

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการแก้ปัญหา
อุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง
กรุงเทพมหานคร

นางสุนิสา อุปมัย

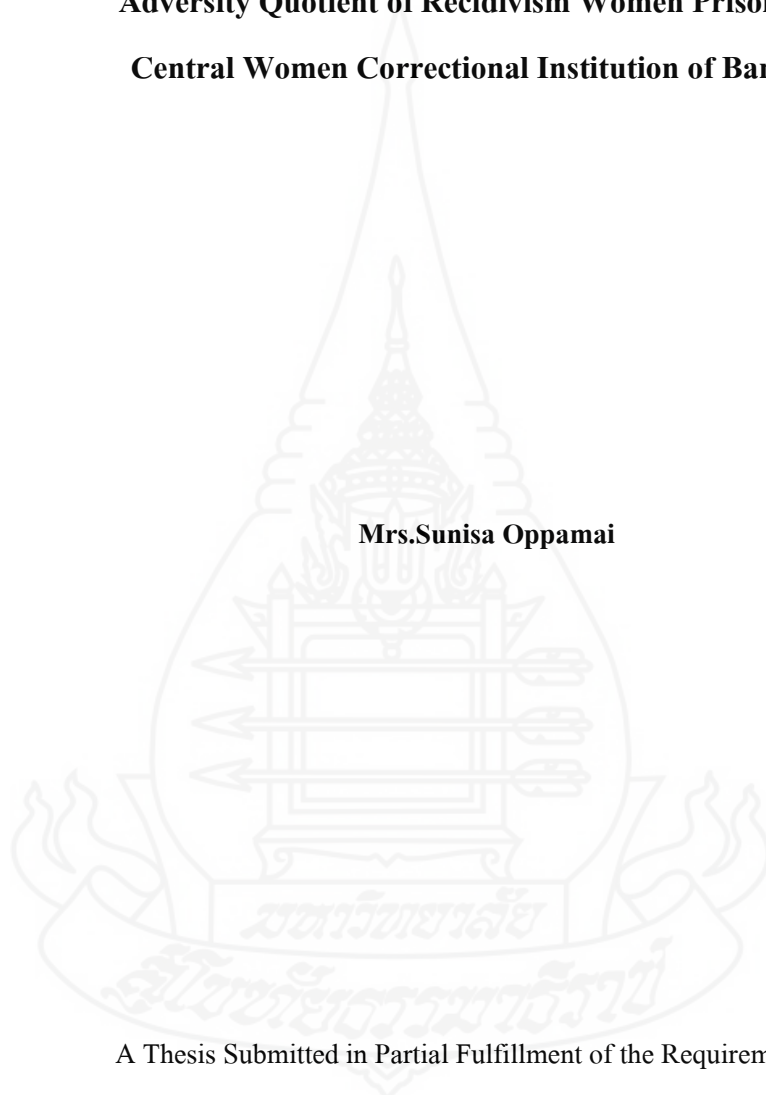


วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ. 2558

**The effects of Using the Guidance Activities Based for Strengthen to
Adversity Quotient of Recidivism Women Prisoners in
Central Women Correctional Institution of Bangkok**

Mrs.Sunisa Oppamai



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Education in Guidance and Psychological Counseling

School of Educational Studies

Sukhothai Thammathirat Open University

2015

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการ

ฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ

ในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

ชื่อและนามสกุล นางสุนิสา อู๋ปมัย

แขนงวิชา การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

อาจารย์ที่ปรึกษา 1. รองศาสตราจารย์ ดร. ถัดดาวรรณ ฅ ระนอง

2. รองศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร

วิทยานิพนธ์นี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 29 สิงหาคม 2559

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชุศรี เลิศรัตน์เดชากุล)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. ถัดดาวรรณ ฅ ระนอง)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร)

.....ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร. สุนันต์ วิสวธีรานนท์)

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหา
อุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง
กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัย นางสุนิสา อุปมัย รหัสนักศึกษ 2562800561

ปริญญา ศีษาศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา)

อาจารย์ที่ปรึกษา (1) รองศาสตราจารย์ ดร. ถัดดาวรรณ ณ ระนอง

(2) รองศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร ปีการศึกษา 2558

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง และ (2) เปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างหลังการทดลองและระยะติดตามผล

กลุ่มตัวอย่างเป็น ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2558 จำนวน 20 คน โดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค และชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .73 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัย พบว่า (1) ผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค หลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ (2) ผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนว การฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ผู้ต้องขังหญิง ทัณฑสถานหญิงกลาง

Thesis title: The effects of Using the Guidance Activities Based for Strengthen to Adversity Quotient of Recidivism Women Prisoners in Central Women Correctional Institution of Bangkok

Researcher: Mrs. Sunisa Oppamai; **ID:** 2562800561;

Degree: Master of education (Guidance & Psychological Counseling)

Thesis advisors: (1) Dr. Luddawan NA-Ranong, Associate Professor

(2) Dr.Nitipat Makkhachorn, Associate Professor; **Academic year:** 2015

Abstract

The objectives of this research were to (1) compare recidivism women prisoners in the experimental group before and after using the guidance activities based for develop adversity quotient; and (2) compare the adversity quotient of the recidivism women prisoners in the experimental group after and pursuance using a activities guidance set based for develop adversity quotient

The sample was chosen from the recidivism women prisoners in Central Women Correctional Institution in Bangkok. The sample was purposive sampling and joining into the experimental group. There were 20 prisoners academic using a purposive sampling technique. The data was collected by using a guidance set for strengthen on adversity quotient and the adversity quotient assessment form, the reliability of which measured by the a co-efficient was .73. The data was analyzed by using the mean, standard deviation and t-test.

The findings were (1) After the experiment, recidivism women prisoners use the guidance activities based for develop adversity quotient with high statistically significant at the level .01 And (2) After the experiment and pursuance , recidivism women prisoners use the guidance activities based for develop adversity quotient significant differences in statistical at the level .01

Keywords: Guidance set, Adversity Quotient, women prisoners, Central Women Correctional Institution in Bangkok

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีด้วยความกรุณาอนุเคราะห์จากหลายฝ่าย ซึ่งผู้วิจัยขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ลัดดาวรรณ ณ ระนอง อาจารย์ที่ปรึกษาที่กรุณาให้คำปรึกษาและผลักดันให้ผู้วิจัยมีกำลังใจที่จะฝ่าฟันปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำวิจัยครั้งนี้ จนลุล่วงด้วยดี รวมถึง รองศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร ที่ให้ความรู้และแนวคิดในการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว อีกทั้งคณาจารย์ สาขาศึกษาศาสตร์ แขนงการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่เคารพทุกท่าน และที่ลืมนไม่ได้คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชุศรี เลิศรัตน์เดชากุล ที่สละเวลามาเป็นประธานสอบ พร้อมให้ความรู้และคำแนะนำเพิ่มเติม ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่สละเวลาช่วยตรวจสอบและตรวจทาน แบบสอบถามและชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค และผู้อำนวยการพัฒนสถานหญิงกลาง ที่ให้โอกาสในการทำวิจัยครั้งนี้ รวมทั้งหัวหน้าฝ่ายสถานพยาบาล เพื่อนร่วมงานในสถานพยาบาล อีกทั้งพี่น้องร่วมคณะศึกษาศาสตร์ แขนงการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา รุ่น 1-3 ทุกคน ที่ให้คำแนะนำ คำกำลังใจ สอบถาม และห่วงใยตลอดระยะเวลาการศึกษา

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยต้องขอบคุณนายทองคำ อินตะแสนบิดาของผู้วิจัย ที่เป็นต้นแบบของผู้ที่สามารถฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคต่างๆ จนสามารถสร้างครอบครัวที่เข้มแข็ง นางคำใส อินตะแสนมารดาของผู้วิจัย ต้นแบบของความอดทนในการเลี้ยงดูข้าพเจ้าและน้องๆ จนเติบโตประสบความสำเร็จทุกคน รวมถึงสามีและคนในครอบครัวของผู้วิจัย ที่คอยให้กำลังใจจนสำเร็จการศึกษาลุล่วงไปได้ด้วยดี

สุนิสา อุปมัย

29 สิงหาคม 2559

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	7
กรอบแนวคิดการวิจัย	7
สมมติฐานการวิจัย	7
ขอบเขตการวิจัย	8
นิยามศัพท์เฉพาะ	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	9
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	10
ความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค	12
ชุดกิจกรรมแนะแนว	31
ผู้ที่กระทำผิดซ้ำ	46
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	56
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	56
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย	56
รูปแบบการวิจัย	57
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	57
วิธีการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	58
การเก็บรวบรวมข้อมูล	65
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	66

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	68
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลอง	68
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐาน	69
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	71
สรุปการผลวิจัย	71
อภิปรายผล	73
ข้อเสนอแนะ	77
บรรณานุกรม	78
ภาคผนวก	86
ก รายนามผู้เชี่ยวชาญ	87
ข ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค	89
ค แบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค	117
ง ผลการตรวจสอบหาค่าคุณภาพของเครื่องมือและการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการหาค่า IOC	122
จ ตารางแสดงค่าความเที่ยงของแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาฯ	125
ประวัติผู้วิจัย	127



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 ตารางแบ่งประเภทของบุคคล	14
ตารางที่ 3.1 แสดงแบบแผนการทดลอง	57
ตารางที่ 3.2 ตารางการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว	61
ตารางที่ 4.1 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขัง หญิงกลุ่มทดลอง ระยะเวลาก่อนและระยะหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้าง ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค	69
ตารางที่ 4.2 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขัง หญิงกลุ่มทดลอง ระยะหลังและระยะติดตามผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อ เสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค	69



สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 แสดงประเภทของอุปสรรคความยากลำบาก	16
ภาพที่ 2.2 แสดงศาสตร์ความรู้ทั้ง 3 ที่สามารถอธิบายความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค.....	18
ภาพที่ 2.3 การรับรู้ต้นตอของปัญหาและการรับมือกับปัญหาของตนเองกับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค	21
ภาพที่ 2.4 ระดับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของประชาชนที่มีการกระจายแบบโค้งปกติ	25
ภาพที่ 2.5 แสดงขั้นตอนและวงจรการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ..	38
ภาพที่ 3.2 แสดงขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย.....	60



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กรมราชทัณฑ์ มีภารกิจในการ “ ควบคุมผู้ต้องขัง โดยมุ่งพัฒนาให้เป็นองค์กรพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์เพื่อแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังให้กลับตนเป็นพลเมืองดี มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำ ได้รับการพัฒนาทักษะฝีมือในการประกอบอาชีพที่สุจริตและสามารถ ดำรงชีวิตในสังคมภายนอกได้อย่างปกติโดยสังคมให้การยอมรับ ” (แผนแม่บท ด้านการแก้ไขฟื้นฟู พัฒนาพฤตินิสัย กรมราชทัณฑ์,2552-2556 อ้างถึงในเทคนิคทฤษฎีวิเศษสู สัจจะสนทนา, 2554,น.1) ทำให้ บุคลากรของกรมราชทัณฑ์ ในเรือนจำและทัณฑสถาน ซึ่งมีหน้าที่ดำเนินการขับเคลื่อนให้เป็นไป ตามภารกิจ ต้องรับภาระในการควบคุม ดูแลรวมทั้งการแก้ไขฟื้นฟูพัฒนาพฤตินิสัยในด้านต่างๆ มุ่งเน้นการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดมากกว่าการลงโทษ ให้โอกาสกลับตัวแก้ไขปรับปรุงเพื่อเป็นคน ดีคืนสู่สังคม ดังกระแสพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ที่ได้ประทานแก่ ข้าราชการกรมราชทัณฑ์ว่า “ หากอบรมผู้ต้องขังให้ประพฤติดีขึ้นไม่ได้ พัน โทษออกไปก็จะ กลับไปเป็นอันธพาลเป็นภัยต่อสังคมอีก ” (คู่มือการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง กรมราชทัณฑ์,2548 อ้างถึงในเทคนิคทฤษฎีวิเศษสู สัจจะสนทนา, 2554,น.1)

กรมราชทัณฑ์ จึง ได้จัดให้มีโปรแกรมพัฒนา แก้ไข และฟื้นฟูพฤตินิสัยของผู้ต้องขัง โดยการให้การศึกษา การพัฒนาจิตใจ การอบรมศีลธรรมและศาสนา การจัดการพัฒนาทักษะ วิชาชีพ การจัดสวัสดิการ การส่งเสริมสุขภาพอนามัย การให้การบำบัดเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม เมื่อเข้ามารับการต้องโทษในเรือนจำหรือทัณฑสถานก่อนที่จะได้รับการปล่อยตัวเมื่อพ้นโทษ แต่ ยังคงมีผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำกลับเข้ามารับการต้องโทษอีก จากสถานการณ์ผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำที่ กลับสู่เรือนจำและทัณฑสถาน หลังจากได้รับการปล่อยตัวหรือพ้นโทษแล้ว ย้อนหลัง ไป 5 ปี สํารวจ ณ วันที่ 31 พฤษภาคม 2554, 31 พฤษภาคม 2555, 31 พฤษภาคม 2556, 1 พฤษภาคม 2557 และ 1 มีนาคม 2558 เป็นจำนวนร้อยละ 14.01,13.64,14.61, 11.33 และ 16.51 ตามลำดับ(ศูนย์ เทคโนโลยีสารสนเทศ กรมราชทัณฑ์) ทำให้พบว่ามี การกลับมากระทำผิดซ้ำอย่างต่อเนื่องและใน ปัจจุบันมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ซึ่งผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำในที่นี้ หมายถึง ผู้ต้องขังที่เคยกระทำผิด และต้องคำพิพากษาถึงที่สุดให้ลงโทษจำคุก ได้กระทำความผิดอีก และการกระทำความผิดครั้งใหม่ นั้น ศาลพิพากษาให้ลงโทษจำคุกอีก มากกว่า1ครั้งขึ้นไป

นักวิจัยทั้งในหน่วยงานกรมราชทัณฑ์และหน่วยงานภายนอกต่างให้ความสนใจศึกษาค้นคว้า วิจัย เพื่อวิเคราะห์ถึงสาเหตุ ปัจจัยและการเฝ้าระวังที่จะส่งผลกระทบต่อการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขัง ทั้งจากสภาพแวดล้อมทางครอบครัวและสังคมที่อยู่อาศัย ฐานะทางเศรษฐกิจ สุขภาพกายและจิต โอกาสในการทำงานและการคบหาเพื่อน จากงานวิจัยพบว่า ส่วนหนึ่งมีสาเหตุจาก “ปัญหาชีวิตและครอบครัว ซึ่งต้องเผชิญกับสภาวะกดดันทางสังคม และความเป็นอยู่ในเรือนจำที่มีสวัสดิการที่อาจจะดีกว่าความเป็นอยู่ภายนอกของผู้ต้องขัง ซึ่งขาดเพียงอิสรภาพ” “รวมถึงผู้ต้องขังส่วนใหญ่มีวุฒิการศึกษาน้อย อยู่ในระดับประถม มีอาชีพรับจ้าง พื้นฐานทางสังคมไม่มั่นคง ไม่ได้รับการยอมรับทำให้การดำรงชีวิตของผู้พ้นโทษได้รับความรังเกียจ ไม่มีเงินใช้ ย่อมก่อให้เกิดความกดดันให้กลับมาประกอบอาชญากรรมกระทำผิดซ้ำ ต้องถูกจับกุมสร้างปัญหาแก่สังคมได้อีก” (พิสมัย เกตุสุวรรณ, 2545, น. 64-67) “การกระทำผิดซ้ำมีความเกี่ยวข้องอย่างลึกซึ้งกับความอ่อนแอภายในจิตใจของผู้ต้องขังเอง คือ ส่วนใหญ่มองว่าสาเหตุสำคัญที่กลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีกครั้งคือ ภาวะความไม่เข้มแข็งภายในจิตใจของผู้ต้องขังเองที่ไม่สามารถทนกับสิ่งยั่วยุต่างๆได้” “การกลับสู่สิ่งแวดล้อมเดิม มีโอกาสสูงที่จะกลับไปกระทำผิดซ้ำ เพราะมีความสำคัญเกี่ยวข้องกับ ภาวะที่ผู้ต้องขังรู้สึก ว่า สังคมไม่ยอมรับหรือไม่ให้โอกาส ต้องกลับไปหากลุ่มเดิม เพื่อให้ได้รับการยอมรับ และรับรู้ถึงการมีอยู่ของตนเอง โครงการวิจัย “การเฝ้าระวังผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมให้กระทำผิดซ้ำ”, 2549, น. 78) “ปัจจัยที่ส่งผลให้กลับมากระทำผิดซ้ำจากรัฐสถานพินิจผู้กักขังเรือนจำ ร้อยละ 51.3 เป็นปัญหาที่เกิดจากตนเอง เช่น ต้องการเงินมาใช้จ่ายง่ายๆ โดยไม่ต้องทำงานหนัก” “ด้านค่านิยมในการดำเนินชีวิต ชอบทำงานสบายๆ หาเงินสบายๆ ไม่ต้องเหนื่อยแบบอยู่ไปวันๆ ไม่ต้องมีการวางแผนดำเนินชีวิตและบ่อยครั้งที่กระทำในสิ่งที่ตนเองต้องการ โดยไม่มีเหตุผล” (รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ โครงการศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัญหาการกระทำผิดซ้ำจากรัฐสถานพินิจผู้กักขังเรือนจำ: ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ต้องขังวัยหนุ่ม”, 2552, น. 2) จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “วิเคราะห์สาเหตุการกระทำผิดซ้ำของผู้ถูกกักกัน” ผลการวิจัย พบว่า ผู้ถูกกักกันมีฐานะยากจน ประกอบ อาชีพรับจ้าง มีรายได้น้อยไม่เพียงพอกับรายจ่าย และมีการศึกษาน้อยจึงกระทำผิดได้ง่าย อีกทั้งยังมีทัศนคติว่าการกระทำผิดเป็นสิ่งที่ทำได้ง่าย เห็นผลเร็ว ไม่เหนื่อย มีการดำเนินชีวิตไม่พอเพียง จึงเสนอให้ควรมีโปรแกรมเฉพาะ ในการแก้ไขฟื้นฟูในการกลับคืนสู่สังคมได้ และไม่กระทำผิดซ้ำ (กรมราชทัณฑ์, 2553 ก.)

จากสาเหตุที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่าผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำมีทักษะด้านความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค หรือ Adversity Quotient ซึ่ง เป็นความฉลาดในการฟื้นฟ้อุปสรรค ความยากลำบาก ที่เป็นปัจจัยสำคัญในการประสบความสำเร็จในชีวิตอยู่ในระดับไม่สูงมาก ซึ่งสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา(2552)ให้ความหมายของคำว่า ความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค คือ ความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคด้วยเจตคติในทางบวก มีสติ มีความรับผิดชอบและหาแนวทางแก้ไขปัญหาคด้วยความมุ่งมั่น อดทน จนสามารถฟื้นและเอาชนะปัญหาได้ หรือ เป็นความสามารถในการเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นความสำเร็จ Stoltz (1997)นักจิตวิทยาชาวอเมริกันเจ้าของทฤษฎี แบ่งความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค เป็น 4 องค์ประกอบ คือ CO₂RE องค์ประกอบที่ 1 C = Control หรือ ความสามารถในการควบคุม หมายถึง ระดับการรับรู้ได้ถึงเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตตนเอง ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในด้านนี้สูง จะสามารถตัดสินใจได้ว่าควรปฏิบัติอย่างไรที่จะควบคุมตนเองให้ผ่านพ้นเหตุการณ์อุปสรรค ความยากลำบาก เป็นผู้มีความคิดเชิงรุก ไม่ย่อท้อหรือล้มเลิก มีความกระฉับกระเฉง พยายามหาทางออกให้กับอุปสรรคที่ประสบอยู่เสมอ และกระทำการอย่างรวดเร็วในการแสวงหาหนทางแก้ไขปัญหา ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคมีด้านความสามารถในการควบคุมต่ำ จะรับรู้ว่าคุณเองไม่มีศักยภาพ ความสามารถ พลังอำนาจ ในการกระทำเพื่อป้องกันหรือนิยามปัญหา หมดความกระตือรือร้นในการต่อสู้กับปัญหา เพิกเฉย เย็นชา พลังความรู้สึกในการเปลี่ยนแปลงสถานการณ์มีต่ำ เกิดความเหนื่อยหน่าย อ่อนล้าเกินความจำเป็นจากปัญหาที่เกิดขึ้นหรือเหตุการณ์ไม่ปกติไปจากชีวิตประจำวัน นำไปสู่การล้มเลิกความตั้งใจในการแก้ไขปัญห

องค์ประกอบที่ 2 O₂ = Origin หรือ การรับรู้ถึงจุดเริ่มต้นของปัญหา และ Ownership หรือ การแสดงรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเอง ลักษณะของผู้ที่มีการรับรู้ต้นตอของปัญหาและการรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเองสูง ได้แก่ผู้ที่มีความสามารถในการค้นหาว่าเหตุการณ์หรืออุปสรรคที่พบนั้นมีจุดเริ่มต้น หรือสาเหตุพื้นฐานมาจากตนเอง หรือปัจจัยภายนอกที่เกิดจากผู้อื่น สามารถหลีกเลี่ยงการกล่าวโทษตัวเองโดยไม่จำเป็น และยอมรับผิดชอบปัญหาตามที่เป็นจริง การมีอำนาจร่วม การกล่าวโทษตัวเองเฉพาะที่ตนเองกระทำ และการยอมรับความเป็นเจ้าของผลลัพธ์ของปัญหาอุปสรรคมาเป็นของตนเองอย่างเหมาะสม สามารถขับเคลื่อนกระบวนการคิดแก้ไขปัญห

สามารถสะท้อนความสามารถที่จะรู้สึกผิดได้อย่างเหมาะสม และเรียนรู้ความผิดพลาดของตนเอง ลักษณะของผู้ที่มี

การรับรู้ต้นตอของปัญหาและการรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเองต่ำ ผู้นั้นจะเห็นว่าอุปสรรคมีพื้นฐานมาจากความผิดของตนเอง ทำให้เพิ่มระดับความเครียดให้แก่ตนเอง ระดับการคำนึงถึงแต่ตนเอง และเข้าสู่การปิดความรับผิดชอบในการเป็นเจ้าของปัญหา ไม่พยายามเข้าไปมีส่วนร่วมในการรับผิดชอบการทำงาน และนำไปสู่การล้มเลิกในการแก้ไขปัญหาลักษณะต่างๆ สามารถเชื่อมโยง การรับรู้ต้นตอของปัญหาและการรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเองกับความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค ซึ่งส่งผลแก่ตัวบุคคล องค์ประกอบที่ 3 R = Reach หรือความสามารถในการควบคุมการแพร่กระจายของปัญหา ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการควบคุมผลกระทบที่มีต่อชีวิตสูงจะตอบสนองกับปัญหาอุปสรรค ว่ามีความเป็นเฉพาะเจาะจงของปัญหา และสามารถควบคุมผลกระทบ รู้สึกได้รับอำนาจมากขึ้น และลดความตื่นตระหนก อีกทั้งมีแนวคิดในการแยกพิจารณาปัญหาออกจากชีวิตประจำวัน ลดความยุ่งยาก และสามารถจัดการกับปัญหาได้ง่าย ลดความคับข้องใจทำให้มีประสิทธิภาพในการแก้ปัญหายิ่งขึ้น ผู้ที่มีแนวคิดในการดำเนินชีวิตในแง่บวก ไม่ทำให้ชีวิตชะงักงัน สามารถประกอบกิจการอื่น ๆ ได้ ไม่อยู่กับความทุกข์ การควบคุมผลกระทบยังส่งผลให้บุคคลสามารถรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่นได้ สามารถฟื้นฟ้อุปสรรคได้อย่างเข้มแข็ง ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการควบคุมผลกระทบที่มีต่อชีวิตต่ำ จะมีความคิดว่าปัญหาอุปสรรคที่ประสบส่งผลกระทบต่อชีวิต ทำลายทุกสิ่งทุกอย่าง ชีวิตดำรงอยู่บนความทุกข์จะส่งผลให้ท้อแท้ใจ เหนื่อยหน่าย ทำให้คุณต้องการพลังงาน ที่เพิ่มขึ้นในการทำสิ่งที่ถูกต้องบิดเบือนภาพของปัญหาอุปสรรคให้ดูรุนแรง และทำให้เป็นผู้ไร้ความสามารถในการหาหนทางแก้ไขปัญหาที่จำเป็น องค์ประกอบที่ 4 E = Endurance หรือ ความอดทนต่อปัญหา ลักษณะของผู้ที่มีองค์ประกอบด้านความอดทนต่อปัญหาสูง ได้แก่ เป็นผู้ที่มองโลกในแง่ดี เห็นภาพความสำเร็จของตนเองได้ยาวนาน และมองอุปสรรคเป็นสิ่งที่ไม่ถาวร ส่งผลให้ผู้นั้นสามารถแก้ไขปัญหาลักษณะได้ดี สุขภาพจิตดี และมีแนวโน้มตามธรรมชาติให้การเห็นทางออกจากปัญหาเสมอ มีความแข็งแกร่ง เพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหานั้นในขณะที่อยู่ในภาวะท่าทายเป็นที่สุด ลักษณะของผู้ที่มีความอดทนต่อปัญหาต่ำ จะเป็นผู้ที่มองโลกในแง่ร้าย เห็นว่าสาเหตุของปัญหา อุปสรรค สิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้น จะคงอยู่ตลอดไป และเหตุการณ์ที่ดีจะผ่านพ้นไปอย่างรวดเร็ว เป็นการตอบสนองของผู้ที่สร้างความรู้สึกไร้ความสามารถและการสูญเสีย ความหวังของตนเอง ส่งผลให้แก้ปัญหานั้นน้อยลง เพราะคิดว่าปัญหานั้นจะคงอยู่ถาวรนอกจากนี้ สมชาติ กิจยรรยง (2554) ได้แบ่งคนเป็น 3 จำพวก คือ พวกป็นปาย ว่าเป็นกลุ่มที่

แสวงหาเรื่องที่ทำทลายความสามารถ คนพวกนี้จะพยายามฟันฝ่าอุปสรรคขึ้นไปจนถึงจุดสูงสุด ส่วนพวกนักแคมป์ มีอยู่ประมาณ 80%ของคนทั่วไป พวกนี้ไม่ละทิ้งความสะดวกสบายเพื่ออะไรที่ยิ่งใหญ่กว่าปัจจุบัน มักทำเท่าที่พอกับความสามารถของตน และพวกที่ไม่มีความพยายามทำอะไรทั้งสิ้น ละทิ้งความฝัน เลือกทำสิ่งง่ายๆแม้ว่าทำไปแล้วดีแต่ก็ไม่ทำดังนั้นผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำควรได้รับการเสริมสร้างทักษะด้านความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคเพิ่มขึ้น

จากการศึกษาวิจัยเรื่องการจัดทำมาตรการในการแก้ไขและบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังในเขตควบคุมพิเศษ ได้ให้ข้อเสนอแนะว่าควรมีโปรแกรม/หลักสูตรเฉพาะในการแก้ไขและบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังและควรมีการจัดทำกิจกรรมให้ผู้ต้องขังตามความเหมาะสม กับประเภทผู้ต้องขัง เช่น การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม การปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมการเข้าใจชีวิต รู้จักควบคุมตนเอง ฯลฯ (รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์โครงการการศึกษาวิจัยเรื่องการจัดทำมาตรการในการแก้ไขและบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังในเขตควบคุมพิเศษ, 2556) จากการศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบและกระบวนการในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด ได้ให้ข้อเสนอแนะว่า ควรเน้นกระบวนการเสริมศักยภาพของผู้กระทำผิดให้มีจิตใจที่เข้มแข็ง ให้มีพลังต่อสู้กับปัญหาอันจะเป็นพลังขับเคลื่อนที่เกิดจากจิตใจของผู้กระทำผิดเอง ที่ต้องการแก้ไขเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น(กรมราชทัณฑ์, 2553) จากการศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ ด้านพฤติกรรมของผู้ต้องหา พบว่า ร้อยละ 47.8 ไม่เคยเข้าอบรมโปรแกรมการแก้ไขพื้นฐาน โดยเฉพาะด้านการศึกษาและการพัฒนาจิตใจ การเข้ารับการอบรมโปรแกรมเฉพาะ ร้อยละ 61.9 ไม่เคยเข้าอบรม ซึ่งผู้ศึกษาได้ให้ข้อเสนอแนะว่า ควรมีการพัฒนาโปรแกรมแก้ไข ออกเป็น 2 กลุ่ม คือ ผู้ที่กระทำผิด 2 ครั้งขึ้นไป กับผู้ที่กระทำผิดติดนิสัย โดยเน้น ให้มีการอบรม เรื่องคุณธรรมจริยธรรม การควบคุมตนเองและการปรับทัศนคติ ต่อการให้ความสำคัญ กับเงินมากกว่าสิ่งอื่นในชีวิต (รายงานการศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ, 2556) จึงเห็นได้ว่า กรมราชทัณฑ์ มีการจัดทำมาตรการเพื่อพัฒนาผู้ต้องขัง หลากหลายวิธี แต่ยังคงมีผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำกลับเข้าสู่ระบบของเรือนจำอยู่

ดังนั้นการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมแก่ผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำ ควรมีรูปแบบที่เข้าถึงผู้ต้องขัง พัฒนาทักษะชีวิตในรูปแบบกระบวนการคิด การมีส่วนร่วม และปลูกจิตสำนึก โดยชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นทางเลือก อีกแนวทางที่สามารถนำไปใช้ในการให้ความรู้ พัฒนาทักษะ ตามที่คอร์ทแมน อาชบาย และเดอกรอฟฟ์ (Kottman , Ashby & De groaf 2001,น.3 อ้างถึงในสมร ทองดีและปราณี รามสูต 2545,น.11)ได้ให้ความหมาย ชุดกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า เป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้น จากกิจกรรมทุกรูปแบบ ทั้งกิจกรรมแนะแนวโดยตรงและกิจกรรมผสมผสานในการเรียนการสอน การฝึกอบรม การประชุมสัมมนาเชิงปฏิบัติการในรูปแบบต่างๆ เพื่อมุ่งพัฒนาสร้างเสริม

ผู้รับบริการในทุกด้าน รวมทั้งการป้องกันปัญหาและแก้ปัญหาของตนได้อย่างเหมาะสม ซึ่งดำเนินการได้ทั้งกิจกรรมรายบุคคลและกิจกรรมกลุ่ม และนอกจากนี้ สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545, น.8-10) กล่าวถึงการดำเนินกิจกรรมแนะแนว หากดำเนินกิจกรรมได้เหมาะสมกับผู้รับบริการและครอบคลุมเป้าหมาย จะส่งผลดีต่อผู้รับบริการ สังคมหรือผู้ที่เกี่ยวข้อง เพราะนอกจากผู้รับบริการได้พัฒนาตน ป้องกันปัญหา และแก้ปัญหาได้ ยังสามารถรักษาตน รักษางาน ได้เป็นอย่างดี สร้างประโยชน์แก่ตนเองและสังคม นำไปสู่การเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าทางสังคมและของประเทศชาติอีกด้วย และในส่วนของความสำคัญต่อผู้รับบริการ คือ ช่วยให้ผู้รับบริการได้พัฒนาความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ช่วยให้ผู้รับบริการรู้จักตนเอง ในด้านความสามารถ ความถนัด ความสนใจ และบุคลิกภาพ มีวิธีวัดอย่างถูกต้อง ทำให้เกิดการรับรู้ของบุคคลตรงตามความเป็นจริง ช่วยให้เข้าใจเรื่องราวและความรู้สึกของผู้อื่น ก่อให้เกิดความเห็นใจกัน ทำให้เกิดการเปิดเผยตนเอง อันเป็นความผูกพันที่ลึกซึ้ง ช่วยให้ผู้รับบริการได้พัฒนาทักษะในการคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ แก้ปัญหา และการคิดสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นประโยชน์ในชีวิตการศึกษา การทำงาน และชีวิตส่วนตัว ช่วยพัฒนาทักษะมนุษยสัมพันธ์ ปรับตัวเข้าได้กับทุกเพศทุกวัย มีสัมมาคารวะ มีเมตตาและจริงใจ ช่วยให้ผู้รับบริการได้พัฒนาบุคลิกภาพให้เป็นบุคคลที่เชื่อมั่นในตนเอง เป็นตัวของตัวเอง การแสดงออก มีความรับผิดชอบ มีวินัย มีทรศนะที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น เป็นบุคคลที่ได้ชื่อว่ามีบุคลิกภาพดี ดังที่วัชร ทรัพย์มี (2555) ได้กล่าวไว้

ผู้วิจัย วิเคราะห์และสังเคราะห์จากสภาพปัญหาและสาเหตุของการกระทำผิดซ้ำ

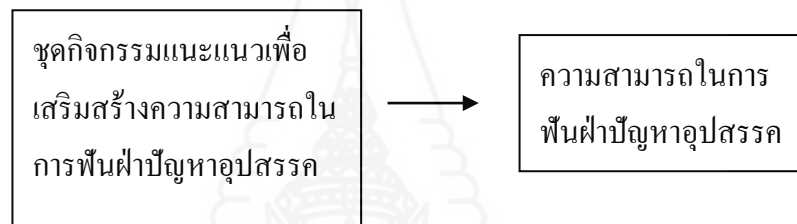
คาดว่าสาเหตุของการกลับมาก่อทำผิดซ้ำนั้นเกิดจากการที่ ผู้ต้องขังมีความสามารถที่จะฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคไม่สูงมาก ขาดความอดทนที่จะเผชิญต่อปัญหาที่เข้ามากระทบในการดำเนินชีวิตของตนเองได้ จำเป็นต้องมีแนวทางแก้ไข ส่งเสริมหรือกระตุ้นให้มีการพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคให้ดีขึ้น จึงได้ศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถดังกล่าว โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นตัวช่วยในการพัฒนา ซึ่งได้สร้างขึ้นจากแนวคิดของสตอลทซ์ ที่กล่าวไว้ว่า ในสังคมปัจจุบันเต็มไปด้วยวิกฤต และบุคคลแต่ละคนมีวิธีตอบสนองต่อปัญหาแตกต่างกัน มีความสามารถจัดการกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพหรือประสบความสำเร็จหรือไม่ ขึ้นอยู่กับ AQ (Adversity Quotient) หรือ ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของบุคคลนั้น ซึ่งเชื่อว่าสามารถพัฒนาได้ ไม่ว่าจะอายุเท่าใด ดังนั้นจึงมีความเชื่อมั่นว่า หากผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำได้รับความรู้ และได้รับการส่งเสริมในด้าน AQ ให้ดีขึ้น จะสามารถลดการกระทำผิดซ้ำ อันเป็นเหตุแห่งการต้องโทษอีกครั้ง เพื่อช่วยให้สังคมภายนอกได้คนดีคืนสู่สังคมอย่างแท้จริง

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง

2.2 เพื่อเปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างหลังการทดลองกับระยะติดตามผล

3. กรอบแนวคิดการวิจัย



4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับการให้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคมีคะแนนความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

4.2 ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับการให้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคมีคะแนนความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

5. ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตดังนี้

5.1 ประชากร

ประชากร เป็น ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร จำนวน 466 คน

5.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็น ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร จำนวน 20 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling)

5.3 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

5.3.1 ตัวแปรอิสระ คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค

5.3.2 ตัวแปรตาม คือ ความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค

6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 ความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค หมายถึง ความสามารถในการเอาชนะปัญหาอุปสรรคของตน อย่างอดทนและไม่ย่อท้อ สามารถเปลี่ยนปัญหาอุปสรรค ให้เป็นโอกาสที่ได้พัฒนาตนให้ดียิ่งขึ้น เพื่อความสำเร็จของเป้าหมายในชีวิต ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ

6.1.1 มีความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ได้เมื่อต้องเผชิญปัญหาอุปสรรค

6.1.2 มีความสามารถในการวิเคราะห์สาเหตุและความรับผิดชอบ

6.1.3 มีความสามารถในการรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค

6.1.4 มีความสามารถในการอดทนต่อความยากลำบาก

6.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค

หมายถึง ชุดการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค สำหรับ ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ที่สร้างขึ้น ทั้งหมด 14 กิจกรรม ดังนี้ กิจกรรมที่ 1 เป็นการปฐมนิเทศ เพื่อแจ้งให้ทราบถึงวัตถุประสงค์การทำกิจกรรม สร้างความรู้จักและละลายพฤติกรรม ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ต่อด้วยชุดกิจกรรมพัฒนาองค์ประกอบ ทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ ด้านรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค

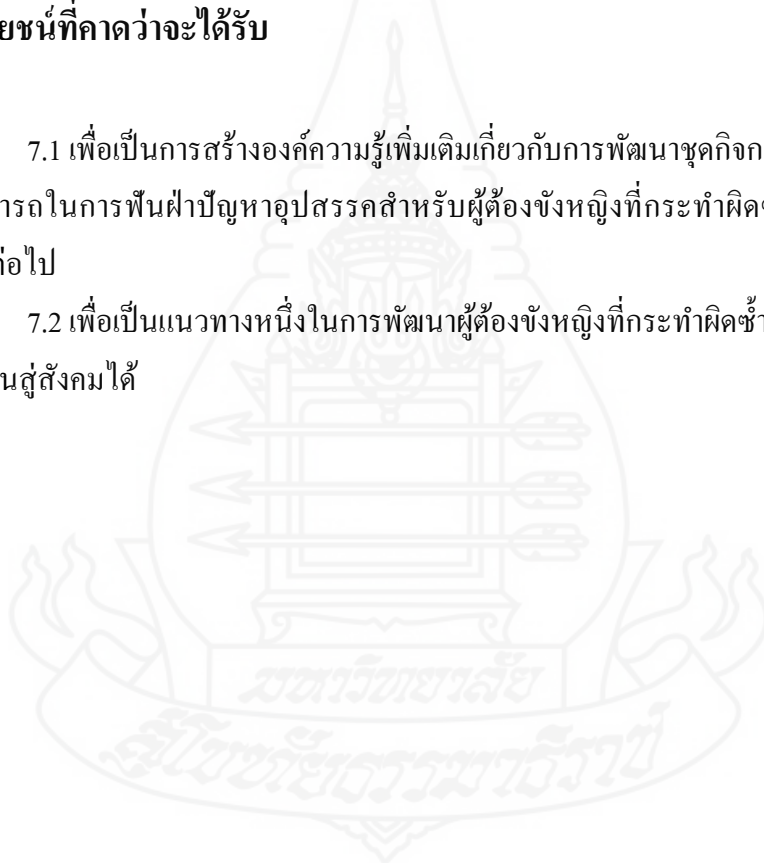
และด้านความสามารถในการอดทนต่อความยากลำบาก ด้านละ 3 กิจกรรม และกิจกรรมปัจฉิมนิเทศ เพื่อสรุปกิจกรรม รวมระยะเวลา 1 วัน โดยใช้ขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนวของลัดเนอร์ และแนคเลอร์ 4 ขั้นตอน 1) ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ 2) ชั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้ 3) ชั้นสรุปสาระสู่ชีวิต 4) ชั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

6.3 ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ หมายถึง ผู้ต้องขังที่เป็นหญิงที่มีอายุ 18 ปี ขึ้นไปที่เคยกระทำผิดและต้องคำพิพากษาถึงที่สุดให้ลงโทษจำคุก ได้กระทำความผิดอีก และการกระทำผิดครั้งใหม่นั้น ศาลพิพากษาให้ลงโทษจำคุกอีก มากกว่าครั้งขึ้นไป ในทัณฑสถานหญิงกลางกรุงเทพมหานคร

7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 เพื่อเป็นการสร้างองค์ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคสำหรับผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำและการศึกษาในกลุ่มอื่นๆต่อไป

7.2 เพื่อเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำให้สามารถกลับมาเป็นคนดีคืนสู่สังคมได้



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับ ชุมดกิจกรรมแนะแนว และความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค เพื่อเป็นพื้นฐานสำหรับการ วิจัย โดยนำเสนอตามลำดับ ดังต่อไปนี้

1. ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
 - 1.1 ความหมายของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
 - 1.2 ความสำคัญของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
 - 1.3 การแบ่งประเภทของบุคคล
 - 1.4 การแบ่งประเภทของอุปสรรคความยากลำบากในชีวิต
 - 1.5 แนวคิดของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
 - 1.6 องค์ประกอบของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
 - 1.7 เทคนิคในการพัฒนาความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
 - 1.8 การวัดและการแปลผลการประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
 - 1.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
 - 1.9.1 งานวิจัยภายในประเทศ
 - 1.9.2 งานวิจัยต่างประเทศ

2. ชุดกิจกรรมแนะแนว

2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

2.2 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว

2.3 ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว

2.4 ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว

2.5 ขอบข่ายของการพัฒนากิจกรรมแนะแนว

2.6 การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว

2.7 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว

2.8 วัตถุประสงค์ของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

2.9.1 งานวิจัยภายในประเทศ

2.9.2 งานวิจัยต่างประเทศ

3. ผู้ที่กระทำผิดซ้ำ

3.1 ความหมาย วัตถุประสงค์และสาเหตุที่เกี่ยวกับการกระทำผิดซ้ำ

3.1.1 ความหมายเกี่ยวกับการกระทำผิดซ้ำ

3.1.2 วัตถุประสงค์ของการลงโทษผู้กระทำผิด

3.1.3 สาเหตุของการกระทำผิดซ้ำ

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำ

3.2.1 งานวิจัยภายในประเทศ

3.2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

1.1 ความหมายของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

สตอลทซ์ (Stoltz, 1997, น.6-7) ให้ความหมายของคำว่า ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคหรือ AQ คือ โครงสร้างกรอบแนวคิดใหม่ ที่เป็นเครื่องวัดและประเมินการตอบสนองต่อวิกฤติ โดยชุดเครื่องมือที่มีพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ที่จะช่วยปรับปรุงการตอบสนองต่อภาวะวิกฤติเป็นสิ่งที่สามารถบอกได้ว่าคุณมีความสามารถทนทานต่อปัญหาอุปสรรคได้ดีแค่ไหน สามารถทำนายได้ว่า คุณจะก้าวผ่านปัญหาอุปสรรคได้หรือพ่ายแพ้ต่อมัน สามารถทำนายได้ว่า คุณจะบรรลุเป้าหมายได้เกินความคาดหมายหรือไม่สามารถทำได้เลย สามารถทำนายได้ว่า คุณจะยอมแพ้หรือชนะต่อปัญหาอุปสรรคนั้น เพื่อให้เกิดความสำเร็จในชีวิตการทำงาน และชีวิตของคุณเอง

คันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2544, น.103) ให้ความหมายของคำว่า ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค หรือ AQ คือ รูปแบบปฏิกิริยาตอบสนองหรือพฤติกรรมของคนๆนั้น ซึ่งเป็นกลไกของสมองที่เกิดจาก โยประสาทต่างๆ ที่ถูกสร้างขึ้น ผักผ่อนขึ้น เป็นการตอบสนองอัตโนมัติจากส่วนลึกที่สุดของสมอง ต่อปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้น อาจเป็นปัญหาเล็กน้อย ปานกลางหรือปัญหาใหญ่โตในชีวิต ซึ่งสามารถที่จะพัฒนาและฝึกฝนปรับปรุงได้ไม่ว่าอายุเท่าใด และเริ่มต้นที่จุดใดก็ตาม จะช่วยทำให้บุคคลนั้นมีรูปแบบการจัดการกับปัญหาสามารถเข้าใจและรู้จักคน แก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ

ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ (2551, น.23) ให้ความหมายของคำว่า ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค หรือ AQ คือ ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค และความยากลำบาก หรือความฉลาดในการฟื้นฝ่าวิกฤติ ซึ่งถือเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการประสบความสำเร็จในชีวิต

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552, น.6-7) ให้ความหมายของคำว่า ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค หรือ AQ คือ ความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคด้วยเจตคติในทางบวก มีสติ มีความรับผิดชอบและหาแนวทางแก้ไขปัญหาคด้วยความมุ่งมั่น อดทน จนสามารถฝ่าฟันและเอาชนะปัญหาได้ หรือ เป็นความสามารถในการเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นความสำเร็จ

สมชาติ กิจยรรยง (2554, น.71) ให้ความหมายของคำว่า ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค หรือ AQ คือ ความฉลาดทางการรักความก้าวหน้า ที่เป็นแรงสำคัญในการกระตุ้นให้ผู้นั้นทำงานอย่างจริงจังทุ่มเท เพื่อความก้าวหน้า

วิทยา นาควิษระ (2557,น.123) ให้ความหมายของคำว่า ความสามารถในการฟื้น ฝ่าปัญหาอุปสรรคหรือ AQ คือ ความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค มีความอดทนเมื่อมีอุปสรรค และสามารถฝ่าฟันอุปสรรคได้อย่างคนมีกำลังใจและมีความหวังอยู่เสมอ

จากความหมายดังกล่าว สรุปได้ว่า ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค คือ ความสามารถในการเอาชนะปัญหาอุปสรรคของตน อย่างอดทนและไม่ย่อท้อ สามารถเปลี่ยน ปัญหาอุปสรรคให้เป็น โอกาสที่ได้พัฒนาตนให้ดียิ่งขึ้น เพื่อความสำเร็จของเป้าหมายในชีวิต

1.2 ความสำคัญของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

Stoltz (1997, PP.8-9) ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค นอกจากตัว บุคคลแล้ว สามารถนำมาใช้ในการส่งเสริมได้อย่างมีประสิทธิภาพ กับการทำงานเป็นทีม ในเรื่องของ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ครอบครัว องค์กร ชุมชน วัฒนธรรม และสังคม และยังใช้ทำนาย ความสำเร็จได้ถึง 17 ประการ คือ 1) ผลการปฏิบัติงาน (Performance) 2) สุขภาพทางอารมณ์ (Emotional health) 3) แรงจูงใจ (Motivation) 4) สุขภาพทางกาย (Physical health) 5) การมีอำนาจ (Empowerment) 6) ความมั่นคง (Persistence) 7) ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) 8) เจตคติ (Resilience) 9) การมีผลิตผล (Productivity) 10) การปรับปรุงตนเองตลอดเวลา (Improvement over time) 11) การเรียนรู้ (Learning) 12) ความสามารถในการฟื้นตัว (Attitude) 13) พลังงาน (Energy) 14) การมีอายุยืน (Longevity) 15) ความหวัง (Hope) 16) การตอบโต้ต่อการเปลี่ยนแปลง (Response to change) และ 17) ความสุข ความเข้มแข็งและความสนุกสนาน (Happiness, vitality and joy) ซึ่ง จะเห็นได้ว่า ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค สามารถทำให้เราแข็งแกร่งขึ้นในฐานะผู้นำและ สามารถทำให้คนที่เรานำมีประสิทธิภาพขึ้นตามไปด้วย

จากการศึกษาความสำคัญของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ดังกล่าว จึงสรุปว่านอกจากใช้ในการส่งเสริมตนเองแล้วยังใช้พัฒนาผู้อื่นให้มีประสิทธิภาพ การร่วมกัน ทำงานเป็นทีม มีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ครอบครัว องค์กร ชุมชน วัฒนธรรม และสังคม ซึ่งทำ ให้เกิดความแข็งแกร่งในหลายๆด้าน

1.3 การแบ่งประเภทของบุคคล

Stoltz (1997,น. 13-27) ได้กล่าวว่า คนเกิดมาพร้อมกับ สัญชาตญาณ ซึ่งเป็นแรงขับ สำคัญภายในตัวเรา ที่วิ่งแข่งกับเวลาอันแสนสั้น เพื่อการขับเคลื่อนจุดประสงค์ในชีวิตให้ก้าวไป ข้างหน้า ไม่ว่าจะเป้าหมายจะเป็นอะไร หรือการทำฝันให้เป็นจริง เพื่อให้ได้มาซึ่งความสำเร็จในชีวิต ซึ่งคนที่ประสบความสำเร็จได้จะรับรู้ถึงแรงผลักดันในการต่อสู้ดิ้นรน การทุ่มเทพลังใหม่ๆที่ค้นพบ เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายและสิ่งที่สำคัญในชีวิต โดยแบ่งตามเกณฑ์การตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่าง กัน ผลที่ได้คือ ความสุข ความสำเร็จที่แตกต่างกัน จึงแบ่งประเภทของบุคคลว่ามี 3 ระดับดังตาราง

ตารางที่ 2.1 ตารางแบ่งประเภทของบุคคล

ประเภท แบ่งตาม	คนไม่สู้ (Quitter)	นักตั้งแคมป์ (Camper)	นักปีนเขา (Climber)
ลักษณะ	- ระวังการปีนขึ้นที่สูง - ปฏิเสธโอกาสที่ถูกหยิบยื่น - ระวังสัญชาตญาณที่ ต้องการความก้าวหน้า	- เมื่อปีนจนเหนื่อยก็จะหาที่ สบายและปลอดภัยเพื่อ ปักหลักไม่ไปต่อ - มีความพยายามเผชิญวิกฤต อยู่บ้าง - มองความสำเร็จเป็น ปลายทาง	- หุ่นเทลลอคชีวิต ไม่หยุด แค่นั้น แสวงหาที่จะปีน ต่อไป - ไม่คำนึงถึง ข้อได้เปรียบ เสียเปรียบ ความ โชคดี หรือ โชคร้าย - เป็นผู้ทรงพลังและนักคิด ที่ว่าทุกสิ่งเป็นไปได้
รูปแบบชีวิต	- ชอบประนีประนอม - ระวังความฝัน - เลือกทางราบรื่นและง่าย - ชีวิตจึงพบวิกฤต ขึ้นขม กอดัน ต่อต้านสังคม	- พอใจที่จะเสียสละเพื่อ แลกเปลี่ยนสิ่งที่สามารถ เป็นไปได้กับสิ่งที่เป็นอย่าง - ชอบความสะดวกสบาย มากกว่าความก้าวหน้า	- มีความศรัทธาและความ เชื่อว่า เขาสามารถทำให้ สำเร็จได้ไม่ว่าอะไรก็ตาม ภายใต้คำว่า “พยายาม” - สามารถกำจัดวิกฤต ได้
การทำงาน	- ทำผ่านๆ ไปไม่สร้างสรรค์ - หลีกเลียงความท้าทาย - คุณภาพงานต่ำ	- มีการริเริ่มบ้าง มีความ พยายาม แต่ทำเท่าที่จำเป็น สร้างผลงานที่ดี เพื่อไม่ให้ ถูกไล่ออก	- มีแรงจูงใจ อ้าแขนรับ ความท้าทาย มีวิสัยทัศน์ หุ้มนเท เพื่อที่จะเติบโตขึ้น และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ
ความสัมพันธ์	- ชอบอยู่อย่าง โดดเดี่ยว - มีเพื่อนแท้ไม่กี่คน	- แสวงหาการมีปฏิสัมพันธ์ ที่ประสบความสำเร็จ - เลี่ยงต่อการผูกมัด ซึ่งผลลัพธ์ ที่ได้ อาจเจ็บปวด จึงเปิด โอกาสเพียงเล็กน้อย	- ยินดีที่จะผูกพันอย่าง ลึกซึ้ง ในรูปแบบของ ความรักไม่กลัวความ เจ็บปวดเพราะเขาอาจพบ แต่ความสุขก็ได้
การเปลี่ยนแปลง	- ต่อต้านการเปลี่ยนแปลง - ทำลายโอกาสที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสำเร็จ - หลีกเลียงและหลีกหนี	- มีขอบเขตจำกัดสำหรับ การเปลี่ยนแปลง - ยอมรับในเรื่องที่สำคัญ และจำเป็นเท่านั้น - ขาดแรงบันดาลใจที่จะเข้า ร่วมแต่อาจยอมรับ หากไม่ กระทบกับชีวิตมากนัก หรืออาจคัดค้านอย่างลับๆ	- เต็มใจที่จะเผชิญ ไม่ว่า จะต้องบากบั่นหรือ เหนื่อยแค่ไหน - เขาเชื่อว่าเป็นสิ่งที่ไม่ สามารถหลีกเลียงได้ พร้อมที่จะปรับตัว

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ประเภท แบ่งตาม	คนไม่สู้ (Quitter)	นักตั้งแคมป์ (Camper)	นักปีนเขา (Climber)
ภาษา	-จะแสดงถึง การแก้ตัว ไม่เข้าร่วม เช่น “ไม่คุ้มหรอก” “ทำไม่ได้” “เป็นเรื่องโง่ๆ” “ใครสน” เป็นต้น	- ใช้คำพูดประนีประนอมว่าทำไม่ต้องหลีกเลี่ยง เช่น “ดีพอแล้วละ” “มันอาจจะแย่กว่านี้นะ” “จำได้ไหม ตอนที่...”	-แสดงถึงความเป็นไปได้ และสิ่งที่สามารถทำได้ และวิธีทำ เช่น “ทำให้ดีที่สุด” “อย่าท้อนะ” “ต้องมีหนทาง” “เราทำได้”
การอุทิศตน	-ไม่มีวิสัยทัศน์และศรัทธาในอนาคต จึงไม่มีความเสียสละ	-ไม่สามารถบรรลุศักยภาพที่แท้จริงของตนได้ จึงถือว่าขาดการเสียสละ	-มีความเสียสละตนเอง ตลอดเวลาแห่งการเรียนรู้และพัฒนา
ความสามารถ	-จัดเป็นคนไร้ศักยภาพหรืออาจมีเพียงน้อยนิด แต่เราสามารถช่วยเหลือให้เขาได้ ปีนขึ้นสูง และจุดประกายใหม่ขึ้นอีกครั้งได้	-เป็นคนที่ผ่านมาวิกฤตมากมาย แต่ล้มเลิกที่จะทำให้สำเร็จ เพราะมีความทันทานในขอบเขตจำกัด จึงเลือกรับผลตอบแทนที่คุ้มค่ามากกว่าความสำเร็จ	-เป็นคนพิเศษหูหนวกกับวิกฤตอยู่เสมอ มีพลังในตัว เสียสละ และทุ่มเท อย่างไม่มีที่สิ้นสุด เพราะเขาเข้าใจว่าวิกฤตเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต

สันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2544, น.105-107) ได้กล่าวถึง มนุษย์มีอยู่ 3 ประเภท เหมือนกัน คือ Quitter, Camper และ Climber แต่ให้คำนิยามดังนี้ Quitter คือ ผู้ยอมแพ้ เปรียบเหมือนผู้ที่เกษียณงานแล้ว เมื่อเจอปัญหา ไม่แก้ปัญหาล้มเลิกง่ายๆ ซึ่งคนกลุ่มนี้มักซึมเศร้า หดหู่ มองโลกแง่ร้าย ชอบอิจฉาผู้ที่มีความสำเร็จ และมองว่าไม่ยุติธรรม แต่ไม่โทษว่าตัวเองมีโอกาสแต่ไม่ทำ Camper คือ ผู้รักสบายกลางทาง เปรียบเหมือนผู้ที่ทำงานตามหน้าที่ มีความรับผิดชอบ ทำงานได้เป็นผลดี แต่ไม่พยายาม ไม่เสียสละ ที่จะก้าวต่อเพื่อความก้าวหน้า รู้สึกพอใจเท่านั้น ทั้งที่มีพลังและความสามารถมากกว่านั้น Climber คือ ผู้ชอบท้าทาย เปรียบเหมือนผู้ที่ทำงานมาได้ระดับหนึ่ง จะเสียสละทุ่มเททำงานให้ก้าวหน้าไปเรื่อยๆ ไม่ยอมหยุดนิ่ง ชอบสร้างงาน มีความคิดสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆเสมอ

สมชาติ กิจจรวยง (2554, น.70) ได้กล่าวถึง Climbers หรือพวกปีนป่าย ว่าเป็นกลุ่มที่แสวงหาเรื่องที่ทำทลายความสามารถ เช่นคนที่ต้องการค่าคอมมิชชั่น คนพวกนี้จะพยายามฟันฝ่าอุปสรรคขึ้นไปจนถึงจุดสูงสุด ส่วน Camper หรือพวกนักแคมป์ มีอยู่ประมาณ 80% ของคนทั่วไป พวกนี้ไม่ละทิ้งความสะดวกสบายเพื่ออะไรที่ยิ่งใหญ่กว่าปัจจุบัน มักทำเท่าที่พอกับความสามารถ

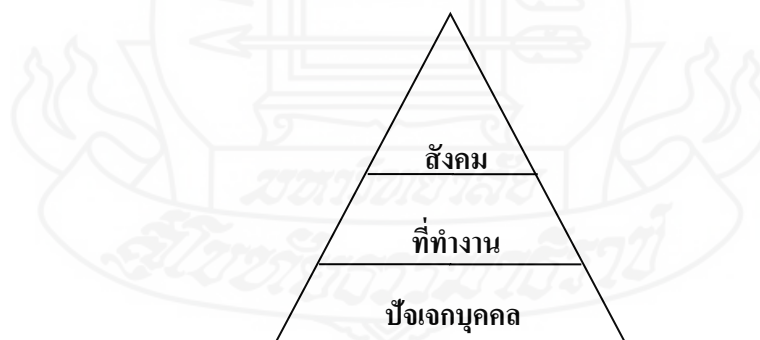
ของตน และ Quitter หรือพวกที่ไม่ยอมเสี่ยง ไม่มีความพยายามทำอะไรทั้งสิ้น ละทิ้งความฝัน เลือกลง
ทำสิ่งง่ายๆแม้ว่าทำไปแล้วดีแต่ก็ไม่ทำ

วิทยา นาควัชระ (2557, น.127-129) ได้กล่าวถึง การแบ่งชนิดของมนุษย์ โดย
เปรียบเทียบกับคนที่ปีนป่าภูเขา แบ่งเป็น 3 ชนิดคือ ชนิดแรก พวกยอมแพ้ง่าย เพราะแค่เริ่มก็บ่น
เหนื่อย ยอมแพ้ ยิ่งเห็นว่าสูงยิ่งท้อใจ คนพวกนี้ไม่กระตือรือร้น ขี้เกียจเสมอ ไม่มีมนุษยสัมพันธ์
ชอบอ้าง มีชีวิตไปวันๆ ชนิดที่ 2 พวกตั้งค่ายพัก ไปได้เหนื่อยท้อ เหนื่อย มีแรงบันดาลใจน้อย ลังเล
เลื่อนๆไขว่มา มีข้อจำกัด มักหยุดหรือถอยกลางคัน หาเหตุผลเพื่อหลบเลี่ยงเสมอ มักทำเพื่อสิ่งที่ต้องการ
แต่ไม่ลุยให้สุดๆ ชนิดที่ 3 พวกคนปีนเขา ยิ่งสูง ยิ่งเสี่ยง ยิ่งตื่นเต้น ทำทายเป็นพวกที่มีความเป็น
ผู้นำ มีวิสัยทัศน์กว้างไกล มีแรงบันดาลใจสูง มีสัมพันธภาพกับคนทุกระดับ กล้าเผชิญไม่ยอมแพ้ มี
กำลังใจเสมอ

จากการแบ่งประเภทของบุคคล ดังกล่าวจึงสรุปได้ว่า มีการแบ่งคนออกเป็น สาม
ประเภท คือ คนที่ท้อแท้ ไม่มีความพยายามในการทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จ คนที่ใช้ชีวิต
สบายๆ มีความพยายามทำให้ตนเองสบายแล้วพึงพอใจแค่นั้น และคนที่ชอบแข่งขัน มีความ
พยายามในทุกเรื่องไม่ดูถอย ชอบความท้าทาย

1.4 การแบ่งประเภทของอุปสรรคความยากลำบากในชีวิต

Stoltz (1997, PP.38-43) ได้นำเสนอว่า อุปสรรคความยากลำบากในชีวิต หรือ
วิกฤติของบุคคลสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ระดับ ดังภาพที่ 2.1



ภาพที่ 2.1 แสดงประเภทของอุปสรรคความยากลำบาก

ที่มา: Stoltz (1997, PP.39)

จากภาพที่ 2.1 Stoltz (1997) โดยเริ่มจากบนลงล่างคือ สังคม ที่ทำงาน และตัวเราเองคือ ปังเจกบุคคล อธิบายได้ว่า ภาระที่สั่งสมวิกฤติทางสังคม ที่ทำงาน และการเผชิญปัญหาอุปสรรคที่ทุกคนจะต้องเผชิญตลอดชีวิตนั้น ได้กระจายอยู่รอบตัวจนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต และไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ แต่เราสามารถเลือกที่จะเปลี่ยนแปลงได้โดยพิจารณาจากสภาพแวดล้อมต่างๆ

1. วิกฤติทางสังคม คือความกังวลใจต่อความมั่นคงทางเศรษฐกิจที่ผันแปรอย่างรวดเร็ว ความหวาดกลัวต่ออาชญากรรมที่มีมากขึ้น ความเสื่อมทางศีลธรรม บ้านที่ไม่ใช่บ้าน ความศรัทธาต่อระบบการศึกษา การทำลายสิ่งแวดล้อมอย่างมากมาย

2. วิกฤติการทำงาน คือ ความไม่มั่นคงด้านอาชีพการงาน จากการปรับระบบการจัดการใหม่ การปรับระบบโครงสร้างพื้นฐานองค์กรใหม่ ปรับขนาดให้เหมาะสม ปรับขนาดให้เล็กลง การฟื้นฟูใหม่ และการกระจายอำนาจ ส่งผลให้คนทำงานต้องดิ้นรน เพื่อเพิ่มความรู้ ทักษะของตนเองอยู่ตลอดเวลา แต่รายได้กลับน้อยลงทั้งที่ต้องทำงานมากขึ้น

3. วิกฤติปัจเจกบุคคล คือ คุณจะต้องแบกรับผลกระทบสะสมของวิกฤติทั้ง 3 นี้ เริ่มจากวิกฤติทางสังคม สู่วิกฤติการทำงาน และมาถึงวิกฤติส่วนบุคคล แต่การที่จะทำให้วิกฤติเปลี่ยนแปลงไปและยังสามารถควบคุมได้ เกิดจากความสามารถของตัวคุณที่จะสร้างความแตกต่างได้ ไม่จำเป็นที่ต้องมีชีวิตตาม “ชะตากรรม” เพียงแต่คุณไม่ละทิ้งความพยายาม

จากการแบ่งประเภทวิกฤติของบุคคลสรุปว่า สามารถแบ่งออกเป็น 3 ระดับ เริ่มจากวิกฤติส่วนรวมคือวิกฤติของสังคม เกี่ยวกับเศรษฐกิจ อาชญากรรม ความเสื่อมทางศีลธรรม บ้าน การศึกษา และสิ่งแวดล้อมที่ผันแปรอย่างรวดเร็ว รุนแรง วิกฤติต่อมาคือ วิกฤติที่ทำงานเกี่ยวกับความมั่นคงในหน้าที่การงาน และสุดท้ายวิกฤติส่วนบุคคล คือความสามารถของคนแต่ละคนที่ต้องแบกรับหน้าที่ทางสังคมและการเปลี่ยนแปลงต่างๆที่มากกระทบด้วยความพยายาม

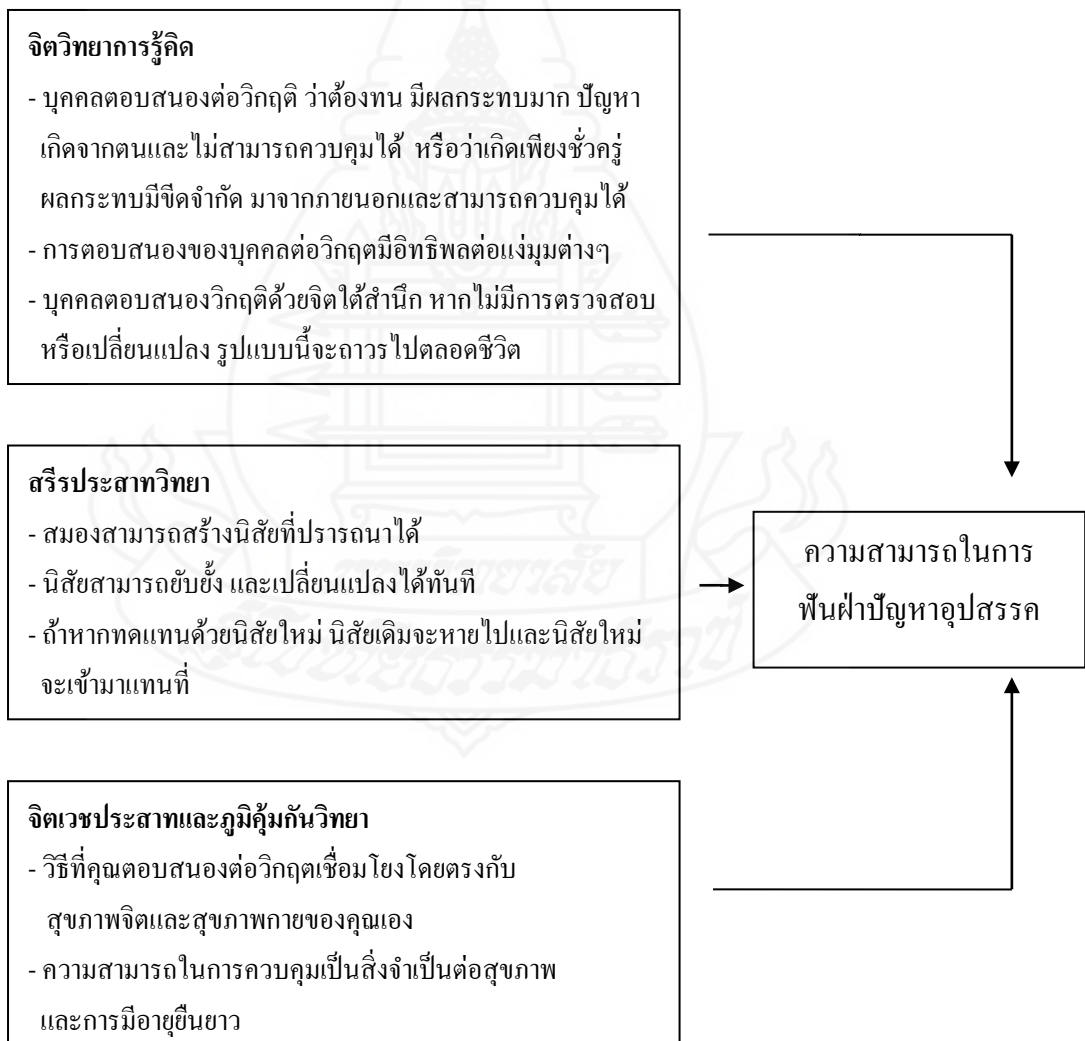
1.5 แนวคิดของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

Stoltz (1997, PP.6-7) กล่าวว่า ความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคเป็นแนวคิดที่ผ่านการขัดเกลา ถูกสร้างขึ้นจาก ฐานงานวิจัยทั่วโลก ประกอบด้วยศาสตร์ความรู้ที่สำคัญ 3 แขนง คือ

1. จิตวิทยาการรู้คิด(Cognitive Psychology) ประกอบไปด้วย ทฤษฎีการเรียนรู้ การรู้ความสามารถ ซึ่งการรู้ความสามารถเป็นพฤติกรรมที่ทำลายแรงจูงใจในการกระทำอย่างแท้จริง ทำให้สูญเสียการควบคุมวิกฤติการณ์ ,ทฤษฎีการให้เหตุผล ในรูปแบบการอธิบายและมองโลกในแง่ดี ,ความแกร่งและความสามารถในการทนทานต่อวิกฤติ ซึ่งใช้ทำนายสุขภาพได้ ,การฟื้นตัวสู่สภาพเดิมหรือความยืดหยุ่น ,ประสิทธิผลในตนเองต่อวิถีแห่งความควบคุม

2. จิตเวชประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา(Psychoneuroimmunology) ผู้เชี่ยวชาญแห่งศาสตร์นี้ พบว่า สารเคมีในสมอง ที่ทำหน้าที่ดูแลการป้องกันร่างกายของเรา ทำหน้าที่กำหนดความสัมพันธ์ระหว่างความคิดและความรู้สึกร่างกายของเรา กล่าวคือสารเคมีเป็นสื่อนำอารมณ์มนุษย์มีอิทธิพลโดยตรงกับสุขภาพร่างกายของเรา

3. สรีรประสาทวิทยา (Neurophysiology) หรือศาสตร์แห่งสมอง การเรียนรู้เกิดนอกส่วนของจิตรู้สำนึกด้านนอกของสมองส่วนซีรีบริล คอร์เท็กซ์ คุณตระหนักรู้ในสิ่งที่你做เมื่อเวลาผ่านไป หากเราได้คิดหรือกระทำเรื่องเดิมซ้ำๆ นั้นจะย้ายเข้ามาอยู่ในจิตใต้สำนึก พื้นที่ด้านในสมองที่เรียกว่า บาซัล แกนเกลีย และหากเราทำบ่อยมากขึ้นจะกลายเป็น “นิสัย” จึงเทียบได้ว่าเรามีช่องทางเฉพาะสำหรับนิสัย การริเริ่มสร้างเส้นทางเดินประสาทใหม่ๆ หรือนิสัยใหม่ๆ สามารถเกิดขึ้นได้ทันที ดังภาพที่ 2.2



ภาพที่ 2.2 แสดงศาสตร์ความรู้ทั้ง 3 ที่สามารถอธิบายความสามารถในการฟื้นฝ่า ปัญหาอุปสรรค

ที่มา: Stoltz (1997, PP.83)

จากการศึกษาแนวคิดของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ดังกล่าวจึงสรุปว่าประกอบด้วยศาสตร์ความรู้ทั้ง 3 คือ จิตวิทยาการรู้คิด จิตเวชประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา สรีร-ประสาทวิทยา ที่ประกอบกันให้เกิดความตระหนักรู้ในตนเอง ผู้การสร้างเสริมนิสัยใหม่ๆที่ดี เพื่อการมีสุขภาพกายและจิตที่ยืนยาว

1.6 องค์ประกอบของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

Stoltz (1997, PP.106-115) ได้เสนอองค์ประกอบความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ว่ามีทั้งหมด 4 องค์ประกอบ คือ CO₂RE ซึ่งสามารถแสดงให้เห็นถึงระดับของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคของบุคคลได้เป็นอย่างดี ว่าอะไรคือจุดอ่อนที่ต้องปรับปรุง และอะไรคือจุดแข็งที่ควรคงไว้

องค์ประกอบที่ 1 C = Control หรือ ความสามารถในการควบคุม หมายถึง ระดับการรับรู้ได้ถึงความสามารถในการควบคุมเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตตนเอง การควบคุมทำให้เกิดการมีอำนาจแก่ตนเอง การมีอิทธิพลโดยตรง และส่งผลกระทบต่อมิติด้านอื่นด้วย ความสามารถในการควบคุม เริ่มจากการรับรู้ว่สิ่งต่างๆสามารถเกิดขึ้นได้

ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในด้านนี้สูง จะสามารถตัดสินใจได้ว่าควรปฏิบัติอย่างไรที่จะควบคุมตนเองให้ผ่านพ้นเหตุการณ์ อุปสรรค ความยากลำบาก เป็นผู้มีความคิดเชิงรุก ไม่ย่อท้อหรือล้มเลิก มีความกระฉับกระเฉง พยายามหาทางออกให้กับอุปสรรคที่ประสบอยู่เสมอ และกระทำการอย่างรวดเร็วในการแสวงหาหนทางแก้ไขปัญหา

ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค มิติด้านความสามารถในการควบคุมต่ำ จะรับรู้ว่ตนเองไม่มีศักยภาพ ความสามารถ พลังอำนาจ ในการกระทำเพื่อป้องกัน หรือนิยามปัญหา หมดความกระตือรือร้นในการต่อสู้กับปัญหา เพิกเฉย เย็นชา พลังความรู้สึกลงในการเปลี่ยนแปลงสถานการณ์มีต่ำ เกิดความเหนื่อยหน่าย อ่อนล้าเกินความจำเป็นจากปัญหาที่เกิดขึ้นหรือเหตุการณ์ไม่ปกติไปจากชีวิตประจำวัน นำไปสู่การล้มเลิกความตั้งใจในการแก้ไขปัญหา

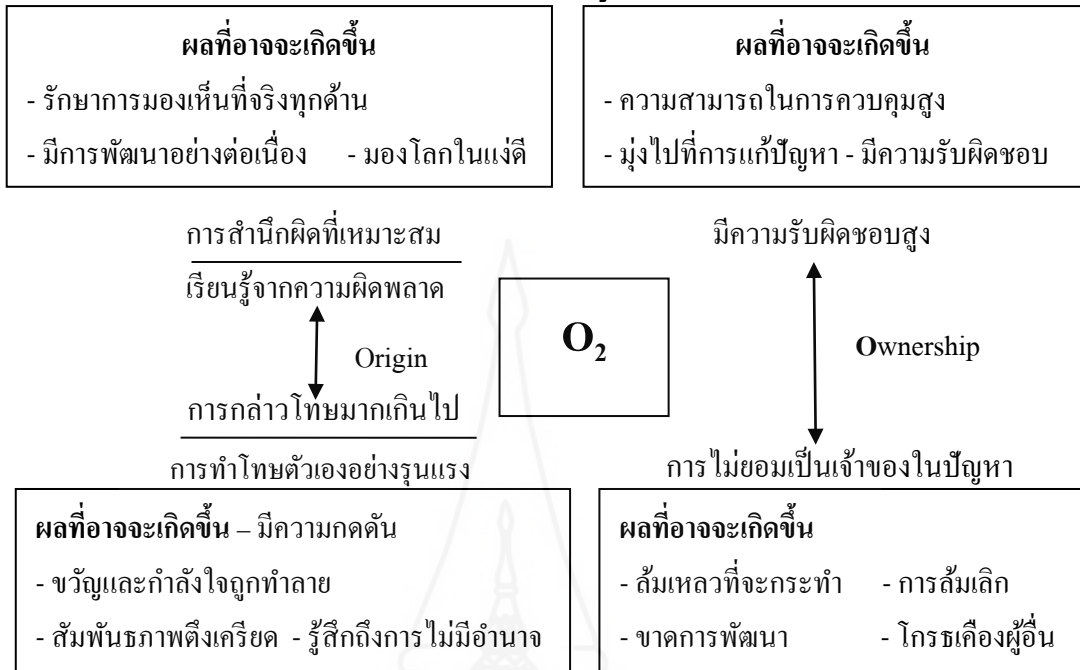
องค์ประกอบที่ 2 $O_2 = \text{Origin}$ หรือ การรับรู้ถึงจุดเริ่มต้นของปัญหา และ Ownership หรือ การแสดงรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเอง Origin หรือ การรับรู้ถึงจุดเริ่มต้นของปัญหา หมายถึง การที่เราคิด วิเคราะห์ จุดเริ่มต้นของการเกิดปัญหาหรืออุปสรรคนั้น ไม่กล่าวโทษตัวเองจนเกินความจำเป็น เมื่อเกิดเหตุการณ์ร้ายแรง มีความพอเหมาะและถูกต้องในการกล่าวโทษตนเอง นำไปสู่การประเมินในสิ่งที่ทำ และสิ่งใดที่ควรปรับปรุง เป็นพื้นฐานในการพัฒนาตนเอง รักษาความหวังและพลังในการแก้ไขปัญหาคต่อไป

Ownership หรือ การแสดงรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเอง หมายถึง การที่เรามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา ตระหนักผู้ได้ถึงความเป็นเจ้าของปัญหา แสดงความรับผิดชอบต่อปัญหาอย่างเหมาะสม ไม่ผลักภาระปัญหาให้ผู้อื่น หรือรับผิดชอบต่อปัญหาของผู้อื่นไว้ที่ตนทั้งหมด

ลักษณะของผู้ที่มีการรับรู้ต้นตอของปัญหาและการรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเองสูง ได้แก่ผู้ที่มีความสามารถในการค้นหาว่าเหตุการณ์หรืออุปสรรค ที่พบมีจุดเริ่มต้น หรือสาเหตุมาจากตนเอง หรือปัจจัยภายนอกที่เกิดจากผู้อื่น สามารถหลีกเลี่ยงการกล่าวโทษตัวเองโดยไม่จำเป็น และยอมรับผิดชอบปัญหาตามที่เป็นจริง การมีอำนาจร่วม การกล่าวโทษตัวเองเฉพาะที่ตนเองกระทำ และการยอมรับความเป็นเจ้าของผลลัพธ์ของปัญหาอุปสรรคมาเป็นของตนเองอย่างเหมาะสม สามารถขับเคลื่อนกระบวนการคิดแก้ไขปัญหา สามารถสะท้อนความสามารถที่จะรู้สึกผิดได้อย่างเหมาะสม และเรียนรู้ความผิดพลาดของตนเอง

ลักษณะของผู้ที่มีการรับรู้ต้นตอของปัญหาและการรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเองต่ำ ผู้นั้นจะเห็นว่าอุปสรรคมีพื้นฐานมาจากความผิดของตนเอง ทำให้เพิ่มระดับความเครียดให้แก่ตนเอง ระดับการคำนึงถึงแต่ตนเอง และเข้าสู่การปิดความรับผิดชอบในการเป็นเจ้าของปัญหา ไม่พยายามเข้าไปมีส่วนร่วมในการรับผิดชอบการทำงาน และนำไปสู่การล้มเลิกในการแก้ไขปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ สามารถเชื่อมโยง การรับรู้ต้นตอของปัญหาและการรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเอง กับความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค ซึ่งส่งผลแก่ตัวบุคคล ดังภาพ 2.3

ระดับ AQ สูง



ระดับ AO ต่ำ

ภาพที่ 2.3 การรับรู้ต้นตอของปัญหาและการรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเองกับความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

ที่มา: Stoltz (1997, PP.115)

องค์ประกอบที่ 3 R = Reach หรือความสามารถในการควบคุมการแพร่กระจายของปัญหา หมายถึง ความสามารถในการควบคุมผลกระทบของปัญหา ให้อยู่ในขอบเขตของปัญหาที่มีผลกระทบ โดยไม่กระทบต่อส่วนอื่น ๆ ในการดำเนินชีวิต พร้อมทั้งระวังและมีสติอยู่เสมอ ไม่หวั่นวิตกต่อปัญหาที่เกิดขึ้นมากเกินไปจนส่งผลกระทบต่อชีวิตในด้านอื่น ๆ

ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการควบคุมผลกระทบที่มีต่อชีวิตสูง จะตอบสนองกับปัญหาอุปสรรค ว่ามีความเป็นเฉพาะเจาะจงของปัญหา และสามารถควบคุมผลกระทบ รู้สึกได้รับอำนาจมากขึ้น และลดความตื่นตระหนก อีกทั้งมีแนวคิดในการแยกพิจารณาปัญหาออกจากชีวิตประจำวัน ลดความยุ่งยาก และสามารถจัดการกับปัญหาได้ง่าย ลดความคับข้องใจทำให้มีประสิทธิภาพในการแก้ปัญหายิ่งขึ้น ผู้ที่มีแนวคิดในการดำเนินชีวิตในแง่บวก ไม่ทำให้ชีวิตชะงักงัน สามารถประกอบกิจการอื่น ๆ ได้ ไม่อยู่กับความทุกข์ การควบคุมผลกระทบยังส่งผลให้บุคคลสามารถรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่นได้ สามารถฟื้นฝ่าอุปสรรคได้อย่างเข้มแข็ง

ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการควบคุมผลกระทบที่มีต่อชีวิตต่ำ จะมีความคิดว่าปัญหา อุปสรรคที่ประสบส่งผลกระทบต่อชีวิต ทำลายทุกสิ่งทุกอย่าง ชีวิตดำรงอยู่บนความทุกข์จะส่งผลให้ท้อแท้ใจ เหนื่อยหน่าย ทำให้คุณต้องการพลังงาน ที่เพิ่มขึ้นในการทำสิ่งที่ถูกต้องบิดเบือนภาพของปัญหาอุปสรรคให้ดูรุนแรง และทำให้เป็นผู้ไร้ความสามารถในการหาหนทางแก้ไขปัญหาที่จำเป็น

องค์ประกอบที่ 4 E = Endurance หรือ ความอดทนต่อปัญหา หมายถึง การรับรู้ถึงความคงอยู่ของปัญหาและการรับมือกับปัญหา เมื่อเกิดขึ้นอีกครั้ง และความพยายามจัดปัญหาอย่างถูกวิธี มองโลกในแง่ดี สามารถมองปัญหาว่าเป็นสิ่งชั่วคราว แก้ไขได้ และจะผ่านพ้นไปได้ สามารถจัดปัญหาให้หมดไปอย่างถูกวิธี

ลักษณะของผู้ที่มีองค์ประกอบ ด้านความอดทนต่อปัญหาสูง ได้แก่ เป็นผู้ที่มีมองโลกในแง่ดี เห็นภาพความสำเร็จของตนเอง ได้ยาวนาน และมองอุปสรรคเป็นสิ่งที่ไม่ถาวร ส่งผลให้ผู้นั้นสามารถแก้ไขปัญหาคิดดี สุขภาพจิตดี และมีแนวโน้มตามธรรมชาติให้การเห็นทางออกจากปัญหาเสมอ มีความแข็งแกร่ง เพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหานั้นในขณะที่อยู่ในภาวะท้าทายที่สุด

ลักษณะของผู้ที่มีความอดทนต่อปัญหาต่ำ จะเป็นผู้ที่มีมองโลกในแง่ร้าย เห็นว่าสาเหตุของปัญหา อุปสรรค สิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้น จะคงอยู่ตลอดไป และเหตุการณ์ที่ดีจะผ่านพ้นไปอย่างรวดเร็ว เป็นการตอบสนองของผู้ที่สร้างความรู้สึกรู้ความสามารถ และการสูญเสีย ความหวังของตนเอง ส่งผลให้แก้ปัญหาคิดน้อยลง เพราะคิดว่าปัญหานั้นจะคงอยู่ถาวร

จากการศึกษาองค์ประกอบความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค มีทั้งหมด 4 องค์ประกอบ คือ C = Control หรือ ความสามารถในการควบคุม O₂ = Origin หรือ การรับรู้ถึงจุดเริ่มต้นของปัญหา และOwnership หรือ การแสดงรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเอง R = Reach หรือความสามารถในการควบคุมการแพร่กระจายของปัญหา และ E = Endurance หรือ ความอดทนต่อปัญหา รวมกันเป็น CO₂RE

1.7 เทคนิคในการพัฒนาความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

Stoltz (1997, PP.203-209) เสนอแนะวิธีการพัฒนาที่เรียกว่า “The LEAD Sequence” ดังนี้

L= Listen to your adversity response เป็นการฝึกทักษะ การรับรู้ การได้ยิน การมองเห็นและตรวจจับภาวะความทุกข์ยาก สามารถประเมิน ได้อย่างรวดเร็วและตอบสนองหรือตอบโต้ต่อภาวะวิกฤติได้เป็นอย่างดี

E= Explore all origin and your ownership of the result เป็นการสำรวจว่าสิ่งใดคือสาเหตุดั้งเดิมของอุปสรรคนั้น ระบุให้ชัดเจนว่าต้องทำอะไรเพื่อให้สถานการณ์ดีขึ้น และสาเหตุดังกล่าวมีส่วนใดที่อยู่ในความรับผิดชอบของเรา และสิ่งใดที่อยู่นอกเหนือความรับผิดชอบการตัดสินใจของเรา

A= Analyze the evidence คือการวิเคราะห์ให้เกิดความชัดเจน โดยการหาหลักฐานหรือภาวะแวดล้อมมาสนับสนุนว่าสิ่งที่ยู่นอกเหนือการควบคุมจริงๆมีอะไรบ้าง ทำอย่างไรที่จะไม่ทำให้ปัญหาอยู่กับเรานานเกินควร พร้อมวิเคราะห์ความเป็นไปได้ในการแก้ไขและเพิ่มศักยภาพตนเอง

D= Do something เป็นการเลือกวิธีการ ลงมือดำเนินการเพื่อให้อุปสรรคอยู่กับเราในระยะเวลาน้อยที่สุด ด้วยการหาข้อมูลที่เป็นเพิ่มเติมและหาวิธีควบคุมไม่ให้อุปสรรคเข้ามามีบทบาทในชีวิต

ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ (2551, น.23) เสนอแนะวิธีการพัฒนาที่เรียกว่า “ADVERSITY” ดังนี้

A= Activating Event การนึกถึงเหตุการณ์วิกฤติที่เกิดขึ้น

D= Degree of Adversity การประเมินความรุนแรงของปัญหาและวิกฤติ เพื่อความแรงใจในการที่จะแก้ปัญหา

V= Verify การตรวจสอบความสามารถในการควบคุมเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น วิธีการให้เหตุผลถึงสาเหตุว่าเกิดจากเราหรือสิ่งแวดล้อม รับผิดชอบต่อการแก้ไขปัญหา ปัญหาลูกกลมแค่ไหนและสามารถแก้ไขได้ทันทีหรือไม่ ผลลัพธ์ของปัญหาเป็นอย่างไร

E= Explain การอธิบายวิธีการตอบโต้ต่อภาวะวิกฤติว่าเป็นแบบใด แบบAQ สูงหรือต่ำ

R= Reassessment การประเมินวิธีการตอบโต้ต่อภาวะวิกฤติ แบบคนAQสูงคือเชื่อว่าสามารถควบคุมเหตุการณ์ได้ เพราะอะไร สาเหตุจากเรารึสิ่งแวดล้อม รับผิดชอบต่อผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ไม่ท้อแท้ ไม่ทำเรื่องเล็กเป็นเรื่องใหญ่ และแก้ไขปัญหาทันที

S= System Thinking for Solution การคิดหาวิธีแก้ไขอย่างเป็นระบบ คือ Control = ควบคุมสถานการณ์ด้วย AQและEQ โดยกำหนดปัญหาให้ชัดเจน Origin=วิเคราะห์สาเหตุ Ownership=ความรับผิดชอบต่อวิกฤติ กำหนดแนวทางเลือกในการแก้ปัญหา Reach=แยกแยะความกลัวกับความจริงที่เกิดจากผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น Endurance=ไม่ปล่อยให้วิกฤติยึดเยื้อเกินความจำเป็น มองว่าปัญหาเกิดได้ต้องแก้ได้

I= Initiate New Perception of Adversity สร้างกระบวนทัศน์ใหม่ ด้วยการเปลี่ยนมุมมองปัญหา คิดแบบผู้ชนะ เชื่อว่าทุกปัญหาแก้ไขได้แม้จะยากก็ตาม

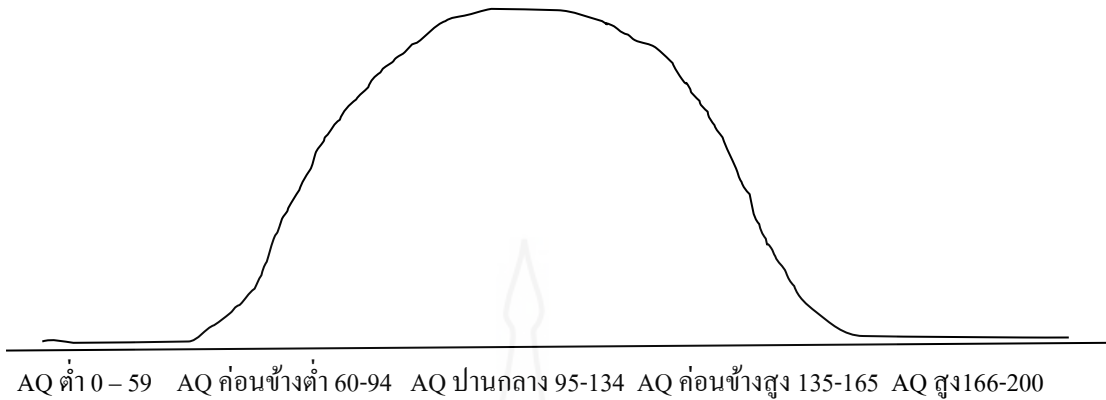
T= Take Immediate Action การลงมือแก้ปัญหาทันทีตาม Systems Thinking คือหาข้อมูลเพิ่มเติม มีสติ ฝึกควบคุมการหายใจ หาวีธีไม่โทษตัวเอง แต่เรียนรู้ที่จะแก้ไข ฝึกวิธีการหาสาเหตุความผิดพลาดจากฝั่งข้างปลา กำหนดว่าเราต้องรับผิดชอบส่วนใด อะไรที่ต้องทำเองและอะไรควรให้คนอื่นช่วย ฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก สร้างตารางเปรียบเทียบระหว่างความกลัวกับความจริง เพื่อกำหนดวิธีการจำกัดความเสียหายของวิกฤติ กำหนดแผนในการแก้ไขปัญหา อะไรก่อนหลัง อะไรที่ต้องทำเองหรือคนอื่นทำ

Y= Yummy for Your Success การยิ้มหรือให้รางวัลกับความสำเร็จในการแก้ปัญหา

จากการศึกษาเทคนิคในการพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค สดอลทซ์ เสนอ The LEAD Sequence ส่วนธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ เสนอ ADVERSITY ซึ่งต่างก็มุ่งเน้นพัฒนาการรับรู้ปัญหาอย่างรวดเร็ว สามารถหาสาเหตุที่แท้จริงได้ แก้ปัญหาอย่างทันทั่วที่ไม่ยึดเชื้อ และรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม

1.8 การวัดและการแปลผลการประเมินความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

Stoltz (1997, น.105-106) ได้นำเสนอแบบทดสอบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค ที่เรียกว่า ARP (The Adversity Response Profile) ได้ใช้ทดสอบบุคคลที่มีความหลากหลายทั้ง อายุ เชื้อชาติวัฒนธรรม แบบทดสอบนี้ใช้ได้โดยตรงกับบุคคลที่มีภูมิหลังหลากหลาย Stoltz ยังได้ศึกษาความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของประชากรกว่า 7,500 คน พบว่า การกระจายของคะแนนของคนส่วนใหญ่อยู่ในระดับกลาง ซึ่งจากการศึกษาในครั้งนี้สามารถนำมาเขียน เป็นแผนภูมิที่มีการกระจายของคะแนนเป็นเส้นโค้ง ระฆังคว่ำ ดังภาพที่ 2.4



ภาพที่ 2.4 ระดับความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคของประชาชนที่มีการกระจายแบบ โคนึงปกติ

ที่มา: Stoltz (1997, PP.105)

การแปลผลคะแนน

Stoltz ได้แบ่งระดับคะแนนไว้ 5 ระดับ ได้เสนอการแปลผลและเปรียบเทียบคะแนน กับลักษณะของบุคคลที่มีความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค แต่ละช่วงไว้ ดังนี้
คะแนน 166 - 200 บุคคลที่มีคะแนนอยู่ในช่วงนี้ สามารถทนทานกับปัญหาอุปสรรคที่ยิ่งใหญ่และยังคงก้าวต่อไปข้างหน้า รวมทั้งฟื้นฝ่าไปสู่จุดมุ่งหมายในชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง

คะแนน 135 - 165 ถ้าคะแนนความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคอยู่ในช่วงนี้ บุคคลจะมีความอดทนปานกลาง เพื่อผ่านพ้นภาวะวิกฤติ และปลดปล่อยศักยภาพของตนเองในสัดส่วนที่ดีที่สามารถเพิ่มประสิทธิผลของตนเองได้

คะแนน 95 - 134 บุคคลดำเนินชีวิตไปอย่างราบเรียบ อาจเจ็บปวดโดยไม่จำเป็นต้องล้มเหลวหรืออาจอดใจจากการสะสมภาวะความคับแค้นใจ หรือวิกฤติของชีวิตไว้

คะแนน 60 - 94 บุคคลมีแนวโน้มที่จะใช้ประโยชน์จากศักยภาพของตนเองไม่เต็มที่ มองว่าปัญหาและอุปสรรคก่อให้เกิดการสูญเสียที่ยิ่งใหญ่และเกินความจำเป็น ซึ่งส่งผลให้เกิดความยากลำบากต่อความพยายามสู่จุดมุ่งหมายของตนเองต่อไป ต้องต่อสู้กับความไร้สามารถของตนเองและความสิ้นหวัง

คะแนน 59 และต่ำกว่า ถ้าระดับความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคของบุคคลตกอยู่ในช่วงของคะแนนนี้ พวกเขาจะทุกข์ทรมาน โดยไม่จำเป็น แรงจูงใจ พลังงาน สุขภาพ

จากการศึกษาการวัดและการแปลผลการประเมินความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค สดอลทซ์ ได้แบ่งคะแนนไว้ 5 ระดับ คือ AQ ต่ำ 0 – 59 AQ ค่อนข้างต่ำ 60-94 AQ ปานกลาง 95-134 AQ ค่อนข้างสูง 135-165 และAQ สูง 166-200

1.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค

1.9.1 งานวิจัยภายในประเทศ

กรรณิการ์ สุขสมัย(2549, บทคัดย่อ)ศึกษาเรื่องการพัฒนามาตรวัดความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค ตามทฤษฎีของสดอลทซ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 พบว่า ข้อคำถามมีความตรงเชิงเนื้อหาทุกข้อ ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามกับมาตรวัดมีค่าตั้งแต่ .27 ถึง .53 และค่าความเที่ยงของมาตรวัดทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ .89 มาตรวัดความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคมีความตรงเชิงโครงสร้างอยู่ในเกณฑ์ดี องค์กรประกอบทั้ง 4 ด้าน และข้อคำถามทั้ง 35 ข้อ ความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ปกติวิสัยของมาตรวัดความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคจำแนกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ผู้ที่มีความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคระดับสูง มีตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์มากกว่า 77.00 ขึ้นไป ผู้ที่มีความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคระดับปานกลาง มีตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ตั้งแต่ 23.01-77.00 และผู้ที่มีความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคระดับต่ำมีตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์น้อยกว่า 23.01ลงมา

อลิสสา มหาสวัสดิ์ (2550, บทคัดย่อ)ศึกษาเรื่องอิทธิพลของปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยชุมชน และความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคของผู้นำชุมชนที่มีต่อการเสริมสร้างพลังในชุมชน:กรณีศึกษา องค์กรบริหารส่วนตำบลในเขตภาคใต้ของประเทศไทย พบว่านายกองค์การบริหารส่วนตำบลมีระดับความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคอยู่ในระดับสูง มีระดับการเสริมสร้างพลังในชุมชนอยู่ในระดับสูง และเมื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเสริมสร้างพลังในชุมชน โดยรวมพบว่าความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคด้านความสามารถในการควบคุม ด้านความสามารถในการควบคุมการแพร่กระจายของปัญหา ด้านความอดทนต่อปัญหาและปัจจัยชุมชน ด้านการมีส่วนร่วมในชุมชนด้านสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อการเสริมสร้างพลังในชุมชน โดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และวาระในการดำรงตำแหน่งมีอิทธิพลต่อการเสริมสร้างพลังในชุมชน โดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และตัวแปรที่พยากรณ์การเสริมสร้างพลังในชุมชนโดยรวมได้ดีที่สุด คือความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคด้านความสามารถในการควบคุม

วรรณพร สธนเสาวภาคย์ (2551, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเชาว์ อารมณ์ ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค และความพึงพอใจในการทำงาน:กรณีศึกษา บริษัท ประกันภัยแห่งหนึ่ง พบว่าพนักงานมีระดับเชาว์อารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับสูง มีระดับ ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับสูง มีระดับความพึงพอใจในการทำงานอยู่ในระดับ ปานกลาง และเชาว์อารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รัตนา ปรีชาสุชาติ (2552, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง ความสามารถในการฟันฝ่า อุปสรรค การสนับสนุนทางสังคม และคุณภาพชีวิตของหญิงที่สามีเสียชีวิตจากสถานการณ์ความ รุนแรงในจังหวัดยะลา พบว่า ระดับความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ระดับการสนับสนุนทาง สังคม และระดับคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับสูง หญิงที่สามีเสียชีวิตจากสถานการณ์ความรุนแรงใน จังหวัดยะลาที่มีอาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ และที่อยู่ปัจจุบันต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคมีความสัมพันธ์ ทางบวกกับคุณภาพชีวิตของหญิงที่สามีเสียชีวิตจากสถานการณ์ความรุนแรงในจังหวัดยะลาอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ของหญิงที่สามีเสียชีวิตจากสถานการณ์ความรุนแรงในจังหวัดยะลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01

ศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน (2552, น.55-57) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฝ่า ฝืน ปัญหาและอุปสรรคสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียน กลุ่มทดลองมีความสามารถในการฝ่าฝืนปัญหาและอุปสรรคสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสรุปได้ว่าชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟัน ฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนสามารถพัฒนาได้ดีกว่ากิจกรรมแนะแนวปกติ

สุปรการ ภักดีงาม(2553, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิง สาเหตุของความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ พบว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักเรียนระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพที่ปรับแก้ มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ดี โดยการ ตรวจสอบจากค่าสถิติไค-สแควร์เท่ากับ 21.35 ที่องศาอิสระ เท่ากับ 39 ค่าความน่าจะเป็น เท่ากับ .99 ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเท่ากับ .99 ตัวแปรทั้งหมดในโมเดลสามารถอธิบายความ แปรปรวนของความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคได้ร้อยละ 39 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อ

ความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ และการอบรมเลี้ยงดู ส่วนตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อม ได้แก่ บุคลิกภาพซึ่งมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านทางความฉลาดทางอารมณ์

ปกาสินี แซ่เตี๋ย (2555, น.72-85) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง กับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหาของหัวหน้าหอผู้ป่วยใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างจำนวน 162 คน มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟ้อุปสรรคอยู่ในระดับสูง มีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงอยู่ในระดับสูง และมีพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหาอยู่ในระดับสูง ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟ้อุปสรรค ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ชนิษฐา ผลงาม (2556, น. 93-103) ศึกษาผลของการฝึกปฏิบัติโปรแกรมการเจริญสติ-สัมปชัญญะเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของพยาบาล โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย พบว่า หลังการทดลองพยาบาลกลุ่มทดลองมีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการทดลองระหว่างกลุ่ม หลังการทดลองพยาบาลกลุ่มทดลองมีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคสูงกว่าพยาบาลกลุ่มควบคุม ที่ดำเนินชีวิตอย่างปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล 3 สัปดาห์ของพยาบาลกลุ่มทดลองความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคไม่แตกต่างกัน

1.9.2 งานวิจัยต่างประเทศ

เซา มิง ลิน (Chao Ming Lin, 2003) ศึกษาผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคในชีวิตและการประกอบอาชีพระหว่างผู้บริหารมหาวิทยาลัยชาวไต้หวันกับผู้บริหารมหาวิทยาลัยทางตะวันตกกลางของสหรัฐอเมริกา โดยเชื่อว่ารูปแบบในการตอบสนองต่ออุปสรรคสืบเนื่องมาจากความแตกต่างทางวัฒนธรรม โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มคือผู้บริหารมหาวิทยาลัยชาวไต้หวันจำนวน 211 คนและผู้บริหารมหาวิทยาลัยทางตะวันตกกลางของสหรัฐอเมริกา จำนวน 124 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบวัดความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค (ARP) ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างชาวไต้หวัน ร้อยละ 60.7 และกลุ่มตัวอย่างชาวอเมริกัน ร้อยละ 46.8 มีความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคอยู่ในระดับสูง และคะแนนความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคโดยรวมระหว่างผู้บริหารมหาวิทยาลัยชาวไต้หวันกับผู้บริหารมหาวิทยาลัยชาวอเมริกัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยผู้บริหารมหาวิทยาลัยชาวไต้หวันมีความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคสูงกว่า และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และผู้บริหารมหาวิทยาลัยชาวไต้หวันมีความสามารถด้านการ
อดทนสูงกว่าผู้บริหารมหาวิทยาลัยชาวอเมริกัน นอกนั้นไม่แตกต่าง

วิลเลียม (Williams, 2003) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้บริหารโรงเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน และศึกษา
ความสัมพันธ์ของความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคระหว่างผู้บริหารโรงเรียนกับครูผู้สอน
รวมถึงความเข้าใจของครูใหญ่ต่ออุปสรรคทางการศึกษา ซึ่งการวิจัยเน้นความสำคัญของผู้บริหาร
โรงเรียนที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ตลอดจนการบริหารงานและความ
ร่วมมือในการทำงานกับครูผู้สอน เป็นการวิจัยแบบย้อนรอย กลุ่มตัวอย่างคือผู้บริหารโรงเรียน
จำนวน 17 คน และครูผู้สอน จำนวน 79 คน จากโรงเรียนในแถบอริโซนา เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบ
วัดความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค (ARP) คะแนนความสามารถในการฟื้นฟูปัญหา
อุปสรรคของผู้บริหารโรงเรียน ถูกนำมาเปรียบเทียบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมาตรฐานของ
นักเรียนที่ผ่านมาแล้วใน 2 ปี ประกอบกับข้อมูลเชิงคุณภาพ ที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้บริหาร
โรงเรียน 5 คน จากผลการศึกษาที่ได้พบว่านักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงในโรงเรียนที่มี
ผู้บริหารโรงเรียนมีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคสูง และการตอบสนองต่ออุปสรรค
ของผู้บริหารโรงเรียนมีผลต่อการบริหารงาน การรับรู้ความมีประสิทธิภาพในตนเองของครูผู้สอน
มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน การค้นพบสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญ เพราะแต่ละบุคคล
ได้เรียนรู้การตอบสนองต่ออุปสรรค จะสามารถเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงตนเอง เป็นการเพิ่ม
ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับอุปสรรคทางการศึกษา และความสามารถในการฟื้นฟูปัญหา
อุปสรรคของผู้บริหารโรงเรียน ความมีประสิทธิภาพในตนเองของครู และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
ของนักเรียน ท้ายสุดส่งผลทำให้โรงเรียนประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น

ดีลอยด์ ทูช (Deloitte Touche, 2005) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่าง
ความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคกับการปฏิบัติงานของพนักงานในบริษัท กลุ่มตัวอย่าง
เป็นพนักงานที่มีประสบการณ์ในการทำงานและอาศัยอยู่ในตอนเหนือของประเทศอังกฤษ จำนวน
124 คน โดยแบ่งเป็น 4 กลุ่ม คือ กลุ่ม SEE : Significantly Exceeding Expectation กลุ่ม EE :
Exceeding Expectation กลุ่ม ME : Meeting Expectation และ กลุ่ม MSE : Meeting Some
Expectation จากการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคเท่ากับ
147.5 ผู้ที่มีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคสูงจะมีความสามารถในการเพิ่มประสิทธิภาพ
ในการปฏิบัติงานสูงกว่าผู้ที่มีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติ

บริษัท เอ็ม.พี. (MP Water Resources, 2005) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคกับภาวะผู้นำ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้บริหารของบริษัท เอ็ม.พี. จำนวน 60 คน โดยการอบรมและพัฒนาความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคกลุ่มตัวอย่างจากการอบรมขั้นที่ 1 ผู้บริหารมีคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคเท่ากับ 132.30 ในระยะเวลา 60 วัน หลังการเข้าอบรมขั้นที่ 2 ผู้บริหารมีคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคเท่ากับ 172 จากผลการศึกษาคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคมีความสัมพันธ์กับการฝึกปฏิบัติ ยิ่งมีการฝึกปฏิบัติมากคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ก็ยิ่งสูงขึ้นตามลำดับ

จากการศึกษางานวิจัย พบว่ามีการศึกษาเกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคในหลากหลายรูปแบบ เช่น การพัฒนามาตรวัดความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคให้มีคุณภาพ การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเสริมสร้างพลังชุมชน ความสัมพันธ์ระหว่างเชาว์อารมณ์ ความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค การสนับสนุนทางสังคม และคุณภาพชีวิต ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา ผลของการฝึกปฏิบัติโปรแกรมการเจริญสติ-สัมปชัญญะเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาและอุปสรรค ซึ่งล้วนแต่มุ่งหวังเพื่อการสร้างองค์ความรู้ใหม่ให้กับสังคม และเพื่อพัฒนาทักษะความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของคนในกลุ่มต่างๆ ในที่นี้ ผู้วิจัยมีความสนใจในการศึกษาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำในทัณฑสถานหญิงกลาง ซึ่งจัดว่าเป็นกลุ่มด้อยโอกาสในการเข้าถึงการอบรมทักษะชีวิต อีกทั้งยังมีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคไม่สูงมาก

2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

กรมวิชาการ (2545, น.45)ให้ความหมายว่า เป็นกระบวนการเพื่อป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับบุคคล ช่วยแก้ไขปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นและส่งเสริมพัฒนาบุคคล โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลทั้งด้านกายภาพ ความคิด ความเชื่อ ค่านิยม ความถนัด ความสามารถ ความสนใจ

คอร์ทแมน อาชบาย และเดอกรอฟฟ์ (Kottman , Ashby & De groaf 2001, PP.3 อ้างถึงในสมร ทองดีและปราณี รามสูต 2545, น.11)ให้ความหมายว่า เป็นกิจกรรมทุกรูปแบบ ทั้งกิจกรรมแนะแนวโดยตรงและกิจกรรมผสมผสานในการเรียนการสอน การฝึกอบรม การประชุมสัมมนาเชิงปฏิบัติการในรูปแบบต่างๆ เพื่อมุ่งพัฒนาสร้างเสริมผู้รับบริการในทุกด้าน รวมทั้งการป้องกันปัญหาและแก้ปัญหของคนที่ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งดำเนินการได้ทั้งกิจกรรมรายบุคคล และกิจกรรมกลุ่ม

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545, น.11) กล่าวว่า เป็นมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแต่ละคน แต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วม เพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนาสร้างเสริม ป้องกันปัญหาและแก้ปัญหทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนว หมายถึง กระบวนการป้องกัน แก้ไขปัญหาและพัฒนาทักษะต่างๆของคน ทั้งแบบรายบุคคลและเป็นกลุ่ม โดยมีกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การอบรม การประชุมสัมมนา เป็นต้น

2.2 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2545, น.80) กล่าวถึง ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวว่าเป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้น โดยใช้สื่อประสม เช่น รูปภาพ วิดีทัศน์ แถบบันทึกเสียง เอกสารที่บันทึกรายละเอียดของกิจกรรมต่างๆ ทั้งเกม กรณีตัวอย่าง บทบาทสมมติ แบบฝึกหัดก่อนเรียน และหลังเรียน โดยจัดไว้เป็นชุดๆ หรือ กล่อง หรือซอง และภายในกล่องหรือซองบรรจุคู่มือครู คู่มือผู้เรียน และสื่อประกอบการจัดกิจกรรมแต่ละเรื่อง

นุชบากร ตัณฑวรรณ (2545, น.30) กล่าวว่า คณาจารย์และนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ ปีการศึกษา 2545 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ให้ความหมายว่า เป็นเครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนวหลายๆกิจกรรมที่นำมารวมกันเข้าอย่างมีระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายทางการ

แนะแนว โดยชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย(1)คำชี้แจงและการเตรียมการของผู้ให้บริการ (2)แผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ซึ่งระบุสื่อ ใบบงาน ใบบความรู้ หรืออุปกรณ์การจัดกิจกรรมไว้ในแต่ละแผน (3)คำชี้แจงการใช้เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นๆ และ(4)เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นๆ

จินตนา บัวเขียน(2550, น.21)ให้ความหมายว่า เป็นกิจกรรมแนะแนวหลายๆ กิจกรรมที่นำมารวมกันอย่างมีระบบ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึก พัฒนา ป้องกัน หรือแก้ไขปัญหาของผู้รับบริการในเรื่องใดเรื่องหนึ่งตามขอบข่ายงานแนะแนวด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

ศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน (2552, น.16) ให้ความหมายว่า เป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้น อย่างเป็นระบบ ให้มีความสอดคล้องกับเนื้อหา วัตถุประสงค์และกิจกรรม เพื่อให้ผู้รับบริการเกิดการเรียนรู้ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งจัดทำในลักษณะของสื่อประสม ประกอบไปด้วย คู่มือ และ โปรแกรมกิจกรรมโดยใช้เทคนิควิธีการต่างๆ ตลอดจนการใช้สื่อ อุปกรณ์ ที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับเนื้อหาของกิจกรรม

อลิสสา กุระสุวรรณ (2552, น.34) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง มวลประสบการณ์หรือเครื่องมือที่จัดให้ผู้รับบริการแต่ละคน หรือแต่ละกลุ่ม ได้ปฏิบัติและ ค้นพบศักยภาพของตนเองจนบรรลุเป้าหมายตามขอบข่ายงานแนะแนว

วิไลวรรณ อนันต์ตะ (2554, น.43) ได้ให้ความหมายไว้ว่าชุดกิจกรรมแนะแนวมี ลักษณะคล้ายกับชุดการสอน ซึ่งเป็นเครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วย กิจกรรมแนะแนว หลายๆ กิจกรรม ที่นำมารวมกันอย่างเป็นระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายของการแนะแนว และเป็นสื่อที่ช่วยในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเรียนรู้ของเด็กให้บรรลุจุดมุ่งหมาย

โกศุมวดี จิตเกษม (2555, น.38) กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือ ที่สร้างอย่างเป็นระบบให้มีความสอดคล้องกับเนื้อหาวิชา ประกอบไปด้วย 3 ส่วน คือ คู่มือผู้ ให้บริการ คู่มือผู้รับบริการ และสื่อหรืออุปกรณ์การจัดกิจกรรม เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรม การเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

จารุวรรณ แสงด้วง (2556, น.31) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง มวลประสบการณ์หรือเครื่องมือที่จัดให้ผู้รับบริการแต่ละคน หรือแต่ละกลุ่ม ได้ปฏิบัติและ ค้นพบศักยภาพของตนเองจนบรรลุเป้าหมายตามขอบข่ายของงานแนะแนว

พยัคฆ์ภูธร (newnaew.net : 2556)กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง สื่อที่ใช้ ประกอบการจัดกิจกรรมแนะแนว ซึ่งมีการแบ่งเนื้อหากิจกรรมเป็นออกเป็นชุดๆ โดยมีสื่อ ประกอบการจัดกิจกรรมที่หลากหลายตามความเหมาะสมของเนื้อหาที่ประกอบไปด้วยกิจกรรม

เกม สื่อ อุปกรณ์ต่างๆ เพื่อส่งเสริมให้เกิดทักษะหรือความรู้ความเข้าใจตามจุดประสงค์ของสื่อที่สร้างขึ้น

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือทางการแนะแนว ที่จัดการเรียนรู้ให้ผู้รับบริการแบบเน้นประสบการณ์จริง โดยวิธีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน โดยใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ผ่านเกม อุปกรณ์ สื่อ เทคโนโลยีต่างๆ โดยมีผู้จัดกิจกรรมเป็นตัวเชื่อมโยงให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมนั้นๆ ตามขอบข่ายการแนะแนว ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านส่วนตัวและสังคม

2.3 ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราณี รวมสูด (2545, น.8-10) กล่าวว่า การดำเนินกิจกรรมแนะแนว หากดำเนินกิจกรรมได้เหมาะสมกับผู้รับบริการและครอบคลุมเป้าหมาย จะส่งผลดีต่อผู้รับบริการ สังคมหรือผู้ที่เกี่ยวข้อง เพราะนอกจากผู้รับบริการได้พัฒนาตน ป้องกันปัญหา และแก้ปัญหาได้ ยังสามารถรักษาตน รักษางานได้เป็นอย่างดี สร้างประโยชน์แก่ตนเองและสังคม นำไปสู่การเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าทางสังคมและของประเทศชาติอีกด้วย ในส่วนของผู้ใช้บริการ การเป็นนักกิจกรรมแนะแนวมีอาชีพ จำเป็นต้องมีการพัฒนากิจกรรมแนะแนวเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

วัชร ทรัพย์มี (2555, น.12-7,12-8) ความสำคัญต่อผู้รับบริการ คือ ช่วยให้ผู้รับบริการได้พัฒนาความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ช่วยให้ผู้รับบริการรู้จักตนเอง ในด้านความสามารถ ความถนัด ความสนใจ และบุคลิกภาพ มีวิธีวัดอย่างถูกต้อง ทำให้เกิดการรับรู้ของบุคคลตรงตามความเป็นจริง ช่วยให้เข้าใจเรื่องราวและความรู้สึกของผู้อื่น ก่อให้เกิดความเห็นใจกัน ทำให้เกิดการเปิดเผยตนเอง อันเป็นความผูกพันที่ลึกซึ้ง ช่วยให้ผู้รับบริการได้พัฒนาทักษะในการคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ แก้ปัญหา และการคิดสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นประโยชน์ในชีวิตการศึกษา การทำงาน และชีวิตส่วนตัว ช่วยพัฒนาทักษะมนุษยสัมพันธ์ ปรับตัวเข้าได้กับทุกเพศทุกวัย มีสัมมาคารวะ มีเมตตาและจริงใจ ช่วยให้ผู้รับบริการได้พัฒนาบุคลิกภาพให้เป็นบุคคลที่เชื่อมั่นในตนเอง เป็นตัวของตัวเอง การแสดงออก มีความรับผิดชอบ มีวินัย มีทรศนะที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น เป็นบุคคลที่ได้ชื่อว่ามีบุคลิกภาพดี

ความสำคัญต่อผู้ให้บริการ คือ ช่วยให้ผู้รับบริการไปตระหนัก ในความสำคัญของผู้ให้บริการว่าใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ซึ่งเป็นประโยชน์แก่ผู้รับบริการ ช่วยให้ผู้รับบริการไปให้ความสำคัญกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ว่าเป็นกิจกรรมที่ต้องอาศัยคนที่ศึกษาเล่าเรียนมาโดยเฉพาะเป็นผู้จัดดำเนินการ ทำให้นักวิชาชีพแนะแนวเป็นที่ยอมรับและรู้จัก ว่าเป็นอาชีพที่พึงมีและดำรงอยู่ในสถาบันการศึกษาและในองค์กรต่างๆ ช่วยให้

ผู้ทำหน้าที่แนะแนวดำเนินการสร้างกิจกรรมใหม่ๆที่เป็นมาตรฐานขึ้นทำให้มีกิจกรรมหลากหลายให้เลือกดำเนินการ

พยัคฆ์กูรู (newnaew.net : 2013) กล่าวว่าชุดกิจกรรมแนะแนว มีความสำคัญในการฝึกฝนทักษะ ส่งเสริมประสบการณ์ ส่งเสริมกระบวนการคิดต่างๆที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนาศักยภาพผู้เรียน ช่วยให้ผู้เรียนพัฒนากระบวนการคิด การตัดสินใจและการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ โดยอาศัยการลงมือปฏิบัติ จากการทำกิจกรรมตามที่กำหนดไว้ตามจุดมุ่งหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อให้ผู้เรียนเกิดศักยภาพทางการคิดและการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ ชุดกิจกรรมแนะแนว จึงถือเป็นเครื่องประกอบการจัดกิจกรรมแนะแนว อีกชนิดหนึ่งที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดทักษะ เกิดความเข้าใจ ในการเรียนรู้ที่มากขึ้น

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว มีความสำคัญต่อผู้รับบริการ ในแง่ที่ผู้รู้จักตนเองและได้พัฒนาทักษะด้านต่างๆของตนเองในการป้องกัน แก้ไข และฟื้นฟู ปัญหาของตนเองตามศักยภาพที่มีอยู่ อีกทั้งยังได้รู้จัก เรียนรู้ผู้อื่น ผ่านกระบวนการแลกเปลี่ยน ส่วนความสำคัญต่อผู้ให้บริการ ในแง่ของการยอมรับและรักษาไว้ซึ่งวิชาชีพแนะแนว อีกทั้งยังได้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีประสิทธิภาพในการวิเคราะห์เอกลักษณ์ของบุคคลในด้านต่างๆ

2.4 ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว

กรมวิชาการ (2544, น.25) กำหนดขอบข่ายในการจัดกิจกรรมแนะแนว ดังนี้

1) การจัดกิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองในด้านการเรียนอย่างเต็มตามศักยภาพ รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลประกอบการวางแผนการเรียนการศึกษาต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีเทคนิค วิธีการและทักษะการเรียนรู้ มีนิสัยใฝ่รู้ ใฝ่เรียน และสามารถวางแผนการเรียน การศึกษาต่อไปได้อย่างเหมาะสมกับตนเอง

2) การจัดกิจกรรมแนะแนวด้านงานและอาชีพ มุ่งให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเองในทุกด้าน รู้โลกการทำงานอาชีพอย่างหลากหลาย มีเจตคติที่ดีและทักษะพื้นฐานที่จำเป็นในอาชีพ มีการเตรียมตัวสู่อาชีพ มีการพัฒนางานอาชีพตามที่ตนเองถนัดและสนใจ

3) การจัดกิจกรรมแนะแนวด้านชีวิตและสังคม มุ่งให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิตที่ดี มีคุณภาพ มีทักษะในการดำเนินชีวิต สามารถปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สรุปได้ว่า ขอบข่ายในการจัดกิจกรรมแนะแนว มี 3 ด้านคือด้านการศึกษา ด้านการงานและอาชีพ และด้านชีวิตและสังคม

2.5 ขอบข่ายของการพัฒนากิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราณี รามสุต (2555, น.9-11,9-15,9-20,9-24,9-27) กำหนดขอบข่ายการพัฒนากิจกรรมแนะแนว ดังนี้

1) การพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา จัดได้ทั้งเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม แยกกิจกรรมได้หลายลักษณะตามวัตถุประสงค์ เช่น เพื่อช่วยการเตรียมตนให้พร้อมต่อการศึกษา เพื่อพัฒนาวิธีการศึกษาและค้นคว้าเสริมความรู้ เพื่อเสริมเจตคติและทักษะในการนำความรู้สู่การปฏิบัติให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตและสังคม เป็นต้น

2) การพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านอาชีพ จัดได้ทั้งเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม แยกกิจกรรมได้หลายลักษณะตามวัตถุประสงค์ เช่น เพื่อช่วยการตัดสินใจด้านอาชีพ การเตรียมตนก่อนเข้าสู่อาชีพ การเผชิญงาน การปรับปรุงพัฒนาวิธีดำเนินงานอาชีพ การบรรลุเป้าหมายทางอาชีพ การปรับตนทางอาชีพ การนำความรู้ทักษะประสบการณ์สู่งานอาชีพ เป็นต้น

3) การพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม จัดได้ทั้งเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม เป็นกิจกรรมที่เน้นพัฒนาสร้างเสริมให้ผู้รับบริการสามารถดำรงตนได้อย่างเป็นสุขในสังคม ป้องกันปัญหาและแก้ปัญหา ช่วยให้สังคมนรอบตัวมีความราบรื่นเป็นสุขไปด้วยกัน ไม่มีขอบข่ายที่ตายตัว จัดกิจกรรมตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ภาวะแวดล้อมของสังคมที่เปลี่ยนไปต้องมีการปรับเปลี่ยนกิจกรรมให้เหมาะสมสอดคล้องกับปัญหาและความต้องการของผู้รับบริการและสังคมตามสภาพปัจจุบัน

4) การพัฒนากิจกรรมแนะแนวรายบุคคลและเป็นกลุ่ม พิจารณาให้เหมาะสมกับสถานการณ์ สถานการณ์ที่อาจใช้กิจกรรมแนะแนวรายบุคคล คือ ต้องการความเป็นส่วนตัว เป็นเรื่องเฉพาะตัว เตรียมความพร้อมก่อนเข้ากลุ่ม ผู้รับบริการมาขอรับบริการเป็นรายๆ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาผู้รับบริการ ป้องกันปัญหาและแก้ปัญหา สถานการณ์ที่อาจใช้กิจกรรมแนะแนวรายกลุ่ม คือ ต้องการพัฒนาและแก้ปัญหาเรื่องเดียวกัน มีความเต็มใจและพร้อมในการแสดงตนหรือทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น มุ่งเสริมสร้างหรือแก้ปัญหาเกี่ยวกับทักษะสังคมไปพร้อมๆกัน แต่ผู้แนะแนวต้องพัฒนาตนให้พร้อมในเรื่องทักษะการจัดกิจกรรมกลุ่มแก่ผู้รับบริการที่มีลักษณะและวัยแตกต่างกัน

สรุปได้ว่า ขอบข่ายในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว มี 4 ด้าน คือการพัฒนา กิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา การพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านการงานและอาชีพ การพัฒนา กิจกรรมแนะแนวด้านชีวิตและสังคม และการพัฒนากิจกรรมแนะแนวรายบุคคลและเป็นกลุ่ม

2.6 การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราณี รามสูต(2545, น.29-41) ได้สรุปหลักการพัฒนากิจกรรมแนะแนว ดังนี้ 1) ลักษณะของสิ่งที่ต้องการพัฒนา ต้องครอบคลุมขอบข่ายของการแนะแนวทั้งสามด้าน โดยคำนึงถึงความจำเป็น ความต้องการของผู้รับบริการ สภาพสังคมและปัญหา กระแสโลกาภิวัตน์ รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พระราชบัญญัติการศึกษา แผนพัฒนางานแนะแนว ฯลฯ เพื่อกำหนดเป็นวัตถุประสงค์ในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว โดยให้สอดคล้องกับปรัชญาการแนะแนว ที่มุ่งเน้นในการพัฒนาและเสริมสร้างตนเอง สามารถแก้ปัญหา ป้องกันปัญหาได้ 2) ลักษณะของผู้รับบริการ การพัฒนากิจกรรมแนะแนวจะต้องจัดให้สอดคล้องกับพัฒนาการแต่ละวัยที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย 3 วัย ได้แก่ วัยเด็ก เป็นวัยที่ชอบสนุกสนาน สนุกสนาน สนใจการเล่น รับรู้เชิงรูปธรรมมากกว่านามธรรม ควรเน้นกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านเล่น ส่งเสริมการแสดงออกโดยใช้สื่อ หรือกิจกรรมสอดแทรกการพัฒนาการทางสังคม และเน้นกิจกรรมเป็นกลุ่ม วัยรุ่น เป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่น ต้องการการยอมรับ ความเป็นอิสระเสรี แสวงหาเอกลักษณ์และบทบาท สนใจการมีอุดมการณ์แห่งชีวิต มีพลังมากทั้งด้านร่างกาย ความคิดและปัญญา ควรเน้นกิจกรรมแบบกลุ่มและให้ลงมือปฏิบัติมากที่สุด การฝึกทักษะทางสังคมด้านการยอมรับ ส่งเสริมกิจกรรมประเภทที่ช่วยให้ได้แสดงออก ให้มีการคิด วิเคราะห์ กรณีศึกษา ใช้สื่อ เกม เพลง กระบวนการกลุ่มที่สอดคล้องกับยุคสมัย วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีประสบการณ์ชีวิตหลายด้าน มีสถานะทางสังคม มีอาชีพ มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ แต่อาจมีปัญหบางประการที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางอาชีพและสังคม ควรเน้นกิจกรรมที่ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ระหว่างผู้รับบริการและผู้ให้บริการ เน้นการคิด วิเคราะห์ หาเหตุผลและเสนอแนวคิด ควรหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ให้ผู้รับบริการเล่นสนุกสนานหรือออกท่าทางมากเกินไป 3) ลักษณะของกิจกรรม แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ กิจกรรมที่จัดเป็นกลุ่ม ได้แก่ กิจกรรมแบ่งกลุ่มทำงาน กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ และกิจกรรมที่จัดเป็นรายบุคคล กิจกรรมบางกิจกรรมสามารถจัดเป็นรายบุคคล ได้แก่ กิจกรรมเพื่อให้บริการปรึกษา บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง การสาธิต ทดลอง ฝึกปฏิบัติ การสืบค้น ซึ่งผู้พัฒนากิจกรรมจะต้องเลือกให้เหมาะสมกับผู้รับบริการและปัจจัยสิ่งแวดล้อมอื่นๆ เช่น ความสิ้นเปลืองด้านงบประมาณ แรงงาน เวลา และความพร้อมของผู้จัดกิจกรรม 4) ประโยชน์ของการนำไปใช้ เป็นหัวใจหลักในการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยมุ่งเน้นให้ผู้รับบริการนำสิ่งที่เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง หรือที่เรียกว่า “นำองค์ความรู้สู่วิถีชีวิต”

บัทส์ (Butts,1974,p85อ้างถึงใน จักรคุลย์ มนตรีกุล ณ อยุรยา 2557, น.50) เสนอหลักการสร้างดังนี้ กำหนดโครงสร้างว่าเขียนเกี่ยวกับเรื่องอะไร มีวัตถุประสงค์เพื่ออะไร ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่จะทำ เขียนวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมและเนื้อหาที่สอดคล้องกันชี้แจงวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมออกเป็นกิจกรรมย่อย โดยคำนึงถึงผู้รับบริการ กำหนดอุปกรณ์ที่จะใช้ในแต่ละตอนให้เหมาะสม กำหนดการประเมินว่าจะทำก่อนหรือหลังทำกิจกรรม

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว ควรคำนึงถึง สิ่งที่ต้องการพัฒนา ครอบคลุมขอบข่ายการแนะแนวทั้ง 3 ด้าน ผู้รับบริการอยู่ในกลุ่มใด ลักษณะของผู้รับบริการ ลักษณะของกิจกรรม เป็นแบบรายบุคคลและเป็นกลุ่ม เกิดประโยชน์ในการนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง โดยชุดกิจกรรมแนะแนวต้องผ่านกระบวนการศึกษา คิด วิเคราะห์ และผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือต่างๆที่นำมาใช้ เพื่อให้การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

2.7 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545, น.48-51) กำหนดขั้นตอนการจัดกิจกรรม สิ่งที่สำคัญคือการจัดกิจกรรมที่มุ่งให้ผู้รับบริการนำผลการเรียนรู้จากกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ โดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participatory learning) การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (experiential learning) และกระบวนการกลุ่ม (group process learning) ทำให้ผู้รับบริการเกิดกระบวนการคิดและปฏิบัติ จากผลการศึกษาของลักเนอร์และแนดเลอร์ (Luckner & Nadler,1997, Ibid:14) ได้วางจรการเรียนรู้ 4 ขั้นตอนคือ “ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ > สะท้อนกลับ การรับรู้ > สรุปสาระสู่ชีวิต > คิดและนำไปปฏิบัติ” ดังภาพ 2.5 แสดงขั้นตอนและวงจรการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์



ภาพที่ 2.5 แสดงขั้นตอนและวงจรการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิง
 ประสบการณ์

ที่มา : สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545) หน้าที่ 9 แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว
 ประมวลชุดวิชา การพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช หน้า 50

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว ควร มี กระบวนการของการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เป็นขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม ตามด้วยการสะท้อนกลับการรับรู้ เป็นขั้นดำเนินกิจกรรม พร้อมสรุปสาระสู่ชีวิต เป็นขั้นสรุปกิจกรรม สุดท้ายการคิดและนำไปปฏิบัติ เป็นขั้นประเมินผล แต่ไม่ว่าจะเริ่มขั้นตอนใดก่อนหลัง ต้องไม่ทำให้ความหมายของกิจกรรมนั้นเปลี่ยนไป

2.8 วัตถุประสงค์ของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

มูโรและคอตท์แมน(Muro and Kottman,1995 อ้างถึงใน สมร ทองดี และปราณี งามสุด 2545, น.45-46) ได้กำหนดวัตถุประสงค์ว่า ควรเสริมสร้างให้ผู้รับบริการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ค้นหาความหมายให้ชีวิตด้านการเรียนรู้ทุกอย่างก้าวของประสบการณ์ พัฒนาให้มองเห็นตนเองในแง่บวก ศรัทธาและเห็นคุณค่าในตนเอง เพิ่มศักยภาพด้านการตระหนักรู้ตนเองและตระหนักในความสามารถที่จะแสดงตนในสังคมได้อย่างเหมาะสม รู้จักสำรวจและเข้าใจค่านิยมและคุณลักษณะอื่นๆ ส่วนตน ยอมรับความแตกต่างของผู้อื่น มองโลกในแง่ดี มีทักษะพื้นฐานที่พึงเรียนรู้ได้ เสริมสร้างทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา เสริมสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม เสริมสร้างเจตคติเชิงบวกต่อวิถีชีวิตที่เหมาะสม ทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

กรมวิชาการ (2544, น.2,อ้างถึงใน สมร ทองดี และปราณี งามสุด 2545, น.46) ได้กำหนดวัตถุประสงค์ว่าการจัดกิจกรรมแนะแนวทุกประเภททั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม ต้องมุ่งเน้นให้เกิดการบูรณาการแบบองค์รวม ทั้งองค์ความรู้ตามหลักวิชาชีวิตและวิชาการ ให้ผู้รับบริการมีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคม เป็นคนดี คนเก่งและมีความสุข

วัชร ทรัพย์มี (2545, น.12-5,12-6) กล่าวถึงวัตถุประสงค์การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ว่า ด้านการจัดลักษณะกิจกรรม คือ สถานะของกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคมต้องดีขึ้น บุคคลทั่วไปตระหนักในประโยชน์ เพื่อให้วิชาชีพดำรงอยู่สืบไป มีรูปแบบของการจัดกิจกรรมที่เป็นมาตรฐาน มีเป้าหมายชัดเจน เป็นกิจกรรมที่มีการวัดผลที่มีประสิทธิภาพ ด้านผู้ให้บริการ คือ ผู้ให้บริการมีกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ที่เหมาะสมกับเหตุการณ์ ผู้ให้บริการมีทางเลือกกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ที่หลากหลายขึ้น และสะดวกในการนำกิจกรรมนั้นไปใช้ ด้านผู้รับบริการ คือ เป็นการป้องกันปัญหา แก้ปัญหา และส่งเสริมพัฒนาการของผู้รับบริการ เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้รับบริการประสบปัญหาด้านส่วนตัวหรือสังคม เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาการทำงาน ปัญหาเศรษฐกิจ เป็นต้น และเพื่อส่งเสริมพัฒนาการให้แก่ผู้รับบริการ เช่น กิจกรรมการสื่อสารระหว่างบุคคล กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิต

โกสุมวดี จิตเกษม (2555, น.41) กล่าวถึงวัตถุประสงค์การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ด้านส่วนตัวและสังคม ดังนี้ ด้านลักษณะการจัดกิจกรรม เพื่อให้การจัดกิจกรรมมีสถานะที่ดีขึ้น ให้บุคคลทั่วไปตระหนักในประโยชน์ มีรูปแบบของการจัดกิจกรรมที่เป็นมาตรฐาน มีการวัดผลกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพ ด้านผู้ให้บริการ ได้มีกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคมเหมาะสมกับเหตุการณ์ มีการเลือกกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคมที่หลากหลายขึ้น และสะดวกในการนำไปใช้ ด้านผู้รับบริการ เป็นการป้องกันปัญหา แก้ปัญหา และส่งเสริมพัฒนาการของผู้รับบริการ

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ ด้านลักษณะการจัดกิจกรรม เพื่อให้สถานะกิจกรรมแนะแนวดีขึ้น คนทั่วไปตระหนักถึงประโยชน์ มีรูปแบบการจัดกิจกรรมที่เป็นมาตรฐาน มีการวัดผลกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพ ด้านผู้ให้บริการแนะแนว เพื่อมีกิจกรรมแนะแนวที่หลากหลายและเหมาะสมกับเหตุการณ์ และสะดวกในการนำกิจกรรมไปใช้ ด้านผู้รับบริการแนะแนว เพื่อป้องกันปัญหา แก้ปัญหาและส่งเสริมพัฒนาการของผู้รับบริการ

2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

2.9.1 งานวิจัยภายในประเทศ

ศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน (2552, น.55-57) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสรุปได้ว่าชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียน และกิจกรรมแนะแนวปกติสามารถพัฒนาคุณภาพนักเรียนได้ทั้งสองชุด แต่ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนสามารถพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนได้สูงกว่า

จินตนา บัวเฟียน (2550, น.บทคัดย่อ) ศึกษาผลการฝึกเพื่อพัฒนาความเชื่อในการควบคุมสาเหตุและผลจากการกระทำของตน ของนักเรียนวัยรุ่นที่มีจิตลักษณะแตกต่างกัน ด้วยชุดกิจกรรมแนะแนว ในนักเรียนวัยรุ่น จำนวน 60 คน จำนวน 10 กิจกรรม พบว่าภายหลังการทดลองนักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีพฤติกรรมควบคุมตนเองในชั้นเรียนสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และภายหลังการทดลองนักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมี

พฤติกรรมควบคุมตนเองในชั้นเรียนสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ราตรี ประชุมพันธ์ (2551, น.62) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรและทัศนคติที่ดีต่อการเรียนของนักเรียนในช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนบ้านหนองไร่ จังหวัดยโสธร พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความขยันหมั่นเพียรและทัศนคติที่ดีต่อการเรียนสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีคะแนนความขยันหมั่นเพียรและทัศนคติที่ดีต่อการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วรณัฐ เอกจริยกร (2552, น.บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปากน้ำวิทยาคม กรุงเทพมหานคร พบว่าชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง มีคุณภาพตรงตามโครงสร้างและตรงตามเนื้อหา และมีผลการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน ระหว่างก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อลิสสา กุระมะสุวรรณ (2552, น.79) ศึกษาผลของชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ แผนกพาณิชยการวิทยาลัยเทคนิคจันทบุรี พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียนของนักศึกษาสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียน อยู่ในระดับเห็นด้วยมากที่สุด คือ สูงกว่า 4.5

กนิษฐา แสนสมบัติ(2552, น.บทคัดย่อ)การพัฒนาแนวทางการจัดกิจกรรมส่งเสริมจริยธรรมผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดเลย พบว่าสภาพปัญหาและความต้องการในการจัดกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับกลาง ปัญหาที่พบ คือ ปัญหาประเภทการจัดกิจกรรม เป็นการ จัดกิจกรรมตามคำสั่งจากส่วนกลางไม่ตรงความต้องการของผู้ต้องขัง และด้วยสภาพแวดล้อมที่คับแคบแออัดของเรือนจำไม่อำนวยความสะดวกการจัดกิจกรรม ดังนั้นต้องจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เป็นประโยชน์ สอดคล้องความต้องการและเหมาะสมกับสภาพความเป็นอยู่ ปัญหาด้านวิธีการจัดกิจกรรม เป็นการเกณฑ์ให้เข้าร่วมโดยไม่สมัครใจ วิธีจัดไม่เป็นระบบ ซ้ำซาก ไม่จูงใจให้เข้าร่วมงบประมาณจำกัดต้องทำอย่างรวบรัดไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควร ดังนั้นต้องคัดเลือกจากความสมัครใจ เปิดโอกาสให้ผู้ต้องขังกำหนดวิธีการจัดด้วย ให้องค์กรภายนอกเข้ามามีส่วนร่วม ด้าน

ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมพบว่า ไม่ต่อเนื่อง ขาดความยืดหยุ่น ทำให้ผู้เข้าร่วมไม่ได้รับการกล่อมจิตใจอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นต้องกำหนดเวลาให้เหมาะสมกับกำหนดโทษของผู้ต้องขัง จัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง บริหารเวลาให้สอดคล้องกับการบริหารงานของเรือนจำ และด้านวิทยากร มีน้อยและไม่ดึงดูดใจ ดังนั้นต้องเปิดโอกาสให้เอกชน ชุมชน ท้องถิ่นเข้ามาบรรยาย จัดทำแผนการจัดกิจกรรมและประสานงานล่วงหน้า สร้างเครือข่ายวิทยากร ส่วนความต้องการในการจัดกิจกรรมส่วนใหญ่ต้องการให้มีโครงการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมให้กับผู้ต้องขังและงานบำเพ็ญประโยชน์สาธารณะ

ศิริวรรณ อินทร์วัฒนา (2553, น.65) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการเอื้ออาทรของนักเรียนกลุ่มทดลอง ภายหลังการทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวพัฒนาพฤติกรรมการเอื้ออาทรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีพฤติกรรมการเอื้ออาทรมากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

เป็นไท เทวินทร์ (2556, น.70-75) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะการตัดสินใจเลือกแนวทางการศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านสันป่าสัก จังหวัดเชียงใหม่ พบว่าภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจเลือกแนวทางการศึกษาต่อสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในระยะติดตามผล 3 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจเลือกแนวทางการศึกษาต่อกับระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

พรสวรรค์ ภัทรบรรพต (2556, น.59-62) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กกลุ่มด้อยโอกาสของของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 23 จังหวัดพิษณุโลก พบว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พรรณพิศ จันทสุวรรณ (2556, น.62-69) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านอยู่อย่างพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดหูแร่ จังหวัดสงขลา พบว่าภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านอยู่อย่างพอเพียงสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในระยะติดตามผล 1 เดือน นักเรียน

กลุ่มทดลองมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านอยู่อย่างพอเพียงกับระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

สุพัตรา เขียวหวาน (2556, น.77-84) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาทักษะการรู้สารสนเทศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม จังหวัดนนทบุรี พบว่าภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการรู้สารสนเทศหลังเรียน สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และภายหลังการทดลองนักเรียน กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะการรู้สารสนเทศมีทักษะการรู้สารสนเทศสูง กว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จักรคุลย์ มนตรีกุล ณ อุษยา (2557, น.74-79) ศึกษาผลการใช้ชุด กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนามนุษย์สัมพันธ์กับเพื่อนในชั้นเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนคณะราษฎรบำรุงปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้ใช้ชุดกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนามนุษย์สัมพันธ์กับเพื่อนในชั้นเรียนมีคะแนนมนุษย์สัมพันธ์กับเพื่อนในชั้นเรียน สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้ใช้ชุด กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนามนุษย์สัมพันธ์กับเพื่อนในชั้นเรียนมีคะแนนมนุษย์สัมพันธ์กับเพื่อนใน ชั้นเรียนสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนอ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ยุพาพรรณ ศรีอ้าย (2557, น.76-81) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดของเด็กกำพร้า มูลนิธิห่วงใยเด็กกำพร้า จังหวัดเชียงใหม่ พบว่าเด็กกำพร้า ที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการ อารมณ์และความเครียดมีคะแนนทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดสูงขึ้นกว่าก่อน การทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และเด็กกำพร้า ที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา ทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดมีคะแนนทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และ ความเครียดสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และมีความพึงพอใจต่อการ ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์ และความเครียดอยู่ในระดับมาก

วิไลวรรณ อนันตะ (2554, น.80) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ควบคู่กับสื่อรูปภาพ เพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-5 โรงเรียนบ้านถ้ำ จังหวัดเชียงใหม่ พบว่าภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุด กิจกรรมแนะแนวควบคู่กับสื่อรูปภาพ เพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าสูงขึ้นกว่าก่อนการ ทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับโปรแกรมการให้

ข้อสนเทศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในระยะติดตามผล 1 เดือน นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โกสุมวดี จิตเกษม (2555, น.71) กล่าวว่า) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกแก่ผู้ติดยาเสพติด ในกลุ่มผู้ใช้งานแรงงาน ของสำนักงานคุมประพฤติ จังหวัดสมุทรปราการ พบว่าภายหลังการทดลอง ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองมีการคิดเชิงบวกสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จารุวรรณ แสงด้วง (2556, น.58) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนผดุงปัญญา จังหวัดตาก พบว่าภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีจิตวิทยาเชิงบวกหลังเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกมีจิตวิทยาเชิงบวกสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พรทรัพย์ ชื่นในเมือง (2554, น.68) ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมการมีจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีราชินูทิศ จังหวัดอุดรธานี พบว่าภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมนักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการมีจิตสาธารณะสูงขึ้นกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีพฤติกรรมการมีจิตสาธารณะโดยแยกตามรายองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ คือด้านการดูแลรักษาสมบัติของส่วนรวม ด้านการทำตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และด้านการใช้ประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.9.2 งานวิจัยต่างประเทศ

แมคโคลแมน (Mecolmam, 1975, น.109) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ชุดการสอนและกิจกรรมกลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เรียน โดยใช้ชุดการสอนร่วมกับกิจกรรมกลุ่มมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษามากกว่านักเรียนที่ใช้ชุดการสอนเพียงอย่างเดียวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และนักเรียนที่เรียนโดยใช้ชุดการสอนเพียงอย่างเดียวมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากกว่านักเรียน โดยใช้กิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01

จากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่กล่าวมาข้างต้นแสดงให้เห็นว่า การนำชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อไปพัฒนา พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้รับบริการ ไม่ว่าจะอยู่ในช่วงวัยใด หรือแก้ปัญหาในด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัวและสังคม ก็ตาม หากเลือกกิจกรรมแนะแนวที่เหมาะสมกับสิ่งที่ต้องพัฒนา ผู้รับบริการก็จะได้รับประโยชน์อย่างสูงสุด คือสามารถคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น ฟังตนได้ ในขณะที่เดียวกันผู้ให้บริการ ก็จะรู้สึกภาคภูมิใจที่เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้รับบริการ สามารถพัฒนาตนได้ อีกทั้งวิชาชีพแนะแนวจะเป็นที่ยอมรับในสังคม และเป็นการกระตุ้นให้พัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวที่หลากหลายและมีประสิทธิภาพมากขึ้น



3. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้กระทำผิดซ้ำ

3.1 ความหมาย วัตถุประสงค์และสาเหตุที่เกี่ยวกับการกระทำความผิดซ้ำ

3.1.1 ความหมายเกี่ยวกับการกระทำความผิดซ้ำ

กลุ่มงานพัฒนาระบบด้านทัณฑวิทยา สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรมและศูนย์วิจัยและพัฒนาอาชญาวิทยาและกระบวนการยุติธรรม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (2549, น.7) กล่าวถึงความหมายเกี่ยวกับการกระทำความผิดซ้ำว่า การกระทำผิดซ้ำ (Recidivism) เป็นศัพท์ทางอาชญาวิทยา หมายถึงการกระทำผิดเพิ่มเติมขึ้นอีก หลังจากที่ผู้กระทำผิดถูกจับกุมและถูกลงโทษแล้ว รวมถึงการละเมิดเงื่อนไขที่ผู้ได้รับการคุมประพฤติหรือได้รับการพักการลงโทษกระทำขึ้น

จำเนียร ชุณหโสภาค และคณะสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยรามคำแหง (2551, น.15-16) กล่าวถึงความหมายเกี่ยวกับการกระทำความผิดซ้ำว่าด้วย บทบัญญัติตามประมวลกฎหมายอาญาที่เกี่ยวกับการกระทำผิดซ้ำ มีบทบัญญัติเกี่ยวกับการกระทำผิดอีกหรือการกระทำผิดซ้ำของผู้เคยกระทำความผิดมาแล้ว แต่มุ่งที่จะให้เพิ่มโทษผู้กระทำความผิดซ้ำให้หนักขึ้นไปกว่าโทษที่จะได้รับจริงจากคำพิพากษา โดยเสมือนว่าผู้กระทำความผิดไม่เจ็ดหลบจากการที่ได้รับโทษมาแล้ว ตามประมวลกฎหมายอาญา พ.ศ. 2499 มาตรา 92 บัญญัติว่า “ผู้ใดต้องคำพิพากษาถึงที่สุด ให้ลงโทษจำคุก ถ้าและได้กระทำความผิดใดๆอีก ในระหว่างที่ยังจะต้องรับโทษอยู่ก็ดี ภายในเวลา 5 ปี นับแต่วันพ้นโทษก็ดี หากศาลจะพิพากษาลงโทษครั้งหลังถึงจำคุก ก็ให้เพิ่มโทษที่จะลงโทษให้แก่ผู้กระทำความผิดนั้น ประมวลกฎหมายอาญา พ.ศ. 2499 มาตรา 18 บัญญัติลงโทษไว้ 5 ประเภท คือ โทษประหารชีวิต จำคุก กักขัง ปรับ และริบทรัพย์สิน

จากความหมายเกี่ยวกับการกระทำความผิดซ้ำ สรุปได้ว่า ผู้ที่กระทำความผิดซ้ำ หมายถึงผู้ที่เคยกระทำผิด และต้องคำพิพากษาถึงที่สุดให้ลงโทษจำคุก ได้กระทำความผิดอีก และการกระทำความผิดครั้งใหม่นั้น ศาลพิพากษาให้ลงโทษจำคุกอีก มากกว่าครั้งขึ้นไป

3.1.2 วัตถุประสงค์ของการลงโทษผู้กระทำความผิด

อรรถ สุวรรณบุปผา (2518 อ้างถึงในจำเนียร ชุณหโสภาค และคณะฯ(2551, น.16-17) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการลงโทษผู้กระทำความผิด มีสาระสำคัญดังนี้

1. เพื่อยับยั้งการกระทำความผิด (Deterrent) การลงโทษผู้กระทำความผิด เพื่อเป็นการป้องกันมิให้ผู้อื่นเอาเยี่ยงอย่าง และไม่กระทำความผิดเช่นนั้นอีก เป็นการยับยั้งโดยทั่วไป (General Deterrent) การใช้วิธีการลงโทษเหล่านี้ตามหลักธรรมชาติ มนุษย์ปรารถนาที่จะได้รับความสุขสบายและหลีกเลี่ยงความทุกข์ทรมาน ฉะนั้นการลงโทษก่อให้เกิดการยับยั้งอีกประการ คือ การยับยั้งพิเศษ (Special Deterrent) เป็นการลงโทษเพื่อให้เป็นบทเรียนให้ผู้กระทำความผิดเข็ดหลาบ ไม่คิดกระทำความผิดอีก ซึ่งการลงโทษดังกล่าวมีผู้โต้แย้งว่า ไม่เป็นการยับยั้งเสมอไป โดยให้เหตุผลว่า “มนุษย์มีอิสระในการตัดสินใจกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งพฤติกรรมไม่เป็นผลมาจากประสบการณ์ของตนเอง และการลงโทษไม่สามารถยับยั้งอาชญากรรมได้ ฉะนั้นการลงโทษเป็นเพียงข้อกำหนดอย่างเข้มงวดเท่านั้น” จากเหตุผลดังกล่าว ได้รับการสนับสนุนจากความจริงในปัจจุบันว่าเหล่าอาชญากรรม มิได้เกรงกลัวต่อโทษทัณฑ์ เพราะยังคงมีอาชญากรรมเกิดขึ้นทุกหัวระแหงและทวีความรุนแรง

2. เพื่อเป็นการแก้แค้น (Retribution) สมัยโบราณ เมื่อมีการกระทำความผิดเกิดขึ้น มักถือสิทธิตอบแทนแก้แค้นฝ่ายตรงข้าม แบบตาต่อตา ฟันต่อฟัน แต่เมื่อมนุษย์อยู่ร่วมกันเป็นสังคม จึงมอบอำนาจการลงโทษแก่ผู้นำกลุ่ม และเมื่อมีความเจริญทางวัฒนธรรมและสติปัญญา จึงมีระเบียบแบบแผนและกฎเกณฑ์ต่างๆหรือกฎหมายขึ้นบังคับใช้ในสังคม เมื่อมีบทลงโทษจึงเป็นการเปิดโอกาสให้ชุมชนได้แก้แค้นผู้กระทำความผิดเพื่อยับยั้งมิให้อาชญากรรมเกิดขึ้น ฉะนั้น วัตถุประสงค์ของการลงโทษเพื่อเป็นการแก้แค้นและการยับยั้งจึงยากที่จะแยกออกจากกันได้

3. เพื่อเป็นการตัดผู้กระทำความผิดออกจากสังคม (Removal from society) การใช้โทษประหารชีวิต โทษจำคุก หรือโทษกักขัง ถือว่าเป็นการตัดผู้กระทำความผิดออกจากสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งโทษประหารชีวิต โทษจำคุกตลอดชีวิต

4. เพื่อเป็นการแก้ไขผู้กระทำความผิด (Correction) ความเจริญทางด้านวัฒนธรรม ทำให้มนุษย์เห็นคุณค่าการอยู่ร่วมกัน ฟังพากัน หลักศีลธรรมและมนุษยธรรม จึงเป็นที่ยึดถือของมนุษย์ นโยบายลงโทษจึงออกเป็นกฎหมายและจำกัดสิทธิของเจ้าทุกข์ มิให้ตอบแทนด้วยการแก้แค้นต่อผู้กระทำความผิดจนเกินเหตุ พร้อมกับหาทางแก้ไขผู้กระทำความผิดให้กลับตนเป็นพลเมืองดี แนวปรัชญาดังกล่าวก่อให้เกิดวิธีการปฏิบัติในแบบต่างๆ แก่ผู้ต้องขังในเรือนจำที่ต้องจำคุกอยู่ เช่น การฝึกวิชาชีพ การให้การศึกษา และการบำบัดทางการแพทย์และจิตวิทยา

5. เพื่อเป็นการป้องกันอาชญากรรม (Prevention of Crimes) มี 2 ประเด็น คือ ประเด็นการจับตัวผู้กระทำความผิดมาควบคุมและลงโทษ เพื่อมิให้มีโอกาสกระทำความผิดอีกและให้เช็ด หลาบ ไม่ให้เป็นเยี่ยงอย่าง ซึ่งเป็นวัตถุประสงค์ของการขังยั้ง ดังที่กล่าวมาแล้ว ประเด็นที่ 2 คือการ ป้องกันบุคคลที่กระทำความผิด ไม่ให้ประกอบอาชญากรรมซ้ำสอง โดยใช้วิธีการแก้ไขผู้กระทำความผิด ให้กลับตนเป็นพลเมืองดี ในระหว่างการต้องโทษ ประเด็นนี้ใช้หลักการอบรมฟื้นฟูจิตใจ (Rehabilitation)

สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของการลงโทษผู้กระทำความผิด มี 5 ประการคือ เพื่อยับยั้งการกระทำความผิด (Deterrent) เพื่อเป็นการแก้แค้น (Retribution) เพื่อเป็นการตัดผู้กระทำความผิดออกจากสังคม (Removal from society) เพื่อเป็นการแก้ไขผู้กระทำความผิด (Correction) และเพื่อเป็นการป้องกันอาชญากรรม (Prevention of Crimes)

3.1.3 สาเหตุของการกระทำความผิดซ้ำ

กลุ่มงานพัฒนาระบบด้านทัณฑวิทยา สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงาน ราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรมและศูนย์วิจัยและพัฒนาอาชญาวิทยาและกระบวนการยุติธรรม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (2549, น.8-10) กล่าวถึงสาเหตุของการกระทำความผิด ไว้ดังนี้

1. ผู้ต้องขังที่เป็นอาชญากรอาชีพ เป็นผู้กระทำความผิดที่มีความชำนาญในการประกอบอาชญากรรมโดยอาศัยทักษะ หรือความชำนาญเป็นพิเศษ และเป็นผู้มีรายได้หลักจากการประกอบอาชญากรรมอย่างต่อเนื่อง มิใช่ทำเพื่อความจำเป็นหรือความกดดันของสภาพแวดล้อม
2. ผู้ต้องขังที่มีจิตบกพร่อง เป็นผู้กระทำความผิดซ้ำที่ติดนิสัย มีลักษณะพิเศษคือ ไม่ได้เกิดจากความชั่วร้ายในจิตใจที่จะทำเพื่อหวังสิ่งตอบแทน แต่เกิดจากความผิดปกติทางจิต ซึ่งอาจก่อให้เกิดการกระทำความผิดเกี่ยวกับการลักทรัพย์ซ้ำซาก หรือมีพฤติกรรมดุร้ายที่ทำความผิดเกี่ยวกับการฆ่าคนตายด้วยวิธีการที่ผิดปกติ
3. ผู้ต้องขังที่กระทำความผิดซ้ำในคดีเล็กน้อย คือพวกที่ทำผิดในคดีลักทรัพย์เล็กน้อย และพวกที่ทำผิดในคดียาเสพติด ผู้ต้องขังที่ทำผิดในคดีลักทรัพย์เล็กน้อย จะมีโทษระยะสั้น ทำให้มีโอกาสหมุนเวียนเข้ามาในเรือนจำเป็นประจำ ส่วนใหญ่มาจากครอบครัวแตกแยก มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนมาแต่เด็ก ก้าวร้าว และไม่ประสบความสำเร็จในด้านการศึกษา และไม่มีทักษะหรือฝีมือในการประกอบอาชีพใดๆ และไม่ชอบงานสุจริต หรือการทำงานหนัก ชอบสบาย หาเงินโดยการทุจริตหรือลักขโมย ผู้ต้องขังที่ทำผิดในคดียาเสพติด มีพื้นฐานเช่นเดียวกับคดีลักทรัพย์ แล้วนำไปสู่การคบเพื่อนเลวและติดยาเสพติด ส่วนใหญ่ไม่สามารถหลุดพ้นไปจากวัฏจักรของยา

เสพติดได้เนื่องจากปัจจัยทางสังคมหลายประการ เช่นการแพร่ระบาดของยาเสพติดในชุมชน การไม่มีงานทำ และการขาดการยอมรับของคนรอบข้าง ประกอบกับความไม่เข้มแข็งทางจิตใจ ที่ทำให้กลับไปกระทำความผิดซ้ำอีก

โกศล วงศ์สวรรค์ และสถิต วงศ์สวรรค์ (2546 อ้างถึงในจำเนียร ชุณห โสภาค และคณะ(2551, น.17) กล่าวถึงสาเหตุของการกระทำความผิด ไว้ดังนี้

1. ทฤษฎีว่าด้วยอาชญากรที่ถือลักษณะของบุคคลเป็นสาเหตุ ซึ่งถือเอา ลักษณะร่องรอยในตัวบุคคล (Personal Traits) หรือองค์ประกอบที่บกพร่องไม่สมบูรณ์ประกอบเป็นเหตุสำคัญ มี 2 ประการ คือ ประการแรก ความบกพร่องทางชีวภาพ หรือสภาพทางร่างกาย มีส่วนในการกระทำความผิด เช่น รูปร่าง หน้าตา เป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงลักษณะความประพฤติ ซึ่งทฤษฎีนี้ไม่ได้รับการยอมรับเท่าที่ควร โดยกล่าวว่าไม่มีเหตุผลที่แน่นอนและไม่เข้าถึงระดับที่จะยืนยันได้ และอีกประการ คือความบกพร่องทางจิต ซึ่งจิตแพทย์และนักจิตวิทยาต่างกล่าวว่า สาเหตุการกระทำผิดที่สำคัญได้แก่ ความขัดแย้งทางจิต ความปรารถนาที่ถูกกดไว้และมูลเหตุชักจูงใจอื่น ๆ การกระทำผิดเป็นลักษณะอย่างหนึ่งที่แสดงถึงการชดเชย ทดแทนหรือทางออก

2. ทฤษฎีว่าด้วยความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ทักษะของนักจิตวิเคราะห์ ว่าปัญหาการกระทำความผิดมักจะเกิดจากภาวะความเป็นอยู่และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวไม่ราบรื่น มีบางอย่างผิดปกติ เช่น การรู้สึกว่าได้รับในสิ่งที่ต้องการไม่พอ หรือรู้สึกว่าตนไม่มีความสามารถพอ ทำให้เกิดความท้อแท้ ผิดหวัง กระทบกระเทือนทางอารมณ์ ทำให้กระทำผิดได้

3. ทฤษฎีว่าด้วยกลุ่มสังคมและปัจจัยทางวัฒนธรรม แยกเป็น ทฤษฎีว่าด้วยการประพฤติดที่ได้จากการเรียนรู้ โดยอธิบายว่าการกระทำ ความประพฤติฝืนระเบียบสังคม เป็นสิ่งที่บุคคลเรียนรู้จากการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม สัทเทอร์แลนด์ กล่าวว่า อัตราการกระทำผิดมากขึ้น เป็นผลจากลักษณะการคบค้าระหว่างบุคคลในกลุ่ม เป็นเรื่องของบุคคล และการเรียนรู้จากกลุ่มเป็นเรื่องของบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ความประพฤติดี ชั่ว เป็นสิ่งที่เรียนรู้มาแต่เด็กและต่อมาจนตลอดชีวิต และทฤษฎีว่าด้วยการขัดแย้งของกลุ่มและอิทธิพลของกลุ่มวัฒนธรรมรอง แสดงออกถึงความแปรปรวนและความไม่เป็นระเบียบของสังคม ส่วนตัวอาชญากรเป็นบุคคลที่ขัดแย้ง นอกเหนือไปจากบรรทัดฐานของสังคมนั้น

4. ทฤษฎีว่าด้วยเศรษฐกิจ (Economic) ภาวะภูมิศาสตร์ (Geographic) นิเวศสถาน (Ecological) ความสำคัญของเศรษฐกิจ เช่น ผลจากความยากจน เศรษฐกิจตกต่ำ ด้านภาวะภูมิศาสตร์เช่น มองเตสกีเออ เขียนหนังสือ Spirit of Law อ้างว่ายิ่งใกล้ขั้วโลกเท่าไรอัตราส่วนคนเมาะจะมากขึ้น แต่ยิ่งใกล้เส้นศูนย์สูตรเท่าใดอาชญากรรมและการกระทำผิดอื่น ๆ จะมากขึ้น ด้าน

นิเวศสถานหรือการกระจายกันอยู่ สภาพท้องถิ่นเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อการกระทำผิด เช่น เขตอันธพาล เขตที่อยู่อาศัยแบบต่างๆ องค์ประกอบด้านเชื้อชาติ การศึกษา ทำให้เกิดความเข้าใจต่อการเกิดอาชญากรรมได้ดีขึ้น

5. ทฤษฎีว่าด้วยจิตวิทยาสังคม เป็นการศึกษาการกระทำผิดโดยใช้บุคลิกภาพ และสภาพสังคม การเสียบระเบียบทางสังคม ขาดบรรทัดฐาน ชัดกันในเชิงวัฒนธรรม สังคมวุ่นวาย เสื่อมโทรม ทำให้ประชาชนไม่ทราบว่าจะยึดแนวปฏิบัติใด ผู้ที่เข้มแข็งและฉลาดมีพรรคพวก มักฉวยโอกาสกระทำผิด ผู้มักง่าย นิสัยไม่ดี มักหิบนวดยสิ่งของผู้อื่น เพราะช่วงที่ไม่มีมีการควบคุมทางสังคม หรือการควบคุมไม่เข้มแข็ง จึงประกอบอาชญากรรม สถาบันทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับการเกิดอาชญากรรม เช่น สถาบันครอบครัว เป็นสถาบันแรกที่มีหน้าที่พัฒนาสมาชิก เช่นเรื่องของ อารมณ์ สติปัญญา ศีลธรรม ความมีน้ำใจ ค่านิยมต่างๆ เป็นต้น หากได้รับการปลูกฝังที่ไม่ดีแล้ว ครอบครัวมีส่วนทำให้เกิดอาชญากรรมได้ สถาบันการศึกษา มีส่วนทำให้กระทำผิดได้ 2 ประการคือ ประการแรก ขาดความสนใจแสวงหาวิธีหรือแนวทางที่จะปฏิบัติเพื่อช่วยเหลือเด็กให้อาชนะพลังที่จะชักนำเด็กไปสู่การกระทำผิด และประการที่ 2 คือเป็นตัวการทางอ้อมเพราะในการใช้ชีวิตที่ทำให้เด็กบางคนล้มเหลว เช่น การปฏิบัติให้เด็กขาดความสนใจต่อการศึกษา เป็นปฏิปักษ์กับครู สถาบันการศึกษา ทำให้ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มีทัศนคติทางลบ คิดว่าตนเป็นคนที่ไม่พึงปรารถนา สถาบันสื่อมวลชน เชื่อกันว่าหากถ่ายทอดเกี่ยวกับพฤติกรรมของอาชญากรอย่างซ้ำซาก จะมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการถ่ายทอดความคิดที่ผิดให้แก่ผู้รับรู้หรือรับฟัง ยิ่งถ่ายทอดให้เห็นว่า ผู้ละเมิดกฎหมายสมควรได้รับการเห็นอกเห็นใจ หรือการยกย่อง ยิ่งเป็นอันตรายมาก สื่อมวลชนที่มีผลต่อพฤติกรรมอย่างมาก คือ หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ และโทรทัศน์

สรุปได้ว่า สาเหตุของการกระทำผิดซ้ำ เกิดจาก ปัจจัยภายในของ ผู้ต้องขังเอง คือความผิดปกติทางร่างกายและจิตใจ ที่ไม่เข้มแข็งพอที่จะต่อสู้กับปัจจัยภายนอกที่ แวดล้อมตัวเขาอยู่ มีความ ต้องการไม่พอเพียง รักความสบาย หรือรู้สึกว่าคุณไม่มีความสามารถพอ ทำให้เกิดความท้อแท้ ผิดหวัง กระทั่งกระเทือนทางอารมณ์ได้ง่าย และปัจจัยภายนอก คือ ครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ ภาวะภูมิศาสตร์ นิเวศสถาน การศึกษา และสื่อมวลชน ที่มีความ ซับซ้อน แตกต่าง ความแตกแยกทางครอบครัวและสังคม การขาดระเบียบและบรรทัดฐานทาง สังคม มีความเสื่อมทางวัฒนธรรม สังคมวุ่นวาย ทำให้ไม่ทราบว่าจะยึดแนวทางใดในการดำเนิน ชีวิต

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำ

3.2.1 งานวิจัยภายในประเทศ

จำเนียร ชุณหโสภาค และคณะสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยรามคำแหง (2551, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่เป็นสาเหตุของการกระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติด วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่เป็นสาเหตุของการกระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติดคดีฐานความผิดอื่นที่เกี่ยวกับยาเสพติด และเพื่อหาแนวทางป้องกันปัญหาที่เกิดจากปัจจัยที่เป็นสาเหตุของการกระทำผิดซ้ำและเพื่อกำหนดรูปแบบที่ใช้เป็นแนวทางในการป้องกันปัญหาที่เกิดจากการกระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติด ผลการวิจัยพบว่า สาเหตุสำคัญของการกระทำผิดในคดียาเสพติดครั้งแรก มาจากเพื่อนชักชวน ส่วนครั้งสุดท้ายเป็นเพราะต้องการเงิน ไม่มีเงินใช้ รายได้ไม่พอใช้จ่าย และจากการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างโทษที่ได้รับครั้งแรกกับจำนวนครั้งที่กระทำผิด พบว่า หากการกระทำผิดครั้งแรกมีจำนวนปีที่รับโทษจำคุกมาก จะส่งผลให้มีการกระทำผิดน้อยครั้งลง แนวทางป้องกันปัญหาที่เกิดจากปัจจัยที่เป็นสาเหตุของการกระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติดคดีฐานความผิดอื่นที่เกี่ยวกับยาเสพติด ในกลุ่มที่อยู่ในระหว่างคุมขัง เสนอว่า ควรดูแลเยาวชนไม่ให้ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด เรือนจำควรเปิดโรงงานเพื่อส่งเสริมอาชีพผู้ต้องขัง เมื่อพ้นโทษออกมาก็รับเข้าทำงานได้ทันที และควรส่งเสริมรายได้ให้ชุมชน รวมทั้งสร้างสังคมที่เข้าใจและให้โอกาสแก่ผู้กระทำผิดที่ตั้งใจกลับตัวเป็นคนดี กลุ่มผู้กระทำผิดซ้ำที่พ้นโทษแล้วอยู่ระหว่างคุมประพฤติที่อาศัยอยู่ในชุมชน เสนอว่าเมื่อพ้นโทษควรมีงานรองรับ สามารถทำได้ทันทีและเป็นงานที่มั่นคง สนับสนุนเงินทุนประกอบอาชีพ หรือเงินกู้ยืมในการประกอบอาชีพอิสระ อบรมประชาชนให้มีความรู้เรื่องโทษและบทลงโทษของยาเสพติดให้มากขึ้น พร้อมสร้างจิตสำนึกในการปฏิเสธยาเสพติดโดยทำอย่างต่อเนื่อง ควรพัฒนาแหล่งชุมชนแออัดให้เป็นที่พักอาศัยที่มั่นคงและปลอดภัย สร้างอาชีพและเพิ่ม โทษให้มากขึ้นตามฐานความผิดและจำนวนครั้งของการกระทำผิด กลุ่มผู้แทนหน่วยงานที่ปฏิบัติงานด้านการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดในพื้นที่ เสนอว่าควรสร้างแรงจูงใจให้เยาวชนมุ่งสรรค์สร้างความคิด มีการบังคับใช้กฎหมายอย่างจริงจัง สร้างชุมชนเข้มแข็ง ปลุกจิตสำนึกในการร่วมแก้ไขปัญหายาเสพติด มีนโยบายชัดเจนและต่อเนื่อง มีมาตรการที่เอื้อต่อการปฏิบัติงาน ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเห็นพิษภัยของยาเสพติด ประสานการทำงานอย่างครบวงจรทุกหน่วยงาน มีหน่วยงานหลักที่รับผิดชอบโดยตรงในระดับจังหวัดและอำเภอ จัดหน่วยงานเฉพาะในการติดตามผู้พ้นโทษ ปฏิรูปลักษณ์สูตรการเรียนการสอนให้มีวิชาหน้าที่พลเมืองและศีลธรรม รูปแบบที่ใช้เป็นแนวทางป้องกันสำหรับเยาวชน มีการรณรงค์สร้างจิตสำนึกและความตระหนักต่อพิษภัยยาเสพติด จัดกิจกรรมเสริมทางบวกให้เยาวชน รูปแบบที่ใช้เป็นแนวทางสำหรับการเตรียมการกลับสู่สังคม จัดให้มีการฝึกอบรมเพื่อสร้างงานอาชีพและปรับบทบาทองค์กรท้องถิ่น

รูปแบบแนวทางกฎหมาย โดยปรับปรุงบทลงโทษและข้อกำหนดในกฎหมาย การบังคับใช้กฎหมาย และมีมาตรการลงโทษที่เด็ดขาด และรูปแบบแนวทางด้านการปฏิบัติงานในระดับจังหวัด จัดตั้งหน่วยงานหลักที่รับผิดชอบโดยตรงในระดับจังหวัดและอำเภอ สร้างระบบฐานข้อมูลและการแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างหน่วยงาน จัดเวทีแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์จากการปฏิบัติหน้าที่ในพื้นที่

กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงาน

ราชทัณฑ์(2552, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง ปัญหาการกระทำผิดซ้ำจากเรือนจำ สถานพินิจสุ่กำแพงเรือนจำ: ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ต้องขังวัยหนุ่ม เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังวัยหนุ่มที่เคยรับการฝึกอบรมในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ผลการวิจัยพบว่า ก่อนเข้าศูนย์ฝึกฯ พ่อแม่มีเวลาในการดูแล เอาใจใส่ให้ความรักในระดับน้อย สามารถปรึกษาปัญหา กับคนในครอบครัวและสมาชิกในครอบครัวมีเวลาพูดคุย รับประทานอาหาร ทำกิจกรรมร่วมกันได้ น้อย พฤติกรรมเกี่ยวข้องกับอบายมุขก่อนต้องโทษ พบว่าส่วนใหญ่เสพยา เล่นการพนัน มีพฤติกรรมเที่ยวสถานบันเทิงและคบเพื่อนที่เป็นอันธพาล ซึ่งเป็นเพื่อนที่มีพฤติกรรมเกี่ยวข้องกับยาเสพติดมากที่สุด ทักษะเกี่ยวกับความเชื่อในการกระทำผิด คิดว่าการทำผิดกฎหมายเป็นเรื่องปกติธรรมดาที่ใครๆก็ทำได้ถ้ามีโอกาส และคิดว่าที่ทำผิดเพราะผลตอบแทนที่ได้รับคุ้มค่ากับความเสีย อยู่ในระดับมาก ทักษะเกี่ยวกับการคบเพื่อน ส่วนใหญ่ใช้เวลาอยู่กับเพื่อนมากกว่าสมาชิกในครอบครัว และถ้าเพื่อนในกลุ่มไม่ยอมรับ จะรู้สึกโกรธ เสียใจ ไม่สบายใจมากกว่าเวลาที่พ่อแม่ กล่าวหรือ โกรธ หลังพ้นโทษคบเพื่อนกลุ่มเดิมที่เคยกระทำผิดร่วมกันในระดับมากและไม่รู้จัก แยกแยะเลือกที่จะคบเพื่อน ปัจจัยที่ส่งผลให้กลับมาก่อทำผิดซ้ำ ปัญหาเกิดจากตนเอง ต้องการเงิน มาใช้จ่ายง่ายๆ โดยไม่ต้องทำงานหนัก รองลงมาคือคบเพื่อนที่ว่างงานและเสพยาเสพติด ด้าน ค่านิยมในการดำเนินชีวิต ชอบทำงานสบาย หาเงินง่าย ไม่ต้องเหนื่อย ใช้ชีวิตไปวันๆ ไม่มีการวางแผนชีวิต คึดเหล้า สูบบุหรี่ เสพยาเสพติด เที่ยวกลางคืน และบ่อยครั้งที่กระทำในสิ่งที่ตน ต้องการโดยไม่มีเหตุผล ข้อเสนอแนะในการวิจัยข้อ 5 เสนอแนะให้มีการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำ เช่น กิจกรรมครอบครัวสัมพันธ์ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การรู้จักเลือกคบเพื่อนที่ดี ฯลฯ และข้อเสนอแนะในการวิจัยข้อ 6 ควรมอบให้เจ้าหน้าที่ ทำหน้าที่ครูที่ปรึกษา เพื่อให้สามารถดูแลผู้ต้องขังอย่างใกล้ชิดและทั่วถึง กระบวนการแก้ไขควรเน้นการจัดทำแผนบำบัดเป็น

รายบุคคล เพื่อจะได้ข้อมูลในการช่วยเหลืออย่างเหมาะสม ว่าควรให้ผู้ต้องขังเข้าโปรแกรมใด เช่น สายสามัญและสายอาชีพ โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิต ฯลฯ

กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงาน ราชทัณฑ์(2553, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง วิเคราะห์การกระทำผิดซ้ำของผู้ถูกกักกัน เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสาเหตุการกระทำผิดซ้ำของผู้ถูกกักกัน และเป็นข้อมูลพื้นฐานในการแสวงหาแนวทางในการบำบัดฟื้นฟูผู้ถูกกักกันอย่างเหมาะสม ผลการวิจัยพบว่าสาเหตุการกระทำผิดซ้ำของผู้ถูกกักกัน เนื่องจาก ปัญหาด้านเศรษฐกิจ ผู้ถูกกักกันมีฐานะยากจน มีอาชีพรับจ้าง รายได้น้อย รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย ไม่มีอาชีพเสริม การศึกษาน้อยจึงกระทำผิดได้ง่าย ปัญหา ยาเสพติด คือการเข้าไปเกี่ยวข้องกับกาเสพติดร่วมกับการกระทำผิด โอกาสและการคบเพื่อนที่กระทำผิด พบว่าผู้ถูกกักกันจะทำผิดเมื่อมีโอกาสและช่องทาง หากรายที่ติดยาเสพติดมักกระทำผิดโดยมีเพื่อนร่วมกระทำผิดด้วย และในส่วนของทัศนคติ ผู้ถูกกักกันมีความรู้สึว่าการกระทำผิดเป็นสิ่งที่กระทำได้ง่าย เห็นผลเร็ว ไม่เหน็ดเหนื่อย และมีการดำรงชีวิตไม่พอเพียง ข้อเสนอแนะของการวิจัยข้อ 2 เสนอให้มีการปรับทัศนคติ สร้างความเข้มแข็งให้กับจิตใจ เน้นจริยธรรม ปลูกฝังการทำงานให้ทำงานบริการสังคม เพื่อสร้างความภูมิใจและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงาน ราชทัณฑ์(2556, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำทั้งในกลุ่มที่กระทำผิดซ้ำในคดีเดิม กระทำผิดซ้ำในความผิดที่รุนแรงขึ้น และกระทำผิดซ้ำในหลากหลายคดี ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ คือ ปัจจัยด้านการผูกมัด อยู่ในระดับมาก หมายถึงการผูกมัดกับการดำเนินชีวิตตามทำนองคลองธรรมของสังคม การได้ศึกษาเล่าเรียน มีอาชีพ ประสบความสำเร็จในชีวิต ทำให้คนไม่ยอมทำผิด มีส่วนอย่างมากต่อการกระทำผิดซ้ำ การขาดโอกาสทางการศึกษามีส่วนสำคัญที่ผลักดันให้ก้าวสู่การกระทำผิด เพราะไม่มีโอกาสประสบความสำเร็จในการทำงานเหมือนคนอื่น เมื่อต้องเข้ามารับโทษในเรือนจำ แม้ระยะเวลาสั้นๆ ก็ถูกตีตราว่าเคยเข้าคุก เมื่อพ้นโทษไปยังทำให้โอกาสในการทำงานยากขึ้น และการที่มีประวัติกระทำผิด ทำให้ตำรวจเพ่งเล็งมากขึ้น ส่วนใหญ่ผู้ต้องขังต้องการโอกาสการทำงานในหน้าที่การงานที่ดี จะทำให้ไม่กระทำผิด และการที่ผู้ต้องขังเคยชินกับ

การกระทำผิด เห็นว่ายาเสพติดเป็นเรื่องปกติที่ใครๆ ในสังคมก็ทำ ความโลภและการขาดความตระหนักยับยั้งชั่งใจนำไปสู่การกระทำผิดซ้ำ นอกจากนี้ผู้ต้องขังเห็นตรงกันว่า การกระทำผิดซ้ำเป็นเพราะตัวเองมากกว่าเหตุอื่น ส่วนปัจจัยด้านความเชื่อ ค่านิยมและบรรทัดฐานทางสังคม อยู่ในระดับมาก เพราะผู้ต้องขังเชื่อว่ายังมีเงินมากเท่าไร ครอบครัวก็จะมีความสุขมากเท่านั้น และไม่อยากกระทำผิดซ้ำอีกแต่ที่นำไปเพื่อความอยู่รอดในสังคม และมีความรู้สึกโกรธแค้นสังคมที่ถูกปิดกั้น โอกาสที่ควรได้รับจากสังคม และตนเองมีส่วนสำคัญที่สุดในการกลับไปกระทำผิดซ้ำ ส่วนปัจจัยด้านความผูกพันและความรักต่อคนในครอบครัว อยู่ในระดับปานกลาง ผู้ต้องขังมีความรักและความผูกพันต่อครอบครัว เห็นว่าการกระทำผิดของตนทำให้คนที่รักเสียใจและผิดหวัง การถูกจำคุกหลายครั้งทำให้ครอบครัวอับอายและรู้สึกว่าความรักและความห่วงใยในครอบครัวลดน้อยลง ทุกครั้งที่ต้องถูกจำคุก ปัจจัยด้านการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในสังคม อยู่ในระดับปานกลาง เพราะส่วนใหญ่ชอบช่วยเหลือ ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นเสมอ การพ้นโทษไปอยู่ภายนอกไม่ได้ เห็นว่าการอยู่ร่วมกับเพื่อนที่เคยถูกจำคุกจะทำให้ตนเองมีคุณค่ามากกว่าอยู่กับคนอื่น และปัจจัยด้านการเรียนรู้ทางสังคมในเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง คือเมื่อเข้ามาอยู่ในเรือนจำไม่ได้นึกกลัวอย่างที่คิดไว้ การเข้าออกเรือนจำหลายครั้งอาจทำให้ความรู้สึกเครียดและวิตกกังวลลดลงกับสภาพแวดล้อมในเรือนจำ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้เทคนิค วิธีการกระทำผิดเป็นสิ่งที่พบเห็นได้ทั่วไปในเรือนจำ ยิ่งระยะเวลาในการจำคุกนาน โอกาสที่จะกลับไปกระทำผิดซ้ำยิ่งมากขึ้น ข้อเสนอแนะของการวิจัยข้อ 4 เสนอให้กรมราชทัณฑ์ควรมีการพัฒนาโปรแกรมแก้ไขผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำโดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำตั้งแต่ 2 ครั้งขึ้นไป กับผู้ต้องขังที่กระทำผิดคดีฉ้อโกง โดยเน้นอบรมเรื่อง คุณธรรมจริยธรรม การควบคุมตนเอง การปรับเปลี่ยนทัศนคติต่อการให้ความสำคัญกับเงินมากกว่าสิ่งอื่นใดในชีวิต

3.2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

กราเซอร์ (อ้างถึงในกลุ่มงานพัฒนาระบบด้านทัณฑวิทยา สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรมและศูนย์วิจัยและพัฒนาอาชญาวิทยา และกระบวนการยุติธรรม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (2549, น.10) ได้จัดระบบความสำเร็จในการอบรมแก้ไขผู้กระทำผิดออกเป็น 4 ระดับ เพื่อชี้ให้เห็นถึงกฎเกณฑ์การพิจารณาการกระทำผิดซ้ำและการวัดความสำเร็จของการอบรมแก้ไข ดังนี้ ระดับที่ 1 พวกเขาแก้ไขได้ ได้แก่ ผู้ที่

ได้รับการพักการลงโทษ และผู้ที่ได้รับการปลดปล่อยไปแล้วภายใน 1 ปี ไม่ปรากฏว่าได้กระทำผิดอีก และยังมีงานทำ ขยันทำงาน ไม่คบหากับผู้กระทำผิดอีก ระดับ 2 พวกแก้ไขได้บ้าง ได้แก่ พวกที่ไม่กลับมาเรือนจำอีก แต่ไม่มีงานทำ และยังคงคบหากับพวกผู้ร้ายอยู่ ระดับ 3 พวกแก้ไขไม่ได้บ้าง ได้แก่ พวกที่กลับมาเรือนจำเนื่องจากละเมิดกฎเกณฑ์ของการคุมประพฤติ หรือกระทำผิดคดีอาญาในคดีเล็กน้อยขึ้นอีก ระดับ 4 พวกผู้กระทำผิดความผิดซ้ำ ได้แก่ พวกที่กระทำผิดคดีอาญาขึ้นอีกและกลับมาอยู่ในเรือนจำ

เอ็นริโก เฟอรรี่ (Enrico Ferri ,1967,PP.134-136 อ้างถึงใน กลุ่มงานพัฒนาระบบด้านทัณฑวิทยา สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม และศูนย์วิจัยและพัฒนาอาชญาวิทยาและกระบวนการยุติธรรม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (2549, น.11) ในเรื่องการจำแนกประเภทอาชญากรรม พบว่า สาเหตุที่ทำให้ผู้กระทำผิด กระทำผิดซ้ำ คือนิสัยของผู้กระทำผิด หรือกระทำผิดติดนิสัย ซึ่งเขาได้แสดงทัศนะว่าเป็นอาชญากรโดยกำเนิดแต่ โคลาจามิ (Colajanni) เป็นผู้หนึ่งที่ได้แสดงทัศนะว่าผู้กระทำผิดติดนิสัยไม่ถึงกับเป็นอาชญากรโดยกำเนิด เพราะผู้กระทำผิดติดนิสัยกระทำผิดในอัตราที่น้อยกว่าผู้ที่กระทำผิดซ้ำ แต่ผู้กระทำผิดติดนิสัยก็ถือว่าเป็นผู้กระทำผิดซ้ำ จากการศึกษาของเฟอรรี่ พบว่าผู้กระทำผิดติดนิสัยนั้น ไม่สามารถแก้ไขได้

จากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่กล่าวมาข้างต้นแสดงให้เห็นว่า ผู้ที่กระทำผิดซ้ำยากที่จะสามารถแก้ไขให้ดีขึ้นได้ เนื่องจากถูกจัดอยู่ในประเภทอาชญากรติดนิสัย แต่สาเหตุสำคัญของการกระทำผิด มาจาก พ่อแม่ไม่มีเวลาในการดูแล เอาใจใส่ให้ความรัก เป็นความอ่อนแอทางจิตใจตั้งแต่เด็ก จึงถูกเพื่อนชักชวนได้ง่าย รายได้ไม่พอใช้จ่าย ต้องการเงินมาใช้จ่ายง่ายๆ โดยไม่ต้องทำงานหนัก มั่วเสพยา เล่นการพนัน มีพฤติกรรมเที่ยวสถานบันเทิงและคบเพื่อนที่เป็นอันธพาล มีทัศนคติเกี่ยวกับความเชื่อในการกระทำผิด คิดว่าการทำผิดกฎหมายเป็นเรื่องปกติธรรมดาที่ใครๆก็ทำได้ถ้ามีโอกาส และคิดว่าที่ทำผิดเพราะผลตอบแทนที่ได้รับคุ้มค่ากับความเสี่ยง จึงทำให้กระทำผิดซ้ำและไม่เกรงกลัวกฎหมาย จากข้อมูลการวิจัยของกรมราชทัณฑ์และหน่วยงานภายนอกต่างแสวงหาแนวทางในการบำบัดฟื้นฟูผู้กระทำผิดซ้ำอย่างเหมาะสม เสนอให้มีการปรับทัศนคติ โดยเฉพาะการให้ความสำคัญกับเงินมากกว่าสิ่งอื่น การสร้างความเข้มแข็งให้กับจิตใจ โดยเน้นอบรมเรื่อง คุณธรรมจริยธรรม การควบคุมตนเอง ปลูกฝังการทำงานบริการสังคม การได้ศึกษาเล่าเรียน การมีอาชีพ การประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งจะทำให้คนไม่ยอมทำผิด จึงควรมีการพัฒนาโปรแกรมแก้ไขผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ ให้หลากหลายและทันสมัยอย่างต่อเนื่องและพัฒนารูปแบบใหม่ๆให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผล เพื่อเป็นการคืนคนดีสู่สังคมที่แท้จริงและยั่งยืน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้าง
ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิง
กลาง กรุงเทพมหานคร โดยมีรายละเอียดของวิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1. ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากร เป็นผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง
กรุงเทพมหานคร จำนวน 466 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็น ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำในทัณฑสถานหญิงกลาง
กรุงเทพมหานคร จำนวน 20 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling)

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

2.1 ตัวแปรอิสระ คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่า
ปัญหาอุปสรรค

2.2 ตัวแปรตาม คือ ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

3. รูปแบบการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกลุ่มเดียว วัดก่อนและหลังการทดลอง
(One Group Pretest-Posttest Control Design) ดังแสดงในตารางที่ 3.1 แสดงแบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	ทดสอบก่อน	ทดลอง	ทดสอบหลัง	ทดสอบหลัง 2 สัปดาห์
กลุ่มทดลอง	E_1	X	E_2	E_3

เมื่อ X แทน การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

E_1 แทน การทดสอบก่อนการทดลอง

E_2 แทน การทดสอบหลังการทดลอง

E_3 แทน การทดสอบหลังการทดลอง 2 สัปดาห์

แบบแผนการทดลอง เป็นการทดลองแบบ 1 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียว

ทำการทดสอบก่อนการจัดกิจกรรม (E_1) ด้วยแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค แล้วดำเนินการให้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค (X) เมื่อดำเนินกิจกรรมเสร็จสิ้นแล้วทำการทดสอบหลังการจัดกิจกรรม (E_2) ด้วยแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคชุดเดิม และทำการวัดซ้ำอีกครั้งเมื่อผ่านไป 2 สัปดาห์ (E_3)

4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

4.1 แบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

4.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

5.วิธีการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

5.1 การสร้างแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค

ขั้นที่ 1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวกับความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดรูปแบบคำถามให้สอดคล้องกับองค์ประกอบทั้ง 4 ด้านของความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค คือ องค์ประกอบ ที่ 1 ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ (Control) , องค์ประกอบ ที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ (Origin and ownership) , องค์ประกอบ ที่ 3 ผลกระทบ (Reach) , องค์ประกอบ ที่ 4 ความอดทนต่อความยากลำบาก (Endurance) และเข้ากับกลุ่มที่จะทำการทดลอง คือผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ เป็นแบบวัดที่มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ 0 , 1 , 2 , 3 และ 4 โดยกำหนดให้มีข้อคำถามเชิงบวกและเชิงลบอย่างละ 3 ข้อในแต่ละองค์ประกอบ รวมทุกองค์ประกอบมีข้อคำถามเชิงบวกและเชิงลบอย่างละ 12 ข้อ จากข้อคำถามทั้งหมด 24 ข้อ

เกณฑ์การให้คะแนน แบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคมี ดังนี้

ข้อคำถามเชิงบวก

4 คะแนน = แน่ใจว่าสามารถทำได้

3 คะแนน = น่าจะสามารถทำได้

2 คะแนน = ไม่แน่ใจว่าสามารถทำได้บางครั้ง

1 คะแนน = ไม่น่าจะทำได้

0 คะแนน = ไม่สามารถทำได้เลย

ข้อคำถามเชิงลบ

0 คะแนน = แน่ใจว่าสามารถทำได้

1 คะแนน = น่าจะสามารถทำได้

2 คะแนน = ไม่แน่ใจว่าสามารถทำได้บางครั้ง

3 คะแนน = ไม่น่าจะทำได้

4 คะแนน = ไม่สามารถทำได้เลย

เกณฑ์การตัดสินระดับความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคมี ดังนี้

คะแนนเต็ม 96 คะแนน จาก 24 ข้อคำถาม

คะแนนต่ำกว่า 48 คะแนนถือว่าความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคต่ำ

คะแนน 49 -72 คะแนนถือว่าความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคปานกลาง

คะแนนสูงกว่า 73 คะแนนถือว่าความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคสูง

ขั้นที่ 2 นำแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ที่สร้างขึ้น

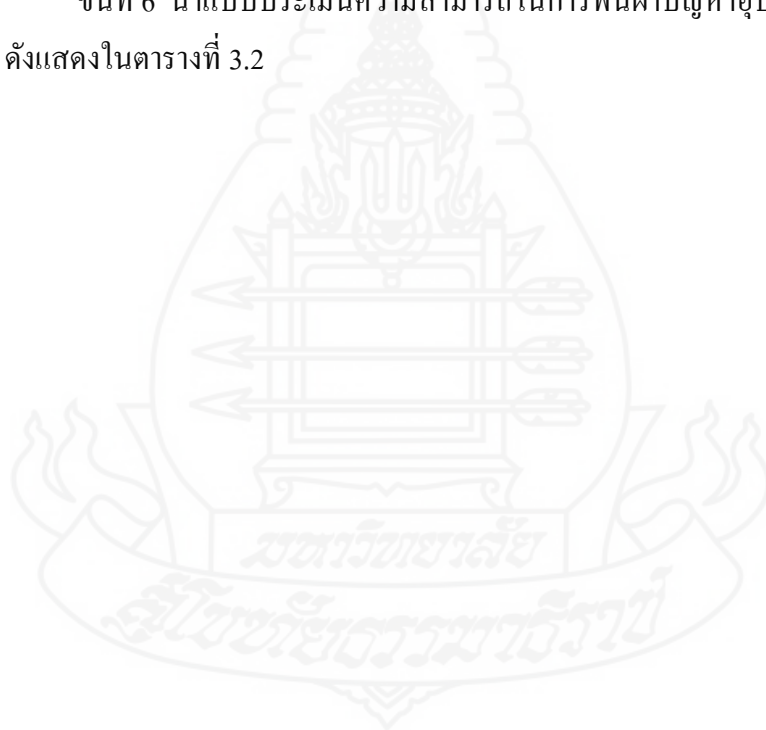
และได้เสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อพิจารณาตรวจสอบแล้ว ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อหาความตรง(Validity)ตามเนื้อหา

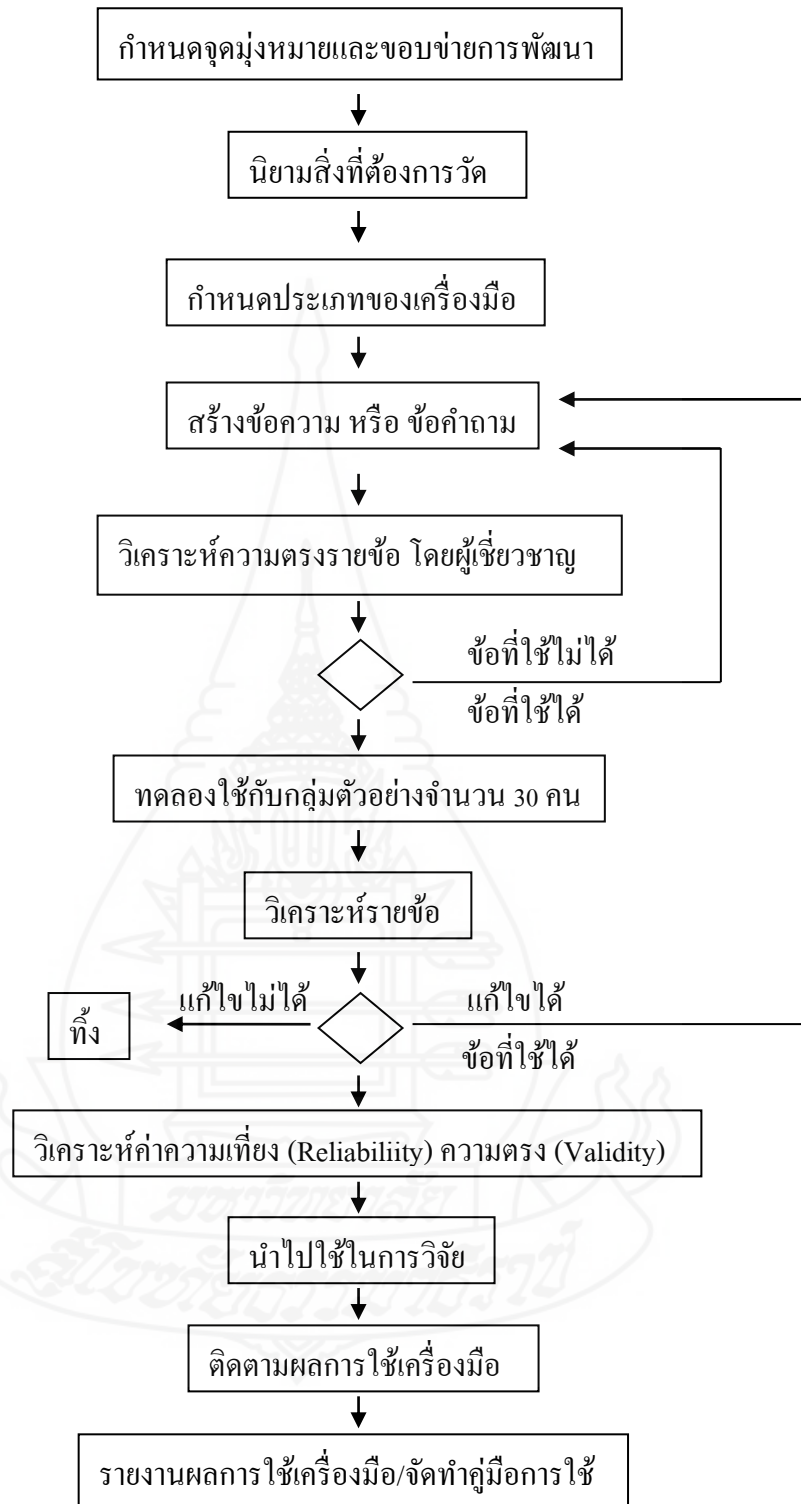
ขั้นที่ 3 นำแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ที่ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบแล้ว หาค่าความตรง(Validity)ตามเนื้อหา โดยค่าดัชนีความสอดคล้อง(IOC) ที่ได้ อยู่ที่ .86 (ภาคผนวก ง) ซึ่งถือว่าข้อคำถามมีความตรงตามเนื้อหาที่ต้องการวัด

ขั้นที่ 4 นำแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ที่ผ่านการหาค่าความตรง(Validity)ตามเนื้อหาแล้ว ไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มผู้ต้องขัง ที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการวัด จำนวน 30 คน แล้วนำผลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (t-test) แบบ50% กลุ่มสูง กลุ่มต่ำ

ขั้นที่ 5 หาค่าความเที่ยงของแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา(Alpha Coefficient) ของครอนบาค(Cronbach) ได้ค่าความเที่ยง .73 (ภาคผนวก จ)

ขั้นที่ 6 นำแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ไปใช้ในการวิจัยต่อไป ดังแสดงในตารางที่ 3.2





ภาพที่ 3.2 แสดงขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

5.2 การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหา

อุปสรรค

ขั้นที่ 1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดรูปแบบของกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดประสงค์ขององค์ประกอบทั้ง 4 ด้านของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

ขั้นที่ 2 สร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะและความมุ่งหมายของกิจกรรมในแต่ละชุดขององค์ประกอบ ดังตารางที่ 3.2 ตารางการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว ตารางที่ 3.2 ตารางการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว

ตัวแปรตาม	แบบวัด	ชุดฝึก
ด้านที่ 1 ความสามารถในการ ควบคุมสถานการณ์ คือ ความสามารถของ บุคคลในการตอบสนอง ต่อสถานการณ์ได้ เมื่อ ต้องเผชิญกับ ปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้นอย่าง เข้าใจและตัดสินใจ แก้ปัญหาานั้นได้	1. เมื่อฟื้นโทษและกลับถึงบ้านปรากฏว่า สามีนำผู้หญิงคนอื่นมาอยู่ในบ้าน ใน ฐานะภรรยา คุณจะ ลงมือทำร้ายทั้งคู่ 2. เวลาที่คุณฟื้นโทษแล้วเจอเพื่อนบ้าน ถามว่า “ ออกจากคุกมาแล้วหรือ ยัยจี้คุก “ คุณจะพูดคุยด้วยพร้อมยิ้มทักทาย 3. ขณะที่ถูกคุมขังอยู่ในเรือนจำคุณรู้เห็น ว่ามีการลักลอบนำโทรศัพท์และยาเสพติด เข้ามา คุณจะหาทางแจ้งเจ้าหน้าที่และ ชี้จุดให้เจ้าหน้าที่เข้าตรวจค้น 4. คุณได้งานทำแต่ถึงเวลาโดนนายจ้าง โกงเงินเดือนให้ไม่เต็มตามที่ตกลง คุณจะ พูดให้นายจ้างเห็นใจจนยอมจ่ายส่วนที่ ขาดไป 5. เพื่อนของคุณหนีตำรวจมาหาคุณเพื่อ ขอหลบซ่อนตัว คุณจะให้ที่หลบซ่อนตัว 6. หากคุณต้องสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก และที่พึ่งพิงทางใจของคุณไป คุณจะทน อยู่ไม่ได้แน่ๆ	ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 1 กิจกรรมที่ 2 สติมาปัญญาเกิด วัตถุประสงค์ เพื่อให้เกิดสติในการรับรู้ และสามารถควบคุมสติได้ กิจกรรมที่ 3 คิดและพูดทางบวก วัตถุประสงค์ เพื่อให้เกิดความคิดเชิงรุก คำพูดในทางสร้างสรรค์ เพื่อให้เกิดอำนาจต่อรอง และสามารถควบคุม สถานการณ์ได้เมื่อมีปัญหา อุปสรรค กิจกรรมที่ 4 เชื่อมั่นทำได้แน่ วัตถุประสงค์เพื่อให้เกิด ความมั่นใจและแสวงหา หนทางแก้ไขปัญหาต่างๆ

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	แบบวัด	ชุดฝึก
ด้านที่ 2 การวิเคราะห์สาเหตุและ ความรับผิดชอบ คือ ความพยายามที่จะ นำตัวเองเข้าไปแก้ สถานการณ์และยินดี รับผิดชอบต่อปัญหา หรืออุปสรรคนั้นๆ โดย ไม่ผลักความรับผิดชอบ ให้ผู้อื่น	7.เมื่อคุณกลับบ้านแล้วเกิดเหตุการณ์ไม่ดี ในชุมชนที่คุณอยู่แต่คุณไม่ได้ทำ คนใน ชุมชนต่างกล่าวหาคุณ คุณจะปฏิเสธอย่าง มีเหตุผลและช่วยแจ้งเบาะแสหาผู้ร้ายตัว จริง 8.ชุมชนที่คุณอยู่เป็นชุมชนที่มีผู้เสพและ ผู้ค้ายาเสพติดเยอะมาก คุณจะคอยเตือน คนใกล้ตัวให้หยุดพร้อมเป็นกำลังหลักใน การจัดตั้งชุมชนไร้ยาเสพติด 9.คุณ บังเอิญรู้เห็นเหตุการณ์ น้อ โกง บริษัทที่คุณทำงานอยู่ ซึ่งเป็นบริษัทเดียว ที่รู้ว่าคุณเคยต้องโทษแต่ยังรับคุณเข้า ทำงาน คุณจะขอส่วนแบ่งด้วยคน 10.เมื่อลูกของคุณอยู่ในช่วงวัยรุ่น เริ่ม มีพฤติกรรมเข้าหายาเสพติดและการพนัน คุณจะอบรมให้รู้ถึงโทษของสิ่งเหล่านั้น และพยายามที่หากิจกรรมทำร่วมกับลูก ให้มากที่สุด 11.เพื่อนของคุณพยายามทำร้ายตัวเอง เพราะเรียกร้องให้คนอื่นเห็นใจ คุณจะยุ ส่งเสริมให้ทำจริง 12.ลูกของคุณติดยาอย่างหนักและทำร้าย คุณด้วย คุณจะนั่งโทษว่าเป็นเวรกรรม	ชุดกิจกรรมแนวนวชุดที่ 2 กิจกรรมที่ 5 ผูกอย่างไรใครต้องแก้ วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้รับรู้ ถึงเหตุแห่งปัญหาและ หนทางที่จะแก้ปัญหาคือ เป็นผู้กระทำ กิจกรรมที่ 6 เติมใจกันและกัน วัตถุประสงค์ เพื่อให้ตระหนักรู้ถึงความ เป็นเจ้าของปัญหา และ แสดงความรับผิดชอบด้วย การนำตัวเองเข้าไปแก้ สถานการณ์ต่างๆแม้ไม่ใช่ เรื่องของตนเอง กิจกรรมที่ 7 รู้รับ รู้คิด รู้ชอบ วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรม พยายามที่จะนำตัวเองเข้าไป แก้สถานการณ์และไม่ผลัก ภาระ แสดงความรับผิดชอบ ต่อปัญหา
(เชิงบวก 7,8,10)		
(เชิงลบ 9,11,12)		

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	แบบวัด	ชุดฝึก
ด้านที่ 3 การรับรู้ผลกระทบของ ปัญหาและอุปสรรค คือ วิธีคิดหรือวิธีมอง ปัญหาที่จะเข้าไปแก้ไข สถานการณ์นั้นว่า อยู่ ในระดับใด มีจุดจบของ ปัญหา และทุกๆปัญหา ต้องมีทางออก	13. เวลาที่คุณโมโหและทะเลาะกับผู้อื่น คุณไม่เคยคิดเลยว่าวันต่อไปถ้าเจอกันอีก คุณจะเจออะไร 14. คุณเจอเพื่อนร่วมงานเอาเปรียบ ขโมย ผลงานที่คุณทำไปแล้วปรากฏว่าได้รับ การยอมรับ คุณจะสร้างผลงานที่ดีอีกและ ป้องกันคนขโมย 15. คุณเจอมรสุมชีวิตอย่างหนัก คนรักทิ้ง ไร้ญาติ ขาดมิตร ไร้ที่พักพิง งานไม่มีทำ คุณคิดว่าวันข้างหน้าต้องดีแน่ๆ 16. คุณ คิด อยู่ เสมอ ว่า ชีวิต ของ คุณ หลังจากพ้นโทษไป คุณคงจะไม่พ้นเข้า มาใหม่อีกครั้ง 17. คุณต้องเป็นเสาหลักของบ้านแต่ฐานะ ยากจน ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้ต้องทำ ความผิด เมื่อคุณอยู่ ในเรือนจำ คุณจะ สร้างเครือข่ายหากินในเรือนจำ 18. คุณ เคย ก่อ ปัญหา แล้ว ได้ ลอง คิด แก้ปัญหาด้วยตัวเองบ้างไหมและปัญหา นั้นจะอยู่กับคุณนานแค่ไหน หากคุณ ประสบ คุณจะพยายามแก้ไขแต่ถ้าไม่ได้ ก็หยุดรอเวลาเป็นตัวช่วย	<u>ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 3</u> <u>กิจกรรมที่ 8</u> Mild map ชีวิต <u>วัตถุประสงค์</u> เพื่อให้สามารถเตรียมการ รับมือและเลือกวิธีการ แก้ปัญหาได้อย่างมีระบบ <u>กิจกรรมที่ 9</u> ลงมือทำ มีหวังเสมอ <u>วัตถุประสงค์</u> เพื่อให้คิดหรือมองปัญหาว่า อยู่ในระดับใด สามารถ จัดการกับปัญหาต่างๆได้ง่าย <u>กิจกรรมที่ 10</u> แผ่เมตตาชนะทุกสิ่ง <u>วัตถุประสงค์</u> เพื่อลดความคับข้องใจกับ ปัญหาอุปสรรคที่แก้ไขยัง ไม่ได้
(เชิงบวก14,15,18)		
(เชิงลบ 13,16,17)		

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	แบบวัด	ชุดฝึก
ด้านที่ 4 ความอดทนต่อความ ยากลำบาก คือ ความสามารถของ บุคคลที่จะอดทนและ ทนทานต่อปัญหาต่าง ๆ ได้โดยการมองโลกใน แง่ดี	19.คุณเดินทางานทำมาทั้งวันตลอด1 เดือนที่ผ่านมาและไม่รู้ว่าจะหาได้ เมื่อไหร่เงินก็ห้อยหรือคุณจะกลับมาทำ ผิดอีกครั้งและเป็นวิธีที่ได้เงินมากกว่าเดิม 20.หากคุณทำงานเจอเพื่อนร่วมงานที่ไม่ ชอบหน้ากัน และคอยหาเรื่องคุณ ตลอดเวลา คุณจะชวนคุยหาเหตุผลและ ปรับตัว 21.เวลาที่คุณต้องอยู่กับปัญหาเดิมๆที่คุณ ก็ไม่ว่าจะแก้ยังไงให้ออกเหมือนกัน คุณ จะสิ้นหวังไม่ยอมมีชีวิต 22.คนในบ้าน ทำเหม็นเฉยและไม่ยุ่ง เกี่ยวกับคุณเลยเพราะคุณติดคุกมากกว่า 1 ครั้ง คุณจะทำดีพิสูจน์ตน 23.ในขณะที่คุณต้องโทษในเรือนจำ ญาติ ของคุณไม่มีใครมาเยี่ยมคุณเลย คุณจะใช้ เวลาในเรือนจำเพื่อเรียนและฝึกวิชาชีพ เพื่อนำไปใช้พัฒนาตนเองไม่ให้กลับมา ต้องโทษอีก 24.คนในครอบครัวบอกให้คุณเลิกทำตัว แบบที่ผ่านมาในขณะที่คุณกำลังทำ พฤติกรรมแบบนี้ว่าคุณจะโมโหมากถึง จะเป็นเรื่องจริง	ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 4 กิจกรรมที่ 11 อุโมงค์แห่งแสงสว่าง วัตถุประสงค์ เพื่อให้มองปัญหาเป็นแม้จะ ยาวนานหรือใหญ่โตเพียงใด หากถึงเวลาที่สมควรจะ สามารถแก้ไขได้ กิจกรรมที่ 12 กุญแจความสำเร็จ วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมฝึก ความพยายามและอดทนกับ ปัญหา กิจกรรมที่ 13 อิมพอดิ ใช้พอดิ พอร์เปล่า วัตถุประสงค์ เพื่อให้รู้จักมองโลกในแง่ดี
(เชิงบวก 20,22,23) (เชิงลบ 19,21,24)		

ขั้นที่ 3 ตรวจสอบคุณภาพของชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นโดยเสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อพิจารณาตรวจสอบแล้ว ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อหาความตรง (Validity)ตามเนื้อหา ให้สอดคล้องกับนิยามเชิงปฏิบัติการ ปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง(IOC) โดยค่าดัชนีความสอดคล้อง(IOC) ที่ได้ คือ .96 (ภาคผนวก ง) ซึ่งถือว่ามีความตรงตามเนื้อหาที่ต้องการวัด

ขั้นที่ 4 นำชุดกิจกรรมแนะนำเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคที่ปรับปรุงแล้วไปใช้กับกลุ่มทดลองตามแผนชุดกิจกรรมที่กำหนดไว้

6.การเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการวิจัย โดยการนำชุดกิจกรรมแนะนำเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

ขั้นเตรียม

1) ขออนุญาตผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงกลางเพื่อทำการวิจัยในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

2) เตรียมกลุ่มตัวอย่าง แจกแบบประเมินความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือนมิถุนายน-เดือนกรกฎาคม 2558 จำนวน 466 คน คัดเอาผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำจำนวน 20 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling)

3) ปฐมนิเทศผู้เข้าร่วมรับการอบรมโดยการนำชุดกิจกรรมแนะนำเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ขั้นเก็บรวบรวมข้อมูล

1) ดำเนินการนำชุดกิจกรรมแนะนำเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคแก่ผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง เป็นเวลา 1 วัน

2) นำแบบประเมินความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคมาทดสอบซ้ำหลังการนำชุดกิจกรรมแนะนำเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค แก่ผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง

3) นำแบบประเมินความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคมาทดสอบซ้ำหลังการนำชุดกิจกรรมแนะนำเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคแก่ผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง ผ่านไป 2 สัปดาห์

7. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติพื้นฐาน ได้แก่

- 1) การหาค่าเฉลี่ย
- 2) การหาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

- 3) วิเคราะห์ความตรงเชิงเนื้อหา โดยใช้ดัชนีความสอดคล้องระหว่าง

ข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of item – Objective Congruence : IOC) ใช้สูตรดังนี้

$$IOC = \frac{\sum R}{n}$$

เมื่อ IOC = ดัชนีความสอดคล้อง

$\sum R$ = ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ

n = จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ

- 4) วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนก ของแบบประเมินความสามารถในการ

ฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขัง วิเคราะห์คุณภาพเป็นรายข้อ โดยการหาค่าอำนาจจำแนก วิธีทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยรายข้อของกลุ่มที่มีคะแนนสูงกับกลุ่มที่มีคะแนนต่ำ

4.1) รวมคะแนนของแบบประเมินทั้งฉบับของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคน

4.2) เรียงคะแนนจากคนที่ได้คะแนนสูงมาต่ำ

4.3) แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มที่มีคะแนนสูงและกลุ่มที่มีคะแนนต่ำ กลุ่ม

ละ 50% เช่นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน กลุ่มสูง 50% และกลุ่มต่ำ 50 % จะได้ประมาณกลุ่มละ 15 คน โดยกลุ่มสูง นับจากคนที่ได้คะแนนมากที่สุดคนที่ 1 ลงมาถึงคนที่ 15 และกลุ่มต่ำ นับจากคนที่ได้คะแนนน้อยที่สุดคนที่ 30 ขึ้นมาถึงคนที่ 16

4.4) หาค่าเฉลี่ย \bar{x} และค่าความแปรปรวน S^2 ของคะแนนแต่ละข้อในกลุ่มสูง และกลุ่มต่ำ

4.5) ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของ 2 กลุ่ม โดยใช้สูตร t-test ที่ระดับนัยสำคัญ(α) .01 โดยจากสูตร

$$t = \frac{\bar{x}_H - \bar{x}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2 + S_L^2}{n_H + n_L}}}$$

เมื่อ \bar{x}_H, \bar{x}_L = คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำในแต่ละข้อ

S_H^2, S_L^2 = ค่าความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำในแต่ละข้อ

n_H, n_L = จำนวนคนในกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำในแต่ละข้อ

5) วิเคราะห์ค่าความเที่ยงของแบบทดสอบ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค(Cronbach) ดังนี้

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ α แทน ค่าความเชื่อมั่น สัมประสิทธิ์แอลฟา

n แทน จำนวนข้อของแบบสอบถาม

$\sum S_i^2$ แทน ผลรวมความแปรปรวนแต่ละข้อ

S_t^2 แทน ความแปรปรวนรวมของแบบสอบถามทั้งฉบับ

สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

6) สถิติที่ใช้ทดสอบความแตกต่าง ของผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคและระยะหลังกับระยะติดตามการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ใช้ค่า t-test Pair (t-test dependent)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

เมื่อ t แทน ค่าสถิติที่จะใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤต เพื่อทราบความมีนัยสำคัญ

D แทน ค่าผลต่างระหว่างคู่คะแนน

n แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่างหรือจำนวนคู่คะแนน $df = n-1$ คือ .05

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัย เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1.1 เพื่อเปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง

1.2 เพื่อเปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างหลังการทดลองกับระยะติดตามผล

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลอง

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร จำนวน 20 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling)

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ แสดงเป็นจำนวนร้อยละดังนี้

1. ประชากรเป็นเพศหญิงทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 100.00
2. อายุ พบว่าผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ กลุ่มทดลอง เป็นวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง ซึ่งส่วนใหญ่มีช่วงอายุระหว่าง 36-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 25.00 อายุระหว่าง 31-35 ปี และ 41-45 ปี คิดเป็นร้อยละ 20.00 อายุระหว่าง 26-30 ปี และ 46-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 15.00 และอายุระหว่าง 21-25 ปี คิดเป็นร้อยละ 5.00
3. การศึกษา พบว่าผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่จบการศึกษา ระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 50.00 ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 40.00 และระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. คิดเป็นร้อยละ 10.00

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐาน

ตารางที่ 4.1 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลอง ระยะก่อนและระยะหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ดังนี้

กลุ่มตัวอย่าง	n	\bar{x}	S.D.	t
ระยะก่อนการทดลอง	20	56.35	2.58	4.716**
ระยะหลังการทดลอง	20	66.15	9.18	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01

จากตารางที่ 4.1 พบว่าภายหลังจากการทดลองผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค มีคะแนนความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ตารางที่ 4.2 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลอง ระยะหลังและระยะติดตามผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ดังนี้

กลุ่มตัวอย่าง	n	\bar{x}	S.D.	t
ระยะหลังการทดลอง	20	66.15	9.18	3.252**
ระยะติดตามผลการทดลอง	20	72.80	7.95	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01

จากตารางที่ 4.2 พบว่าความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิง กลุ่มทดลองในระยะติดตามผลหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค สูงขึ้นกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ว่าผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับการให้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคมีคะแนนความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่ต่างกัันนั้นแสดงว่าผู้ต้องขังหญิงมีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคเพิ่มมากขึ้นและมีความคงทนแม้เวลาจะผ่านไป 2 สัปดาห์



บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การเสนอผลการวิจัย เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้าง
ความสามารถในการแก้ปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิง
กลาง กรุงเทพมหานคร สรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

1.สรุปผลการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1.1 เพื่อเปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้าง
ความสามารถในการแก้ปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลอง
และหลังการทดลอง

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้าง
ความสามารถในการแก้ปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างหลังการทดลอง
กับระยะติดตามผล

1.2 วิธีดำเนินการวิจัย

1.2.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1) ประชากร เป็น ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง
กรุงเทพมหานคร จำนวน 466 คน

2) กลุ่มตัวอย่าง เป็น ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง
กรุงเทพมหานคร จำนวน 20 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling)

1.2.2 เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1) ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการแก้ปัญหา
อุปสรรค

2) แบบประเมินความสามารถในการแก้ปัญหาอุปสรรค

1.2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการขั้นตอน ดังนี้

- 1) แจกแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ที่ผ่านกระบวนการหาคุณภาพแล้วแก่ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร ในเดือน มิถุนายน 2558 จำนวน 466 คน
- 2) คัดเลือกเอาผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำแบบสุ่มอย่างง่าย จำนวน 20 คน เข้าร่วมทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค
- 3) ดำเนินการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคกับกลุ่มทดลอง ตาม โปรแกรม เมื่อเสร็จสิ้นการให้ชุดกิจกรรมแล้วให้ทำแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค
- 4) หลังดำเนินการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคกับกลุ่มทดลอง แล้ว 2 สัปดาห์ให้ทำแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคอีกครั้ง

1.2.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

มีการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

- 1) หาค่าดัชนีความสอดคล้อง ของแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค และชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค จากผู้เชี่ยวชาญเพื่อหาความตรงตามโครงสร้างและความตรงตามเนื้อหา
- 2) หาค่าความยากง่ายของแบบทดสอบรวมทั้งหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ และค่าความเที่ยงทั้งฉบับของแบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค
- 3) เปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยการทดสอบค่าที
- 4) เปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองระหว่างหลังการทดลองและระยะติดตามผล โดยการทดสอบค่าที
- 5) ทดสอบสมมติฐานตามค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยการทดสอบค่าทีของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง
- 6) ทดสอบสมมติฐานตามค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยการทดสอบค่าทีของกลุ่มทดลองระหว่างหลังการทดลองและระยะติดตามผล

1.3 ผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัย ดังนี้

1.3.1 หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิง พบว่าผู้ต้องขังหญิง มีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

1.3.2 ระยะเวลาติดตามผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิง ผ่านไป 2 สัปดาห์ พบว่าผู้ต้องขังหญิง มีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลองซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. อภิปรายผล

การศึกษาผลการวิจัย เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร 2558 สรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

2.1 หลังการทดลอง ผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามหลักการพัฒนากิจกรรมแนะแนวของสมร ทองดี และปราณี รามสูต(2545,น.29-41) ที่ให้คำเนิ่งถึง ลักษณะของสิ่งที่ต้องการพัฒนาความต้องการของผู้รับบริการ สภาพสังคมและปัญหาตามปัจจุบัน โดยให้สอดคล้องกับปรัชญาการแนะแนว ที่มุ่งเน้นในการพัฒนาและเสริมสร้างตนเอง สามารถแก้ปัญหา ป้องกันปัญหาได้ ในที่นี้ผู้วิจัยเลือกพัฒนาความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคตามที่ Stoltz (1997,PP106-115) ได้เสนอองค์ประกอบความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค มีทั้งหมด 4 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 1 C = Control หรือ ความสามารถในการควบคุม ดังชุดกิจกรรมแนะแนวฯ ชุดที่ 1 ด้านที่ 1 ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ คือ ความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อสถานการณ์ได้ เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นอย่างเข้าใจและตัดสินใจแก้ปัญหาได้ เช่น กิจกรรมที่ 2 สติมาปัญญาเกิดที่มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้เกิดสติในการรับรู้และสามารถควบคุมสติได้ กิจกรรมที่ 3 คิดและพูดทางบวกที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดความคิดเชิงรุก คำพูดในทางสร้างสรรค์เพื่อให้เกิดอำนาจต่อรองและสามารถควบคุมสถานการณ์ได้เมื่อมีปัญหาอุปสรรคและ

กิจกรรมที่ 4 เชื่อมันทำได้แน่ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดความมั่นใจและแสวงหาหนทางแก้ไข ปัญหาต่างๆได้ องค์ประกอบที่ 2 $O_2 = \text{Origin}$ หรือ การรับรู้ถึงจุดเริ่มต้นของปัญหา และOwnership หรือ การแสดงรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเอง ดังชุดกิจกรรมแนะแนวฯ ชุดที่ 2 ด้านที่ 2 การวิเคราะห์สาเหตุและความรับผิดชอบ คือ ความพยายามที่จะนำตัวเองเข้าไปแก้สถานการณ์และยินดี รับผิดชอบต่อปัญหาหรืออุปสรรคนั้นๆ โดยไม่ผลักความรับผิดชอบให้ผู้อื่น เช่น กิจกรรมที่ 5 ฝึกอย่างไรใครต้องแก้ ที่มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้รับรู้ถึงเหตุแห่งปัญหาและหนทางที่จะ แก้ปัญหาที่ตนเป็นผู้กระทำ กิจกรรมที่ 6 เดิมใจกันและกัน ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ตระหนักรู้ถึง ความเป็นเจ้าของปัญหา และแสดงความรับผิดชอบด้วยการนำตัวเองเข้าไปแก้สถานการณ์ต่างๆแม้ ไม่ใช่เรื่องของตนเอง และกิจกรรมที่ 7 รู้รับ รู้ผิด รู้ชอบ ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรม พยายามที่จะนำตัวเองเข้าไปแก้สถานการณ์และไม่ผลักภาระ แสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา

องค์ประกอบที่ 3 $R = \text{Reach}$ หรือความสามารถในการควบคุมการแพร่กระจายของปัญหา ดังชุด กิจกรรมแนะแนวฯ ชุดที่ 3 ด้านที่ 3 การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรคคือ วิธีคิดหรือวิธี มองปัญหาที่จะเข้าไปแก้ไขสถานการณ์นั้นว่า อยู่ในระดับใด มีจุดจบของปัญหา และทุกๆปัญหา ต้องมีทางออก เช่น กิจกรรมที่ 8 mild map ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สามารถเตรียมการรับมือและ เลือกรูปแบบการแก้ปัญหาได้อย่างมีระบบ กิจกรรมที่ 9 ลงมือทำ มีหวังเสมอ ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิด หรือมองปัญหาว่า อยู่ในระดับใด สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆได้ง่าย และกิจกรรมที่ 10 แผ่ เมตตาชนะทุกสิ่งที่มีวัตถุประสงค์เพื่อลดความคับข้องใจกับปัญหาอุปสรรคที่แก้ไขยังไม่ได้

และ องค์ประกอบที่ 4 $E = \text{Endurance}$ หรือ ความอดทนต่อปัญหา ดังชุดกิจกรรมแนะแนวฯ ชุดที่ 4 ด้านที่ 4 ความอดทนต่อความยากลำบากคือ ความสามารถของบุคคลที่จะอดทนและทนทานต่อ ปัญหาต่าง ๆ ได้โดยการมองโลกในแง่ดี เช่นกิจกรรมที่ 11 อุโมงค์แห่งแสงสว่าง ที่มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้มองปัญหาเป็นแม้จะยาวนานหรือใหญ่โตเพียงใดหากถึงเวลาที่สมควรจะสามารถแก้ไขได้

กิจกรรมที่ 12 ภูมิใจความสำเร็จ ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมฝึกความพยายามและอดทน กับปัญหา และกิจกรรมที่ 13 อิมพอดี ไซพอดี พอริเปล่า ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้รู้จักมองโลกในแง่ ดี ซึ่งรวมกันเป็น CO_2RE คือมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคนั้นเอง

อีกทั้งผู้วิจัยยังคำนึงถึงลักษณะของผู้รับบริการ ซึ่งเป็นผู้ต้องขังที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ ต้องการการปรับตัวทางสังคม เน้นกิจกรรมที่ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ ระหว่างผู้ต้องขังด้วยกันเองและผู้วิจัย ซึ่งสอดคล้องกับสมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545, น.48-51) ที่กำหนดขั้นตอนการจัดกิจกรรม สิ่งที่ต้องเน้นคือการจัดกิจกรรมที่มุ่งให้ผู้รับบริการนำผลการ เรียนรู้จากกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ โดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participatory learning) การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (experiential learning) และกระบวนการกลุ่ม

(group process learning) ทำให้ผู้รับบริการเกิดกระบวนการคิดและปฏิบัติ จากผลการศึกษาของลักเนอร์และแนดเลอร์ (Luckner & Nadler, 1997, Ibid: 14) ได้วางจรการเรียนรู้ 4 ขั้นตอนคือ “แลกเปลี่ยนประสบการณ์ > สะท้อนกลับการเรียนรู้ > สรุปสาระสู่ชีวิต > คิดและนำไปปฏิบัติ” เน้นการคิด วิเคราะห์ หาเหตุผลและเสนอแนวคิด ลักษณะของกิจกรรม จัดเป็นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้เทคนิคบทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง การสาธิต ทดลอง ฝึกปฏิบัติ ซึ่งผู้พัฒนากิจกรรมจะต้องเลือกให้เหมาะสมกับผู้รับบริการและปัจจัยสิ่งแวดล้อมอื่นๆ เช่น ความสิ้นเปลืองด้านงบประมาณ แรงงาน เวลา และความพร้อมของผู้จัดกิจกรรม เพื่อนำสิ่งที่เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง หรือที่เรียกว่า “นำองค์ความรู้สู่วิถีชีวิต” ซึ่งสอดคล้องกับมูโรและคอตท์แมน (Muro and Kottman, 1995. อ้างถึงใน สมร ทองดี และปราณี รามสูต 2545, น. 45-46) ที่กำหนดวัตถุประสงค์ว่า ควรเสริมสร้างให้ผู้รับบริการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ค้นหาความหมายให้ชีวิตด้านการเรียนรู้ทุกอย่างก้าวของประสบการณ์ พัฒนาให้มองตนเองในแง่บวก ศรัทธาและเห็นคุณค่าในตนเอง เพิ่มศักยภาพด้านการตระหนักรู้ตนเองและตระหนักในความสามารถที่จะแสดงตนในสังคมได้อย่างเหมาะสม ผู้วิจัยจึงได้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำที่มีประสิทธิภาพ ในการพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิงซึ่งได้ผลลัพธ์ออกมาว่าสูงขึ้นตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน (2552) ที่ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสรุปได้ว่าชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียน และกิจกรรมแนะแนวปกติสามารถพัฒนาคุณภาพนักเรียนได้ทั้งสองชุด แต่ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนสามารถพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนได้สูงกว่า ทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของจินตนา บัวเมียน (2550) ที่ศึกษาผลการฝึกเพื่อพัฒนาความเชื่อในการควบคุมสาเหตุและผลจากการกระทำของตน ของนักเรียนวัยรุ่นที่มีจิตลักษณะแตกต่างกันด้วยชุดกิจกรรมแนะแนว ในนักเรียนวัยรุ่น จำนวน 60 คน จำนวน 10 กิจกรรม พบว่าภายหลังการทดลองนักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีพฤติกรรมควบคุมตนเองในชั้นเรียนสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รวมถึงงานวิจัยของ ยุพาพรรณ ศิริอ้าย (2557) ที่ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดของเด็กกำพร้า มูลนิธิหวังไยเด็กกำพร้า จังหวัดเชียงใหม่ พบว่าเด็กกำพร้า ที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดมีคะแนน

ทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 หากยังสอดคล้องกับงานวิจัยของวิไลวรรณ อนันต์๊ะ (2554) ที่ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวควบคู่กับสื่อรูปภาพ เพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-5 โรงเรียนบ้านถ้ำ จังหวัดเชียงใหม่ พบว่าภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวควบคู่กับสื่อรูปภาพ เพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้อง และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของพรทรัพย์ ชื่นในเมือง (2554) ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมการมีจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีราชินูทิศ จังหวัดอุดรธานี พบว่าภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมนักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการมีจิตสาธารณะสูงขึ้นกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

2.2 ภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่า

ปัญหาอุปสรรคของผู้ต้องขังหญิง ผ่านไป 2 สัปดาห์ พบว่าผู้ต้องขังหญิง มีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่าผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับการให้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคมีคะแนนความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน จากการศึกษาวิจัย แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค ของผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ ในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพสามารถพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคได้ผลดี และมีความคงทนแม้ว่าผ่านระยะทดลองไปแล้ว 2 สัปดาห์ เนื่องจากผู้ต้องขังส่วนใหญ่เป็นผู้ด้อยโอกาส ที่จะได้รับการพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ในกระบวนการเรียน ในชั้นเรียน เนื่องจากส่วนใหญ่มีการศึกษาในระดับที่ต่ำกว่ามาตรฐานคือประถมศึกษา ก็ต้องออกมาใช้ชีวิตในสังคม ความไม่พร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ ขาดทักษะที่พึงมี อีกทั้งขาดผู้แนะแนวทาง ทำให้เป็นผู้ที่ไม่สู้ ท้อถอย ขาดกำลังใจและกำลังกายที่จะสู้ชีวิต จึงไปพึ่งกระบวนการที่ง่าย ได้เงินสบายๆ ทำให้เสี่ยงต่อการกระทำผิดซ้ำแล้ว ซ้ำอีก ดังนั้นเมื่อผู้วิจัยได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรคชี้แนะแนวทางแก่ผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง โดยใช้เวลาทดลองเสร็จสิ้นใน 1 วัน ภายหลังจากการทดลองผู้ต้องขังเริ่มมีสติรับรู้และมีความมั่นใจมากขึ้นว่าจะสามารถควบคุมปัญหาได้ มีความคิดสร้างสรรค์ ในการคิดจะทำหรือแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง รู้จักเหตุแห่งปัญหาว่าเกิดจากใคร และร่วมกับผู้อื่นในการแก้ปัญหาไม่ผลักภาระซึ่งกันและกัน คิดอย่างเป็นระบบมากขึ้น มองทุกปัญหามีทางออกเสมอไม่ว่า

จะช้าหรือเร็ว พร้อมกับมีความอดทนและพอเพียง และเมื่อได้นำกลับไปทดลองปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน ใช้ชีวิตร่วมกับผู้ต้องขังอื่นที่มาจากหลายนิเวศสถานที่มาอยู่ภายในเรือนจำเดียวกัน ในแต่ละวันพบปัญหาทั้งของตนเองและผู้อื่น อาจทำให้เกิดแนวคิดมากขึ้น มีความมั่นใจเพิ่มขึ้น จึงทำให้ผู้ต้องขังหญิงยังมีความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคคงทนต่อไปอีกสองสัปดาห์ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของบริษัท เอ็ม.พี. (MP Water Resources, 2005) ที่ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคกับภาวะผู้นำ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้บริหารของบริษัท เอ็ม.พี. จำนวน 60 คน โดยการอบรมและพัฒนาความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคกลุ่มตัวอย่าง จากการอบรมขั้นที่ 1 ผู้บริหารมีคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคเท่ากับ 132.30 ในระยะเวลา 60 วัน หลังการเข้าอบรมขั้นที่ 2 ผู้บริหารมีคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคเท่ากับ 172 จากผลการศึกษาคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคมีความสัมพันธ์กับการฝึกปฏิบัติ ยิ่งมีการฝึกปฏิบัติมาก คะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค ก็ยิ่งสูงขึ้นตามลำดับ

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

3.1.1 วิทยากรต้องมีความรู้ความเข้าใจ ควรศึกษาวัตถุประสงค์ของแต่ละกิจกรรม เพื่อการสื่อสารความหมายที่ถูกต้องของกิจกรรม ให้แก่กลุ่มบุคคลต่างๆ เพื่อประโยชน์สูงสุดของกลุ่มที่ได้รับ

3.1.2 เพิ่มระยะเวลาในการติดตามผลให้ยาวนานขึ้นเพื่อดูความคงทนของความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค

3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรปรับปรุงให้สามารถเข้าถึงกลุ่มผู้ที่ไม่สามารถอ่าน – เขียนได้ หรือพัฒนารูปแบบที่ง่ายขึ้นเพื่อเพิ่มศักยภาพของชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาและอุปสรรค

3.2.2 ควรนำกิจกรรมไปปรับใช้กับกลุ่มต่างๆ ให้หลากหลายมากขึ้นเช่น วัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ รวมทั้งเพศอื่น



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กนิษฐา แสตนสมบัติ. (2552). *การพัฒนาแนวทางการจัดกิจกรรมส่งเสริมจริยธรรมผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดเลย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไปได้ดีพิมพ์) มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, เลย.
- กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม. (2548). *คู่มือการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์, ปกหน้า ด้านใน. อ้างถึงใน *เทิดทูนวิชาชีพ สัจจะเสนา* (2554:1).
- กรมราชทัณฑ์. (2549). *โครงการวิจัยเรื่อง “การเฝ้าระวังผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมให้กระทำผิดซ้ำ”*. นนทบุรี: กลุ่มงานพัฒนาระบบด้านทัณฑวิทยา สำนักวิจัยและพัฒนากระบวนการราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรมและศูนย์วิจัยและพัฒนาอาชญาวิทยาและกระบวนการยุติธรรม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก สำนักงาน ป.ป.ส.
- กรมราชทัณฑ์. (2552). *โครงการศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัญหาการกระทำผิดซ้ำจากเรือนจำผู้ต้องขังเรือนจำ: ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ต้องขังวัยหนุ่ม”*. นนทบุรี: กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย สำนักวิจัยและพัฒนากระบวนการราชทัณฑ์.
- กรมราชทัณฑ์. (2553ก.). *รายงานการศึกษาวิจัยเรื่อง “วิเคราะห์การกระทำผิดซ้ำของผู้ถูกกักกัน”*. นนทบุรี: กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย สำนักวิจัยและพัฒนากระบวนการราชทัณฑ์.
- กรมราชทัณฑ์. (2553ข.). *รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์โครงการศึกษาวิจัย เรื่องการพัฒนารูปแบบและกระบวนการในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดกรมราชทัณฑ์* (เพลินใจ แต่เกษม...[และคนอื่นๆ]). กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย สำนักวิจัยและพัฒนากระบวนการราชทัณฑ์. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 กันยายน 2557. แหล่งความรู้งานวิจัย 2552-2556. จาก [http:// www.correct.go.th/](http://www.correct.go.th/)
- กรมราชทัณฑ์. (2556). *รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์โครงการการศึกษาวิจัยเรื่องการจัดทำมาตรการในการแก้ไขและบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังในเขตควบคุมพิเศษ*. (เพลินใจ แต่เกษม...[และคนอื่นๆ]). กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย สำนักวิจัยและพัฒนากระบวนการราชทัณฑ์. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 กันยายน 2557. แหล่งความรู้งานวิจัย 2552-2556. จาก <http:// www.correct.go.th/>

กรมราชทัณฑ์. (2556). รายงานการศึกษาวิจัย เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ”.

นนทบุรี: กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์.

กรมวิชาการ. (2544). แนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน. กรุงเทพมหานคร:

กระทรวงศึกษาธิการ.

_____. (2545). คู่มือการบริหารงานแนะแนว. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสนค้าและอุตสาหกรรม (รสพ.) กระทรวงศึกษาธิการ.

กรณีการ์ สุขสมัย. (2549). การพัฒนามาตรวัดความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค ตามทฤษฎีของสตอลทซ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 4. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.

โกสุมวดี จิตเกษม. (2555). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกแก่ผู้ติดยาเสพติดในกลุ่มผู้ใช้แรงงาน ของสำนักงานคุมประพฤติจังหวัดสมุทรปราการ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, นนทบุรี.

โกศล วงศ์สวรรค์ และ สติธิต วงศ์สวรรค์. (2546). ปัญหาสังคมไทย. กรุงเทพฯ: รวมสาส์น (1997) จำกัด. อ้างถึงใน จำเนียร ชุณหโสภาค และคณะสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยรามคำแหง (2551).

ขนิษฐา ผลงาม. (2556). ผลของการฝึกปฏิบัติโปรแกรมการเจริญสติ-สัมปชัญญะเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของพยาบาล โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, นนทบุรี.

จารุวรรณ แสงด้วง. (2556). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนผดุงปัญญา จังหวัดตาก. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, นนทบุรี.

จินตนา บัวเฟียน. (2550). ผลการฝึกเพื่อพัฒนาความเชื่อในการควบคุมสาเหตุและผลจากการกระทำของตนของนักเรียนวัยรุ่นที่มีจิตลักษณะแตกต่างกันด้วยชุดกิจกรรมแนะแนว. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, นนทบุรี.

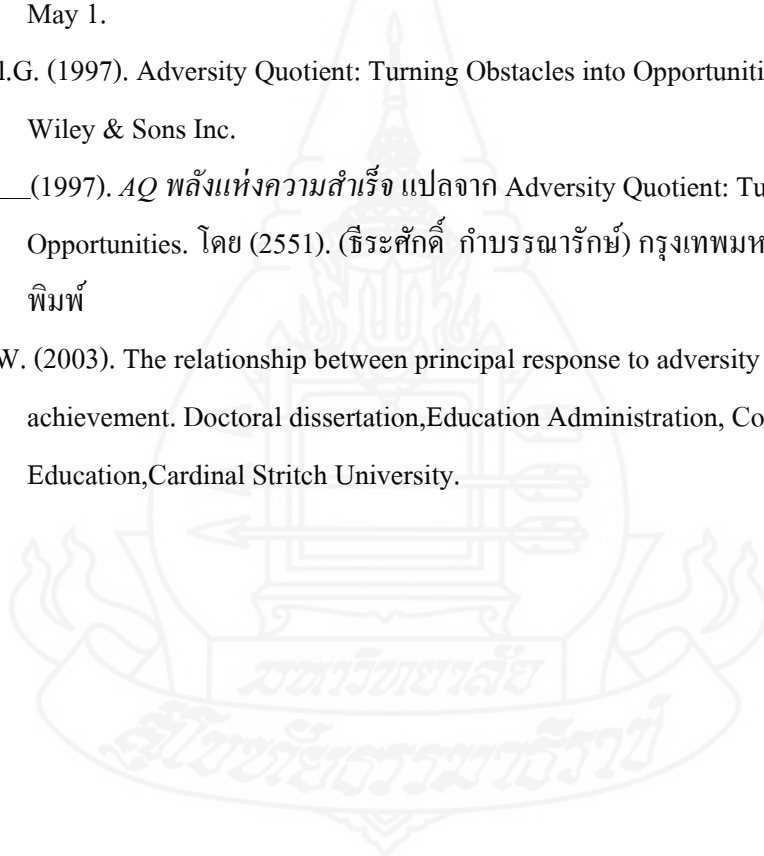
- จักรคุลย์ มนตรีกุล ณ อรุชยา. (2557). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนานุยุสัมพันธ์กับเพื่อนในชั้นเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่5 โรงเรียนคณะราษฎรบำรุงปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาดุษฎีบัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- จำเนียร ชุณหโสภาค และคณะสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยรามคำแหง (2551). รายงานการวิจัยการศึกษาปัจจัยที่เป็นสาเหตุของการกระทำความผิดซ้ำในคดีอาชญากรรม. สนับสนุนโดย สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามอาชญากรรม.
- บุญบากร ตันทวารณ. (2545). การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง ตามแนวคิดของคูเปอร์สมิธและพฤติกรรมกรรมการเรียนที่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในโรงเรียนเขलगันคร จังหวัดลำปาง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาดุษฎีบัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ปราณี งามสุด. (2533). ทักษะการจัดกิจกรรมแนะแนวในคาบเรียน: เอกสารการสอนชุดวิชาประสบการณ์วิชาชีพแนะแนว หน่วยที่ 7 หน้า 271. นนทบุรี: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ปภาสิณี แซ่ตี้ว. (2555). ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟื้นฟูสภาพภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง กับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหาของหัวหน้าหอผู้ป่วยใน 3 จังหวัดชายแดนใต้. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาดุษฎีบัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- เป็นไท เทวินทร์. (2556). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะการตัดสินใจเลือกแนวทางการศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านสันป่าสัก จังหวัดเชียงใหม่. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาดุษฎีบัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2545). การพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา: ใน ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว หน่วยที่10 หน้า80. นนทบุรี: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- แผนแม่บท ด้านการแก้ไขฟื้นฟูพัฒนาพฤตินิสัย กรมราชทัณฑ์, ประจำปี 2552-2556, (มปก. ที่พิมพ์, 2552), หน้า7. (อ้างถึงในเทิดทูนวิศิษฐ์ สังข์สะณา 2554, น.1).
- แผนแม่บทการบริหารงานยุติธรรมแห่งชาติ พ.ศ.2558-2561, น.7 , 9.

- พรทรัพย์ ชื่นในเมือง. (2554). ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมการมีจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีราชินูทิศ จังหวัดอุดรธานี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- พรรณพิศ จันทสุวรรณ. (2556). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านอยู่อย่างพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดคูแฉ่ง จังหวัดสงขลา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- พรสวรรค์ ภัทรบรรพต. (2556). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กกลุ่มด้อยโอกาสของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 23 จังหวัดพิษณุโลก. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- พยัคฆ์ภูธร (2556). ชุดกิจกรรม. สืบค้นจาก newnaew.net
- พิสมัย เกตุสุวรรณ. (2545). ปัจจัยทางสังคมกับการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังหญิง : กรณีศึกษาทัณฑสถานหญิงกลาง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ยุพาพรรณ ศิริอ้าย. (2557). การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์เชิงใหม่. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ราตรี ประชุมพันธ์. (2551). ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรและทัศนคติที่ดีต่อการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนบ้านหนองไร่ จังหวัดยโสธร. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- รัตนา ปรีชาสุชาติ. (2552). ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคการสนับสนุนทางสังคมและคุณภาพชีวิตของหญิงที่สามีเสียชีวิตจากสถานการณ์ความรุนแรงในจังหวัดยะลา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- วรรณุช เอกจริยกร. (2552). การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม กรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.

- วรรณพร สชนเสาวภาคย์. (2551). *ความสัมพันธ์ระหว่างเชาว์อารมณ์ ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคและความพึงพอใจในการทำงาน:กรณีศึกษา บริษัทประกันภัยแห่งหนึ่ง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- วัชรินทร์ ทรัพย์มี. (2545). *การพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม: ในประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว*. หน่วยที่ 12 หน้า 150-153. นนทบุรี: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- _____ . (2555) *การพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม: ในประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา*. หน่วยที่ 9 หน้า 12-7,12-8. นนทบุรี: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- วิทยา นาควัชร. (2557). *เลี้ยงลูกให้เก่งดีมีสุข IQ EQ MQ AQ*. (พิมพ์ครั้งที่ 6) ฉบับปรับปรุงใหม่. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์บุ๊ค เซ็นเตอร์.
- วิไลวรรณ อนันต์ตะ. (2554). *ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวควบคู่กับสื่อรูปภาพ เพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-5 โรงเรียนบ้านถ้ำ จังหวัดเชียงใหม่*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน. (2552). *ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ศิริวรรณ อินทรวัฒนา. (2553). *ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมความเอื้ออาทรของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ โรงเรียนสาธิตลืออำนาจ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต กรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ศันสนีย์ นัทรูปต์. (2544). *เทคนิคสร้าง IQ EQ AQ 3Q เพื่อความสำเร็จ*. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์บุ๊คเซ็นเตอร์.
- ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศ กรมราชทัณฑ์ นนทบุรี *ตารางที่ 6 สถิตินักโทษเด็ดขาด แยกตามจำนวนครั้งที่ต้องโทษ* สํารวจ ณ วันที่ 31 พฤษภาคม 2554, 31 พฤษภาคม 2555, 31 พฤษภาคม 2556, 1 พฤษภาคม 2557 และ 1 มีนาคม 2558.
- สมชาติ กิจยรรยง. (2554). *12Q ที่ดี เพื่อสร้างชีวิตให้มีความสุข*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ Powerful life.

- สมร ทองดีและปราณี งามสุด. (2545). *แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว: ใน ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว*. นนทบุรี: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุปราการ ภัคดีงาม. (2553). *การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคสำหรับนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- สุพัตรา เขียวหวาน. (2556). *ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะการรู้สารสนเทศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม จังหวัดนนทบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). *การศึกษายอมรับความรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์: ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟูอุปสรรค*. กระทรวงศึกษาธิการ.
- อรัญ สุวรรณบุปผา. (2518). *หลักอาชญาวิทยา*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช. (อ้างถึงใน จำเนียร ชุณหโสภาค และคณะ. (2551, น. 16-17).
- อลิสสา กุระมะสุวรรณ. (2552). *ผลของชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ แผนกพาณิชยการวิทยาลัยเทคนิคจันทบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- อลิสสา มหาสวัสดิ์. (2550). *อิทธิพลของปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยชุมชนและความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคของผู้นำชุมชนที่มีต่อการเสริมสร้างพลังในชุมชน: กรณีศึกษา องค์การบริหารส่วนตำบลในเขตภาคใต้ของประเทศไทย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- Butt. (1974). *The Teaching of science A Self-directed Playing Guide*. New York: Harpar Row.
- Chao Ming Lin. (2003). *Adversity response profile of eastern and western university leaders*. (Master's thesis, department of Educational Administration, University of South Dakota).
- Deloitte Touche. (2005). *Great Lakes Region, measuring AQ and Performance*. AQ Performance studies. http://www.peaklearning.com/measuring.com/measuring-aq_studies.htm May 1.

- Kottman,Terry,Ashby,Jeffrey S. & Degraaf,Donald. (2001). Adventures in Guidance How to Integrate Fun into Your Guidance Program Alexandria: Library of Congress Cataloging Publication. อ้างถึงในสมร ทองดีและปราณี รามสูต. (2545). แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว. ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว หน่วยที่ 9 หน้า 20-29,45-46 นนทบุรี สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- MP Water Resources. (2005). A Water Utility Company located in II Stated,Including Florida Water Services. The largest Private Water Utility in Florida.” AQ Performance studies. http://www.peaklearning.com/measuring.com/measuring-aq_studies.htm May 1.
- Stoltz,Paul.G. (1997). Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities. New York: John Wiley & Sons Inc.
- _____ (1997). *AQ พลั้่งแห่งความสำเร็จ* แปลจาก Adversity Quotient: Turning Opportunities. โดย (2551). (ธีระศักดิ์ กำบรณารักษ์) กรุงเทพมหานคร: ชรรคมถการพิมพ์
- Williams,W. (2003). The relationship between principal response to adversity and student achievement. Doctoral dissertation,Education Administration, College of Education,Cardinal Stritch University.





ภาคผนวก

มหาวิทยาลัย

สกลนครราชภัฏ



ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

สภามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

๑. นางสาวสมสกุล แอลเฟรด

วุฒิการศึกษา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (สิ่งแวดล้อมศึกษา)
มหาวิทยาลัยมหิดล

ตำแหน่ง นักทัศนวิทยา ชำนาญการพิเศษ

สถานที่ทำงาน กรมราชทัณฑ์

๒. นางพิสมัย เกตุสวงษ์

วุฒิการศึกษา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม)
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ตำแหน่ง นักทัศนวิทยา ชำนาญการ

สถานที่ทำงาน ทัณฑสถานหญิงกลาง

๓. นางนุชลี วรรณปลัมภ์

วุฒิการศึกษา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (การบริหารงานยุติธรรม)
มหาวิทยาลัยเกริก

ตำแหน่ง นักจัดการงานทั่วไป ชำนาญการ

สถานที่ทำงาน ทัณฑสถานหญิงกลาง

๔. นางสาวเนาวรัตน์ สุขมะโน

วุฒิการศึกษา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (การบริหารงานยุติธรรม)
มหาวิทยาลัยเกริก

ตำแหน่ง นักทัศนวิทยา ชำนาญการ

สถานที่ทำงาน ทัณฑสถานหญิงกลาง

๕. นางสาวศราวดี ชัยจินดา

วุฒิการศึกษา วิทยาศาสตร์บัณฑิต
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ตำแหน่ง นักจิตวิทยา ชำนาญการ

สถานที่ทำงาน กรมราชทัณฑ์



ภาคผนวก ข

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

คำชี้แจง

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค สำหรับผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ สร้างขึ้นเพื่อใช้ในการพัฒนาความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคอย่างอดทนและไม่ย่อท้อ สามารถเปลี่ยนปัญหาอุปสรรค ให้เป็นโอกาสที่ได้พัฒนาคนให้ดียิ่งขึ้น เพื่อความสำเร็จของเป้าหมายในชีวิต และเพื่อเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำให้สามารถกลับมาเป็นคนดีคืนสู่สังคมได้ ตามองค์ประกอบที่จะพัฒนา 4 ประการ คือ

- 1) มีความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ได้เมื่อต้องเผชิญปัญหาอุปสรรค
- 2) มีความสามารถในการวิเคราะห์สาเหตุและความรับผิดชอบ
- 3) มีความสามารถในการรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค
- 4) มีความสามารถในการอดทนต่อความยากลำบาก

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค สำหรับผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ เหมาะสมกับการทำกลุ่มครั้งละ 20-30 คน เนื่องจากความทั่วถึงในการดูแลและสร้างความเข้าใจแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีทั้งหมด 14 กิจกรรมดังนี้ กิจกรรมที่ 1 เป็นการปฐมนิเทศ เพื่อแจ้งให้ทราบถึงวัตถุประสงค์การทำกิจกรรม สร้างความรู้จักและละลายพฤติกรรมผู้เข้าร่วมกิจกรรม ต่อด้วยชุดกิจกรรมพัฒนาองค์ประกอบ ทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ ด้านรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค และด้านความสามารถในการอดทนต่อความยากลำบาก ด้านละ 3 กิจกรรม และกิจกรรมปัจฉิมนิเทศ เพื่อสรุปกิจกรรม รวมระยะเวลา 1 วัน โดยใช้ขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนวของลัดเดอร์และแนคเลอร์ 4 ขั้นตอน

- 1) ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์
- 2) ขั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้
- 3) ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต
- 4) ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

**ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรค
สำหรับผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ**

กิจกรรมที่ 1	ปฐมนิเทศ	15	นาที
ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 1	ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์	90	นาที
กิจกรรมที่ 2	สติมาปัญญาเกิด	30	นาที
กิจกรรมที่ 3	คิดและพูด เชิงบวก	30	นาที
กิจกรรมที่ 4	เชื่อมั่นทำได้แน่	30	นาที
ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 2	การวิเคราะห์สาเหตุและความรับผิดชอบ	90	นาที
กิจกรรมที่ 5	ผูกอย่างไรใครต้องแก้	30	นาที
กิจกรรมที่ 6	เต็มใจกันและกัน	30	นาที
กิจกรรมที่ 7	รู้รับ รู้ผิด รู้ชอบ	30	นาที
ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 3	การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค	90	นาที
กิจกรรมที่ 8	Mild map ชีวิต	30	นาที
กิจกรรมที่ 9	ลงมือทำ มีหวังเสมอ	30	นาที
กิจกรรมที่ 10	แผ่เมตตาชนะมาร	30	นาที
ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 4	ความอดทนต่อความยากลำบาก	90	นาที
กิจกรรมที่ 11	อุโมงค์แห่งแสงสว่าง	30	นาที
กิจกรรมที่ 12	กุญแจความสำเร็จ	30	นาที
กิจกรรมที่ 13	อ้อมพอดิ ใช้พอดิ พอริเปล่า	30	นาที
กิจกรรมที่ 14	ปัจฉิมนิเทศ	45	นาที
รวมระยะเวลา		720	นาที

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

กิจกรรมที่ 1

ชื่อกิจกรรม ปฐมนิเทศ

จุดประสงค์

1. แจ้งให้ทราบถึงวัตถุประสงค์การทำกิจกรรม
2. เพื่อละลายพฤติกรรมผู้เข้าร่วมกิจกรรม
3. สร้างความรู้จัก ความคุ้นเคยระหว่างกัน

เวลา 15 นาที

สื่อ/อุปกรณ์

1. กระดาษโน้ต ขนาด 1"x 3"
2. ปากกา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมยืนล้อมเป็นวงกลมหันหน้าจับคู่เข้าหากัน และให้แนะนำตัวเอง สลับที่เลื่อนไปข้างหน้าเรื่อยๆ จนกลับมาจับกับคู่เดิม ขณะดำเนินการดังกล่าวให้ผู้จัดกิจกรรมเปิดเพลงประกอบที่มีจังหวะครึกครื้นเพื่อสร้างบรรยากาศสนุกสนาน พร้อมให้ผู้ร่วมกิจกรรมมีลีลาประกอบเพลงไปด้วยเป็นการละลายพฤติกรรม

2. เมื่อผู้ร่วมกิจกรรมทำความรู้จักกันจนครบถ้วนแล้ว ให้ผู้จัดกิจกรรมแนะนำตนเอง พร้อมแจ้งจุดประสงค์ในการจัดกิจกรรมครั้งนี้ ตามคำชี้แจง ของการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค สำหรับผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดซ้ำ

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมผลัดกันพูดคนละ 10 วินาทีหรือเขียนข้อความลงในกระดาษคนละ 1 ประโยคถึงข้อดีในการทำความรู้จักกัน

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมสรุปข้อดีที่แต่ละคนออกความเห็นว่ามีอะไรบ้าง เรียงลำดับความความคิดเห็นที่มากไปหาน้อย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมกล่าวสรุปเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และจะนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันกับเพื่อนผู้ต้องขังด้วยกันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล สังเกตจากการซักถาม การตอบคำถาม และความร่วมมือในการทำกิจกรรม

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 1 ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์

กิจกรรมที่ 2

ชื่อกิจกรรม สติมาปัญญาเกิด

จุดประสงค์ เพื่อให้เกิดสติในการรับรู้และสามารถควบคุมสติได้

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ 1. ใบตัวอย่างข่าว
2. Mind map

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมล้อมวงเป็นวงกลมแล้วนอนเอาศีรษะเข้าวางในปลายเท้าชี้ออกนอกวง ให้ทุกคนหลับตาลง หายใจเข้า-ออกอย่างช้าๆ ค่อยๆนับ โดยเริ่มจากหายใจเข้านับ 1 หายใจออกนับ 2 นับไปเรื่อยๆจนถึง 8 แล้วเริ่ม 1 ใหม่

2. ผู้จัดกิจกรรมทำให้เกิดเสียงดังขึ้น เช่น ตีกลอง ตบประตู่ หรืออุปกรณ์อื่นที่หาได้หากมีผู้ร่วมกิจกรรมลุกขึ้น ให้ส่งคนที่ลุกขึ้นมานอนลงต่อไปและให้ผู้ร่วมกิจกรรมหลับตาลง หายใจเข้า-ออกอย่างช้าๆ ค่อยๆนับ 1-8 ไปเรื่อยๆและห้ามลุกขึ้นมาอีก

3. ผู้จัดกิจกรรมทำให้เกิดเสียงดังขึ้นอีกครั้งพร้อมเล่าข่าวให้ฟังและให้ผู้ร่วมกิจกรรมจินตนาการว่าตนอยู่ในเหตุการณ์นั้นในขณะที่ทุกคนยังหลับตาลง หายใจเข้า-ออกอย่างช้าๆ ค่อยๆนับ 1-8 ไปเรื่อยๆ

ขั้นตอนที่ 2 ชั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ผู้จัดกิจกรรม สั่งให้ทุกคนลุกขึ้นมา และลืมตาขึ้น หายใจเข้า-ออกอย่างช้าๆ ค่อยๆนับ 1-8 ไปเรื่อยๆ แจก Mind map ให้เขียนประโยคสั้นๆบอกถึงสิ่งที่ตนจินตนาการถึง เหตุการณ์ที่ผ่านมา ตามหัวข้อที่กำหนดไว้ใน Mind map ดังนี้

เมื่อได้ยินเสียงดังครั้งแรก ใสความรู้สึกลงไปว่าคิดอย่างไร และคิดว่าเกิดจากอะไร

เมื่อได้ยินเสียงดังครั้งที่สอง รู้สึกเหมือนครั้งแรกหรือไม่ อย่างไร

เมื่อได้ยินข่าว รู้สึกอย่างไร คิดจะทำอย่างไรในสถานการณ์นั้น

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรม สรุปให้ผู้ร่วมกิจกรรมรู้ถึงข้อดีของการหายใจเข้า-ออกอย่างช้าๆ ว่าการฝึกกำหนดลมหายใจทำให้เรามีสติชัดเจนอยู่กับหายใจ แล้วการที่ต้องนับ 1-8 ไปด้วย เป็นการจดจ่ออยู่กับสิ่งที่กำลังปฏิบัติอยู่ทำให้เกิดสมาธิทำให้มีสติในการรับรู้

2. ผู้จัดกิจกรรม สรุปให้ผู้ร่วมกิจกรรมรู้ถึงการทำให้เกิดเสียงดังขึ้น ถึงสองครั้ง และการได้ยินข่าวสารที่อยู่ในสถานะเหตุการณ์ฉุกเฉินว่าต้องการให้ใช้สติในการรับรู้ว่า หากเกิดอะไรขึ้นไม่ควรตระหนกตกใจ ควรตั้งตนอยู่ในความมีสติ

3. ผู้จัดกิจกรรม สรุปให้ผู้ร่วมกิจกรรมรู้ถึงประโยชน์ของการใช้ Mind map ในการสื่อความคิดและความรู้ดีกว่า เป็นการจัดลำดับความคิดที่เกิดขึ้นอย่างเป็นระบบ เป็นขั้นตอนจะทำให้เกิดสติในการรับรู้และควบคุมสติได้

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล 1. สังเกตจากการซักถาม การตอบคำถาม และความร่วมมือในการทำกิจกรรม

2. Mind map

กิจกรรมที่ 2 สติมาปัญญาเกิด

ตัวอย่างข่าว

(หลังจากทำเสียงดังครั้งที่ 2) (ใช้น้ำเสียงการเล่าที่ตื่นเต้น กระชับไม่เร่งรีบมาก)

ในขณะนั้นผู้คนพลุกพล่านมาก รถยนต์ มอเตอร์ไซด์ วิ่งพลุกพล่านไปหมด มีเสียงผู้หญิงกรี๊ดร้องดังขึ้นมา พร้อมกับเสียงเบรคของรถยนต์ มีชายคนหนึ่งล้มลงที่หน้าตลาด มีคนตะโกนร้องขอความช่วยเหลือ บางคนช่วยโทรเรียกรถพยาบาล บางคนจับกลุ่มคุยกันถึงสาเหตุว่าเค้าเป็นอะไร เกิดอะไรขึ้นนะ บางคนว่าเขาเสียชีวิตแล้ว (หยุดเล่า 10 วินาที) ขณะนั้นเอง.... ชายคนดังกล่าวได้ลุกขึ้นมาในสภาพมีนงงแล้วเดินจากไปท่ามกลางกลุ่มคน

กิจกรรมที่ 2 สติมาปัญญาเกิด

Mind map

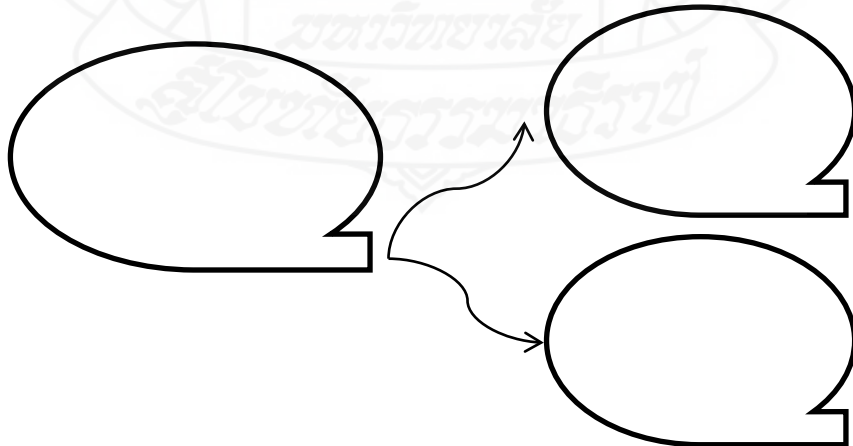
เมื่อได้ยินเสียงดังครั้งแรก



เมื่อได้ยินเสียงดังครั้งที่ 2



เมื่อได้ยินข่าว



ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 1 ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์

กิจกรรมที่ 3

ชื่อกิจกรรม คิดและพูดทางบวก

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้เกิดความคิดเชิงรุก คำพูดในทางสร้างสรรค์เพื่อให้เกิดอำนาจต่อรอง และสามารถควบคุมสถานการณ์ได้เมื่อมีปัญหาอุปสรรค

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ 1. ใบงานกิจกรรมที่ 3

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแจกใบงานกิจกรรมที่ 3 ให้ผู้ร่วมกิจกรรมเปลี่ยนประโยคที่คิดว่าพูดไปแล้วจะทำให้เหตุการณ์ดีขึ้นและสามารถชนะใจคนฟังได้

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมสลับกันออกมาพูดถึงข้อความที่ตนเองได้เปลี่ยนแปลงแล้วดีขึ้นอย่างไรแล้วให้เพื่อนๆช่วยออกความเห็นว่ามีฟังแล้วรู้สึกดีขึ้นหรือไม่

2. ผู้จัดกิจกรรม ยกตัวอย่างประโยคคำพูดและการคิดในแง่ลบ ว่าหากเกิดมีเหตุการณ์ที่ผู้อื่นใช้ถ้อยคำที่ไม่ดีทำให้เกิดผลเสียอย่างไร และหากเราจะเปลี่ยนคำพูดและความคิดให้เป็นไปในทางสร้างสรรค์ จะมีผลดีกว่ามั๊ย

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมสรุปให้ผู้ร่วมกิจกรรมทุกคนรู้ถึง เหตุผลในการที่แต่ละคนต้องเปลี่ยนประโยคเหล่านั้นเพื่อเป็นการเพิ่มความคิดในทางสร้างสรรค์ คือการคิดดี พูดดี จะทำให้ปัญหาอุปสรรคถูกคลี่คลายโดยง่าย และทำให้เกิดอำนาจต่อรองสามารถควบคุมสถานการณ์ได้ง่าย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล ใบงานกิจกรรมที่ 3

กิจกรรมที่ 3 คิดและพูดทางบวก

1. พอแล้วนะ รู้แล้ว รู้จริง พูดมากอยู่ได้

2. มีอะไรอีกไหม ถ้าไม่มีจะวางสายแล้วนะ

3. พูดยังไงก็ไม่เข้าใจ ไม่ต้องมาถามแล้วนะ

4. บอกก็ครั้งแล้ว ว่าไม่ต้องทำ ทำไปก็ไม่เห็นจะดี

5. ความคิดแบบนี้มันเซไปละ สมัยนี้ทำไม่ได้หรอก

6. บอกก็ครั้งละว่าอย่ากินของเหลือ ไม่รู้จักจำ

7. ฉันทุแล้ว รู้ว่าต้องทำตัวยังไง ไม่ต้องพูดมากได้มัย

8. บอกก็ครั้งแล้วว่าไม่ต้องมายุ่ง

9. เก็บของอะไรเอะแยะไปหมด ใช้อะไรก็ได้ รกบ้าน

10. ทีหลังไม่ต้องทำเพื่อนะ ไม่ชอบกิน

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 1 ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์

กิจกรรมที่ 4

ชื่อกิจกรรม เชื้อมั่นทำได้แน่

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้เกิดความมั่นใจและแสวงหาหนทางแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ 1. ดินน้ำมัน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแจกดินน้ำมันคนละก้อน ให้ผู้ร่วมกิจกรรมปั้นอะไรก็ได้ตามใจตนเองภายในเวลา 5 นาที

2. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมแบ่งกลุ่มเป็น 2 กลุ่ม แต่ละกลุ่มช่วยกันนำสิ่งที่แต่ละคนปั้นมารวมกันให้เป็นชุมชนในฝัน ภายในเวลา 15 นาที

ขั้นตอนที่ 2 ชั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายความรู้สึกที่ถูกสั่งให้ปั้นอะไรก็ได้ว่าคิดอย่างไรแล้วทำไม ถึงเลือกปั้นสิ่งนั้นออกมา

2. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายความรู้สึกที่ถูกสั่งให้ช่วยกันนำสิ่งที่แต่ละคนปั้นมารวมกันให้เป็นชุมชนในฝัน ภายในเวลา 15 นาที ว่ารู้สึกอย่างไรขณะที่ทำ เกิดอะไรในกลุ่มบ้าง

ขั้นตอนที่ 3 ชั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ความรู้ถึงความหมายของการปั้นดินน้ำมันว่าเปรียบเหมือนการที่ทุกคนตั้งใจที่จะทำอะไรสักอย่างหรืออยู่ในเหตุการณ์ใด ก็สามารถที่จะควบคุมและทำได้ด้วยตนเอง การควบคุมทำให้เกิดการมีอำนาจแก่ตนเอง และอาจส่งผลต่อผู้อื่นด้วย

2. ผู้จัดกิจกรรมให้ความรู้ถึงการนำดินน้ำมันที่แต่ละคนปั้นมารวมกันหมายถึงการรับรู้ว่ามีสิ่งต่างๆสามารถเกิดขึ้นได้ การร่วมมือร่วมใจกันในการที่จะนำสิ่งที่แต่ละคนได้ปั้นขึ้นมาตามความคิดของตนไปรวมให้เป็นเรื่องเดียวกันเหตุการณ์เดียวกันในเวลาที่จะจำกัดและสถานการณ์ที่

รับแรงนั้น ต้องอาศัยความสามารถในการควบคุมเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น ความยืดหยุ่น ความ
 กระฉับกระเฉง พยายามที่จะหาทางออกให้แก่สิ่งที่ตนได้ลงมือทำมาของตัวละครจากดินน้ำมัน ที่
 ขณะนี้เปรียบเสมือนปัญหาอุปสรรคที่ต้องได้รับการแก้ไข ของคนในกลุ่มที่เสมือนครอบครัวหรือ
 ชุมชนเป็นตัวส่งเสริมในการแก้ไขปัญหาอุปสรรคต่างๆให้ดียิ่งขึ้น

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และ
 จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล ใบบันทึกกิจกรรมที่ 4 เชื่อมันทำได้แน่

ใบบันทึกกิจกรรมที่ 4

เชื่อมันทำได้แน่

ให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายความคิดความรู้สึกตามหัวข้อต่อไปนี้

1. คุณคิดว่ากิจกรรมนี้ทำให้คุณรู้สึกมั่นใจที่จะทำอะไรด้วยตัวเองมากขึ้นหรือไม่
 เพราะ

2. คุณคิดว่ากิจกรรมนี้ทำให้คุณรู้สึกมั่นใจว่าจะสามารถควบคุมและแก้ปัญหา
 อุปสรรคต่างๆที่เข้ามาในชีวิตได้หรือไม่เพราะอะไร

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 2 การวิเคราะห์สาเหตุและความรับผิดชอบ

กิจกรรมที่ 5

ชื่อกิจกรรม ผูกอย่างไร ใครต้องแก้

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้รู้ถึงเหตุแห่งปัญหาและหนทางที่จะแก้ปัญหาที่ตนเป็นผู้กระทำ

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ เชือกเงื่อนหรือเชือกฟางยาวประมาณ 30 ซม.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแจกเชือกเงื่อนให้คนละ 1 เส้น และอธิบายกติกาการผูกเชือกเงื่อนว่าให้ผูกมัดให้แน่นที่สุดเพื่อจะให้เพื่อนเป็นผู้แก้เงื่อนนั้นให้

2. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมผูกเชือกเงื่อนตามใจชอบใช้เวลา คนละ 5 นาที หลังจากนั้นสั่งให้ทุกคนแก้เงื่อนด้วยตนเอง

ขั้นตอนที่ 2 ชั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมแสดงความคิดเห็นว่ารู้สึกอย่างไรเมื่อได้รับคำสั่งในครั้งแรกว่าให้ผูกเชือก โดยจะให้ผู้อื่นเป็นคนแก้มัดให้

2. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมแสดงความคิดเห็นว่ารู้สึกอย่างไรเมื่อได้รับคำสั่งว่าให้แก้มัดเชือกด้วยตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 ชั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมสรุปผลการทำกิจกรรมในชั้นแรกว่าการที่เราเป็นผู้กระทำและคิดที่จะผลักภาระหรือความรับผิดชอบไปให้ผู้อื่นเป็นสิ่งที่ไม่สมควรกระทำ ควรที่จะรับผิดชอบจากการกระทำของตนเอง เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ถึงความเป็นเจ้าของปัญหา

2. ผู้จัดกิจกรรมสรุปผลการทำกิจกรรมในชั้นที่สอง ที่ให้แก้มัดเชือกเองนั้น เพื่อให้รับรู้ถึงจุดเริ่มต้นของปัญหา นำไปสู่การประเมินในสิ่งที่ทำ และสิ่งที่ควรปรับปรุง เพื่อนำไปสู่การแก้ไขปัญหาอุปสรรคต่อไป

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าอย่างไร และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล ใบบันทึกกิจกรรมที่ 5 ผูกอย่างไรใครต้องแก้

ใบบันทึกกิจกรรมที่ 5

ผูกอย่างไรใครต้องแก้

ให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายความคิดความรู้สึกตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ตอนที่ผูกเชือกเงื่อนคุณคิดและรู้สึกอย่างไร

2. ตอนที่ต้องแก้เชือกเงื่อนคุณคิดและรู้สึกอย่างไร

3. คุณได้รับความรู้อะไรจากกิจกรรมนี้

4. คุณชอบกิจกรรมนี้หรือไม่เพราะอะไร

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 2 การวิเคราะห์สาเหตุและความรับผิดชอบ

กิจกรรมที่ 6

ชื่อกิจกรรม เต็มใจกันและกัน

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ตระหนักรู้ถึงความเป็นเจ้าของปัญหา และแสดงความรับผิดชอบด้วยการนำตัวเองเข้าไปแก้สถานการณ์ต่างๆแม้ไม่ใช่เรื่องของตนเอง

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ -

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมจับคู่กันและให้เตรียมเล่าเรื่องที่คิดว่าเป็นปัญหา
2. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมจับคู่กันและเข้าแถวตามแนวลึกและให้แต่ละคู่นั่งเหยียดขาตามสบายหันหลังชนกัน โดยที่ทุกคนหลับตาแล้วเริ่มผลัดกันเล่าเรื่องที่เตรียม
3. เมื่อฝ่ายหนึ่งเล่าจบให้ทั้งร่วมกันบอกว่าใครคือต้นเหตุในปัญหาอุปสรรคของเรื่อง และหาวิธีแก้ปัญหา เมื่อเสร็จสิ้นแล้วเปลี่ยนให้อีกฝ่ายทำเหมือนกัน โดยให้เวลาครั้งละ 5 นาที

ขั้นตอนที่ 2 ชั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมคู่ที่สมัครใจจะเปิดเผยเรื่องราวของตนออกมา พูดถึงความรู้สึกที่ได้เล่าเรื่องราวของตนให้ผู้ฟัง
2. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมคู่ที่สมัครใจจะเปิดเผยเรื่องราวของตนออกมา พูดถึงความรู้สึกที่ได้รับรู้เรื่องราวของผู้อื่น และยังมีส่วนร่วมในการออกความคิดเห็นเพื่อช่วยแก้ปัญหาอุปสรรคของผู้อื่นด้วย

ขั้นตอนที่ 3 ชั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ความรู้ว่าการที่เราได้ช่วยกันออกความคิดเห็นต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นของแต่ละคน เพื่อเพิ่มมุมมองต่อปัญหาอุปสรรคให้กว้างขึ้น นอกจากสิ่งที่ตัวเรามองเห็นผู้อื่นอาจมีความคิดเห็นที่เหมือนหรือแตกต่างกันไป

2. ผู้จัดกิจกรรมสรุปถึงสาระสำคัญที่ทำให้หาต้นเหตุแห่งปัญหา เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ว่าเหตุนี้เกิดจากใคร ตนเองหรือผู้อื่นทำให้เกิด และการช่วยกันออกความคิดเห็น เป็นการนำตนเองเข้าไปเพื่อแก้ปัญหาอุปสรรคของตนเองและการนำตนเองเข้าไปมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาอุปสรรคของผู้อื่นอีกด้วย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล ใบบันทึกกิจกรรมที่ 6 เดิมใจกันและกัน

ใบบันทึกกิจกรรมที่ 6

เดิมใจกันและกัน

ให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายความคิดความรู้สึกตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ตอนที่คุณเล่าเรื่องคุณคิดและรู้สึกอย่างไร

2. ตอนที่ต้องช่วยออกความคิดเห็นคุณคิดและรู้สึกอย่างไร

3. คุณได้รับความรู้อะไรจากกิจกรรมนี้

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 2 การวิเคราะห์สาเหตุและความรับผิดชอบ

กิจกรรมที่ 7

ชื่อกิจกรรม รู้รับ รู้คิด รู้ชอบ

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมพยายามที่จะนำตัวเองเข้าไปแก้สถานการณ์และไม่ผลักภาระ แสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ ใบตัวอย่างข่าว จากกิจกรรมที่ 2

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 10 คน กำหนดเหตุการณ์ตามใบตัวอย่างข่าวและให้ผู้ร่วมกิจกรรมสมมติบทบาทของแต่ละคนเองว่าจากเหตุการณ์ดังกล่าวเลือกที่จะเป็นใคร มีหน้าที่รับผิดชอบอย่างไร ให้แต่ละคนคิดถึงการที่จะเข้าไปแก้ปัญหานั้นในขณะนั้น

ขั้นตอนที่ 2 ชั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมาอธิบายถึงว่าแต่ละคนมีบทบาทอะไรบ้าง แล้วแต่ละคนเข้าไปแก้ไขปัญหานั้นที่เกิดขึ้นอย่างไรบ้าง

ขั้นตอนที่ 3 ชั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมสรุปถึงการที่ให้ผู้ร่วมกิจกรรมสมมติบทบาทของแต่ละคนแล้วให้แต่ละคนคิดถึงการที่จะเข้าไปแก้ปัญหานั้นในแบบของตนต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นการแสดงความรับผิดชอบต่อปัญหาอย่างเหมาะสม โดยไม่ผลักภาระให้ผู้อื่น นำไปสู่การประเมินในสิ่งที่ทำ เป็นพื้นฐานในการพัฒนาตนเองให้มีพลังในการแก้ปัญหานั้นต่อไป

ขั้นตอนที่ 4 ชั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล ใบบันทึกกิจกรรมที่ 7 รู้รับ รู้คิด รู้ชอบ

ใบบันทึกกิจกรรมที่ 7**รู้รับ รู้ผิด รู้ชอบ**

ให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายความคิดความรู้สึกตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ตามบทบาทที่ได้รับคุณคิดและรู้สึกอย่างไรกับการที่ต้องเข้าไปจัดการกับปัญหานั้น

2. ตอนที่ต้องแก้ปัญหาคุณคิดและรู้สึกอย่างไรกับการที่เพื่อนในกลุ่มบางคนไม่พยายามที่จะช่วยแก้ปัญหา(ถ้ามี)



ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 3 การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค

กิจกรรมที่ 8

ชื่อกิจกรรม Mind map ชีวิต

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้สามารถเตรียมการรับมือและเลือกวิธีการแก้ปัญหาได้อย่างมีระบบ

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ 1. กระดาษวาดภาพ
2. สีเมจิก

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแจกอุปกรณ์และอธิบายการเขียน Mind Map คล้ายกิจกรรมที่ 2 โดยให้แต่ละคนกำหนดปัญหาของตนขึ้นมาลงเป็นหัวข้อแรก แล้วให้แตกแขนงความคิดที่จะแก้ปัญหา นั้นไปเรื่อยๆ จนเต็มหน้ากระดาษจึงหยุดกิจกรรม ให้เวลา 15 นาที

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมที่สมัครใจเล่าปัญหาออกมาแสดงภาพ Mind Map ชีวิตของตนและอธิบายการแก้ปัญหาในแต่ละขั้นตอนที่ปรากฏอยู่ในภาพ

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมสรุปภาพรวมให้เห็นว่าการมองปัญหาอย่างมีระบบ แบบแผนจะทำให้สามารถควบคุมการแพร่กระจายของปัญหา รู้ทิศทางที่จะหาทางแก้ปัญหาได้อย่างมีสติ ไม่หวั่นวิตกต่อปัญหาที่เกิดขึ้นจนมากไป สามารถเตรียมการรับมือและเลือกวิธีการแก้ปัญหาได้

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล ใบบันทึกกิจกรรม Mind map ชีวิต

ใบบันทึกกิจกรรมที่ 8**Mind map ชีวิต**

ให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายตามหัวข้อต่อไปนี้

1. จากการที่ได้ทำ Mind Map คุณ คิดอย่างไร

2. คุณคิดว่า Mind Map สามารถช่วยจัดระเบียบความคิดให้คุณได้หรือไม่อย่างไร

3. คุณคิดว่า Mind Map ช่วยทำให้คุณคิดว่าทุกปัญหามีทางออกหรือไม่อย่างไร

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 3 การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค

กิจกรรมที่ 9

ชื่อกิจกรรม ลงมือทำ มีหวังเสมอ

จุดประสงค์ เพื่อให้คิดหรือมองปัญหาว่า อยู่ในระดับใด สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ง่าย

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ ดินน้ำมัน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ขึ้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแจกอุปกรณ์และอธิบายการปั้นดินน้ำมันเป็นทางต่างๆให้นำมาต่อกันให้เป็นถนนหนทางต่างๆทั้งหมดกำหนดให้มีแยก มีสะพานสูง ต่ำ มีทางตัน ทางเปิด

2. ผู้จัดกิจกรรมนำดินน้ำมัน ที่ปั้นเป็นลูกกลมเล็ก ใหญ่ อย่างละลูกให้ผู้ร่วมกิจกรรมเป่าไปตามทางที่ผู้ร่วมกิจกรรมได้ร่วมกันทำจนเสร็จแล้วทีละคน

ขั้นตอนที่ 2 ขึ้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายความรู้สึกเมื่อได้รับคำสั่งให้สร้างทางและเมื่อได้ลงเป่าลูกกลมทั้งสองขนาดที่ปั้นขึ้น ไปตามทางที่สร้างเป็นอย่างไร

ขั้นตอนที่ 3 ขึ้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมสรุปภาพรวมให้เห็นว่าการมองปัญหาว่ามีหลายระดับยากง่ายตามสะพานที่สูง ต่ำ แก่ปัญหาได้ก็แบบตามทางแยกต่างๆ สามารถแก้ได้หรือไม่ได้ ตามทางตัน ทางเปิด ระยะเวลาตามความยาวนานที่สร้าง โดยลูกกลมเล็กแทนปัญหาเล็ก ลูกกลมใหญ่แทนปัญหาใหญ่ของเราเองที่กำลังเดินไปเจอปัญหาอุปสรรคระหว่างทางนั้นๆ และลมที่เป่าออกไปเปรียบเสมือนพลังความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค ของแต่ละคน ที่จะฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค การเป่าไปจนถึงปลายทางจนสำเร็จ หรือไม่สามารถทำสำเร็จได้ เปรียบเสมือนการอดทน ความอดของแต่ละคน ทำให้ไม่ตื่นตระหนกง่าย เกิดประสิทธิภาพในการแก้ปัญหาอุปสรรคมากขึ้น

ขั้นตอนที่ 4 ขึ้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล สังเกตจากการซักถาม การตอบคำถาม และความร่วมมือในการทำกิจกรรม

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 3 การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค

กิจกรรมที่ 10

ชื่อกิจกรรม แม่เมตตาชนะทุกสิ่ง

จุดประสงค์ 1. เพื่อลดความคับข้องใจกับปัญหาอุปสรรคที่แก้ไขยังไม่ได้

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ คำแม่เมตตา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแจกคำแม่เมตตา ให้ทุกคนหลับตาพร้อมแม่เมตตาเบาๆซ้ำๆเพื่อให้

เกิดสติรับรู้ไปเรื่อยๆประมาณ 15 นาที จึงหยุดกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 2 ชั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมบอกถึงความรู้สึกในขณะที่แม่เมตตา

ขั้นตอนที่ 3 ชั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมสรุปให้เห็นว่า การแม่เมตตา ช่วยลดความตึงเครียด ความ

ท้อแท้ในจิตใจ และจะทำให้สามารถรับมือกับปัญหา และหาทางแก้ปัญหาดังกล่าวได้อย่างมีสติ สามารถลด

ความคับข้องใจเกี่ยวกับปัญหาอุปสรรคที่ยังแก้ไขไม่ได้

ขั้นตอนที่ 4 ชั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และสามารถ

นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล สังเกตจากการซักถาม การตอบคำถาม และความร่วมมือในการทำกิจกรรม

ใบกิจกรรมที่ 10

คำแผ่เมตตา

สัพเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์
 เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น
 อเวรา โหนตุ จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
 อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย
 อัปยา ปัจฉา โหนตุ จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
 อย่าได้มีความพยาบาท เบียดเบียน ซึ่งกันและกันเลย
 อะนีฆา โหนตุ จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด
 อย่าได้มีความทุกข์กาย ทุกข์ใจเลย
 สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ จงมีความสุขกาย สุขใจ
 รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเทอญ

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 4 ความอดทนต่อความยากลำบาก

กิจกรรมที่ 11

ชื่อกิจกรรม อุโมงค์แห่งแสงสว่าง

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ห้มองปัญหาเป็นแม้จะยาวนานหรือใหญ่โตเพียงใดหากถึงเวลาที่สมควรจะสามารถแก้ไขได้

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ หลอดหลากหลายขนาด ใหญ่ไปเล็ก เช่น หลอดดูดาไข่มุก หลอดน้ำสั้น หลอดนม

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแบ่งหลอดให้ขนาดละ 1 เส้น จำนวน 3 ขนาด อธิบายการต่อหลอดจากเล็กไปใหญ่และให้ผู้ร่วมกิจกรรมทำการต่อหลอดเข้าด้วยกันและให้มองผ่านหลอดจากทั้ง 2 ด้านแล้วให้สังเกตว่ามองเห็นเป็นอย่างไร

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมสังเกตขนาดของหลอด และการต่อหลอด
2. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายถึงการมองจากด้านเล็กไปใหญ่ และจากด้านใหญ่ไปเล็ก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมอธิบายความหมายขนาดของหลอด ว่าหลอดขนาดเล็ก แทน ปัญหาอุปสรรคขนาดเล็ก หลอดขนาดใหญ่ แทนปัญหาอุปสรรคขนาดใหญ่ และการต่อหลอดว่า ความยาวของหลอดแสดงให้เห็นถึงระยะเวลาที่เราต้องอยู่กับปัญหานั้น

2. ผู้จัดกิจกรรมอธิบายความหมายของการต่อหลอดจากเล็กไปใหญ่และจากใหญ่ไปเล็กว่า คือการทำให้เกิดปัญหาของคนๆหนึ่งเริ่มจากทำเรื่องใหญ่ให้เล็กลงหรือจากการทำเรื่องเล็กให้บานปลายใหญ่ขึ้น

3. ผู้จัดกิจกรรมอธิบายความหมายของการมองผ่านหลอดจากทั้ง 2 ด้านว่า คือการที่เรามองทั้งสองด้านนั้นสิ่งเดียวที่เราจะเห็นเสมอคือแสงสว่างที่ปลายทางออกอีกข้างนี้

4. ผู้จัดกิจกรรมอธิบายถึงการจัดกิจกรรมนี้ว่าเป็นการรับรู้ถึงการคงอยู่ของปัญหาอุปสรรค การมองว่าปัญหาอุปสรรคเป็นสิ่งชั่วคราว ไม่ถาวรเสมอไป แก้ไขได้และสามารถที่จะผ่านพ้นไปได้ ตามธรรมชาติที่ว่าทุกปัญหามีทางออก

ขั้นตอนที่ 4 **ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ**

1. ให้ช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล **ใบบันทึกกิจกรรมที่ 11 อุโมงค์แห่งแสงสว่าง**

ใบบันทึกกิจกรรมที่ 11 อุโมงค์แห่งแสงสว่าง

ให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เห็นด้วยกับความหมายของการต่อหลอดจากเล็กไปใหญ่และจากใหญ่ไปเล็กหรือไม่ แล้วคุณคิดอย่างไร

2. เห็นด้วยกับความหมายของความยาวในการต่อหลอดหรือไม่แล้วคุณคิดอย่างไร

3. เห็นด้วยกับความหมายของการมองผ่านหลอดจากทั้ง 2 ด้านหรือไม่แล้วคุณคิดอย่างไร

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 4 ความอดทนต่อความยากลำบาก

กิจกรรมที่ 12

ชื่อกิจกรรม กุญแจความสำเร็จ

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมฝึกความพยายามและอดทนกับปัญหา

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ แม่กุญแจพร้อมลูกกุญแจ

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ขึ้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแจกกุญแจให้คนละ 1 ชุด และอธิบายกติกาการไขกุญแจ ผู้ร่วมกิจกรรมเริ่มนำแม่กุญแจของแต่ละคนไปล็อกกับจุดที่จัดไว้ให้

2. ผู้จัดกิจกรรมให้ทุกคนเข้าไปไขปลดล็อกพร้อมๆกันจนได้ครบทุกคน

ขั้นตอนที่ 2 ขึ้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมออกความคิดเห็นถึงบรรยากาศเมื่อเริ่มนำแม่กุญแจของแต่ละคนไปล็อกกับจุดที่จัดไว้ให้ ว่ารู้สึกอย่างไร

2. ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมออกความคิดเห็นถึงบรรยากาศ ที่ให้ทุกคนเข้าไปไขปลดล็อกพร้อมๆกันจนได้ครบทุกคนว่ารู้สึกอย่างไร

ขั้นตอนที่ 3 ขึ้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมอธิบายความหมายของการเข้าไปปลดล็อกกุญแจพร้อมๆกัน ว่าเปรียบเสมือนกับปัญหาอุปสรรคที่เราต้องเผชิญและต้องหาทางแก้ไขให้ได้ และรอบๆตัวเรามีบุคคลอื่นรายล้อมเหมือนกับสังคมที่เราอยู่มีผู้คนมากมาย แต่ละคนมีปัญหาอุปสรรคที่ต้องเผชิญเป็นของตนเองแก้ไขได้บ้าง ไม่ได้บ้าง เพียงแต่ต้องอาศัยเวลาและความพยายามเป็นตัวช่วยจัดปัญหา อุปสรรค ผู้ที่มีความแข็งแกร่งสามารถแก้ไขปัญหาอุปสรรค และสามารถคลี่คลายในขณะที่อยู่ในภาวะท่าทายเป็น

ขั้นตอนที่ 4 ขึ้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล สังเกตจากการซักถาม การตอบคำถาม และความร่วมมือในการทำกิจกรรม

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 4 ความอดทนต่อความยากลำบาก

กิจกรรมที่ 13

ชื่อกิจกรรม อ๋มพอดี ไข่พอดี พอรีเปล่า

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้รู้จักมองโลกในแง่ดี

เวลา 30 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ กระดาษ A4

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมสมมติเงินให้จำนวน 3,000 บาท ให้ผู้ร่วมกิจกรรมทำการวางแผนใช้เงินจำนวนดังกล่าวว่าจะทำอะไรให้พอใช้ใน 1 เดือน

ขั้นตอนที่ 2 ชั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมออกมาบอกเล่าถึงวิธีการใช้เงินจำนวนดังกล่าว

ขั้นตอนที่ 3 ชั้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมอธิบายความหมายของการให้ใช้เงินดังกล่าว ว่าเป็นการให้มองค่าของเงิน อย่าไปยึดติดกับจำนวน แต่ให้คิดว่าแม้จะเป็นเงินจำนวนไม่มาก แต่หากเรามีวิธีการมองแบบมองโลกในแง่ดี ก็จะสามารถหาวิธีที่จะใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุดได้ และเกิดความรู้สึกสนุกสนานในการที่จะใช้เงินจำนวนดังกล่าว แม้ในในสถานการณ์ที่เป็นจริงอาจทำไม่ได้ก็ตามให้นึกถึงในวันนี้ที่เรามีเงินเพียง 3,000 บาท ว่าเรามีวิธีคิดเช่นไรแล้วให้นำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

ขั้นตอนที่ 4 ชั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ว่าคืออะไร และจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร

การประเมินผล ใบบันทึกกิจกรรมที่ 13 อ๋มพอดี ไข่พอดี พอรีเปล่า

ใบบันทึกกิจกรรมที่ 13**อิมพอดี ใช้พอดี พอร์เปล่า**

ให้ผู้ร่วมกิจกรรมอธิบายตามหัวข้อต่อไปนี้

1. คุณคิดว่าในความเป็นจริง เงินจำนวนดังกล่าวใกล้เคียงกับรายได้ – รายจ่ายของคุณหรือไม่อย่างไร

2. คุณคิดว่าในความเป็นจริง เงินจำนวนดังกล่าวสามารถใช้ได้ตามที่คุณได้วางแผนหรือไม่อย่างไร

3. ถ้าตอบว่าไม่ได้คุณมีวิธีการจัดการอย่างไร

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

กิจกรรมที่ 14

ชื่อกิจกรรม บังฉิมนิเทศ

จุดประสงค์ 1. เพื่อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

เวลา 45 นาที

สื่อ/อุปกรณ์ กระดาษ A4

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ขึ้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ผู้จัดกิจกรรมแจกอุปกรณ์ให้คนละ 1 ชุด และออกคำสั่งให้ผู้ร่วมกิจกรรมเขียนมายแมปภาพในหัวข้อ “หากฉันฟัน โทษอีกครั้ง ฉันจะ...”

ขั้นตอนที่ 2 ขึ้นสะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ผู้ร่วมกิจกรรมออกมาแสดงความคิดเห็นตามหัวข้อ

ขั้นตอนที่ 3 ขึ้นสรุปสาระสู่ชีวิต

1. ผู้จัดกิจกรรมสรุปภาพรวมการดำเนินกิจกรรม “ ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค ”

ขั้นตอนที่ 4 ขึ้นคิดและนำไปปฏิบัติ

1. ให้ช่วยกันสรุป ออกความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมทั้งหมดที่ได้ร่วมกิจกรรมไปว่าดีอย่างไร และจะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ อย่างไร



ภาคผนวก ค

แบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค

แบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค

ชื่อ-นามสกุล..... วันที่.....

คดี..... ต้องโทษครั้งที่..... กำหนดโทษ.....

ส่วนที่ 1 ข้อคำถาม

4 = แน่ใจว่าสามารถทำได้

3 = น่าจะสามารถทำได้

2 = ไม่แน่ใจว่าสามารถทำได้บางครั้ง

1 = ไม่น่าจะทำได้

0 = ไม่สามารถทำได้เลย

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์	ระดับความคิดเห็น				
1. เมื่อพ้นโทษและกลับถึงบ้านปรากฏว่าสามี/ภรรยา นำผู้อื่นมาอยู่ในบ้านในฐานะคนรัก “ คุณจะลงมือทำร้ายทั้งคู่ ”	4	3	2	1	0
2. เวลาที่คุณพ้นโทษแล้วเจอเพื่อนบ้านถามว่า “ ออกจากคุกมาแล้วหรือคนซี้ๆ ” “ คุณจะพูดคุยด้วยพร้อมยอมรับคำทักทายนั้น ”	4	3	2	1	0
3. ขณะที่ถูกคุมขังอยู่ในเรือนจำคุณรู้เห็นว่ามีกรลักลอบนำโทรศัพท์และยาเสพติดเข้ามาเมื่อมีเจ้าหน้าที่มาสอบถาม “ คุณจะชี้ช่องทางและจุดที่นำเข้า ”	4	3	2	1	0
4. คุณได้งานทำแต่ถึงเวลาโดนนายจ้าง โกงเงินเดือนจ่ายให้ไม่เต็มตามที่ตกลง “ คุณจะหาหลักฐานและเหตุผลให้นายจ้างยอมจ่ายตามที่ตกลงไว้ ”	4	3	2	1	0
5. เพื่อนของคุณหันตำราวจมาหาคุณเพื่อขอหลบซ่อนตัว “ คุณจะให้ที่หลบซ่อนตัว ”	4	3	2	1	0
6. หากคุณต้องสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักและที่พึ่งพิงทางใจของคุณไป “ คุณคงทนอยู่ต่อไปไม่ได้แน่ๆ ”	4	3	2	1	0
สาเหตุและความรับผิดชอบ	ระดับความคิดเห็น				
7. เมื่อคุณกลับบ้านแล้วเกิดเหตุการณ์ที่ไม่ดีขึ้นในชุมชนที่คุณอยู่และคุณไม่ได้เป็นผู้กระทำ แต่คนในชุมชนต่างกล่าวหาคุณ “ คุณจะปฏิเสธอย่างมีเหตุผลและช่วยแจ้งเบาะแสหา ผู้ร้ายตัวจริง ”	4	3	2	1	0
8. ชุมชนที่คุณอยู่เป็นชุมชนที่มีผู้เสพและผู้ค้ายาเสพติดเยอะมาก “ คุณจะคอยเตือนคนใกล้ตัวให้หยุดพร้อมเป็นกำลังหลักในการจัดตั้งชุมชนไร้ยาเสพติด ”	4	3	2	1	0

สาเหตุและความรับผิดชอบ	ระดับความคิดเห็น				
9. คุณบังเอิญรู้เห็นเหตุการณ์ถือโอกาสที่บริษัทที่คุณทำงานอยู่ ซึ่งเป็นบริษัทเดียวที่รู้ว่าคุณเคยต้องโทษแต่ยังรับคุณเข้าทำงาน “ คุณจะขอส่วนแบ่งด้วยคน ”	4	3	2	1	0
10. เมื่อลูกของคุณอยู่ในช่วงวัยรุ่น เจ้าเริ่มมีพฤติกรรมเข้าหายาเสพติดและการพนัน “ คุณจะอบรมให้รู้ถึงโทษของสิ่งเหล่านั้นและพยายามที่หากิจกรรมทำร่วมกับลูกให้มากที่สุด ”	4	3	2	1	0
11. เพื่อนของคุณพยายามทำร้ายตัวเองเพราะเรียกร้องให้คนอื่นเห็นใจ “ คุณจะยุ่งให้ทำจริงซะเลย ”	4	3	2	1	0
12. ลูกของคุณคิดอย่างหนักและทำร้ายคุณด้วย “ คุณจะนั่งโทษว่าเป็นเวอร์กรรม ”	4	3	2	1	0
ผลกระทบ	ระดับความคิดเห็น				
13. เวลาที่คุณทะเลาะกับผู้อื่น คุณไม่เคยคิดเลยใช่ไหมว่าวันต่อไปถ้าเจอกันอีก “ คุณจะต้องเจอกับเหตุการณ์อะไรบ้าง ”	4	3	2	1	0
14. คุณเจอเพื่อนร่วมงานเอาเปรียบ ขโมยผลงานที่คุณทำไปแล้วปรากฏว่าได้รับการยอมรับ “ คุณจะสร้างผลงานที่ดีขึ้นมาอีกและหาวิธีป้องกันคนขโมย ”	4	3	2	1	0
15. คุณเจอความสุขชีวิตอย่างหนัก คนรักทิ้ง ไร้ญาติ ขาดมิตร ไร้ที่พักพิง งานไม่มีทำ “ คุณจะคิดว่าถ้าเรามีความพยายาม ต้องฟันฝ่าอุปสรรคได้แน่นอน ”	4	3	2	1	0
16. คุณคิดอยู่เสมอว่าชีวิตของคุณหลังจากพ้นโทษไป “ คุณคงไม่พ้นเข้ามาใหม่อีกครั้ง ”	4	3	2	1	0
17. คุณต้องเป็นเสาหลักของบ้านแต่ฐานะยากจนซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้ต้องทำ ความผิด เมื่อคุณอยู่ในเรือนจำ “ คุณจะสร้างเครือข่ายหาผลประโยชน์ในเรือนจำต่อไป ”	4	3	2	1	0
18. คุณได้ก่อปัญหาแล้วคิดแก้ปัญหาด้วยตัวเอง แต่ปัญหานั้นอยู่กับคุณเป็นเวลานาน “ คุณจะพยายามแก้ไขแต่ถ้าไม่ได้คุณจะไม่หยุดพักรอให้เวลาเป็นตัวช่วย ”	4	3	2	1	0

ความสามารถที่จะอดทนต่อความยากลำบาก	ระดับความคิดเห็น				
19. คุณเดินทางงานท่ามาทั้งวัน ตลอด 1 เดือนที่ผ่านมาและไม่รู้ว่าจะหางานได้ เมื่อไหร่เงินที่มีอยู่ก็ค่อยๆหมดไป “ คุณจะกลับมาทำผิดอีกครั้งและเป็นวิธีที่ได้เงินมากกว่าเดิม ”	4	3	2	1	0
20. หากคุณทำงานเจอเพื่อนร่วมงานที่ไม่ชอบหน้ากัน และคอยหาเรื่องคุณ ตลอดเวลา “ คุณจะชวนคุยหาเหตุผลและปรับตัว ”	4	3	2	1	0
21. เวลาที่คุณต้องอยู่กับปัญหาเดิมๆที่คุณก็ไม่รู้ว่าจะแก้ยังไงให้ออกเหมือนกัน “ คุณจะสิ้นหวังไม่ยอมมีชีวิต ”	4	3	2	1	0
22. คนในบ้านทำเหม็นเฉยและไม่ยุ่งเกี่ยวกับคุณเลยเพราะคุณติดคุกมากกว่า 1 ครั้ง “ คุณจะทำความดีเพื่อพิสูจน์ตน และกลับตัวกลับใจไม่กระทำความผิดอีก ”	4	3	2	1	0
23. ในขณะที่คุณต้องโทษในเรือนจำญาติของคุณไม่มีใครมาเยี่ยมคุณเลย “ คุณจะใช้เวลาในเรือนจำเพื่อเรียนและฝึกวิชาชีพเพื่อนำไปใช้พัฒนาตนเอง ไม่ให้กลับมาต้องโทษอีก ”	4	3	2	1	0
24. แม้ว่า คุณจะพยายามเลิกทำตัวแบบที่ผ่านมาแต่คนในครอบครัวของคุณยังคง ไม่มั่นใจในตัวคุณอยู่ “ คุณจะไม่พยายามอีกต่อไป ”	4	3	2	1	0

ส่วนที่ 2 ข้อมูลส่วนตัว

- เพศ (1) ชาย (2) หญิง
- อายุ (1) น้อยกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี (2) 21-25 ปี (3) 26-30 ปี (4) 31-35 ปี
(5) 36-40 ปี (6) 41-45 ปี (7) 46-50 ปี (8) มากกว่า 50
- ระดับการศึกษาสูงสุด (1) ประถมศึกษา (2) มัธยมศึกษาตอนต้น (3) มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.
(4) อนุปริญญา/ปวส. (5) ปริญญาตรี (6) ปริญญาโทขึ้นไป (7) อื่นๆ โปรดระบุ.....

ขอขอบคุณในความร่วมมือในการตอบแบบประเมินมา ณ โอกาสนี้

ตารางคำนวณคะแนนที่ได้

ข้อคำถามเชิงบวก ระดับความคิดเห็น 4 คะแนน= 4 ระดับความคิดเห็น 3 คะแนน=3
 ระดับความคิดเห็น 2 คะแนน=2 ระดับความคิดเห็น 1 คะแนน=1
 ระดับความคิดเห็น 0 คะแนน=0

ข้อ2	ข้อ3	ข้อ4	ข้อ7	ข้อ8	ข้อ10	ข้อ14	ข้อ15	ข้อ18	ข้อ20	ข้อ22	ข้อ23	รวม

ข้อคำถามเชิงลบ ระดับความคิดเห็น 4 คะแนน= 0 ระดับความคิดเห็น 3 คะแนน=1
 ระดับความคิดเห็น 2 คะแนน=2 ระดับความคิดเห็น 1 คะแนน=3
 ระดับความคิดเห็น 0 คะแนน=4

ข้อ1	ข้อ5	ข้อ6	ข้อ9	ข้อ11	ข้อ12	ข้อ13	ข้อ16	ข้อ17	ข้อ19	ข้อ21	ข้อ24	รวม

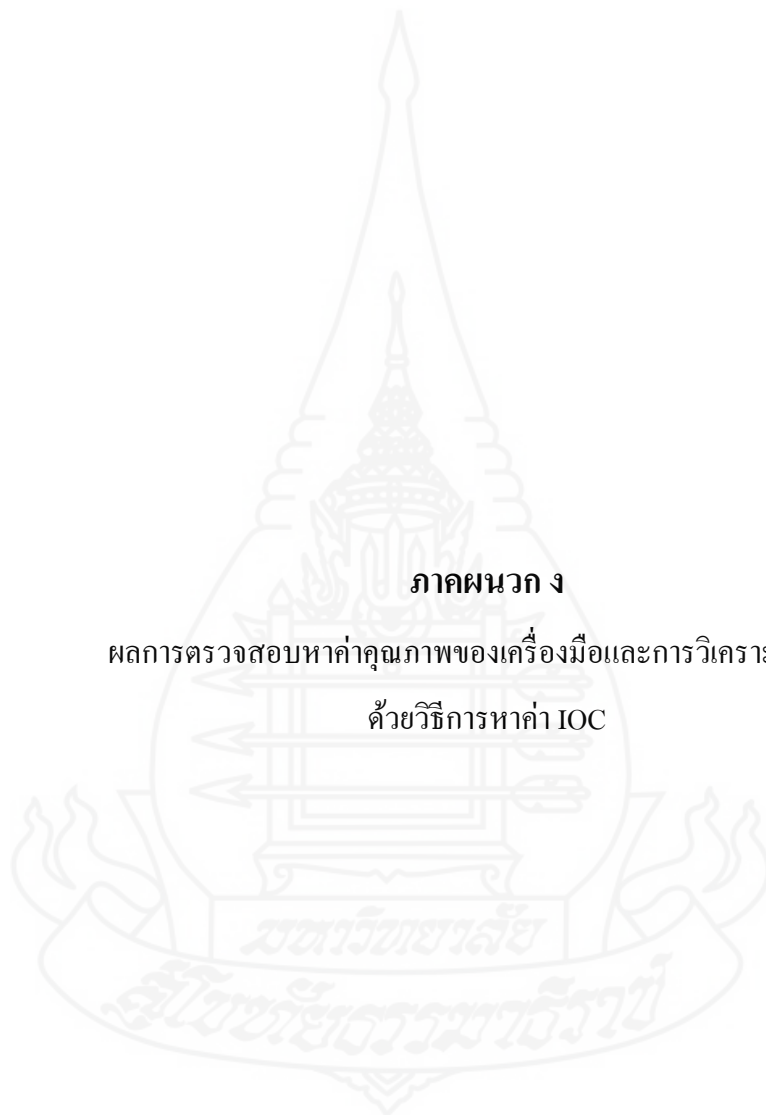
ข้อคำถามเชิงบวก	ข้อคำถามเชิงลบ	คะแนนรวม

ระดับความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค

คะแนนต่ำกว่า 48 คะแนนถือว่าความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคต่ำ

คะแนน 49 -72 คะแนนถือว่าความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคปานกลาง

คะแนนสูงกว่า 73 คะแนนถือว่าความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรคสูง



ภาคผนวก ง

ผลการตรวจสอบหาค่าคุณภาพของเครื่องมือและการวิเคราะห์ข้อมูล

ด้วยวิธีการหาค่า IOC

ผลการตรวจสอบด้วยวิธีการหาค่า IOC ของแบบประเมินความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค

ข้อที่	ค่าคะแนนการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ					ΣR	IOC
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
1	1	0	1	1	1	4	.80
2	1	1	1	1	1	5	1
3	1	1	1	1	1	5	1
4	1	1	1	1	1	5	1
5	1	0	1	1	1	4	.80
6	1	0	1	1	1	4	.80
7	1	1	1	1	1	5	1
8	1	1	1	1	0	4	.80
9	1	0	1	1	1	4	.80
10	1	1	1	1	1	5	1
11	1	1	1	0	1	4	.80
12	1	1	1	1	0	4	.80
13	1	1	0	1	1	4	.80
14	1	1	1	1	1	5	1
15	1	1	1	1	1	5	1
16	1	1	0	1	1	4	.80
17	1	0	1	1	1	4	.80
18	1	1	1	1	0	4	.80
19	1	0	1	1	1	4	.80
20	1	1	1	1	0	4	.80
21	1	1	1	1	0	4	.80
22	1	1	1	0	1	4	.80
23	1	1	1	1	0	4	.80
24	1	0	1	1	1	4	.80
รวมเฉลี่ย							.86

**ผลการตรวจสอบด้วยวิธีการหาค่า IOC ของชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้าง
ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค**

ข้อที่	ค่าคะแนนการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ					ΣR	IOC
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
1	1	1	1	1	1	5	1
2	1	1	1	1	1	5	1
3	1	1	1	1	1	5	1
4	1	1	1	1	1	5	1
5	1	1	1	1	1	5	1
6	1	1	1	1	1	5	1
7	1	1	1	1	0	4	.80
8	1	1	1	1	1	5	1
9	1	1	1	1	1	5	1
10	1	1	1	1	1	5	1
11	1	1	0	1	1	4	.80
12	1	0	1	1	1	4	.80
13	1	1	1	1	1	5	1
14	1	1	1	1	1	5	1
รวมเฉลี่ย							.96



ภาคผนวก จ

ตารางแสดงค่าความเที่ยงของ
แบบประเมินความสามารถในการฟื้นฟูปัญหาอุปสรรค

ตารางแสดงค่าความเที่ยง

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
1	70.33	86.92	.245	.725
2	69.90	93.61	.017	.741
3	69.63	90.17	.264	.723
4	69.37	85.96	.364	.715
5	69.63	89.41	.240	.724
6	70.37	76.86	.556	.692
7	68.87	85.43	.543	.706
8	69.63	98.45	-.235	.749
9	68.60	91.49	.283	.723
10	68.67	87.54	.600	.709
11	69.07	83.99	.430	.709
12	69.10	89.47	.200	.728
13	70.50	95.09	-.050	.746
14	68.97	91.62	.248	.725
15	69.00	91.10	.149	.731
16	70.40	86.18	.213	.731
17	68.57	94.74	-.003	.737
18	69.23	84.25	.500	.705
19	69.27	79.44	.664	.689
20	68.83	90.90	.332	.721
21	69.07	86.96	.285	.721
22	68.77	90.04	.459	.717
23	68.57	90.74	.564	.718
24	70.10	84.23	.251	.728
รวมเฉลี่ย				.73

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางสุนิสา อุปมัย
วัน เดือน ปีเกิด	24 มกราคม 2519
สถานที่เกิด	คูสิต กรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต (ส.บ.) การคุ้มครองผู้บริโภค มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช พ.ศ. 2546
สถานที่ทำงาน	ทัศนสถานหญิงกลาง 33/3 ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900
ตำแหน่ง	เจ้าพนักงานเภสัชกรรมชำนาญงาน

