ของ Gergen (2015) ที่เน้นว่าความรู้และความหมายเกิดขึ้นผ่านปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคลมากกว่าจากการค้นพบโดยบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ดังนี้

ในระยะเริ่มต้นของการพัฒนารูปแบบ ผู้วิจัยนำเสนอแนวคิดพื้นฐานจากทฤษฎีจิตวิทยาเชิงบวกและการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพื่อเป็นกรอบเบื้องต้นในการทำงานร่วมกับผู้ร่วมวิจัย สอดคล้องกับแนวคิดการปรึกษาแบบบูรณาการ (Integrative Counseling) ของ Norcross and Wampold (2018) ที่เน้นการนำจุดแข็งของแต่ละทฤษฎีมาผสมผสานเพื่อประโยชน์สูงสุดของผู้รับบริการ อย่างไรก็ตามกระบวนการพัฒนารูปแบบไม่ได้ยึดติดกับกรอบทฤษฎีแต่เพียงอย่างเดียว แต่เปิดพื้นที่ให้ผู้ร่วมวิจัยได้แสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมในการปรับเปลี่ยนองค์ประกอบและขั้นตอนให้สอดคล้องกับบริบทและความต้องการที่แท้จริง

ความเป็นพลวัตของกระบวนการสร้างความรู้ร่วมกันสะท้อนให้เห็นผ่านการปรับเปลี่ยนขั้นตอนและกิจกรรมในแต่ละวงจรรอบของการวิจัย ยกตัวอย่างเช่น ในวงจรรอบที่ 2 ผู้ร่วมวิจัยได้เสนอให้ปรับเพิ่มการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในขั้นตอนการร่วมค้นหาจุดแข็ง เนื่องจากพบว่า การเห็นแบบอย่างจากเพื่อนช่วยให้มองเห็นจุดแข็งของตนเองชัดเจนขึ้น ดังที่ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า "ได้แนวคิดดีๆ จากเพื่อนมาปรับใช้ทำให้พัฒนาจุดแข็งได้เร็วขึ้น" (เมธอแตม) การปรับเปลี่ยนนี้สอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้ทางสังคม (Social learning) ของ Bandura (1977) ที่อธิบายว่าการเรียนรู้ผ่านการสังเกตแบบอย่างเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาพฤติกรรมใหม่

นอกจากนี้ในวงจรรอบที่ 3 ผู้ร่วมวิจัยได้เสนอให้เพิ่มการใช้เทคโนโลยีในการติดตามความก้าวหน้า เช่น การสร้างกลุ่มออนไลน์และใช้แอปพลิเคชันในการบันทึกผล ซึ่งช่วยให้การติดตามและสนับสนุนระหว่างกันทำได้ต่อเนื่องแม้อยู่ต่างพื้นที่ ข้อเสนอนี้สอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมของ Richards and Viganó (2013) ที่พบว่า การให้การปรึกษาออนไลน์ช่วยเพิ่มการเข้าถึงบริการ โดยสามารถเอาชนะอุปสรรคหลายประการ เช่น ข้อจำกัดด้านการเคลื่อนที่เนื่องจาก

การอยู่ห่างไกลทางภูมิศาสตร์ และข้อจำกัดด้านเวลา ซึ่งช่วยให้การติดตามและสนับสนุนมีความต่อเนื่องมากขึ้น

การตรวจสอบความถูกต้องของรูปแบบยังดำเนินการผ่านกระบวนการสะท้อนคิด และประเมินผลร่วมกันในแต่ละวงรอบ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการตรวจสอบความถูกต้องโดยผู้มีส่วนร่วม (Member checking) ในการวิจัยเชิงคุณภาพ และแนวคิดการให้ข้อมูลย้อนกลับเชิงร่วมมือ (Collaborative feedback) ในการปรึกษาของ Duncan et al. (2010) ที่เน้นการใช้ข้อมูลจากผู้รับบริการเพื่อปรับปรุงกระบวนการให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

กระบวนการสร้างความรู้ร่วมกันนี้ส่งผลให้รูปแบบ NCSCS Model มีความเหมาะสมกับบริบทและความต้องการของนักศึกษาครูจากชนบทอย่างแท้จริง สอดคล้องกับหลักการของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่มุ่งเน้นการสร้างความรู้ที่สอดคล้องกับบริบทและนำไปสู่ การเปลี่ยนแปลงที่เป็นประโยชน์ต่อผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ความรู้ที่ได้จากกระบวนการนี้จึงมีคุณลักษณะของการบูรณาการระหว่างทฤษฎีและการปฏิบัติ (Theory-practice integration) ซึ่ง Schon (1983) เรียกว่า "การรู้ในการปฏิบัติ" (Knowing-in-action) ที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปฏิบัติสร้างความเข้าใจใหม่ขณะที่กำลังเผชิญกับสถานการณ์จริง ซึ่งเกิดขึ้นควบคู่กับกระบวนการ "การสะท้อนคิดในการปฏิบัติ" (Reflection-in-action) ที่ผู้ปฏิบัติพัฒนาความเข้าใจใหม่ผ่านการ "สนทนาเชิงสะท้อนคิดกับสถานการณ์" (Reflective conversation with the situation)

การรับฟังและให้ความสำคัญกับมุมมองของผู้ร่วมวิจัยที่มีต่อรูปแบบ NCSCS Model เป็นส่วนสำคัญในการประเมินความเหมาะสมและประสิทธิผลของรูปแบบ สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงของผู้รับบริการ (Client's theory of change) ของ Duncan and Miller (2000) ที่เน้นว่าเสียงของผู้รับบริการ (Client voice) เป็นแหล่งที่มาของปัญญาและทางออกในกระบวนการบำบัด และมุมมองของผู้รับบริการควรเป็นข้อมูลหลักในการพัฒนาและประเมินประสิทธิผลของการให้บริการ ดังนี้

จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีมุมมองเชิงบวกต่อรูปแบบ NCSCS Model โดยเฉพาะในประเด็นต่อไปนี้

ด้านบรรยากาศการเรียนรู้ ผู้ร่วมวิจัยชื่นชมบรรยากาศที่ปลอดภัยและเกื้อหนุนในขั้นตอนแรกของรูปแบบ (ร่วมบ่มเพาะบรรยากาศการเรียนรู้เชิงบวก) ซึ่งช่วยให้กล้าเปิดเผยและแลกเปลี่ยนประสบการณ์อย่างตรงไปตรงมา ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า "จากเดิมไม่คิดว่าตัวเองมีจุดแข็ง แต่เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมและแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ทำให้เห็นจุดแข็งของตนเองเพิ่ม

มากขึ้นและรู้สึกมั่นใจในการพัฒนาตัวเองต่อไป" (โมนา) สอดคล้องกับแนวคิดของ Knox and Cooper (2015) ที่เน้นย้ำว่าสัมพันธภาพเชิงการบำบัดที่มีความปลอดภัยและน่าไว้วางใจ (Safe and trusting therapeutic relationship) เป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญต่อการเปิดเผยตนเองและการเปลี่ยนแปลงในระดับลึกของผู้รับบริการ ด้านการค้นหาคัดแข็ง ผู้ร่วมวิจัยมองว่าขั้นตอนการร่วมค้นหาคัดแข็งเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญมาก เนื่องจากช่วยให้มองเห็นคุณค่าในตนเองที่อาจมองข้ามไปในอดีต ดังคำกล่าวที่ว่า "อันนี้ฉันก็มี อันนั้นก็เหมือนฉันเลย...ก็ทำให้ได้เห็นจุดแข็งของตัวเองเพิ่มมากขึ้น" (ธัญยา) ประสบการณ์นี้สอดคล้องกับแนวคิดการค้นพบตนเอง (Self-discovery) ในจิตวิทยาเชิงบวกที่ Seligman and Csikszentmihalyi (2000) อธิบายว่าเป็นกระบวนการสำคัญ ในการเพิ่มความเป็นอยู่ที่ดี (Well-being) ผ่านการตระหนักรู้และใช้คุณลักษณะเชิงบวกที่มีอยู่ ด้านการกำหนดเป้าหมาย ผู้ร่วมวิจัยเห็นคุณค่าของการกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจนและเฉพาะเจาะจงในขั้นตอนที่ 3 (รวมฉีกกำลังกำหนดเป้าหมาย) ซึ่งช่วยให้การพัฒนาจุดแข็งมีทิศทางและวัดผลได้ ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า "หนูเลือกพัฒนาจุดแข็งตัวเดิม ความคิดสร้างสรรค์...พอได้พัฒนาตัวเดิมไปเรื่อย ๆ ยิ่งใช้บ่อย ๆ ยิ่งออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ได้ดีมากขึ้น...แล้วมันก็ทำให้จุดแข็งของหนู Strong ด้วย" (ฮารุ) สอดคล้องกับทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย (Goal-setting theory) ของ Locke and Latham (2002) ที่ระบุว่าเป้าหมายที่ชัดเจนและท้าทายในระดับที่เหมาะสมจะช่วยเพิ่มแรงจูงใจและประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน ด้านการสะท้อนผล ผู้ร่วมวิจัยประเมินว่าขั้นตอนการสะท้อนผลและแบ่งปันกำลังใจเป็นขั้นตอนที่ช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจและเพิ่มความมั่นใจในการใช้จุดแข็งอย่างต่อเนื่อง ดังคำกล่าวที่ว่า "ภูมิใจและมีความสุขมากขึ้นกับตัวเอง ที่เปลี่ยนแปลงได้สำเร็จ...จากที่แต่ก่อนเวลาเด็กไม่สนใจฟังที่เราสอนก็จะปรี๊ดแตกเลย ตอนนี้นักใจเย็นมากขึ้น ไม่โมโหง่ายเหมือนแต่ก่อน" (ซูใจ) ประสบการณ์นี้สอดคล้องกับแนวคิดการเสริมแรงตนเอง (Self-reinforcement) ในทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมปัญญา (Social cognitive theory) ของ Bandura (1997) ที่อธิบายว่าการตระหนักถึงความสำเร็จและการให้รางวัลตนเองช่วยเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) และส่งเสริมการคงอยู่ของพฤติกรรมใหม่

อย่างไรก็ตามผู้ร่วมวิจัยยังมีมุมมองที่หลากหลายต่อความท้าทายในการใช้รูปแบบ เช่น บางคนมองว่าการบันทึกผลการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องเป็นเรื่องยาก เนื่องจากภาระงานในโรงเรียนที่มาก ขณะที่บางคนรู้สึกว่าการแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ทำให้ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นในช่วงแรก มุมมองที่แตกต่างกันเหล่านี้สะท้อนความหลากหลายของความต้องการและรูปแบบการเรียนรู้ของผู้ร่วมวิจัย สอดคล้องกับแนวคิดเรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual

differences) ในการปรึกษาที่ Norcross and Wampold (2018) ได้เน้นย้ำถึงการปรับการบำบัดให้เข้ากับลักษณะเฉพาะของผู้รับบริการที่ไม่ขึ้นกับการวินิจฉัย เช่น รูปแบบการเผชิญปัญหา (Coping style) ความชอบในการบำบัด (Therapy preferences) และระดับการต่อต้าน (Reactance level) ซึ่งสามารถประยุกต์ใช้ในบริบทการพัฒนาครูได้เช่นกัน

แม้ว่ารูปแบบ NCSCS Model จะแสดงผลเชิงบวกในการเสริมสร้างจุดแข็งของนักศึกษาครู แต่การพิจารณาข้อจำกัดของรูปแบบเป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาและการนำไปใช้ อย่างมีประสิทธิภาพในอนาคต ซึ่งการวิจัยนี้มีข้อจำกัดในการควบคุมปัจจัยแทรกซ้อนที่อาจส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงของผู้ร่วมวิจัย เช่น ประสบการณ์จากการฝึกสอน การสนับสนุนจากครูพี่เลี้ยง หรือการเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ที่อาจส่งผลต่อการพัฒนาจุดแข็ง ซึ่งเป็นธรรมชาติของการวิจัยเชิงปฏิบัติการในสภาพจริงที่ไม่สามารถควบคุมสภาพแวดล้อมทั้งหมดได้ นอกจากนี้ยังมีความเป็นไปได้ของการเกิด Social desirability bias เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยอาจรายงานผลในทางบวกเพื่อตอบสนองความคาดหวังของผู้วิจัยหรือกลุ่ม ดังที่ Holtgraves (2004) อธิบายว่า ในการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรายงานตนเอง ผู้เข้าร่วมวิจัยมักมีแนวโน้มที่จะตอบในลักษณะที่เป็นที่ยอมรับทางสังคมมากกว่าสะท้อนความเป็นจริงทั้งหมด

รูปแบบ NCSCS Model พัฒนาขึ้นจากการทำงานกับกลุ่มนักศึกษาครูที่มีลักษณะเฉพาะ คือ มาจากชนบทและมีฐานะยากจน ซึ่งอาจมีข้อจำกัดในการนำไปใช้กับกลุ่มที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน เช่น นักศึกษาครูในเมือง หรือกลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมแตกต่างกัน ข้อจำกัดนี้สอดคล้องกับแนวคิดความสามารถทางวัฒนธรรม (Cultural competence) ที่ Sue and Sue (2016) เน้นย้ำว่าความหลากหลายภายในกลุ่มวัฒนธรรมเดียวกัน ซึ่งรวมถึงความแตกต่างทางสถานะเศรษฐกิจสังคม ศาสนา และประสบการณ์ส่วนบุคคล มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญต่อประสิทธิภาพของการแทรกแซงทางจิตวิทยา และการแทรกแซงที่พัฒนาขึ้นในบริบทวัฒนธรรมหนึ่งอาจไม่เหมาะสมหรือมีประสิทธิภาพเท่าเทียมกันเมื่อนำไปใช้ในบริบทวัฒนธรรมอื่น

นอกจากนี้รูปแบบนี้ยังอาจมีข้อจำกัดในการนำไปใช้ในบริบทที่มีข้อจำกัดด้านเวลาและทรัพยากร เนื่องจากกระบวนการต้องใช้เวลาต่อเนื่องหลายสัปดาห์และต้องการผู้อำนวยกระบวนการที่มีทักษะเฉพาะด้าน ข้อจำกัดนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ Hassan et al. (2024) ที่พบว่า ข้อจำกัดด้านเวลาและทรัพยากรเป็นอุปสรรคสำคัญต่อการนำนวัตกรรมและแนวปฏิบัติใหม่มาใช้อย่างมีประสิทธิภาพ และการพัฒนาโครงสร้างการกำกับดูแลที่เหมาะสมเป็นปัจจัยสำคัญในการจัดการกับข้อจำกัดเหล่านี้

การวิเคราะห์ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า ความสำเร็จในการนำรูปแบบ NCSCS Model ไปใช้ขึ้นอยู่กับเงื่อนไขสำคัญหลายประการ ได้แก่ 1) ความต่อเนื่องของการเข้าร่วมกระบวนการ กล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยที่เข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องมักมีผลลัพธ์ที่ชัดเจนกว่า 2) ทักษะของผู้อำนวยการกระบวนการ กล่าวคือ ความสำเร็จของรูปแบบขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้ผู้อำนวยการในการสร้างบรรยากาศที่ปลอดภัย การรับฟังอย่างลึกซึ้ง และการเอื้ออำนวยให้เกิดการแลกเปลี่ยนที่มีความหมาย 3) ความพร้อมของผู้เข้าร่วม กล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยที่มีแรงจูงใจภายในและความพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงมักมีผลลัพธ์ที่ดีกว่า การตระหนักถึงข้อจำกัดและเงื่อนไขความสำเร็จเหล่านี้จะช่วยให้การนำรูปแบบ NCSCS Model ไปใช้ในอนาคตมีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยอาจต้องมีการปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับบริบทและข้อจำกัดที่แตกต่างกัน ตามแนวคิดการปรับให้เหมาะสม (Adaptation) ในการนำแนวปฏิบัติที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ไปใช้ในบริบทที่หลากหลาย (Chambers et al., 2013)

โดยสรุปรูปแบบ NCSCS Model ที่พัฒนาขึ้นจากการวิจัยนี้แสดงให้เห็นศักยภาพในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครู ผ่านกระบวนการที่เน้นการมีส่วนร่วมการสร้างบรรยากาศเชิงบวก และการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ แม้จะมีข้อจำกัดบางประการ แต่เมื่อนำไปใช้ภายใต้เงื่อนไขที่เหมาะสม รูปแบบนี้ก็สามารถเป็นแนวทางที่มีคุณค่าในการพัฒนานักศึกษาครูให้ตระหนักถึงและใช้จุดแข็งของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากการวิเคราะห์ผลการวิจัยทั้งหมดพบว่า ความเป็นต้นฉบับของการวิจัยครั้งนี้คือการบูรณาการ 3 องค์ประกอบสำคัญเข้าด้วยกัน ได้แก่ 1) แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกและการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง 2) ทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม 3) เทคนิค AIC และ 4) กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม นำมาสู่รูปแบบ NCSCS Model ที่เฉพาะเจาะจงสำหรับนักศึกษาครูจากชนบท ความเป็นต้นฉบับนี้มีความโดดเด่นเนื่องจากการเปลี่ยนกระบวนการทัศน์การพัฒนานักศึกษาครูจากแนวทางแบบบนลงล่าง (Top-down approach) ที่มุ่งเน้นการแก้ไขข้อบกพร่อง มาสู่แนวทางแบบล่างขึ้นบน (Bottom-up approach) ที่เน้นการเสริมสร้างจุดแข็งและการมีส่วนร่วม นอกจากนี้ยังถือเป็นการพัฒนารูปแบบที่มีความไวต่อบริบททางวัฒนธรรมและสังคม (Culturally sensitive model) สำหรับนักศึกษาครูที่มาจากกลุ่มเปราะบางทางเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งมีความต้องการเฉพาะแตกต่างจากนักศึกษาครูกลุ่มอื่น

การพัฒนารูปแบบ NCSCS Model ที่เกิดจากการบูรณาการองค์ความรู้ข้ามศาสตร์ และการสร้างความร่วมมือกันระหว่างนักวิจัยกับนักศึกษาครูจากชนบท ซึ่งเป็นกระบวนการทัศน์ใหม่ในการพัฒนาวิชาชีพครู การเปลี่ยนจากการมองนักศึกษาครูจากชนบทในฐานะผู้รับการพัฒนา

(Recipients of development) ไปสู่การเป็นผู้ร่วมสร้างการเปลี่ยนแปลง (Co-creators of change) ไม่เพียงส่งเสริมการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเท่านั้น แต่ยังเสริมพลังอำนาจและความเป็นตัวตน (Agency) ให้กับนักศึกษาครูจากชนบท ผลการวิจัยนี้จึงมีนัยสำคัญต่อการปฏิรูประบบการผลิตครูที่ควรมุ่งเน้นการส่งเสริมจุดแข็งและความเป็นผู้นำของนักศึกษาครูจากกลุ่มเปราะบาง เพื่อสร้างความเท่าเทียมและความหลากหลายในระบบการศึกษา และลดปัญหาการขาดแคลนครูคุณภาพในพื้นที่ห่างไกล

ข้อจำกัดของงานวิจัย

1. ข้อจำกัดของการวิจัยครั้งนี้คือ เป็นการศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในภาพรวมของกลุ่ม โดยนำเสนอข้อมูลของแต่ละบุคคลเป็นตัวอย่างประกอบ แต่ยังไม่สามารถวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในระดับปัจเจกบุคคล

2. งานวิจัยนี้มีข้อจำกัดในการควบคุมปัจจัยแทรกซ้อนที่อาจส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงของผู้ร่วมวิจัย เช่น ประสิทธิภาพจากการฝึกสอน การได้รับการสนับสนุนจากครูพี่เลี้ยง หรือการเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ซึ่งปัจจัยเหล่านี้อาจมีอิทธิพลต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ทั้งนี้เนื่องจากการวิจัยดำเนินอยู่ในสภาพแวดล้อมจริง จึงไม่สามารถควบคุมตัวแปรภายนอกได้ทั้งหมดตามลักษณะของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

3. การใช้แบบรายงานตนเอง (Self-report) เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลอาจมีแนวโน้มเกิดอคติทางสังคม (Social desirability bias) กล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยอาจแสดงออกหรือรายงานข้อมูลในลักษณะที่สอดคล้องกับความคาดหวังของนักวิจัยหรือบุคคลอื่น มากกว่าการสะท้อนความเป็นจริงทั้งหมด ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อความแม่นยำของผลการประเมินในบางมิติ

4. วิธีการที่ผู้ร่วมวิจัยพัฒนาเป็นวิธีที่เกิดจากไอเดียของเขา ซึ่งอาจจะยังไม่มีประสิทธิภาพเกี่ยวกับแนวทางในการพัฒนาจุดแข็ง ส่งผลให้เมื่อนำไปใช้ในวงรอบที่ 1 และ 2 ทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. จากการวิจัยพบว่า การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกของนักศึกษาครูทั้งในด้านความเชื่อมั่นในตนเอง การสอน การทำงาน ความคิดสร้างสรรค์ และการจัดการกับอารมณ์ ดังนั้นสถาบันผลิตครูควรมีกำหนดนโยบายที่

ส่งเสริมการบูรณาการกระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเข้ากับหลักสูตรการผลิตครู โดยเฉพาะในรายวิชาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู เพื่อให้การพัฒนาจุดแข็งเป็นไปอย่างต่อเนื่อง และยั่งยืน

2. จากผลการวิจัยพบว่า การสนับสนุนจากครูพี่เลี้ยง คณะครู ผู้บริหารโรงเรียน และบุคลากรที่เกี่ยวข้องมีผลต่อความสำเร็จในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครู ดังนั้นควรกำหนดนโยบายร่วมกันระหว่างสถาบันผลิตครูและโรงเรียนเครือข่ายฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู ในการกำหนดบทบาท หน้าที่ และการสนับสนุนที่ชัดเจนของผู้บริหาร ครูพี่เลี้ยง และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครู

3. สถาบันผลิตครูควรบูรณาการการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูเข้ากับรายวิชาหลักในหลักสูตรครุศาสตร์

4. หน่วยงานที่ดำเนินโครงการทุนสนับสนุนครู เช่น โครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น ควรประยุกต์ใช้รูปแบบ NCSCS Model ในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาครูอย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. จากผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมสะท้อนผลช่วยให้นักศึกษาครูสามารถตระหนักรู้ถึงจุดแข็งของตนเองและนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ดังนั้นสถาบันผลิตครูควรจัดกิจกรรมสะท้อนผลอย่างสม่ำเสมอ พร้อมทั้งสนับสนุนเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างนักศึกษาครูและครูพี่เลี้ยง เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้จากประสบการณ์จริงและพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างต่อเนื่อง

2. จากผลการวิจัยพบว่า การสร้างบรรยากาศในโรงเรียนที่ส่งเสริมการเรียนรู้และการทดลองสอนรูปแบบใหม่ ๆ ส่งผลต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูได้อย่างชัดเจน ดังนั้นโรงเรียนฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู ควรจัดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เอื้อต่อการทดลองใช้นวัตกรรมการสอน และส่งเสริมบรรยากาศแห่งการสนับสนุนทางบวกจากผู้บริหาร ครูพี่เลี้ยง และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง

3. สถาบันผลิตครูควรพัฒนาศักยภาพของอาจารย์นิเทศก์ ครูพี่เลี้ยง ให้มีความรู้ ทักษะ และเจตคติที่เหมาะสมในการเป็นผู้อำนวยกระบวนการ (Facilitator) ตามรูปแบบ NCSCS Model พร้อมทั้งส่งเสริมให้เกิดเครือข่ายการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน

4. ควรอบรมครูพี่เลี้ยงหรืออาจารย์นิเทศให้ใช้แนวทางการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมจุดแข็งของนักศึกษา

5. ควรทดลองใช้รูปแบบกับกลุ่มนักศึกษาครูที่ไม่ได้รับทุน แต่มีบริบทเปลาะบางอื่น ๆ เช่น ครอบครัวแตกแยก หรืออยู่ในพื้นที่ชายแดน แนะนำให้สร้างคู่มือการนำรูปแบบไปใช้เพื่อทดสอบประสิทธิผลในสภาพแวดล้อมต่างกัน

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในครั้งต่อไป

1. ควรดำเนินการวิจัยซ้ำในมหาวิทยาลัยราชภัฏกับนักศึกษากลุ่มเดิม และควรศึกษากับนักศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏอื่นที่มีบริบทแตกต่าง

2. ควรเพิ่มกรณีศึกษา (Case study) ในการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อศึกษาความเข้าใจ และพัฒนาการของบุคคล

3. เนื่องจากการวิจัยนี้เน้นข้อมูลเชิงคุณภาพเป็นหลัก ในการศึกษาครั้งต่อไปควรมีการใช้เครื่องมือวัดเชิงปริมาณร่วมด้วย เพื่อประเมินและยืนยันผลลัพธ์จากกระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างรอบด้าน รวมทั้งควรมีการวิจัยติดตามผลระยะยาว เพื่อประเมินความยั่งยืนของผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น

4. ควรมีการศึกษาการบูรณาการรูปแบบ NCSCS Model เข้ากับรายวิชาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู เพื่อให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการผลิตครูอย่างเป็นระบบ พร้อมทั้งพัฒนาเครื่องมือการประเมินที่เชื่อมโยงกับสมรรถนะวิชาชีพครูตามมาตรฐานคุรุสภา

5. ควรมีการศึกษาวิจัยเพื่อขยายผลการนำรูปแบบ NCSCS Model ไปประยุกต์ใช้ในสถาบันผลิตครูที่มีบริบทแตกต่างกัน โดยอาจพิจารณาปรับระยะเวลาและรูปแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับบริบทเฉพาะของแต่ละสถาบัน ทั้งนี้ควรพัฒนาคู่มือการดำเนินงานที่มีความชัดเจนเพื่อให้ผู้อำนวยการกองการสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บรรณานุกรม

- Ai, A. L., Raney, A. A., & Appel, H. B. (2022). Trauma following Hurricanes Maria and Michael: Complicated roles of hazard-related factors, negative coping strategies, and positive character strengths. . *Natural Hazards Research*, 2(3), 259-267.
- Ali, S., & Lambie, G. W. (2019). The impact of strengths-based group counseling on LGBTQ+ young adults in the coming out process. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 23(1), 45-62.
<https://doi.org/doi.org/10.1080/19359705.2018.1530159>
- Allan, B. A., Owens, R. L., & Douglass, R. P. (2019). Character strengths in counselors: Relations with meaningful work and burnout. *Journal of Career Assessment*, 27(1), 151-166.
- American Psychological Association. (2022a). *APA Dictionary of Psychology*.
<https://dictionary.apa.org/character-strength>
- American Psychological Association. (2022b). *Counseling Psychology*.
apa.org/ed/graduate/specialize/counseling
- Anderson, H., & Goolishian, H. (1992). The client is the expert: A not-knowing approach to therapy.
- Asplund, J., Lopez, S. J., Hodges, T., & Harter, J. (2007). The Clifton StrengthsFinder 2.0 technical report: Development and validation. *The Gallup Organization, Princeton, NJ*.
- Azañedo, C. M., Fernández-Abascal, E. G., & Barraca, J. (2014). Character strengths in Spain: Validation of the Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS) in a Spanish sample. *Clínica y Salud*, 25(2), 123-130.
- Bedi, P., Gole, P., Dhiman, S., & Gupta, N. (2020). Smart contract based central sector scheme of scholarship for college and university students. *Procedia Computer Science*, 171, 790-799.
- Belando-Montoro, M. R., Naranjo-Crespo, M., & Carrasco-Temino, M. A. (2022). Barriers and facilitators to the retention and participation of socially, economically, and

- culturally disadvantaged university students. An international systematic review. *International Journal of Educational Research*, 113, 101968.
- Bernard, J. M., & Goodyear, R. K. (2018). *Fundamentals of clinical supervision*. Allyn & Bacon.
- Blasco-Belled, A. (2022). Character strengths and mental health as complex systems: a network analysis to identify bridge strengths. *Current Psychology*, 1-11.
- Bodsworth, H., & Goodyear, V. A. (2017). Barriers and facilitators to using digital technologies in the Cooperative Learning model in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(6), 563-579.
- Booker, J. A., & Perlin, J. D. (2021). Using multiple character strengths to inform young adults' self-compassion: The potential of hope and forgiveness. *The Journal of Positive Psychology*, 16(3), 379-389.
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, research & practice*, 16(3), 252.
<https://doi.org/doi.org/10.1037/h0085885>
- Brauer, K., Sendatzki, R., Gander, F., Ruch, W., & Proyer, R. T. (2022). Profile similarities among romantic partners' character strengths and their associations with relationship-and life satisfaction. *Journal of Research in Personality*, 99, 104248.
- Brogia, E., Millings, A., & Barkham, M. (2021). Student mental health profiles and barriers to help seeking: When and why students seek help for a mental health concern. *Counselling and Psychotherapy Research*, 21(4), 816-826.
- Brown, L. S. (2018). Feminist therapy (2nd ed.). *American Psychological Association* 277. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0000092-000>
- Casali, N., Feraco, T., & Meneghetti, C. (2021). Character strengths sustain mental health and post-traumatic growth during the COVID-19 pandemic. A longitudinal analysis. *Psychology & Health*, 1-17.
- Chambers, D. A., Glasgow, R. E., & Stange, K. C. (2013). The dynamic sustainability framework: addressing the paradox of sustainment amid ongoing change. *Implementation science*, 8, 1-11. <https://doi.org/doi.org/10.1186/1748-5908-8-117>

- Chérif, L., Wood, V. M., & Watier, C. (2021). Testing the effectiveness of a strengths-based intervention targeting all 24 strengths: results from a randomized controlled trial. *Psychological Reports*, 124(3), 1174-1183.
- Chopik, W. J., Kelley, W. L., Vie, L. L., Oh, J., Bonett, D. G., Lucas, R. E., & Seligman, M. E. (2021). Development of character strengths across the deployment cycle among US Army soldiers. *Journal of Personality*, 89(1), 23-34.
- Clifton, D. O., & Harter, J. K. (2003). Cameron, A.K. S.
- Dutton, B.J.E.
- Quinn, C.R. E. . In *Positive organizational scholarship: Foundations of a new discipline*. Berrett-Koehler.
- Cockerham, D. (2024). Participatory action research: building understanding, dialogue, and positive actions in a changing digital environment. *Educational technology research and development*, 72(5), 2763-2791.
- Cockerill, M., Grieveson, T., Bingham, S., & Higgins, S. (2021). High achievement for socio-economically disadvantaged students: Example of an equitable education model in schools across five English districts. *International Journal of Educational Research Open*, 2, 100043.
- Comstock, D. L., Hammer, T. R., Strentzsch, J., Cannon, K., Parsons, J., & li, G. S. (2008). Relational-cultural theory: A framework for bridging relational, multicultural, and social justice competencies. *Journal of Counseling & Development*, 86(3), 279-287.
- Cooley, S. J., Quinton, M. L., Holland, M. J., Parry, B. J., & Cumming, J. (2019). The experiences of homeless youth when using strengths profiling to identify their character strengths. *Frontiers in psychology*, 10, 2036.
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Cengage Learning.
- Corey, G. (2024). *Theory and practice of group counseling*. Cengage Learning.
- Cortes, S. T., Lorca, A. S., Pineda, H. A., Tubog, R., & Vilbar, A. (2024). Strengthening

- science education in basic education through a professional development program on participatory action research for science Teachers. *Social Sciences & Humanities Open*, 10, 101194.
- Cosentino, C., Fortson, J., Liuzzi, S., Harris, A., & Blair, R. (2019). Can scholarships provide equitable access to high-quality university education? Evidence from the Mastercard Foundation Scholars Program. *International Journal of Educational Development*, 71, 102089.
- Crane, P., & O'Regan, M. (2010). *On PAR: Using participatory action research to improve early intervention*. Department of Families, Housing, Community Services and Indigenous Affairs
- Creswell, J. W. (2002). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative* (Vol. 7). Prentice Hall Upper Saddle River, NJ.
- Darbani, S., & Kamdin, P. (2023). Investigating the effectiveness of strength-based counseling on adolescent resilience. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 4(5), 169-175.
- Datu, J. A. D., & Bernardo, A. B. (2020). The blessings of social-oriented virtues: Interpersonal character strengths are linked to increased life satisfaction and academic success among Filipino high school students. *Social Psychological and Personality Science*, 11(7), 983-990.
- Datu, J. A. D., & Mateo, N. J. (2020). Character strengths, academic self-efficacy, and well-being outcomes in the Philippines: A longitudinal study. *Children and Youth Services Review*, 119, 105649.
- De la Fuente Arias, J., Urien Angulo, B., Luis, E. O., González Torres, M. C., Artuch Garde, R., & Balaguer, Á. (2022). The proactive-reactive resilience as a mediational variable between the character strength and the flourishing in undergraduate students. *Frontiers in Psychology* 2022, 13 (856558).
- Desetta, A., & Wolin, S. (2000). *The struggle to be strong: True stories by teens about overcoming tough times*. Free Spirit Publishing.
- Deshler, D., & Ewert, M. (1995). *Participatory Action Research: Traditions and Major*

Assumptions. Ithaca.

Doucet, M., Pratt, H., Dzhenganin, M., & Read, J. (2022). Nothing about us without us:

Using participatory action research (PAR) and arts-based methods as empowerment and social justice tools in doing research with youth 'aging out' of care. *Child Abuse & Neglect*, 130, 105358.

Duncan, B. L., & Miller, S. D. (2000). The client's theory of change: Consulting the client in the integrative process. *Journal of Psychotherapy Integration*, 10, 169-187.

Duncan, B. L., Miller, S. D., Wampold, B. E., & Hubble, M. A. (2010). *The heart and soul of change: Delivering what works in therapy*. American Psychological Association.

Edwards, K. R., & Martin, R. A. (2014). The conceptualization, measurement, and role of humor as a character strength in positive psychology. *Europe's Journal of Psychology*, 10(3).

Eom, S.-J., Kang, H.-Y., & Seo, H.-A. (2016). Effect of Early Childhood Pre-Service Teachers' Character Strengths and Happiness on their Anger Expression. *Indian Journal of Science and Technology*, 9, 46.

Feldman, J., & Wallace, J. (2021). Costs and benefits: Scholarship students' reflective accounts of attending an elite secondary school. *International Journal of Educational Research*, 107, 101748.

Fife, S. T., Whiting, J. B., Bradford, K., & Davis, S. (2014). The therapeutic pyramid: A common factors synthesis of techniques, alliance, and way of being. *Journal of Marital and Family Therapy*, 40(1), 20-33.

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218.

Freitas, E. R., Barbosa, A. J. G., & Neufeld, C. B. (2021). Strengths Based Character Education for the Elderly: A Quasi-Experimental Study. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 37.

Gander, F., Gaitzsch, I., & Ruch, W. (2020). The relationships of team role-and character strengths-balance with individual and team-level satisfaction and performance. *Frontiers in Psychology*, 11, 566222.

- Gander, F., Hofmann, J., & Ruch, W. (2020). Character strengths: person–environment fit and relationships with job and life satisfaction. *Frontiers in psychology*, 11, 1582.
- Gillis, A., & Jackson, W. (2002). *Research for nurses: Methods and interpretation*. FA Davis Company.
- Gladding, S. T. (2019). *Groups: A counseling specialty*. Pearson.
- Gradišek, P. (2012). Character Strengths and Life Satisfaction of Slovenian In-Service and Pre-Service Teachers. *Center for Educational Policy Studies Journal*, 2(3), 167-180.
- Gradišek, P. (2021). Character strengths of first-year student teachers and the 5 Cs of the Positive Youth Development framework: A mixed-methods study.
- Gregersen, T., MacIntyre, P. D., & Buck, R. (2021). Using character strengths to address English writing anxiety. *Theory and Practice of Second Language Acquisition*, 7(2), 11-35.
- Grinhauz, A. S., Azzara, S. H., & Azzollini, S. (2022). Can Character Strengths Predict College Adjustment? A Study Carried Out in Nursing Students in the Argentine Republic. *Trends in Psychology*, 1-13.
- Gustems, J., & Calderon, C. (2014). Character strengths and psychological wellbeing among students of teacher education. *International Journal of Educational Psychology*, 3(3), 265-286.
- Han, H., Dawson, K. J., Walker, D. I., Nguyen, N., & Choi, Y.-J. (2022). Exploring the association between character strengths and moral functioning. *Ethics & Behavior*, 1-18.
- Harzer, C., & Ruch, W. (2013). The application of signature character strengths and positive experiences at work. *Journal of Happiness Studies*, 14, 965-983.
- Harzer, C., & Ruch, W. (2015). The relationships of character strengths with coping, work-related stress, and job satisfaction. *Frontiers in psychology*, 6, 165.
- Haslip, M. J., & Donaldson, L. (2021). What character strengths do early childhood educators use to address workplace challenges? Positive psychology in teacher professional development. *International Journal of Early Years Education*, 29(3),

250-267.

Hassan, M., Kushniruk, A., & Borycki, E. (2024). Barriers to and facilitators of artificial intelligence adoption in health care: scoping review. *JMIR Human Factors*, 11, e48633.

Hausler, M., Strecker, C., Huber, A., Brenner, M., Höge, T., & Höfer, S. (2017). Associations between the application of signature character strengths, health and well-being of health professionals. *Frontiers in Psychology*, 8, 1307.

Holtgraves, T. (2004). Social desirability and self-reports: Testing models of socially desirable responding. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(2), 161-172.

Huber, A., Bair, A., Strecker, C., Höge, T., & Höfer, S. (2021). Do more of what makes you happy? The applicability of signature character strengths and future physicians' well-being and health over time. *Frontiers in Psychology*, 12, 534983.

Huber, A., Strecker, C., Kachel, T., Höge, T., & Höfer, S. (2020). Character strengths profiles in medical professionals and their impact on well-being. *Frontiers in Psychology*, 11, 566728.

Ivey, A. E., Ivey, M. B., & Zalaquett, C. P. (2018). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society*. Cengage Learning.

Jabbari, M., Shahidi, S., Panaghi, L., Mazaheri, M. A., & Oberle, E. (2021). Examining the link between character strengths and positive and negative mental health indicators in Iranian adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 39(5), 610-622.

Johns, H. (2012). Personal development in counsellor training.

Jones-Smith, E. (2014). *Strengths-based therapy: Connecting theory, practice and skills*. Sage Publications.

Jordan, J. V. (2017). Relational-cultural theory: The power of connection to transform our lives. *The Journal of Humanistic Counseling*, 56(3), 228-243.

Jordan, J. V. (2018). *Relational-cultural therapy* <https://doi.org/doi.org/10.1037/0000063-000>

Jordan, J. V., & Carlson, J. (2014). *Creating connection: A relational-cultural approach*

with couples. Routledge.

Kaewsawang, T., Sakajan, T., & Nonthing, J. (2022). *Development of Psychological and Life Skills short-term training courses for full-ride scholarship student: A Case study of Muban Chombueng Rajabhat University's KRURAKTIN Scholarship*.

10th ICTEL 2022-International Conference on Teaching, Education & Learning, Budapest : Hungary.

Karris Bachik, M. A., Carey, G., & Craighead, W. E. (2021). VIA character strengths among US college students and their associations with happiness, well-being, resiliency, academic success and psychopathology. *The Journal of Positive Psychology*, 16(4), 512-525.

Kemmis, S., & Mc Taggart, R. (1998). *The Action Research Planer*. Deakin University.

Kemmis, S., & McTaggart, R. (2005). Communicative action and the public sphere. *The Sage handbook of qualitative research*, 3, 559-603.

Koshy, V. (2005). *Action research for improving practice: A practical guide*. Sage.

Koydemir, S., & Sun-Selişik, Z. E. (2016). Well-being on campus: Testing the effectiveness of an online strengths-based intervention for first year college students. *British Journal of Guidance & Counselling*, 44(4), 434-446.

Kretzschmar, A., Harzer, C., & Ruch, W. (2023). Character strengths in adults and adolescents: Their measurement and association with well-being. *Journal of Personality Assessment*, 105(1), 34-47.

Lee, C.-K. J., & Huang, J. (2021). The relations between students' sense of school belonging, perceptions of school kindness and character strength of kindness. *Journal of school psychology*, 84, 95-108.

Linley, A., Willars, J., & Biswas-Diener, R. (2010). *The strengths book: What you can do, love to do, and find it hard to do—and why it matters*. Coventry, UK: CAPP Press.

Clifton, DO, Anderson, E., & Schreiner, LA (2006). *Strengths quest: Discover and develop your strengths in academics, career, and beyond*.

Linley, P., & Harrington, S. (2006). Playing to your strengths. *The Psychologist*, 19, 86–89. In.

- Littman-Ovadia, H., Lazar-Butbul, V., & Benjamin, B. A. (2014). Strengths-based career counseling: Overview and initial evaluation. *Journal of Career Assessment*, 22(3), 403-419. <https://doi.org/doi.org/10.1177/1069072713498483>
- Liu, Q., & Wang, Z. (2021). Associations between parental emotional warmth, parental attachment, peer attachment, and adolescents' character strengths. *Children and Youth Services Review*, 120, 105765.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1991). A theory of goal setting and task performance. . *The Academy of Management Review*, 16(2), 212-247.
<https://doi.org/doi:10.2307/258875>
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American psychologist*, 57(9), 705.
<https://doi.org/doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705>
- MacDonald, C. (2012). Understanding participatory action research: A qualitative research methodology option. *The Canadian Journal of Action Research*, 13(2), 34-50.
- Marschall, R. (2021). The strength-based approach to therapy: Concepts and practices. *Clinical Psychology Review*, 90.
- Marshall, C., & Rossman, G. (2006). *Doing Participatory Action Research*. Sage.
- Martínez-Martí, M. L., Theirs, C. I., Pascual, D., & Corradi, G. (2020). Character strengths predict an increase in mental health and subjective well-being over a one-month period during the COVID-19 pandemic lockdown. *Frontiers in Psychology*, 11, 584567.
- McNiff, J., & Whitehead, J. (2011). *All you need to know about action research*. Sage Publications.
- McTaggart, R. (1991). Principles for participatory action research. *Adult education quarterly*, 41(3), 168-187.
- McWhirter, E. H. (1991). Empowerment in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 69(3), 222-227.
- Mehari, K. R., Jeffrey, A., Chastang, C. M., Blanton, M., & Currier, J. M. (2023). Impact of a participatory action approach to virtue promotion among early adolescents. *The*

- Journal of Positive Psychology*, 19(5), 758-771.
- Merritt, S., Huber, K., & Bartkoski, T. (2019). Application of signature strengths at work: A dual-level analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 14(1), 113-124.
- Molony, T., & Henwood, M. (2010). Signature Strengths in Positive Psychology. *Communiqué*, 38(8), 15-16.
- Moradi, S. (2023). The effectiveness of the strength-based approach on coping strategies and emotion regulation of female high school students. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 4(3), 109-118.
<https://doi.org/doi.org/10.52547/jspnay.4.3.147>
- Murphy, D., & Joseph, S. (2016). Person-centered therapy: Past, present, and future orientations.
- Naini, R., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2021). Efficacy of Online Group Counseling with Mindfulness-Based Cognitive Approach to Enhance Students' Humility. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 4(1), 78-90.
- Nickerson, R. S. (1998). Confirmation bias: A ubiquitous phenomenon in many guises. *Review of general psychology*, 2(2), 175-220.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.2.175>
- Norcross, J. C., & Wampold, B. E. (2018). A new therapy for each patient: Evidence-based relationships and responsiveness. *Journal of clinical psychology*, 74(11), 1889-1906. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/jclp.22678>
- Noriega, C., Velasco, C., Pérez-Rajo, G., & López, J. (2022). Character Strengths and Social Support as Protective Factors between Grandparents' Caregiving and Health-Related Quality of Life. *Journal of Child and Family Studies*, 1-13.
- Noronha, A. P. P., & Campos, R. R. F. D. (2018). Relationship between character strengths and personality traits. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 35, 29-37.
- Ordem, E. (2021). Participatory action research in a listening-speaking class in second language teaching: towards a critical syllabus. *Educational Action Research*, 31(1), 4-20.
- Padilla-Walker, L. M., Millett, M. A., & Memmott-Elison, M. K. (2020). Can helping others

- strengthen teens? Character strengths as mediators between prosocial behavior and adolescents' internalizing symptoms. *Journal of Adolescence*, 79, 70-80.
- Park, N., & Peterson, C. (2009). Character strengths: Research and practice. *Journal of college and character*, 10(4).
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
- Parsakia, K., & Darbani, S. A. (2022). Effectiveness of strength-based counseling on self-worth of divorced women. *Journal of Applied Family Therapy*, 3(1), 687-700. <https://doi.org/https://doi.org/10.61838/kman.aftj.3.1.34>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification (New York: American Psychological Association & Oxford University Press, 2004). *Reflective Practice: Formation and Supervision in Ministry*.
- Proyer, R. T., Gander, F., Wellenzohn, S., & Ruch, W. (2015). Strengths-based positive psychology interventions: A randomized placebo-controlled online trial on long-term effects for a signature strengths-vs. a lesser strengths-intervention. *Frontiers in psychology*, 6, 456.
- Qin, C., Cheng, X., Huang, Y., Xu, S., Liu, K., Tian, M., Liao, X., Zhou, X., Xiang, B., & Lei, W. (2022). Character strengths as protective factors against behavior problems in early adolescent. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 35.
- Ramadhoni, S. R., Azizah, N., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (220). Effectiveness Of Strength Based Group Counseling To Improve Students' Resiliency. *Group*, 9(2), 118-121.
- Rapp, C. A., & Goscha, R. J. (2006). *The strengths model: Case management with people with psychiatric disabilities*. Oxford University Press, USA.
- Rapp, C. A., & Goscha, R. J. (2012). *The strengths model: A recovery-oriented approach to mental health services*. Oxford University Press.
- Reason, P., & Bradbury, H. (2008). *Handbook of action research: Participative inquiry and practice*. sage.
- Richards, D., & Viganó, N. (2013). Online counseling: A narrative and critical review of the

literature. *Journal of clinical psychology*, 69(9), 994-1011.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/jclp.21974>

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.

Ruch, W., Heintz, S., & Wagner, L. (2020). Co-occurrence patterns of character strengths and measured core virtues in German-speaking adults. *Frontiers in Psychology*, 11, 599094.

Ruch, W., Platt, T., & Hofmann, J. (2014). The character strengths of class clowns. *Frontiers in Psychology*, 5, 1075.

Sanz-Remacha, M., Aibar, A., Abós, Á., Generelo-Lanaspa, E., & García-González, L. (2022). A community-based participatory action research with women from disadvantaged populations: strengths and weaknesses of a multiple health behaviour change intervention. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6830.

Schon, D. A. (1983). *The reflective practitioner: How professionals think in action*. Basic Books.

Seale, J. P., Seale, D. M., Pande, Y., Lewis, T. M., Manda, W., Kasanga, L., Gibson, E. B., Hadfield, K., Ogoh, T., & McGrath, R. E. (2022). GROW Zambia: A pilot cluster-randomized trial of a spiritually-based character strengths training curriculum to enhance resilience among Zambian youth. *The Journal of Positive Psychology*, 17(4), 596-609.

Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

Shoshani, A. (2019). Young children's character strengths and emotional well-being: Development of the Character Strengths Inventory for Early Childhood (CSI-EC). *The Journal of Positive Psychology*, 14(1), 86-102.

- Shoshani, A., & Shwartz, L. (2018). From character strengths to children's well-being: Development and validation of the character strengths inventory for elementary school children. *Frontiers in psychology*, 9, 2123.
- Shoshani, A., & Slone, M. (2013). Middle school transition from the strengths perspective: Young adolescents' character strengths, subjective well-being, and school adjustment. *Journal of happiness studies*, 14, 1163-1181.
- Smit, B. H. J., Meirink, J. A., Tigelaar, D. E. H., Berry, A. K., & Admiraal, W. F. (2024). Principles for school student participation in pre-service teacher action research: a practice architecture's perspective. *Educational Action Research*, 32(2), 222-242.
- Smith, S. E., Willms, D. G., & Johnson, N. A. (1997). *Nurtured by knowledge: Learning to do participatory action research*. IDRC, Ottawa, ON, CA.
- Sop, A., & Bişkin, S., Ö. (2021). Character Strengths in Early Years: Teachers' Awareness and Practices. *Journal of Teacher Education and Educators*, 10(2), 227-253.
- Streubert, H. J., & Carpenter, D. R. (1995). *Qualitative research in nursing: Advancing the humanistic imperative*. . Library of Congress Cataloging in Publication Data.
- Stringer, E. (1996). *Action Research: A Handbook for Practitioners*. Sage Publications.
- Stringer, E., & Genat, W. (2004). Gathering data: Sources of information. *E. Stringer & WJ Genat, Action research in health*. Pearson.
- Stringer, E. T. (2007). *Action research* third edition.
- Sue, D. W., & Sue, D. (2016). *Counseling the culturally diverse: Theory and practice*. John Wiley & Sons.
- Sueki, H. (2021). What character strengths are protective factors for suicidal ideation?: A cross-sectional study in Japan. *Psychology, Health & Medicine*, 26(6), 745-754.
- Suwannawong, P. R., Auemaneekul, N., Powwattana, A., & Chongsuwat, R. (2024). Ecological system theory and school-age obesity in Thailand: a participation action research for implications to practice. *Primary health care research & development*, 25, e60.
- Suzuki, M., Price, L., McEwan, A., Lorenza, L., Bloomfield, C., Pascoe, V., Power, D., & Stanton, L. (2025). Young people's justice-related concerns in regional Australia:

- Insights from a participatory action research project on youth-led communication on health and justice. *Children and Youth Services Review*, 171, 108192.
- Tehranchi, A., Neshat Doost, H. T., Amiri, S., & Power, M. J. (2018). The role of character strengths in depression: A structural equation model. *Frontiers in psychology*, 9, 1609.
- Timmons, L., & Ekas, N. V. (2018). Giving thanks: Findings from a gratitude intervention with mothers of children with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 49, 13-24.
- Tshelane, M. D. (2013). Participatory action research and the construction of academic identity among postgraduate research students. *TD: The Journal for Transdisciplinary Research in Southern Africa*, 9(3), 401-429.
- Umucu, E., Tansey, T. N., Brooks, J., & Lee, B. (2021). The protective role of character strengths in COVID-19 stress and well-being in individuals with chronic conditions and disabilities: An exploratory study. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 64(2), 67-74.
- Vásquez, B., & Díaz, L. D. (2021). Designing a character strengths development program for youth living in violent contexts. *Journal of Youth Development*, 16(2-3), 329-343.
- Vazquez-Marin, P., Cuadrado, F., & Lopez-Cobo, I. (2022). Linking Character Strengths and Key Competencies in Education and the Arts: A Systematic Review. *Education Sciences*, 12(3), 178.
- Vuorinen, K., Pessi, A. B., & Uusitalo, L. (2021). Nourishing compassion in Finnish kindergarten head teachers: How character strength training influences teachers' other-oriented behavior. *Early Childhood Education Journal*, 49, 163-176.
- Wagner, L., Holenstein, M., Wepf, H., & Ruch, W. (2020). Character strengths are related to students' achievement, flow experiences, and enjoyment in teacher-centered learning, individual, and group work beyond cognitive ability. *Frontiers in Psychology*, 11, 1324.
- Wagner, L., & Ruch, W. (2015). Good character at school: positive classroom behavior

- mediates the link between character strengths and school achievement. *Frontiers in psychology*, 6, 610.
- Walter, J. L., & Peller, J. E. (1992). *Becoming solution-focused in brief therapy*. Routledge.
- Wessels, E., & Wood, L. (2019). Fostering teachers' experiences of well-being: A participatory action learning and action research approach. *South African Journal of Education*, 39(1), 1-10.
- Whelan-Berry, K., & Niemiec, R. (2021). Integrating Mindfulness and Character Strengths for Improved Well-Being, Stress, and Relationships:: A Mixed-Methods Analysis of Mindfulness-Based Strengths Practice. *International Journal of Wellbeing*, 11(2).
- Xie, J., Liu, M., Zhong, Z., Zhang, Q., Zhou, J., Wang, L., Ma, K., Ding, S., Zhang, X., & Sun, Q. (2020). Relationships among character strengths, self-efficacy, social support, depression, and psychological well-being of hospital nurses. *Asian Nursing Research*, 14(3), 150-157.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2020). *The theory and practice of group psychotherapy*. Basic Books.
- Yépez-Tito, P., Ferragut, M., & Blanca, M. J. (2021). Character strengths as protective factors against engagement in sexting in adolescence. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 37(1), 142-148.
- Yu, Y., Chotipanvithayakul, R., Wichaidit, W., & Cai, W. (2022). Effects of Character Strength-Based Intervention vs Group Counseling on Post-Traumatic Growth, Well-Being, and Depression Among University Students During the COVID-19 Pandemic in Guangdong, China: A Non-Inferiority Trial. *Psychology Research and Behavior Management*, 1517-1529.
- Zhang, S.-e., Yang, L.-b., Zhao, C.-x., Shi, Y., Wang, H.-n., Zhao, X., Wang, X.-h., Sun, T., & Cao, D.-p. (2021). Contribution of Character Strengths to Psychology Stress, Sleep Quality, and Subjective Health Status in a Sample of Chinese Nurses. *Frontiers in Psychology*, 12, 631459.
- Zhao, R., Ding, X., Lin, X., Si, S., Zhang, Q., Li, C., & Cui, L. (2021). The efficacy of character strengths-based group intervention on reducing anxiety among

adolescents and mediating role of self-efficacy. *Current Psychology*, 1-16.

กระทรวงศึกษาธิการ. (2566). กรม.อนุมัติเพิ่มจำนวนการรับนิสิตโครงการเพชรในตม ปีละ 161 คน

จบแล้วบรรจุในโรงเรียน สพฐ. <https://www.moe.go.th/360diamond-in-the-rough/>

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา. (2561). ประกาศสำนักงานกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาเรื่องผลการคัดเลือกสถาบันการศึกษาเป็นสถาบันผลิตและพัฒนาครูในโครงการสร้างโอกาสทางการศึกษาสำหรับนักเรียนในพื้นที่ห่างไกลเป็นครูรุ่นใหม่เพื่อพัฒนาคุณภาพโรงเรียนของชุมชน (โครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น) ปีการศึกษา 2563.

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา. (2562). ประกาศสำนักงานกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาเรื่องผลการคัดเลือกสถาบันการศึกษาเป็นสถาบันผลิตและพัฒนาครูในโครงการสร้างโอกาสทางการศึกษาสำหรับนักเรียนในพื้นที่ห่างไกลเป็นครูรุ่นใหม่เพื่อพัฒนาคุณภาพโรงเรียนของชุมชน (โครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น) ปีการศึกษา 2563.

<https://www.eef.or.th/notice/kruraktin/>

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา. (2563). ประกาศสำนักงานกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาเรื่องโครงการสร้างโอกาสทางการศึกษาสำหรับนักเรียนในพื้นที่ห่างไกลเป็นครูรุ่นใหม่เพื่อพัฒนาคุณภาพโรงเรียนของชุมชน (โครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น) ปีการศึกษา 2563. <https://www.eef.or.th/notice/kruraktin/>

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา. (2564). ประกาศสำนักงานกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาเรื่องโครงการสร้างโอกาสทางการศึกษาสำหรับนักเรียนในพื้นที่ห่างไกลเป็นครูรุ่นใหม่เพื่อพัฒนาคุณภาพโรงเรียนของชุมชน (โครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น) ปีการศึกษา 2564. <https://www.eef.or.th/notice/7245/>

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา. (2565). ประกาศสำนักกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา เรื่องเปิดรับโครงการครูรัก(ษ์)ถิ่น ปีการศึกษา 2565.

<https://www.eef.or.th/notice/fund-teachereef-2565/>

ก้องภพ ชันติพงศ์พันธุ์, & ก่อเกียรติ มหาวีระชาติกุล. (2565). แนวทางการให้คำปรึกษาด้านอาชีพโดยใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเพื่อพัฒนาผลการปฏิบัติงานในระดับบุคคล. วารสารการพัฒนาศาสตร์มนุษยและองค์การ, 14(2), 167-186.

ก้องภพ ชันติพงศ์พันธุ์, สุาศุภร์ จันประเสริฐ, & ยุทธนา ไชยจุฑกุล. (2568). รูปแบบการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมพอประมาณตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม. วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 31(1), 1-21.

- จริยา ศรีวิจารณ์, อรุณญา ต๋ายคำภีร์, & ณัฐสุดา เต้พันธ์. (2556). ประสบการณ์ด้านจิตใจของนักศึกษาที่ยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา. วารสารวิจัย มข. มส. (บศ.), 1(1), 28-40.
- จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2566). ประกาศจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเรื่องการรับสมัครคัดเลือกนักเรียนโครงการรับนักเรียนจากชนบทเข้าศึกษาในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (โครงการจุฬา-ชนบท) ปีการศึกษา 2566 TCAS66 รอบที่ 2 โควตา (Quota).
<http://www.rural.chula.ac.th/Main/document/rural-20221101103708.pdf>
- ชวนคิด มะเสนา, จิณณวัตร ปะโคทั้ง, ธิดารัตน์ จันทะหิน, เสวตาภรณ์ ตั้งวันเจริญ, & วิไลวรรณ พรหมสีใหม่. (2564). การประเมินโครงการพัฒนาครูตามโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น โดยประยุกต์ใช้รูปแบบ CIPP Model กรณีศึกษานักศึกษาชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี. วารสารบริหารการศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี, 21(1), 1-8.
- ชวิน พงษ์ผจญ. (2564). การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้วรรณคดีไทยตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกโดยใช้รูปแบบ PERMA กับการจัดการเรียนรู้โดยใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นฐานเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของผู้เรียนระดับมัธยมศึกษา. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์, 47(1), 137-160.
- ชาย โพธิ์สีดา. (2564). ศาสตร์และศิลป์การวิจัยเชิงคุณภาพ. ศาสตร์และศิลป์การวิจัยเชิงคุณภาพ. อมรินทร์พริ้นติ้ง.
- ชุลีกร ยิ้มสุต. (2552). การพัฒนาการคิดไตร่ตรองและพฤติกรรมการสอนที่เน้นนักเรียนเป็นสำคัญของครูประถมศึกษาโดยใช้เทคนิคการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม [ปริญญานิพนธ์ดุสิตบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ]. กรุงเทพฯ.
- ชูชัย สมितिไกร, & อาชว์บารมี มณีตระกูล. (2564). การวิเคราะห์องค์ประกอบของจุดแข็งเชิงจิตวิทยาในบริบทสังคมไทย: การศึกษาจากคำศัพท์พรรณนาลักษณะบุคคล. วารสารมนุษยศาสตร์, 22(1), 121-142.
- จิตินาถ ภูมิถาวร. (2564). วิถีการดำรงชีพในโลกในศตวรรษที่ 21: กรณีความยากจนและความเหลื่อมล้ำในสังคม. วารสารสังคมภิวัตน์, 12(2), 68-85.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2556). ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น. สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- ทิพย์พาพร ตันติสุนทร. (2564). การลดความยากจนและความเหลื่อมล้ำทางการศึกษา. วารสารนวัตกรรมสังคม, 3(2), 93-110.

- เทิดศักดิ์ เดชคง, ศรัณยพิชญ์ อักษร, พาสณา คุณาธิวัฒน์, ชิดชนก โอบาสวัฒนา, & ขวัญเรือน อัศดรศักดิ์. (2567). ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบใช้ความเข้มแข็งเป็นฐานต่อความเข้มแข็งทางใจความเครียด ภาวะเหนื่อยล้าหมดไฟ ภาวะซึมเศร้า และความเสี่ยงฆ่าตัวตายในผู้มีความเสี่ยงปัญหาสุขภาพจิต. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย, 32(2), 166-175.
- ธนยศ ศิริดำรงศักดิ์. (2552). ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะเด่นและความพึงพอใจในการทำงานของคนไทยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย].
- ธีรภัทร์ ถิ่นแสนดี, & ภิญญา อนุพันธ์. (2564). ความเหลื่อมล้ำทางการศึกษาในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019. วารสารวิชาการรัตนบุศย์, 3(2), 63-68.
- นันท์ชัตต์สันต์ สกุลพงศ์. (2565). จิตวิทยาเชิงบวก: หลักการพื้นฐานและการประยุกต์. ห้างหุ้นส่วนจำกัดโรจนพรินติ้ง.
- นันทยา ดวงกุ่มเมศ, นิธิดา แสงสิงแก้ว, & นันธิดา จันทรางศุ. (2560). ประชาธิปไตยในวิถีไทย: บทสังเคราะห์จากการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้าง ความคิดเชิงบูรณาการ ประชาธิปไตยในวัฒนธรรมไทยให้เด็กและเยาวชน. *Veridian E-Journal, Silpakorn University*, 10(3), 600-616.
- บัวสวรรค์ จันทร์พินดาว, & เทพประวิณ จันท์แรง. (2565). การแก้ปัญหาความยากจนเชิงพุทธ: กรณีศึกษาชุมชนเกษตรกรรมตามศาสตร์พระราชา. วารสารพุทธศาสตร์ศึกษา, 13(1), 48-60.
- พจนา เปลี่ยนเกิด. (2563). การเสริมสร้างการเผชิญปัญหาเชิงบวกของนักเรียนพยาบาล สังกัดกระทรวงกลาโหม โดยใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเน้นจุดแข็ง [ปริญญาานิพนธ์ดุขฎิบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- พันธุ์ทิพย์ รามสูตร. (2540). การวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม. สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซีย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พีรธร บุญยรัตพันธุ์, เทียมจันทร์ พานิชย์ผลินไชย, พงษ์เอก สุกลใส, บุญส่ง กวยเงิน, & เอกชัย โกมลกิตติ. (2564). รูปแบบการให้คำปรึกษาช่วยเหลือดูแลนักศึกษาที่จะได้รับทุนของกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) ในระดับปริญญาตรี. วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์วิทยาเขตปัตตานี, 32(3), 27-42.
- ภัทราพร เกษสังข์. (2559). การวิจัยปฏิบัติการ. โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภาวิดา มหาวงศ์, กุสุมา ยกฐ, & ปรียานุช วิไลวิทย. (2563). การศึกษาเปรียบเทียบระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูในโครงการผลิตครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น คณะครุ

- ศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม. วารสารครุฑ, 7(2), 168-182.
- มนตรี คงเจริญ, & ฉลอง ชาตฐประชีวิน. (2560). การส่งเสริมนิสัยรักการอ่านในโรงเรียนมัธยมศึกษา ด้วยการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม. สักทอง. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 23(2), 137-150.
- มนตรี แย้มกสิกร, พงศ์เทพ จิระโร, & วิลาวัลย์ โพธิ์ทอง. (2559). การเตรียมความพร้อมครูนักเรียนทุนรัฐบาลก่อนเริ่มต้นปฏิบัติหน้าที่ครูของประเทศไทย. วารสารวิจัยและพัฒนาหลักสูตร, 6(1), 15-34.
- มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี. (2564). ประกาศมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรีเรื่องเกณฑ์การรับสมัครนักศึกษาโครงการคุรุทายาท ปีการศึกษา 2564.
http://admission.kmutt.ac.th/stocks/apply_list/o0x0/i4/b0/fvw7i4b0fm/ประกาศรับสมัคร-โครงการคุรุทายาท--64.pdf
- มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย. (2564). รายงานการให้คำปรึกษารายบุคคลสำหรับนักศึกษาทุนมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย. (2565). รายงานกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะวิชาการผ่านกิจกรรมหอพักและการให้คำปรึกษานักศึกษาผู้รับทุน. มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.
- ยุทธนา พันธมี, เฉลิม ทองจอน, & หลินญ., ม. (2565). กิจกรรมกลุ่มการให้คำปรึกษาเชิงสติเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียนของนักศึกษาครูรัก(ษ์)ถิ่น. วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์, 7(2), 2361-2372.
- รจนา บุญลพ. (2562). การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อสร้างรูปแบบการพัฒนาครูในการจัดการเรียนการสอนทักษะคณิตศาสตร์สำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษตามแนวคิดชุมชนการเรียนรู้ทางวิชาชีพในโรงเรียนเรียนรวม จังหวัดเชียงราย [ปริญญาานิพนธ์ดุขฎิบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- รัชวดี แสงมะหมัด. (2560). ความเหลื่อมล้ำทางการศึกษา: คุณภาพสังคมที่คนไทยมองเห็น. วารสารรัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์, 8(1), 33-66.
- รัตนานภิศ พละศึก, เบญจวรรณ ธนอมชยธวัช, & ดลปภัฏ ทองเลิศ. (2560). การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมี ส่วนร่วม: กระบวนการพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพชุมชนอย่างมีส่วนร่วม. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้. 5(1), 211-223.
- โรชวรรณา เชฟโฆลาม, รุฮัยซา ดือราแม, & โซฟีลาน มะดาแฮ. (2565). สมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียนของนักศึกษาครูเพื่อพัฒนาท้องถิ่น. วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ, 7(2),

275-293.

วรรณดี สุทธินากร. (2560). การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมและกระบวนการทางสำนึก.

สยามปริทัศน์.

วิจิต ทองประเสริฐ, พินโย พรหมเมือง, วรกมล วิเศษศรี, & ปัญจวีรี พัวพันธ์ศรี. (2561). การพัฒนา
ความคิดเชิงนวัตกรรมด้วยการบูรณาการการออกแบบโครงการและแผนผังความคิดสำหรับ
นักศึกษาทุนจากบริษัทกรุงเทพการไฟฟ้าจำกัด. สิกขวารสารศึกษาศาสตร์, 5(1), 7-15.

วิสุทธิศักดิ์ หวานพร้อม, วีระยุทธ ชาทะกาญจน์, & อโนทัย ประสาน. (2664). การวิจัยเชิงปฏิบัติการ
แบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนโดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน: กรณีศึกษา
โรงเรียนวัดทางขึ้น อำเภอท่าศาลา จังหวัดนครศรีธรรมราช. วารสารสังคมศาสตร์และ
มานุษยวิทยาเชิงพุทธ, 6(10), 263-278.

ศรัณย์ พิมพ์ทอง. (2557). คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง: แนวคิด การวัด และแนวทางการพัฒนา.

วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, 20(2), 188-205.

ศรัณย์พิชญ์ อักษร, เทิดศักดิ์ เดชคง, พาสนา คุณาธิวัฒน์, & ภพธร วุฒินาร. (2567). เปรียบเทียบผล
การให้คำปรึกษาแบบใช้ความเข้มแข็งเป็นฐานทางโทรศัพท์และแบบพบหน้าต่อความ
เข้มแข็งทางใจและภาวะเหนื่อยล้าหมดไฟในผู้ที่มีความเสี่ยงปัญหาสุขภาพจิต. วารสาร
สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา, 18(2), 71-82.

ศิริบุรณ์ สายโกสม. (2554). ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ศิริวรรณ กำแพงพันธ์. (2566). การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อสร้างรูปแบบกิจกรรม
ส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษา [ปริญญาานิพนธ์ดุษฎี
บัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].

ศิวพร ละม้ายนิล, สุาศุภร์ จันประเสริฐ, จารุวรรณ ขำเพชร, & อภิชาติ ใจอารีย์. (2562). การพัฒนา
รูปแบบการเสริมสร้างศักยภาพนักวิจัยชุมชน: การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม.

วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 25(2), 171-191.

ศิวรุท ขันติศิวนนท์. (2557). ประสิทธิผลของโปรแกรมการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพของ

ชาวเขาเผ่าม้งบ้านแม่แรม ตำบลเตาปูน อำเภอสอง จังหวัดแพร่. วารสารบัณฑิตวิจัย, 5(2),
129-139.

สัญญา ยี่อราน, & ศิวไลซ์ วรรณนิวจิตร. (2561). การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม สู่
ความสำเร็จการเปลี่ยนแปลงนโยบายในระบบสุขภาพ. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาล
และการสาธารณสุขภาคใต้, 5(2), 287-300.

- สามารถ จันทรสุริย์, ศุภกร คุรุการเกษตร, & อภิชาติ มหาราชเสนา. (2564). กลยุทธ์การจัด
การศึกษาเพื่อ แก้ปัญหาความเหลื่อมล้ำและความยากจน. วารสาร มจร การพัฒนาสังคม
, 6(1), 111-126.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2563). รายงานการวิเคราะห์สถานการณ์
ความยากจนและเหลื่อมล้ำของประเทศไทย ปี 2562. สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจ
และสังคมแห่งชาติ.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2565). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม
แห่งชาติฉบับที่สิบสาม พ.ศ. 2566-2570. สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สิทธิชัย ชมพูพาทย์. (2554). การพัฒนาพฤติกรรมการเรียนการสอนเพื่อการแก้ปัญหาอย่าง
สร้างสรรค์ของครูและนักเรียนในโรงเรียนส่งเสริมนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทาง
วิทยาศาสตร์โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการเชิงวิพากษ์ [ปริญญานิพนธ์ดุขฎิบัณทิต,
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ]. กรุงเทพฯ.
- สุดาร์ตน์ ตันติวิวัฒน์. (2560). จิตวิทยาเชิงบวก: การพัฒนา การประยุกต์ และความท้าทาย. วารสาร
พฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, 9(1), 277-290.
- เสาวลักษณ์ แยมศรี, กัลยา ปังประเสริฐ, & ศรีล่ายอง สังขศิริ. (2557). การศึกษาความสามารถ
ทางการเรียนคุณลักษณะนักศึกษาพยาบาลที่พึงประสงค์และภาพชีวิตอนาคตของนักศึกษา
ทุนพยาบาล ชุมชนและนักศึกษาที่ไม่สังกัดทุนพยาบาลชุมชน. วารสารพยาบาลและการ
ดูแลสุขภาพ, 32(3), 173-182.
- องอาจ นัยพัฒน์. (2554). การออกแบบการวิจัย: วิธีเชิงปริมาณ เชิงคุณภาพและผสมผสานวิธีการ
โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรรถยา อมรพรหมภักดี. (2562). การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนารูปแบบการนิเทศ
การพยาบาลปฐมภูมิที่ส่งเสริมการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพของพยาบาลที่ปฏิบัติงานใน
สถานบริการสุขภาพระดับปฐมภูมิ [ปริญญานิพนธ์ดุขฎิบัณทิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิ
โรฒ]. กรุงเทพฯ.
- อัฉรา นันทะศรี, & สิทธิพร ครามานนท์. (2564). บทบาทของนักจิตวิทยาการปรึกษาในการ
ส่งเสริมคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของอาจารย์มหาวิทยาลัยที่อยู่ในภาวะหมดไฟในการ
ทำงาน. วารสารศึกษาศาสตร์ มสธ., 14(2), 1-14.
- อุทัยทิพย์ เจียวิวรรณกุล. (2553). การวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม: แนวคิด หลักการและ

บทเรียน. บริษัท พี.เอ.ลีฟวิ่ง. จำกัด.





ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์



AF19-03-03.1
August, 2023

หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

ชื่อโครงการวิจัย : การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับ

ทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นางสาวอัจฉรา นันทะศรี

หน่วยงานต้นสังกัด : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

หมายเลขรับรองโครงการวิจัย : SWUEC-662008

รายการเอกสารที่รับรอง :

1. แบบเสนอเพื่อขอรับการพิจารณา	ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 4 กันยายน 2566
2. โครงการวิจัยฉบับสมบูรณ์	ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 27 มิถุนายน 2566
3. เอกสารข้อมูลและขอความยินยอมสำหรับอาสาสมัคร	ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 4 กันยายน 2566
4. แบบบันทึกข้อมูล	ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 27 มิถุนายน 2566
5. ประวัติผู้วิจัย	

ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยยึดหลักเกณฑ์ตาม Declaration of Helsinki, Belmont Report, International Conference on Harmonization in Good Clinical Practice (ICH-GCP), International Guidelines for Human Research ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิจัยนี้ได้

วันที่รับรอง : 8 กันยายน 2566

วันที่หมดอายุ : 7 กันยายน 2567

(ลงชื่อ).....
(รองศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

ชุดสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์ (ชุดที่ 2)

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

หน่วยจริยธรรมและมาตรฐานการวิจัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาคารนวัตกรรม ศ.ดร.สาโรช บัวศรี ชั้น 17

โทร. (02) 6495000 ต่อ 17503, 17506 โทรสาร (02) 2042590



ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

1. รองศาสตราจารย์ ดร.สุภาศกร จันทะเสริฐ	อ า จ า ร ย ์ ป ระ จ า ส ถ า บั น วิ จั ย พฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร	อาจารย์ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รสนาลัย อักษรวงค์	อดีตอาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ สีดากุลฤทธิ์	อดีตอาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศศิธร ชันติธรางกูร	อดีตอาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย



ภาคผนวก ค
หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย โทร. 12412

ที่ อว 8718.1/1693

วันที่ 18 กรกฎาคม 2566

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธธรรมศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวอัจฉรา นันทะศรี นิสิตระดับปริญญาเอก สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” โดยมี อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์ และรองศาสตราจารย์ ดร.ศุภฤกษ์ อินทรประเสริฐ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฐาศุภกร จันประเสริฐ เป็นผู้เชี่ยวชาญ ในหัวข้อ เรื่อง “การประเมินคุณภาพเครื่องมือการวิจัยแนวคำถามสำหรับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” จำนวน 4 ชุด ได้แก่ 1) แนวคำถามในการระบุปัญหาโดยใช้เทคนิค AIC 2) แนวคำถามในการสนทนากลุ่มในการสร้างและพัฒนา รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 3) แนวคำถามในการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา และ 4) แนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งหลังเข้าร่วมกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับบุคลากรของท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 087 855 0991

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นางสาวอัจฉรา นันทะศรี และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ที่ อว 8718/1964

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

18 กรกฎาคม 2566

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร

เนื่องด้วย นางสาวอัจฉรา นันทะศรี นิสิตระดับปริญญาเอก สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” โดยมี อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์ และรองศาสตราจารย์ ดร.ดุขฎิ อินทรประเสริฐ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญ ในหัวข้อ เรื่อง “การประเมินคุณภาพเครื่องมือการวิจัยแนวคำถามสำหรับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” จำนวน 4 ชุด ได้แก่ 1) แนวคำถามในการระบุมหาโดยใช้เทคนิค AIC 2) แนวคำถามในการสนทนากลุ่มในการสร้างและพัฒนา รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 3) แนวคำถามในการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา และ 4) แนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งหลังเข้าร่วมกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอบความอนุเคราะห์เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นางสาวอัจฉรา นันทะศรี และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 855 0991



ที่ อว 8718/1964

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

18 กรกฎาคม 2566

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รสนีย์ อักษรวงศ์

เนื่องด้วย นางสาวอัจฉรา นันทะศรี นิสิตระดับปริญญาเอก สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” โดยมี อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์ และรองศาสตราจารย์ ดร.ดุขฎิ อินทรประเสริฐ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญ ในหัวข้อ เรื่อง “การประเมินคุณภาพเครื่องมือการวิจัยแนวคำถามสำหรับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” จำนวน 4 ชุด ได้แก่ 1) แนวคำถามในการระบุปัญหาโดยใช้เทคนิค AIC 2) แนวคำถามในการสนทนากลุ่มในการสร้างและพัฒนา รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 3) แนวคำถามในการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา และ 4) แนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งหลังเข้าร่วมกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นางสาวอัจฉรา นันทะศรี และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 855 0991



ที่ อว 8718/1964

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

18 กรกฎาคม 2566

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ สีดากุลฤทธิ์

เนื่องด้วย นางสาวอัจฉรา นันทะศรี นิสิตระดับปริญญาเอก สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครุยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” โดยมี อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์ และรองศาสตราจารย์ ดร.ศุภวิ อินทรประเสริฐ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญ ในหัวข้อ เรื่อง “การประเมินคุณภาพเครื่องมือการวิจัยแนวคำถามสำหรับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” จำนวน 4 ชุด ได้แก่ 1) แนวคำถามในการระบุปัญหาโดยใช้เทคนิค AIC 2) แนวคำถามในการสนทนากลุ่มในการสร้างและพัฒนา รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 3) แนวคำถามในการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครุยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา และ 4) แนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งหลังเข้าร่วมกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นางสาวอัจฉรา นันทะศรี และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 855 0991

ที่ อว 8718/1964



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

18 กรกฎาคม 2566

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศศิธร ชันติธรางกูร

เนื่องด้วย นางสาวอัจฉรา นันทะศรี นิสิตระดับปริญญาเอก สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับทุนการศึกษาโดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” โดยมี อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์ และรองศาสตราจารย์ ดร.ดุขฎิ อินทรประเสริฐ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญ ในหัวข้อ เรื่อง “การประเมินคุณภาพเครื่องมือการวิจัยแนวคำถามสำหรับการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม” จำนวน 4 ชุด ได้แก่ 1) แนวคำถามในการระบุปัญหาโดยใช้เทคนิค AIC 2) แนวคำถามในการสนทนากลุ่มในการสร้างและพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง 3) แนวคำถามในการสังเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูจากงานจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา และ 4) แนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งหลังเข้าร่วมกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นางสาวอัจฉรา นันทะศรี และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 087 855 0991



**แนวคำถามการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับ
ทุนการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมโดยใช้เทคนิค AIC**

ประเด็น	คำถาม	ข้อเสนอแนะ
1. เพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้ง 6 ด้าน จากประสบการณ์การฝึกสอนของตนเอง ได้แก่ 1) ด้านปัญญาและความรู้ 2) ความกล้า 3) มนุษยธรรม 4) ความเพียรธรรม 5) การควบคุมอารมณ์ และ 6) การรู้จักความจริงของชีวิต รวมทั้งสำรวจจุดแข็งนอกเหนือจาก 6 ด้าน ที่ผู้ร่วมวิจัยต้องการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเอง 1.1 ขั้นการฟังอย่างไม่ตัดสิน (A: Appreciation) A1 ผู้ร่วมวิจัยเล่าประสบการณ์การฝึกสอนของตนเอง และสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจากประสบการณ์นั้น รวมทั้งสำรวจคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่นอกเหนือจาก 6 ด้าน ที่ตนเองต้องการเปลี่ยนแปลงและพัฒนา	1. จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านปัญญาและความรู้ จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร	
	2. จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านความกล้า จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร	
	3. จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านมนุษยธรรม จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร	
	4. จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านความเพียรธรรม จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร	
	5. จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้าน การควบคุมอารมณ์ จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร	

ประเด็น	คำถาม	ข้อเสนอแนะ
	6. จากประสบการณ์การฝึกสอน ท่านคิดว่าในด้านการรู้จักความจริงของชีวิต จุดแข็งของท่านคืออะไร และจุดแข็งที่ท่านคิดว่าต้องพัฒนาเพิ่มเติมในด้านนี้คืออะไร	
	7. นอกเหนือจากจุดแข็งทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ด้านปัญญาและความรู้ ความกล้า มนุษยธรรม ความเที่ยงธรรม การควบคุมอารมณ์ การรู้จักความจริงของชีวิตแล้ว ท่านคิดว่าตนเองมีจุดแข็งอะไรอีกบ้าง	
	8. ท่านคิดว่าจุดแข็งของท่านแบ่งออกเป็นกี่กลุ่ม และมีกลุ่มใดบ้างที่เกี่ยวข้องกัน	
	9. ท่านต้องการตั้งเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งกลุ่มใด (ขอให้ท่านเขียนลงในคอลัมน์ที่ 1 จุดแข็งของท่าน)	FA ถามผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มดังนี้ 1) “จุดแข็งอะไรบ้างที่ทุกคนในกลุ่มมีเหมือนกัน” และ 2) มีจุดแข็งอะไรบ้างที่ทุกคนในกลุ่มแตกต่างกัน” จากนั้น FA เขียนสรุปลงบนกระดาน (ผ่านระบบออนไลน์) โดยทำการวิเคราะห์ให้เห็นคำตอบของทุกคนในกลุ่มว่ามีจุดแข็ง

ประเด็น	คำถาม	ข้อเสนอแนะ
		อะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน
2. เพื่อให้ผู้ร่วมวิจัย ตั้งเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของตนเองที่จะเกิดการเปลี่ยนแปลง รวมทั้งระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนที่จะเกิดขึ้น เมื่อตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลง A2 ผู้ร่วมวิจัยกำหนดเป้าหมายในการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง	1. จากที่ท่านได้พิจารณาเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง ท่านคิดว่าพฤติกรรมบ่งชี้จากจุดแข็งที่ท่านต้องการพัฒนามีอะไรบ้าง (เขียนลงในคอลัมน์ที่ 2 พฤติกรรมบ่งชี้ของครู)	
	2. ระบุพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนที่จะเกิดขึ้นหลังจากที่ท่านได้พัฒนาจุดแข็งนั้นแล้ว (เขียนลงในคอลัมน์ที่ 3 พฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนที่จะเกิดขึ้นเมื่อครูเกิดการเปลี่ยนแปลง)	
	3. ขอให้ท่านร่วมกันสรุปเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งของทุกคนในกลุ่มที่เหมือนกันมีอะไรบ้าง	1. FA ตั้งคำถามกับผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มว่า “ใครชอบเป้าหมายของเพื่อนคนใดในกลุ่ม และอยากเอาไปเติมเต็มในการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง” 2. จากนั้น FA ให้ผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มได้ช่วยกันพิจารณาเป้าหมายในการพัฒนาจุดแข็งว่ามีอะไรบ้างที่เหมือนกันกับเพื่อนในกลุ่ม และมีเป้าหมายใดบ้างที่แตกต่างกัน โดย FA

ประเด็น	คำถาม	ข้อเสนอแนะ
		เขียนสรุปลงบนกระดาน ทำการวิเคราะห์ให้เห็น คำตอบของทุกคนใน กลุ่มว่ามีเป้าหมายใน การพัฒนา จุดแข็ง อะไรบ้างที่เหมือนกัน และแตกต่างกัน
3. เพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยระบุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมาย สำเร็จและปัจจัยเงื่อนไขที่ทำแล้วไม่สำเร็จ 3.1 ขั้นการสนทนาในการหาปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้ เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จ (I: Influence) - I1 ผู้ร่วมวิจัยระบุปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมาย สำเร็จและปัจจัยเงื่อนไขที่ทำแล้วไม่สำเร็จ	1. จากเป้าหมายการพัฒนา จุดแข็งของท่าน ขอให้ท่าน เล่าประสบการณ์ในการที่ จะพัฒนาจุดแข็งนั้นได้ดี มี ปัจจัยและเงื่อนไขที่สำคัญ อะไรบ้าง (ตัวอย่างเช่น การที่ท่านจะ ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี นั้น มีปัจจัยและเงื่อนไขที่ สำคัญอะไรบ้าง)	
	2. ถ้าท่านจะพัฒนาจุดแข็ง ตามเป้าหมายที่ท่านเลือก ได้ไม่ดี มีปัจจัยและเงื่อนไข ที่สำคัญอะไรบ้าง (ตัวอย่างเช่น การที่ท่านจะ ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ไม่ ดีนั้น มีปัจจัยและเงื่อนไขที่ สำคัญอะไรบ้าง)	
- I2 ผู้ร่วมวิจัยเลือกปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมาย สำเร็จและไม่สำเร็จ เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนา คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองเป็นรายบุคคล	1. มีปัจจัยและเงื่อนไข อะไรบ้างที่มีอิทธิพลต่อการ พัฒนาจุดแข็งของท่านให้ สำเร็จ 2. มีปัจจัยและเงื่อนไข	

ประเด็น	คำถาม	ข้อเสนอแนะ
	อะไรบ้างที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาจุดแข็งของท่านไม่สำเร็จ	
	3. ขอให้ท่านสรุปว่ามีปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้ท่านเกิดการเปลี่ยนแปลงจุดแข็ง	FA ให้ผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มได้ช่วยกันสรุปปัจจัยเงื่อนไขที่ทำให้เป้าหมายสำเร็จและไม่สำเร็จของทุกคนว่ามีอะไรบ้างที่เหมือนกันและแตกต่างกัน โดย FA เขียนลงบนกระดานเพื่อวิเคราะห์คำตอบของทุกคนในกลุ่ม
4. เพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยนำปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนพัฒนาตนเองเป็นรายบุคคล รวมทั้งควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ 4.1 ขั้นการสร้างแนวปฏิบัติ (C: Control) C การนำปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จมาใช้ในการวางแผนพัฒนาตนเองเป็นรายบุคคล รวมทั้งควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ	1. ท่านจะนำปัจจัยและเงื่อนไขที่ทำให้สำเร็จมาใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาจุดแข็งของตนเองอย่างไร	
	2. ท่านจะมีวิธีการควบคุมปัจจัยและเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จในการพัฒนาจุดแข็งของท่านอย่างไร	1. FA ให้ผู้ร่วมวิจัยได้ช่วยกันสรุปปัจจัยและเงื่อนไขที่สำเร็จที่นำมาใช้ในการวางแผนเพื่อพัฒนาจุดแข็งที่เหมือนกันของทุกคนในกลุ่ม และวิธีการที่จะควบคุมปัจจัยเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จในการพัฒนาจุดแข็งนั้น จากนั้น FA เขียนลงบนกระดาน ทำการวิเคราะห์ให้เห็นคำตอบของทุกคนในกลุ่มว่ามี

ประเด็น	คำถาม	ข้อเสนอแนะ
		อะไรบ้างที่เหมือนกัน และแตกต่างกัน 2. FA ตั้งคำถามกับ ผู้ร่วมวิจัยทั้งกลุ่มว่า “ใครชอบแนวทางในการพัฒนาจุดแข็งของ เพื่อนคนใดในกลุ่ม และ ยากนำไปเต็มเต็มในการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง” จากนั้น FA และผู้ร่วมวิจัยร่วมกัน สรุปแนวทางในการ พัฒนาจุดแข็งของทุกคนในกลุ่มที่เหมือนกัน และแตกต่างกัน



ภาคผนวก จ
ข้อมูลการสะท้อนผลการปฏิบัติในแต่ละวงรอบ

วงรอบที่ 1

1. การสะท้อนผลการปฏิบัติ

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติหลังจากการใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล โดยสะท้อนกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยนำไปปฏิบัติสำเร็จและไม่สำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน รวมทั้งกระบวนการเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 การบรรลุเป้าหมาย

1.1.1 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน

ผู้วิจัยขอเสนอการสะท้อนผลการปฏิบัติตามแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

1.1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

จากการดำเนินกิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยทุกคนมีแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่บางคนยังขาดรายละเอียดของกิจกรรมที่ต้องนำไปปฏิบัติอย่างชัดเจน จึงได้มีการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้ได้แผนการดำเนินกิจกรรมที่สอดคล้องกับคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ตนเองจะพัฒนา อีกทั้งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผนและสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย ได้แก่ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน คือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย กล่าวคือผลจากการดำเนินกิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนกล้าพูดคุยกับผู้อำนวยการโรงเรียน กล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานและอาสาช่วยงานมากขึ้น เช่น ดูแลห้องเรียนแทนเพื่อนร่วมงานที่ติดธุระ ซึ่งผู้ร่วมวิจัยระบุว่าตนเองได้บรรลุเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนได้สำเร็จ เพราะจากเดิมที่ไม่เคยอาสาช่วยผู้อื่น แต่ได้เปลี่ยนเป็นกล้าสอบถามในการช่วยเหลือผู้อื่นมากขึ้น ดังที่ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “ที่หนูไปโรงเรียนแล้วก็หนูกล้าที่จะถาม กล้าที่จะสอบถามคนอื่นในการช่วยเหลือมากขึ้นค่ะ เพราะว่าปกติหนูก็จะไม่ค่อยที่จะยื่นมือไปช่วยใครค่ะตรงนี้ก็มากขึ้นค่ะ...แล้วก็กล้าที่จะสอบถามคุณครูในโรงเรียนมากขึ้นค่ะ ว่าต้องการให้ช่วยตรงไหนไหม แล้วมีเมื่อก่อนนี้ค่ะแล้วที่นี้คุณครูโรงเรียนเก่าได้มาเดินทางมาส่งคุณครูค่ะที่นี้คุณครูต้องเดินทางกลับก่อนเวลาค่ะก็คือ จะไปดูแลห้องเรียนแทนคุณครูจนถึงเวลาเลิกเรียนค่ะ” (โปรดปราน) ซึ่งการที่ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมบรรลุตามเป้าหมายเนื่องจากใช้วิธีการกล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานและอาสาช่วยงานในโรงเรียน

1.2) เป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้เรียน

จากการดำเนินกิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมบรรลุเป้าหมาย เช่น ผลการดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของนักเรียนคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย เช่น ปรายฟ้าทำให้นักเรียนเชื่อฟังและปฏิบัติตามที่เธอสอน โดยพวกเขาพูดเพราะ ใจเย็นมากขึ้น ไม่พูดคุยกันเสียงดังในขณะที่เธอสอน รวมทั้งกล้าสอบถามในเรื่องที่พวกเขาสงสัยมากขึ้น

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุเป้าหมายนั้น มาจากการที่ผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการต่าง ๆ ได้แก่ กล้าทำงานที่ท้าทาย เป็นผู้นำในการทำกิจกรรม กล้าพูด กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก กล้าเสนอความคิดเห็น กล้าให้คำแนะนำและอบรมสั่งสอนนักเรียน กล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ไม่เข้าใจ กล้ารับงานที่ท้าทาย กล้าขอขอบคุณเมื่อได้รับความช่วยเหลือ เสียสละสอนเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังไม่เข้าใจเนื้อหาและคนที่เรียนไม่ทันเพื่อน อาสาช่วยงานเพื่อนร่วมงาน

2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.1) วางแผนการทำงาน

จากการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยทุกคนมีแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ซึ่งพบว่าบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผนและสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย คือ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ ซึ่งผลจากการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยบางคนพบว่า แม้ว่าจะมีภาระงานมาก แต่ผู้ร่วมวิจัยก็สามารถวางแผนส่งงานได้ทันตามเวลาที่กำหนด และยังสามารถแบ่งเวลาไปทำงานส่วนอื่น ๆ ได้ เช่น ฐใจสามารถทำงานส่งได้ทันตามเวลาตามแผนที่วางไว้ได้ ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นนั้นคะมันทำให้หนูกะทำงานแบบว่าเป็นลำดับขั้นตอนก็คือ งานที่กำหนดว่าจะต้องรีบส่ง หรือว่าทำก็คือทำ ทำทันเวลาละ แล้วพอเราเรียงลำดับความสำคัญเป็นแล้วก็จัดสรรเวลาได้กะทำงานตรงเวลาแล้วมาทำให้งานอื่นที่แบบว่ารออยู่ละ มันก็ตรงตามเป้าหมายไปด้วยละ” (ฐใจ)

นอกจากนั้นยังพบว่า ผลการปฏิบัติผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ เช่น ผลการดำเนินกิจกรรมพบว่า จากการที่ผู้ร่วมวิจัยศึกษาเนื้อหาก่อนที่จะนำไปสอน ส่งผลให้นักเรียนก็มีความกระตือรือร้นและสนใจเรียนมากขึ้น รวมทั้งพวกเขาสามารถตอบคำถามนักเรียนได้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนด้วยคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ดังเช่น คำพูดที่ว่า “หนูก็ได้พัฒนาในส่วนของความใฝ่รู้ละคะ หนูก็พัฒนาคู่ไปกับกระตือรือร้น มันพัฒนาไปด้วยกัน ก่อนที่หนูจะไปสอนคะหนูก็ดูเนื้อหาที่จะไปสอนก่อน แล้วก็พยายามแบบว่าคิดว่าจะมี

คำถามอะไรเกิดขึ้นในห้องเรียน แล้วก็พยายามหาคำตอบไปล่วงหน้าค่ะเพื่อเวลาเด็กถามเราก็จะได้จะได้บอกเค้าได้แบบนี้มันก็จะทำให้การสอนมัน มันไปมันไปได้แบบเรื่อย ๆ ค่ะ แบบไม่มีอะไรติดขัดค่ะ ไม่มีปัญหา ซึ่งก็ทำดูแล้วค่ะ นักเรียนก็มีความกระตือรือร้นมากขึ้นนะคะแล้วก็สนใจเรียนมากขึ้นค่ะ” (โมนา) อีกทั้งยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยได้ค้นคว้าหาความรู้ส่งผลให้สามารถตอบคำถามนักเรียนได้ดีมากยิ่งขึ้น รวมทั้งพบว่าผลที่เกิดขึ้นจากการใช้แผนทำให้นักเรียนไม่ง่วง เมื่อเวลาที่ผู้ร่วมวิจัยสอน เพราะได้มีการทำความเข้าใจเนื้อหาก่อนที่จะมาสอน ทำให้ลดเวลาในการอธิบายได้มาก อีกทั้งทำให้พวกเขาได้รู้สิ่งที่ตนเองยังไม่รู้ไปพร้อมกับนักเรียน ส่วนนักเรียนก็ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม กล่าวคือ ค้นหาคำตอบ กระตือรือร้นในการตั้งคำถามกับผู้วิจัย และสนใจสื่อการสอน ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนด้วยคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน

“เหมือนเราสามารถจัดการกับตัวเองได้ทำความเข้าใจก่อนนำไปสอนจะไม่ทำให้นักเรียนงงหรือว่าตอนเราสอนแล้วเราเองค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“ผลที่ได้นะคะคือ นักเรียนเข้าใจในเนื้อหามากขึ้นแล้วก็สนใจในการเรียนมากขึ้นค่ะ” (ณมน)

“ได้เรียนรู้สิ่งที่ตนเองยังไม่รู้ไปพร้อมกับนักเรียน” (ต๋องตา)

“นักเรียนให้ความร่วมมือในการสอน มีความสนุกสนานในการเรียน มีความสุขในการสอนนักเรียน” (ธัญญา)

“เราและนักเรียนเกิดความใฝ่รู้มากขึ้นจากการตั้งคำถามร่วมกัน” (ฮารุ)

“นักเรียนมีความสนใจในการเรียนในสื่อการเรียนรู้ ดูสื่อที่เราทำถึงแม้จะได้เรียนแล้วนักเรียนก็จะมาฝึกอ่านมาดู” (ยาหยิ)

นอกจากนั้นยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ซึ่งจากการดำเนินการปฏิบัติกิจกรรมตามแผนส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยสามารถออกแบบฉีก ตัด ปะ เพื่อฝึกซ้อมนักเรียนไปแข่งขันงานศิลปหัตถกรรมได้ ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “สัปดาห์ที่ผ่านมาได้รับหน้าที่ช่วยดูแลฝึกซ้อมการแข่งขันตัด ปะ ฉีกกระดาษ ในงานศิลปหัตถกรรม ซึ่งได้ออกแบบวางแผนและทำตามที่วางไว้ คือ คิดออกให้ได้ลงมือทำด้วย ไม่ใช่คิดอย่างเดียวแล้วไม่ทำแล้วนำเสนอผลงานหรือแนวคิดให้กับคุณครูและนักเรียน แล้วให้ทุกคนแสดงความคิดเห็น ข้อเสนอต่อผลงาน ในตอนที่คิดออกแบบก็มองท้องฟ้า ธรรมชาติ ฟังเพลงบ้างเพื่อผ่อนคลาย” (ดาริน)

2.2) ใฝ่รู้หาคำตอบ

จากผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่าบรรลุเป้าหมาย เนื่องจากสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย คือ ออกแบบและทดลองใช้การสนทนารูปแบบใหม่ เช่น ผลการดำเนินกิจกรรมของธัญยาทำให้นักเรียนฝึกตั้งคำถามกับเธอมากขึ้น ขณะเดียวกันเธอก็ค้นหาคำตอบให้กับนักเรียนมากขึ้นเช่นเดียวกัน รวมทั้งเปิดโอกาสให้นักเรียนพูดคุยกันมากขึ้น แม้ว่าเธอจะดำเนินการสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ แต่มีเธอมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ เนื่องจากเธอต้องการที่จะเพิ่มวิธีการของชะเอม ซึ่งเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่ใช้สำเร็จร่วมด้วยการให้กำลังใจตนเองในตอนเช้าว่าวันนี้ต้องเป็นวันที่ดีสำหรับเรา ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นนะคะนักเรียนและคุณครูได้ฝึกการตั้งคำถามและแสวงหาคำตอบมากขึ้น เปิดโอกาสให้นักเรียนได้พูดคุยกันในชั้นเรียนมากขึ้นคะ” (ธัญยา) ส่วนผลการดำเนินกิจกรรมของฮารุพบว่า เธอกระตือรือร้นในการหาคำตอบให้กับนักเรียนมากขึ้น อีกทั้งพบว่าผลการดำเนินกิจกรรมยังสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้เรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน กล่าวคือนักเรียนส่วนใหญ่มีความกระตือรือร้นมากขึ้นนะคะแล้วก็สนใจเรียนมากขึ้นคะ แต่ก็ยังพบว่ามีส่วนน้อยที่ยังไม่กระตือรือร้นมากพอ อีกทั้งผลการดำเนินกิจกรรมของณมนพบว่าสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน กล่าวคือ ผลการดำเนินกิจกรรมของเธอทำให้นักเรียนเข้าใจในเนื้อหามากขึ้นแล้วก็สนใจในการเรียนมากขึ้น รวมทั้งกระตือรือร้นในการตั้งคำถามกับเธอ ส่วนผลที่เกิดขึ้นกับต้องตาพบว่า เธอได้เรียนรู้สิ่งที่ยังไม่รู้ไปพร้อมกับนักเรียน อีกทั้งเธอยังเกิดความกระตือรือร้นในการค้นหาข้อมูลในการตอบคำถามนักเรียนมากขึ้น ขณะเดียวกันนักเรียนก็มีความกระตือรือร้นในการถามเธอในสิ่งที่พวกเขาสงสัย ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน จึงทำให้การดำเนินกิจกรรมของเธอสำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุเป้าหมายนั้นมาจากการที่ ผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการต่าง ๆ ได้แก่ วางแผนการทำงาน ตรวจสอบความเรียบร้อยของงาน เตรียมสื่อการสอน กระตือรือร้นในการสอน จัดกิจกรรมในชั้นเรียนให้สนุก ตั้งใจทำงานให้แล้วเสร็จ ตั้งคำถามกับนักเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนตั้งคำถาม ค้นหาความรู้ ออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ค้นหาความรู้เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ออกแบบกิจกรรมที่สนุกสนาน สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ใช้ในห้องเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ค้นหาความรู้ด้านทักษะชีวิต เพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาตนเอง

3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

3.1) ควบคุมอารมณ์

จากการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยทุกคนมีแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ซึ่งพบว่าบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผนและสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย คือ ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ และ เช่น จากการดำเนินกิจกรรมพบว่า เพื่อนร่วมงานสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงของเสมอตาม โดยกล่าวชื่นชมว่ามีสีหน้าที่อ่อนโยนมากขึ้น นักเรียนกล้าเข้าหา และ พูดคุยกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงานได้ดีขึ้น ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ได้รับความชื่นชมและนักเรียนกล้าที่จะเข้าหาเพิ่มขึ้น ครูและนักเรียนมีความเข้าใจกันมากยิ่งขึ้น นักเรียนกล้าที่จะพูดคุยกับครู กล้าปรึกษา” (เสมอตาม) ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลการสัมภาษณ์ครูที่เลี้ยงพบว่า เขายิ้มแย้มกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงานมากขึ้น พูดด้วยน้ำเสียงที่นุ่มนวล ไม่ทำหน้าดุเหมือนเมื่อก่อนทำให้นักเรียนกล้าเข้าไปพูดคุยด้วยโดยที่ไม่กลัว ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ กล้าคิด กล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุเป้าหมายนั้น มาจากการที่ ผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการต่าง ๆ ได้แก่ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่าการกำลังรู้สึกไม่ดี หรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่ง สุขุม ไม่ดูนักเรียน

3.1.2 ไม่สำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน

ผู้วิจัยขอเสนอการสะท้อนผลการปฏิบัติตามแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

1.1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

แม้ว่าส่วนใหญ่ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับแผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและมีบางส่วนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้คือ กล้าคิด กล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน คือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย เช่น บางคนกล้าแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “กล้าแสดงความคิดเห็นกล้าพูดกับคนอื่นในโรงเรียนมากขึ้น นอกจากครูที่เลี้ยงของตัวเอง” (ปิลิพ)

แต่ผู้ร่วมวิจัยเห็นว่าการพัฒนายังไม่สำเร็จ เนื่องจากยังไม่สามารถควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้ดีมากนัก เช่น บางคนยังมี

ความเห็นว่ายังไม่สำเร็จ เนื่องจากยังมีความกลัว ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมงาน ดังนั้นผู้ร่วมวิจัยจึงต้องการที่จะพัฒนาต่อโดยใช้แผนเดิมและบางคนต้องการเพิ่มแผนใหม่

อย่างไรก็ตามบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ เช่น กล้าที่จะกล่าวขอบคุณ ชื่นชมนักเรียน และเพื่อนร่วมงานมากขึ้นส่งผลให้พวกเขาช่วยเหลือผู้ร่วมวิจัยมากขึ้นโดยที่ไม่ได้ร้องขอ เช่น “ผลที่ได้รับนั้นก็คือ คุณครู นักเรียนอยากจะช่วยเหลือเราค่ะ แล้วก็ถึงแม้ว่าเราไม่ได้ขอความช่วยเหลือนักเรียนก็จะแย่งกันแบบช่วยเหลือของ เป็ดรามาแบบจอดรถอยู่ดี ๆ นักเรียนก็วิ่งมาถามว่ามีอะไรให้หนูช่วยไหมคะ พี่ ๆ ก็ถามว่ามีอะไรให้พี่ช่วยต้องบอกพี่น้องบอกพี่ได้” (เพียงขวัญ) แต่ยังพบว่าเธอต้องการใช้แผนเดิมและยืดระยะเวลาในการพัฒนาให้นานขึ้น รวมทั้งเพิ่มเติมการให้รางวัลตนเองในวงรอบต่อไป

อีกทั้งพบว่า แม้ผู้ร่วมวิจัยจะดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ เช่น กล้าเข้าไปพูดคุยกับคณะครูมากขึ้น กล้าสอบถามในสิ่งที่ตนเองสงสัย ไม่เข้าใจ แต่เขาเห็นว่าการเข้าหาคณะครูเพื่อสร้างสัมพันธภาพยังทำได้ไม่ดีมากนัก เพราะยังมีความประหม่า เกร็ง และกลัวอยู่ อีกทั้งในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งครั้งต่อไปยังต้องการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร่วมงานด้วยการทำกิจกรรมร่วมกันให้มากขึ้น เช่น ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “อีกหนึ่งอย่างที่ตั้งใจคือ กล้าที่จะเข้าไปคุยด้วยโดยที่ไม่ต้องเกร็ง ไม่ต้องกลัวนะครับคือ อันนี้ยังทำไม่ได้ร้อยเปอร์เซ็นต์ทำได้ประมาณซักสี่สิบ สี่สิบห้าเปอร์เซ็นต์ประมาณนี้ครับ คิดว่าจะลองทำกิจกรรมร่วมกับคณะครูให้เยอะให้มากขึ้นกว่านี้ เพื่อเพิ่มความสนิทสนมครับจะได้ไม่ต้องเกร็ง ไม่ต้องกลัวครับ” (มีคุณ)

ขณะเดียวกันพบว่า ผู้ร่วมวิจัยกล้ารับงานที่ทำทลายโดยไม่กลัว ทั้งที่ยังไม่มีประสบการณ์ เช่น การดูแลโครงการบ้านนักวิทยาศาสตร์ การรับหน้าที่เป็นผู้ฝึกซ้อมนักเรียนไปแข่งขันทักษะทางวิชาการ แต่ผู้ร่วมวิจัยยังเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จตามเป้าหมาย มีสาเหตุมาจากขาดความมั่นใจ ไม่มีประสบการณ์ ไม่ถนัดในงาน นอกจากนั้นยังพบว่าบางคนกล้าสอนภาษาอังกฤษให้กับนักเรียนทั้งที่เป็นวิชาที่ตนไม่ถนัด แต่ผู้ร่วมวิจัยยังเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จตามเป้าหมาย เนื่องจากไม่มีความมั่นใจในความรู้ของตนเองและกลัวว่าจะทำได้ไม่ดีตามที่คาดหวังไว้ อีกทั้งระบุว่าต้องการที่จะพัฒนาต่อโดยใช้แผนเดิมเพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านความกล้าหาญมีความเข้มแข็งมากขึ้น

นอกจากนั้นยังมีผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผน แต่ยังไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ เช่น กล้าท้าทายเฉพาะเพื่อนร่วมงานที่สนิทเท่านั้น ยังไม่กล้าท้าทายคนอื่น ๆ ที่ไม่ได้สนิท จึงเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ ซึ่งมีสาเหตุมาจากการที่เธอไม่กล้าพูดคุยกับผู้อื่น ดังนั้นจึงอยากปรับในเรื่องการพัฒนาความกล้าในวงรอบต่อไป โดยการเข้า

ไปทักทายเพื่อนร่วมงาน เพื่อเป็นสร้างสัมพันธภาพที่ดี ดังที่ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “แต่ว่าในการที่ที่ผ่านเค้านตลอดค่ะ ตัวเองมาอยู่ตรงนี้แล้วพอถ้าได้เข้าห้องนี้มาปุ๊บเราก็คงจะได้ไหว้เค้านมากขึ้นอย่างนี้ค่ะ...ก็อยากจะปรับตัวเองตรงเรื่องความกล้านี้แหละค่ะ เพราะว่าตัวเองค่อนข้างที่จะทงตัวเองสูงเหมือนกัน ถ้าเวลาในเรื่องของบุคลิกตัวเองเนี่ยค่ะ ถ้าเวลาเดินก็คือ จะเดิน เดินไปเลย ถ้าจะทักทายแค่ที่แบบว่าพีที่รู้จักแล้วก็สนิทมากแค่นั้นแหละค่ะ” (เทียนหอม)

ส่วนบางคนหลังจากดำเนินกิจกรรมด้านความกล้าพบว่า สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ กล่าวคือ กล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานเกี่ยวกับรายการที่จะส่งนักเรียนเข้าแข่งขันทักษะทางวิชาการ แต่ผู้ร่วมวิจัยมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวยังไม่สำเร็จ เนื่องจากพบอุปสรรคคือ ความกลัว เช่น เมื่อผู้อำนวยการโรงเรียนสอบถามว่าจะส่งรายการใดเข้าแข่งขัน เธอเลือกที่จะเงียบและไม่ตอบคำถาม ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ตอนที่ ผอ. ถามมาค่ะหนูก็ยังไม่กล้าค่ะแล้วก็กลัวค่ะหนูก็เลยใช้วิธีการไม่ตอบ” (ปัสสิฟ)

2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.1) วางแผนการทำงาน

จากการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผนและสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย ได้แก่ 1) กระตุ้นกระเจมีชีวิตชีวาขณะสอน 2) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ 3) ตรวจสอบแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ และ 4) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ และสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน จากการสะท้อนผลการปฏิบัติพบว่า แม้ผู้ร่วมวิจัยจะสามารถดำเนินกิจกรรมบรรลุตามเป้าหมาย แต่ยังมีเห็นว่าคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนยังเพิ่มขึ้นไม่มากนัก เช่น โมนามีความกระตือรือร้นในการทำงานเพิ่มขึ้น แต่เธอก็ยังมีความเห็นว่ายังมีไม่มาก อนึ่งยังมีผู้ร่วมวิจัยบางคนที่ยังไม่พึงพอใจต่อการพัฒนาเท่าที่ควร จึงต้องการที่จะพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างต่อเนื่อง โดยยึดระยะเวลาในการพัฒนาให้นานขึ้น เช่น โมนาพบว่าตนเองมีความกระตือรือร้นมากขึ้น แต่ต้องการมีให้มากกว่านี้จึงอยากจะทำอย่างต่อเนื่อง ดังคำกล่าวที่ว่า “ในด้านความกระตือรือร้นคือ กระตุ้นตัวเองเสมอให้ทำงานต่าง ๆ ทำให้มีความกระตือรือร้นมากขึ้น แต่จะต้องมีให้มากกว่านี้” (โมนา)

ส่วนปัจจัยที่ทำให้ไม่สำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน ได้แก่ ความขี้เกียจ ขาดวินัย ผิดวันประกันพรุ่ง และการแบ่งเวลา เช่น โรงเรียนได้มอบหมายให้ผู้ร่วมวิจัยสอน ทั้งระดับชั้นอนุบาล ระดับประถมศึกษา และภาระงานที่ต้องส่งงานในฐานะนักศึกษาทุน ส่งผลให้เกิดความเหนื่อยล้า และหมดพลังจึงไม่เกิดความกระตือรือร้นมาทำงานตนเอง ส่งผล

ให้ส่งงานได้ไม่ทันตามที่กำหนด เช่น การส่งแผนการสอนให้ครูพี่เลี้ยง และอาจารย์นิเทศก์ อีกทั้งยังพบว่าเทียนหอมที่บอกตนเองว่าจะจัดตารางชีวิตใหม่ เรียงลำดับก่อนหลังว่าควรทำอะไรก่อน แต่เมื่อถึงเวลาก็ไม่ทำเพราะขี้เกียจ และไม่มีวินัยในตนเองทำให้ไม่สามารถวางแผนและลงมือทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมาย อนึ่งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนต้องการที่จะปรับเปลี่ยนใหม่ ดังนั้นจึงเห็นว่าแผนการดำเนินการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งยังไม่สำเร็จ ดังคำกล่าวที่ว่า “สิ่งที่ทำแล้วยังไม่สำเร็จก็อาจจะ เป็นสิ่งที่มันยังเกิดในใจในเวลาที่เราเหนื่อยล้าค่ะก็คือแบบว่าสิ่ง สิ่งที่เรา บ่นแล้วก็ด้วยว่าปัจจัยภายนอกด้วยค่ะก็เป็นนักเรียนที่แบบว่า ถ้าหนูรู้สึกแบบนี้หนูก็จะทำสิ่งที่สบายใจค่ะ อาจจะเป็นปรับจากเพื่อนนะคะหนูก็พี่ที่พี่ฟังมากก็อยากจะปรับที่มันเกี่ยวกับการให้ กำลังใจตัวเองหรือว่าการให้รางวัลตัวเองค่ะ ซึ่งอันนี้ก็มีในแผนแต่ว่าหนู หนูยังไม่ได้ทำค่ะ” (ซูใจ)

อนึ่งยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยพบอุปสรรคคือการแบ่งเวลาทำให้การดำเนินการตามแผนไม่สำเร็จ เช่นคำกล่าวที่ว่า “การแบ่งเวลาให้ตัวเองก็คือ การจัดสรรเวลาค่ะ ซึ่งข้อนี้ยังทำได้ไม่สำเร็จเท่าไรหรอกค่ะคือ บางอย่างก็มีปัจจัยภายนอกอย่างเช่นบางวันก็ปวดหัวค่ะ แล้วก็ทำให้บางครั้งเหนื่อย หนูไม่ได้ทำแผน ตรงนั้นให้มันเสร็จค่ะ” (ชะเอม)

ยิ่งกว่านั้นยังพบว่า สาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้ร่วมวิจัยไม่สามารถดำเนินกิจกรรมตามแผนได้สำเร็จ เนื่องมาจากความขี้เกียจ ขาดวินัย และที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ ส่งผลให้ต้องมีการปรับเปลี่ยนอย่างกะทันหัน เช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “การวางแผนชีวิตค่ะ...ยังไม่ได้ดีขึ้นค่ะ เพราะว่าหนูรู้สึกว่าการวางแผนของหนูมันยังไม่โอเคค่ะเหมือนมันยังขาดหายไป อย่างเช่น ถ้าวางแผนตื่น ตื่นมาแล้วเราต้องทำอะไรบ้างหนูวางแผนได้แค่นี้ค่ะ แต่พอไปโรงเรียนไปเจอ สถานการณ์อีกแบบหนึ่งมัน มันเหมือนเริ่มแผนใหม่ค่ะ” (ทิวา)

นอกจากนั้นพบว่าโมนาได้กระตุ้นให้เธอทำงานด้วยการสื่อสารกับตนเองว่าให้ลงมือทำ แต่ความกระตือรือร้นก็ยังมีไม่มากนัก จากการสะท้อนผลการปฏิบัติพบว่า ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ยังพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งไม่สำเร็จ เนื่องจากอุปสรรค ได้แก่ ความเหนื่อยล้าจากภาระงาน ความขี้เกียจ สัญญาณอินเทอร์เน็ต ปัญหาสุขภาพ และแบ่งเวลาไม่ดี ทำให้ทำงานได้ไม่เต็มที่ส่งผลให้ไม่สามารถทำตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผนได้สำเร็จ ดังเช่นคำพูดที่ว่า “การแบ่งเวลาให้ตัวเองก็คือ การจัดสรรเวลาค่ะซึ่งข้อนี้ยังทำได้ไม่สำเร็จเท่าไรหรอกค่ะคือ บางอย่างก็มีปัจจัยภายนอกอย่างเช่น บางวันก็ปวดหัวค่ะ แล้วก็ทำให้บางครั้งเหนื่อย หนูไม่ได้ทำแผน ตรงนั้นให้มันเสร็จค่ะ” (ชะเอม)

2.2) ใ้รู้หาคำตอบ

จากผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่าบรรลุเป้าหมาย เนื่องจากสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย คือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ เช่น ผลการดำเนินกิจกรรมของฮารูปว่า เธอกระตือรือร้นในการหาคำตอบให้กับนักเรียนเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งพบว่าผลการดำเนินกิจกรรมยังสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้เรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน กล่าวคือ นักเรียนส่วนใหญ่มีความกระตือรือร้นมากขึ้นแล้วก็สนใจเรียนมากขึ้น แต่ก็ยังพบว่ามีส่วนน้อยที่ยังไม่กระตือรือร้นมากพอ แม้ว่าผลการดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ แต่เธอยังมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ เนื่องจากเธอเห็นว่ายังไม่มีความกระตือรือร้นในการหาคำตอบมากเท่าที่ควร จึงต้องการที่จะยืดระยะเวลาในการพัฒนาออกไปเช่นเดียวกับพริ้มที่พบว่า ผลการจัดกิจกรรมทำให้เธอมีความกระตือรือร้นในการหาใบงานต่าง ๆ มาเสริมให้กับนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ อีกทั้งผลการดำเนินกิจกรรมยังสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน กล่าวคือ นักเรียนเกิดความสนุกสนานและกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมในชั้นเรียนมากขึ้น ดังคำกล่าวของผู้วิจัยที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นจากการใช้แผนทำให้หนูมีความกระตือรือร้นในการหาใบงานต่าง ๆ มาเสริมให้แก่นักเรียนมากขึ้น”

อย่างไรก็ตามแม้ว่าผลการดำเนินกิจกรรมจะสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ แต่เธอยังเห็นว่ายังไม่สำเร็จ เพราะยังไม่สามารถแบ่งเวลาในการทำตามเป้าหมายได้ดีมากนัก ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “สิ่งที่ยังทำได้ไม่ดีก็คือ การแบ่งเวลาในการทำงานบางวัน ถ้าสอนเต็มวันกลับมาก็ออกไปช่วยงานผู้ปกครองทำให้เหนื่อยล้าและหลับไป งานบางงานที่แบ่งเวลาไว้ก็ไม่ได้ทำตามเป้าหมาย” (พริ้ม) อีกทั้งยังต้องการเพิ่มแผนที่สำเร็จของเพื่อนคือ การให้กำลังใจตนเองทุกวัน ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “สิ่งที่อยากจะกลับไปทำเพิ่มเติมอยากเสริมการให้กำลังใจตนเองทุกวันว่าเราทำได้ เราเก่งมาก วันนี้เป็นวันที่ดี เหมือนที่เพื่อนเคยใช้ค่ะ ก็อยากเสริมตรงนี้ในครั้งต่อไป” (พริ้ม) รวมทั้งต้องการยืดระยะเวลาในการพัฒนาต่อไปในวรอบต่อไป เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่าคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความเข้มแข็ง

อนึ่งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนเกิดความสับสนว่าแผนที่ตนเองใช้นั้นสำเร็จหรือไม่ เช่น จันท์เจ้าได้สะท้อนผลการปฏิบัติพบว่า สิ่งที่ทำได้ดีคือการตอบคำถามนักเรียนและคิดว่าสำเร็จบรรลุเป้าหมายตามพฤติกรรมบ่งชี้ แต่ขณะเดียวกันก็ยังสะท้อนว่าบางครั้งตอบคำถามนักเรียนได้ไม่ชัดเจนในกรณีที่คำถามยากเกินไป จึงมีความเห็นว่าอยากใช้แผนเดิมต่อ และเพิ่มเติมการให้กำลังใจตนเองจากที่ชะเอนนำมาแลกเปลี่ยนในกลุ่มคือ การบอกตนเองว่า “วันนี้เป็นวันที่ดีสำหรับฉัน” ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การใช้แผนเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของเธอ

ยังไม่สำเร็จ ดังคำกล่าวที่ว่า “แผนที่จะพัฒนาจุดแข็งที่ทำได้ดีนั้นะคะก็คือเป็นการตอบคำถามนักเรียนคะและเป็นการทบทวนเนื้อหาก่อนการสอนคะ ค่ะแล้วก็จะอะไรที่ยังทำไม่สำเร็จนะคะ หนูคิดว่ายัง มันยังไม่มีคะ แต่ว่ามันก็ยังแบบว่าทำ ทำแล้วคะแต่มันยังกำกวมว่าอย่างเช่น เป็นการตอบคำถามนะคะบางคนเหมือนคำถามมันยากเกินไปคะ...ที่นักเรียนถามมาคะก็คือมันยังค้นหาคำตอบไม่ได้คะ...ไม่ยากปรับเปลี่ยนคะ แต่ขอลองใช้ดูก่อนคะแต่เหมือนจะเป็นการเหมือนเพิ่มคะก็คือเหมือนเพิ่มที่ว่าแบบเป็นการพูดคุยกับตัวเองคะที่บอกว่าวันนี้เป็นวันที่ดีสำหรับฉันที่เหมือนของของชะเอมคะเอาไปทำเพิ่ม” (จันทร์เจ้า)

2.3) ความรอบคอบ

จากผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยพบว่าสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของ ผู้ร่วมวิจัยคือ ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ เช่น ผลการปฏิบัติของบีลีพบว่าเธอสามารถทำงานได้เรียบร้อยมากขึ้นทั้งสื่อการสอนและงานที่ได้รับมอบหมาย แม้ว่าผลการดำเนินกิจกรรมจะบรรลุเป้าหมายตามพฤติกรรมบ่งชี้ แต่เธอมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ เนื่องจากคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งยังเพิ่มขึ้นไม่มากนัก ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “มีความรอบคอบมากขึ้นคะในการทำงานคะ แต่ว่าอาจจะเพิ่มขึ้นไม่ได้ ไม่ได้ เยอะ” (บีลีฟ) อีกทั้งยังไม่ได้มีการยืนยันจากนักเรียนหรือเพื่อนร่วมงาน รวมทั้งเธอยังต้องการพัฒนาโดยใช้แผนเดิมอย่างต่อเนื่องในวงรอบต่อไป เพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความเข้มแข็งมากขึ้น

3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

3.1) ควบคุมอารมณ์

จากการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผนและสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย แต่ยังไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย คือ ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ โดยไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือไม่พอใจ ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่งสุขุม ไม่ดูนักเรียน ซึ่งผลการดำเนินกิจกรรมทำให้นักเรียนและเพื่อนร่วมงานกล้าเข้ามาพูดคุยกับผู้ร่วมวิจัยมากขึ้น แต่การดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ เพราะพบว่าปัจจัยที่เป็นอุปสรรคมีนอกเหนือจากที่วางแผนไว้ที่ยังไม่สามารถควบคุมได้ดีเท่าที่ควร เช่น ภาระงานที่เพิ่มเข้ามาของพรชีวันส่งผลให้ไม่สามารถทำตามแผนได้สำเร็จ เนื่องจากภาระงานที่เพิ่มเข้ามาทำให้เธอรู้สึกเหนื่อย หงุดหงิดทำให้ไม่สามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้กล่าวคือ ขณะที่สอนจะรู้สึกหงุดหงิดและทำให้น้ำบิ่งพูดตะคอกใส่นักเรียน และใช้สายตาดู เช่น คำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ที่ยังทำไม่สำเร็จ ยังทำไม่สำเร็จนะคะ

ก็คือ การ การควบคุมการหายใจของตัวเองคือนู หนุพยายามทำแล้วนะคะก็คือ พยายามใจเย็น ๆ พยายามหาวิธีควบคุมมันให้ได้ แต่หนูรู้สึกว่ามันยังควบคุมมันไม่ได้คะ ถ้าหนูรู้สึกหงุดหงิดมันก็จะ มันก็จะมีผลต่ออารมณ์เหมือนเดิมคะ” (พรทีวัน)

4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

4.1 ใส่ใจผู้อื่น

จากการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผนและสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัย คือ 1) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข 2) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน และ 3) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน คือ ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ และกล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย ซึ่งผลการดำเนินกิจกรรมพบว่า เมื่อผู้ร่วมวิจัยรับฟังส่งผลให้นักเรียนกล้าเปิดใจเล่าปัญหาให้ฟัง จึงทำให้เธอสามารถแก้ไขปัญหของพวกเขาได้ ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “เค้าจะกล้าสื่อสารกับเรามากขึ้นว่าทำไมมันเกิดเหตุการณ์แบบนี้ขึ้น ทำไมเค้าทำไม่ได้ ทำไมเค้ารู้สึกแบบ เค้าจะเปิดเผยกับเรามากขึ้นกว่าเดิมนะ คะ เราก็เลยแก้ปัญหาได้ เพราะว่าเรารู้ปัญหาของเค้ามาเปิดเผยกับเรา มาบอกความรู้สึกกับเรา ค่ะ” (คะนิง)

ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางส่วนเห็นผลที่เกิดขึ้นพบว่า จากการสังเกตนักเรียนทำให้ทราบถึงปัญหาและสาเหตุ จึงทำให้ผู้ร่วมวิจัยสามารถหาวิธีแก้ไขให้เขามีพฤติกรรมที่เหมาะสมและหันมาใส่ใจการเรียน รวมทั้งยังพบว่า นักเรียนกล้าเข้าหาและกล้าพูดคุยกับผู้ร่วมวิจัยมากขึ้น เช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “นักเรียนเข้าหาด้วยความนอบน้อมมากขึ้นคะ ไม่แข็งกระด้างคะ” (กานต์แก้ว)

นอกจากนั้นยังพบว่า ผู้อื่นสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงของผู้ร่วมวิจัย กล่าวคือ เมื่อผู้ร่วมวิจัยทำหน้าที่ครู นักเรียนจะบอกให้ผู้ร่วมวิจัยยิ้มทันที เช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลที่ได้รับคือ นักเรียนให้ความสนใจคะ...แล้วก็มีนักเรียนเตือนว่าครูทำหน้าที่ครูแล้วก็บอกให้หนูยิ้มคะ” (กานต์แก้ว)

4.2) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับคนรอบข้าง

จากการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผนและสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัย คือ ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เช่นพบว่า ผู้ร่วมวิจัยยิ้มแย้มแจ่มใสและพยายามพูดคุยหยอกล้อเป็นกันเองกับนักเรียนมากขึ้นกว่าเดิม ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “หนูยิ้มให้กับนักเรียนมากขึ้นคะ

แล้วก็จะไม่เครียดใ้กับนักเรียนคะก็เวลาเด็กเค้าหัวเราะ เค้าถามหนูก็จะยิ้มแล้วก็หัวเราะไปกับนักเรียนมากขึ้นคะ” (บีลีฟ) แต่ก็ยังพบว่ามีส่วนร่วมวิจัยบางคนที่ยังไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีมากนัก กล่าวคือ ขณะที่กำลังสอนนักเรียน ส่วนใหญ่ดี๊ซน จึงทำให้เธอเหนื่อย หงุดหงิด อารมณ์ไม่ดี ทำหน้าบึ้งตลอดเวลา แต่พอนึกขึ้นได้ว่ากำลังพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้วยวิธีการยิ้มแย้มก็จะยิ้มออกมาทันที แต่ไม่เป็นธรรมชาติและยิ้มได้ไม่นาน ส่วนผู้ร่วมวิจัยบางส่วนยังไม่สามารถควบคุมตนเองให้ใจเย็นได้ ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ที่ทำแล้วยังไม่สำเร็จก็คือ อารมณ์ขึ้นคะ เพราะว่าบางทีด้วยความที่หนูได้สอนเด็ก ป. 1 ป. 2 อย่างเจี๊ยคะ แล้วด้วยความที่โรงเรียนเด็กหนึ่งห้องจะเยอะคะ แล้วเด็กก็มีความแตกต่างกันแล้วก็ดี๊ซนของเค้าคะ ก็เลยทำให้หนู มันก็เลยทำให้หนูเหนื่อยตั้งแต่คาบแรกอย่างนี้คะ แล้วมันก็จะไปทบ ทบกันมันก็เลยเกิดความแบบเหนื่อย ไม่ยิ้ม อารมณ์เริ่มหงุดหงิดหน้าบึ้ง มันก็เลยทำให้ได้ไม่ดีพอ แต่พอนึกขึ้นได้ก็จะยิ้มออกมา แต่ว่ามันไม่ได้เป็นแบบธรรมชาติคะ มันก็เลยจะยิ้มได้แค่แป๊บเดียวอย่างนี้คะ” (บีลีฟ)

อย่างไรก็ตามแม้ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ได้ดำเนินกิจกรรมบรรลุตามเป้าหมายของแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่พวกเขายังมีความเห็นว่า การดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ เนื่องจากบางคนยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาจุดแข็งได้ดีมากนัก และบางคนต้องการที่จะพัฒนาอย่างต่อเนื่องเพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความเข้มแข็งมากขึ้น อนึ่งบางคนยังให้ข้อมูลว่าเป็นการสะท้อนผลจากการสังเกตของตนเองเป็นส่วนใหญ่ยังไม่ได้รับการยืนยันจากนักเรียนหรือเพื่อนร่วมงาน จึงทำให้ต้องการที่จะพัฒนาต่อไปในวงรอบต่อไป เพื่อให้มั่นใจว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง

วงรอบที่ 2

1. การสะท้อนผลการปฏิบัติ

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติหลังจากการใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล โดยสะท้อนกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยนำไปปฏิบัติสำเร็จและไม่สำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน รวมทั้งกระบวนการเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 การบรรลุเป้าหมาย

1.1.1 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน

ผู้วิจัยขอเสนอการสะท้อนผลการปฏิบัติตามแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

1.1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

จากการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยทุกคน มีแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจนและดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน อีกทั้งมีการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงจากการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้งจากนักเรียนและ เพื่อนร่วมงานเพื่อให้เกิดความมั่นใจว่าผู้ร่วมวิจัยเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง ซึ่งจากการสะท้อนผลการดำเนินกิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยเกิดความมั่นใจในการทำงาน และมีความกล้าในการทำอะไรด้วยตนเองมากขึ้น กล่าวคือ เทียนหอม ชะเอมและปรายฟ้าพบว่า พวกเธอมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นส่งผลให้มั่นใจในการทำงาน กล้าแสดงออกมากขึ้น เช่น ปรายฟ้าพบว่าเธอมีความเชื่อมั่นตนเองมากขึ้น กล่าวคือ กล้ารับผิดชอบงานหลาย ๆ อย่างในโรงเรียนโดยที่ไม่กลัว กล้าทำ กล้าตัดสินใจ และกล้าพานักเรียนทำกิจกรรมมากขึ้น ซึ่งทำให้เธอมีความสุขหลังจากได้ลงมือทำ นอกจากนั้นแล้วยังกล้าพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้นและนำเอาข้อแนะนำมาปรับใช้ สอดคล้องกับผลการดำเนินกิจกรรมของบีตีฟพบว่า เธอกล้าแสดงความคิดเห็น กล้าพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้นโดยไม่กลัว นอกจากนั้นยังกล้ารับงานใหม่ เช่น เป็นคณะกรรมการตัดสินกีฬาสีฟุตบอล เป็นต้น รวมทั้งสอดคล้องกับมีคุณพบว่า เรามีความกล้ามากขึ้นจากการได้รับคำปรึกษาจากเพื่อนร่วมงาน และนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับมาใช้ในการแก้ไขปัญหา

“ทำให้ตนเองเกิดภาวะความเป็นผู้นำมากขึ้นค่ะ การกล้าพูดกล้าแสดงออกมากยิ่งขึ้นค่ะ นักเรียนก็รู้สึกชอบค่ะ ถ้ามีการจัดกิจกรรมแล้วหนูก็ได้เป็นผู้นำในการทำกิจกรรมค่ะ” (เทียนหอม)

“ผลที่ได้ก็มีงานส่งค่ะ มี ความกล้าที่ทำสื่อ ถ้าเกิดให้ทำอีกครั้งก็มั่นใจว่าตัวเองจะทำสื่อแบบนั้นได้อีกค่ะ...ซึ่งผลที่เกิดจากประเมินจากตนเองก็เหมือนเดิมค่ะก็จะมี ความมั่นใจที่จะทำสื่อชิ้นนั้น ๆ ค่ะแล้วก็รู้สึกว่ามี ความรับผิดชอบ มีความสุขที่ได้ทำสื่อชิ้นนั้น หลังจากได้เห็นผลงานแล้วก็เห็นว่าเด็ก (นักเรียน) เนี่ยมีความสุขจากสื่อชิ้นนั้นค่ะ” (ชะเอม)

“การประเมินนะคะก็คือหนูได้ หนูคิดว่าหนูได้รู้จักแล้วก็ได้พูดคุยกับครูในโรงเรียนมากขึ้นค่ะ จากที่เมื่อก่อนจะนั่งอยู่เฉย ๆ แล้วเค้าเจียบบหนูก็เจียบบนี้ หนูก็พูดกล้าถามกล้าชวนกินนู่นกินนี่อย่างเจียบค่ะ แล้วก็กล้าแสดงความคิดเห็นตัวเองมากขึ้นค่ะ” (บีตีฟ)

“ส่วนผลที่เกิดขึ้นนั้นะคะก็กล้าทำกล้าตัดสินใจมากขึ้นค่ะ มีความสุขหลังจากที่ได้ลงมือทำค่ะ ส่วนในเรื่องของการประเมินตนเองคะก็จะรู้สึกตัวเองกล้าพูดคุยกับคุณครูมากขึ้นค่ะ แล้วก็พยายามนำเอาข้อแนะนำมาปรับใช้ค่ะ กล้ารับผิดชอบงานหลาย ๆ อย่างในโรงเรียนคะ อย่างเช่นไปโรงเรียนก็มีพยายามเปลี่ยนแปลงตัวเองคะ แล้วก็แบบพยายามควบคุมแถวควบคุมชั้นเรียนแล้วก็ทำหน้าที่ของตนเองที่ได้รับมอบหมายคะเวลาที่ครูมีอะไรให้ทำใหม่ ๆ ก็พยายามรับเอา แล้วก็ทำ แล้วก็พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองให้มันดีขึ้นคะ” (ปรายฟ้า)

“ผลที่เกิดขึ้นนะครับก็มีความความกล้ามากขึ้นนะครับที่จะไปปรึกษาเค้า (เพื่อนร่วมงาน)นะครับ แล้วก็ได้รับคำปรึกษากับมานะครับก็จะมีความรู้ะครับประสบการณ์ผู้กับปัญหาะครับ” (มีคุณ)

นอกจากนั้นยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงาน สอดคล้องกันว่า ผู้ร่วมวิจัยกล้าแสดงออกและมีภาวะผู้นำมากขึ้น อนึ่งยังพบว่าผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยยังสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานคือ กล้าคิด กล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย เช่น นักเรียนสะท้อนการว่า พวกเขาให้ความร่วมมือ เชื่อถือเชื่อถือในตัวเธอและเชื่อมั่นในการตัดสินใจของปรายฟ้า โดยให้เธอเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม เช่น ชื่อมแสดงละครลูกเสือ อีกทั้งยังสอดคล้องกับข้อมูลการสัมภาษณ์เพื่อนร่วมงานพบว่า เธอกล้ารับงานที่ทำหยาบมากขึ้นทำให้พวกเขาไว้วางใจในการมอบหมายให้เธอมากขึ้น เช่น ทำหน้าที่ชักซ้อมการแสดงให้กับนักเรียน ซึ่งเธอเป็นผู้นำพานักเรียนทำกิจกรรม โดยการคัดเลือกและชักซ้อมนางรำแสดงรอบกองไฟในค่ายลูกเสือ ฝากให้ดูแลนักเรียนระดับชั้นอนุบาล และดูแลความสะอาดภายในโรงเรียน เป็นต้น ส่วนชะเอมได้รับการสะท้อนจากนักเรียนว่าพวกเขาชอบผลงานที่ได้ทำและอยากเรียนกับเธอ รวมทั้งสอดคล้องกับข้อมูลของเพื่อนร่วมงานที่สังเกตเห็นว่าเธอมีการพัฒนาที่ดีขึ้นกว่าภาคเรียนที่ผ่านมา เช่น เตรียมการสอน นำเอาสื่อการสอนที่ทันสมัยมาใช้ในการฝึกนักเรียน วิธีการสอนที่กระชับ ชัดเจนและเข้าใจง่ายมากขึ้น อีกทั้งจากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า พวกเขากล้าเข้าหาและกล้าพูดคุยกับป๊อฟมากขึ้น ขณะเดียวกันเธอก็กล้าพูดคุยและกล้าแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้นด้วยเช่นกัน

สรุปได้ว่าผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมายตามแผนการดำเนินงาน สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย นักเรียนและเพื่อนร่วมงาน ทั้งนี้การดำเนินกิจกรรมสำเร็จได้นั้น เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการกล้าแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมงาน กล้าเสนอตนเองทำงานโดยที่ไม่ได้ถูกร้องขอ และกล้าทำงานที่ทำหยาบ ซึ่งวิธีการ

ดังกล่าวเป็นแผนเดิมที่ผู้ร่วมวิจัยเคยใช้ ในวงรอบที่ 1 และเพิ่มระยะเวลาพัฒนาในวงรอบนี้ให้นานขึ้น ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนได้ใช้เทคนิคที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่เคยพัฒนาในวงรอบที่ 1 มาใช้พัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตัวของตนเองร่วมด้วย

2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.1) วางแผนการทำงาน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ซึ่งผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ ได้แก่ โมนะ เพียงขวัญ ต้อมตา นัสดาว พรชีวัน และโปรดปรานพบว่า พวกเขาสามารถวางแผน แบ่งเวลาในการทำงานได้ดีมากขึ้นส่งผลให้ทำงานเสร็จก่อนเวลา ทำให้มีเวลาทบทวนงานและสามารถส่งงานได้ทันตามเวลาที่กำหนด เช่นเดียวกับผลที่เกิดขึ้นของทอฝันพบว่า แม้ว่าเธอจะเกิดความรู้สึกเหนื่อยล้าและพบอุปสรรคทางด้านสุขภาพคือปวดตามร่างกาย แต่ก็พยายามอดทน อดกลั้นทำงานให้สำเร็จ สอดคล้องกับกับฐาใจพบว่า ผลที่เกิดขึ้นทำให้เธอเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นว่าสามารถทำงานได้ทั้งที่ยังไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อนและสามารถทำงานได้อย่างรวดเร็วมากขึ้น เช่น จัดหาอุปกรณ์ขบวนพาเหรดให้ทันงานแข่งกีฬา ส่วนเมธอแตมพบผลที่เกิดขึ้นคือ เขามีความกระตือรือร้นในการทำงานมากขึ้น เช่น เมื่อได้รับมอบหมายงานก็จะรีบทำทันทีทำให้งานเสร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้เช่นเดียวกับยาหยิพบว่า เธอได้จัดกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนตื่นตัวอยู่เสมอ ขณะเดียวกันยังมีผู้ร่วมวิจัยที่พัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนอกเหนือจาก 6 ด้าน คือ ยาหยิที่พัฒนาการตรงต่อเวลา ผลที่เกิดขึ้นทำให้เธอมาโรงเรียนแต่เช้า

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะคือในการวางแผนในการทำงานแต่ละวันของหนูคะคือ หนูทำได้ตามที่หนูวางไว้คะแล้วที่นี้หนูก็รู้สึกสบายใจคะ แล้วก็การวางแผนนั้นนะคะทำให้หนูทำงานร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุขได้คะ” (ทอฝัน)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือหนูรู้สึกว่หนูพยายามพัฒนาตนเองในการทำงานกิจกรรมในโรงเรียนมากขึ้นกว่าเดิมคะคือ ช่วงนี้จะเป็นกิจกรรมที่ต้องเตรียมนักเรียนซ้อมกิจกรรมกีฬากลุ่มคะ หนูก็ได้มีส่วนร่วมในส่วนนี้คะ” (ทอฝัน) ซึ่งข้อมูลจากการสัมภาษณ์ครูพบว่า ผู้ร่วมวิจัยทำงานอย่างรู้หน้าที่และมีความพยายามในการทำงานดี รวมทั้งส่งงานที่ได้รับมอบหมายได้ทันเวลา

“ผลที่เกิดขึ้นนั้นะคะก็คือ งานเสร็จทันเวลามีเวลาเช่น เมื่อวานนี้ค่ะ อาจารย์นิเทศก์บอกว่าอาจารย์ให้เตรียมงาน 1 วัน อาจารย์บอกกระทันหันค่ะ งานเสร็จแล้วก็ไม่มีเวลามาทบทวนตนเองมากขึ้นค่ะ” (โปรดปราน)

“ด้านที่สองก็จะเป็นมีวินัยในตนเอง มีความเชื่อมั่นให้กำลังใจตนเองว่า เราทำได้ยังไงต้องเสร็จทันเวลา” (โปรดปราน)

“ผลที่เกิดขึ้นก็คือ มันทำให้หนูจะทำงานได้เร็วมากขึ้นก็คือช่วงเนี้ยคะจะมีงานผ้าป่าโรงเรียนคะ ซึ่งเห็นแบบอย่างที่ดีจากคณะครูทุกคนนะคะว่าพี่ ๆ เค้าจะช่วยกันทำงานคะ ไม่ว่าจะเป็นทำสลากร ล้างไห หรือว่าใบฎีกาผ้าป่าก็คือ พี่เค้าจะทำงานไว้มากคะ แล้วก็เลยทำให้หนูจะได้ไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมแบบนั้นก็เลยทำให้หนูทำงานได้เร็วขึ้นแล้วบางทีก็ ก็ติดนิสัยและบางทีก็จะใจร้อนบ้างนิดหน่อยคะ เวลาที่แบบว่าต้องการที่จะได้ผลงานจากเพื่อน ๆ หรือว่าจะนักเรียนวันนี้คะแล้วก็อีกอย่างนะคะก็คือ ผลที่เกิดขึ้นทำให้หนูจากที่หนูมองโลกในแง่ดีคะ มันทำให้หนูไม่คิดมากเรื่องที่หนูกังวลใจก็คือ อย่างเช่นเรื่องที่จะได้รับหน้าที่เป็นพิธีกรในงานผ้าป่า ซึ่งหนูคิดว่ามันก็ทางการมาก ๆ ค่ะก็ยังไม่เคยทำ แต่ว่าก็อยากที่จะลองทำเพื่อให้มีประสบการณ์ด้วยคะ” (ชูใจ)

“ผลที่เกิดขึ้นจากการวางแผนก็คือ มีความกระตือรือร้นในการทำงานมากขึ้น แล้วก็ในการทำงานนะครับทำงานได้สำเร็จตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ครับ” (ณเดชม)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะมีความกระตือรือร้นในการสอนเพื่อให้เกิดการตื่นตัวของนักเรียนคะในชั้นเรียนคะ” (ยาหยี)

นอกจากนั้นยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ตรวจสอบแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงาน เช่น เพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่าทอผ้าทำงานอย่างรู้หน้าที่และมีความพยายามในการทำงานดี รวมทั้งส่งงานที่ได้รับมอบหมายได้ทันเวลาเช่นเดียวกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนของโปรดปรานพบว่า เธอจริงจังในการส่งงานตามเวลาและยังสอดคล้องกับเพื่อนร่วมงานที่ให้ข้อมูลว่า เธอทำงานที่มอบหมายได้เรียบร้อยและเสร็จทันเวลา สอดคล้องกับชูใจที่นักเรียนให้ข้อมูลการเปลี่ยนแปลงว่าเธอชอบทำอะไรรวดเร็ว เช่น เขียนกระดาน และลงคะแนนสอบนักเรียน ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า เธอตามงานได้ทัน และสามารถแบ่งเวลาช่วยงานโรงเรียนได้ นอกจากนี้ยังพบว่าผลจากการพัฒนาการตรงต่อเวลาของยาหยีทำให้เธอมาโรงเรียน

แต่เช้า ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอมาโรงเรียนแต่เช้า เข้าสอนตรงเวลา รวมทั้งช่วยรับนักเรียนก่อนที่จะถึงเวลาเข้าแถวหน้าเสาธง อีกทั้งข้อมูลจากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า สื่อของ เธอเอง เธอเองสามารถจับต้องได้ นักเรียนสามารถเข้าใจเนื้อมากขึ้น และเรียนได้อย่างสนุกสนาน ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่ามีการใช้สื่อทำมือเยอะขึ้น และหาข้อมูลมาตอบคำถามนักเรียนได้ดีขึ้น รวมทั้งทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีและรวดเร็ว ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานที่ให้ข้อมูลว่า ยาหียีมีความกระฉับกระเฉงในการสอน มีกิจกรรมมาให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติในทุกชั่วโมง

อย่างไรก็ตามการที่ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมได้บรรลุเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน เนื่องจากการใช้วิธีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งโดยใช้วิธีการวางแผนการทำงาน การแบ่งเวลาในการทำงาน ลงมือทำตามแผนที่วางไว้

ยิ่งกว่านั้นผลที่เกิดขึ้นของครูใจพบว่า ทำให้เธอได้เรียนรู้และลงมือทำในสิ่งที่ไม่เคยทำมาก่อน เช่น ออกแบบหัวผีตาโขนโดยไม่ได้ออกแบบแบบใครและออกแบบป้ายชื่อติดช่อดอกไม้ต้อนรับผู้อำนวยการโรงเรียนคนใหม่ ส่วนเทียนหอมพบว่า ผลที่เกิดขึ้นทำให้เธอได้รับคำชื่นชมในการทำงาน การผลิตสื่อจากนักเรียนและเพื่อนร่วมงานทั้งนี้จากการประเมินตนเองพบว่า เธอมีการวางแผน และสามารถแบ่งเวลาในการทำสื่อได้ดีขึ้น ส่วนยาหียีและฮารุพบว่า พวกเธอมีสื่อการสอนใหม่ ๆ มากขึ้นเช่นเดียวกับผลที่เกิดขึ้นหลังจากการดำเนินกิจกรรมของจันทร์เจ้าพบว่า ห้องเรียนสวยงามและน่าเรียนมากขึ้น เช่น มุมที่จัดใหม่ และบอร์ดให้ความรู้

“การประเมินตนเองก็คือ เมื่อได้มีความคิดสร้างสรรค์แล้วละ หนูกล้าที่จะทำสิ่งใหม่ ๆ ก็คือได้ทำออกแบบป้ายชื่อให้กับ ผอ. ที่แบบว่าติดกับช่อดอกไม้ละที่ไปต้อนรับ ผอ. ใหม่ละ อีกหนึ่งอย่างที่ทำได้ดีก็คือ การมองโลกในแง่ดีละ เพราะว่ามันอยู่ที่ตัวเราเองมันอยู่ที่ความคิดของเรา เราไม่ต้องมีปัจจัยหรือว่าเหตุผลอื่น ๆ ที่มาเกี่ยวข้องละ” (ครูใจ)

“การทำสื่อการทำงานก็จะมีได้รับคำชื่นชมในการทำงานละ แล้วก็การผลิตสื่อใหม่ ๆ ของหนูจะเป็นบันไดงู แต่ว่าไม่ใช่ให้เด็กทำ ทำในสมุดนะคะอันนี้จะเป็นบันไดงูที่ ทำสื่อเป็นกระดาษแผ่นใหญ่ ๆ ละให้เด็กกระโดดเล่น แล้วเด็กก็รู้สึกชอบมากขึ้นละ” (เทียนหอม)

“สำหรับประเมินผลตัวเองนะคะก็รู้สึกตัวเองมีการวางแผนในการทำสื่อมากขึ้นละ มีความรอบคอบในการจัดแจงเวลาในการทำงานของโรงเรียนมากขึ้นละ...แล้วก็รู้สึกว่านักเรียนมีความชอบมากขึ้นละ เพราะว่าได้อ่านนักเรียน นักเรียนบอกว่าอยากให้ครูทำสื่อตัวนี้มาอีกละ หนูก็เลยคิดว่าถ้าทำแบบนี้มาอีกมัน มันค่อนข้างเปลืองกระดาษก็เลยคิดว่าจะทำเป็นไว้นิลแล้วก็ติดเปลี่ยนเป็นดินตึกแคะ...มีครูพี่เลี้ยงชื่นชมมาละ แต่ว่าก็มีการแนะนำคะว่าถ้าไปใช้กับ

เด็กเล็กควรจะเป็นกระดาษแบบไหนหรือว่าใช้อย่างอื่นแทน เพราะว่าพอเอาไปวันแรกค่ะก็คือเลยเลย พังเลยคะ” (เทียนหอม)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะหนู หนูนะคะสัปดาห์นี้คะ หนูก็ได้ไปเหมือนจัดห้องเรียนใหม่คะจัดจัดมุมใหม่แล้วก็เหมือนเป็นจัดสื่อที่เป็นบอร์ดความรู้อาคาร ห้องเรียนก็สวยงาม แล้วก็น่ารักเรียนมากขึ้นคะ ก็หลังจากที่ทานทานข้าวเที่ยงเสร็จแล้วก็หลังจากที่สอนเสร็จตอนตอนบ่ายแล้วคะใช้เวลานี้ในการทำคะ” (จันทร์เจ้า)

นอกจากนั้นยังพบข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ 1) กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน 2) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ 3) ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ และ 4) มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ซึ่งจากการสัมภาษณ์นักเรียนถึงผลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับจิตใจได้ข้อมูลว่า พวกเขาได้ทำกิจกรรมแปลกใหม่ที่ไม่เคยทำ ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า เธอทำงานได้ดีขึ้น แต่อาจต้องใช้เวลาในการศึกษาและค้นคว้าสิ่งใหม่ ๆ เพิ่มเติม เช่นเดียวกับเทียนหอมที่นักเรียนและ เพื่อนร่วมงานพบการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับเธอโดยนักเรียนได้ข้อมูลว่า พวกเขาชอบสื่อที่เธอนำมาสอนและสนุกกับการเรียนมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานที่ได้กล่าวชื่นชมว่าสื่อการสอนของเธอมีความน่าสนใจ และมีความพยายามในการเตรียมการสอนได้ดีขึ้นกว่าภาคเรียนที่ผ่านมา รวมทั้งงานที่ได้มอบหมายให้เธอสามารถส่งงานได้ตามเวลาที่กำหนด สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนที่สะท้อนผลการปฏิบัติของจันทร์เจ้าพบว่า พวกเขาชอบห้องเรียนสดใสและชอบที่ได้ทำชิ้นงานที่แปลกใหม่ที่ไม่เคยทำ ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการเพื่อนร่วมงานที่สะท้อนว่า พวกเขาชื่นชมที่เธอจัดห้องเรียนได้สวยงาม เธอขยันและพูดเก่งขึ้น

อย่างไรก็ตามการที่ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมได้บรรลุเป้าหมายนั้นเนื่องมาจากการใช้วิธีการวางแผนการทำงาน ค้นหาข้อมูลในการออกแบบสื่อการเรียนการสอนที่แปลกใหม่น่าสนใจ และแบ่งเวลาในการลงมือทำ ทั้งนี้วิธีการดังกล่าวบางคนได้นำแผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในวงรอบที่ 1 มาใช้พัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมาย

2.2) ใฝ่รู้หาคำตอบ

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น ผลที่เกิดขึ้นกับดารินพบว่า การพูดคุยแลกเปลี่ยนกับคนรอบข้างทำให้เธอได้แสดงความ

คิดเห็นและแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ ร่วมกับคนอื่น เพื่อรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ตามประสบการณ์เพื่อนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนสอดคล้องกับชะเอมพัฒนาความใฝ่รู้ ผลที่เกิดขึ้นพบว่า เธอเกิดความกล้าและมั่นใจที่จะทำงาน เกิดความรับผิดชอบมากขึ้น มีกำลังใจ และมีความสุข นอกจากนั้นเธอยังได้พัฒนาด้านความใฝ่รู้ ผลที่เกิดขึ้นคือ ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับเรื่องที่เธอศึกษาหรือสนใจกับคนรอบข้าง ทำให้ทราบถึงแนวคิดและมุมมองที่หลากหลายเพิ่มมากขึ้น ส่วนโปรดปรานพบว่า มีความคิดสร้างสรรค์เพิ่มมากขึ้น โดยเธอสามารถออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ และน่าสนใจสำหรับนักเรียน นอกจากนั้นยังพบว่า เธอล้ำที่จะออกความคิดเห็นมากขึ้น สอดคล้องกับผลการดำเนินกิจกรรมของโมนาพบว่า เธอได้เรียนรู้งานในโรงเรียนมากขึ้น เช่น การทำใบเสร็จเบิกค่าอุปกรณ์การเรียนของนักเรียน และจากการประเมินตนเองพบว่า เธอได้เรียนรู้งานมากขึ้นเช่นเดียวกับมีคุณที่พบว่า เขาเกิดแรงบันดาลใจในการเรียนรู้ เพราะทำให้เกิดการเรียนรู้จากปัญหา และมีความกล้าในการตัดสินใจมากขึ้นหลังจากที่ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนร่วมงาน

“ผลที่เกิดขึ้นก็คือ ได้แลกเปลี่ยนกับคนที่เราอยู่ด้วยมากขึ้นค่ะ เราก็ได้ฟังความคิดเห็นของเค้าคิดเห็นยังไงเกี่ยวกับเรื่องที่เรากำลังคุย แล้วก็จะมีแนวคิดที่แตกต่างจากของเราเป็นยังไงบ้างคือ ได้มุมมองใหม่ ๆ เพิ่มมากขึ้นค่ะ” (ดาริน)

“ผลที่เกิดขึ้นก็คือมีสื่อในการสอนค่ะ แล้วก็สังเกตเห็นได้ว่าเด็กเนี่ยมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม เพราะว่าสื่อมันอาจจะตรงกับที่เด็กนักเรียนชอบค่ะ แล้วก็เกิดความรับผิดชอบค่ะแล้วก็มีมีความสุขในการทำงานแล้วก็หลังเห็นผลของสื่อค่ะ” (ชะเอม)

“สื่อที่หนูทำมันเป็นสื่อนิทานจะเป็นชื่อของเด็กหนูหยิบเอาตัวเด็กมาค่ะ แล้วก็เด็กคนอื่นก็เห็นว่า มีเพื่อนคนนั้นเป็นตัวละครในหนังสือ เด็กอยากมีของตัวเองด้วยค่ะเหมือนเหมือนเค้าเป็นตัวการ์ตูนตัวนิทาน” (ชะเอม)

“การประเมินของตนเองนะคะตัวเองมีความมั่นใจในการทำสื่อใหม่ ๆ ค่ะแล้วก็รู้สึกที่ตัวเองมีความรับผิดชอบแล้วก็มีความสุขในการทำสื่อค่ะ...หลังจากที่เด็กได้เห็นเนี่ยก็มีเด็กนักเรียนคนอื่นเค้าบอกว่าสื่อมันสวย แล้วก็อยากให้ อยากให้ทำสื่อเป็นชื่อของเด็กคน ๆ นั้นอีกค่ะ” (ชะเอม)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือได้เรียนรู้งานในโรงเรียนมากขึ้นค่ะ เช่น เรื่องการทำใบเสร็จหรือว่าทำเกี่ยวกับการเงินค่าอุปกรณ์นักเรียนนะคะก็ได้เรียนรู้ตรงนี้มากขึ้นค่ะ” (โมนา)

“ประเมินตนเองนะคะก็ประเมินได้ว่าได้เรียนรู้งานต่าง ๆ มากขึ้น” (โมนา)

“มีแรงบันดาลใจในการเรียนรู้ครับ แล้วก็ทำให้เกิดการเรียนรู้จากปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างที่เรียนรู้ครับ...การประเมินตนเองในตรงนั้นครับก็อาจคิดว่าทำได้ดีขึ้นครับ เพราะว่าสิ่งที่ผมเอาไปใช้ฝึกตนเองคือ ใช้ฝึกในการสอนกีฬาให้เด็กครับ ผมสอนกีฬาวอลเลย์บอลให้เด็กครับ แล้วก็สิ่งที่ผมไม่รู้เนี่ยครับผมก็เดินเข้าไปถามไปปรึกษาคนที่เค้ารู้เลยครับ ซึ่งตรงนั้นครับก็จะควบคุมไปกับความกล้า” (มีคุณ) นอกจากนั้นยังพบข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ 1) กระชั้นกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน 2) ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขาสนใจและอยากทำกิจกรรมที่แปลกใหม่ที่ดาเรีนจัดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานที่ให้ข้อมูลว่า เธอมีสื่อและกิจกรรมที่มีความน่าสนใจ แปลกใหม่ อีกทั้งนักเรียนยังให้ข้อมูลว่าพวกเขาตั้งใจเรียนและมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับเธอมากขึ้น ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า พวกเขาชื่นชมในการทำกิจกรรมของเธอ และได้ให้ข้อเสนอแนะ พูดคุยแลกเปลี่ยนกันมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับชะเอมพบว่า เธอเกิดความกล้าและมั่นใจที่จะทำงาน เกิดความรับผิดชอบ มีกำลังใจและมีความสุข ซึ่งจากการสัมภาษณ์นักเรียนได้ข้อมูลว่า พวกเขาชอบผลงานที่ได้ทำและอยากเรียนกับเธอ ส่วนเพื่อนร่วมงานเห็นว่าเธอมีการพัฒนาขึ้นจากภาคเรียนที่ผ่านมา เพราะมีเตรียมการสอนที่ดีขึ้น เช่น นำสื่อการสอนที่ทันสมัยมาใช้ในการฝึกนักเรียน ทำให้กระชั้นเวลาในการสอนและทำให้นักเรียนเข้าใจเนื้อหาได้ง่ายมากยิ่งขึ้น นอกจากนั้นจากการสัมภาษณ์นักเรียนได้ข้อมูลว่าโปรดปรานให้พวกเขาทำใบงานและกิจกรรมการเรียนรู้แบบใหม่ ๆ ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่าเธอกล้าออกความคิดเห็นมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่าเมื่อนำคำตอบคำถามนักเรียนได้มากขึ้น รวมทั้งเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่าเธอได้เรียนรู้งานในโรงเรียนมากขึ้น รวมทั้งยังพบว่าข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนได้ข้อมูลว่า มีคุณพูดมีหลักการและนักเรียนสามารถไว้วางใจเขาได้ ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่าเขามีความสามารถในการพัฒนานักเรียน

อย่างไรก็ตามการที่ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมได้บรรลุเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน เนื่องจากการใช้วิธีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งโดยใช้วิธีการใฝ่รู้หาคำตอบค้นหาข้อมูลในการออกแบบสื่อการเรียนการสอนที่แปลกใหม่น่าสนใจ และแบ่งเวลาในการลงมือทำ ซึ่งวิธีการดังกล่าวมีผู้ร่วมวิจัยได้นำแผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่ทำสำเร็จในวงรอบที่ 1 มาใช้โดยพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งตัวเดิม เพื่อให้การดำเนินการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเองบรรลุเป้าหมาย

2.3) ตรวจสอบความถูกต้องของงาน

ผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จคือ ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ เช่น ผลการดำเนินกิจกรรมของต้องตา นัปดาห์และทอฝันพบว่า พวกเธอมีความรอบคอบมากขึ้น คิดก่อนลงมือทำ ทำให้พวกเธอไม่ได้แก้งานหลายครั้ง เนื่องจากมีเวลาในการตรวจสอบคำผิดและลงมือทำงานได้ดีกว่าเดิม ส่วนเพียงขวัญ พบว่าเกิดความผิดพลาดในการทำงานน้อยลง ทำให้งานที่ออกมามีความถูกต้องมากขึ้น

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะคือในการวางแผนในการทำงานแต่ละวันของหนูอะคะคือ หนูทำได้ตามที่หนูวางไว้คะแล้วที่หนูก็รู้สึกสบายใจคะแล้วก็การวางแผนนั้นนะคะทำให้หนูทำงานร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุขได้คะ” (ทอฝัน)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือ มันจะไม่ค่อยมีความผิดพลาดคะ ความผิดพลาดจะเกิดขึ้นน้อยลงแล้วงานออกมาสสมบูรณ์มากขึ้นคะ” (เพียงขวัญ)

นอกจากนี้ยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยคือ ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เพื่อนร่วมงานพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีความรอบคอบกล่าวคือ มีการวางแผนก่อนลงมือทำ ทำให้ผู้ร่วมวิจัยทำเอกสารต่าง ๆ เรียบร้อยกว่าเดิม มีความรอบคอบละเอียดในการทำงานมากขึ้น รวมทั้งสามารถช่วยงานโรงเรียนในการตรวจสอบเอกสารได้ แต่ขณะเดียวกันพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนยังไม่ค่อยมั่นใจในการทำงานเพราะกลัวว่างานที่ได้รับมอบหมายจะเกิดความผิดพลาด

อย่างไรก็ตามการที่ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมได้บรรลุเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน เนื่องจากการใช้วิธีการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งโดยใช้วิธีการตรวจสอบความถูกต้องของงาน

2.4) เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น ผลที่เกิดขึ้นของธัญญาและทิวาพบว่า พวกเธอมีสมาธิในการทำงานมากขึ้นและไม่เครียด เริ่มมีแนวคิดใหม่ขึ้นมาบ้างเล็กน้อย ส่วนดารินพบว่า การเปลี่ยนบรรยากาศในการทำงานทำให้เธอเกิดความรู้สึกผ่อนคลายและมีสมาธิให้สามารถทำงานได้ดีมากขึ้น จึงทำให้

เธอมีกำลังใจในการทำงานและลดความกดดันในการทำงานลง ส่วนเพียงขวัญพบว่า ไปทำงานสถานที่ใหม่ ฟังเพลงเวลาทำงาน ทำให้เกิดมุมมองใหม่ ๆ มีความคิดสร้างสรรค์มากขึ้น

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะ ก็ทำให้มีกำลังใจในการอยากเรียนรู้เพิ่มมากขึ้น เราได้รับธรรมชาติค่ะเรามีสมาธิเพิ่มมากขึ้นในการเรียนรู้ค่ะ ทำให้ลดความกดดันในการทำสิ่งต่าง ๆ ได้บ้างค่ะ” (ดาริน)

นอกจากนั้นพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ตั้งข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนได้ข้อมูลว่า พวกเขากล้าเข้าหาผู้ร่วมวิจัยมากขึ้นกว่าเดิมเพราะพวกเขาไม่ทำหน้าเครียด ส่วนเพื่อนร่วมงานชื่นชมว่าความคิด (Idea) การทำงานของพวกเขาดีขึ้นสามารถออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ที่น่าสนใจ

ขณะเดียวกันผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยบรรลุเป้าหมายตามแผนการดำเนินงานและสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จ เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยใช้วิธีการ ได้แก่ เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงานทั้งนี้วิธีการดังกล่าวเป็นวิธีที่ผู้ร่วมวิจัยบางคนได้มาจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่มในวงรอบที่ 1 ที่ผ่านมา

3) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

3.1) ใส่ใจตนเอง

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยคือ รับฟังความคิดเห็นและยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียนเพื่อนร่วมงาน ดังเช่นผลที่เกิดขึ้นของชะเอมพบว่า เธอมีกำลังใจและมีความสุขมากขึ้น เมื่อได้รับการสนับสนุนทางจิตใจจากคนในครอบครัว ส่งผลให้เธอมีความรับผิดชอบในการทำงานและมั่นใจในการทำงานมากขึ้น เพราะงานที่ส่งมีประสิทธิภาพ อนึ่งยังพบว่าหลังจากที่ให้กำลังใจตนเองแล้ว ส่งผลให้ผู้ร่วมวิจัยมีกำลังใจในการทำงานของตนเองให้สำเร็จ

3.2) ใส่ใจผู้อื่น

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยคือ รับฟังความคิดเห็นของนักเรียนเพื่อนร่วมงาน ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน กล้าที่จะชวนคุยก่อน และพูดคุยกับคนอื่นมากขึ้น ซึ่งผลที่เกิดขึ้นพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีสีหน้าที่อ่อนโยน ยิ้มแย้มกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงานมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานคือ กล้าคิด กล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย ดังผลการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลที่ตรงกันว่า ผู้ร่วม

วิจัยใจดี ยิ้มเก่ง น้ำเสียงอ่อนโยนกับพวกเขามากขึ้น พูดเยอะขึ้นและน่ารักกว่าเดิม ดังคำพูดของนักเรียนที่ว่า “ครูพูดเยอะขึ้นแล้วก็เหมือนน่ารักกว่าเดิมค่ะ” (นักเรียน) อีกทั้งยังสอดคล้องกับเพื่อนร่วมงานที่สังเกตเห็นว่า เธอกำลังพูดคุยกับคนอื่นมากขึ้นและเป็นมิตรกับทุกคนส่งผลให้พวกเธอกำลังจะเข้าไปพูดคุยด้วย อีกทั้งยังพบว่าเกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ร่วมวิจัยกับเพื่อนร่วมงาน เช่น ทัศนคติสามารถพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานอย่างเป็นกันเองได้ดีขึ้นกล่าวคือ เมื่อเธอได้เล่นกีฬาและช่วยกันทำของผ้าป่าโรงเรียน ทำให้เกิดการพูดคุยกันกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น สามารถพูดคุยหยอกล้อเล่นกันได้ สร้างอารมณ์ขันด้วยกันมากขึ้น ทำให้มีความเข้าใจกันมากขึ้น และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เช่น จากที่บางคนไม่ค่อยพูดไม่ค่อยมองหน้ากันก็ทำให้กล้าที่จะเข้าหากัน ทั้งนี้จากการประเมินตนเองพบว่า เธอมีความสุข มีความสบายใจที่ทุกคนกลับมาช่วยงาน ปรีक्षाพูดคุยกันมากขึ้น ได้เห็นบรรยากาศการทำงานที่มีความสุข ซึ่งข้อมูลสัมภาษณ์จากนักเรียนพบว่า ได้เห็นบรรยากาศเก่า ๆ ในการทำงานร่วมกันของครูกลับมา กล่าวคือ คุณครูทุกคนมารับประทานอาหารร่วมกัน ได้เห็นครูที่ไม่ค่อยถูกกันมาทำงานช่วยกัน ทุกคนยิ้มแย้มแจ่มใสเมื่ออยู่ด้วยกัน ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า ได้เห็นถึงการพูดคุยกันมากขึ้น การมาทำงานร่วมกัน ง่ายขึ้น มีความเข้าใจกันมากขึ้น การรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของอีกฝ่าย รวมทั้งได้เห็นแนวทางการทำงาน การอยู่ด้วยกันอย่างสบายใจ ขณะเดียวกันยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนยังให้กำลังใจผู้อื่นด้วย เช่น “เมื่อเราขึ้นชมคะเหมือนล่าสุด หนูก็คือ หนูฝึกซ้อมนักเรียนไปแข่งขันวิชาการคะ ก็คือเราก็นั่งชมเค้าคะ แบบว่าเค้าทำดีแล้วแบบนี้คะก็คือ ให้กำลังใจนักเรียนคะแล้วก็นักเรียนก็เหมือนแบบมีกำลังใจคะ แล้วก็กล้าเข้าหาคะ แล้วก็เวลาที่แบบมาพูดกับหนูวันนี้คะนักเรียนก็จะยิ้มมีความสุขคะแล้วก็เหมือนว่าเค้าได้รับกำลังใจคะ แล้วเค้าก็รู้สึกเหมือนสีหน้าเค้าแบบมีความสุขเค้าอุ่นใจคะ” (ต้องตา)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือ นักเรียนและบุคคลอื่นก็เข้าหามากขึ้นเป็นมิตรกับคนอื่นมากขึ้น...ในการประเมินของตนเองก็จะเป็นยิ้มและพูดคุยกับคนอื่นมากขึ้น กล้าที่จะชวนคุยก่อนไม่ต้องรอให้เค้าคุยกับเราก่อน เพราะว่าแต่ก่อนหนูจะไม่คุยกับใครก่อน กล้าที่จะถามแล้วก็คุยกับคนอื่น ยิ้มมากขึ้นคะ” (โปรดปราน) “ก็คือนักเรียนบอกว่าครูพูดเยอะขึ้นแล้วก็เหมือนน่ารักกว่าเดิมคะ เพราะว่าแต่ก่อนหนูจะทำหน้านิ่ง ๆ ไม่ค่อยคุย ส่วนของคุณครูในโรงเรียนนะคะก็คือ คุณครูบอกว่าหนูกล้าที่จะพูดเยอะขึ้นเป็นมิตรกับคนทุกคนคะก็คือวันนั้นพี่เขาบอกว่าแต่ก่อนมาเนี่ย บ่ว่าเดิน (ก่อนหน้านั้นไม่พูดเลยนะ) (หัวเราะ) แผนที่ใช้ได้ดีก็คือยิ้มมากขึ้นและพูดคุยเป็นมิตรกับคนอื่นมากขึ้นคะ” (โปรดปราน)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็จากที่ได้ใช้แล้วกีฬานี้ ๗ ทุกคนเลยจะไปเล่นกีฬา เพราะว่าจะได้ฝึกซ้อมนักเรียนก็เลยเอาครูให้ไปก่อนคะ (ยิ้ม) หนูก็เลยชวนไปหมด ทุกคนเลยจะไป พอชวนไปแล้วก็ได้เล่นกีฬาที่แรกแบ่งคนละฝั่งคะ แบ่งคนละฝั่งแล้วเกิดเหตุการณ์ แบบมันก็เกิด เหตุที่เค้าก็พูดใส่กันข้ามไปข้ามมาหนูก็เลยเสนอว่าเราลองเตะทีมกันใหม่คะ (หัวเราะ) ก็เลยเตะ ทีมกันคะ พอได้เตะทีมหนูเห็นจุดเปลี่ยนเลยคะที่เค้าคุยกันมากขึ้นแล้วก็ยิ้ม แชะกันคะ” (ณมน) และจากการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงเธอพบว่า รู้สึกสบายใจในการทำงานกับเพื่อนร่วมงาน มากขึ้น ไม่รู้สึกลำบากใจในการทำงานเหมือนเมื่อก่อนที่ต้องเลือกว่าจะเข้าข้างเพื่อนร่วมงานคน ไหน ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลการเปลี่ยนแปลงนะคะของตนเองก็มีความสุขสบายใจ มากขึ้นเวลาที่ต้องทำงานร่วมกับคุณครูทุกคนคะ ไม่รู้สึกอึดอัดเหมือนเมื่อก่อนคะที่เหมือนต้อง เลือกฝั่งว่าจะอยู่ฝั่งใครประถมหรือมัธยม แล้วก็นั่นหนูไม่ได้ไม่ได้เชิงว่าถามครูเค้าตรง ๆ นะคะ แบบถามเปรย ๆ ว่าเป็นไงบ้างคะหลังจากที่เรามาเล่นด้วยกัน แล้วสิ่งที่เค้าตอบรับออกมาว่าก็ดีนะ ก็บอกว่าก็ดีนะคะได้เห็นบรรยากาศที่แบบเราคุยกันมากขึ้น ได้เห็นแบบว่าเราพูดปรึกษากันได้แล้ว ก็แบบเหมือนแบบถ้าเป็นแบบนี้เราจะทำงานร่วมกันได้คะ” (ณมน)

อย่างไรก็ตามการที่ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมได้บรรลุเป้าหมายนั้น เนื่องมาจากการใช้วิธีการขอกำลังใจจากคนในครอบครัว การใส่ใจผู้อื่นด้วยการรับฟัง กล่าว ขอบคุณผู้อื่นเมื่อได้รับการช่วยเหลือ ชื่นชมเมื่อนักเรียนปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม ยิ้มแย้มแจ่มใส หัวเราะ ชวนพูดคุย เล่นมุขตลกกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน ทั้งนี้วิธีการดังกล่าวบางคนได้นำ แผนสำเร็จของเพื่อนสมาชิกในวงรอบที่ 1 มาใช้พัฒนา เช่น พรชิววันเล่นมุขตลกเพื่อพัฒนา อารมณ์ขัน ซึ่งหลังจากที่เธอได้ฟังเพียงขวัญแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ จึงนำแผนดังกล่าวมาใช้ในการ พัฒนาร่วมด้วย

3.1.2 ไม่สำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

1.1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

แม้ว่าผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับแผนพัฒนา คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้วิจัยคือ กล้าคิด กล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน และเพื่อนร่วมงาน คือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย แต่ผู้ร่วมวิจัยเห็นว่าการพัฒนายังไม่ สำเร็จ เนื่องจากยังไม่สามารถควบคุมปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้ดี จึงต้องการที่จะพัฒนาต่อโดยใช้แผนเดิม บางคนต้องการใช้แผนเดิมและเพิ่มแผนใหม่ รวมทั้ง

บางคนยังมีความเห็นว่าคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่ตนพัฒนายังไม่มีความเข้มแข็งมากพอ จึงต้องการที่จะพัฒนาอย่างต่อเนื่องในวงรอบต่อไป เช่น ผลการดำเนินกิจกรรมของทิวาพบว่า แม้เธอจะสามารถควบคุมอุปสรรค ได้แก่ ความเหนื่อยล้า ความเครียด ขาดความมั่นใจ ภาระงานที่เข้ามาอย่างต่อเนื่องได้ดีกว่าในวงรอบที่ 1 และกล้าที่จะอาสาเข้าไปช่วยงานเพื่อนร่วมงานมากขึ้น แต่เธอยังมีความเห็นว่ายังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคเหล่านั้นได้ดีมากนัก ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ส่วนที่ทำให้ไม่สำเร็จนั้นก็คือพลังงานความเหนื่อยล้า ความเครียดความซีเจียจ ความมั่งงาย ความไม่กล้าไม่มั่นใจค่ะ อันนี้ยังคงมีอยู่ค่ะแต่ว่ามันไม่มากเหมือนครั้งที่แล้วค่ะ แต่ก็ยังคงมีอยู่ค่ะอย่างเช่น ความไม่กล้าค่ะถึงเราจะเสนอตัวไปแล้วว่าต้องทำอย่างนี้แล้วเรากล้าแสดง กล้าที่จะเสนอตัวเข้าไปแต่ว่าในใจเรา เรายังแบบรู้สึกอึดอัดในการเสนอตัวอยู่ค่ะ แต่พอเค้าให้เราทำแล้วเรารู้สึกดีค่ะ เค้าก็พูดกับเรามากขึ้นค่ะ แล้วก็ความไม่มั่นใจ ความมั่นใจในวันนี้ก็คือไม่กล้า ไม่กล้าสะท้อนขึ้นแรงค่ะกลัว แบบว่าก็ยังดีค่ะที่ท่าน ผอ. ครูพี่เลี้ยงที่เค้าชี้แนะแนวทาง ก็ความซีเจียจค่ะ เพราะว่าหนูรู้สึกว่หนูได้เป็นตาล้องค่ะแล้วหนูวิ่งขึ้นวิ่งลงมาทำให้หนูเหนื่อยแล้วมันก็เลยทำให้หนูซีเจียจค่ะ หนูพักหลัง ๆ หนูจะนั่งค่ะ ส่วนภาระงานนั้นะคะก็ยังคงมีเหมือนเดิมค่ะ ไม่ลดไม่หย่อนเลยคะ ส่วนแผนที่ใช้ได้ดีนั้นะคะคือ กล้าเสนอตนเองทำงานคะ เพราะรู้สึกว่าการเสนอตัวเองเข้าไปแล้วจะทำให้ตัวเองรู้สึกดีแล้วก็ได้มิตรภาพมากขึ้นคะ (เล่าไปยิ้มไป) (ทิวา)

นอกจากนั้นทิวาพบว่า เธอเริ่มกล้าที่จะเสนอตัวเองทำงานมากขึ้นและมั่นใจขึ้นเล็กน้อยจากเดิมที่ไม่กล้าเสนอตนเองทำงาน ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “ส่วนที่ทำให้สำเร็จนั้นะคะก็คือลองทำอะไรใหม่ ๆ ความกล้าที่จะเสนอตนเองทำงานคะ เพราะว่าหนูได้ลองทำอะไรใหม่ ๆ หนูได้เป็นได้ทดลองทำงานที่ไม่เคยทำอย่างเช่นเป็นกรรมการตัดสินวอลเลย์บอลคะ แล้วก็กีฬาของเด็กอนุบาลคะ แล้วก็กล้าที่จะเสนอตัวเองในการช่วยงานพี่ ๆ ที่โรงเรียนคะ รู้สึกว่าลองเสนอดูถึงจะแบบเอามาให้ช่วยหรือไม่ให้ช่วยก็ได้เสนอตัวเข้าไปทำแล้วคะและอีกอย่างคะก็คือ กล้าเข้าหาเค้าเลยคะเค้าจับผ้าเค้านั่นไม้ขนของ หนูก็เข้าไปช่วยเค้าแบบไม่ต้องถามเค้าเลยคะ แล้วก็รู้สึกว่าได้ลองทำอะไรใหม่ ๆ แล้วก็ครูที่โรงเรียนเค้าก็รู้สึกว่เค้าคุยกับเรามากขึ้นคะ” (ทิวา) สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสอบถามนักเรียนพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมบรรลุเป้าหมายตามพฤติกรรมบ่งชี้กล่าวคือ นักเรียนมัธยมเข้าหาพูดคุยกับเธอมากขึ้นนอกเหนือจากเด็กประถม อีกทั้งเพื่อนร่วมงานได้กล่าวชื่นชมว่าเธอมีน้ำใจและสามารถควบคุมนักเรียนได้ดี แม้ว่าผลการดำเนินกิจกรรมจะบรรลุเป้าหมาย แต่เธอยังต้องการที่จะพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านเดิมและใช้แผนเดิมอย่างต่อเนื่องในวงรอบต่อไป เพื่อให้เกิดความเข้มแข็งมากขึ้น เช่นเดียวกับจันทร์เจ้าสามารถดูแลนักเรียนเข้าแถวหน้าเสาธงคนเดียวได้ ซึ่งเธอสามารถทำในสิ่งที่ตนเองไม่คาดคิดว่าจะทำได้เพราะ

เธอเป็นคนไม่กล้าแสดงออก แต่ในขณะเดียวกันเธอก็ยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งนั้นได้ดีมากนัก

ส่วนโมนาพบว่า เธอรู้สึกว่ามีคามมั่นใจในตนเองมากขึ้น ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “สิ่งที่เกิดขึ้นนะคะก็คือกล้าทำอะไรต่าง ๆ มากขึ้นแบบที่เราไม่เคยทำหรือว่าสิ่งที่เราเขินอาย แล้วก็กล้าทำมากขึ้นเช่นกันพาเด็กร้องเพลงภาษาอังกฤษคะ เป็นเพลงภาษาอังกฤษคะ เป็นเพลงโฟนิคคะ เอาไปร้องแล้วก็ครูพี่เลี้ยงได้ยินก็บอกว่า โมนาเพลงนี้นะเพลงนี้นะซ่อมเด็กนะทั้งร้องแล้วก็ทั้งเต้นเลยจะได้เอาเด็กไปแสดงวันเด็กคะก็เลย ก็เลยได้รับหน้าที่เพิ่มขึ้นมาอีกหนึ่งหน้าที่คะ” (โมนา) สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขากล้าออกแสดงออกมากขึ้น อีกทั้งยังสอดคล้องกับข้อมูลจากเพื่อนร่วมงานว่า เธอกล้าพูดกับพวกเขามากขึ้น อย่างไรก็ตามแม้ว่าผลที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งจะบรรลุตามเป้าหมาย แต่เธอยังมีความเห็นว่าการพัฒนาดังกล่าวยังไม่สำเร็จ แม้ว่าเธอจะพานักเรียนร้องเพลงภาษาอังกฤษ แต่ก็ยังมีความไม่มั่นใจในตนเองเกิดขึ้นอยู่

อนึ่งผลจากการดำเนินกิจกรรมของเพียงขวัญพบว่า เธอกล้าที่จะลองทำงานใหม่ ๆ หรืองานที่ท้าทายความสามารถมากขึ้น มั่นใจในตนเอง ไม่กลัวที่จะทำอะไรใด สามารถทำงานได้หลากหลายและได้รับความไว้วางใจในการทำงาน อีกทั้งยังพบว่า เธอรู้สึกภาคภูมิใจที่ตนเองกล้าส่งนักเรียนเข้าแข่งขันการคิดเลขเร็วและได้รางวัล ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ซึ่งผลที่เกิดขึ้นหนูก็มีความภาคภูมิใจในตนเองคะ เพราะว่าครั้งล่าสุดนี้คือสิ่งที่ท้าทายหนูที่หนูทำคะ ความกล้าหาญของหนูก็คือ หนูกล้าส่งเด็กแข่งวิชาการคะ ซึ่งหนูส่งเด็ก ป. 2 แข่งคิดเลขเร็วในระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น ซึ่งเขาอยู่ ป. 2 แปลว่าต้องแข่งกับพี่ ๆ ป. 3 โรงเรียนอื่น แล้วเขาก็ได้รางวัลมาคะ” (เพียงขวัญ) สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขาเข้ามาพูดคุย ขอคำแนะนำและขอคำปรึกษาจากเธอมากขึ้นกว่าแต่ก่อน เช่น กลัวแพ้การแข่งขันทักษะทางวิชาการก็ได้กำลังใจจากเธอ อีกทั้งยังสอดคล้องกับเพื่อนร่วมงานได้ให้ข้อมูลว่า เธอกล้าที่จะเสนอแนะและแสดงความคิดเห็นมากขึ้น รวมทั้งเธอยังเป็นผู้ฝึกซ้อมนักเรียนเข้าแข่งขันทักษะทางวิชาการ โดยส่งนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ไปแข่งกับระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 แล้วได้รับรางวัล ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “แล้วหนูก็รู้สึกว่าหนูมีความภาคภูมิใจในตนเองมากยิ่งขึ้นคะ แล้วก็มีความกล้าที่จะทำอะไรใหม่ ๆ คะซึ่งนักเรียนเค้าก็ให้กำลังใจ แล้วก็กล้าที่จะปรึกษาเรื่องต่าง ๆ กล้าพูดกล้าคุยเรื่องที่ตัวเองกลัวอย่างเช่น เค้ากลัวแพ้เค้าก็กล้าจะบอกหนู แล้วก็เพื่อให้หนูเนี่ยช่วยปลอบใจหรือว่าให้กำลังใจเค้า คอยปกป้องเค้าดูแลเค้าใกล้ ๆ แล้วก็ครูพี่เลี้ยงหรือว่า ครูในโรงเรียนก็จะบอกว่าหนูมีความกล้าแล้วก็มีความสามารถแบบเหมือนว่าชมว่า

เก่งใช้ได้เลยนะกลั่ส่งเด็ก ป. 2 ไปแข่งกับเด็ก ป. 3 โรงเรียนอื่น ๆ อย่างนี้ค่ะ” (เพียงขวัญ) และคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ครูพี่เลี้ยงเค้าบอกหนูมาเองค่ะ เค้าสะท้อนมาเองว่าแบบเรากลั่มากขึ้น เรายืนยันมากขึ้น แล้วเค้าก็ไว้วางใจเราค่ะ” (เพียงขวัญ)

2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.1) วางแผนการทำงาน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ ซึ่งจากการสะท้อนผลการปฏิบัติแม้ผลการดำเนินกิจกรรมจะบรรลุตามเป้าหมายสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ แต่ผู้ร่วมวิจัยยังมีความเห็นว่ายังไม่สำเร็จ เนื่องจากต้องการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้มีความเข้มแข็งมากขึ้นในวงรอบต่อไป เช่น ผลที่เกิดขึ้นจากการวางแผนของนับดาว พรชิววัน และโมนาพบว่า พวกเขาวางแผนการทำงานเพิ่มขึ้นกว่าเดิม ทำให้ลงมือทำงานเป็นลำดับขั้นตอนมากขึ้น อีกทั้งผู้ร่วมวิจัยบางคนใช้เวลาในการทำงานลดลงทำให้มีภาระงานลดน้อยลงกว่าเดิม ส่วนผลที่เกิดขึ้นกับฮารุ เพียงขวัญ ธันยา นับดาวและยาหิยพบว่า ทำให้พวกเขามีแนวคิดในการออกแบบสื่อการสอนที่แปลกใหม่และหลากหลายมากขึ้น มีสื่อการสอนตรงกับเนื้อหาที่สอนกว่าเดิม เช่น บอร์ดสร้างคำ ไปงานบันไดงู เป็นต้น

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะ มีการวางแผนในการทำงาน มีการเขียนจดไว้ว่าต้องทำงานอะไร ทำสื่ออะไรค่ะ” (นับดาว)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือ มีนวัตกรรมที่หลากหลายค่ะ เช่น ไปงานบันไดงูนะคะ ตอนแรกหนูก็จะให้นักเรียนเขียนเรียงธรรมดาค่ะ แต่ทีนี้หนูก็เลยไปค้นหาวาทำยังไงให้มันแปลกใหม่ แล้วก็นักเรียนมีความน่าสนใจ หนูก็เลยคิดเป็นบันไดงูค่ะ แล้วก็ให้มัน ให้มันเค้าเรียกว่าให้มันเลื้อยตามตัวงูค่ะ เขียนตั้งแต่กอไถถึง ฮอนกฮูกแล้วก็จะมี a-z ค่ะ” (ฮารุ)

“การประเมินตนเองนะคะของตัวหนูเองก็คือ หนูคิดว่าหนูมีความคิดที่หลากหลายมากขึ้นค่ะ สามารถต่อยอดไปงานให้มีความน่าสนใจมากขึ้นค่ะ ทำให้นักเรียนไม่เบื่อหน่ายในการเรียนค่ะ” (ฮารุ)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะหนูก็จะเห็นมุมมองใหม่ ๆ สมองหนูก็จะโปร่งและโล่ง และก็มีความคิดสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้นด้วยค่ะ” (เพียงขวัญ)

“ประเมินตนเองนะคะก็คือ มีสื่อที่หลากหลายตรงกับเนื้อหาที่จะสอนมากขึ้นค่ะ แล้วก็อันนี้ถามนักเรียนว่าในการที่ครูพานักเรียนออกไปนอกห้องเรียน นักเรียนสนุกไหมคะ แล้วก็สื่อที่นักเรียนสนุกไหมคะ นักเรียนก็บอกว่าสนุกคะน่าเรียนมากขึ้นค่ะ” (ธันยา)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็ได้ลงมือในการปฏิบัติหาแนวทางการทำสื่อจากเพจ Facebook ต่าง ๆ ค่ะ แล้วก็เอามาใช้ทำสื่อแล้วก็ทำสื่อไปใช้ เอาไปสอนกับนักเรียนค่ะทำให้การเรียนในห้องแตกต่างจากเดิมค่ะ เพราะว่าแต่ก่อนหนูจะให้นักเรียนเรียนโดยผ่าน PowerPoint ค่ะ แล้วก็ทำกิจกรรมก็จะผ่านแบบนั้นค่ะ แต่ว่ายังไม่มีสื่อที่เป็นแบบสื่อทำมือหรือว่าให้นักเรียนทำกิจกรรมแบบนี้ค่ะ หนูได้ประทับใจให้นักเรียนทำสื่อ ให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมได้เล่นเกมมากขึ้นค่ะ” (นับดาว)

ขณะเดียวกันยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยยังสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสนทนารูปแบบใหม่ กระตุ้นกระเจมีชีวิตชีวาขณะสอน และสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียนกล่าวคือ สื่อการสอนของผู้ร่วมวิจัยช่วยกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความสนใจที่จะเรียนรู้ ได้ทำกิจกรรม เล่นเกม และร่วมเรียนรู้กับเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนทำให้พวกเขาสนุกและเข้าใจ เนื้อหามากยิ่งขึ้น ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนของนับดาว ยายหิ ฮารุและธัญยาพบว่า พวกเขาตื่นเต้นและให้ความสนใจสื่อการสอนของพวกเขาเพิ่มขึ้น เช่นบอร์ดสร้างคำ ใบงานที่เขียนเรียงเป็นบันไดงูและให้ระบายสีได้ตามใจชอบ

“การประเมินผลการเปลี่ยนแปลงนะคะจากของนักเรียนนะคะก็คือ นักเรียนมีความสนใจในสื่อที่เอาไปใช้ในการสอนมากขึ้นค่ะ เพราะว่ามันมีนักเรียนได้พูดว่าครูน่าจะทำสื่อแบบนี้มาใช้ มาใช้ให้หนูเล่นแบบเยอะ ๆ แบบนี้ค่ะ เหมือนเค้ามีความสุขที่ได้ทำกิจกรรม แล้วเค้าก็เข้าใจในเนื้อหามากขึ้นจากการที่เค้าบอกค่ะ” (นับดาว)

“ช่วงเวลาที่หนูทำสื่อค่ะแบบเด็กชั้นอื่นมาเล่นแบบนี้ค่ะเค้าเห็นหนูทำแล้วเค้าก็ถามว่าครูทำอะไรคะแบบเอามาเล่นสื่อแบบนี้ค่ะ เค้าเห็นสื่อน่ารักแบบนี้ค่ะหนูก็ทำไป เด็กที่มาเล่นค่ะเด็กในห้องหนูก็แบบเวลาหนูทำสื่อ หนูสอนเค้าเสร็จเวลาเด็กที่ทำงานเสร็จแล้วเค้าก็จะมาดูหนูทำสื่อแบบนี้ค่ะ” (ยายหิ)

“ส่วนหนูได้ถามนักเรียนนะคะว่าจากการเปลี่ยนแปลงของหนูเป็นยังไงนักเรียนก็บอกว่านักเรียนตื่นเต้นเกี่ยวกับใบงานค่ะที่แบบไม่ต้องเขียนเรียงเหมือนปกติแต่ให้ทำเป็นบันไดงูสามารถเขียนเต็มแล้วระบายสีได้ตามจินตนาการ” (ฮารุ)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็คือ นักเรียนให้ความสนใจเรียนมากขึ้นมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม ทุกคน นักเรียนสนุกในการทำกิจกรรมแล้วก็นักเรียนพูดคุยกันในห้องเรียนมากขึ้นค่ะ” (ธัญยา)

อีกทั้งยังพบการเปลี่ยนแปลงของผู้ร่วมวิจัยที่สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้คือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน ดังข้อมูลที่ได้จาก สัมภาษณ์เพื่อนร่วมงานพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีความคิดต่อยอดได้ดี สามารถสร้างสื่อการสอนที่น่าสนใจส่งเสริมพัฒนาการให้กับนักเรียนได้เป็นอย่างดี อีกทั้งยังชื่นชมว่าพวกเขามีความกระตือรือร้นในการสอน มีความคิดสร้างสรรค์ในการผลิตสื่อการสอนที่แปลกใหม่ ออกแบบ กิจกรรมที่กระตุ้นความสนใจนักเรียน มีการเปลี่ยนแปลงจากเดิม เช่น การนำสื่อมาใช้ในห้องเรียน และให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมมากขึ้น

นอกจากนั้นยังพบผลการดำเนินกิจกรรมที่ไม่บรรลุเป้าหมาย เพราะไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้และยังไม่สามารถควบคุมอุปสรรคได้ดีมากนักส่งผลให้การดำเนินกิจกรรมไม่สำเร็จ ได้แก่ความเหนื่อยล้า การขาดความรอบคอบ เช่น เขียนหอนสะท้อนผลการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จตามเป้าหมาย เนื่องจากเมื่อเกิดความเหนื่อยล้าเธอจะไม่กระตือรือร้น และยังส่งผลให้นักเรียนไม่เกิดความกระตือรือร้นเช่นเดียวกัน ดังที่ผู้ร่วมวิจัยกล่าวว่า “จุดแข็งด้านความกระตือรือร้นคงจะมีในเรื่องของการจัดการเรียนการสอนค่ะ เพราะว่าบางทีความเหนื่อยล้าทำให้หนูไม่ค่อยกระตือรือร้นเท่าไรค่ะ ทำให้พอเป็นผลกับเด็กแล้วเด็กก็อาจจะไม่กระตือรือร้นกับเราเช่นกันค่ะ” (เทียนหอม)เช่นเดียวกันกับพรชีวันพบว่า เธอทำให้กระเป๋าสตางค์หาย จึงได้ขอคำแนะนำจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่มว่าควรทำอะไรจึงจะรอบคอบมากขึ้น ซึ่งมีผู้ร่วมวิจัยร่วมแลกเปลี่ยน ทั้งนี้เธอได้เลือกวิธีการจดบันทึกเพื่อเตือนความจำของตนเองตามที่เพื่อนสมาชิกในกลุ่มได้แนะนำ เพื่อใช้ในการควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในวงรอบต่อไป อย่างไรก็ตามเพื่อนร่วมงานสะท้อนผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยว่าสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้กล่าวคือ ผู้ร่วมวิจัยมีงานเป็นปัจจุบัน ไม่ได้ทำย้อนหลังเยอะ เช่น โมนาส่งงานได้ครบและทันตามเวลาที่กำหนด แต่มีผู้ร่วมวิจัย บางคนส่งงานล่าช้าบ้างบางครั้ง แต่ผู้ร่วมวิจัยยังมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ จึงต้องการที่จะพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเดิมในวงรอบต่อไปอย่างต่อเนื่องในวงรอบที่ 3 จนกระทั่งมั่นใจว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็มีการวางแผนการทำงานเป็นลำดับขั้นตอนค่ะ” (พรชีวัน)

“เมื่อเรียงลำดับความสำคัญของงานแล้วแบ่งเวลาให้เหมาะสมก็รู้สึกว่ามีภาระงานลดน้อยลงกว่าเมื่อก่อนค่ะ” (โมนา)

3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

3.1) ควบคุมอารมณ์

จากผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของ ผู้ร่วมวิจัยคือ ความมั่นคงในการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่ง สุขุม ไม่ดูนักเรียน และสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย อย่างไรก็ตามแม้ผู้ร่วมวิจัยจะสามารถควบคุมสีหน้าอย่างเหมาะสม มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงานได้มากขึ้นกว่าในการพัฒนาในรอบที่ผ่านมา ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นก็คือ หนูรู้สึกว่ามีปัญหากับคนรอบข้างค่ะ หนูรู้สึกว่าคนรอบข้างก็ไม่โอเคที่เห็นหนูเป็นแบบนี้ หนูก็เลยคิดกลับมาคิดกับตัวเองค่ะว่าบางทีการที่เราแสดงออกไปแบบนี้เค้าอาจจะไม่โอเคก็ได้ หนูก็เลยไปอยู่กับคนที่เราสบายใจค่ะ พูดคุยด้วยแล้วเราสบายใจค่ะ พอกลับมาวันจันทร์ค่ะก็คือครั้งนี้หนูรู้สึกได้ถึงแม้ว่าข้างในหนูจะยังไม่โอเค แต่หนูมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีมากขึ้นค่ะ หนูไม่แสดงสีหน้าว่าตัวเองไม่โอเคแล้วหนูก็พยายามยิ้มค่ะ ไม่หลีกเลี่ยงปัญหาค่ะ จากที่ประเมินตนเองนะคะหนูรู้สึกว่า เวลาหนูได้มีคนรอบข้างที่ไม่ดีหนูปล่อยวางมากขึ้นค่ะ แล้วก็บังคับตัวเองในการแสดงออกทางพฤติกรรมที่ไม่ดีค่ะแล้วก็หนู แต่ว่าหนูยังไม่กล้าตั้งความหวังค่ะ เพราะว่ารู้สึกว่า การผิดหวังมันเจ็บปวดเกินไปค่ะ” (กานต์แก้ว) แต่ผู้ร่วมวิจัยระบุว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ เพราะยังเป็นการควบคุมด้วยวิธีการบังคับตนเองอยู่จึงต้องการที่จะพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้จากการสะท้อนผลผู้ร่วมวิจัยได้ประเมินตนเองว่า เธอมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับคนรอบข้าง มีความสุขกับการอยู่ในโรงเรียนมากขึ้น สามารถบังคับตัวเองในการแสดงออกทางพฤติกรรมที่ไม่ดีได้มากขึ้น ส่วนข้อมูลการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า ผู้ร่วมวิจัยยิ้มแย้มมากกว่าเมื่อก่อนเช่นเดียวกับพรชิวน์ที่ผลการดำเนินการพัฒนาด้านการกำกับตนเองบรรลุเป้าหมาย แต่เธอมีความเห็นว่าต้องการพัฒนาด้านการกำกับตนเองอย่างต่อเนื่องในรอบต่อไป เพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความเข้มแข็งมากขึ้น ซึ่งผลการดำเนินกิจกรรมพบว่าพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย คือ ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย จากการดำเนินกิจกรรมตามแผนพรชิวน์พบว่า เธอรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง ควบคุมความรู้สึกได้ดีขึ้น มีความสุข สบายใจในสิ่งที่ทำ ส่วนนักเรียนสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงของผู้ร่วมวิจัย โดยที่พวกเขากล้าเข้าหาเธอ พูดคุย สังเกตและชื่นชม เธอยิ้ม ไม่ทำหน้านิ่ง ไม่เสียงดังเหมือนก่อนเช่นเดียวกับเพื่อนร่วมงานที่ให้ข้อมูลว่า เธอเก็บอารมณ์ได้ดี รู้จักควบคุมนักเรียน แต่มีข้อเสนอแนะว่าควรดูบ้างในบางสถานการณ์ที่นักเรียนแสดง

พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นนั้นคะนักเรียนและบุคคลอื่น ๆ ค่ะกล้าเข้ามาหาเรากล้าพูดคุยกับเรา...การประเมินในด้านการกำกับอารมณ์นั้นคะก็คือ หน้าตาของตนเองนั้นคะเรารู้จักเท่าทัน ควบคุมความรู้สึกได้ดีกับสถานการณ์ต่าง ๆ ค่ะ มีความสุขสบายใจกับสิ่งที่ทำคะ สำหรับตัวนักเรียนนั้นคะก็คือ นักเรียนกล้าเข้ามาหาพูดคุยคะแล้วก็ชื่นชมครูคะว่าครูยิ้มมากขึ้น ไม่ทำหน้านิ่งไม่เสียดังหรือว่าตะคอกเสียงใส่เมื่อก่อนคะ” (พรชีวัน)

4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

4.1) ใส่ใจผู้อื่น

พฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัย คือ 1) สังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงานและวางแผนแก้ไข 2) รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน และ 3) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน คือ ปฏิบัติตนเหมาะสมกับสถานการณ์ และกล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย เช่น ผลการดำเนินกิจกรรมที่พัฒนาด้านอารมณ์ขันของพรชีวันพบว่า เธอมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีทั้งต่อนักเรียน เพื่อนร่วมงาน บุคคลรอบข้าง และพวกเขากล้าเข้ามาพูดคุยกับเธอมากขึ้น กล่าวคือ เพื่อนร่วมงาน และนักเรียนส่วนใหญ่กล้าเข้ามาพูดคุย ประทับใจกับเธอมากขึ้น ซึ่งไม่ใช่เฉพาะนักเรียนที่เธอเป็นครูประจำชั้นอย่างเดียว ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นก็คือ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อนักเรียน คณะครูแล้วก็บุคคลอื่นรอบข้างคะ...การประเมินตนเองนั้นคะก็คือ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีคะ กล้าที่จะเข้าหาคนอื่นกล้าที่จะเป็นฝ่ายเริ่มเข้าหาก่อนแล้วก็มีคนอื่น ๆ เข้าหาเราามากเพิ่มขึ้น ในส่วนของตัวนักเรียนก็กล้าที่จะเข้าหาเรามากขึ้นคะในส่วนนักเรียนที่เราไม่ได้ประจำชั้นคะ ในส่วนของนักเรียนส่วนมากคะรู้สึกว่าการเข้าหาเราเพิ่มขึ้นคะ” (พรชีวัน) อีกทั้งยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคน เช่น บิลลี่ยิ้มแย้มให้กับผู้คนรอบข้างมากขึ้น อย่างไรก็ตามแม้ว่าการพัฒนาจะบรรลุตามเป้าหมาย แต่พวกเขายังมีความเห็นว่าการที่จะพัฒนาในด้านเดิมในวงรอบต่อไป เพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเกิดความเข้มแข็งมากขึ้น

นอกจากนั้นยังพบว่าผู้วิจัยบางส่วน เช่น พริ้มที่พัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านความรัก ซึ่งผลจากการดำเนินกิจกรรมยังพบว่า เธอมีความสุขมากขึ้น ไม่อคติยิ้มและสอนสนุกมากขึ้น ยอมรับฟังเด็ก ส่วนนักเรียนกล้าเข้าหาเธอ และพูดดีกับเธอมากขึ้นกว่าเดิม จากที่แต่ก่อนเขาพูดตะคอกใส่เธอ รวมทั้งยิ้มและกล้าแสดงความคิดเห็น ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นนั้นคะนักเรียนกล้าเข้าหาแล้ว ก็พูด ๆ ดีกับหนูมากขึ้นคะ จากปกติเค้าจะแบบตะคอกตะคากใส่หนูแบบไม่พอใจเวลาพูดอะไรกับเรา” (พริ้ม) นอกจากนั้นเธอยังพัฒนาด้านความเสมอภาค ผลการดำเนินกิจกรรมพบว่า นักเรียนมีความสุขสนุกสนานมากขึ้น กล้าถาม กล้าตอบ ยิ้ม

แย้ม อย่างไรก็ตามแม้ว่าผลที่เกิดขึ้นจะบรรลุตามเป้าหมายในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง แต่ผู้วิจัยมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวยังไม่สำเร็จ เนื่องจากเธอยังไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีกับนักเรียนคนหนึ่งแสดงพฤติกรรมไม่น่ารัก กล่าวคือ ไม่ตั้งใจเรียนและชอบพูดคำหยาบ ทั้งนี้เมื่อประสบกับเหตุการณ์ดังกล่าวจะทำให้เธอรู้สึกหงุดหงิดและอารมณ์ไม่ดี อีกทั้งจำนวนวันที่ดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งยังน้อยอยู่ ดังนั้นเธอจึงต้องการที่จะพัฒนาต่อโดยใช้แผนเดิมเพื่อพัฒนาความเสมอภาคต่อ เพื่อให้เกิดความเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ตอนนี้แผนที่หนูยังไม่ประเมินตนเองคะ เพราะว่าหนูเพิ่งใช้ได้วันเดียวหนูอยากให้ได้สักอาทิตย์ก่อนคะ” (พริ้ม)

วงรอบที่ 3

1. การสะท้อนผลการปฏิบัติ

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติหลังจากการใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล โดยสะท้อนกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยนำไปปฏิบัติสำเร็จและไม่สำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน รวมทั้งกระบวนการเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 การบรรลุเป้าหมาย

1.1.1 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน

ผู้วิจัยขอเสนอการสะท้อนผลการปฏิบัติตามแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

1.1) ควบคุมอารมณ์

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่าผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ความมั่นคงในการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่าการรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่ง สุขุม ไม่ดูนักเรียน และสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ กล้าคิด กล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย เช่น กานต์แก้วพบว่า เธอมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับคนรอบข้างและมีความสุขกับการอยู่ในโรงเรียนมากขึ้น ควบคุมตนเองในการแสดงออกทางพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้มากขึ้น ยิ้มมากขึ้น ส่วนข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอยิ้มมากกว่าเมื่อก่อนเช่นเดียวกับฐิใจพบว่า ทำให้เธอควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น มีสติในการทำงานต่าง ๆ มากขึ้น และทำให้มองโลกในแง่ดี ไม่อคติเพียงเพราะอารมณ์ชั่ววูบของตัวเอง สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า นักเรียนกล้าเข้าหามากขึ้น

แต่ยังมีความเกรงใจอยู่บ้างและสอดคล้องกับข้อมูลการสัมภาษณ์เพื่อนร่วมงานสะท้อนว่า เธอมีสติมากขึ้น ไม่ค่อยดุนักเรียน ส่วนมีคุณพบว่า เขาสติในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ มีบุคลิกภาพที่ดีขึ้นและสามารถควบคุมพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ดียิ่งขึ้น ส่วนผลการสะท้อนจากนักเรียนและเพื่อนร่วมงานได้ข้อมูลตรงกันว่า เขาใจเย็น รับฟัง มีเหตุผล และคิดวิธีแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการควบคุมสีหน้าไม่ให้ผู้อื่นรู้สึกว่าตนเองกำลังโกรธหรือโมโห ยิ้มแย้มแจ่มใส ปรับน้ำเสียงให้อ่อนโยน ควบคุมอารมณ์โกรธด้วยการหายใจเข้าลึก ๆ เดินออกห่างจากสถานการณ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์ด้านลบ ให้ผู้อื่นเตือนสติ พูดคุยระบายความไม่สบายใจกับคนที่ไว้วางใจ และไม่คิดมากกับคำพูดด้านลบของผู้อื่น ซึ่งเป็นแผนเดิมที่ผู้ร่วมวิจัยเคยใช้ในวงรอบที่ผ่านมา และได้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องในวงรอบนี้ ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนได้ใช้แผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกที่เคยแลกเปลี่ยนในวงรอบที่ผ่านมาด้วย

2) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

2.1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

จากผลการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยพบว่า ดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับ ผู้ร่วมวิจัย ซึ่งผลการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยเกิดความมั่นใจในตนเองส่งผลให้กล้าคิดการตัดสินใจในการทำงานมากขึ้น เช่น จันทร์เจ้า ฌมณ และคะนิงพบว่า พวกเธอมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น มีภาวะผู้นำ กล้าคิดและกล้าตัดสินใจในการทำงานมากขึ้น ทำให้งานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ อีกทั้งยังพบว่า เพียงขวัญมีความมั่นใจและกล้าที่จะเผชิญหน้าต่องานที่ท้าทายมากขึ้น อีกทั้งยังได้รับความไว้วางใจและได้รับโอกาสในการทำงานมากยิ่งขึ้น ขณะเดียวกันพบว่า ปรายฟ้าสามารถทำงานกับบุคคลอื่นและทำงานเป็นทีมได้ เช่นเดียวกับทิวาและยาหยีพบว่า พวกเธอมีความมั่นใจ กล้าแสดงออก กล้าพูดคุยกับเพื่อนร่วมมากขึ้น อีกทั้งยังกล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ตนเองสงสัยไม่แน่ใจ

“ผลที่เกิดขึ้นก็คือ รู้สึกว่าตัวเองมีความกล้ามากขึ้นค่ะ กล้าตัดสินใจในเรื่องที่เรารับผิดชอบค่ะก็คือ ในอาทิตย์ที่ผ่านมาคะมันจะเป็นวันที่จับสลากของขวัญปีใหม่แล้วก็ในวัน

คริสต์มาสของที่โรงเรียนค่ะ หนูนะค่ะได้รับหน้าที่ให้เป็นพิธีกรค่ะคู่กับคุณครูพี่เลี้ยง แล้วที่นี้คุณครูพี่เลี้ยงนะค่ะแกก็เหมือน แกจัดการอะไรแบบหลายอย่าง ๗ ค่ะก็คือ หนูจะเป็นคนดำเนินการทั้งหมดเลยค่ะ โดยหนูแบบมัน มันจะไม่มีแบบว่าการวางแบบว่าเขียนแบบรันรันไว้ก็คือ ก็คือ แกค่ะให้เราพูดตามความเข้าใจของเราเลยค่ะ แล้วหนูก็รู้สึกตัวเองทำได้ดีอยู่ค่ะ” (จันทร์เจ้า)

“ผลการประเมินนะค่ะก็คือในตนเองก็คือ ตนเองมั่นใจและก็กล้าที่จะตัดสินใจอะไรที่มันเล็กน้อยแล้วงานที่มันใหญ่ขึ้นค่ะแล้วก็การเป็นผู้นำด้วยค่ะ ส่วนนักเรียนก็จะสังเกตว่านักเรียนไว้วางใจให้เราคอยช่วยเหลืออย่างเช่นนักเรียนค่ะอย่างอยู่กับครูคนอื่น ถึงจะเรียนอยู่กับครูคนอื่นนะค่ะก็ปล่อยให้ทำงานแล้วก็นักเรียนก็จะตักกันเค้าจะก๊วมาบอกหนูทุกคน (หัวเราะ) แล้วก็กับครูทุกคนที่เค้าเรียนด้วยเค้าก็ไม่บอก เค้าวิ่งมาบอกหนูค่ะคนนี้จะคนนี้ คนนี้ดีกับคนนี้ แล้วก็คอยให้หนูไปช่วยแก้ปัญหาให้เค้า แล้วเค้าก็จะชอบมาอยู่ใกล้ ๆ หนูแม้กระทั่งพักเที่ยงค่ะก็จะมารุมหนู เหมือนว่าเค้าอยากอยู่ใกล้ ๆ เค้าอยากรู้ว่าครูทำอะไรแล้วก็เวลาอยู่กับครูแล้วมันรู้สึกปลอดภัยไม่โดนเพื่อนแกล้ง” (เพียงขวัญ)

“ส่วนการประเมินนะค่ะทำงานร่วมกับบุคคลอื่นได้ค่ะ ส่วนนักเรียนนะค่ะนักเรียนไว้วางใจค่ะ ให้ความร่วมมือในการทำงาน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้คนหลาย ๆ คนค่ะ คอยให้ครูออกความคิดเห็นร่วมด้วยค่ะ ส่วนกับครูพี่เลี้ยงนะค่ะจะปล่อยให้ทำงานกับครูพี่เลี้ยงอย่างอิสระออกแบบงานตามความคิดของตนเองค่ะ แล้วก็ครูพี่เลี้ยงแล้วก็ครูในโรงเรียนนะค่ะจะชื่นชมด้วยคำพูดค่ะ ให้อยู่ยิ้มบอกว่าสุดยอด ดีมาก เก่งมาก แล้วก็ให้คำกล่าวกำลังใจอื่น ๆ ค่ะ เช่นก็จะมีอยู่รอบหนึ่งค่ะไปทำงานเป็นอยู่ค่ายลูกเสือค่ะ ตอนนั้นแบบมีอยู่ 4 คนค่ะ เค้าก็ให้หนูเป็นผู้นำกับค่ะหนูก็ไม่รู้อะไรเลยค่ะ ให้หนูแต่งตัวไปเต็มยศอยู่คนเดียวค่ะ แล้วก็ทำหน้าที่เออหนูไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไร ครูก็เลยบอกหนูว่า หนูทำได้เดียวพี่สอนพอสอนแล้วก็เริ่มทำได้ค่ะแล้วที่นี้คนแล้วรุ่นพี่อยู่โรงเรียนก็แบบอู้เก่งมากเลย สุดยอด น่องรักอย่างเนี้ยค่ะ ก็เลยทำให้รู้สึกมีความสุขค่ะ” (เล่าไปยิ้มไป สีน้าภาควมใจ) (ปรายฟ้า)

“ส่วนหนูประเมินตนเองนะค่ะ หนูรู้สึกว่าหนูมีความกล้ามากขึ้นค่ะ กล้าที่จะเข้าหาครูท่านอื่น กล้าที่จะพูดคุยถามงานมากขึ้น แม้กระทั่งเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เราไม่เข้าใจ ถึงแม้ว่าตรงนี้เป็นเรื่องง่าย เราก็ตจะเข้าไปถามเค้าด้วยความซื่อค่ะ เพราะว่าต้องการแบบเดียวกับที่เค้าเคยทำมันจะได้ไม่ต้องแก้ไขซ้ำซ้อน แล้วก็รู้สึกว่าให้กำลังใจตัวเองบ่อยขึ้น การให้กำลังใจบ่อย ๆ ของหนูก็คือว่าหนูให้กำลังใจตัวเองว่าไม่เป็นไร ไม่เป็นไรฉันทำได้ ฉันทำได้ พอหนูให้กำลังใจแบบนี้แล้ว รู้สึกว่าตัวเองทำได้ดีค่ะ เข้าหาเค้าได้มากขึ้น แล้วก็การที่ให้กำลังใจตัวเองแบบนี้ค่ะ มันทำให้หนูรู้สึกว่าไม่กลัว ไม่กลัวแบบสิ่งที่ทำให้หนูต้องรู้สึกว่า เธอต้องกลัวนะแบบนี้

แบบนี้ เธอทำแล้วมันจะทำให้เธอดูไม่ดี อย่างน้อยหนูก็ให้กำลังใจตัวเองว่าไม่เป็นไร อย่างน้อยฉันก็ลองผิดลองถูก ถึง ถึงแม้เค้าจะ Feedback มาไม่ค่อยดี แต่มันก็เป็นประสบการณ์ของเราแบบที่เรา เราควรไปในทิศทางไหน ซึ่งเปรียบเทียบกับเทอมที่แล้วค่ะของหนู Feedback มาค่อนข้างที่จะลบ เพราะว่าหนูไม่รู้จำจะไปด้านในแบบนี้ค่ะ พอมาลองใช้แผนนี้พอมามาเข้าคอร์สกับอาจารย์ (เข้าร่วมการวิจัย) ก็รู้สึกว่ามันพัฒนาขึ้นไปมากเลยคะ” (ยิ้มกว้างเน้นเสียง มากเลยคะ) (ทิวา)

นอกจากนั้นยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้สำเร็จ ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า ผู้ร่วมวิจัยกล้าแสดงออกมากขึ้น เช่น นักเรียนและเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่าจันทร์เจ้าและณมนมีความกล้าหาญในการเป็นพิธีกรทั้งที่ยังไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน มีความมั่นใจในตนเอง กล้าคิดกล้าทำ มีความเป็นผู้นำมากขึ้น อีกทั้งพวกเธอได้รับคำชื่นชมว่าทำหน้าที่พิธีกรได้ดีมาก รวมทั้งชื่นชมว่ามีการเตรียมงานได้ดี เช่น คำถามที่จันทร์เจ้าเตรียมมาถามนักเรียนในวันคริสต์มาส เป็นต้น ส่วนผลการดำเนินกิจกรรมของเพียงขวัญสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้คือ กล้าคิด กล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัยกล่าวคือ นักเรียนไว้วางใจให้เธอช่วยเหลือ เชื้อฟังและอยากเข้าหาเธอมากขึ้น รวมทั้งสอดคล้องกับเพื่อนร่วมงานที่ให้ข้อมูลว่า เธอมีความกล้าหาญและมีความเป็นผู้นำ เพราะสามารถช่วยดูแลนักเรียนได้ อีกทั้งยังสามารถตัดสินใจเองได้เวลาที่เพื่อนร่วมงานไม่อยู่ เช่น การแสดงที่ให้นักเรียนเต้นในวันคริสต์มาส เธอสามารถวางแผนและจัดงานได้ดีมาก ส่งผลให้เธอกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นแล้วก็กล้าแสดงศักยภาพในการทำงานแล้วก็ช่วยงานอย่างเต็มที่จึงทำให้แผนการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็งบรรลุเป้าหมายเช่นเดียวกับปรายฟ้าพบว่า นักเรียนกล้าเข้าหาเธอมากขึ้น เช่น ขอให้เธอแสดงความคิดเห็นร่วมด้วยในการออกแบบกิจกรรมในโรงเรียน อีกทั้งพวกเขายังให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมกับเธออีกด้วย รวมทั้งยังสอดคล้องกับข้อมูลจากเพื่อนร่วมงานที่กล่าวชื่นชมเธอว่าเก่งในการเป็นผู้กำกับลูกเสือ ขณะเดียวกันข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า ทิวายิ้มแย้มแจ่มใสมากขึ้นกว่าเดิม ดังคำกล่าวของนักเรียนที่ว่า “ครูยิ้มแย้มแจ่มใส ยิ้มแบ่นเลย เมื่อกีฬา ก็พากันเล่นเมื่อสัปดาห์ที่แล้วครูยิ้มแบ่นเลย...ผมก็รู้สึกดีกว่าตอนที่ครูมาใหม่ ๆ เพราะครูมาใหม่ ๆ คุณครูหน้าขริ้มมากเลยครับเหมือนคุณครูมีอะไรตลอดเวลา” (นักเรียน) ซึ่งสอดคล้องกับเพื่อนร่วมงานที่สะท้อนว่าเธอมีความมั่นใจในการพูดหน้าเสาธงมากขึ้น สื่อสารได้เข้าใจ ไม่ติดขัดและเป็นธรรมชาติกว่าแต่ก่อน ดังเช่นคำกล่าวของเพื่อนร่วมงานที่ว่า “ตอนนี้เริ่มพูด เริ่มพูดหน้าเสาธงได้ดีขึ้นนะ เริ่มแจ้งข่าวสารเด็กได้ดีขึ้น แล้วก็พูดไม่ติดขัด พูดเป็นธรรมชาติกว่าตอนที่ให้ขึ้นไปพูดตอนแรก ๆ ที่มา” (เพื่อนร่วมงาน)

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการกล้าแสดงความคิดเห็นกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน กล้าอาสาช่วยงานเพื่อนร่วมงานโดยที่ไม่ได้ถูกร้องขอ อนึ่งยังพบว่า ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติของผู้ร่วมวิจัยบางคนสำเร็จได้โดยใช้วิธีการของ เพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่นำมาแลกเปลี่ยน เช่น ยายหิว่าเธอกล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานมากขึ้นในเรื่องที่ตนเองสงสัยไม่แน่ใจ ซึ่งเป็นวิธีการที่เธอได้นำมาจากมีคุณในวงรอบที่ผ่านมา อย่างไรก็ตามแม้ว่าจะมีอุปสรรคคือ ความตื่นเต้นในการพูดครั้งแรก แต่ณมนก็สามารถควบคุมอุปสรรคนั้นได้ดีด้วยการหายใจเข้าออกช้า ๆ ซึ่งวิธีการนี้ได้มาจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่ได้แลกเปลี่ยนกันในช่วงที่ผ่านมา ส่งผลให้เธอกล้าคิด กล้าลงมือทำ แล้วก็กล้าแสดงความคิดเห็นและมั่นใจในตนเองมากขึ้น จึงทำให้แผนการพัฒนาด้านความกล้าหาญและภาวะผู้นำบรรลุเป้าหมาย ดังเช่นคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “มีความไม่มั่นใจมันโผล่ขึ้นครั้งแรกเลยคะ...หนูก็หายใจเข้าออกสัปดาห์ แล้วก็ให้กำลังใจตัวเองว่าทำได้แน่นอนทำได้ แล้วก็สร้างความท้าทายตัวเองว่างานนี้แหละเอาแล้วเอาอยู่คะก็ได้แผนมาจากเพื่อนที่มาแลกเปลี่ยนกันในกลุ่มครั้งที่แล้ว” (ณมน)

3) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

3.1) วางแผน

ผลจากการดำเนินกิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่ดำเนินกิจกรรมสำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ เช่น กานต์แก้วทำงานสำเร็จตามที่ตั้งไว้ทำให้เธอกล้าตั้งความหวังมากขึ้นและมุ่งมั่นทำงานให้บรรลุเป้าหมาย สอดคล้องกับโปรดปรานพบว่า เธอมีความหวังกับการใช้ชีวิตมากขึ้น มีการวางแผนการทำงานในแต่ละวันและลงมือทำได้สำเร็จ อีกทั้งยังสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เพื่อนร่วมงานที่พบว่า พวกเขาสามารถทำงานส่งได้ทันตามที่กำหนด ส่วนบีลีพบว่า เธอสามารถทำงานเสร็จเร็วและงานเรียบร้อยมากขึ้นส่งผลให้เธอไม่เกิดความเครียด ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า ไปงานและสื่อการสอนของเธอไม่ผิดเหมือนแต่ก่อน อีกทั้งยังสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอทำงานได้เรียบร้อยมากขึ้น

ยิ่งกว่านั้นยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยบางคนสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย ได้แก่ กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ เช่น ชะเอมพบว่า เธอมีความกระตือรือร้นในการค้นหาวิธีการสอนกิจกรรมในชั้นเรียน และสื่อการสอน ที่เร้าความสนใจของนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า

พวกเขาชอบไปงานและกิจกรรมที่ให้ทำ ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า เธอเตรียมการสอนได้ดี อยากให้ทำแบบนี้ต่อไป เพราะนักเรียนมีความกระตือรือร้นและอยากทำงานส่งมากขึ้น ส่วนต้องตาพบว่า เธอมีเวลาในการทำงาน อดทน กระตือรือร้นในการคิดออกแบบไปงาน สื่อการสอน มากยิ่งขึ้น เมื่อนั่งทำงานในที่เงียบ ๆ จะมีสมาธิและสามารถคิดออกแบบสื่อการสอนได้หลาย ๆ แบบได้แนวคิด ใหม่ ๆ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า มีเกมและสื่อที่น่า ตื่นเต้น ได้ลุ้นทำให้พวกเขาอยากเล่นและอยากเรียน ส่วนผลที่เกิดขึ้นกับทอฝันพบว่า เธอทำหน้าที่ ของตัวเองสม่ำเสมอ ได้แก่ หน้าที่สอน หน้าที่ช่วยเหลืองาน เช่น งานออกแบบป้ายส่งภายในเวลา ที่กำหนดในงานต้อนรับผู้อำนวยการโรงเรียนคนใหม่ จัดเตรียมกิจกรรมวันเด็กในโรงเรียนโดยการ ฝึกซ้อมการแสดงให้กับนักเรียนทำงานออกมาได้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้ สัมภาษณ์เพื่อนร่วมงานพบว่า เธอมีความพยายาม ขยัน มีความตั้งใจมาก รู้หน้าที่ตนเอง เรียงลำดับความสำคัญดีทำให้งานเดินหน้าได้ เกื้อหนุนเพื่อนร่วมงานและพร้อมเรียนรู้

ขณะเดียวกันยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับพฤติกรรม บ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ และส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น ยายหิ๊พบว่า เธอได้สื่อที่เป็นรูปแบบใหม่โดยใช้ เพลงในการเรียนการสอนและทำให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียน สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้ จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า เธอมีกิจกรรมที่ใช้ในการเรียนการสอนมากขึ้น ทำให้พวกเขา อยากเรียน ส่วนข้อมูลที่สัมภาษณ์เพื่อนร่วมงานพบว่า มีสื่อใช้ในการเรียนการสอน และสื่อมีความ สวยงามเช่นเดียวกับนับดาวที่พบว่า เธอทำงานได้ดีมากขึ้น โดยให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับ การเรียน สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขารู้สึกชอบในการทำ กิจกรรมเล่นเกมการศึกษา เช่น เกมหาคำศัพท์อังกฤษจากคำตอบคณิตศาสตร์ การสุมวงล้อแสดง วิธีทำ ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ส่วน เพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลที่สอดคล้องกันว่า เป็นสิ่งที่ดีที่เธอนำสื่อมาใช้ให้นักเรียนทำกิจกรรม ส่วน ฮารุพบว่า เธอมีไปงานที่น่าสนใจ มีความคิดในการใช้ไปงานที่แปลกใหม่ เช่น การระบายสีจาก กระดาษ A4 นำมาทำเป็นรูปถุงเท้าวันคริสต์มาส หอยทากแต่งประโยค ตัด แปะอย่างสวยงาม สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า นักเรียนมีความตื่นเต้นเกี่ยวกับไปงานถุง เท้าวันคริสต์มาส หอยทากแต่งประโยค มีความสนุกกับการระบายสี และตัด แปะ กระดาษด้วย ตนเอง ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า เธอมีการคิดที่สร้างสรรค์ แปลกใหม่สำหรับนักเรียน ทำให้ บรรยายภาสการเรียนมีความสนุกสนาน และนักเรียนมีสมาธิในการเรียนที่ดีขึ้น รวมทั้งผลที่เกิด ขึ้นกับเทียนหอมพบว่า เธอสามารถค้นหารูปแบบกิจกรรมการสอนที่น่าสนใจ เป็นสื่อที่ให้นักเรียน

มีความสนใจมากขึ้น ต้องการเรียนมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า มีความสุข สนุกสนานในการใช้สื่อ ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า เธอมีความคิดที่ดีในการหาสื่อ หากิจกรรมที่กระตุ้นความสนใจของนักเรียนได้ดีขึ้น

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการตั้งเป้าหมาย เรียงลำดับความสำคัญของงานที่ต้องส่งก่อนหลังและลงมือทำให้ทันตามเวลาที่กำหนด วางแผนการสอนนักเรียน วางแผนการทำงานในแต่ละวันและลงมือทำตามแผนที่ตนเองวางไว้ เขียนบันทึกว่าต้องทำงานอะไรบ้างในแต่ละสัปดาห์ แบ่งเวลาในการทำงานและพักผ่อน ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นแผนเดิมที่ผู้ร่วมวิจัยเคยใช้ในวงรอบที่ผ่านมาและได้พัฒนาอย่างต่อเนื่องในวงรอบนี้ ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนได้ใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกที่เคยแลกเปลี่ยนในวงรอบที่ผ่านมาด้วย

3.2) ใ้รู้หาคำตอบ

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น เทียนหอมพบว่า เธอสามารถค้นหารูปแบบกิจกรรมการสอนที่น่าสนใจ เป็นสื่อที่ให้นักเรียนสนใจเรียนมากขึ้น ซึ่งข้อมูลที่ได้จากนักเรียนสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้คือ นักเรียนใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน กล่าวคือ พวกเขามีความสุข สนุกสนานในการใช้สื่อ ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า เธอมีความคิดที่ดีที่หาสื่อการสอนที่น่าสนใจมาใช้จัดกิจกรรมทำให้นักเรียนมีความสนใจในการเรียนได้ดีขึ้น

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยได้ใช้การค้นหาวิธีการในการออกแบบสื่อใหม่ ๆ รูปแบบกิจกรรมและสื่อการสอนที่น่าสนใจ รับฟังข้อเสนอแนะจากผู้อื่นเพื่อนำมาปรับปรุง อีกทั้งสอบถามความคิดเห็นจากเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ไม่รู้หรือไม่มีประสบการณ์ ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นแผนเดิมที่ผู้ร่วมวิจัยเคยใช้ในวงรอบที่ผ่านมาและได้พัฒนาอย่างต่อเนื่องในวงรอบนี้ ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนได้ใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกที่เคยแลกเปลี่ยนในวงรอบที่ผ่านมาด้วย

3.3) ตรวจสอบความถูกต้องของงาน

ผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่าผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จคือ ตรวจสอบแผนการสอนและสื่อ

ก่อนใช้ เช่น ผลการดำเนินกิจกรรมของจันทร์เจ้าทำให้เธอทำงานได้เรียบร้อยมากขึ้น แต่ก็ยังมีผิดพลาดบ้าง ซึ่งสอดคล้องกับนักเรียนที่ให้ข้อมูลว่าใบงานของเธอไม่มีคำผิดเลย ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่างานที่ทำมีคำผิดน้อยลงทำให้งานเรียบร้อยมากขึ้น

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการตรวจสอบความถูกต้องของแบบฝึกหัด สื่อการสอนและงานที่ได้รับมอบหมายให้เรียบร้อยก่อนส่งฉบับที่ถูกต้องซึ่งต้องทำในแต่ละวัน สอบถามเพื่อนร่วมงานเกี่ยวกับงานเพื่อป้องกันความผิดพลาด ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นแผนเดิมที่ผู้ร่วมวิจัยเคยใช้ในวงรอบที่ผ่านมา และได้พัฒนาอย่างต่อเนื่องในวงรอบนี้ ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนได้ใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกที่เคยแลกเปลี่ยนในวงรอบที่ผ่านมาอีกด้วย

3.4) เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่าผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น ผลที่เกิดขึ้นของปิลีพบว่า เธอสามารถทำงานได้ดี เร็ว งานเรียบร้อยมากขึ้น ส่วนยาหยีพบว่า เธอสามารถคิดออกแบบสื่อการสอนใหม่ ๆ ได้เร็วมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า เธอมีกิจกรรมที่ใช้ในการเรียนการสอนเพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลของเพื่อนร่วมงานที่ว่า เธอมีสื่อใช้ในการเรียนการสอน เช่น การใช้เพลงในการสอนและสื่อมีความสวยงาม ส่วนผลการดำเนินกิจกรรมของต้องตาพบว่า เมื่อเธอนั่งทำงานในที่เงียบ ๆ จะมีสมาธิและสามารถคิดออกแบบสื่อการสอนได้หลาย ๆ แบบ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า เธอมีเกมและสื่อการสอนที่กระตุ้นความสนใจนักเรียนมากขึ้น เช่นเดียวกับ นัสดาวพบว่า เธอทำงานดีมากขึ้น เช่น การให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับการเรียนทำงานเสร็จทันเวลาเป็นไปตามเป้าหมาย ส่วนธัญยาพบว่า เธอมีความผ่อนคลายในการทำงานมากขึ้น ไม่เครียดและไม่กดดันตนเอง ส่งผลให้เธอสามารถออกแบบสื่อการสอนได้อย่างหลากหลาย สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขาสนุกและมีความสุขกับการใช้สื่อและกิจกรรมการสอน และสอดคล้องกับข้อมูลจากเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอมีสื่อการสอนที่หลากหลาย

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการเปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการทำงาน เช่น ทำงานในที่เงียบ ๆ ไม่มีเสียงรบกวน โดยเปลี่ยนที่นั่งทำงานใหม่ไม่ใช่เฉพาะห้องทำงานของตนเอง ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นแผน

เดิมที่ผู้ร่วมวิจัยเคยใช้ในวงรอบที่ผ่านมาและได้พัฒนาอย่างต่อเนื่องในวงรอบนี้ ขณะเดียวกัน ผู้ร่วมวิจัยบางคนได้ใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็น จุดแข็งที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกที่เคย แลกเปลี่ยนในวงรอบที่ผ่านมาไปด้วย

4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

4.1) ใส่ใจตนเอง

ผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยคือ รับฟังความเห็นของ นักเรียน เพื่อนร่วมงาน ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน และสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน คือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย เช่น ผลที่เกิดขึ้นของปีลีฟ พบว่า มีความสุขมากขึ้น ยิ้มมากขึ้น มีความเครียดน้อยลง ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการ สัมภาษณ์นักเรียนพบว่า เธอใจดี น้ำเสียงนุ่มนวล ไม่พูดตะคอกและไม่ดุ สอดคล้องกับ พรชีวัน พบว่า เธอมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น นักเรียนกล้าเข้าหาพูดคุยกับเธอมากขึ้น เธออารมณ์ดี ขึ้น ไม่เครียดและคิดมากเหมือนเมื่อก่อน ส่วนข้อมูลนักเรียนพบว่า กล้าเข้าหาเธอมากขึ้น เมื่อเธอ ยิ้มทำให้พวกเขาทำตามได้ เช่นเดียวกับเฉอมแตมพบว่า เขามีความสุขมากขึ้น ยิ้มแย้ม ร่าเริง สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากนักเรียนพบว่า บรรยากาศในการสอนของเขาเป็นไปอย่างสนุก ผ่อนคลาย มีการสร้างเสียงหัวเราะให้กับนักเรียน พร้อมมีกิจกรรมการบวคะแนนกระตุ้นนักเรียน ให้กระตือรือร้นในการเรียนมากขึ้น สอดคล้องกับเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า เขาสามารถสร้างสรรค์ ผลงานที่ทำให้ผู้อื่นเกิดเสียงหัวเราะและมีความสุข

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย เนื่องจาก ผู้ร่วมวิจัยได้ใช้ วิธีการรับประทานอาหารที่ชอบ ดูคลิปตลก ดูการ์ตูน ฟังเพลง ไปดูหมอลำ พูดคุย กับคนที่ทำให้สบายใจ สร้างอารมณ์ขันให้กับตนเอง ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นแผนเดิมที่ผู้ร่วมวิจัยเคย ใช้ในวงรอบที่ผ่านมาและได้พัฒนาอย่างต่อเนื่องในวงรอบนี้

4.2) ใส่ใจผู้อื่น

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยคือ รับฟังความเห็นของ นักเรียน เพื่อนร่วมงาน ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน และสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน คือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย เช่น คะนิงพบว่า เธอปฏิบัติ

ต่อนักเรียนด้วยความเท่าเทียมกัน รับฟังความคิดเห็นของนักเรียนมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอใส่ใจ รับฟังและเข้าใจนักเรียนมากขึ้น ส่วนพรีมพบว่า นักเรียนกล้าถาม ตั้งใจฟังเธอสอนมากขึ้นทำให้พวกเขาเข้าใจเนื้อหามากขึ้น เมื่อนักเรียนตั้งใจเรียน พวกเขาก็จะได้รับของรางวัลอย่างทั่วถึง สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขาขี้มียิ้ม มีความสุข กล้าเข้าใกล้เธอ พวกเขามีความสนุกสนานในการเรียนมากขึ้น อีกทั้งยังสอดคล้องกับที่เพื่อนร่วมงานสะท้อนว่า เธอมีความอ่อนโยนกับนักเรียนเพิ่มมากขึ้น ควบคุมชั้นเรียนได้ดีขึ้นและมีความสุขในการเรียนมากขึ้น ส่วนเมอแตมพบว่า เขามีความสุขมากขึ้น ยิ้มแย้ม ร่าเริง ส่วนข้อมูลที่ได้จากนักเรียนพบว่า การสอนของเขามีการสอนแบบสบายมีการสร้างเสียงหัวเราะให้กับนักเรียนและมีกิจกรรมการบวกคะแนน ส่วนข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานพบว่า เขาสามารถสร้างสรรค์ผลงานที่ทำให้ผู้อื่นเกิดเสียงหัวเราะและมีความสุขได้ เช่นเดียวกับมีคุณพบว่า เขาเกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่และมีความรู้มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า นักเรียนเกิดความเข้าใจในการสอนของเขามากขึ้น เนื่องจากเขาสามารถอธิบายได้ชัดเจน ส่วนข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานพบว่า เขาสามารถแก้ไขปัญหาให้กับนักเรียนได้อย่างเหมาะสม

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากผู้ร่วมวิจัยใช้วิธีการใส่ใจคนรอบข้างด้วยการให้เกียรติผู้อื่นทั้งการกระทำและคำพูด รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น สร้างอารมณ์ขันให้กับผู้อื่น ยิ้มแย้ม แจ่มใสอยู่เสมอ ให้ความเสมอภาคกับนักเรียนทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน เช่น มอบสิ่งของให้นักเรียนอย่างทั่วถึง และเปิดโอกาสให้ทุกคนตอบคำถามในชั้นเรียน

3.1.2 ไม่สำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน

ผู้วิจัยขอเสนอการสะท้อนผลการปฏิบัติตามแผนการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

1.1) ควบคุมอารมณ์

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคูณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ความมั่นคงในการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นวากำลังรู้สึกไม่ดีหรือโมโห ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่ง สุขุม ไม่ดูนักเรียน และไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับ ผู้ร่วมวิจัย เช่น โปรดปรานพบว่า เธอไม่สามารถควบคุม

อารมณ์ของตนเองในส่วนของการให้อภัยได้และ ชอบซักสีหน้าเมื่อไม่พอใจหรือใครทำอะไรที่ไม่ได้ตั้งใจ ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากนักเรียนและ เพื่อนร่วมงานพบว่า เธอยังไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีนัก เวลาที่นักเรียนเสียงดังบางครั้งเธอเผลอทำโทษนักเรียนโดยการเคาะหัว ดังนั้นเธอจึงต้องการที่จะพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเดิมในวงรอบต่อไป

2) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

2.1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

อย่างไรก็ตามแม้ว่าผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย ซึ่งจากผลจากการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยเกิดความมั่นใจในตนเองส่งผลให้กล้าคิดการตัดสินใจในการทำงานมากขึ้น แต่ผู้ร่วมวิจัยยังมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จตามเป้าหมาย เช่น โมนาพบว่าเธอมีความมั่นใจในตนเองและกล้าพูดกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “ผลที่เกิดขึ้นนะคะก็รู้สึกว่าตัวเองก็กล้าพูดมากขึ้นจากเมื่อก่อนที่ไม่ได้พูดเยอะมากค่ะ แบบกล้าพูดมากขึ้นค่ะ แล้วก็มีคุณครูที่โรงเรียนนะคะก็พูด พูดขึ้นมาคะอันนี้คือไม่ได้ถามนะคะแต่ว่าครูพูดขึ้นมาคะ คุณครูบอกว่าโมนาเดี๋ยวนี้อีกพูดมากขึ้น แล้วเขาก็บอกว่าดีแล้วพูดเก่ง ๆ” (โมนา) สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานที่พบว่า ผู้ร่วมวิจัยกล้าพูดกับนักเรียนและเพื่อนร่วมงานมากขึ้น แม้ว่าการดำเนินกิจกรรมจะสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัย นักเรียนและเพื่อนร่วมงาน แต่เธอยังมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่บรรลุตามเป้าหมาย เนื่องจากต้องการที่จะพัฒนาด้านความกล้าหาญอย่างต่อเนื่องในวงรอบต่อไป โดยยึดระยะเวลาออกไปเพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านความกล้าหาญมีความเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น

3) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

3.1) วางแผน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัย บางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น นันดาวพบว่า เธอทำงานได้ดีมากขึ้น โดยการให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับ การเรียน ทำงานเสร็จทันเวลาซึ่งเป็นไปตามเป้าหมาย ทำงานได้เป็นระบบมากยิ่งขึ้น ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนสอดคล้องกับ

พฤติกรรมบ่งชี้คือ นักเรียนใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน กล่าวคือ นักเรียนรู้สึกชอบในการทำกิจกรรมเล่นเกมการศึกษา เช่น เกมหาคำศัพท์อังกฤษ เกมคณิตศาสตร์ การส่วมวงล้อแสดงวิธีทำ ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่าเธอมีความมุ่งมั่นในการเตรียมสื่อการสอน ซึ่งพวกเขามีความเห็นว่าเป็นสิ่งที่ดีที่นำสื่อมาใช้ให้นักเรียนทำกิจกรรม อนึ่งเธอยังมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมยังไม่สำเร็จ แม้ว่าการทำงานจะบรรลุตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ได้สำเร็จก็ตาม เพราะงานยังมีความผิดพลาด เช่น การพิมพ์งานยังมีคำตกหล่น

ขณะเดียวกันโมนาพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของเธอสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอนและมุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จกล่าวคือ เธอมีความกระตือรือร้นและมีวินัยในการทำงานมากขึ้นสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอมีความกระตือรือร้นมากขึ้นในขณะที่สอนและทำงาน มีความมุ่งมั่นในการทำงานให้สำเร็จ แม้ว่าจะผลจากการดำเนินกิจกรรมของเธอจะสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ แต่เธอยังมีความเห็นว่ายังไม่มากเท่าที่ควร จึงต้องการที่จะพัฒนาในวงรอบต่อไป

3.2) ใ้รู้หาคำตอบ

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น ยาหียพบว่า เธอได้ตัวรูปแบบในการจัดการเรียนการสอนเป็นแอปพลิเคชัน ส่วนผลที่เกิดขึ้นจากการดำเนินกิจกรรมของต้องตาพบว่า ได้แนวคิดใหม่ ๆ แนวทางในการแก้ไขปัญหาเมื่อได้ปรึกษากับคนอื่น ๆ ทำให้เธอไม่เครียด อย่างไรก็ตามแม้ว่าผลการดำเนินกิจกรรมของพวกเขาจะสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ แต่พวกเขายังมีความเห็นว่าการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งดังกล่าวยังขาดการประเมินจากนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน จึงทำให้ไม่เกิดความมั่นใจว่าการดำเนินกิจกรรมบรรลุเป้าหมาย ดังนั้นพวกเขาก็ต้องการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านเดิมในวงรอบต่อไปและยืดระยะเวลาในการพัฒนาเพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น

3.3) ตรวจสอบความถูกต้องของงาน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จคือ ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ เช่น ผลที่เกิดขึ้นโมนาพบว่า เธอมีความรอบคอบ ใจเย็นมากขึ้น ไม่รีบร้อนจน

ตรวจสอบงานไม่ครบถ้วน แต่เธอยังมีความเห็นว่าการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวยังไม่สำเร็จ ต้องการที่จะพัฒนาโดยยืดระยะเวลาออกไป ขณะที่พรชัยพบว่าการดำเนินกิจกรรมของเธอไม่สำเร็จและไม่เกิดการเปลี่ยนแปลง เพราะเธอมีอุปสรรคคือ การหลงลืม จึงได้ขอให้เพื่อนสมาชิกในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนวิธีการแก้ไขการลืม เพื่อนำวิธีการดังกล่าวไปใช้พัฒนาด้านความรอบคอบในวงรอบต่อไป

วงรอบที่ 4

1. การสะท้อนผลการปฏิบัติ

ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนผลการปฏิบัติหลังจากการใช้แผนพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเป็นรายบุคคล โดยสะท้อนกิจกรรมที่ผู้ร่วมวิจัยนำไปปฏิบัติสำเร็จและไม่สำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน รวมทั้งกระบวนการเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 การบรรลุเป้าหมาย

1.1.1 ความสำเร็จตามเป้าหมายของการดำเนินงานตามแผน

ผู้วิจัยขอเสนอการสะท้อนผลการปฏิบัติตามแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1) กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน

1.1) กล้าคิดกล้าแสดงออก

จากผลการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้ร่วมวิจัยพบว่า ดำเนินกิจกรรมสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับตนเอง นักเรียน เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงานคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับ ผู้ร่วมวิจัย ซึ่งผลจากการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้นกว่าการพัฒนาในวงรอบที่ผ่านมา เช่น บิณฑ์ เพียงขวัญ จันทรเจ้าและคะนิงพบว่า พวกเธอมีความเชื่อมั่นในตนเองส่งผลให้กล้าคิด กล้าตัดสินใจทำงานที่ท้าทายมากขึ้น นอกจากนั้นแล้วยังพบว่า ผู้ร่วมวิจัยส่วนใหญ่กล้าพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น ซึ่งผลการดำเนินกิจกรรมบรรลุเป้าหมายตามพฤติกรรมบ่งชี้ เช่น ทอฝันกล้าทำงานร่วมกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น ไม่เกร็งเหมือนที่ผ่านมา ดังคำกล่าวของผู้ร่วมวิจัยที่ว่า “จากการประเมินตนเองนะคะ หนูก็กล้าทำมากขึ้นคะ ไม่เกร็ง กลัวเหมือนเมื่อก่อนคะ แล้วก็รู้สึกตัวเอง นะคะมีการพัฒนาจากเมื่อก่อนด้วยคะ” อีกทั้งยังพบว่าเธอกำลังลงทำสิ่งที่ไม่เคยทำ เช่น การเข้าร่วมเล่นกีฬาวนคู่กับเพื่อนครูต่างโรงเรียน จากที่ไม่เคยทำกิจกรรมแบบนี้มาก่อนเมื่อได้ลงทำอะไรใหม่ ๆ ทำให้เธอรู้สึกมีความมั่นใจเพิ่มมากขึ้นและภูมิใจที่ตนเองผ่านความท้าทาย

นั้นมาได้ ซึ่งในการทำกิจกรรมครั้งต่อไปก็ทำให้เธอไม่รู้สึกลำบากใจอีก อีกทั้งยังพบว่า เพียงขวัญมั่นใจในการทำงานต่าง ๆ ต่อหน้าผู้คนมากขึ้น เช่น การเป็นพิธีกรงานโรงเรียน และพิธีกรงานชุมชน เป็นต้น ส่วนจันทร์เจ้าพบว่า กล้าทำในสิ่งที่ตนเองกลัวคือ การควบคุมนักเรียนทำกิจกรรมหน้าเสาธงคนเดียว ทำให้เธอมีความมั่นใจในตัวเองเพิ่มมากขึ้นและทำหน้าที่ได้เป็นอย่างดี รวมทั้งกล้าพูดคุยกับนักเรียนมากขึ้น

“อย่างนี้จะแบบว่าเราไม่กล้าแสดงออกอะไรนี่คะ ก้าวข้ามสิ่งที่ตัวเองกลัว มันเหมือนกับเป็นสิ่งที่เราคิดว่าเราทำไม่ได้ แต่วันหนึ่งที่เรารู้สึกว่าเฮ้ยฉันก็เจ๋งนะฉันก็ทำได้อะ” (ปัสพา)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะตอนที่หนูทำไปแล้วก็รู้สึกว่าตัวเองมั่นใจในตัวเองมากขึ้นได้ตัดสินใจกล้าแสดงออกคะ” (เพียงขวัญ)

“มันก็จะเกิดความกล้าของหนู หนูเวลามีอะไรคณะครูเค้าก็จะมาฝากไว้ว่าดูแลเด็กคนไหนหน่อยนะ เด็กคนนั้นคนนี้เป็นยังไงเหมือนครูเค้าจะมาปรึกษาอะว่ามีเรื่องแบบนั้นนะ หนูช่วยดูแลหน่อยนะ ก็ทำให้เรามีความสัมพันธ์ที่ดีในการทำงานเป็นทีมคะ ก็ฝึกความกล้ามากขึ้นคะ กล้าที่จะเปิดใจคุยกันแล้วก็สื่อสารกันตรง ๆ ได้มากขึ้นคะ เช่นวันนี้หนูก็จะได้ถามกับคุณครูที่เป็นครูอีกท่านหนึ่งที่ยังไม่เคยถามคะ” (คะนิง)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะคือหนูกล้าทำมากขึ้นคะ แล้วก็ยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นคะ” (ทอฝัน)

นอกจากนั้นยังพบว่า ผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยทุกคนสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้สำเร็จ ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า ผู้ร่วมวิจัยกล้าแสดงออกมากขึ้น เช่น เพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่าปัสพาเก่งมากที่กล้าแสดงออกบนเวทีทั้งที่ไม่เคยเห็นเด่นมาก่อน สอดคล้องกับข้อมูลจากเพื่อนที่ได้เข้าร่วมจัดงานวันครูด้วยกันให้ข้อมูลว่า เธอเกิดการเปลี่ยนแปลงจากเดิมที่ไม่กล้าแสดงออก แต่สังเกตเห็นว่าเธอล้ำแสดงออกมากขึ้น ดังเช่นคำกล่าวของเพื่อนที่ว่า “ที่แรกคิดว่าเพื่อนทำไม่ได้แต่เพื่อนก็ทำได้คะ เพราะว่าอยู่ที่มหาวิทยาลัยก็ไม่เคยเห็นปัสพาทำซักรึ แต่พอถึงถึงเวลาจริง ๆ คะ ครูที่โรงเรียนหนูคะที่เป็นลูกครูพี่เลี้ยงปัสพาคะ แกจับปัสพาใส่เลยคะ แล้วแกก็บอกว่าหนูเป็นคนบอกว่าเพื่อนเต้นได้แบบเนี่ยคะ ก็เลยโดนจับใส่กันมาแบบ งง ๆ หนูก็โดนจับใส่แบบ งง ๆ คะ แล้วที่แรกคิดว่าเพื่อนจะทำไม่ได้ เพราะว่าเพื่อนไม่เคยไม่เคยทำงานที่มหาวิทยาลัยแบบแสดงอย่างเจ๋งคะ กลัว กลัวเพื่อนกังวล แล้วทีนี้พอไปทำจริง ๆ เพื่อนทำได้คะ” (ทิวา) สอดคล้องกับผลการดำเนินกิจกรรมของเพียงขวัญที่พบว่า เธอมีความกล้าหาญ กล้าตัดสินใจ สามารถดูแลนักเรียนและตัดสินใจในการแก้ไขปัญหา

แทนเพื่อนร่วมงานได้ ดังคำกล่าวของเพื่อนร่วมงานที่ว่า “น้องเพียงขวัญมีความกล้าหาญและเป็นผู้นำสามารถดูแลนักเรียนและดูแลนักเรียนแทนพี่ ๆ ได้ ตัดสินใจในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ถูกต้องและเหมาะสม” สอดคล้องกับนักเรียนที่ให้ข้อมูลว่า ชื่นชมเธอทำหน้าที่พิธีกรได้อย่างมั่นใจ เล่นฟุตบอลเก่งและพวกเขากล้าเข้าหาเธอมากขึ้น ซึ่งความกล้าแสดงออกของเธอยังเป็นตัวแบบที่ดีให้กับนักเรียนได้อีกด้วย อีกทั้งยังพบว่านักเรียนชื่นชมจันทร์เจ้าว่าเธอพูดหน้าเสาธงได้อย่างมั่นใจสามารถนำนักเรียนทำกิจกรรมหน้าเสาธงคนเดียวได้ดี ส่วนเพื่อนร่วมงานของคณะนี้ให้ข้อมูลว่าเธอกล้าเข้ามาพูดคุย กล้าสอบถามในสิ่งที่สงสัย ยิ้มแย้มแจ่มใสและเป็นมิตรกับเพื่อนร่วมงานและนักเรียนมากขึ้น รับผิดชอบหน้าที่ของตนเองได้ดีมากขึ้น เช่น เธอสอนได้ดีทำให้นักเรียนเชื่อฟังและสนใจการเรียนมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลจากนักเรียนพบว่า พวกเขากล้าขอความช่วยเหลือและขอให้คำปรึกษาจากเธอ เพราะเธอกล้าอบรมพวกเขาให้ทำในสิ่งเหมาะสม นอกจากนี้เพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่าทอฝันกล้าพูดมากขึ้นกว่าเมื่อก่อนที่มาฝึกปฏิบัติการสอนแรก ๆ เธอจะเขินอายไม่ค่อยพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานและนักเรียนมากนัก

“นักเรียนเนี่ยจะมีความจริงใจแล้วก็อยากมีปฏิสัมพันธ์กับเรามากขึ้นด้วยคะ เหมือนเค้าเชื่อฟังมากขึ้นคะ” (เพียงขวัญ)

“มันก็จะเกิดความกล้าของหนู หนูเวลามีอะไรคณะครูเค้าก็จะมาฝากไว้ว่าดูแลเด็กคนไหนหน่อยนะ เด็กคนนั้นคนนี้เป็นยังไงเหมือนครูเค้าจะมาปรึกษาคะว่ามีเรื่องแบบนี้ะ หนูช่วยดูแลหน่อยนะ อะไรแบบเนี้ยคะ ก็ทำให้เรามีความสัมพันธ์ที่ดีในการทำงานเป็นทีมคะ ก็ฝึกความกล้ามากขึ้นคะ กล้าที่จะเปิดใจคุยกันแล้วก็สื่อสารกันตรง ๆ ได้มากขึ้นคะ เช่นวันนี้หนูก็จะได้ถามกับคุณครูที่เป็นครูอีกท่านหนึ่งที่ยังไม่เคยถามในสิ่งที่เกิดขึ้นกับหนูนะคะ พี่น (เพื่อนร่วมงาน) ก็บอกว่าหนูก็การสอนก็ดีแล้วคะ แต่ที่อยากให้ปรับปรุงก็จะเป็นเวลาประชุมก็ให้ดูเป็นแบบอย่างว่าท่านเอาสมุดเอากระดานขึ้นมาจดนะพยายาม อย่าใช้มือถือพิมพ์ หนูก็โอเครับทราบคะ แล้วก็เรื่องเวลาเราจะไปไหนมาไหนที่มันฉุกเฉิน เราก็ควรแจ้งไว้จะได้ไม่เป็นห่วงคะหรือว่าเวลามีอะไรเกิดขึ้นก็เลยทำให้ลูกคิดว่าท่านก็เป็นห่วงและก็หวังดี แล้วก็คอยบอกสอนเราคะก็มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันคะ มีอะไรก็คอยบอกคอยสอนเราคะ อันนี้ก็จะมีความกล้าที่เราฝึกแล้วก็จะเป็นการเปิดใจต่อกันคะ ทั้งคุณครูแล้วก็นักเรียน” (คณะนี้)

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุเป้าหมายนั้นมาจากการที่ ผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการต่าง ๆ ได้แก่ กล้าลงทำสิ่งที่ไม่เคยทำที่เคยคิดว่าตัวเองทำไม่ได้ กล้าคิด กล้าพูด กล้าลงมือทำ กล้าตัดสินใจแก้ไขปัญหา กล้าอาสาทำงานเพื่อส่วนรวม กล้าแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมงาน กล้าขอความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงานในเรื่องที่ตนเองไม่ถนัด

กล้าสอบถามเพื่อนร่วมงานในสิ่งที่ตนเองสงสัย กล้าแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนร่วมงาน และการเปิดโอกาสให้เพื่อนร่วมงานสะท้อนผลการทำงาน เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่า มีผู้ร่วมวิจัยบางคนที่ใช้วิธีการเดิมในการพัฒนา แต่ใช้ระยะเวลาเวลานานมากขึ้น เพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งเกิดความเข้มแข็งมากขึ้น เช่น ทอฝันกล้าทำงานร่วมกับเพื่อนร่วมงานมากขึ้น ไม่เกร็งเหมือนที่ผ่านมาทั้งนี้ความมั่นใจที่เกิดขึ้นเป็นผลการพัฒนาในวงรอบที่ผ่านมาด้วยและส่งผลให้มั่นใจมากขึ้นเมื่อใช้ระยะเวลาที่นานมากขึ้น อนึ่งยังพบว่า มีผู้ร่วมวิจัยบางคนดำเนินกิจกรรมได้สำเร็จบรรลุตามเป้าหมาย เนื่องจากนำแผนการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม มาใช้ เช่น เพียงขวัญนำวิธีการของทิวามาใช้ได้แก่ กล้าอาสาเป็นพิธีกรและอาสาช่วยงานเพื่อนร่วมงานในโรงเรียนเช่นเดียวกับจันทร์เจ้าที่ใช้วิธีการของทิวาอาสาพูดหน้าเสาธงเพื่อเพิ่มความมั่นใจให้ตนเอง รวมทั้งทอฝันที่ได้เลือกวิธีการที่สำเร็จของทิวามาใช้ ได้แก่ กล้าคิด กล้าลงมือทำ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนร่วมงาน ขณะเดียวกันยังพบว่า มีผู้ร่วมวิจัยบางคนที่ใช้วิธีการเดิมของตนเองในการพัฒนาในวงรอบนี้ แต่เพิ่มวิธีการใหม่ของเพื่อนที่นำมาแลกเปลี่ยนในกลุ่ม อีกทั้งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยสามารถควบคุมอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งได้ดีมากขึ้นอันเนื่องมาจากบางคนมีประสบการณ์ในการควบคุมอุปสรรคเดิมได้ดี ขณะเดียวกันบางคนได้ใช้วิธีการควบคุมอุปสรรคจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ได้แก่ การพูดคุยระบายกับคนที่ไว้วางใจ ขอคำแนะนำจากเพื่อนร่วมงาน ไม่กดดันตนเอง ฝึกซ้อมหรือทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มที่ ให้กำลังใจตนเอง และขอกำลังใจจากผู้อื่น

ดังนั้นจึงกล่าวโดยสรุปได้ว่า การดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยในวงรอบนี้สำเร็จบรรลุเป้าหมายและสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ เนื่องมาจากการใช้ 3 วิธีการ ได้แก่ 1) ใช้แผนเดิมและใช้ระยะเวลาในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้นานขึ้น 2) นำแผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่นำมาแลกเปลี่ยนมาพัฒนา 3) ใช้แผนเดิมและเพิ่มแผนใหม่ของเพื่อนที่ทำสำเร็จ

2) มุ่งมั่นพัฒนาประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้และการทำงาน

2.1) วางแผน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสำเร็จตามเป้าหมายคือ ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ และสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น พรชิววันทำงานผิดพลาดน้อยลงจึงได้รับความเชื่อใจและไว้วางใจให้ทำงานต่าง ๆ ของโรงเรียนส่งผลให้มีประสบการณ์ในการทำงานมากยิ่งขึ้น อีกทั้งยังสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียน

ที่ว่า พวกเขาสนุกกับการทำใบงาน ชิ้นงาน รวมถึงกิจกรรมที่เธอได้พาทำ อีกทั้งยังสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เพื่อนร่วมงานที่พบว่า เธอมีความรอบคอบในการทำงานมากขึ้น นอกจากนั้นแล้วยังช่วยเพื่อนร่วมงานตรวจสอบงานเพื่อป้องกันความผิดพลาด ดังคำกล่าวของเพื่อนร่วมงานที่ว่า เช่น “ดินะที่พรชีวันทักท้วง ดินะที่น้องดู ดินะที่บอกพี่ ๆ ก่อน” (เพื่อนร่วมงาน) หนึ่งยังพบว่าโมนามีการตรวจสอบข้อผิดพลาดในงานต่าง ๆ มากขึ้น อีกทั้งเมื่อพบข้อผิดพลาดเธอจะรีบแก้ไขทันที ซึ่งเธอได้สะท้อนผลการดำเนินกิจกรรมว่าบรรลุเป้าหมายตามพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยกล่าวคือ สามารถแก้ไขงานที่ได้รับมอบหมายได้ มีความรอบคอบมากขึ้น กล่าวขอความคิดเห็นจากเพื่อนร่วมงาน ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากนักเรียนพบว่า พวกเขาชอบทำกิจกรรมที่เธอสอน สื่อการสอน ใบงานไม่มีคำผิดมากเหมือนเมื่อก่อน ส่วนเพื่อนร่วมงานให้ข้อมูลว่า พวกเขาไว้ใจเธอและกล้ามอบหมายงานให้เธอรับผิดชอบมากขึ้น

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะจะหนูมีสมาธิในการทำงานมากขึ้นค่ะ งานผิดพลาดน้อยลง แต่ว่าในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาใช่ไหมคะมันจะมีอยู่ช่วงสัปดาห์หนึ่งคะที่มามีการทำงานคะ แล้วรู้สึกว่าคุณมีความรอบคอบมากขึ้นนะ แต่พอคุณอีกทีนี้นั้น มันผิดซึ่งหนูตอนนั้นหนูมั่นใจมากกว่า ฉันได้ถูกนะ แต่ว่าพอมาเช็คดูอีกทีก็คือ มีเพื่อนคอยเตือนคะว่ามีเพื่อนคอยเตือนนะคะว่าลองเช็คดูอีกทีไหมว่ามันถูกจริงไหม แล้วทีนี้พอไปเช็คอีกทีมันก็ผิดอย่างนี้คะ ซึ่งตอนนั้นมัน มันทำให้หนูเสียความมั่นใจมากคะ รู้สึกว่าเออไหนคิดว่าตัวเองรอบคอบขึ้นแล้ว แต่มันก็เป็นเหมือน เหมือนเป็นข้อผิดพลาดแล้วเป็นแรงผลักดันให้หนูเกิดความรอบคอบมากยิ่งขึ้นคะ เพราะว่าหลังจากนั้นมาก็เวลาทำงานส่งมีงานของโรงเรียนจัดทำวารสารหรือโพสตงานต่าง ๆ หนูก็มีการตรวจสอบมากยิ่งขึ้นส่วนมากก็จะทำแค่รอบเดียวคะในช่วงห้วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาที่มีการทำงานผิดพลาดน้อยลง” (พรชีวัน)

“สำหรับการเปลี่ยนแปลงนะคะที่ทำมาก็คือ เด็กก็กระตือรือร้นในการทำใบงานมากขึ้นคะ แล้วหนูก็รู้สึกดีในการทำงานมากขึ้นด้วยคะ” (โมนา)

จากผลการดำเนินกิจกรรมพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสำเร็จตามเป้าหมาย เนื่องจากสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ เช่น ส่วนโมนาทำงานได้แล้วเสร็จตามที่ตั้งใจไว้ นอกจากนั้นยังพบว่าเธอตั้งใจสอนนักเรียนที่ไม่เข้าใจ ให้เข้าใจในบทเรียนได้ดีมากขึ้น อีกทั้ง ยังพบว่า มีความมุ่งมั่นในการทำงานมากขึ้น มีใบงานใหม่ ๆ ให้นักเรียนทำมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากนักเรียนพบว่า พวกเขาชอบทำใบงานในรายวิชาที่เธอสอนมากขึ้น อีกทั้งสอดคล้องกับข้อมูลจากเพื่อนร่วมงานพบว่า พวกเขาชื่นชมในเรื่องการทำงานของเธอและคอยให้คำแนะนำอยู่เสมอ นอกจากนั้นยังพบว่านับดาวมีการวางแผนใน

การทำงานมากขึ้นโดยเขียนว่าต้องทำงานอะไรในแต่ละวัน ส่งผลให้เธอทำงานได้เสร็จทันเวลาที่กำหนด มีความรอบคอบในการทำงานมากขึ้น มีสติในการทำงาน สอนนักเรียนไม่สอนเร็วเกินไป เข้าใจธรรมชาตินักเรียนมากขึ้น มีความรอบคอบในการสอนมากขึ้นกว่าแต่ก่อน มีความใจเย็นในการสอน สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า ครูมีความรอบคอบในการสอนไม่สอนเร็วเกินไป ถ้าทำแบบฝึกไม่ได้ก็จะให้อธิบายทำให้เข้าใจ ส่วนเพื่อนร่วมงานพบว่า ในการสอนเธอมีความรอบคอบในการเตรียมการสอนมากขึ้น สอดคล้องกับเพื่อนร่วมงานที่ให้ข้อมูลว่า เธอมีความมานะพยายามทั้งการสอนและการทำงาน

“ด้านการประเมินตัวเองนั้นะคะก็คือ คิดว่าตัวเองมีความรอบคอบมีสติในการสอนนักเรียนมากขึ้นค่ะ ไม่ ไม่สอนเค้าเร็วเกินไปค่ะ แล้วก็ของนักเรียนนั้นะคะก็คือ เค้าบอกว่าครูไม่สอนเร็วเกินไปทำให้เค้าเข้าใจในแบบฝึกมากขึ้นค่ะ แต่ว่าถ้ามีนักเรียนนะคะที่บอกว่าเค้าไม่เข้าใจในแบบฝึก เค้าก็จะบอกหนูก็พยายามที่จะบอกที่จะอธิบายให้เค้าเข้าใจแบบนั้นค่ะ” (นับดาว)

ขณะเดียวกันพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมบรรลุเป้าหมายสอดคล้องตามพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จคือ กระฉับกระเฉงมีชีวิตชีวาขณะสอน ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ เช่น ต้องตามีเวลาในการทำงานมากขึ้น มีความกระตือรือร้นในการคิดออกแบบใบงานและสื่อการสอน เกม สื่อเทคโนโลยีได้มากยิ่งขึ้น ส่งผลให้การจัดกิจกรรมในชั้นเรียนกระตุ้นความสนใจนักเรียนมากขึ้น อีกทั้งยังได้แนวทางใหม่ ๆ ในการแก้ไขปัญหามากขึ้นอีกด้วย สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานที่ว่า เธอมีความรับผิดชอบ กระตือรือร้นในการทำงาน การสอน และมีน้ำใจช่วยเหลืองานต่าง ๆ ในโรงเรียน มีสื่อ เกมที่ทันสมัยให้นักเรียนเกิดความสนใจ ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ทั้งนี้ นักเรียนให้ข้อมูลว่า เธอมีเกมสนุกที่เกี่ยวกับเรื่องที่เรียนให้พวกเขาเล่น ทำให้พวกเขาตื่นตื้นอยากรเรียนและอยากทำกิจกรรมในห้องเรียนมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับผลการดำเนินกิจกรรมของนับดาวพบว่า นักเรียนมีความสนใจในการเรียนมากขึ้น มีสื่อนวัตกรรมกิจกรรมแบบใหม่มาให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมมากขึ้น นักเรียนชอบทำกิจกรรมที่เธอนำมาจัดในชั้นเรียน ส่งผลให้พวกเขามีความกระตือรือร้นอยากจะทำกิจกรรมมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากนักเรียนและเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอผลิตสื่อการสอนมาให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมมากขึ้น ส่งผลให้นักเรียนชอบทำกิจกรรม เรียนได้เข้าใจขึ้นมากขึ้น เนื่องจากได้ลงมือปฏิบัติจริง

“หลังจากพัฒนาความมานะพยายาม ความกระตือรือร้น และความคิดสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้นแล้วทำให้ออกแบบ คิดค้นหาสื่อการเรียนการสอน มีสื่อเกมเทคโนโลยีมากขึ้นกว่าครั้งที่ผ่านมา แล้วก็ทำให้นักเรียนสนใจการเรียนมากยิ่งขึ้น สนุกกับการเรียนด้วยค่ะ” (ต้องตา)

“จาก 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาจะคะแนนที่หนูใช้ในการคิดสร้างสรรค์ก็คือ หนูพยายามที่จะหาสื่อหานวัตกรรมไปใช้ให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมค่ะ แล้วที่นี้ผล ผลจากตัวนั้นจะก็คือเค้าสนใจในการทำกิจกรรมมากขึ้นคะเหมือนเค้าเรียนแล้วเค้าเข้าใจจากเนื้อหาที่สอนมากกว่าแต่ก่อนคะ” (นับดาว)

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุเป้าหมายนั้นมาจากการที่ ผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการต่าง ๆ ได้แก่ จัดบันทึกสิ่งที่ต้องทำ แบ่งเวลาในการทำงาน วางแผนทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้และลงมือทำตาม เปิดโอกาสให้เพื่อนร่วมงานสะท้อนผลงานว่าควรปรับปรุงแก้ไขในส่วนใด หาสื่อนวัตกรรม กิจกรรมจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ทั้งรูปแบบใบงาน สื่อการใหม่ ๆ ออกแบบสื่อการสอน กิจกรรมในชั้นเรียน อนึ่งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยได้นำข้อบกพร่องที่ได้รับการสะท้อนจากเพื่อนร่วมงานในวงรอบที่ผ่านมา มาปรับปรุงให้ดีขึ้นในวงรอบนี้ เช่น พบว่านับดาวได้รับการสะท้อนจากเพื่อนร่วมงานว่าสอนเร็วทำให้นักเรียนตามเนื้อหาไม่ทัน เธอจึงได้นำมาปรับปรุงให้ดีขึ้น โดยไม่สอนเร็วเกินไป ขณะที่สอนได้มีการสอบถามนักเรียนเป็นระยะ อีกทั้งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยมาใช้แผนเดิมและยืดระยะเวลาในการพัฒนาออกไปเพื่อให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความเข้มแข็งมากขึ้น ขณะเดียวกันผู้ร่วมวิจัยบางคนที่ใช้แผนเดิมและเพิ่มวิธีการที่เพื่อนสมาชิก ใช้สำเร็จร่วมด้วย รวมทั้งบางคนใช้วิธีการที่สำเร็จของเพื่อนมาใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของตนเอง

2.2) ใ้รู้หาคำตอบ

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น ทอฝัน เกิดการรู้อยู่ตลอดเวลาทั้งการเรียนรู้ในการทำงานและการทำกิจกรรมต่าง ๆ แล้วนำไปปฏิบัติในครั้งถัดไปอย่างมั่นใจ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอศึกษาหาความรู้ในสิ่งที่ไม่มั่นใจก่อนจะนำไปสอนนักเรียนอยู่เสมอ แล้วจึงอธิบายให้นักเรียนเกิดความเข้าใจมากขึ้น มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมงานอยู่เสมอ หากมีผลเสียอย่างไรเธอก็นำมาปรับปรุงพร้อมเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ตลอดเวลา ส่วนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเพื่อนร่วมงานพบว่า เมื่อมีเวลว่าง เธอก็จะขอค้นหาคำถามต่าง ๆ มาไว้ก่อน แล้วลงมือทำไปทีละน้อย

อย่างไรก็ตามแม้ว่าผู้ร่วมวิจัยจะพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านหนึ่ง แต่ยังคงพบว่าผลการดำเนินกิจกรรมดังกล่าว ส่งผลให้เกิดความเข้มแข็งของคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งด้านอื่นร่วมด้วย ดังเช่น ต้องตาพัฒนาความมานะพยายาม ความกระตือรือร้น และความคิดสร้างสรรค์

แต่เธอได้สะท้อนผลการดำเนินกิจกรรมว่าสิ่งที่เธอได้มากกว่าที่คาดหวังกล่าวคือ การพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของเธอ ส่งผลให้เกิดการพัฒนาความรักการเรียนรู้และความใฝ่รู้ร่วมด้วย เพราะเธอได้มีการออกแบบสื่อการสอน โดยศึกษาหาความรู้จากช่องทางต่าง ๆ รวมทั้งมีการเรียนรู้ลงมือทำและแก้ไขให้ได้ผลงานที่ดีที่สุดก่อนนำไปใช้ในการสอนนักเรียน

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะหนูก็ศึกษาด้วยตนเองก่อนคะแล้วก็ซึ่งสิ่งที่หนูศึกษาก็จะเป็น การศึกษาบนอินเทอร์เน็ตคะก็เพิ่มความมั่นใจให้ตัวเองว่าสิ่งที่เราจะอธิบายไปให้นักเรียนฟังนั้นมันถูกต้องหรือไม่อย่างนี้คะหนูก็จะค้นหาก่อนคะ แล้วก็สอบถามสิ่งที่เกิดขึ้นนะคะ แล้วก็สิ่งที่ทำอยู่ว่าเป็นยังไงคะแล้วก็ยอมรับฟังความคิดเห็นแล้วก็มันทำให้หนูมีความมั่นใจเพิ่มมากขึ้นคะ แล้วก็การวางแผนการทำงานในวันพรุ่งนี้ที่จะเกิดขึ้นจะมีการถามคะ” (ทอฝัน)

“ประเมินตนเองนะคะหนูก็มีการเรียนรู้ตลอดเวลาคะ เรียนรู้ที่จะทำงานคะหนูพร้อมที่จะเรียนรู้ตลอดคะ เมื่อหนูได้เรียนรู้แล้วนะคะในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นคะ หนูก็รู้สึกว่ามีหนูก็มีความมั่นใจเพิ่มมากขึ้นว่าหนูเองหนูต้องทำอะไรอย่างนี้คะ โดยที่เมื่อก่อนหนูจะสอบถามคุณครูในโรงเรียนว่าหนูต้องทำอะไรคะ แต่ว่าช่วงนี้หนูก็จะไม่ค่อยถามจากเมื่อก่อนคะ หนูก็จะทำเองโดยอัตโนมัติคะ แล้วจากการประเมินคุณครูในโรงเรียนก็มีสะท้อนมาว่าตัวหนูเองกำลังเรียนรู้คะ แล้วก็พร้อมเรียนรู้อยู่เสมอคะ แล้วก็พัฒนาตัวเองอยู่เสมอคะ” (ทอฝัน)

“สิ่งที่หนูได้มากกว่าที่คาดหวังไว้นะคะก็คือ เหมือนสิ่งที่พัฒนามันทำให้หนูได้จุดแข็งความรักการเรียนรู้ ความใฝ่รู้ไปด้วยคะ เพราะว่าหนูได้มีการออกแบบสื่อ การใช้สื่อแบบต้องมีการศึกษาหาความรู้จากช่องทางต่าง ๆ แล้วก็มีการเรียนรู้ลงมือทำ แก้ไขให้ได้สิ่งที่ดีที่สุดคะ” (ต้องตา)

จากการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสำเร็จตามเป้าหมาย เนื่องจากใช้วิธีการในการพัฒนา คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง ได้แก่ ค้นคว้าข้อมูลทั้งจากหนังสือและอินเทอร์เน็ตก่อนนำไปใช้สอนนักเรียน สอบถามเพื่อนร่วมงานเกี่ยวกับงานในโรงเรียน ซึ่งแผนดังกล่าวเป็นวิธีการเดิมที่ผู้ร่วมวิจัยเคยใช้พัฒนามาก่อนในวงรอบที่ผ่านมาและยืดระยะเวลาในการพัฒนาให้นานมากขึ้น อีกทั้งยังพบว่าผู้ร่วมวิจัยบางคนได้นำแผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มมาใช้ในการพัฒนาในวงรอบนี้ จึงทำให้การดำเนินกิจกรรมบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมาย

2.3) ตรวจสอบความถูกต้องของงาน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่าผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสำเร็จตามเป้าหมายคือ ตรวจทานแผนการสอนและสื่อก่อนใช้ เช่น นัปดาห์และจันทร์เจ้าพบว่า พวกเธอมีการตรวจสอบงานก่อนส่งเสมอ สื่อการสอน ใบงานไม่มีที่

พิมพ์ผิด สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ของนักเรียนพบว่า พวกเขาทำสื่อได้น่าสนใจ น่าสนใจ และไม่มีตัวหนังสือผิด เช่นเดียวกับผลการดำเนินกิจกรรมของพรชวี้นพบว่า เธอทำงานผิดพลาดน้อยลง มีเวลาทำงานอื่นมากขึ้น สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขาสนุกกับการทำใบงาน ชิ้นงาน และกิจกรรมในชั้นเรียน รวมทั้งสอดคล้องกับข้อมูลของเพื่อนร่วมงานที่ว่า เชื่อใจ และไว้วางใจให้เธอทำงานต่าง ๆ ของโรงเรียนมากขึ้น เพราะว่าเธอเป็นคนรอบคอบ เวลาทำงานเธอจะตรวจสอบก่อนที่จะส่ง บางครั้งก็มีการทักท้วงเพื่อนร่วมงานก่อน ดังคำกล่าวของเพื่อนร่วมงานที่ว่า “ดินะที่พรชวี้นทักท้วงดินะที่ดู ดินะที่บอกก่อน” (พรชวี้น) รวมทั้งสอดคล้องกับผลการดำเนินกิจกรรมของโมนาพบว่า เธอมีความรอบคอบมากขึ้นกล่าวคือ มีการตรวจสอบข้อผิดพลาดในงานต่าง ๆ มากขึ้นและแก้ไขทันทีเมื่อเจอข้อผิดพลาด กล้าขอความคิดเห็นจากเพื่อนร่วมงานว่า มีงานส่วนใดที่จะต้องปรับปรุงแก้ไข โดยเธอจะรับแก้ไขงานที่ได้รับมอบหมายนั้นทันที ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลจากเพื่อนร่วมงานที่ว่า คณะครูในโรงเรียนไว้วางใจเธอและกล้ามอบหมายงานให้รับผิดชอบมากขึ้น เนื่องจากเธอมีความรอบคอบในการทำงาน

“คิดว่าตัวเองทำตรงจุดนี้ได้ดีมากขึ้นละแล้วก็ในเรื่องของความรอบคอบนะ ก็ทำได้ดีมากขึ้นละ...มีการเพิ่มเติมตรงที่กล้าที่จะขอความคิดเห็นจากคนอื่นมากขึ้นในการปรับแก้ไขงานละ” (โมนา)

อย่างไรก็ตามผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยที่บรรลุเป้าหมายนั้นมาจากการที่ ผู้ร่วมวิจัยได้ใช้วิธีการต่าง ๆ ได้แก่ ตรวจสอบความถูกต้องของงานที่ได้รับมอบหมายก่อนส่ง ตรวจสอบสื่อการสอนทุกครั้งก่อนไปใช้สอนนักเรียน ขอคำแนะนำจากเพื่อนร่วมงานก่อนลงมือทำงานเพื่อป้องกันความผิดพลาดซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นแผนเดิมของผู้ร่วมวิจัยที่เคยใช้มาตั้งแต่วงรอบที่ผ่านมาและยึดระยะเวลาในการพัฒนาให้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งมีความเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น จึงทำผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมาย

2.4) เปลี่ยนบรรยากาศในการทำงาน

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ออกแบบและทดลองใช้การสอนรูปแบบใหม่ มุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จ ส่วนพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ ใส่ใจร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน เช่น ผลที่เกิดขึ้นของ บิลลี่พบว่า สามารถทำงานได้นานและงานเสร็จเร็วขึ้น มีสมาธิในการทำงานมากขึ้น สืบค้น คิดค้นสื่อการสอน กิจกรรมในชั้นเรียนได้มากขึ้น

สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า เธอมีเกมให้เล่นทำให้พวกเขาอยากเรียนมากขึ้น ส่วนพรชัยพบว่า มีสมาธิในการทำงานมากขึ้น งานผิดพลาดน้อยลง มีเวลาทำงานอื่นมากขึ้น

“สามารถคิดกิจกรรมการสอนได้ใหม่มากขึ้นค่ะ แบบว่าช่วง 2 อาทิตย์ช่วงอาทิตย์นี้ค่ะแบบว่าหนูไปสอนชั้นต่าง ๆ ป. 1 ป. 2 ป. 3 หนูก็จะมีเกมให้เค้าเล่น แล้วก็เค้าก็สะท้อนกลับมาว่าเมื่อไหร่จะถึงคาบครูอยากเรียนเล่นเกมอีกค่ะ เหมือนมันใหม่สำหรับเค้าค่ะ แผนที่ใช้สำเร็จนะคะก็คือ หนูสามารถพักผ่อนทั้งร่างกายและจิตใจได้ตามที่ตัวเองวางแผนไว้ค่ะ แล้วก็หาที่ทำงานดี ๆ มากกว่าเมื่อก่อนค่ะ” (ปัสสิฟ)

จากการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสำเร็จตามเป้าหมาย โดยใช้วิธีการเปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการทำงาน เช่น นั่งทำงานในสถานที่เงียบเพื่อให้มีสมาธิในการทำงาน ฟังเพลงที่ชอบ ซึ่งเป็นแผนเดิมและยืดระยะเวลาในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้นานขึ้น นำแผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่นำมาแลกเปลี่ยนมาพัฒนา

3) ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

3.1) ควบคุมอารมณ์

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จของผู้ร่วมวิจัยคือ ความมั่นคงในการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่แสดงอารมณ์ให้นักเรียนเห็นว่ากำลังรู้สึกไม่ดีหรือไม่ไหว ควบคุมสีหน้า ไม่ตะคอก นิ่งสุขุม ไม่ดูนักเรียน และสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียน คือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย เช่น ฐุใจทำใจยอมรับกับสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจได้มากขึ้น สามารถระงับอารมณ์โกรธ มีสติมากขึ้น มีความใจเย็นมากขึ้น อีกทั้งยังมีการใช้เหตุผลมากขึ้นและลงโทษนักเรียนน้อยลง นอกจากนั้นเธอยังได้สะท้อนตนเองว่าทำใจยอมรับได้ในเรื่องเล็กน้อย และมีการระงับอารมณ์ที่ดีขึ้น รวมถึงการปรับเปลี่ยนวิธีลงโทษเป็นกิจกรรมใหม่ที่สร้างสรรค์ ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและเพื่อนร่วมงานเห็นสอดคล้องกันว่าเธอใจดีและมีความใจเย็นมากขึ้น ไม่ลงโทษนักเรียนที่ส่งงานช้าแต่ให้ทำกิจกรรมอื่นแทน ส่วนโมนาพบว่าเธอควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขาตั้งใจเรียนมากขึ้น บรรยายากในชั้นเรียนดีขึ้นกว่า ส่วนเพื่อนร่วมงานชื่นชมที่เธอใจเย็น พุดจาไพเราะ ทำให้นักเรียนชอบเรียนด้วย

“สำหรับผลที่เกิดขึ้นนั้นะคะก็คือ จากการที่เราฝึกเจอต่อพฤติกรรมของนักเรียนที่ไม่ได้ทำให้เราเสียหายมากคะมันทำให้เราแบบทำใจยอมรับได้รวมถึงแบบว่าเรามองโลกในแง่ดีมากขึ้นก็คือหรือว่าใจกว้างมากขึ้นแล้วก็จะรับอารมณ์ได้ดีมากขึ้น แล้วก็ฝึกก่อนที่จะพูดทุกครั้งคะแล้วก็มีจากการที่ได้ใช้เหตุผลนักเรียนก็คือ เราตอนที่เรารู้ดีคะเราเลือกที่จะไม่ ไม่พูดออกไปโดยตรง แต่ว่าก็จะรับอารมณ์ด้วยการอย่างเช่น การถามนักเรียนว่าทำไมถึงทำแบบนี้เป็นอะไรหรือเปล่าคะ มันก็เลยทำให้เราลืมเรื่องที่เราจะปรี๊ดคะ แล้วมันก็ค่อย ๆ อารมณ์มันเลยค่อย ๆ Soft ลงไปเรื่อย ๆ ค่ะ” (ฐใจ)

“ในการควบคุมอารมณ์ตนเองนะคะ หนูก็สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้คะ ถ้าเด็กไม่เข้าใจมากไม่ใช่อารมณ์คะ ก็จะค่อย ๆ อธิบาย” (โมนา)

จากการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสำเร็จตามเป้าหมาย โดยใช้วิธีการ ได้แก่ ควบคุมสีหน้าไม่ให้ผู้อื่นรู้สึกว่าคุณเองกำลังโกรธหรือโมโห คิดก่อนที่จะพูด ควบคุมอารมณ์โกรธด้วยการหายใจเข้าลึก ๆ เดินออกห่างจากสถานการณ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์ด้านลบ ไม่คิดมากกับคำพูดด้านลบของผู้อื่น สอบถามสาเหตุที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ซึ่งการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยในวงรอบนี้สำเร็จบรรลุเป้าหมายและสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้เนื่องมาจากการใช้วิธีการ 3 ได้แก่ 1) ใช้แผนเดิมและยืดระยะเวลาในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้นานขึ้น 2) นำแผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่นำมาแลกเปลี่ยนมาพัฒนา 3) ใช้แผนเดิมและเพิ่มแผนใหม่ของเพื่อนที่ทำสำเร็จ

4) ใส่ใจสิ่งแวดล้อมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองและผู้อื่น

4.1) ใส่ใจตนเอง

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยคือ รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน เช่น ผลที่เกิดขึ้นของปัสสิฟสามารถทำงานได้นาน งานเสร็จเร็วขึ้นและมีสมาธิในการทำงานมากขึ้น ส่วนผลที่เกิดขึ้นกับทอฝันพบว่า เธอมีความมั่นใจมากขึ้นและมีความเขินอายน้อยลง รวมทั้งมีกำลังใจในการทำงานที่ทำทนายและงานที่ไม่เคยทำมาก่อนมากขึ้น สอดคล้องกับนักเรียนและ เพื่อนร่วมงานที่ให้ข้อมูลตรงกันว่า เธอกล้าพูดมากขึ้นกว่าแต่ก่อนที่มาฝึกปฏิบัติการสอนในช่วงแรก เช่นเดียวกับผลการดำเนินกิจกรรมของเพียงขวัญพบว่า เธอมีความมั่นใจในตนเอง กล้าแสดงออกมากขึ้น อีกทั้งยังพบว่าผลการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน คือ กล้าคิด กล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย ดังเช่นข้อมูลที่ได้จากนักเรียนและเพื่อนร่วมงานที่เห็น

สอดคล้องกันว่า นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับเธอมากขึ้น พวกเขาเชื่อฟังและเกรงใจเธอ ส่งผลให้สามารถควบคุมนักเรียนได้ง่ายมากยิ่งขึ้น ส่วนต้องตาพบว่าเธอมีความกระตือรือร้นและมีความอดทนในการทำงานมากขึ้นทั้งการออกแบบคิดค้นหาสื่อการเรียนการสอน มีสื่อเกมเทคโนโลยีมากขึ้นกว่าการพัฒนาในวงรอบที่ผ่านมา ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย กล่าวคือ จากข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า นักเรียนสนใจการเรียนมากยิ่งขึ้น เพราะเธอมีเกมที่สนุกจึงทำให้พวกเขาตื่นเต้นอยากทำกิจกรรม ทำตามกฎห้องเรียน และสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากเพื่อนร่วมงานพบว่า เธอมีความรับผิดชอบกระตือรือร้นในการทำงาน การสอนและมีน้ำใจช่วยเหลืองานต่าง ๆ ในโรงเรียน

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะคือ หนูกล้าทำมากขึ้นคะ แล้วก็ยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นคะ...จากการประเมินตนเองนะคะ หนูก็กล้าทำมากขึ้นคะ ไม่เกรงกลัวเหมือนเมื่อก่อนคะ แล้วก็รู้สึกตัวเองนะคะมีการพัฒนาจากเมื่อก่อนด้วยคะ” (ทอฝัน)

“ผลที่เกิดขึ้นนะคะ...นักเรียนจะมีความจริงใจแล้วก็อยากมีปฏิสัมพันธ์กับเรามากขึ้นด้วยคะเหมือนเขาเชื่อฟังมากขึ้นคะ” (เพียงขวัญ)

จากการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสำเร็จตามเป้าหมาย โดยใช้วิธีการ ได้แก่ การพูดให้กำลังใจตนเอง พักผ่อน ฟังเพลง ขอกำลังใจจากผู้อื่น และทำกิจกรรมที่ผ่อนคลายระหว่างการทำงาน เช่น รับประทานขนมไปด้วย เป็นต้น ซึ่งวิธีการโดยส่วนใหญ่เป็นแผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่ผู้ร่วมวิจัยนำมาใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งทั้งนี้ผู้ร่วมวิจัยใช้ 2 วิธี ได้แก่ 1) ใช้แผนเดิมและยืดระยะเวลาในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้นานขึ้น และ 2) ใช้แผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่ได้นำมาแลกเปลี่ยนในวงรอบที่ผ่านมา

4.2) ใส่ใจผู้อื่น

จากผลการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งพบว่า ผู้ร่วมวิจัยดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของผู้ร่วมวิจัยคือ รับฟังความเห็นของนักเรียน เพื่อนร่วมงาน ยิ้มแย้มแจ่มใสกับนักเรียน เพื่อนร่วมงาน เช่น พรีมพบว่าตนเองไม่อคติกับนักเรียน เปิดใจให้นักเรียน มีการตอบคำถามนักเรียนและให้ของรางวัลอย่างทั่วถึง มีการจัดกิจกรรมที่ทำร่วมกันกับเธอทำให้ใกล้ชิดกันมากขึ้น อีกทั้ง เธอยิ้มแย้ม สนุกสนานกับนักเรียน พูดคุยเป็นกันเองกับนักเรียน ทำกิจกรรมที่หลากหลายร่วมกันทำให้นักเรียนกล้าแสดงความคิดเห็น ผลที่เกิดขึ้นพบว่าเธอมีความสุขเล่นกับนักเรียนเปิดใจรับฟังนักเรียนมากขึ้น ให้นักเรียนมีส่วนร่วมออกแบบกิจกรรมในชั้นเรียนให้สนุกสนานมากขึ้น นอกจากนั้นยังพบว่าสิ่งที่เธอได้มากกว่าที่คาดหวังคือ นักเรียนที่เธอเคยอคติยิ้มให้เธออย่างจริงใจอย่างที่เธอไม่เคยได้เห็นมาก่อน อีกทั้งยัง

สอดคล้องกับพฤติกรรมบ่งชี้ของนักเรียนคือ กล้าคิดกล้าแสดงออกกับผู้ร่วมวิจัย ดังข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนพบว่า พวกเขามีความสุขชอบทำกิจกรรม อยากให้มีกิจกรรมทุกวัน กล้าพูดกล้าออกแบบกิจกรรมที่จะทำในชั้นเรียนร่วมกับผู้ร่วมวิจัย สอดคล้องกับข้อมูลจากเพื่อนร่วมงานชื่นชมผู้ร่วมวิจัยว่าเก่งที่มีกิจกรรมให้นักเรียนทำในทุกชั่วโมง ดังคำกล่าวของเพื่อนร่วมงานที่ว่า “น้องเก่งมากที่มีกิจกรรมมาให้เด็กฝึกทำตลอดเลยและนักเรียนสนุกสนานในการทำกิจกรรมมาก”

“ของหนูนะคะนักเรียนมีความสุขสนุกสนานมากขึ้นค่ะจากการทำกิจกรรม 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาค่ะ” (พริ้ม)

“ด้านความรักแล้วก็ความเสมอภาคของหนูสำเร็จค่ะ แล้วก็ในสัปดาห์ที่ผ่านมาคะที่หนูเอาไปใช้เด่น ๆ เลยก็คือ หนูพาเด็กทำตุ๊กตา เด็กมีความสุขสนุกสนานคะก็ทำไปพร้อมกับครู สอบถามไปที่ละคนคะ กล้าเข้าไปใกล้ครูกล้าถามว่า ครูคะมันต้องเริ่มยังไง มันต้องทำยังไง ทั้ง ๆ ที่หนูอธิบายของครวมไปแล้ว รู้สึกว่าเด็กเข้าไปใกล้เรามากขึ้น มีอีกอย่างหนึ่งที่เด็กประทับใจมากเลย คือ 2 อาทิตย์ที่ผ่านมาเด็กที่ว่าดีอ้วนกับหนู แคะยิ้มให้หนูแบบจริงใจ แคะยิ้มน่ารักมากคะ (เน้นเสียงคำว่า “มาก” และยิ้มกว้าง) ทำให้ใจหนูฟูเลยคะ แล้วหนูก็ไปพูดกับครูพี่เลี้ยงหนูว่า ครูขาอ้อมใจ (นามสมมติ) นะยิ้มให้หนูแบบคือยิ้มน่ารักมากเลยคะ (เล่าไปยิ้มไป) ครูพี่เลี้ยงก็บอกว่าเค้าเป็นคนน่ารักนะแต่ว่าเค้าแค่แบบแสดงออกไม่ค่อยเก่ง เพราะว่าเค้าอยู่กับยายแล้วเค้าเป็นคนแบบเค้าใช้ง่าย แต่ว่าเค้า เค้า น่ารักนะ แต่ว่าเค้าแค่แสดงตัวไม่เป็นว่าเค้าควรทำยังไงให้คนอื่นรักคนอื่นเอ็นดูคะ” (พริ้ม)

จากการดำเนินกิจกรรมของผู้ร่วมวิจัยสำเร็จตามเป้าหมาย โดยใช้วิธีการ ได้แก่ ใส่ใจนักเรียน เพื่อนร่วมงาน รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ให้ความเท่าเทียมกับนักเรียนทุกคน เปิดโอกาสให้นักเรียนได้พูดได้แสดงออกได้แสดงความคิดเห็นทุกคน ทั้งนี้ผู้ร่วมวิจัยใช้ 2 วิธี ได้แก่ 1) ใช้แผนเดิมและยืดระยะเวลาในการพัฒนาคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งให้นานขึ้น และ 2) ใช้แผนที่สำเร็จของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่ได้นำมาแลกเปลี่ยนในวงรอบที่ผ่านมา



ภาคผนวก จ

แนวคิด ทฤษฎีและหลักการที่นำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้าง
คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับทุนการศึกษา

แนวคิด ทฤษฎีและหลักการที่นำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของนักศึกษาครูยากจนจากชนบทและได้รับการทุนการศึกษา

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่นำมาประยุกต์ใช้	หลักการของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	ขั้นตอนของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
การปรึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง - แนวคิดการเสริมสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งในกระบวนการปรึกษาแบบกลุ่มการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง ตั้งอยู่บนความเชื่อเชิงบวกต่อธรรมชาติของมนุษย์ โดยเน้นว่ามนุษย์ทุกคนมีแนวโน้มในการพัฒนาตนเอง (Actualizing tendency) ไปสู่การเติมเต็มศักยภาพภายในหากได้รับสภาพแวดล้อมที่เกื้อหนุน - เปิดพื้นที่ให้ผู้ร่วมวิจัยมีบทบาทอย่างแท้จริง กล่าวคือ มีบทบาทสำคัญในการเรียนรู้ผ่านการแบ่งปันประสบการณ์ การสะท้อนคิด และการลงมือปฏิบัติจริง โดยผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวก (Facilitator) ที่ไม่ชี้นำ แต่เปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยค้นพบและพัฒนาจุดแข็งของตนในบริบทที่เอื้อต่อการเติบโต	- การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมคือ กระบวนการวิจัยที่เปลี่ยน ผู้ถูกศึกษาให้เป็นผู้ร่วมวิจัย และเจ้าของการเปลี่ยนแปลง โดยมีบทบาทตั้งแต่การสำรวจ วิเคราะห์วางแผน และดำเนินการในบริบทจริง เพื่อสร้างองค์ความรู้และแนวทางพัฒนาที่สอดคล้องกับความต้องการของชุมชนหรือกลุ่มเป้าหมาย - การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เชิงวิพากษ์ (Critical Participatory Action Research: CPAR) มุ่งเปิดพื้นที่ให้กลุ่มคนชายขอบได้วิพากษ์และตั้งคำถามต่อโครงสร้างอำนาจ เช่น ระบบการศึกษา ความยากจน หรือการกดทับทางสังคม โดยเน้นการพัฒนาจุดแข็งผ่านการวิเคราะห์บริบท และการสร้างอัตลักษณ์ใหม่ที่เข้มแข็งในฐานะนักศึกษาครูที่มาจากครอบครัวยากจนในชนบทพื้นที่ห่างไกล	1. ขั้นวางแผน การกำหนดแนวทางการปฏิบัติเพื่อตอบโจทย์ปัญหาที่พบ โดยอิงจากประสบการณ์ในอดีต พร้อมพิจารณาปัจจัยที่เอื้อต่อหรือขัดขวางความสำเร็จ โดยแผนต้องมีความยืดหยุ่นเพื่อปรับให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่อาจคาดการณ์ล่วงหน้า และต้องเหมาะสมกับบริบทในการแก้ปัญหา 2. ขั้นการปฏิบัติการและการสังเกตเป็นขั้นตอนของการลงมือทำตามแผนที่วางไว้ โดยคำนึงถึงความยืดหยุ่นต่อสถานการณ์จริงที่อาจมีข้อจำกัดหรือเงื่อนไขเฉพาะหน้า การดำเนินงานจึงต้องปรับเปลี่ยนอย่างเหมาะสม พร้อมใช้ดุลยพินิจเพื่อให้การปฏิบัติเกิดความต่อเนื่องและสอดคล้องกับบริบทและเฝ้าติดตาม รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างกระบวนการปฏิบัติ โดยให้ความสำคัญกับผลลัพธ์ กระบวนการ และปัจจัยที่ส่งเสริมหรือขัดขวาง เพื่อเป็น

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่นำมาประยุกต์ใช้	หลักการของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	ขั้นตอนของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
		ข้อมูลสำหรับการปรับแผนและการสะท้อนผลอย่างมีประสิทธิภาพ
- การสร้างบรรยากาศแห่งความเข้าใจ ความไว้วางใจ และการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขในขั้นตอนแรกของการดำเนินงานสะท้อนแนวคิดเรื่องการยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard) และความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง (Empathic understanding) - การเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยได้ค้นพบ จุดแข็งของตนเองจากประสบการณ์ชีวิต สอดคล้องกับแนวคิดเรื่องการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) และความจริงแท้ (Congruence) ที่เชื่อว่าบุคคลสามารถเข้าใจตนเองได้ดีเมื่อมีพื้นที่ปลอดภัย - การตั้งเป้าหมายและวางแผนชีวิต โดยยึดความต้องการภายในของตนเอง สะท้อนหลักการที่เชื่อว่ามนุษย์มีศักยภาพในการตัดสินใจและกำกับชีวิตตนเองอย่างรับผิดชอบ	- การส่งเสริมประชาธิปไตย ความเสมอภาค และการมีสิทธิเสียงอย่างแท้จริง ผ่านกิจกรรมกลุ่มที่ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนการตัดสินใจร่วมกัน - การใช้เทคนิค AIC ช่วยกระตุ้นให้ ผู้ร่วมวิจัยตระหนักรู้ถึงโครงสร้างอำนาจที่กดทับตน เช่น ความไม่เท่าเทียมในระบบโรงเรียน ความยากจน หรือชนชั้นทางสังคม โดยเปิดโอกาสให้ตั้งคำถาม และสะท้อนประสบการณ์ชีวิต - ผู้ร่วมวิจัยมีส่วนร่วมอย่างเท่าเทียมในทุกขั้นตอน ไม่เพียงแต่เป็นผู้ให้ข้อมูล แต่เป็นผู้ออกแบบเป้าหมาย วางแผน และสะท้อนผลลัพธ์ของตนเองอย่างมีอิสระ - การเปลี่ยนแปลงกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเกิดจากการลงมือทำร่วมกันในแต่ละขั้นตอน เช่น การค้นหาจุดแข็ง การวางแผน และการสะท้อนผลนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของแต่ละคน	3. ขั้นการสะท้อนผลจากการปฏิบัติ เป็นกระบวนการทบทวนการดำเนินงานตามแผน โดยใช้การสังเกตอย่างมีวิจารณญาณเพื่อวิเคราะห์ทั้งผลลัพธ์ ปัจจัยสนับสนุน อุปสรรค และปัญหาที่เกิดขึ้นว่า เป็นไปตามวัตถุประสงค์หรือไม่ โดยอาศัยการอภิปรายในกลุ่มอย่างวิพากษ์เพื่อพัฒนาแนวทางการปฏิบัติในรอบต่อไป

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่นำมาประยุกต์ใช้	หลักการของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	ขั้นตอนของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
- การสะท้อนผลและเสริมพลังภายใน การสะท้อนผลลัพธ์และแบ่งปันกำลังใจในขั้นสุดท้ายของกระบวนการ สอดคล้องกับหลักการส่งเสริมการเติบโตทางจิตใจจากภายใน โดยให้ความสัมพันธ์แบบเอื้ออำนวยเพื่อยืนยันศักยภาพของตนเองและรับการสนับสนุนจากกลุ่ม	- การช่วยฟื้นฟูพลังภายในของกลุ่มคนชายขอบ ด้วยการสะท้อนถึง จุดแข็งที่เคยถูกกลบด้วยความรู้สึกลด้อยค่าและฟื้นคืนศักยภาพที่ถูกจำกัดจากความเหลื่อมล้ำทางการศึกษาและโครงสร้างสังคม - กิจกรรมกลุ่ม สร้างพื้นที่ปลอดภัย ที่ทุกคนมีสิทธิ เสี่ยงอย่างเท่าเทียม มีการรับฟังอย่างลึกซึ้ง ไม่ตัดสิน และเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยได้แสดงออกถึงตัวตนและจุดแข็งของตนเองอย่างอิสระ -การมองว่าความสัมพันธ์ระหว่างอำนาจและอัตลักษณ์เป็นรากฐานสำคัญของความเหลื่อมล้ำ โดยการให้กลุ่มคนชายขอบได้กำหนดเป้าหมายและวางแผนชีวิตตนเองถือเป็นการคืนอำนาจอย่างแท้จริง - ผลลัพธ์ของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ขยายจากระดับบุคคลไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางสังคม เช่น การสร้างวัฒนธรรมแห่งความหวัง การรวมกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยน และการเปลี่ยนแปลงแนวคิดเกี่ยวกับ	

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่นำมาประยุกต์ใช้	หลักการของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	ขั้นตอนของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
	บทบาทของนักศึกษาครูจากพื้นที่ชายขอบ	
การบำบัดโดยใช้จุดแข็งเป็นฐาน - ค้นหาจุดแข็ง เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยได้สำรวจจุดแข็งของตนจากประสบการณ์ฝึกสอนและการใช้ชีวิตประจำวัน และสะท้อนร่วมกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม - การระบุเป้าหมาย อุปสรรคและจุดแข็งทั้งภายในภายนอก เป็นการฝึกกำลังของผู้ร่วมวิจัยในการกำหนดเป้าหมายพัฒนาจุดแข็งของตนอย่างชัดเจน รวมทั้งระบุอุปสรรคทั้งภายในและภายนอก และร่วมกันวางแผนการพัฒนาจุดแข็ง พร้อมทั้งระบุพฤติกรรมบ่งชี้ที่สำเร็จ และแผนการควบคุมอุปสรรค - การสร้างคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งและความสามารถ เป็นกระบวนการฝึกฝนและประยุกต์ใช้จุดแข็งในบริบทจริง ทั้งนี้ผู้ร่วมวิจัยอาจประยุกต์ใช้จุดแข็งในสถานการณ์ใหม่หรือสถานการณ์ที่ทำหาย รวมทั้งรับการยืนยันจุดแข็งข้อเสนอแนะทั้งจากตนเอง นักเรียน และเพื่อนร่วมงาน เพื่อนำไปปรับในการ		

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่นำมา ประยุกต์ใช้	หลักการของกระบวนการวิจัย เชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	ขั้นตอนของการวิจัยเชิง ปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
พัฒนาจุดแข็งครั้งต่อไป - การประเมิน และยุติการบำบัด เป็นการร่วมสะท้อนผลลัพธ์และ แบ่งปันกำลังใจ โดยผู้ร่วมวิจัย และผู้วิจัย จะประเมิน การ เปลี่ยนแปลงของตนเองร่วมกัน หลังจากที่ได้ดำเนินการพัฒนาจุด แข็งไปใช้เป็นเวลา 3 สัปดาห์ โดย ผู้ร่วมวิจัยจะสะท้อนผลการนำ แผนไปใช้ พูดคุยถึงวิธีการที่ใช้ และทรัพยากรที่สนับสนุน ความสำเร็จ ตลอดจนพิจารณาว่า บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ พร้อมรับฟังข้อเสนอแนะ ชื่นชม สนับสนุน ให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก เพื่อนำไปสู่การปรับแผนในการ พัฒนาจุดแข็งในครั้งต่อไป		
ทฤษฎีเชิงสัมพันธ์-วัฒนธรรม - มนุษย์เติบโตผ่านความสัมพันธ์ คือ การที่มนุษย์มีแรงผลักดัน พื้นฐานที่จะสร้างและรักษา ความสัมพันธ์กับผู้อื่น การเติบโต ทางจิตใจเกิดขึ้นจากการมี ปฏิสัมพันธ์ที่มีคุณภาพกับผู้อื่น ไม่ใช่จากความเป็นอิสระหรือการ แยกตัว ดังนั้นการรวมกลุ่มเป็น การเอื้อให้ผู้ร่วมวิจัยเกิดการ เติบโต		

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่นำมาประยุกต์ใช้	หลักการของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม	ขั้นตอนของการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
- ความเปราะบางคือความเข้มแข็งโดยความกล้าที่จะแสดงความเปราะบาง ความไม่สมบูรณ์ หรือความรู้สึกเจ็บปวดคือจุดเริ่มต้นของความสัมพันธ์ที่แท้จริงและเป็นพื้นที่ปลอดภัยทางจิตใจ ทั้งนี้เมื่อผู้ร่วมวิจัยแบ่งปันเรื่องราวความยากลำบาก สมาชิกคนอื่น ๆ จะร่วมให้กำลังใจ รับฟังด้วยความเข้าใจ และแบ่งปันประสบการณ์ใกล้เคียงของตนเพื่อแสดงว่าเขาไม่ได้เผชิญปัญหานั้นเพียงลำพัง ซึ่งการสนับสนุนกันนี้ในลักษณะนี้ช่วยสร้างความรู้สึกปลอดภัย ความไว้วางใจ และเสริมคุณค่าในตนเองของแต่ละคน		
- พลังแห่งการเปลี่ยนแปลงอยู่ในความสัมพันธ์ที่แท้จริง คือความสัมพันธ์ที่เน้นการเติบโต การร่วมมือ และการยอมรับเป็นแหล่งของการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืน และแท้จริง ซึ่งการที่ผู้ร่วมวิจัยรับฟังอย่างลึกซึ้ง การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน การชื่นชมความพยายามและความสำเร็จของผู้อื่นอย่างจริงใจ และการแบ่งปันมุมมองอย่างสร้างสรรค์จะนำไปสู่การปรับปรุงตนเองอย่างต่อเนื่อง		

ภาคผนวก ช
ภาพจากการทำกิจกรรม



๑๒๓๔๕๖๗๘๙๑๐๑๑๒๑๓๑๔๑๕๑๖๑๗๑๘๑๙๒๐

2) การแลกเปลี่ยนสื่อระหว่างประเทศในการฝึกสอน
 2) ได้ทราบทวนอ่านข้อในชุดเชิงทฤษฎี 6 ด้านรวมถึงด้านที่ตัว
 การพัฒนา เช่น ด้านความกล้าหาญ กล้าคิด กล้าทำกล้าเผชิญ
 หนักกับงานที่ได้รับมอบหมาย กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น
 เพื่อไปสร้างนวัตกรรมให้เด็ก ดุษฎีบัณฑิตในด้านความกล้า
 พยายาม การทำเช่นนี้ให้แล้วเสร็จ ไม่ละเลยงาน

→ ความสำเร็จของโครงการขึ้นอยู่กับ การแบ่งปันในสิ่งที่ได้แก่กัน
และกัน ของผู้ปกครอง การศึกษา และแบ่งปันความรู้ทางวิชาการกับ
ภายนอก ทั้งในและนอกโรงเรียนด้วย การศึกษาที่ดีต้องมีการ
ไม่ทำใจความดีที่ผู้เรียนได้รับคือสิ่งที่ได้แก่กัน

- ความเข้าใจรวม การเรียนรู้ มีขั้นตอนที่ชัดเจนในการจัดกิจกรรม การออกแบบการแสดง การสื่อสาร

การกำหนดพื้นที่ใหม่ จัดทำร่วมกับบุคคลอื่นได้

พร้อมทั้งนำเอกสารและข้อมูล ไปยังขบวนรถที่ขึ้นรถที่สถานี

[illegible]

- การรู้จักความเคลื่อนไหวของลูกเรือผู้ใดที่กองควบคุม กองควบคุมน้ำจืดและ
กองควบคุมทะเลและชายฝั่งได้แจ้งให้ทราบแล้วหรือไม่ หากยังไม่ทราบให้รีบแจ้ง
ให้ทราบทันที และแจ้งให้ทราบต่อไปยังหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ภาพตัวอย่างการสะท้อนผลลัพธ์จากการเข้าร่วมกิจกรรมผ่าน Padlet โครงการ

Achana Nuntasri + 24 •

สะท้อนผลการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างจุดแข็ง

25 ม.ค. 2567

ขอให้ทุกคนสะท้อนผลดังนี้ 1) ความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างจุดแข็ง 2) สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม และ 3) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

❤️ 0 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

1. ความรู้สึกที่เข้าใจในตัวตนของตนเอง มีความสุขความมั่นใจในตนเองมากขึ้น

2. สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม ได้ทราบทั้งจุดอ่อน จุดแข็ง ทำให้ตนเองได้มีการพัฒนาพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น

3. การเปลี่ยนแปลง มีการวางแผน การมีปฏิสัมพันธ์ การเป็นทีมกับผู้อื่นได้ มีความมุ่งมั่นได้เรียนรู้ในการฝึกการสอน รักในสิ่งที่ตนเองทำมากขึ้น

❤️ 1 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

1) รู้สึกมีดีกับตนเอง และมีความสุขที่ได้ทำกิจกรรม ภูมิใจที่ตนเองได้เกิดการพัฒนา

2) ได้มีการสำรวจตนเองทบทวนตัวเอง ทำให้ได้มีการวางแผนการพัฒนาตนเอง โดยมีการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนได้มีการนำแผนที่นำเสนอใจของเพื่อนมาลองใช้กับตนเองจนเกิดการพัฒนาที่ดีขึ้นเรื่อยๆ จนเกิดเป็นความภูมิใจในตัวเอง

3) มีการพัฒนาตัวเองที่ดีมากขึ้น

- มีคำพูด และการแสดงออกกับผู้อื่นที่แสดงออกถึงความรักมากขึ้น เช่น จากเรียนแทนนักเรียนเรียนจากเธอ เป็นชื่อเล่นด้วยหนู หรือลูก มีการยิ้มแย้ม หัวเราะ เล่นกับผู้อื่นมากขึ้น

❤️ 1 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

1. รู้สึกเข้าใจ มีความสุข ที่ ตัวเองสามารถพัฒนา ตัวเองให้ดีขึ้นได้และมีความสุขในการอยู่ในที่ทำงาน

2. ได้แนวทาง วิธีการในการพัฒนาจุดแข็งของ ตัวเอง ให้เป็นครูที่ดี ขึ้น และได้ประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรม แลกเปลี่ยนวิธีการต่างๆ ในการแก้ไขและพัฒนาตนเอง

3. กล้าทำสิ่งใหม่ ๆ สิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เคยทำ ยืนมากกว่าเดิม และ มีความสุขใน การทำงานมากขึ้น

❤️ 1 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

1. รู้สึกมีความสุขที่ได้ทำกิจกรรมจุดแข็ง อาจารย์พูดเสียงเพราะน่าฟัง ได้ทบทวนพฤติกรรมของตัวเอง และกิจกรรมที่ผ่านมา

2. ได้เรียนรู้แลกเปลี่ยนการใช้จุดแข็งของตัวเองและเพื่อนๆ

3. ได้คิดพัฒนาจุดแข็งที่มีอยู่แล้ว ให้แข็งแรงและที่ยังไม่มีให้แข็งแรงเพิ่มขึ้น

4. เหมือนได้พูดระบายฝึกประสบการณ์ที่โรงเรียนให้เพื่อนๆและอาจารย์ได้ฟัง

❤️ 0 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

1) ความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างจุดแข็ง

= รู้สึกดีมาก รู้สึกประสบความสำเร็จในด้านของความกล้า ความมั่นใจและความกระตือรือร้น เห็นการพัฒนาของตัวเองและได้ความมั่นใจเพิ่มมากขึ้น

2) สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม

= ได้มีความมั่นใจ ได้รู้วิธีการเสริมสร้างจุดแข็งของตัวเอง รู้แนวทางการนำไปใช้และไม่ได้ดื้อดอต ได้ทบทวนตัวเองสิ่งที่มีอยู่แล้วแล้วเสริมเติมส่วนที่ไม่มั่นใจ ได้มีความมั่นใจเพิ่มขึ้น

3) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

= มีความกล้า มีความมั่นใจได้เรียนรู้อยู่เสมอเพิ่มเติมตัวเองให้มีความแข็งแรงได้พัฒนาตัวเองให้มีความคิดสร้างสรรค์

❤️ 0 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

1. รู้สึกเข้าใจตัวเอง เข้าใจคนอื่นรอบข้างมากขึ้น รู้สึกมีความสุขที่ได้เล่าเรื่องราวต่างๆในโรงเรียนให้เพื่อนๆฟัง

2. สิ่งที่ได้รับ ได้พัฒนาจุดแข็งของตนเองในด้านที่มีอยู่แล้วให้ดีขึ้นไป ได้รู้จักจุดด้อยของตนเอง ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์การใช้แผนต่างๆนำมาพัฒนาตนเอง ได้เรียนรู้ของตัวเอง มองสิ่งรอบข้างให้มากขึ้น รู้จักการใช้เหตุผล

3. การเปลี่ยนแปลง มีความกล้ามากขึ้น มีความเป็นผู้นำ การวางตัวที่ดี รู้จักเข้าหาคนกล้าขึ้นมากขึ้น มีพลังบวกในด้านความคิดทางความรู้ รู้สึกดี

❤️ 0 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

ประสบการณ์การเรียนรู้จุดแข็งของตนเอง วิธีการ แนวทางของตนเอง ในการพัฒนาชีวิตในระหว่างฝึกประสบการณ์ในโรงเรียน

3. การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

- บุคลิกภาพ อารมณ์ สั้นๆ ในการอยู่กับนักเรียนมีการเปลี่ยนจากที่มีหน้าตา ดูน่าขำ เป็นยิ้มแย้มแจ่มใสมากขึ้นสามารถเข้ากับตนเองได้ดีมากขึ้น
- มีความกระตือรือร้นมากขึ้น ในการทำงานอยากจะทำงานให้เสร็จภายในเวลาที่ตนเองกำหนดไว้ มีการตั้งเป้าหมาย วางแผน กล้าที่จะเสนอความคิดเห็นและลงมือทำ สามารถจัดการเวลาการทำงานได้ดีขึ้น
- มีพยายามในการสืบค้นหาข้อมูลในการสอนมากขึ้นตนเองมีความกระตือรือร้นในการทำงานอยากจะทำงานให้เสร็จภายในเวลาที่ตนเองกำหนดไว้

❤️ 0 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่ม

>> สิ่งที่ได้

- ได้แผนการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง
- ได้แนวทางปรับปรุงและพัฒนาตนเอง
- ได้เป็นผู้นำที่ดี
- มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับคนอื่นมากขึ้น

>> การเปลี่ยนแปลง

- มีการเปลี่ยนแปลงในด้านที่ดีขึ้นจากการพัฒนาจุดแข็งของตนเองจะมีด้านการเสียสละและอารมณ์ขันสามารถสร้างเสียงหัวเราะให้คนรอบข้างได้ดี

❤️ 0 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

2. การได้ทบทวนตนเอง มองจุดตัวเองจุดอ่อนของตนเอง ได้อยู่กับตนเอง เข้าใจตนเองมากขึ้น มีการคิดพัฒนาตนเองให้เป็นทางที่ดี ได้รับฟังเพื่อนคนอื่น ได้แนวคิดวิธีการต่าง ๆ จากเพื่อน ๆ

3. มีความมานะพยายาม ความกระตือรือร้นในการทำงานการทำสิ่งต่าง ๆ มากขึ้นจากเดิม มีการคิดออกแบบในการทำสื่อให้นักเรียนได้เล่นได้เรียนรู้ มีความรอบคอบในการทำงานมากยิ่งขึ้น

❤️ 0 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

YOU GOT THIS!

1) ในตอนแรกความรู้สึกมีพลังและสโลว์ว้ายต้องทำอะไร ต้องวางแผนไปในแนวทางไหน แล้วถ้าไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้จะเกิดผลกระทบอะไรขึ้น แต่เมื่อได้ลองวางแผนแล้วทำตามที่ได้วางเอาไว้ กลิ่นรู้สึกสนุกในขณะที่ได้ทำในจุดที่เราต้องการจะพัฒนา ซึ่งนอกจากเราจะได้สังเกตการเปลี่ยนแปลงของตัวเองแล้ว ยังส่งผลต่อคนรอบข้างของเราด้วย ทำให้เราได้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้างและใส่ใจทั้งตัวเอง ทั้งคนรอบข้างมากขึ้นด้วยค่ะ

2) ได้กำลังใจ ได้แนวทางทั้งจากท่านอาจารย์ที่คอยแนะนำให้คำปรึกษา จากเพื่อน ๆ ที่คอยแลกเปลี่ยนกันถึงแนวทางของแต่ละคน และตนเองก็ได้รู้จักวางแผนและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นค่ะ

❤️ 0 💬 0

➕ เพิ่มความคิดเห็น

ประวัติผู้เขียน

