

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง เทศบาลตำบลเกาะคา จังหวัดลำปาง ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารเพื่อรวบรวม แนวคิด ทฤษฎี รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับการแนะแนว

1.1 ความหมายของการแนะแนว

1.2 หลักการแนะแนว

1.3 การบริการแนะแนว

ตอนที่ 2 แนวคิดการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

2.1 แนวคิดการนิยามความหมายอุปสรรค

2.2 แนวคิดการนิยามความหมายของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

2.3 แนวคิดทฤษฎีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ตอนที่ 3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับการแนะแนว

1.1 ความหมายของการแนะแนว

มาลิณี จุโฑปะมา (2552) ได้ให้ความหมายของการแนะแนว คือ กระบวนการช่วยเหลือให้บุคคลแต่ละคนตระหนักในคุณค่าของตนที่มีอยู่ประจำตัว สามารถวางแนวทางชีวิตของตนเองได้อย่างฉลาดและรอบคอบ รู้จักเหตุผลในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ตลอดจนรู้จักปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมเพื่อความประสบความสำเร็จในชีวิต อันเป็นผลทำให้เกิดการพัฒนาตนให้รู้จักช่วยตนเองหรือพึ่งตนเองได้

นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2554) ได้ให้ความหมายของการแนะแนว คือ บริการที่จัดขึ้นเพื่อช่วยให้บุคคลสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเองอย่างถูกต้องและเฉลียวฉลาด

เชิร์ทเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone, 1966) กล่าวถึงการแนะแนว หมายถึง การช่วยเหลือให้นักเรียนเข้าใจตนเอง เกิดการพัฒนาพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนบุคลิกภาพของตนเองให้ดีขึ้น ไม่ใช่การแนะนำหรือการควบคุม

มิลเลอร์ (Miller, 1986) กล่าวถึง การแนะแนว หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือให้บุคคลแต่ละคนสามารถเข้าใจตนเองสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และมีการวางแผนชีวิตของตนเองได้ดีขึ้น

กล่าวโดยสรุป กระบวนการช่วยเหลือให้บุคคลเข้าใจตนเอง ตระหนักในคุณค่าของตนเอง สามารถตัดสินใจ เลือกลง และวางแผนการดำเนินชีวิตด้วยตนเองอย่างเฉลียวฉลาดและเหมาะสม

1.2 หลักการแนะแนว

ลักษณะ สรวิวัฒน์ (2543) กล่าวถึงหลักการแนะแนว คือ การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล การให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจอย่างฉลาด การสร้างและพัฒนาเด็กในทุกๆทาง รวมถึงการเคารพให้เกียรติบุคคล การยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และการรักษาความลับของนักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือ

บัวทอง สว่างโสภาคกุล (2545) กล่าวถึงหลักการแนะแนว คือ การมุ่งพัฒนาบุคคลให้เจริญงอกงามทุกด้านทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม และมีโอกาสบรรลุจุดสูงสุดแห่งศักยภาพของแต่ละบุคคล และยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เคารพในศักดิ์ศรี คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มุ่งให้ช่วยเหลือตนเอง รู้จักเลือกตัดสินใจ แก้ปัญหาอย่างฉลาด

นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2554) กล่าวถึงหลักการแนะแนว คือ การวางแผนที่จะช่วยเหลือบุคคลทั้ง 3 ลักษณะด้วยกันคือ มุ่งให้บุคคลได้เกิดการพัฒนาด้านต่างๆ มุ่งป้องกันปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นกับบุคคล และมุ่งช่วยแก้ไขปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นแล้ว

เชิร์ทเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone, 1966) กล่าวถึงหลักการแนะแนว คือ การแนะแนวเป็นการช่วยเหลือบุคคลด้วยการพัฒนาตัวตนมิใช่เป็นการนำบุคคล เป็นกระบวนการต่อเนื่อง บุคคลมีเกียรติและมีคุณค่า มีความแตกต่างระหว่างบุคคล ควรช่วยบุคคลในการเลือก การวางแผนและตัดสินใจอย่างฉลาด

กล่าวโดยสรุปหลักการแนะแนว คือ การช่วยเหลือส่งเสริมให้ผู้เรียนโดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้มีพัฒนาการสูงสุดของสมรรถภาพในแต่ละคนทั้ง ในด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ และสติปัญญา โดยมุ่งให้บุคคลได้เกิดการพัฒนาด้านต่างๆ มุ่งป้องกันปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นกับบุคคลและมุ่งช่วยแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว โดยที่บุคคลสามารถช่วยเหลือตนเอง รู้จักเลือกตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาย่างฉลาด

1.3 การบริการแนะแนว

1.3.1. การบริการศึกษารวบรวมข้อมูล (Individual Inventory Service)

การบริการศึกษารวบรวมข้อมูล หมายถึง การศึกษารวบรวมและจัดบันทึกเรื่องราวต่างๆ เกี่ยวกับผู้เรียน เช่น ประวัติส่วนตัว ครอบครัวการศึกษาสุขภาพ ความถนัด ความสนใจ ความคาดหวังในอนาคต ฯลฯ เพื่อที่จะทำความรู้จักและเข้าใจผู้เรียนให้มากยิ่งขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้ครูสามารถให้ความช่วยเหลือผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งยังช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักและเข้าใจตนเองดีขึ้น

1.3.2 การบริการสารสนเทศ (Information Service)

การบริการสารสนเทศ หมายถึง การบริการให้ข้อมูลข่าวสารความรู้ รายละเอียดต่างๆ แก่นักเรียนเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ และการปรับตัว โดยการจัดกิจกรรมต่างๆ เช่น การจัดป้ายนิเทศ การจัดปฐมนิเทศ การจัดปัจฉิมนิเทศ การแนะแนวการศึกษาต่อ การศึกษานอกสถานที่ ตลอดจนการใช้สื่อต่างๆ เพื่อช่วยในการเพิ่มพูนความรู้ของนักเรียน เป็นต้น บริการจัดหาข่าวสารให้ความรู้ด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคมด้วยวิธีการและกิจกรรม เพื่อช่วยให้นักเรียนมีความรู้เพิ่มขึ้น มีวิจรรณญาณในการเลือกตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเรื่องต่างๆ ตลอดจนการปรับบุคลิกภาพและสัมพันธภาพกับผู้อื่นให้เป็นไปด้วยดี โดยขอบข่ายของการบริการสารสนเทศจะแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่

1) ข้อเสนอแนะด้านการศึกษา หมายถึง ข้อมูลที่ช่วยให้นักเรียนได้ทราบโอกาสต่าง ๆ ทางด้านการศึกษาในปัจจุบัน และอนาคต ข้อกำหนดต่าง ๆ หลักสูตรของสถาบัน การรับบุคคลเข้าเรียนและฝึกงาน สถานภาพและปัญหาต่าง ๆ ของชีวิตการเรียน

2) ข้อเสนอแนะด้านอาชีพ หมายถึง ข้อมูลที่ให้ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับงานอาชีพต่างๆ การรับบุคคลเข้าทำงาน สถานภาพของการทำงาน การให้สิ่งตอบแทนความก้าวหน้า ความต้องการแรงงานในปัจจุบันและอนาคตและการแนะแนวแหล่งที่จะได้รับข้อมูลเพิ่มเติม

3) ข้อเสนอแนะทางด้านส่วนตัวและสังคม หมายถึง ข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อตัวบุคคลและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นอกจากนี้ยังรวมถึงข้อเสนอแนะที่เกี่ยวกับมนุษย์ ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนแต่ละคนสามารถเข้าใจตนเองดีขึ้นและสามารถปรับปรุงสัมพันธภาพระหว่างตนเองและผู้อื่น เช่น การดูแลสุขภาพสุขภาพกาย สุขภาพจิต ความสัมพันธ์ในครอบครัว การปฏิบัติต่อเพื่อนต่างเพศ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การวางแผนทางการเงินและการดำรงชีวิตอย่างสมบูรณ์ ข้อเสนอแนะทางด้านส่วนตัวและสังคมจะช่วยให้บุคคลได้พัฒนาตนเองทั้งทางด้านส่วนตัวและสังคมเพื่อดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยการที่นักเรียนรู้ข้อมูลทางด้านส่วนตัวและสังคมจะทำให้ช่วยนักเรียนวางแผนด้านการศึกษาและอาชีพได้ดีขึ้น

1.3.3 การบริการให้คำปรึกษา (Counseling Service)

การบริการให้คำปรึกษาเป็นบริการที่ผู้ให้คำปรึกษา (Counselor) และผู้ขอรับคำปรึกษา (Counselee) ทั้งเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มโดยวิธีการพูดคุยสนทนาเพื่อการช่วยเหลือซึ่งขึ้นอยู่กับความสามารถและประสบการณ์ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาว่ามีลักษณะพัฒนาการเป็นอย่างไร และลักษณะปัญหาเป็นอย่างไร เพื่อให้ความช่วยเหลือเป็นรายบุคคลและเป็นการส่วนตัวต่อไป ทั้งนี้เพื่อฝึกฝนทักษะการทำให้บุคคลเข้าใจตนเองสามารถนำตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.3.4 การบริการจัดวางตัวบุคคล (Placement Service)

การบริการจัดวางตัวบุคคล หมายถึง การบริการที่จัดขึ้นเพื่อช่วยเป็นแนวทางให้นักเรียนได้ศึกษาเรียนต่อ ประกอบอาชีพ และปรับตัวได้เหมาะสมกับตนเองในด้านความสามารถ ความถนัด ความสนใจ ตลอดจนฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การจัดแผนการเรียน การจัดหาทุนการศึกษา การจัดกิจกรรมกลุ่ม ชุมชน หรือชมรม ตามความสามารถ ความถนัดและความสนใจ เป็นต้น ซึ่งนักเรียนจะได้รับประโยชน์โดยได้รับความช่วยเหลือในการวางตัวนักเรียนให้เหมาะสมทางการศึกษา อาชีพส่วนตัวและสังคม นักเรียนมีโอกาสก้าวหน้าหรือพัฒนาประสบการณ์ใหม่ ๆ ทั้งทางด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม รวมถึงการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ และช่วยเหลือในการเตรียมตัวศึกษาต่อในสาขาวิชาชีพที่ตัดสินใจ การประกอบอาชีพที่เหมาะสมในอนาคต

การจัดวางตัวบุคคลแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1) การจัดวางตัวบุคคลทางการศึกษา หมายถึง การให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนในด้านที่เกี่ยวกับการศึกษา เพื่อช่วยให้นักเรียนได้เรียนวิชาที่เหมาะสมตลอดถึงการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่างๆ ที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น การจัดวางตัวนักเรียนทางการศึกษา สามารถแบ่งได้เป็น 2 ระยะ คือ

ระยะแรก ได้แก่การจัดวางตัวนักเรียนภายในโรงเรียน เพื่อศึกษาวิชาที่ตนเรียนถนัดสนใจ และการจัดวางตัวนักเรียนในกิจกรรมเสริมหลักสูตร เช่น การสมัครเข้าเป็นสมาชิกหรือร่วมกิจกรรมกับชุมนุมต่างๆ เช่น ชุมนุมมัคคุเทศน์น้อย ชุมนุมนักกีฬาตะกร้อ เป็นต้น

ระยะหลัง ได้แก่ การจัดวางตัวนักเรียนที่จบจากโรงเรียนและกำลังจะเข้าศึกษาต่อในสถาบันอื่น เข้ารับการฝึกอบรมเพื่อเตรียมตัวศึกษาต่อหรือประกอบอาชีพ

2) การจัดวางตัวบุคคลทางอาชีพ หมายถึง การให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนภายหลังจากจบการศึกษาได้มีโอกาสเข้าทำงานตรงตามความถนัดและความสนใจของนักเรียนแต่ละคน ซึ่ง

การดำเนินการจัดวางตัวบุคคลทางอาชีพต้องอาศัยข้อมูลต่าง ๆ เพื่อประกอบในการดำเนินงาน เช่น ข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียน ข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพ เป็นต้น

1.3.5 การบริการติดตามผล (Follow – up Service)

การบริการติดตามผล หมายถึง บริการช่วยเหลือเพิ่มเติมแก่นักเรียนที่มารับการบริการเพื่อทดสอบผลการแนะแนวว่าเป็นอย่างไร นักเรียนสามารถช่วยเหลือตนเองได้เพียงใด ทำให้ทราบแนวทางการพัฒนางานแนะแนวในโรงเรียนต่อไป สามารถใช้วิธีการต่างๆ ในการติดตามผล เช่น การสัมภาษณ์ การใช้แบบสอบถาม หรือการติดต่อผ่านทางสมาคมนักเรียนเก่า สื่อมวลชน เป็นต้น บริการที่มุ่งจะประเมินผลงานที่ดำเนินงานไปแล้วเพื่อเป็นการตรวจสอบถึงผลสำเร็จของบริการและกิจกรรมที่จัดขึ้น ข้อมูลที่ได้รับจากการติดตามผลจะนำไปใช้ในการปรับปรุง การดำเนินงานแนะแนวให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ตอนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม

ความหมายของกระบวนการกลุ่ม

กระบวนการกลุ่ม (Group Process) มีชื่อเรียกหลายอย่างด้วยกัน เช่น พลวัตกลุ่ม กลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งมีความหมายดังนี้

Cartwright and Zander (1968 อ้างในกาญจนา ไชยพันธุ์, 2549) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มไว้ว่า เป็นแหล่งที่ใช้เสาะแสวงหา เพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้เกี่ยวกับธรรมชาติของกลุ่ม และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มและระหว่างกลุ่มต่างๆ

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) กล่าวว่ากระบวนการกลุ่ม คือ การที่บุคคลมารวมกันเพื่อศึกษาประสบการณ์ของกลุ่มหลายๆ ฝ่าย ศึกษาพฤติกรรมความเป็นผู้นำผู้ตาม ความคิดฝึกปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และมีการศึกษาจากประสบการณ์ โดยผู้ศึกษาจะต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดขึ้น

ชัยญา อภิบาลกุล (2542) กล่าวว่ากลุ่มสัมพันธ์ คือ การศึกษาเกี่ยวกับเรื่องราวของบุคคลเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจในเรื่องทัศนคติ พฤติกรรม และความสัมพันธ์ของคนในกลุ่มอันจะเป็นประโยชน์ต่อความเป็นอยู่ และการทำงานร่วมกันของกลุ่มคนให้มีประสิทธิภาพ

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่ากระบวนการกลุ่มเป็นกระบวนการที่จะช่วยให้บุคคลในกลุ่มได้มีพัฒนาการในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นในด้านความคิด ค่านิยม และพฤติกรรม จากการปฏิบัติมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่มจนเกิดการเรียนรู้ และสามารถปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ลักษณะที่เกิดของกระบวนการกลุ่ม

ในการที่จะเกิดกระบวนการกลุ่มได้นั้นมาจากลักษณะที่เกิดของกลุ่มดังนี้

1. กลุ่มที่เกิดจากลักษณะของการรับรู้ และความคิดของสมาชิกร่วมกันนอกจากนี้ยังมีความสนใจพิเศษร่วมกัน (Perception and Cognition of Group Members) ลักษณะแบบนี้ไม่ขึ้นอยู่กับบุคคลถึงแม้จะมีปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่ม การแสดงพฤติกรรมส่วนใหญ่จะมีรากฐานมาจากนิสัย ทัศนคติ และบทบาทของแต่ละคนที่พัฒนามาจากครอบครัว และสิ่งแวดล้อม เช่น กลุ่มการเมือง ศาสนา อาชีพต่างๆ เป็นต้น

2. กลุ่มที่เกิดจากลักษณะของแรงจูงใจและการแสวงหาความพึงพอใจ (Motivation and Need Satisfaction) บุคคลที่เข้ามารวมกลุ่มอันนี้ เชื่อว่าบุคคลที่เข้าร่วมกลุ่มแล้วจะได้รับความพึงพอใจที่เขาต้องการ เช่น กลุ่มสหนาการ ลูกเสือชาวบ้าน เข้ากลุ่มเพื่อจุดประสงค์ที่เหมือนกัน กลุ่มนี้บางที่เรียกว่ากลุ่มทางจิตวิทยา (Psychogroup) ซึ่งจะคำนึงถึงตัวบุคคลเป็นส่วนใหญ่มิฉะนั้นถึงงาน

3. กลุ่มที่เกิดจากลักษณะของความมุ่งหมาย (Group Goal) กลุ่มประเภทนี้เป็นกลุ่มที่มีจุดมุ่งหมายไม่เกี่ยวข้องกับคนแต่ละคนจุดมุ่งหมายส่วนใหญ่คือ การทำงานร่วมกัน ร่วมกันแก้ปัญหา เช่น กลุ่มทำวารสาร ซึ่งบางที่เรียกว่า กลุ่มทางสังคม (Socio Group)

4. กลุ่มที่เกิดจากการจัดองค์กรกลุ่ม (Group Organization) คือกลุ่มคนที่มาร่วมกันจัดสร้างระบบภายในกลุ่มขึ้น สมาชิกแต่ละคนจะทำหน้าที่ต่างกันตามที่ได้รับมอบหมาย กฎเกณฑ์ที่สร้างขึ้นในกลุ่มบางที่ก็เร่รจัด บางที่ก็ยืดหยุ่นได้ ซึ่งบางที่เป็นกลุ่มที่มีระเบียบ บางที่ก็ไม่มีระเบียบ ไม่มีประธาน ไม่มีรองประธาน ซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มองค์การ

5. กลุ่มที่เกิดจากการขึ้นต่อสมาชิกกลุ่ม (Interdependency of group Member) หมายถึงกลุ่มบุคคลมาอยู่รวมกัน มีชะตากรรมร่วมกัน ถ้ามีอะไรเกิดขึ้น สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะมีความรู้สึกร่วมกัน เจ็บแค้นร่วมกัน เช่น กลุ่มการเมือง

6. กลุ่มที่เกิดจากลักษณะของการปฏิสัมพันธ์ของสมาชิก (Interaction of Group Member) กลุ่มนี้จะเกิดขึ้นได้ต้องมีพื้นฐานสำคัญ 3 อย่าง คือ มีกิจกรรมให้ทำ มีปฏิสัมพันธ์ และมีอารมณ์ร่วมกัน ซึ่งเป็นกลุ่มที่เกิดจากสื่อสารของสมาชิก แต่สมาชิกจะมีไม่มาก และต้องอยู่ในระดับเดียวกัน กลุ่มจะทำงานได้ดีจะขึ้นอยู่กับบุคคลในกลุ่มจะต้องรู้จักตนเองดีขึ้น

พื้นฐานในเรื่องของกระบวนการกลุ่ม

การที่มนุษย์ต้องอยู่รวมกัน มีการดำเนินกิจกรรมบางอย่างร่วมกัน เพื่อที่จะดำรงชีวิตแก้ไขปัญหา และเพื่อการดำเนินกิจกรรม ดังนั้นความเชื่อพื้นฐานในเรื่องของกระบวนการกลุ่มจึงสรุปได้ว่า

1. บุคคลแต่ละคนมีความสามารถในตนเอง โดยเฉพาะความสามารถพิเศษ ดังนั้นความสามารถพิเศษนี้เองจะเป็นประโยชน์ต่อการทำงานกลุ่ม
2. ประสบการณ์สมาชิกของกลุ่มที่ได้รับจากกลุ่ม จะส่งเสริมให้สมาชิกได้พัฒนาความสามารถพิเศษขึ้นมา และนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่ม โดยทำให้บุคคลได้พัฒนาตนเอง รู้จักตนเอง และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น นอกจากนี้ยังเข้าใจผู้อื่นได้ดีอีกด้วย
3. บุคคลแต่ละคนจะมีอิทธิพลต่อกันและในขณะเดียวกัน กลุ่มก็จะอิทธิพลต่อบุคคลเช่นกัน เช่น กลุ่มต้องดำเนินไปด้วยดีก็ต้องอาศัยการปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกกลุ่ม ดังนั้นการปฏิสัมพันธ์ช่วยให้การดำเนินงานภายในกลุ่มเป็นไปได้ด้วยดี กลุ่มทำให้บุคคลรู้จักแสดงความคิดเห็นคล้อยตามกลุ่ม เมื่อมีเหตุผลที่ดีกว่า กลุ่มทำให้บุคคลเรียนรู้การให้ การรับ และรู้จักให้อภัยกัน
4. กลุ่มช่วยส่งเสริมให้สมาชิกแต่ละคน มีการพัฒนาทิศทางทางสังคมในทางที่ดีขึ้น นอกจากนี้กลุ่มทำให้บุคคลมีทัศนคติที่ดีขึ้น โดยเฉพาะทางสังคม รู้จักทักษะทางสังคม การทำงานร่วมกัน การยิ้มแย้มแจ่มใส รู้จักพูดคุย รู้จักมารยาท

ประโยชน์ของกระบวนการกลุ่ม

1. กระบวนการกลุ่มช่วยสนองความต้องการของบุคคลได้ โดยจะสนองความต้องการขั้นพื้นฐานทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความปลอดภัย และความต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม
2. กระบวนการกลุ่ม ช่วยสร้างและพัฒนาการทางด้านอารมณ์และสังคม โดยฝึกให้สมาชิกของกลุ่ม รู้จักเก็บอารมณ์ การแสดงอารมณ์ให้ถูกต้องและสมเหตุผล รู้จักการพูดคุย ทักทาย รวมทั้งการแสดงออกตามกาลเทศะ และการแสดงสัมพันธ์ภาพกับสมาชิกในกลุ่ม
3. กระบวนการกลุ่มช่วยพัฒนาด้านทัศนคติ ความสนใจและความสามารถ เมื่อบุคคลอยู่คนเดียวหรืออยู่นอกกลุ่ม อาจจะมีทัศนคติไม่ชอบบางสิ่งบางอย่าง เช่น ไม่ชอบคนมากมาย ไม่ชอบฟังผู้อื่น เป็นต้น แต่เมื่อมาอยู่ในกลุ่มต้องระงับสิ่งที่ตัวเองไม่ชอบ รู้จักฟังผู้อื่น ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ดีในการพัฒนาทัศนคติ
4. กระบวนการกลุ่มมีคุณค่าในการวินิจฉัย เช่น เมื่อเราให้สมาชิกกลุ่มมาเป็นผู้นำกลุ่ม ถ้าสมาชิกเกิดไม่กล้าแสดงออก ผู้ดำเนินการก็จะสามารถวินิจฉัยได้ว่าบุคคลนั้นไม่กล้าแสดงออก ดังนั้นจึงต้องหาวิธีที่จะให้เขาได้พัฒนาตนเอง
5. กระบวนการกลุ่มมีคุณค่าในการบำบัดผู้ป่วยทางจิต โดยเรียกว่า จิตบำบัดหมู่ (Group Psychotherapy) ซึ่ง Sigmund Freud เป็นผู้ริเริ่มนำวิธีการบำบัดนี้ไปใช้กับผู้ป่วยทางจิต ซึ่งต่อมามีคนนำวิธีไปใช้กับคนปกติในวงการต่างๆ มากมาย เช่น วงการทหาร โรงงานอุตสาหกรรม เป็นต้น

6. กระบวนการกลุ่มมีคุณค่าในวงการศึกษา กระบวนการกลุ่มเริ่มเข้ามามีบทบาทบาทในวงการศึกษา โดย John Dewey จากคำพูดของเขาที่ว่า “Learning by Doing” จึงกลายมาเป็นหลักการในการศึกษาที่เน้นการรวมกลุ่มเพื่อการเรียนรู้ การรวมกลุ่มเพื่อทำงาน และการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร ดังนั้นในการจัดกิจกรรมดังกล่าว กระบวนการกลุ่มจะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน นอกจากนี้ยังฝึกทักษะมนุษยสัมพันธ์ที่ดีอีกด้วย

จำนวนของสมาชิกกลุ่ม

จำนวนสมาชิกในกลุ่มมีผลต่อปฏิสัมพันธ์ในกลุ่ม ตลอดจนการสื่อสารระหว่างสมาชิก โดยมีนักวิชาการได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับจำนวนสมาชิกของกลุ่มไว้ดังนี้

Mavin Shaw (1976 อ้างใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549) กล่าวถึงจำนวนสมาชิกในการเข้ากลุ่มว่า กลุ่มย่อยควรมีสมาชิก 10 คนเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะกลุ่มที่ต้องร่วมมือในการทำงานของสมาชิกในกลุ่ม เพราะต้องอาศัยปฏิสัมพันธ์จากสมาชิกทุกคนในกลุ่ม

ดังนั้นสมาชิกของกลุ่มที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรมกลุ่ม ควรจะมี 5-10 คน โดยเลือกให้เหมาะสมกับกิจกรรม เพราะถ้าสมาชิกมีมากเกินไปก็อาจจะมีผลต่อการแสดงความคิดเห็น และความต้องการได้ไม่ทั่วถึง รวมถึงสมาชิกอาจจะไม่สนใจในการทำกิจกรรม และออกจากกลุ่มในที่สุด

จำนวนครั้งที่เหมาะสมในการเข้ากลุ่ม

Patterson (1973 อ้างใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549) กล่าวถึงการทำกิจกรรมกลุ่มไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง และสัปดาห์หนึ่งควรจัด 2-3 ครั้ง เพื่อป้องกันการเบื่อหน่าย กรณีสถานศึกษาควรจะมีการพิจารณาคาบเรียน ซึ่งคาบละประมาณ 50 นาที ซึ่งจะเป็นการช่วยกำหนดเวลาในการเข้ากลุ่มจากคาบการเรียนการสอนไปในตัว นอกจากนี้จำนวนครั้งยังขึ้นอยู่กับกลุ่มเป้าหมาย และธรรมชาติของสมาชิกในกลุ่มซึ่งไม่ควรต่ำกว่า 8 ครั้ง ถ้ามากกว่าได้จะดีมาก

ทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม

ทฤษฎีบุคลิกภาพของกลุ่ม (Group Syntality Theory) ของ Cattell

ทฤษฎีนี้อาศัยหลักการจากทฤษฎีการเสริมแรง (Reinforcement Theory) คือกฎแห่งผลเพื่ออธิบายพฤติกรรมของกลุ่ม ซึ่งแนวคิดนี้ประกอบไปด้วยลักษณะของกลุ่ม และพลังการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพของกลุ่ม

ลักษณะของกลุ่มประกอบไปด้วย

1. กลุ่มแต่ละกลุ่มจะประกอบด้วยสมาชิกซึ่งมีบุคลิกภาพเฉพาะตัว (Population Traits) ได้แก่ สติปัญญา ทักษะ บุคลิกภาพ เป็นต้น จะเห็นได้ว่าเป็นลักษณะในรูปเอกัตบุคลที่รวมกันเข้าเป็นกลุ่ม การทำงานของเอกัตบุคลที่ทำงานสอดคล้องกันเรียกว่ากลุ่ม

2. กลุ่มแต่ละกลุ่มจะมีบุคลิกภาพเฉพาะกลุ่ม (Syntality Traits) หรือความสามารถที่กลุ่มได้รับ จากสมาชิก ซึ่งจะทำให้กลุ่มมีลักษณะที่แตกต่างกันออกไป บุคลิกภาพของกลุ่มได้จากความสามารถของ กลุ่มที่มีอยู่ในการกระทำของสมาชิกร่วมกันที่มีอยู่ในการกระทำของสมาชิกร่วมกัน

3. กลุ่มแต่ละกลุ่มจะมีลักษณะโครงสร้างภายในโดยเฉพาะ (Characteristic of Internal Structure) ซึ่งหมายถึงความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก และแบบแผนหรือลักษณะในการรวมกลุ่ม เช่น มีการแสดงตำแหน่งบทบาทหน้าที่ มีการสื่อสารกันระหว่างสมาชิก

พลังหรือการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพของกลุ่ม ซึ่งการกระทำของสมาชิกจะมีลักษณะ 2 ประการ คือ

1. ลักษณะที่ทำให้กลุ่มรวมกันได้ (Maintenance Synergy) หมายถึงลักษณะของความร่วมมือในการกระทำกิจกรรมของสมาชิกแต่ละกลุ่มเพื่อให้ความสัมพันธ์ของสมาชิกเป็นไปได้อย่างราบรื่นและ ก่อให้เกิดความสามัคคี ซึ่งจะทำให้การรวมกลุ่มโดยไม่มีการแตกแยกหรือการถอนตัวออกจากกลุ่ม

2. ลักษณะที่จะทำให้กลุ่มประสบผลสำเร็จ (Effective Synergy) หมายถึงกิจกรรมที่สมาชิก กระทำเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory)

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ Sigmund Freud (1993) เป็นผู้ตั้งขึ้น ซึ่งมีแนวคิดที่สำคัญ คือ

1. กระบวนการทางแรงจูงใจ (Motivation Process) เมื่อบุคคลมาอยู่รวมกันจะต้องอาศัย แรงจูงใจเป็นรางวัลหรือผลจากการทำงานในกลุ่ม

2. การรวมกลุ่ม (Cohesive) บุคคลจะมีโอกาสแสดงตนอย่างเปิดเผย หรือพยายามป้องกันปิดบัง ตนเอง โดยกลวิธีในการป้องกันตนหรือพยายามปิดบังตนเอง โดยกลวิธีในการวิเคราะห์ต่างๆ การใช้แนวคิด นี้ในการวิเคราะห์กลุ่ม โดยให้บุคคลแสดงออกตามความเป็นจริง โดยใช้วิธีการบำบัด ซึ่งจะทำให้สมาชิกใน กลุ่มเกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่น

ตอนที่ 2 แนวคิดการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

2.1 แนวคิดการนิยามความหมายอุปสรรค

เฟลด์แมน (Robert S. Feldman, 1996) กล่าวถึงอุปสรรค คือ สภาพปัญหาของมนุษย์ในแต่ละช่วงวัยและภาวะวิกฤติที่ส่งผลต่อความสามารถของบุคคลในการประสบความสำเร็จ

สต็อลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้อธิบายถึงอุปสรรค คือ ความทุกข์ยากและภาวะวิกฤติในการดำเนินชีวิตของบุคคล

ก๊อตลิบและวิททัน (Ian H. Gotlib & Blair Wheaton, 1997) กล่าวถึง อุปสรรค คือ ความเครียด ความกดดันซึ่งทำให้เกิดความคับข้องใจและความลำบากในแต่ละช่วงวัย

สต็อลทซ์และวายเมเยอร์ (Stoltz Paul G & Erik Weihenmeier, 2006) กล่าวถึงอุปสรรค คือ ความยากลำบากและการต่อสู้ดิ้นรนในการดำเนินชีวิต

กล่าวโดยสรุป อุปสรรค คือ สภาพปัญหาที่ขัดขวางความสำเร็จของบุคคลหรือภาวะวิกฤติที่ทำให้เกิดความทุกข์ในการดำเนินชีวิต

2.2 แนวคิดการนิยามความหมายของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

วิทยา นาควัชระ (2544) ให้ความหมายว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือ ความอดทนเมื่อมีอุปสรรคและความสามารถฟันฝ่าอุปสรรคได้อย่างคนมีกำลังใจและความหวัง

คันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2545) ได้อธิบาย ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือ รูปแบบปฏิกิริยาตอบสนองหรือพฤติกรรมของคนๆนั้นต่อปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้น เป็นรูปแบบพฤติกรรมการตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคในชีวิต ซึ่งจะเป็นกลไกของสมองเกิดจากใยประสาทต่างๆ ที่ถูกสร้าง ผูกพันขึ้นหรือรูปแบบการจัดการกับปัญหา

อารี พันธุ์มณี (2546) กล่าวว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคหรือการเอาชนะปัญหาและอุปสรรค หมายถึง บุคคลที่มีความอดทน จิตใจเข้มแข็งและมีเป้าหมายชัดเจน แน่นอน มีความเข้าใจโลก สามารถอดทนต่อความเหนื่อยยาก ลำบาก ความเจ็บปวด การรอคอย อดทนต่อความเบื่อหน่าย มุ่งมั่น ฟันฝ่าอุปสรรคและแก้ปัญหาให้ได้

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2551) ได้อธิบาย ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือ การเอาชนะอุปสรรคในชีวิตผู้คน ให้ผู้คนสามารถนำพาชีวิตคืนสู่สภาวะปกติในยามที่เผชิญกับอุปสรรคปัญหาหรือวิกฤติต่างๆ ในชีวิต โดยการรับมือกับความเปลี่ยนแปลง การมูมานะ อดทนต่อความเครียด และแรงกดดัน

ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ (2551) ได้ให้ความหมาย Adversity Quotient (AQ) ว่า ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคและความยากลำบาก หรือ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคและเอาชนะปัญหา”

ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ และทิพย์สุดา เมธีพลกุล (2554) ให้ความหมาย Adversity Quotient (AQ) ว่า เซาว์นในการแก้ปัญหา คือ ความสามารถในการควบคุมปัญหา การรับรู้ถึงสาเหตุของปัญหาจากปัจจัยภายนอก ความรับผิดชอบต่อปัญหา และความอดทนต่อปัญหาโดยไม่ปล่อยให้อึดเยื้อเกินความจำเป็น

สต็อลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้ให้นิยาม Adversity Quotient (AQ) คือ ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคและความยากลำบาก หรือ ความฉลาดในการฝ่าวิกฤติ ซึ่งถือเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการประสบความสำเร็จในชีวิต

วิลเลียม (Mark W. Williams, 2003) ให้ความหมาย Adversity Quotient (AQ) คือ ความพยายามอย่างสูงในการทนต่อความลำบาก ความท้าทายและภาวะความตึงเครียดทางอารมณ์

กล่าวโดยสรุป ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือ ความสามารถอดทนอดกลั้น และการมีความพยายามอย่างสูงต่อการจัดการและตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาอุปสรรคในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมและประสบความสำเร็จโดยมีสติและเจตคติทางบวกหรือเซาว์นในการเผชิญอุปสรรคโดยสามารถเผชิญกับวิกฤติด้วยความอดทนและจัดการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคนั้นได้อย่างเหมาะสมและประสบความสำเร็จ อย่างมีความพยายาม และมีความหวังเสมอ

2.3 แนวคิดทฤษฎีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

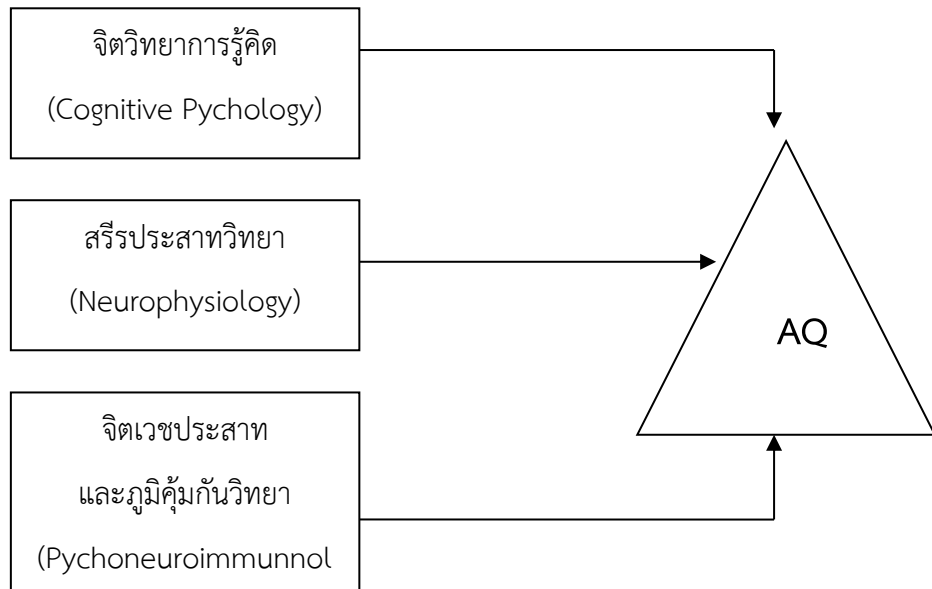
แนวคิดทฤษฎีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) โดยสต็อลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997)

แนวคิดจิตวิทยาที่ได้ศึกษาและเผยแพร่โดยสต็อลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) หมายถึง ความสามารถในการเผชิญและเอาชนะต่ออุปสรรคหรือวิกฤติการณ์ในแต่ละช่วงชีวิตได้ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่บุคคลสามารถตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคด้วยเจตคติทางบวก มีสติ มีความรับผิดชอบและหาแนวทางแก้ปัญหาด้วยความมุ่งมั่น อดทน จนสามารถประสบความสำเร็จในการแก้ไขปัญหาและผ่านพ้นอุปสรรคไปด้วยดี

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) เป็นปัจจัยที่สำคัญในการประสบความสำเร็จในชีวิต ทั้งนี้แนวคิดทฤษฎีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) ถูกสร้างขึ้นจากพื้นฐานงานวิจัยจากมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงหลายแห่งและจากการศึกษา

ข้อเขียนจากทั่วโลกมากกว่า 500 ชิ้น มีแนวคิดเชิงปฏิบัติที่สำคัญ 2 ประการ คือ เป็นทฤษฎีที่มีความเป็นวิทยาศาสตร์และสามารถประยุกต์ใช้ได้ในโลกแห่งความเป็นจริง (Stoltz Paul G, 1997)

แนวคิดทฤษฎีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) ประยุกต์จากหลักการทางวิทยาศาสตร์ 3 สาขาวิชา ดังนี้



กรอบแนวคิดทฤษฎีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient:AQ)

ที่มา: Stoltz Paul G, 1997. *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities.*

1. จิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive Psychology) คือ หลักวิชาการที่เกี่ยวข้องกับความต้องการของมนุษย์ในการควบคุมตนเองหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งประกอบด้วยแนวคิดสำคัญเกี่ยวกับแรงจูงใจ ประสิทธิภาพและความสามารถในการปฏิบัติงานต่างๆ

2. สรีระประสาทวิทยา (Neurophysiology) คือ หลักวิชาการว่าด้วยสมองของเรา ประกอบด้วยโครงสร้างที่สมบูรณ์ สามารถสร้างความเคยชินได้ หากเปลี่ยนจิตได้สำนึกเสียใหม่ สร้างทัศนคติทางบวก ก็สามารถสร้างความเคยชินใหม่และพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคได้

3. จิตเวชประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา (Psychoneuroimmunology) คือ ข้อค้นพบของนักวิชาการถึงความสามารถในการขจัดอุปสรรคและความยากลำบากของคนนั้นเกี่ยวข้องกับสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนโดยตรง ความเข้มแข็งทางจิตใจและการควบคุมตนเองจะส่งผลต่อภูมิคุ้มกันทานโรคร้ายไข้เจ็บหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นได้

ด้วยเหตุที่แนวคิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) เป็นศาสตร์ในการส่งเสริมทักษะของบุคคลในด้านความอดทนต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรค จึงเป็นแนวคิดที่มีการศึกษาแลประยุกต์จาก 3 สาขาจากศาสตร์หลัก ๆ คือ (1) จิตวิทยาการรู้คิด(Cognitive Psychology) (2) จิตเวชประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา (Psychoneuroimmunology) และ (3) สรีรประสาทวิทยา (Neurophysiology) มีแนวคิดเชิงปฏิบัติที่สำคัญ 2 ประการ คือ เป็นทฤษฎีที่มีความเป็นวิทยาศาสตร์และสามารถประยุกต์ใช้ได้ในโลกแห่งความเป็นจริง

ความสำคัญของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ตามแนวคิดของสโตลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้อธิบายถึงความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) ในการเป็นตัวบ่งชี้ถึงความอดทน ความพากเพียร และความสามารถในการเผชิญและต่อสู้กับความยากลำบากต่าง ๆ ของบุคคล โดยสามารถเป็นตัวพยากรณ์ถึงความสำเร็จของบุคคล

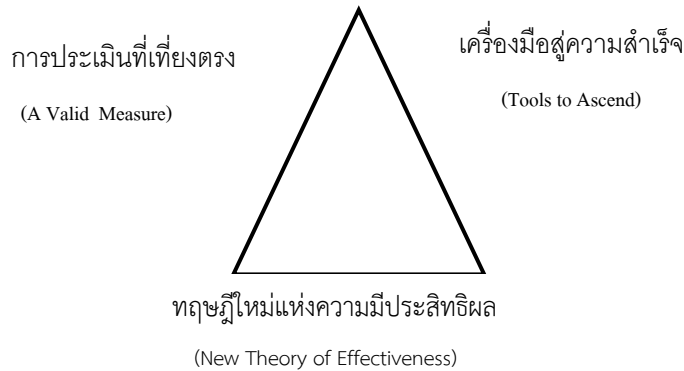
คุณสมบัติของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค(Adversity Quotient: AQ) แบ่งเป็น 3 รูปแบบ ดังนี้

รูปแบบที่ 1 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค(Adversity Quotient: AQ) เป็นแนวคิดใหม่ที่ทำให้เกิดความเข้าใจและส่งเสริมให้ต่อสู้กับอุปสรรคในการนำพาให้บุคคลสามารถประสบความสำเร็จดังที่ตั้งใจ ซึ่งเป็นทฤษฎีที่สร้างขึ้นมาจากพื้นฐานงานวิจัยที่สำคัญในอดีตโดยเป็นการนำเสนอองค์ความรู้ใหม่ที่ผสมผสานและสามารถประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยให้คำจำกัดความใหม่ว่า “อะไรที่จะทำให้ได้รับความสำเร็จ”

รูปแบบที่ 2 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) เป็นเครื่องมือวัดและประเมินการตอบสนองต่ออุปสรรคและความยากลำบากของแต่ละบุคคลโดยทำให้บุคคลเกิดความเข้าใจรูปแบบการแก้ปัญหาของตนเองได้พร้อมกับสามารถปรับปรุงเปลี่ยนแปลงรูปแบบการเผชิญอุปสรรคได้

รูปแบบที่ 3 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค(Adversity Quotient: AQ) เป็นเครื่องมือพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ที่สามารถพิสูจน์และช่วยปรับปรุงการตอบสนองของบุคคลที่มีต่อภาวะวิกฤติ ความยากลำบาก โดยผลที่ได้จากการวัดความสามารถสามารถนำมาเพิ่มประสิทธิผลด้านส่วนตัวและอาชีพของบุคคล ซึ่งบุคคลสามารถเรียนรู้และปรับใช้ทักษะนี้กับตนเอง ผู้อื่นและองค์กรได้

คุณสมบัติความสามารถในการเผชิญอุปสรรค(Adversity Quotient: AQ) ทั้ง 3 ส่วนสามารถแสดงความเชื่อมโยงในแผนภาพ ดังนี้



ความเชื่อมโยงคุณสมบัติความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient:AQ)

ที่มา: Stoltz Paul G,1997. Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities.

แนวคิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรค(Adversity Quotient: AQ) สามารถนำมาใช้เพื่อส่งเสริมประสิทธิภาพของทีมงาน(Teams) สัมพันธภาพ(Relationships) ครอบครัว(Families) องค์กร(Organizations) ชุมชน(Communities) วัฒนธรรม(Cultures) และสังคม (Societies) ได้อีกด้วย นอกจากนี้ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค(Adversity Quotient: AQ) สามารถใช้เป็นตัวพยากรณ์ความสำเร็จ 17 ประการ ได้แก่

1. ผลการปฏิบัติงาน (Performance)
2. แรงจูงใจ (Motivation)
3. การมีอำนาจ (Empowerment)
4. ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity)
5. การเพิ่มผลผลิต (Productivity)
6. การเรียนรู้ (Learning)
7. พลังงาน (Energy)
8. ความหวัง (Hope)
9. ความสุข ความเข้มแข็ง และความสนุกสนาน(Happiness, Vitality & Joy)
10. สุขภาพอารมณ์ (Emotional Health)
11. สุขภาพกาย (Physical Health)
12. การพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอ (Improvement over time)
13. การยืนกรานเดินหน้าไม่ถอย (Persistence)

14. ความยืดหยุ่น (Resilience)

15. เจตคติ (Attitude)

16. การมีอายุยืน (Longevity)

17. การตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลง (Response to change)

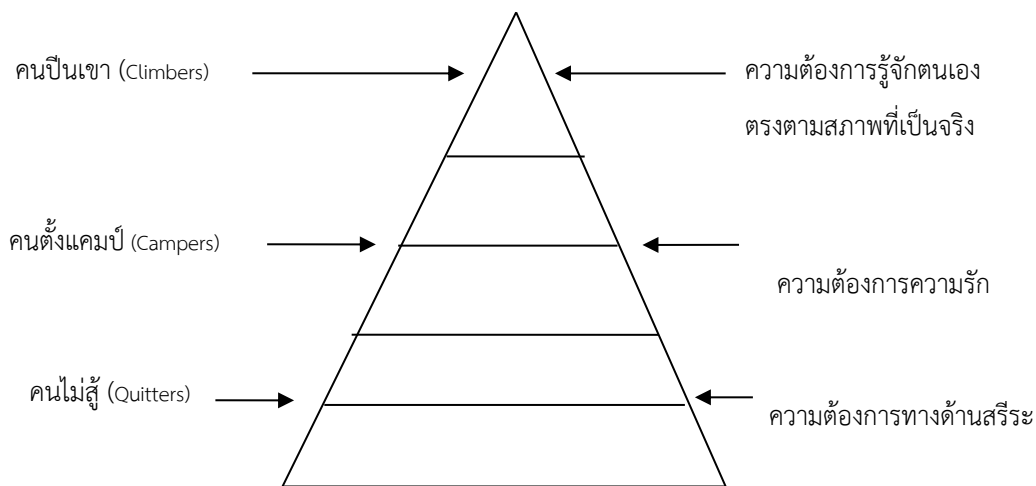
การแบ่งประเภทของบุคคลตามแนวคิดของสต็อลทซ์

สต็อลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้อธิบายการแสดงออกทางพฤติกรรมของบุคคลเมื่อเผชิญปัญหาโดยเปรียบเทียบกับนักปีนเขาโดยแต่ละบุคคลจะมีรูปแบบการจัดการกับปัญหาที่แตกต่างกัน ซึ่งสามารถแบ่งลักษณะของบุคคลออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

1. คนไม่สู้ (Quitter) เป็นกลุ่มที่หลีกเลี่ยงการปีนเขา ยอมแพ้ง่าย ๆ ไม่มีความกระตือรือร้น ชอบบ่นถึงความยากลำบาก ใจไม่สู้

2. คนตั้งแคมป์ (Camper) เป็นกลุ่มที่เริ่มปีนเขาได้ในระยะหนึ่ง แต่เมื่อเจอที่ราบนำพัก จึงตั้งค่ายพักและยกเลิกการปีนเขาต่อไป บุคคลกลุ่มนี้มีความกระตือรือร้นบ้างเมื่อเผชิญกับความท้าทายหรืออุปสรรคใหม่ ๆ แต่สุดท้ายเลือกที่จะหยุดกลางทางและตัดสินใจดำเนินชีวิตอย่างเรียบ ๆ

3. คนปีนเขา (Climber) เป็นกลุ่มที่มีความท้าทาย มีความเพียรพยายามที่จะปีนไปให้ถึงยอดเขาไม่ว่าจะพบกับปัญหาใด ๆ มีความกระตือรือร้น มีแรงบันดาลใจสูง กล้าและพร้อมที่จะเผชิญปัญหาโดยไม่ยอมแพ้



การเปรียบเทียบกับทฤษฎีของมาสโลว์ (Maslow)

ที่มา: Stoltz Paul G, 1997. Adversity Quotient: Turning obstacles into opportunities.

ประเภทของอุปสรรคและวิกฤติในชีวิต

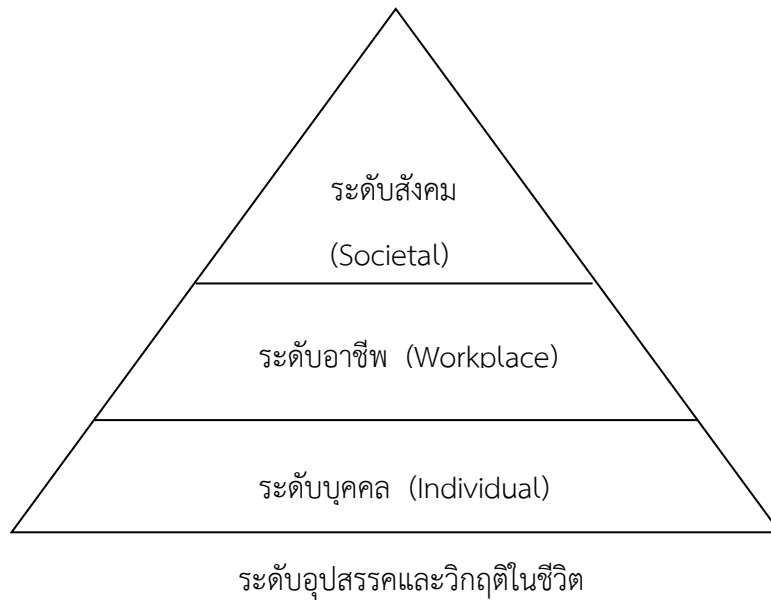
สตอลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้อธิบายถึงวิกฤติหรืออุปสรรคในชีวิตของบุคคล โดยแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. วิกฤติทางสังคม (Societal Adversity) คือ ความทุกข์หรือวิกฤติที่มีสาเหตุมาจากปัญหาสังคม เช่น ความทุกข์หรือวิกฤติที่มีผลมาจากภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ค่าเงินอ่อนตัว ค่าครองชีพที่สูงขึ้น หรือปัญหาการว่างงาน ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาครอบครัวขาดความอบอุ่น ปัญหายาเสพติด เป็นต้น ซึ่งปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อบุคคลซึ่งดำรงชีวิตในสังคม

2. วิกฤติทางอาชีพ (Workplace Adversity) คือ การขาดความมั่นคงในการประกอบอาชีพ อาจเนื่องมาจากเศรษฐกิจที่ไม่ดีส่งผลกระทบต่อความไม่แน่นอนในองค์กรที่บุคคลทำงาน การปรับเปลี่ยนระบบต่าง ๆ ขององค์กรที่ส่งผลกระทบต่อผู้ถูกจ้าง เช่น การรื้อปรับระบบใหม่ การลดจำนวนคนทำงาน การปรับเปลี่ยนโครงสร้างการทำงานใหม่ เพื่อทำให้องค์การรอดจากวิกฤติเศรษฐกิจแต่ส่งผลทางลบต่อบุคคลในการถูกเลิกจ้าง ซึ่งเป็นอุปสรรคหรือวิกฤติของคนทำงาน

3. วิกฤติในระดับบุคคล (Individual Adversity) คือ ลำดับขั้นในการเผชิญกับอุปสรรคหรือวิกฤติชีวิตของบุคคล โดยเริ่มจากวิกฤติทางสังคม วิกฤติทางอาชีพ และวิกฤติในระดับบุคคลตามลำดับ ซึ่งโดยทั่วไปบุคคลจะรับภาระที่เป็นอุปสรรคหรือวิกฤติในชีวิตทั้งสามระดับ

ดังนั้นอุปสรรคหรือวิกฤติต่าง ๆ ที่บุคคลเผชิญในโลกปัจจุบันสืบเนื่องมาจากวิกฤติทางสังคม วิกฤติทางอาชีพ และวิกฤติในระดับบุคคล ซึ่งการจะเปลี่ยนแปลงแก้ไขปัญหาที่เกิดจากอุปสรรคหรือวิกฤติต้องเริ่มต้นที่ตัวบุคคลซึ่งการที่บุคคลจะสามารถเปลี่ยนแปลงวิกฤติเหล่านั้นให้เป็นโอกาสที่ดี บุคคลต้องพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) ในระดับสูง ทั้งนี้สตอลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้เปรียบเทียบอุปสรรคหรือวิกฤติทั้ง 3 ประเภท เป็นรูปพีระมิดที่มีการทำงานจากยอดของสามเหลี่ยมลงมาด้านล่าง ดังนี้



ที่มา: Stoltz Paul G, 1997. **Adversity Quotient: Turning obstacles into opportunities.**

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AO) ประกอบด้วย 4 มิติ (CO2RE) สามารถอธิบายได้ดังนี้

มิติที่ 1 ความสามารถในการควบคุม (Control: C) คือ ระดับความรู้ถึงความสามารถในการควบคุมตนเองให้สามารถผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากหรืออุปสรรคได้ โดยผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสูงจะสามารถควบคุมสถานการณ์ได้

รูปแบบที่ 1 คือการควบคุมสถานการณ์เมื่อได้สติ

รูปแบบที่ 2 คือการควบคุมสถานการณ์ทันทีเมื่อเผชิญกับวิกฤติการณ์หรือมีปัญหาเกิดขึ้นซึ่งในรูปแบบที่ 2 คือความสามารถในการควบคุม (Control: C) ที่ต้องได้รับการฝึกฝน

มิติที่ 2 การรับรู้ต้นเหตุและความรับผิดชอบปัญหาของตนเอง (Origin and Ownership: O2) คือ ระดับความสามารถในการวิเคราะห์หาสาเหตุและปัจจัยซึ่งเป็นสาเหตุของอุปสรรคและปัญหานั้น โดยพิจารณาจากพฤติกรรมของตนโดยเรียนรู้ที่จะปรับปรุงแก้ไข โดยไม่มีการตำหนิโทษตนเองถ้าพบว่าเป็นความผิดพลาดของตนเองจะเข้าไปมีบทบาทในการรับผิดชอบ หาทางแก้ปัญหาให้ได้ไม่ผลักภาระความรับผิดชอบให้ผู้อื่น

มิติที่ 3 การเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติ (Reach: R) คือ ความสามารถควบคุมอารมณ์ด้านลบและพร้อมรับกับอุปสรรคความยากลำบากทุกสถานการณ์ เป็นการวัดผลกระทบของปัญหาความยุ่งยากที่มีผล

ต่อการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลว่ามีมากเพียงใดโดยไม่ประมาทและมีสติในการตอบรับกับปัญหาและอุปสรรคที่จะเข้ามาในชีวิตต่อไป

มิติที่ 4 ความอดทน (Endurance: E) คือ การรับรู้ถึงความคงทนของอุปสรรคได้มากหรือน้อย และความสามารถในการจัดการกับความยืดหยุ่นของอุปสรรค รวมถึงการหาวิธีการในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคนั้นให้หมดไป

ดังนั้น ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคเป็นสิ่งที่บุคคลทุกคนสามารถปรับปรุงและสามารถพัฒนาเพิ่มขึ้นได้ สโตลท์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรค เรียกว่า “THE LEAD Sequence” ดังนี้

แนวทางในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้วยเทคนิค The LEAD Sequence (Stoltz, 1997: 154)

แอล (L = Listen to your adversity response) เป็นการฟังและรับรู้ถึงวิธีการตอบโต้ปัญหาอุปสรรคของตนเองว่าอย่างไร มีมิติ CO2RE ไตที่ต่ำสูง

อี (E = Explore all origins and your ownership of the result) เป็นการสำรวจว่าสิ่งใดคือสาเหตุดั้งเดิมของอุปสรรคที่เกิดขึ้น ระบุให้ชัดเจนอย่างเฉพาะเจาะจงว่าตนเองต้องทำอะไรเพื่อให้สถานการณ์ดีขึ้นและสาเหตุดังกล่าวมีส่วนใดที่อยู่ในความรับผิดชอบของเราและสิ่งใดที่อยู่นอกเหนือความรับผิดชอบของเรา

เอ (A = Analyze the evidence) คือการวิเคราะห์ให้เกิดความชัดเจน โดยการหาหลักฐานหรือภาวะแวดล้อมมาสนับสนุนว่าสิ่งที่ยื่นนอกเหนือการควบคุมจริง ๆ แล้วมีอะไรบ้าง ทำอย่างไรในการจัดการไม่ให้ปัญหาอยู่ในชีวิตนาน พร้อมทั้งวิเคราะห์ถึงความเป็นไปได้ในการแก้ไขและเพิ่มศักยภาพของตนเอง

ดี (D = Do something) คือการเลือกวิธีการและลงมือดำเนินการเพื่อให้อุปสรรคอยู่กับเราน้อยที่สุด ด้วยการหาข้อมูลที่เป็นเพิ่มเติม และวิธีที่จะสามารถควบคุมไม่ให้อุปสรรคเข้ามามีบทบาทต่อชีวิต

ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient:AQ) เทียบกับความสามารถทางสติปัญญา (Intelligence Quotient:IQ) และความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient:EQ) ต่อการประสบความสำเร็จของบุคคล

กรณีตัวอย่างเกี่ยวกับความสามารถทางสติปัญญาของบุคคล (Intelligence Quotient:IQ) บางกรณี ทำให้เกิดข้อสงสัยว่า บุคคลบางคนมีความสามารถทางสติปัญญาของบุคคล (Intelligence Quotient:IQ) สูง มีความสามารถพิเศษ มีร่างกายที่แข็งแรง อยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่ดี โดยมีครอบครัวที่อบอุ่นและมีทรัพยากรที่สามารถใช้ได้อย่างไม่จำกัด แต่ทำไมบุคคลที่มีความพร้อมและมี

โอกาสเหนือกว่าหลาย ๆ คน กลับประสบความล้มเหลวและไม่สามารถบรรลุศักยภาพที่มีอยู่ ซึ่งสตอลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้กล่าวถึงบุคคลในกลุ่มดังกล่าวทุ่มเทในการทำงานน้อยกว่าคนอื่นที่มีระดับความสามารถทางสติปัญญาของบุคคล (Intelligence Quotient:IQ) ปานกลาง ดังเช่น กรณีของ เท็ด คัคชินสกี (Stoltz Paul G, 1997: 11-12) ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสามารถทางสติปัญญา (Intelligence Quotient: IQ) ในระดับสูง ถูกกล่าวหาในข้อหาเป็นมือวางระเบิด เขามีความฉลาดอย่างโดดเด่นในวัยเด็ก สามารถเข้าเรียนที่มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดได้เมื่ออายุ 16 ปี และเรียนจบเมื่ออายุ 20 ปี จากนั้นศึกษาต่อในระดับปริญญาโทและปริญญาเอกด้านคณิตศาสตร์ที่มหาวิทยาลัยมิชิแกน และเข้าสอนที่มหาวิทยาลัยเบิร์กลีย์เป็นเวลา 2 ปี ซึ่งตลอดชีวิตของเท็ด คัคชินสกี ไม่เคยพัฒนาทักษะทางสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient:EQ) ของตัวเองเลย โดยเขาไม่ยอมเข้าสังคมกับใครและไม่ยอมผูกมัดหรือเกี่ยวข้องกับผู้อื่น เขาได้รับสมญานามจากเพื่อน ๆ ว่า “ราชาแห่งฮาร์วาร์ด” ต่อมาเท็ด คัคชินสกี ได้แสดงความฉลาดปราดเปรื่องของเขาโดยการสร้างและวางระเบิดเป็นเหตุให้มีผู้เสียชีวิตถึง 3 คน บาดเจ็บ 22 คน ซึ่งเขาได้กระทำการที่ละเมิดกฎหมายและถูกดำเนินคดีในเวลาต่อมา จากกรณีดังกล่าวสามารถยืนยันได้ว่าความสามารถทางสติปัญญาของบุคคล (Intelligence Quotient:IQ) อย่างเดียวไม่สามารถจะทำนายความสำเร็จของบุคคลได้

ต่อมาได้มีแนวคิดที่สามารถพยากรณ์ความสำเร็จในชีวิต ได้แก่ แนวคิดความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient:EQ) ซึ่งมีสมมติฐานว่าความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient:EQ) สามารถสะท้อนถึงความสามารถในการเข้าใจในตัวเอง การรู้จักระงับสติอารมณ์ในทางลบ การควบคุมกิเลสตัณหา การมีสติ มีความอดทนอดกลั้น รวมถึงการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น โดยมีนักจิตวิทยาผู้เชี่ยวชาญได้มีข้อค้นพบทางการวิจัยสนับสนุนแนวคิดนี้ ได้แก่ แดเนียล โกลแมน ซึ่งได้แสดงความคิดเห็นว่า ในชีวิตของบุคคลการมีความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient : EQ) สำคัญกว่าความสามารถทางสติปัญญา (Intelligence Quotient : IQ)

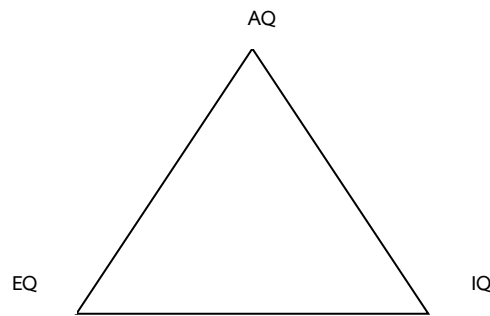
ในบางกรณีบุคคลบางคนมีทั้งความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient : EQ) และความสามารถทางสติปัญญา (Intelligence Quotient : IQ) ครบถ้วนทุกด้าน แต่ไม่สามารถบรรลุถึงศักยภาพของตนเอง แสดงให้เห็นว่าไม่ใช่ทั้งความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient : EQ) และความสามารถทางสติปัญญา (Intelligence Quotient : IQ) ที่เป็นสิ่งที่พยากรณ์ความสำเร็จของบุคคล เพราะไม่ใช่ทุกคนที่จะสามารถใช้ประโยชน์จากความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient : EQ) และความสามารถทางสติปัญญา (Intelligence Quotient : IQ) ได้อย่างเต็มที่ เพราะบางคนล้มเลิกความ

ตั้งใจและยุติการกระทำต่างๆ ที่มีศักยภาพและมีทักษะมากพอ นั้นเป็นเพราะขาดความเพียรพยายามที่จะเผชิญและต่อสู้กับอุปสรรคในการดำเนินชีวิตได้

ส่วนในด้านความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient:AQ) เชื่อกันว่าทำให้บุคคลสามารถเอาชนะอุปสรรคได้มากขึ้น มีความอดทนและมีพลังที่จะฟันฝ่าอุปสรรคส่งผลให้มีผลงานมาก ซึ่งส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตรวมทั้งความสุขก็จะมีมากขึ้น

ทั้งนี้บุคคลที่จะประสบความสำเร็จต้องอาศัยองค์ประกอบความดีหลายประการ เริ่มตั้งแต่มีสติปัญญาดี มีอารมณ์ดี มีสังคมดี และประการที่สำคัญคือ ต้องสามารถเอาชนะปัญหาและอุปสรรคได้หรือมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient:AQ) นั่นเอง (อารี พันธมณี, 2546)

สตอลทซ์ (Stoltz Paul G, 1997) ได้เสนอแนวคิดว่าความสำเร็จนั้นต้องมาจากองค์ประกอบ 3 ด้าน ได้แก่ความสามารถทางสติปัญญา (Intelligence Quotient:IQ) ความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient:EQ) และความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient:AQ) โดยแสดงความสัมพันธ์ของทั้ง 3 องค์ประกอบดังภาพต่อไปนี้



ความสัมพันธ์ระหว่างเอควิว (AQ) ไอคิว (IQ) และอีคิว (EQ)

ที่มา: Stoltz Paul G, 1997. **Adversity Quotient: Turning Obstacles Into Opportunities.**

ผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคดี จะสามารถแก้ปัญหาได้ดีต้องมีความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Quotient:EQ) โดยรู้จักบริหารอารมณ์ให้สงบ มีสติ มีความมั่นคง ซึ่งจะช่วยให้เกิดสติปัญญาในการแก้ปัญหามากขึ้น ขณะเดียวกันเมื่อมีสาเหตุที่ทำให้ต้องเผชิญปัญหาเพิ่มขึ้น ต้องมีความเชื่อมั่นในตนเองถึงความสามารถในการควบคุมสถานการณ์นั้นได้โดยเชื่อว่าปัญหามักจะเกิดจากปัจจัยภายนอกที่เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาโดยจะไม่ยึดเยื้อและไม่ส่งผลกระทบต่อส่วนอื่นๆ ในชีวิต และสามารถแก้ไขได้ในที่สุดโดยการมีความพยายามและอดทนต่อการแก้ไขปัญหานั้นซึ่งเป็นความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient:AQ) นั่นเอง

ตอนที่ 3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมแนะแนว ดังนี้

กงศรี จุลละมานี (2545) ได้ศึกษาผลการใช้โปรแกรมแนะแนวอาชีพที่มีต่อการเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมสมบูรณ์สาธิต มหาวิทยาลัยแห่งชาติลาวโดยทำการวิจัยเชิงทดลอง มีการดำเนินงานวิจัยแบบกลุ่มทดลอง กลุ่มควบคุม ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมสมบูรณ์สาธิต มหาวิทยาลัยแห่งชาติลาว ประจำปีการศึกษา 2544-2545 จำนวน 50 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 25 คน กลุ่มควบคุม 25 คน วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามการประกอบอาชีพ ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมแนะแนวอาชีพ นักเรียนกลุ่มทดลองสามารถเลือกอาชีพได้ดีขึ้น แตกต่างกับกลุ่มควบคุมที่มีคะแนนการเลือกอาชีพไม่เปลี่ยนแปลง

ศิริภิญญา ตระกูลรัมย์ (2552) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมแนะแนวกลุ่มในการเสริมสร้างปัญหาที่มีต่อพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การออกกลางคันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนห้วยราชพิทยาคมบุรีรัมย์ ทำการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research)

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนห้วยราชพิทยาคมบุรีรัมย์ ศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 ได้มาโดยการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากนั้นคัดกลุ่มตัวอย่างที่ทำคะแนนแบบสอบถามพฤติกรรมการออกกลางคัน เรียงคะแนนจากสูงไปต่ำ ที่มีค่าคะแนนเปอร์เซ็นต์ไถ่ที่ 75 จำนวน 54 คน จากนั้นรับอาสาสมัครที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 24 คน สุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การออกกลางคันก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า ก่อนและหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การออกกลางคันแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.5

ศิริภิญญา ตระกูลรัมย์ (2554) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมแนะแนวกลุ่มที่มีต่อการเสริมสร้างแรงจูงใจภายในของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม โดยทำการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้แบบที่มีกลุ่มทดลอง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป ชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ประจำปีการศึกษา 2553 จำนวน 43 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากใบงานและการประเมินโปรแกรม ผลการวิจัยพบว่าหลังเข้าร่วมโปรแกรมนักศึกษาสามารถสำรวจตนเอง รู้จักรักและเห็นคุณค่าในตนเอง กำหนดเป้าหมาย วางแผนการเรียนและอาชีพได้ และนักศึกษาเกิดความพึงพอใจในการเข้าร่วมโปรแกรม

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับการความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ดังนี้

ศศิธร แสงใส (2550) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะบางประการกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในเขตพื้นที่การศึกษาสมุทรปราการ เขต 1 โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการเขตพื้นที่การศึกษาสมุทรปราการ เขต 1 จำนวน 310 คน ซึ่งได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ สหสัมพันธ์พหุคูณและการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ พบว่าตัวแปรปัจจัยด้านจิตลักษณะ ได้แก่ ความมีวินัยในตนเอง ความสามารถในการปรับตัว การมองโลกในแง่ดี เซวาน์อารมณ์ และปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดู ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบทะนุถนอม การอบรมเลี้ยงดูแบบพึ่งตนเอง การอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความทะเยอทะยานมีความสัมพันธ์ทางลบกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดย การมองโลกในแง่ดีส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมากที่สุด ($\beta = .444$) ปัจจัยรองลงมา คือ ความสามารถในการปรับตัว การอบรมเลี้ยงดูแบบพึ่งตนเอง ($\beta = .302, 242$) ตามลำดับ ส่วนความทะเยอทะยานส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญอุปสรรคน้อยที่สุด ($\beta = .111$) สำหรับความมีวินัยในตนเอง เซวาน์อารมณ์ การอบรมเลี้ยงดูแบบทะนุถนอม และการอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจไม่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ชมพูนุช เตชะนัตตา (2550) ได้ศึกษาและวิจัยเชิงสำรวจถึงการรับรู้ความสามารถของตนเองกับความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและนักเรียนอาชีวศึกษา โดยกลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและนักเรียนอาชีวศึกษาในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำปาง จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 3 ชนิดคือ แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง และแบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและนักเรียนอาชีวศึกษามีการรับรู้ความสามารถของตนเองกับความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01ตามลำดับ โดยนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและนักเรียนอาชีวศึกษาที่มีผลการเรียนและงานอดิเรกที่ต่างกันมีการรับรู้ความสามารถของตนเองกับความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01ตามลำดับ และการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและนักเรียนอาชีวศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .306$)

วัฒนา ปัตถาวะโร (2552) ได้ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 4 จังหวัดขอนแก่น โดยมีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน โดยให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) จำนวน 10 ครั้ง

ครั้งละ 40-50 นาที โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) ที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83และโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) ของเยาวชน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติทดสอบ The Wilcoxon Signed Ranks Test c และ The Mann-Witney U Test ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนทดลองและหลังการทดลอง ผลการวิจัยพบว่าเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) สูงกว่า เยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05