

การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้อย่างมีความสุข  
ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา

ขวัญใจ เครือเกียรติธรรม  
มหาวิทยาลัยการจัดการและเทคโนโลยีอีสเทิร์น

**บทคัดย่อ**

การศึกษาวิจัยนี้สนใจเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้อย่างมีความสุข ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ผู้วิจัยจึงได้ทดสอบนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา 30 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนของกลุ่มทดลอง แสดงความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ที่สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ผลทดสอบ  $t = 3.47$  (Sig. 001) ขณะเดียวกันค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งสองกลุ่มแสดงการเรียนรู้มีความสุขไม่แตกต่างกัน โดยมีผลทดสอบ  $t = 1.39$  (Sig. 169) ที่สำคัญที่สุดคือความสัมพันธ์ของบทบาทครูและการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ของกลุ่มทดลองแสดงมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างไรก็ตาม กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีทัศนคติในการเรียนรู้เพื่อความอยู่รอดและความสุขในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีผลทดสอบความแปรปรวนเท่ากับ 3.22 (Sig. 047)

**คำสำคัญ** แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก และความสุขจากการเรียน

## Positive Psychology Concept in Teaching and Learning Management to Support Happiness Learning of Higher Students Level

Kwanjai Kruekiratitham

### Abstract

This study aims to investigate positive psychology concept in teaching and learning management to support happiness learning of higher students level. The researcher tested 30 students of experimental and control group of the higher students. The finding revealed that the mean score of the experimental group show differently and significantly higher than the control group,  $t = 3.47$  (Sig .001). Meanwhile, the mean score of the 2 group contributed no significant to happiness learning at  $t = 1.39$  (Sig .169). Importantly, the relationship between teacher role and learning activities design of the experimental group show higher than controlled group. However, the experimental and controlled group generated significantly to learning attitude for survival and happiness of life at  $F = 3.22$  (Sig .047).

**Keywords:** Positive Psychology Concept and Happiness Learning

### 1) บทนำ

ความยุ่งยากและสลับซับซ้อนที่ถูกออกแบบมาตามระบบส่งผลต่อการปรับตัวของมนุษย์ โดยเฉพาะการปรับตัวให้เข้ากับวัตถุประสงค์ของการจัดการศึกษาที่ดีมีคุณภาพและได้มาตรฐานเป็นที่ยอมรับของทุกคนในสังคม (สกศ, 2560) ทั้งนี้เพราะต่างเชื่อมั่นว่าการเรียนรู้เป็นเครื่องมือที่ดีต่อการพัฒนาและส่งเสริมศักยภาพความเป็นมนุษย์แต่ละคน (Jinarat, 2016) หากแต่ต้องปรับทัศนคติและออกแบบการจัดการเรียนการสอนที่เหมาะสมและสอดคล้องไปกับความต้องการกับความคาดหวังของผู้เรียน (Jinarat, 2022) และด้วยเหตุนี้ทำให้เป็นเหตุให้มีการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่ส่งผลต่อความสุขของผู้เรียน (อโณทัย ธีระทีป, 2561)

การจัดการเรียนการสอนยุคปัจจุบันหันมาให้ความสำคัญของการนำเอาสื่อและเทคโนโลยีมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนซึ่งนอกจากให้สอดคล้องกับความเจริญของยุคสมัยแล้ว นักการศึกษาส่วนใหญ่ยังเชื่อว่าเป็นตัวแทนที่ดีของความเป็นอิสระภาพของผู้เรียน (สกศ, 2560) แต่ทว่าความจริงสังคมยังคงหมกมุ่นอยู่กับปัญหาความเหลื่อมล้ำจากการจัดการศึกษา และข้อบกพร่องของการจัดการศึกษาอย่างมีคุณภาพทั้งจากผู้บริหาร ครูผู้สอน การขาดนิสยไฟ่เรียนรู้ของตัวผู้เรียนรวมถึงปัญหาเศรษฐกิจของครอบครัวที่ล้วนแต่กระทบต่อความรู้สึกนึกคิดของผู้เรียน และเกิดเป็นความวิตก

กังวลกับกดดันในระหว่างการเรียนรู้ (Saengduang et al, 2014) ซึ่งเรื่องนี้ อโหมทัย อธิระทีป (2561) ได้กล่าวไว้ว่ามีหลายปัจจัยที่ส่งผลให้นักเรียนมีความสุขในระหว่างการเรียนรู้ทั้งที่เกี่ยวกับทัศนคติที่ดีกับการมีนิสัยใฝ่เรียนรู้ของผู้เรียนที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นและศรัทธาต่อศักยภาพการเรียนรู้ของตนซึ่งผลต่อความสำเร็จจากการเรียนรู้ที่สามารถนำไปปรับใช้ประโยชน์ได้ในชีวิตประจำวันของผู้เรียน (Jinarat, 2022) รวมไปถึงการสนับสนุนของครอบครัวไปจนถึงความชำนาญการในการจัดการเรียนการสอนของครูอย่างมืออาชีพ (Pongpajon, 2021) ขณะที่ วิชัย วงษ์ใหญ่ และมารุต พัฒนา (2562) ย้ำถึงความสำคัญของการจัดการเรียนการสอนที่ครูช่วยให้ผู้เรียนเข้าถึงสาระสำคัญของเนื้อหาที่เรียนได้อย่างละเอียดลึกซึ้ง จนสามารถนำไปปรับใช้เป็นเครื่องมือในการดำรงชีพได้อย่างมีความสุข อันเป็นความสำเร็จตามความคาดหวังของผู้เรียน (กสศ, 2565) รวมถึงครูสามารถจัดกิจกรรมส่งเสริมพื้นที่อิสระจากการเรียนรู้ ตลอดจนครูพัฒนากิจกรรมที่มีผลต่อความเชื่อมั่นในความปลอดภัยให้เกิดขึ้นได้ในระหว่างเรียนล้วนแต่เป็นปัจจัยที่ส่งให้การจัดการเรียนการสอนมีผลต่อความรู้สึกถึงประโยชน์และคุณค่าจากการเรียนรู้ได้จริงของผู้เรียน (สายรุ้ง ธิดา และคณะ, 2559) แต่อย่างไรก็ตามในโลกของความเป็นจริงในการจัดการเรียนการสอนที่เต็มไปด้วยกฎระเบียบและกติกาสังคมยังคงขัดขวางความสุขในระหว่างเรียนของผู้เรียน ซึ่งครูจำเป็นต้องเร่งพัฒนากระบวนการมาเสริมแรงไปในทิศทางที่เป็นบวกคือ การนำเอาแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้เป็นฐานในการจัดกิจกรรมผู้เรียน (Leadership for the future, 2019)

ดังนั้นสภาพการจัดการเรียนการสอนที่ไม่สามารถตอบสนองต่อความคาดหวังและสอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนจึงเป็นไปได้แต่เพียงเปลือกนอกของการจัดการศึกษากับการจัดการเรียนการสอน หากแต่ช่วยให้รับรู้ถึงแนวทางในการปรับปรุงและแก้ไขได้ด้วยการพัฒนาบทเรียนที่ส่งผลต่อการเพิ่มพลังใจในการเรียนรู้ของผู้เรียน (Suriyawan, 2020)

และสำหรับบทความนี้ กสศ (2565) การเรียนรู้มีความสุขเป็นอันเดียวกันกับ ความสุขของผู้เรียน (Students' happiness) และนี่ก็ออกได้ชัดว่าผู้เรียนมีความสุขนั้นมีสภาพเป็นอย่างไรทั้งที่เกี่ยวกับอารมณ์ที่ผ่อนคลาย การได้ความรู้ตลอดจนมีทักษะความสามารถในการประดิษฐ์สิ่งของและเครื่องใช้ได้สอดคล้องกับความต้องการของหลักสูตร สังคมและตนเอง (พนม เกตุมาน, 2563) ขณะที่ UNESCO (2020) เพิ่มเติมอีกว่า ความสุขของผู้เรียนเป็นผลเกิดจากความสามารถในการจัดการเรียนรู้ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมของครูผู้สอนซึ่งมีทั้งทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้ (Good attitude learning) รวมถึงเป็นครูที่มีความเคารพและเชื่อมั่นศรัทธาต่อการเรียนรู้ของมนุษย์ โดยเฉพาะเชื่อมั่นว่าผู้เรียนแต่ละคนมีความสามารถพอสำหรับการเรียนรู้ให้ประสบความสำเร็จได้ หากแต่อาจมีระดับที่ต่างกัน (ภานุมาศ จินารัตน์ และคณะ, 2560)

การเรียนรู้มีความสุขเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนที่ถูกต้องและมีประสิทธิภาพมากพอสำหรับนำไปส่งเสริมคุณค่าและความหมายของความเป็นมนุษย์ผู้เรียนทุกคน เพราะปราศจากการแบ่งแยก (UNESCO, 2020) กล่าวคือผู้เรียนทุกคนมีสิทธิได้เรียนรู้มีความสุขและมีเสรีภาพจากการเรียนรู้สำหรับนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง (กสศ, 2560) ขณะเดียวกันที่

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา เพชรบุรี เขต 2 (2564) ระบุว่าความสุขของนักเรียนเป็นผลเกิดจากการเรียนรู้ที่มีความสุขและมีปัจจัยสำคัญที่ส่งกระทบได้จริงอยู่ที่ 1) คุณภาพการจัดการเรียนการสอนของครูที่เน้นบทบาทผู้เรียนมากกว่ากิจกรรมการสอนของครู รวมไปถึง 2) ผู้เรียนมีสิทธิในการวัดประเมินผลตนเอง โดยเฉพาะการสะท้อนความรู้และการปรับปรุงแก้ไขตนเองให้มีความสามารถสูงขึ้นได้อย่างต่อเนื่อง แต่อย่างไรก็ตามการให้ความสำคัญของการมีแหล่งเรียนรู้ได้อย่างหลากหลาย (Multi-sources learning) และการเน้นบทบาทผู้เรียนถูกนำวัดคุณภาพและมาตรฐานของความสุขในโรงเรียน (Jinarat, 2022) นอกจากนี้แล้ว กนกวรรณ สุภาราญ (2563) เพิ่มเติมว่าการเรียนรู้ที่มีความสุขเป็นผลพวงเกิดจากการจัดการเรียนการสอนด้วยความเข้าใจของครูที่มีต่อความถนัดและความสนใจของผู้เรียน แล้วครูคอยทำหน้าที่กระตุ้นให้ผู้เรียนแต่ละคนเกิดความเชื่อมั่นต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง และด้วยเหตุผลนี้ทำให้การเรียนรู้ที่มีความสุข เป็นความรู้ที่สืบทอดใจเมื่อได้มีโอกาสในการเรียนรู้ไปตามความถนัดและสนใจของผู้เรียน โดยมีครูคอยให้การสนับสนุนและกระตุ้นความเชื่อมั่นในตนเองของผู้เรียน (กสศ, 2565) ขณะเดียวกันที่ Smart brain (2022) อธิบายแนวคิดสำคัญที่ส่งต่อการเรียนรู้ที่มีความสุขนั้นอยู่ที่ความเป็นอิสระของผู้เรียน (Freedom learning) กับการเรียนรู้จากการได้ลงมือกระทำด้วยตนเอง (Self-learning) ส่วน Bundasak et al (2017) กลับอธิบายว่า การเรียนรู้ที่มีความสุขอาศัยแนวคิดเกี่ยวกับคุณค่าและความสำคัญของผู้เรียน บวกกับความสามารถในการปรับตัวของผู้เรียนให้เข้ากับกระบวนการเรียนรู้ และด้วยเหตุนี้ทำให้ผู้เรียนจำเป็นต้อง 1) ทักษะที่ดีต่อการเรียนรู้ 2) มีทักษะการเรียนรู้เป็นพื้นฐาน 3) ความสามารถในการนำเอาความรู้ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิตประจำวันของตนเอง (Jinart, 2022)

เพราะฉะนั้น การเรียนรู้ที่มีความสุข (Happiness learning) เป็นความสามารถที่เกิดจากการเรียนรู้และการปรับตัวของผู้เรียนให้เข้ากับทุกสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างการเรียนรู้ (Bundasak et al, 2017) ทั้งนี้เพื่อให้ตนเองประสบความสำเร็จด้านการเรียนคือ การนำเอาความรู้ไปปรับใช้ในการดำรงชีวิต (Smart brain, 2022) โดยมีเงื่อนไขและองค์ประกอบที่สำคัญประกอบด้วย 1) การมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้ (Good attitude learning) 2) มีทักษะการเรียนรู้พื้นฐาน (Basic skills learning) 3) ความสามารถในการนำความรู้ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตประจำวัน (Life competences) 4) การได้เรียนรู้ไปตามความถนัดและสนใจ (Aptitude and Interest learning) 5) โอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างเต็มกำลังความสามารถ (Full potential)

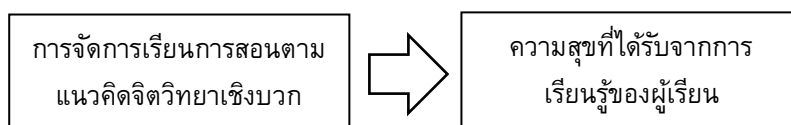
ขณะที่ แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกให้ความสำคัญกับผู้เรียนมากกว่ากระบวนการจัดการเรียนการสอน (สายรุ้ง ธิดา และคณะ, 2559) และเน้นในประเด็นนี้ Chupradit & Chupradit (2022) อธิบายว่าจิตวิทยาเชิงบวกเป็นรากฐานสำคัญที่นำมาใช้แก้ไขปัญหาผู้เรียนที่รู้สึกเป็นทุกข์จากการเรียนรู้ เครื่องมือต่อการเรียนรวมถึงไร้ความหวังจากการได้รับประโยชน์ของการเรียนรู้ โดยเน้นการใช้กระบวนการจัดกิจกรรมส่งเสริมผู้เรียนตั้งแต่การวิเคราะห์ผู้เรียน กำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ จัดกิจกรรมการเรียน วัดประเมินผล ให้ข้อมูลย้อนกลับและติดตามความก้าวหน้าของผู้เรียน

(Suriyawan, 2020) รวมไปถึงการให้ความสำคัญต่อคุณลักษณะ 4 ของนักเรียนและประกอบด้วย 1) ระดับการรับรู้ต่อความสามารถของตนเอง จากการสะท้อนคิดและสะท้อนรู้เกี่ยวกับตัวผู้เรียนอยู่เสมอ เพื่อสร้างความตระหนักรู้ต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง 2) การมองโลกในแง่ดี โดยเฉพาะการมองเห็นถึงศักยภาพในการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละคนไปจนถึงโอกาสในการประสบความสำเร็จจากการเรียนอันเป็นจุดเชื่อมโยงไปสู่ความสุขที่ได้จากการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละคน 3) ความยืดหยุ่น ซึ่งเน้นการปรับตัวให้เข้าได้กับทุกสถานการณ์ หรืออาจเรียกได้ว่าการเป็นมิตรที่ดีกับผู้เรียนแต่ละคนแม้มีทั้งคุณลักษณะนิสัยกับพฤติกรรมการเรียนรู้ต่างกันก็ตาม และ 4) สร้างความหวัง สร้างพื้นที่อิสระและปลอดภัยจากการเรียนรู้ โดยครูไม่ปฏิบัติตนเป็นผู้คุกคามผู้เรียน (Thongking, 2020) ทั้งนี้เพราะการสร้างพื้นที่อิสระในการเรียนรู้ได้อย่างกว้างสามารถปูทางให้ผู้เรียนไปสู่ความสำเร็จจากการเรียนรู้ที่ได้ผล (นพพนม เกตุมาน, 2561) ซึ่งด้วยเหตุผลนี้ ครูที่สามารถจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดวิทยาเชิงบวกอย่างได้ผลเป็นผู้มีทัศนคติและมุมมองต่อการศึกษาคือเป็นเพียงเครื่องมือหรือกลไกหนึ่งของสังคมที่ส่งเสริมการเจริญเติบโตของมนุษย์มากกว่า การจัดการเรียนการสอนเพื่อตอบสนองต่ออำนาจรัฐหรือแค่เพียงพิธีสุจน์ทฤษฎีเดิมนั้น (Suriyawan, 2020) ขณะเดียวกันที่ สายรุ้ง ธิตา และคณะ (2559) กลับอธิบายว่าการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดวิทยาเชิงบวกนั้นถูกนำมาส่งเสริมความสุขจากการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน จากการกำหนดขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตั้งแต่การกำหนดจุดมุ่งหมายการเรียนรู้ เปิดใจผู้เรียน เตรียมผู้เรียนให้พร้อม ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ทดสอบความรู้ วัดประเมินผลผู้เรียน สะท้อนคิดกับติดตามปัญหาและความก้าวหน้าของผู้เรียน (Leadership for the future, 2020) ส่วนสิ่งสำคัญสำหรับการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดวิทยาเชิงบวกอยู่ที่ 1) การมีทัศนคติต่อการเรียนรู้ของครูที่มีต่อตัวผู้เรียน อย่างน้อยคือเชื่อมั่นว่าผู้เรียนแต่ละคนมีศักยภาพพอสำหรับขับเคลื่อนตนเองไปสู่ความสำเร็จจากการเรียนรู้ 2) ทักษะและความสามารถในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ต้องเน้น พื้นที่อิสระและปลอดภัยในการเรียนรู้ของผู้เรียน รวมไปถึง 3) ความสามารถในการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อสร้างวัฒนธรรมแห่งการเรียนรู้ได้ทั้งชั้นเรียน โดยเห็นว่า การแสดงความเห็นที่แตกต่างส่งผลให้ความรู้เกิดการขยายตัวและยังส่งผลให้ทุกคนได้รับความสุขจากการเรียนรู้ไปพร้อมกับความสำเร็จจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Yeamsai, 2021)

เพราะฉะนั้น การจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก (Positive psychology for learning management) เป็นรากฐานสำคัญสำหรับการปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงบทบาทการจัดการเรียนการสอนของครูจากเดิมที่เคยบอกความรู้ (นพพนม เกตุมาน, 2561) มาเป็นผู้แนะนำ ให้คำปรึกษา สะท้อนตัวผู้เรียน (Leadership for the future, 2020) และเป็นผู้ร่วมเรียนกับนักเรียนทุกคนโดยปราศจากการแบ่งแยก ทั้งนี้เพื่อกระตุ้นให้ สร้างแรงบันดาลใจให้ และจูงใจให้ผู้เรียนมองเห็นความสำคัญของตนเองอย่างมีความหมายที่เหมาะสมของแต่ละคน (Suriyawan, 2020)

ดังนั้น การจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก (Positive psychology for learning & teaching management) เป็น 1) การปรับบทบาทครูผู้สอน (Adjust role) 2) เน้น

บทบาทผู้เรียน (Emphasis on the role of the learner) กับ 3) การออกแบบจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง (Learning design on learning by doing)



ภาพประกอบที่ 1 กรอบแนวคิดวิจัย

## 2) วัตถุประสงค์วิจัย

เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตวิทยาเชิง บวก และความสุขที่ได้รับจากการเรียนรู้ของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

## 3) วิธีดำเนินการวิจัย

### 3.1) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร (Population) หมายถึงนักเรียนระดับมัธยมศึกษาของโรงเรียนพุทธเมตตา อำเภอ เขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานีจำนวน 1,211 คน (สมศ, <https://www.onesqa.or.th>) เป็นกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม

ขนาดตัวอย่าง (Sample size) ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และอำนาจในการทดสอบร้อยละ 80 รวมถึงส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานจากงานวิจัยเดิมที่ .40 และ ค่าเฉลี่ยกลุ่มทดลองเท่ากับ 3.92 กับค่าเฉลี่ยกลุ่มควบคุม 3.61 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลอง จำนวน 25 คน และกลุ่มควบคุมอีก 25 คน (นิคม ถนอมเสียง, 2560) และเพื่อป้องกันการสูญหายไป ของกลุ่มตัวอย่างในระหว่างการทดลอง ผู้วิจัยได้เพิ่มสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุมอีกกลุ่มละ 5 จะได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (อรพินท์ ชูชม, 2552)

หากแต่ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์ที่การคัดเข้าและเกณฑ์การคัดออกไปนี้

#### 1) เกณฑ์คัดเข้า

1.1) เป็นนักเรียนปัจจุบันและกำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาของโรงเรียนพุทธเมตตา อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

1.2) สนใจในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้โดยการอนุญาตจากผู้ปกครองนักเรียนเป็นลาย ลักษณ์อักษร

1.3) สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทดลองสอนได้ตลอดจนครบตามกำหนดระยะเวลาที่ได้ ออกแบบเอาไว้

#### 2) เกณฑ์การคัดออก

- 2.1) ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทดลองได้ครบตลอดจนระยะเวลาทดลอง
- 2.2) ไม่สามารถให้ข้อมูลหรือร่วมกิจกรรมทดลองใดได้ด้วยความสมัครใจ
- 3) การรักษาสีติของกลุ่มตัวอย่าง (Informant protecting)

ผู้วิจัยให้ความสำคัญกับการเก็บความลับของข้อมูลกลุ่มตัวอย่างที่นำมาทดลองโดยไม่เปิดเผยให้ผู้อื่นรู้ รวมไปถึงการขออนุญาตจากผู้ปกครองนักเรียนในการเข้าร่วมโครงการวิจัยของเด็กนักเรียน ซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มเปราะบาง ตลอดจนผู้วิจัยไม่เข้าไปแทรกแซงกลุ่มตัวอย่างที่ทดลองและควบคุมโดยไม่ตั้งเป็นเงื่อนไขหรือประโยชน์ใดใดในการแลกเปลี่ยนกับข้อมูล และที่สำคัญคือผู้วิจัยไม่ระบุตัวตนของผู้เข้าร่วมวิจัยแต่ประการใด (Kownaklai, 2019) นอกจากนี้แล้วผู้วิจัยยังเน้นการชี้แจงวัตถุประสงค์วิจัย ประโยชน์ที่ได้รับและความเป็นอิสระในการถอดตัวออกจากงานวิจัยนี้ของผู้เข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลาอันเป็นการปกป้องและรักษาผลประโยชน์ของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องอย่างดีที่สุดแล้ว

### 3.2) เครื่องมือวิจัย

ผู้วิจัยพัฒนาเครื่องมือวิจัยขึ้นมาจากการทบทวนวรรณกรรมและนำไปสร้างเป็นแบบประเมินผลการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดวิทยาเชิงบวกกับแบบวัดระดับความสุขของนักเรียนที่ได้รับจากการเรียนรู้ โดยมีกระบวนการและขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือวิจัยดังต่อไปนี้

1) ขั้นตอนการทบทวนวรรณกรรม โดยผู้วิจัยรวบรวมเอาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วนำไปสร้างเป็นแบบประเมินผลการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดวิทยาเชิงบวก และแบบวัดระดับความสุขที่ได้จากการเรียนรู้ของนักเรียน (วีระศักดิ์ จินารัตน์, 2564) จากการแบ่งขั้นตอนนี้ออกเป็นสองขั้นตอนย่อยดังต่อไปนี้

1.1) ขั้นรวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาสรุปสาระสำคัญและคัดเอาตัวบ่งชี้ที่สามารถนำไปสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างได้ตรงตามสภาพจริง โดยมีหลักเกณฑ์ในการพิจารณาประกอบด้วย 1) มีความสอดคล้องกับสาระสำคัญที่สรุปได้ในทางทฤษฎี และ 2) สามารถสะท้อนภาพหรือเหตุการณ์จริงที่เกิดขึ้นในระหว่างการเก็บข้อมูล โดยเฉพาะความสามารถในการนำไปตอบคำถามตามวัตถุประสงค์วิจัย ความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของสังคมกับสิ่งสำคัญคือนำไปอธิบายภาพที่มีอยู่จริงได้อย่างละเอียดลึกซึ้ง (Meehanpong & Boonsin, 2021)

1.2) ขั้นตอนการตรวจสอบความตรงเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาเป็นขั้นตอนที่วิจัยนำเอาสาระสำคัญที่สรุปได้ขอให้อาจารย์ที่ปรึกษาได้ตรวจสอบความตรงกันในเชิงทฤษฎีก่อนเป็นลำดับแรกและนำมาปรับปรุงแก้ไขกับนำไปสร้างเป็นเครื่องมือวิจัย (วีระศักดิ์ จินารัตน์, 2564) ซึ่งมีลักษณะดังต่อไปนี้

เครื่องมือวิจัยเป็นแบบวัดหลายระดับ และแบ่งออกเป็นสามตอนประกอบด้วย 3

ตอนที่ 1 สอบถามข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 3 ข้อ และแนะนำให้ทำเครื่องหมายถูกลงในช่องที่ตรงกับข้อมูลตนเอง

ตอนที่ 2 แบบประเมินคุณภาพแผนการจัดการเรียนการสอนตามแนวจิตวิทยาเชิงบวก ชนิดมาตรวัด 5 ระดับจำนวน 20 ข้อ และแนะนำให้นักเรียนประเมินผลตามข้อคำถามแต่ละข้อด้วยการทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความเห็นของนักเรียน โดยมีตัวเลขและความหมายกำกับต่อไปนี้

- |                           |                     |
|---------------------------|---------------------|
| 1 หมายถึง ได้ผลน้อยที่สุด | 2 หมายถึง ได้ผลน้อย |
| 3 หมายถึง ได้ผลปานกลาง    | 4 หมายถึง ได้ผลมาก  |
| 5 หมายถึง ได้ผลมากที่สุด  |                     |

ตอนที่ 3 แบบวัดระดับความสุขจากการเรียนรู้ เป็นแบบวัด 7 ระดับตามตัวเลข 1 ถึง 7 ที่มีความหมายของตัวเลขแต่ละตัว พร้อมทั้งชี้แจงให้ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทำเครื่องหมาย / ตรงกับความรูสึกของตนเอง

- |                                    |                            |
|------------------------------------|----------------------------|
| 1 หมายถึง มีความสุขน้อยที่สุด      | 2 หมายถึง มีความสุขน้อย    |
| 3 หมายถึง มีความสุขค่อนข้างปานกลาง | 4 หมายถึง มีความสุขปานกลาง |
| 5 หมายถึง มีความสุขค่อนข้างมาก     | 6 หมายถึง มีความสุขมาก     |
| 7 หมายถึง มีความสุขมากที่สุด       |                            |

นอกจากนั้นแล้วผู้วิจัยยังได้ขอให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการสอนได้ตรวจสอบความถูกต้องก่อนนำมาปรับปรุงไขให้ถูกต้องมากที่สุดเท่าที่จะพัฒนาได้

2) ขั้นตอนการนำไปทดลองใช้ เป็นขั้นตอนที่ผู้วิจัยนำเอาเครื่องมือวิจัยที่พัฒนาขึ้นมาได้ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่น ที่มีได้เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแล้วนำมาทดสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย (วีระศักดิ์ จินารัตน์, 2564) ตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดต่อไปนี้

2.1) เกณฑ์ทดสอบความตรง โดยผู้วิจัยถือเอาค่า Goodness of fit อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .000 เป็นเกณฑ์พิสูจน์ความตรงกันระหว่างข้อสรุปเชิงทฤษฎีและข้อมูลเชิงประจักษ์ที่รวบรวมกลับมาคืนได้ (วีระศักดิ์ จินารัตน์, 2564) นอกจากนั้นผู้วิจัยยังใช้ค่า KMO ตั้งแต่ .80 พิสูจน์ความสัมพันธ์กันอย่างเหมาะสมของแต่ละชุดตัวแปร และใช้ค่า Extraction มากกว่า .50 ขึ้นไปทดสอบน้ำหนักที่เหมาะสมของแต่ละข้อคำถามกับใช้ค่า Variance ตั้งแต่ร้อยละ 50 ขึ้นไปทดสอบความสามารถในการอธิบายความแปรปรวนร่วมกันของแต่ละตัวแปร

2.2) เกณฑ์ทดสอบความเชื่อมั่น ผู้วิจัยใช้ค่า Alpha ตั้งแต่ .80 กับความเที่ยงตรงรายข้อตามค่า Corrected items ตั้งแต่ .30 ขึ้นไปทดสอบระดับความเชื่อมั่นของเครื่องมือวิจัยนี้ (ประสพชัย พสุนนท์, 2557)

โดยได้ผลการทดสอบคุณภาพแบบสอบถามต่อไปนี้

แบบสอบถามนี้มีผลทดสอบค่า Chi-Square ที่ค่า Sig. .46 และ .08 กับมีค่า KMO = .79 และ .84 ส่วนค่า Extraction มีค่าระหว่าง .77-.99 และระหว่าง .70-.99 รวมถึงมีค่า Variance ร้อยละ 65.02 และร้อยละ 66.60

ส่วนผลทดสอบความเชื่อมั่นพบว่า มีค่า Alpha ที่ .91 และ .95 กับความเที่ยงตรงรายข้อระหว่าง .11-.82 และระหว่าง .10-.82

ส่วนแบบแผนในการจัดการเรียนการสอนนั้นผู้วิจัยได้ออกแบบและพัฒนาขึ้นตามขั้นตอนต่อไปนี้

1) ขั้นตอนการนำเอาสาระสำคัญและมาตรฐานการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานมาใช้เป็นฐานสำหรับการพัฒนาแผนการสอน แล้วนำเอาคำอธิบายรายวิชาตัวชี้วัดโดยเฉพาะสมรรถนะผู้เรียนมาเป็นตัวกำหนดทิศทางการพัฒนาแผนการสอน การจัดกิจกรรมการเรียน การเลือกใช้สื่อ การจัดกิจกรรมไปจนถึงการเลือกเทคนิคการวัดประเมินผลผู้เรียน

2) นำแผนการสอนที่ออกแบบขึ้นมาได้ไปขอให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญด้านการสอนได้ดำเนินการตรวจสอบและนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ

3) นำแผนการสอนที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่นที่มีได้เป็นกลุ่มตัวอย่างและกลุ่มทดลอง

4) นำแผนการสอนมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปจัดการเรียนการสอนจริงกับกลุ่มทดลอง

### 3.3) การเก็บข้อมูล

เนื่องจากงานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยกึ่งทดลองเพราะกลุ่มตัวอย่างมีลักษณะเป็นกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนอนุบาลพุทธเมตตา อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองทั้งก่อนและหลังการทดลองสอนไปแล้ว หากแต่มีผู้ช่วยวิจัยทำหน้าที่คอยให้การสนับสนุนในการเก็บข้อมูลวิจัยได้อย่างครบถ้วน ตามขั้นตอนการเก็บข้อมูลต่อไปนี้

1) ขั้นตอนการประชาสัมพันธ์และรับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยไปยังกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาของโรงเรียนอนุบาลพุทธเมตตา พร้อมทั้งตรวจสอบคุณสมบัติของอาสาสมัครดังต่อไปนี้

1.1) เป็นนักเรียนปัจจุบันและกำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาของโรงเรียนพุทธเมตตา อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

1.2) สนใจในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้โดยได้ยื่นรับอนุญาตจากผู้ปกครองนักเรียนเป็นลายลักษณ์อักษร

1.3) สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทดลองสอนได้ตลอดจนครบตามกำหนดระยะเวลาที่ได้ออกแบบเอาไว้

1.4) เป็นผู้มีความสามารถในการให้ข้อมูลแก่งานวิจัยนี้ได้โดยปราศจากเงื่อนไขหรือประโยชน์ใดใด

2) จัดประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์วิจัยและประโยชน์ที่ได้รับ พร้อมทั้งตอบข้อสงสัยแก่ผู้เข้าร่วมทดลองสอนจนกว่าจะเข้าใจครบทุกคน

3) ดำเนินการทดลองสอน และทดสอบก่อนเรียน

4) รวบรวมผลการทดสอบก่อนเรียนและนำไปบันทึกไว้ในอุปกรณ์คอมพิวเตอร์

5) ทดลองสอนตามแผนการสอนและทดสอบหลังเรียน

6) นำผลการทดสอบหลังเรียนไปบันทึกต่อจากผลทดสอบก่อนเรียนเพื่อนำไปวิเคราะห์ผล

### 3.4) การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้สถิติ t-test ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยตัวแปร

#### 4) สรุปผลวิจัยและอภิปรายผล

ผลวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดวิทยาเชิงบวก มากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีผลทดสอบความแตกต่างที่ค่า  $t = 3.47$  (Sig. 001) ขณะเดียวกันที่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความสุขที่ได้จากการเรียนรู้ไม่แตกต่างกัน โดยมีผลทดสอบ  $t = 1.39$  (Sig. 169) แต่ที่สำคัญคือความสัมพันธ์กับบทบาทครูและการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ของกลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุมและนั่นแสดงชัดว่าการจัดการเรียนการสอนมีอิทธิพลต่อผู้เรียนที่มีผลต่อการเรียนดีกับมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้ซึ่งอาจเป็นตัวแปรแฝงที่ควบคุมผลการทดลองนี้ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ตามตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยตัวแปร

Dependent	Independent	Normality	Mean	SD	t-test	Sig.
การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดวิทยาเชิงบวก	ทดลอง	.200*	3.89	.60	3.47**	.001
	ควบคุม	.200*	3.34	.64		
ความสุขที่ได้รับจากการเรียน	ทดลอง	.008	5.11	1.10	1.39	.169
	ควบคุม	.014	4.65	1.41		

\*\* P value .01 \* P value .05

ตารางที่ 4.4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดวิทยาเชิงบวก

Dependent	Independent	N	Mean	SD	t-test	Sig.
บทบาทครู	ทดลอง	30	3.88	.72	2.46*	.017
	ควบคุม	30	3.30	1.08		
บทบาทนักเรียน	ทดลอง	30	3.98	.63	1.97	.081
	ควบคุม	30	3.68	.67		
การออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอน	ทดลอง	30	3.82	.80	4.29***	.000
	ควบคุม	30	3.05	.55		

P Value \* .05, \*\* .01, \*\*\* .00

จากตารางผลวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเกี่ยวกับการออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .00 มีค่าทดสอบเท่ากับ 4.29 (Sig. 000) รวมถึงมีคะแนนเฉลี่ยบทบาทครูมากกว่าที่ผลทดสอบเท่ากับ 2.46 (Sig. 017) หากแต่มีคะแนนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเกี่ยวกับบทบาทของผู้เรียน ทั้งนี้อาจเกิดขึ้นได้จากหลายปัจจัย

ทั้งที่สัมพันธ์กับภูมิหลังผู้เรียนและทัศนคติที่มีต่อการเรียนรู้ของนักเรียนแต่ละคนอาจส่งผลกระทบต่อให้ มีผลต่อบทบาททางการเรียนรู้ที่ต่างกันได้โดยเฉพาะกลุ่มที่มีทัศนคติต่อการเรียนรู้เพื่อความอยู่รอดกับใช้ เป็นรากฐานสำหรับการดำรงชีวิตจะมีความสุขที่ได้รับจากการเรียนรู้นี้มากกว่ากลุ่มที่เชื่อว่าการเรียนรู้ ให้เป็นที่ยอมรับของสังคม ดังตารางแสดงประกอบต่อไปนี้

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยจำแนกตามทัศนคติต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน

Dependent	Independent	N	Mean	SD	F	Sig.
การจัดการเรียนรู้ ตามแนวคิดวิทยา เชิงบวก	อยู่รอด	15	3.90	.73	6.73**	.002
	ยอมรับ	9	2.96	.76		
	รากฐานชีวิต	36	3.66	.52		
ความสุขที่ได้รับจาก การเรียนรู้	อยู่รอด	15	5.34	1.05	3.22*	.047
	ยอมรับ	9	4.02	.72		
	รากฐานชีวิต	36	4.91	1.38		

P value \* .05, \*\* .01

จากตารางผลวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีทัศนคติต่อการเรียนเพื่อความอยู่รอดและเป็นรากฐานของชีวิตมีการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดวิทยาเชิงบวกมากกว่ากลุ่มที่มีความเชื่อว่าเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้เพื่อให้เป็นที่ยอมรับในสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีผลทดสอบความแปรปรวนเท่ากับ 6.73 (Sig. 002)

ขณะเดียวกันที่ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีทัศนคติต่อการเรียนเพื่อความอยู่รอดและเป็นรากฐานของชีวิตมีความสุขจากการเรียนรู้นี้มากกว่ากลุ่มที่มีความเชื่อว่าเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้เพื่อให้เป็นที่ยอมรับในสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีผลทดสอบความแปรปรวนเท่ากับ 3.22 (Sig. 047)

เพราะฉะนั้นจากผลวิจัยที่สรุปได้มีอยู่ 3 ประเด็นคือ 1) กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยต่างกันแต่เฉพาะการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดวิทยาเชิงบวก 2) กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเกี่ยวกับบทบาทครูและการออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนต่างกันโดยกลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุม 3) กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีทัศนคติต่อการเรียนรู้แบบเพื่อความอยู่รอดและใช้ เป็นรากฐานของชีวิตมีคะแนนความสุขจากการเรียนรู้นี้มากกว่ากลุ่มที่เชื่อว่าการเรียนรู้เพียงให้สังคมยอมรับเท่านั้น และด้วยเหตุนี้นอกจากการมีทัศนคติที่ดีมีความถูกต้องต่อการเรียนรู้แล้วผู้เรียนยังตระหนักถึงการปรับตัว การเปลี่ยนแปลงไปตามทิศทางเดียวกันกับกระแสโลกที่มีได้ให้ความสำคัญที่ผลผลิตรวม (Bas product) หากแต่เพิ่มคามสำคัญของผู้เรียนแต่ละคน (Individual needs & target) และเป็นเหตุผลสำคัญที่ครูผู้สอนจำเป็นต้องนำมาทบทวนและปรับตัวให้สอดคล้องไปในทิศทางเดียวกันกับผู้เรียน เหตุผลเพราะแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกให้ความสำคัญกับผู้เรียนมากกว่ากระบวนการจัดการเรียนการสอน (สายรุ้ง ธิตา และคณะ, 2559) และเน้นในประเด็น

นี้ Chupradit & Chupradit (2022) อธิบายว่าจิตวิทยาเชิงบวกเป็นรากฐานสำคัญที่นำมาใช้แก้ไข ปัญหาผู้เรียนที่รู้สึกเป็นทุกข์จากการเรียนรู้ เครื่องเคียดต่อการเรียนรวมไปถึงไร้ความหวังจากการ ได้รับประโยชน์ของการเรียนรู้ โดยเน้นการใช้กระบวนการจัดกิจกรรมส่งเสริมผู้เรียนตั้งแต่การ วิเคราะห์ผู้เรียน กำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ จัดกิจกรรมการเรียนรู้ วัดประเมินผล ให้ข้อมูลย้อนกลับ และติดตามความก้าวหน้าของผู้เรียน (Suriyawan, 2020) รวมไปถึงการให้ความสำคัญต่อคุณลักษณะ 4 ของนักเรียนและประกอบด้วย 1) ระดับการรับรู้ต่อความสามารถของตนเอง จากการสะท้อนคิดและ สะท้อนรู้เกี่ยวกับตัวผู้เรียนอยู่เสมอเพื่อสร้างความตระหนักต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง 2) การมองโลก ในแง่ดี โดยเฉพาะการมองเห็นถึงศักยภาพในการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละคนไปจนถึงโอกาสในการ ประสบความสำเร็จจากการเรียนอันเป็นจุดเชื่อมโยงไปสู่ความสุขที่ได้จากการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละ คน 3) ความยืดหยุ่น ซึ่งเน้นการปรับตัวให้เข้าได้กับทุกสถานการณ์ หรืออาจเรียกได้ว่าการเป็นมิตรที่ ดีกับผู้เรียนแต่ละคนแม้มีทั้งคุณลักษณะนิสัยกับพฤติกรรมการเรียนรู้ต่างกันไปก็ตาม และ 4) สร้าง ความหวัง สร้างพื้นที่อิสระและปลอดภัยจากการเรียนรู้ โดยครูไม่ปฏิบัติตนเป็นผู้คุกคามผู้เรียน (Thongking, 2020) ทั้งนี้เพราะการสร้างพื้นที่อิสระในการเรียนรู้ได้อย่างกว้างสามารถปูทางให้ผู้เรียน ไปสู่ความสำเร็จจากการเรียนรู้ที่ได้ผล (นพพนม เกตุมาน, 2561) ซึ่งด้วยเหตุผลนี้ ครูที่สามารถจัดการ เรียนการสอนตามแนวจิตวิทยาเชิงบวกอย่างได้ผลเป็นผู้มีทัศนคติและมุมมองต่อการศึกษว่าเป็น เพียงเครื่องมือหรือกลไกหนึ่งของสังคมที่ส่งเสริมการเจริญเติบโตของมนุษย์มากกว่า การจัดการเรียน การสอนเพื่อตอบสนองต่ออำนาจรัฐหรือแค่เพียงพิธีสุจน์ทฤษฎีเดิมนั้น (Suriyawan, 2020) ขณะเดียวกันที่ สายรุ้ง ธิดา และคณะ (2559) กลับอธิบายว่าการจัดการเรียนการสอนตามแนว จิตวิทยาเชิงบวกนั้นถูกนำมาส่งเสริมความสุขจากการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน จากการกำหนดขั้นตอนการ จัดกิจกรรมการเรียนการสอนตั้งแต่การกำหนดจุดมุ่งหมายการเรียนรู้ เปิดใจผู้เรียน เตรียมผู้เรียนให้ พร้อม ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ทดสอบความรู้ วัดประเมินผลผู้เรียน สะท้อนคิดกับติดตามปัญหาและ ความก้าวหน้าของผู้เรียน (Leadership for the future, 2020) ส่วนสิ่งสำคัญสำหรับการจัดการ เรียนการสอนตามแนวจิตวิทยาเชิงบวกอยู่ที่ 1) การมีทัศนคติต่อการเรียนรู้ของครูที่มีต่อตัวผู้เรียน อย่างน้อยคือเชื่อมั่นว่าผู้เรียนแต่ละคนมีศักยภาพพอสำหรับขับเคลื่อนตนเองไปสู่ความสำเร็จจากการ เรียนรู้ 2) ทักษะและความสามารถในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ต่องเน้น พื้นที่อิสระและ ปลอดภัยในการเรียนรู้ของผู้เรียน รวมไปถึง 3) ความสามารถในการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อสร้าง วัฒนธรรมแห่งการเรียนรู้ได้ทั้งชั้นเรียน โดยเห็นว่า การแสดงความเห็นที่แตกต่างส่งผลให้ความรู้เกิด การขยายตัวและยังส่งผลให้ทุกคนได้รับความสุขจากการเรียนรู้ไปพร้อมกับความสำเร็จจากการเรียนรู้ ด้วยตนเอง (Yeamsai, 2021)

เพราะฉะนั้น การจัดการเรียนการสอนตามแนวจิตวิทยาเชิงบวก (Positive psychology for learning management) เป็นรากฐานสำคัญสำหรับการปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงบทบาทการ จัดการเรียนการสอนของครูจากเดิมที่เคยบอกความรู้ (นพพนม เกตุมาน, 2561) มาเป็นผู้แนะนำ ให้ คำปรึกษา สะท้อนตัวผู้เรียน (Leadership for the future, 2020) และเป็นผู้ร่วมเรียนกับนักเรียน

ทุกคนโดยปราศจากการแบ่งแยก ทั้งนี้เพื่อกระตุ้นให้ สร้างแรงบันดาลใจให้ และจูงใจให้ผู้เรียน มองเห็นความสำคัญของตนเองอย่างมีความหมายที่เหมาะสมของแต่ละคน (Suriyawan, 2020)

ดังนั้นโดยธรรมชาติการจัดการเรียนการสอนในแต่ละยุคสมัยมีความแตกต่างกัน โดยเฉพาะ การจัดการเรียนการสอนสมัยใหม่ที่เน้นความสำคัญของความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ของผู้เรียน (Jinarat, 2016) อันเป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้ครูต้องปรับทั้งทัศนคติ ค่านิยมและความเชื่อของตนเอง ที่มีต่อการเรียนรู้ของมนุษย์หรือผู้เรียนแต่ละคนนั้นต่างกัน หากแต่ต้องอาศัยความสำคัญของบทบาท ครูผู้สอนที่คอยชี้แนะแนวทางการเรียนรู้ที่เหมาะสมให้กับผู้เรียนแต่ละคน (Leadership for the future, 2020) รวมไปถึงการทำหน้าที่เป็นผู้คอยกระตุ้นกับสะท้อนคิดเกี่ยวกับตัวผู้เรียนตลอดระยะเวลา ของการเรียนรู้ที่ผู้เรียนกำลังลงมือปฏิบัติและสิ้นสุดไปแล้วจากการเรียน (สายรุ้ง ธิตา และคณะ, 2559) และด้วยเหตุผลสำคัญนี้ทำให้ครูจำเป็นต้องเปลี่ยนบทบาทการสอนของตนไปสู่การเป็นที่ ปรีกษาที่สามารถให้คำแนะนำที่ดีแก่ผู้เรียนแต่ละคนซึ่งมีธรรมชาติที่ต่างกันเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อ ประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการจัดการเรียนการสอนตามแนวจิตวิทยาเชิงบวก (Chupradit & Chupradit, 2022)

## 5) ข้อเสนอแนะสำหรับใช้ประโยชน์

จากข้อค้นพบที่สำคัญของงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสำหรับครูและฝ่ายบริหารของ โรงเรียนที่ต้องการพัฒนาแผนการสอนที่ใช้จิตวิทยาเชิงบวกมาพัฒนาความสุขที่ได้จากการเรียนรู้ของ นักเรียนนั้นประกอบด้วย

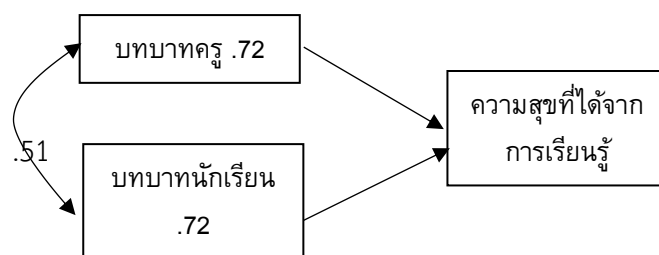
ข้อเสนอแนะสำหรับนำไปใช้ประโยชน์ประกอบด้วยแนวทางพัฒนา 2 แนวทางต่อไปนี้

1) แนวทางพัฒนาบทบาทครูที่สัมพันธ์กับครูให้ความช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาการเรียน ทุกคน สนับสนุนนักเรียนทุกคนให้ได้เรียนรู้ กระตุ้นนักเรียนแต่ละคนให้กระตือรือร้นกับการเรียน เป็น แรงบันดาลใจด้านการเรียนของนักเรียน ให้อิสระด้านการเรียนกับนักเรียนทุกคน ขอบตั้งปัญหาที่ท้อ ทายเด็กนักเรียน เคารพในความเห็นของนักเรียนทุกคน มีคำแนะนำสำหรับนักเรียนแต่ละคนต่างกัน และครูรับฟังเหตุผลของนักเรียนทุกคนเท่ากัน โดยเฉพาะกลุ่มเด็กนักเรียนที่มีภูมิหลังการเรียนกับ ทัศนคติและความเชื่อต่อการเรียนรู้ตนเองแตกต่างกัน

2) แนวทางพัฒนาบทบาทนักเรียนประกอบด้วย การตั้งใจมากสำหรับการเรียน การใช้ความ พยายามทุกอย่างกับการเรียน การไตร่ตรองความรู้เสมอ ทบทวนความรู้ที่ได้รับในแต่ละวัน เข้าร่วม ทุกกิจกรรมที่จัดขึ้นในชั้นเรียน และเข้าร่วมทุกกิจกรรมที่จัดนอกชั้นเรียนทั้งนี้เพื่อปรับความเชื่อและ ทัศนคติต่อการเรียนรู้ว่าเป็นรากฐานสำคัญสำหรับการใช้ชีวิตกับเพื่อพัฒนาทักษะรอบได้ในสังคมที่ เปลี่ยนแปลง

ส่วนข้อเสนอแนะในการนำไปพัฒนางานวิจัยครั้งต่อไปอาจจำเป็นต้องศึกษาเกี่ยวกับภูมิหลัง ผู้เรียนและทัศนคติต่อการเรียนรู้ประกอบเข้าด้วยแผนพัฒนาการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิด จิตวิทยาเชิงบวกทั้งครูและนักเรียน

## 6) องค์ความรู้ที่พัฒนาได้



ภาพประกอบที่ 2 แนวทางพัฒนาการจัดการเรียนการสอนให้ผู้เรียนมีความสุขจากการเรียนรู้

การสอนที่น่าเอาแนวคิดหรือวิธีการของจิตวิทยาเชิงบวกมุ่งส่งเสริมผู้เรียนให้รู้จักและเข้าใจตนเอง (Saengduang et al, 2014) ก่อนนำเอาสิ่งที่อยู่จริงของแต่ละคนไปใช้เป็นเครื่องมือสำคัญสำหรับการเรียนรู้ โดยเฉพาะความเข้าใจที่มีต่อการดำรงชีวิตของตนเอง (Thongsee & Sanjamsai, 2021)

## 7) รายการอ้างอิง

- ประสพชัย พสุนนท์. (2557). ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามในงานวิจัยเชิงปริมาณ, *วารสารปาริชาติ มหาวิทยาลัยทักษิณ*, 27(1), 144-163.
- ภานุมาศ จินารัตน์ พงศกรณ์ พิลาบุตร พิษฐ์ ขาวจันทร์ และพนมพร ชวงชิง. (2560). *ภาวะผู้นำแบบมีส่วนร่วมที่ส่งเสริมความสุขในโรงเรียน*, รายงานวิจัย มหาวิทยาลัยการจัดการและเทคโนโลยีอีสเทิร์น.
- วีระศักดิ์ จินารัตน์. (2564). *ระเบียบวิธีวิจัยสมัยใหม่*, พิมพ์ครั้งที่ 1; อุบลราชธานี, ยงสวัสดิ์ อินเตอร์กรุป จำกัด.
- วีระศักดิ์ จินารัตน์. (2564). *มาตรฐานงานวิจัยเชิงปริมาณและการพัฒนา*, พิมพ์ครั้งที่ 1; อุบลราชธานี, ยงสวัสดิ์ อินเตอร์กรุป จำกัด.
- อโณทัย ธีระทีป. (2561). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการเรียนของนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา*, วิทยานิพนธ์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Bundasak, T., Chaowiang, K., & Jangasean, N. (2017). Happily learning among nursing students, *Journal of MCU Research Studies*, 5(1), 357-369.
- Chupradit, P.W., & Chupradit, S. (2022). Positive psychology: strategies for developing learners in the 21<sup>st</sup> century, *Journal of Social Sciences and Buddhistics Arthropology*, 7(1), 1-14.

- Jinarat, P. (2022). *The relationship between educational management and teaching and learning management that affects, learning outcomes according to expectations and needs of the new generation gen y and gen z*, UMT research.
- Jinarat, P. (2022). *New normal pressure management methods of people in the lower Northeastern region*, UMT research.
- Jinarat, P. (2022). *Relationship between educational quality and learner success*, Institute research UMT.
- Kownaklai, J. (2019). Protecting the rights of informants in qualitative research: in case of vulnerable group, *Journal of Nursing and Health Sciences*, 13(4), 13-23.
- Leadership for the future. (2019). จิตวิทยาเชิงบวกสู่การใช้ชีวิตด้วยความเข้าใจ, <https://www.leadershipforfuture.com>
- Leadership for the future. (2020). จิตวิทยาเชิงบวกสำคัญไฉน? ทำไมครูต้องเรียนรู้และเข้าใจเรื่องนี้, <https://www.leadershipforfuture.com>
- Pongpajon, C. (2021). Development of Thai literature learning management model based on positive psychology by using PERMA model and strength-based education for fostering well-being of secondary school students, *J. of Soc. Sci., & Hum.*, 47(1), 137-160.
- Saengduang, J., Wongtim, S., & Mekkhachorn, N. (2014). The effects of guidance activities package for develop of positive psychological capital of mathayom suksa II students of Phadungpanya school in Tak province, *GRC*, 3077-3088.
- Suriyawan, K. (2020). *Effects of positive psychology group intervention to support character strengths in courage for visually impaired students*, thesis of Srinakharinwirot University.
- Thongking, P. (2020). The teacher's role and creative a positive environment in the 21<sup>st</sup> century classroom, *CMU Journal of Education*, 4(1), 50-59.
- Yeamsai, P. (2021). The application of active learning in English teaching, *Journal of MCU Languages and Culture*, 1(2), 30-41.