

ความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนยากจน:  
กรณีนักเรียนที่ได้รับทุนเสมอภาคทางการศึกษา\*

Resilience in Children of Poverty: Case Study of Students Granted  
Equitable-Education-Fund-Scholarships

<sup>1</sup>ศิริวรรณ กำแพงพันธ์, <sup>2</sup>นฤมล พระใหญ่ และ <sup>3</sup>ฐาศุภร์ จันประเสริฐ

<sup>1</sup>Siriwan Kamphaengphan, <sup>2</sup>Narulmon Prayai and <sup>3</sup>Thasuk Junprasert

สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University, Thailand

E-mail: <sup>1</sup>sirikitti@gmail.com, <sup>2</sup>narulmon@hotmail.com, <sup>3</sup>thasukbsri@gmail.com

Received August 4, 2023; Revised September 20, 2023; Accepted October 28, 2023

## บทคัดย่อ

นักเรียนที่อยู่ในครอบครัวยากจนมีโอกาสเสี่ยงสูงต่อการมีปัญหาสุภาพจิต ซึ่งปัจจัยป้องกันที่สำคัญคือความเข้มแข็งทางใจ งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์ของความยากลำบากในชีวิต และลักษณะความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนที่ได้รับทุนเสมอภาคทางการศึกษา รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ รูปแบบกรณีศึกษา พื้นที่วิจัยคือโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับทุนเสมอภาคทางการศึกษา จำนวน 4 คน ผู้ปกครองและครูของนักเรียนผู้ให้ข้อมูล อย่างละ 1 คน รวมจำนวนผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด 12 ราย ใช้วิธีคัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์การคัดเลือก เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึก ด้วยคำถามปลายเปิดแบบกึ่งโครงสร้าง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา และสร้างข้อสรุปแบบอุปนัยเพื่อตอบวัตถุประสงค์การวิจัย ผลการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ประเด็นหลัก ได้แก่ ประเด็นหลักที่ 1 สถานการณ์ความยากลำบาก ประกอบด้วย 2 ประเด็นรอง คือ 1) ความยากลำบากที่เกิดขึ้นร่วมกับครอบครัว 2) ความยากลำบากที่เกิดขึ้นในบริบทด้านการเรียนและส่วนตัว ประเด็นหลักที่ 2 สิ่งสนับสนุนหรือทรัพยากร ประกอบด้วย 2 ประเด็นรอง คือ 1) สิ่งสนับสนุนภายนอกตัวนักเรียน แบ่งประเด็นย่อยเป็นการสนับสนุนทางอารมณ์ การสนับสนุนทางการรับรอง

\* งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการทำกิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการทำวิจัยและนวัตกรรม จากสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ

เห็นชอบ การสนับสนุนทางการให้ข้อมูล การสนับสนุนทางวัตถุหรือเงิน 2) สิ่งสนับสนุนภายในตัวนักเรียน แบ่งประเด็นย่อยเป็นคุณลักษณะ และทักษะความสามารถ ประเด็นหลักที่ 3 การเปลี่ยนแปลงหลังเผชิญความยากลำบาก ประกอบด้วย 3 ประเด็นรอง คือ 1) การเปลี่ยนความคิด 2) การเปลี่ยนความรู้สึกรู้สึก 3) การเปลี่ยนพฤติกรรม ข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้สามารถนำไปออกแบบโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสำหรับนักเรียนที่อยู่ในครอบครัวยากจนได้ โดยอาศัยการมีส่วนร่วมของครูและผู้ปกครอง

**คำสำคัญ:** ความเข้มแข็งทางใจ; นักเรียนยากจน; ทุนเสมอภาคทางการศึกษา

## Abstract

Students from poor families are at higher risk for mental health problems. The important protective factor is resilience. Therefore, this research aimed to understand the context of significant adversity and resilience characteristic of poor students granted equitable-education-fund-scholarships. This qualitative research was a case study design. Key informants were 12, consisting of 4 adolescent students, one teacher, and one student's parents of each student who gave information. They were purposefully selected based on the inclusion criteria, which were students studying at the junior high school level at a secondary school in Pathum Thani. They were purposefully selected based on the inclusion criteria; the instrument for collecting data was an in-depth interview. Research data were analyzed with content analysis to create inductive conclusions to answer the research objective. The research revealed three main issues: the first was the context of significant adversity. It consisted of two sub-issues: 1) the hardships with family, and 2) the difficulties that arise in academic and personal contexts. The second main issue was student resources to help overcome obstacles. It consisted of two sub-issues: 1) external resources: emotional support, appraisal support, information support, and material support; and 2) internal resources: positive characteristics and competence. The third main issue was the change in students after adversity. It consisted of three sub-issues: 1) the change in affective; 2) the change in cognitive; and 3) the change in behavior. This novel study on poor students suggested that schools establish a training protocol for involving students' families and teachers in promoting resilience.

**Keywords:** Resilience; Student poverty; Equitable-education-fund-scholarship

## บทนำ

ความยากจนทำให้เกิดความเครียดในชีวิต และมีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชน (Kirby, 2020) ปัญหาความยากจนส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็ก ซึ่งพบว่าเด็กที่เกิดในครอบครัวฐานะดีเมื่อเริ่มเข้าโรงเรียนอนุบาลมีคะแนนการรู้คิดสูงกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะยากจน ถึงร้อยละ 60 นักเรียนที่มาจากครอบครัวฐานะดีมีอัตราการสำเร็จการศึกษาสูงกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวยากจนถึงร้อยละ 16 ทั้งนี้รวมไปถึงจำนวนนักเรียนที่สมัครเรียนต่อในมหาวิทยาลัย (Reardon, 2011) ที่ผ่านมารัฐบาลได้เห็นความสำคัญของปัญหาความยากจน ซึ่งในการแก้ไขปัญหาระยะยาวเน้นไปที่การลงทุนกับคนรุ่นใหม่อย่างเท่าเทียมกัน การกระจายโอกาสและสร้างความเสมอภาคทางการศึกษา โดยจัดทำโครงการกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาซึ่งได้มีการคัดกรองนักเรียนยากจนด้วยวิธีการวัดรายได้ทางอ้อมตามหลักเกณฑ์ โดยนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มยากจนพิเศษจะได้รับการจัดสรรเงินอุดหนุนเพื่อแบ่งเบาภาระค่าใช้จ่ายด้านการศึกษาของครอบครัว บรรเทาอุปสรรคการมาเรียน เพื่อป้องกันการหลุดจากระบบการศึกษา ความยากจนมีหลายมิตินอกจากความขัดสนในด้านทรัพย์สินแล้ว ความยากจนยังหมายถึงความรวมไปถึงความทุกข์ที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ภัยรุมตระหนกถึงความแตกต่างของชนชั้นทางสังคมและการใช้วัตถุเป็นเครื่องหมายบ่งบอกชนชั้นอาจนำไปสู่การแบ่งแยก (discrimination) และการมีพฤติกรรมชายขอบ (marginalizing behaviors) ของเด็กที่ไม่สามารถเป็นไปตามความคาดหวังของคนส่วนใหญ่ในสังคม (Liu, 2002) ซึ่งอาจสร้างความรู้สึกที่เป็นทุกข์ให้กับนักเรียนที่กำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น

ความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) คือความสามารถในการเผชิญหน้าและก้าวผ่านความยากลำบาก มีความสำคัญเนื่องจากความเข้มแข็งทางใจเป็นความสามารถของบุคคลในการจัดการกับปัญหาและวิกฤตในชีวิตให้สามารถฟื้นตัวกลับสู่สภาพปกติในเวลาอันรวดเร็ว เกิดการเรียนรู้และมีความสามารถเผชิญกับปัญหาในวิกฤตนั้น ๆ ได้ (ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล, 2550) ปัจจัยเสี่ยงของความเข้มแข็งทางใจคือเหตุการณ์ที่ทำให้เครียดในชีวิต เช่น ความยากจน ครอบครัวแตกแยก ประสบการณ์ที่เคยได้รับความรุนแรง ภาวะสูญเสียทางอารมณ์หรือความรู้สึกที่ต้องพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก การเจ็บป่วย การตกงาน สงคราม ภัยพิบัติ หรือปัจจัยอื่น ๆ ที่ทำให้ปัญหาในชีวิตยังคงดำเนินอยู่ต่อไป มีการศึกษาผลของการเสริมสร้างปัจจัยปกป้องต่อความเข้มแข็งทางใจ ซึ่งเป็นปัจจัยเชิงบวกต่อการปรับตัวและพัฒนาการของบุคคล (Masten, 2001; Zolkoski, 2012) ปัจจัยเชิงบวกดังกล่าว ได้แก่ ลักษณะส่วนบุคคล เงื่อนไขจากสภาพแวดล้อมหรือบริบทที่จะช่วยให้เด็กและวัยรุ่นยังคงยืนหยัดอยู่ได้อย่างสมดุลแม้เผชิญกับปัญหา ซึ่งปัจจัยภายในตัวบุคคลที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้มแข็งทางใจ เช่น ลักษณะบุคลิกภาพ (personality traits) ความพยายาม (perseverance) ความมุ่งมั่น (determination) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) ความคิดสร้างสรรค์ (creativity) ความกลมเกลียว (coherence) การตระหนักรู้ตนเอง (self-awareness) เป็นต้น ส่วนปัจจัยภายนอกตัวบุคคลที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้มแข็งทางใจ ได้แก่ การสนับสนุนจากครอบครัว

การประเมินเชิงบวก (positive appraisals) คุณภาพการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ปกครอง (Affi, 2011) การสนับสนุนจากครูและโรงเรียน (Brooks, 2006) ความสัมพันธ์กับชุมชนและแหล่งทรัพยากร (Davies, 2011) จากการศึกษาของ Dias (2017) ซึ่งให้เห็นว่าสิ่งแวดล้อมจากบ้าน ชุมชน และกลุ่มเพื่อน สามารถทำนายระดับของความเข้มแข็งทางใจได้ โดยมีสิ่งแวดล้อมจากบ้านเป็นตัวทำนายหลัก ผลการศึกษายังพบด้วยว่าความสามารถในการควบคุมตนเองในการตั้งเป้าหมายและการควบคุมแรงกระตุ้นของตนสามารถทำนายระดับของความเข้มแข็งทางใจได้

การวิจัยเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางใจในระยะแรกศึกษาความเข้มแข็งทางใจในองค์ประกอบทั่วไปของคุณลักษณะซึ่งมีลักษณะค่อนข้างคงที่ งานวิจัยในระยะต่อมามองว่าความเข้มแข็งทางใจมีหลายมิติ เนื่องจากปรากฏพบความแตกต่างไปตามอายุ เพศ บริบททางสังคม หรือภูมิหลังทางวัฒนธรรม นั่นเป็นสาเหตุที่ปัจจัยทางประชากรศาสตร์ เช่น เพศ ภูมิหลังทางวัฒนธรรม สังคมวิทยา และจิตวิทยา ส่งผลโดยตรงหรือโดยอ้อมต่อความเข้มแข็งทางใจ (Burns & Anstey, 2010; Burns, Anstey, & Windsor, 2011; Liu et al., 2015) ซึ่งงานวิจัยที่ทำการศึกษาความเข้มแข็งทางใจในนักเรียนที่เติบโตในบริบทครอบครัวยากจนยังมีจำกัด ดังนั้นการศึกษาครั้งนี้เพื่อทำความเข้าใจบริบทของสถานการณ์ความยากลำบากในชีวิตและความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาค โดยใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพแบบกรณีศึกษา ผลการศึกษาจะทำให้เราเข้าใจมิติความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนที่อยู่ในครอบครัวยากจน อันจะเป็นประโยชน์ในการนำไปออกแบบโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจให้กับนักเรียนกลุ่มนี้ต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์ของความยากลำบากในชีวิต และลักษณะความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนที่ได้รับทุนเสมอภาคทางการศึกษา

## การทบทวนวรรณกรรม

การให้ความหมายของความเข้มแข็งทางใจถือว่าเป็นเรื่องที่ยาก เนื่องจากมีการให้ความหมายที่หลากหลายแตกต่างกันออกไปตามผลลัพธ์ โดยทั่วไปการให้ความหมายสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่ม งานวิจัยส่วนหนึ่งกล่าวว่าความเข้มแข็งทางใจเป็นลักษณะที่อยู่ในตัวของบุคคล (trait) อีกส่วนมองว่าความเข้มแข็งทางใจเป็นผลลัพธ์หรือพฤติกรรม (outcome or behavior) และกลุ่มสุดท้ายมองว่าความเข้มแข็งทางใจเป็นกระบวนการ (process) (Hu, Zhang & Wang, 2015; Prince-Embury, 2013) แม้จะมีความหลากหลายแต่สามารถสรุปองค์ประกอบที่อธิบายไว้เหมือนกันคือ เป็นความเข้มแข็งของมนุษย์ (human strength) เป็นการหยุดชะงักและการเติบโต การรับมือและการปรับตัว และผลลัพธ์ในเชิงบวก หลังจากเผชิญความทุกข์ยาก (Wald et al., 2006) คอนเนอร์และเดวิดสัน (Connor & Davidson, 2003) อธิบายว่าความเข้มแข็งทางใจเป็นคุณสมบัติส่วนบุคคลที่ช่วยให้บุคคลนั้นสามารถเจริญเติบโตต่อไปได้

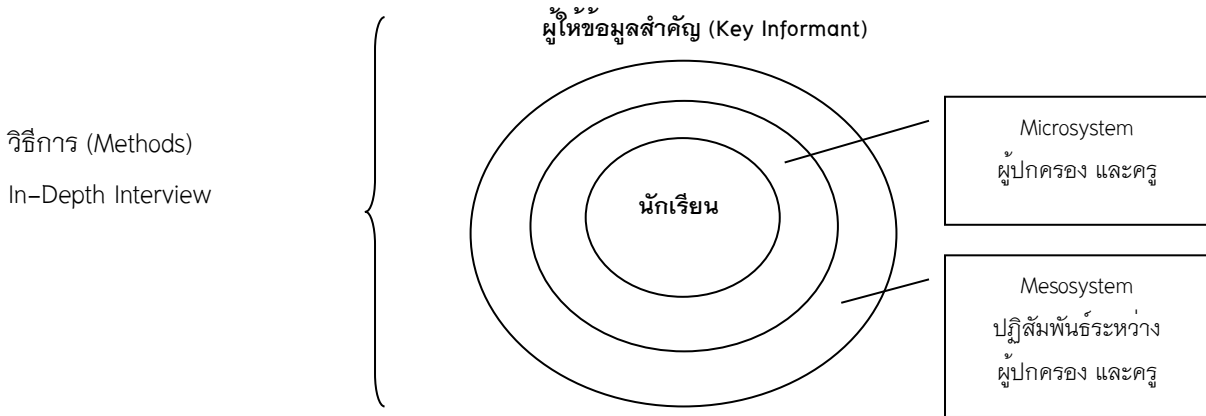
เมื่อเผชิญกับความทุกข์ยาก และในความหมายของมาสเทน (Masten, 2001) ความเข้มแข็งทางใจเป็นลักษณะของปรากฏการณ์จากผลลัพธ์เชิงบวกแม้ว่าจะเจอกับความยากที่ร้ายแรงต่อการปรับตัวหรือการพัฒนา สอดคล้องกับ Luthar, Cicchetti and Becker (2000) ระบุว่าความเข้มแข็งทางใจเป็นกระบวนการแบบไดนามิก ที่ครอบคลุมการปรับตัวในเชิงบวกภายใต้บริบทของความทุกข์ยากที่สำคัญ ซึ่งไม่เพียงแต่ภัยคุกคามหรือความทุกข์ยากที่ร้ายแรงเท่านั้นที่เป็นตัวสร้างความเครียด แต่ยังรวมถึงประสบการณ์ความเครียดสะสมที่พบในชีวิตปกติด้วย หรืออาจเกิดร่วมกันของตัวกระตุ้นความเครียดทั้งสองแบบ (Infurna & Luthar, 2017) ความเข้มแข็งทางใจเป็นความสามารถในการเผชิญหน้าและก้าวผ่านความยากลำบาก สามารถฟื้นตัวจากความทุกข์ยาก ซึ่งสิ่งนี้จะมีความสามารถที่คงอยู่ระยะยาว (Rice & Liu, 2016) นอกจากนี้ยังพบว่าความเข้มแข็งทางใจระดับสูงมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับตัวบ่งชี้ของการมีสุขภาพจิตที่ดี (Aiena et al., 2015; Martínez-Martí & Ruch, 2017) สำหรับองค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจ (Grotberg, 1995) แบ่งออกเป็น 3 ด้านคือ ฉันมี (I have) คือ ปัจจัยสนับสนุนภายนอกนอกและทรัพยากรสนับสนุนที่มาสส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ ฉันเป็น (I am) คือ ความรู้สึกภายในของเด็กและจุดแข็งของบุคคล ประกอบไปด้วย ความรู้สึก ความเชื่อและเจตคติในตัวเอง และฉันสามารถ (I can) คือ สังคมของเด็กและทักษะในการสร้างสัมพันธ์ภาพ

แนวคิดระบบนิเวศวิทยาเชิงสังคม (ecological theory) ของ Bronfenbrenner and Morris (2006) ได้อธิบายถึงพัฒนาการของมนุษย์ซึ่งได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมทางสังคม 5 ระดับ ตั้งแต่ระดับที่ใกล้ชิดแบบมีปฏิสัมพันธ์กับตัวบุคคลโดยตรงไปจนถึงสิ่งแวดล้อมระดับกว้างจากวัฒนธรรม เริ่มจาก 1) microsystem เป็นสังคมที่บุคคลใช้เวลาาร่วมกันมาก เช่น ครอบครัวของนักเรียน กลุ่มเพื่อน โรงเรียน และเพื่อนบ้าน เป็นต้น โดยในสังคมระดับนี้บุคคลจะมีปฏิสัมพันธ์โดยตรงกับครอบครัว ครู เพื่อน และผู้อื่น 2) ระดับ mesosystem เป็นระบบที่เกี่ยวข้องกับการเชื่อมโยงหน่วยทางสังคมของระดับไมโครซิสเต็ม เช่น ความเชื่อมโยงระหว่างครอบครัวและโรงเรียน และความเชื่อมโยงระหว่างครอบครัวและกลุ่มเพื่อนของนักเรียน เป็นต้น 3) ระดับ exosystem เป็นระบบของสังคมที่ใหญ่ขึ้นที่บุคคลไม่ได้เข้าไปเกี่ยวข้องโดยตรงแต่เป็นองค์กรหรือหน่วยงานที่ส่งอิทธิพลทางอ้อมต่อบุคคล เช่น คณะกรรมการกำกับดูแลของชุมชน อาจมีบทบาทสำคัญในการพิจารณาคุณภาพของโรงเรียน สวนสาธารณะ สถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และห้องสมุด ซึ่งมีผลต่อการช่วยสนับสนุนหรือขัดขวางพัฒนาการของนักเรียนได้ 4) ระดับ macrosystem เป็นความสัมพันธ์ที่อยู่ห่างไกลจากตัวบุคคลมากที่สุด แต่เป็นระบบที่ครูและนักเรียนอาศัยอยู่ซึ่งมีอิทธิพลต่อค่านิยมและขนบธรรมเนียมของสังคม ได้แก่ ความเชื่อ ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม เศรษฐกิจ การเมืองการปกครอง เป็นต้น และ 5) ระดับ chronosystem เป็นความแตกต่างของช่วงเวลาทางสังคมที่มีผลต่อพัฒนาการนักเรียน เช่น ชีวิตความเป็นอยู่ของนักเรียนในปัจจุบันแตกต่างจากประสบการณ์ที่เคยมีในวัยเด็กของพ่อแม่หรือปู่ย่าตายายหลายประการ เป็นต้น

จากแนวคิดของความเข้มแข็งทางใจ ซึ่งมองความเข้มแข็งทางใจเป็นองค์ประกอบที่มีในตัวบุคคลทั้งในด้านคุณลักษณะและความสามารถ และกระบวนการที่มีการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

ที่อยู่รอบตัวของนักเรียนร่วมกับแนวคิดระบบนิเวศวิทยาเชิงสังคม ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดทั้งสองมาเป็นการรอบในการศึกษาโดยเก็บข้อมูลกับตัวนักเรียน และบุคคลใกล้เคียงที่มีปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนโดยตรง

### กรอบแนวคิดในการวิจัย



### ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบกรณีศึกษา (case study) (Yin, 2018; ฐาศุภกร จันประเสริฐ, 2565) รูปแบบ exploratory case study ที่มุ่งหาคำตอบเพื่อตอบคำถามการวิจัยคือการศึกษาศาถนการณของความยากลำบาก และลักษณะของความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาว่ามีปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยภายนอกใดที่เป็นปัจจัยปกป้องที่ทำให้นักเรียนเผชิญหน้ากับความยากลำบากได้ โดยมีระเบียบวิธีวิจัยดังนี้

#### พื้นที่ในการวิจัยและกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกสถานศึกษาโดยคำนึงถึงหลักเกณฑ์ ดังต่อไปนี้ 1) เป็นสถานศึกษาของรัฐที่เปิดสอนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตปทุมธานี 2) เป็นสถานศึกษาที่มีจำนวนนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและได้ขึ้นทะเบียนรับเงินช่วยเหลือนักเรียนยากจนและยากจนพิเศษตามเกณฑ์ของกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) จำนวนไม่น้อยกว่าร้อยละ 10 ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น 3) เป็นสถานศึกษาที่ผู้บริหาร อาจารย์ ผู้ปกครอง และกลุ่มนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ เมื่อพิจารณาจากเกณฑ์การคัดเลือกทั้ง 3 ข้อแล้ว ได้พื้นที่ในการดำเนินการวิจัยเป็นสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 4 จำนวน 1 สถานศึกษา

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลการเลือกกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยครั้งนี้เป็นการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ตามคุณสมบัติที่กำหนด (Inclusion Criteria) คือเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนพื้นที่ที่ทำการศึกษาได้รับการจัดสรรทุนเสมอภาคทางการศึกษาตามเกณฑ์ของนักเรียนยากจนหรือยากจนพิเศษ มีคะแนนความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับสูงจากการประเมินของครูประจำชั้นซึ่งทำหน้าที่เป็นผู้กั้นกรอง (gatekeeper) ตามแบบตรวจสอบรายการ



(Checklist) และนักเรียนสมัครใจในการเข้าร่วมโครงการวิจัย สรุปลงได้ผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นนักเรียนที่ได้รับทุนเสมอภาคทางการศึกษาที่มีระดับคะแนนความเข้มแข็งทางใจสูงตามแบบประเมิน จำนวน 4 ราย นอกจากนี้ในแต่ละเคสได้สัมภาษณ์ผู้ปกครองนักเรียน 1 คน และครูประจำชั้นหรือครูผู้สอนของนักเรียนทุนเสมอภาค 1 คน รวมจำนวนผู้ให้ข้อมูลทั้งสิ้น 12 ราย

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นคำถามปลายเปิดแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-Structured Interview Question) โดยผู้วิจัยเป็นผู้พัฒนาขึ้นจากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความเข้มแข็งทางใจและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง จากนั้นได้นำมาสร้างเป็นแนวคำถามหลัก (Main Question) เพื่อใช้เปิดประเด็นคำถามในข้อมูลที่ต้องการ และคำถามเจาะลึก (Probing Question) เพื่อขอรายละเอียดที่ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยพัฒนาเป็น 3 ฉบับคือ แนวคำถามสำหรับนักเรียนทุนเสมอภาค แนวคำถามสำหรับผู้ปกครอง และฉบับสุดท้ายเป็นแนวคำถามสำหรับครู ทั้ง 3 ฉบับมีคำถามสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกัน จากนั้นผู้วิจัยได้นำข้อคำถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพและผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาตรวจสอบเพื่อให้ข้อเสนอแนะต่อความตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของข้อคำถามกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูล หลังจากนั้นทำการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ และนำไปทดลองใช้กับตัวแทนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (pilot case) เพื่อประเมินความเข้าใจต่อข้อคำถามและคำที่ใช้ในข้อคำถามก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลจริง แนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์ในครั้งนี้แบ่งออกเป็น 5 ประเด็น เพื่อตอบคำถามการวิจัย ประเด็นแรกคือการสร้างสัมพันธภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล ตัวอย่างคำถามหลักเช่น ลองเล่าเรื่องชีวิตความเป็นอยู่และครอบครัวของนักเรียนให้ฟังหน่อย ประเด็นที่สองคือลักษณะของความยากลำบากในชีวิต ตัวอย่างคำถามหลักเช่น ในช่วงชีวิตของนักเรียนมีเหตุการณ์หรือสถานการณ์สำคัญอะไรที่นักเรียนรู้สึกว่าเป็นช่วงเวลาที่ยากลำบากในชีวิต ประเด็นที่สามวิธีการเผชิญกับความยากลำบากในชีวิต ตัวอย่างคำถามหลักเช่น ในช่วงเวลาของชีวิตที่นักเรียนต้องเจอกับความยากลำบาก นักเรียนก้าวผ่านเหตุการณ์นั้นมาได้อย่างไร ประเด็นที่สี่คือสิ่งที่ช่วยให้นักเรียนก้าวผ่านอุปสรรค ตัวอย่างคำถามหลักเช่น มีบุคคลหรือสิ่งใดที่ช่วยนักเรียนให้ก้าวผ่านความยากลำบากของชีวิตนั้นมาได้ ประเด็นสุดท้ายคือความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับนักเรียนหลังจากผ่านพ้นอุปสรรค ตัวอย่างคำถามหลักเช่น ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นหลังจากผ่านพ้นอุปสรรคเป็นอย่างไร

### การเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ร่วมกับการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมและการจดบันทึกในขณะที่สัมภาษณ์ และทำการถอดเทปบันทึกเสียงสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ (verbatim) พร้อมลงบันทึกลักษณะภาษากายของผู้ให้ข้อมูลซึ่งได้จากการจดบันทึกที่ระหว่างสัมภาษณ์ การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยเริ่มต้นจากการอ่านบทสัมภาษณ์อย่างถี่ถ้วนแล้วจึงเริ่มให้รหัส (coding) ได้แก่รหัสที่กำหนดจากแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง (deductive coding) และรหัสที่สร้างจากการวิเคราะห์ข้อความในบทสัมภาษณ์ซึ่งตอบคำถามการวิจัย (Inductive coding) จากนั้นรวบรวมไว้ในตาราง

(codebook) แล้วทำการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาโดยจัดกลุ่มรหัสที่สอดคล้องกันเป็นประเด็นหลักและประเด็นย่อย(content analysis) โดยเลือกใช้แนวคิดทฤษฎีมาอธิบายร่วมกับข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์พิจารณาความอิ่มตัวของข้อมูล (data saturation) ซึ่งหมายถึงการที่ข้อเสนอทางทฤษฎีคงที่แล้ว จากนั้นจึงเขียนข้อสรุปของการศึกษา

### การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล

การวิจัยนี้ใช้การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลหลากหลายวิธี ดังนี้ การตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) (Yin, 2018) เช่น ในขั้นของการรวบรวมข้อมูล มีการใช้ข้อมูลจากหลากหลายแหล่ง (use multiple source of evidence) ทั้งข้อมูลจากการสัมภาษณ์นักเรียน ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ปกครอง และการสัมภาษณ์ครู ข้อมูลได้มาจากวิธีการที่หลากหลาย ทั้งการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม และเอกสารที่ได้ทำการบันทึกไว้ และตรวจสอบความสอดคล้องภายใน (Internal validity) (Yin, 2018) โดยการวิเคราะห์จัดกลุ่มรูปแบบที่มีความสอดคล้องกัน (do pattern matching) นอกจากนี้ได้มีการนำรายงานผลการศึกษาไปให้ผู้ให้ข้อมูลหลักตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล เพื่อสร้างความน่าเชื่อถือ (Credibility) และความสามารถในการยืนยันผลการวิจัย (conformability) กระบวนการวิจัยดำเนินการตามระเบียบวิธีวิจัยอย่างเป็นระบบ และพัฒนาฐานข้อมูลของกรณีศึกษาเพื่อจัดเก็บเป็นหมวดหมู่ ทำให้ข้อมูลมีความไว้วางใจได้ (dependability) นอกจากนี้ได้ให้เพื่อนนักวิจัยช่วยตรวจสอบการวิเคราะห์ข้อมูล (peer debriefing) และพรรณนาข้อค้นพบอย่างครอบคลุมลุ่มลึก (thick description) สร้างความสามารถในการถ่ายโอนข้อสรุปไปยังกลุ่มคน บริบท และช่วงเวลาอื่นๆ เพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจรายละเอียดและพิจารณานำข้อมูลไปใช้ต่อ (transferability) (ฐาศุภร์ จันประเสริฐ, 2565)

### การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญของการพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูลและปฏิบัติตามหลักการของจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์อย่างเคร่งครัด ด้วยความเคารพในบุคคล (Respect for person) การคำนึงถึงหลักการให้ประโยชน์ ไม่ก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้เข้าร่วมวิจัย (Risk and Benefit) การคำนึงถึงการรักษาความลับของผู้ให้ข้อมูล (Privacy and Confidentiality) หลักความยุติธรรม (Justice) การวิจัยนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ SWUEC/E/G-443/2564

### ผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิจัยแบ่งออกเป็น 4 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) ข้อมูลพื้นฐานของกรณีศึกษา 2) สถานการณ์ความยากลำบากในชีวิตของนักเรียนทุนเสมอภาค 3) ลักษณะความเข้มแข็งทางใจของนักเรียน และ 4) ความเปลี่ยนแปลงหลังผ่านพ้นช่วงเวลาที่ยากลำบาก รายละเอียดดังต่อไปนี้



### ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกรณีศึกษา

นักเรียนทุนเสมอภาคที่เป็นกรณีศึกษาในครั้งนี้เป็นเพศหญิงทั้งหมด กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 นักเรียนที่เป็นกรณีศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในครอบครัวที่บิดาและมารดาหย่าร้างหรือแยกกันอยู่ด้วยความจำเป็นของการประกอบอาชีพ ผู้ปกครองส่วนหนึ่งประกอบอาชีพอยู่ที่บ้าน เช่น อาชีพค้าขาย รับจ้าง ในขณะที่ผู้ปกครองอีกกลุ่มหนึ่งมีอาชีพรับจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม ซึ่งทำให้มีเวลาอยู่กับนักเรียนน้อยกว่า อย่างไรก็ตามอาชีพของผู้ปกครองนักเรียนทุนเสมอภาคส่วนใหญ่ไม่ใช่งานประจำจึงไม่มีสวัสดิการและความมั่นคงของรายได้ ผู้ปกครองที่ทำหน้าที่หารายได้หลักให้กับครอบครัวส่วนใหญ่เป็นมารดา โดยหากในครอบครัวใดมารดามีความจำเป็นต้องออกไปทำงานรับจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม หน้าที่ในการเลี้ยงดูและอบรมสั่งสอนนักเรียนจะเป็นหน้าที่ของยาย ส่วนครอบครัวที่มารดาทำงานอยู่ที่บ้าน มารดาจะเป็นผู้เลี้ยงดูและอบรมสั่งสอนนักเรียนด้วยตนเอง ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่จะมีความสนิทสนมกับผู้ปกครองที่เป็นผู้เลี้ยงดูและอยู่ใกล้ชิดตนมากกว่าผู้ปกครองที่ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน ผู้วิจัยได้แสดงรายละเอียดลักษณะของกรณีศึกษาเพื่อให้เห็นลักษณะและบริบทของความสัมพันธ์ระหว่างกรณีศึกษาและผู้ปกครอง ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกรณีศึกษา

ลำดับ	นามสมมุติ	เพศ	ระดับชั้น	สถานภาพสมรสของบิดามารดา	อาชีพของผู้ปกครอง	แหล่งรายได้หลักของครอบครัวได้มาจาก	ผู้ปกครองที่นักเรียนสนิทสนม/ผู้ให้ข้อมูล
1	ดวงใจ	หญิง	ม.3	หย่าร้าง	ค้าขาย	มารดา	มารดา/มารดา
2	ดวงดาว	หญิง	ม.2	แยกกันอยู่ด้วยอาชีพ	รับจ้างในโรงงาน	มารดา	ยาย/ยายและมารดา
3	ดวงจันทร์	หญิง	ม.2	หย่าร้าง	รับจ้างทั่วไป	พ่อเลี้ยง	มารดา/มารดา
4	ดวงนา	หญิง	ม.3	หย่าร้าง	รับจ้างในโรงงาน	มารดา	ยาย/ยาย

### ส่วนที่ 2 สถานการณ์ความยากลำบากในชีวิตของนักเรียนทุนเสมอภาค

สถานการณ์ความยากลำบากที่เกิดขึ้นและส่งผลกระทบต่อนักเรียนทั้งในด้านรูปแบบการดำเนินชีวิต สภาพแวดล้อมของการอยู่อาศัย รวมไปถึงความรู้สึกนึกคิดของนักเรียน ซึ่งสามารถจำแนกออกได้เป็น 2 ประเด็น คือ สถานการณ์ความยากลำบากที่เกิดขึ้นร่วมกับครอบครัว และสถานการณ์ความยากลำบากที่เกิดขึ้นในบริบทด้านการเรียนและส่วนตัว มีรายละเอียดดังนี้

#### สถานการณ์ความยากลำบากที่เกิดขึ้นร่วมกับครอบครัว

**ขาดสถานการณ์การเงิน** เนื่องจากครอบครัวมีรายได้น้อยและส่วนใหญ่มีอาชีพไม่มั่นคง ทำให้นักเรียนทุนเสมอภาคต้องเผชิญความยากลำบากร่วมกับผู้ปกครองและคนอื่นในครอบครัว เป็นความยากลำบากจากการขาดสถานการณ์การเงิน คือไม่มีเงินสำหรับซื้อสิ่งของที่จำเป็นสำหรับการดำเนินชีวิต เช่น การไม่มีเงินสำหรับซื้ออาหาร และการต้องใช้ชีวิตอย่างยากลำบากเพราะขาดเงิน

“ช่วงที่แม่ไม่มีเงินเลยคะครู เป็นช่วงที่หนูกับตาแล้วก็แม่ 3 คน ไม่มีอะไรกินเลย อยู่บ้านก็นั่งกัน อยู่ในบ้าน 3 คน ไม่ได้ออกมาข้างนอกเลย อยู่แต่ในบ้านกัน ไม่มีอะไรกินก็กินข้าวกับน้ำปลาแล้วก็เกลือคะ” (ดวงจันทร์)

**หนี้สินของครอบครัว** การที่ครอบครัวมีรายได้ไม่แน่นอนทำให้เกิดความขัดสนด้านการเงิน ผู้ปกครองจึงมีความจำเป็นต้องกู้ยืมเงินเพื่อนำมาใช้จ่ายในครอบครัว รวมไปถึงหนี้สินที่เกิดจากสมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัวที่ผู้ปกครองนักเรียนต้องรับภาระใช้หนี้ต่อ นอกจากนี้ยังมีหนี้สินในการซื้อบ้าน และรถยนต์ที่ต้องแบ่งชำระเป็นงวดอย่างต่อเนื่องและระยะยาว เมื่อไม่สามารถหาเงินมาชำระหนี้ได้จึงจึงโดนยึดทรัพย์สินส่วนนั้นไป

“ก็คือแม่ไม่จ่ายงวดรถแล้วเขาก็มาตามถึงบ้าน แม่ไม่มีเงินจ่ายเขา แล้วเขาก็มาตามเรื่องบ้าน อีกแล้วก็เรื่องรถ เขาก็มาตามจนต้องย้ายบ้าน แล้วก็เอารถไปคืนเขาแล้วก็คือไม่มีเงินเลยในช่วงนั้น จนแม่ได้มาย้ายอยู่ตรงนี้แล้วก็เริ่มมีเงินเข้ามา เพราะเริ่มมีคนเอาเด็กมาให้แม่เลี้ยง” (ดวงจันทร์)

**ความรับผิดชอบที่เพิ่มขึ้น** จากการที่นักเรียนมีผู้ปกครองหย่าร้างหรือแยกกันอยู่เพราะความจำเป็นด้านการประกอบอาชีพ ทำให้นักเรียนทุนเสมอภาคจำเป็นต้องมีหน้าที่รับผิดชอบในการช่วยงานผู้ปกครองเพิ่มขึ้น เช่น ต้องช่วยมารดาทำงานแทนหน้าที่ของบิดาที่หย่าร้างไป

“ก็พวกเก็บร้านอะไรอย่างนี้ เพราะพอบางทีตอนเย็นพ่อเลิกงานมาใช้ไหมคะเขาก็จะมาช่วยแม่เก็บร้าน บางทีหนูอยู่โรงเรียนอย่างนี้คะ ครูเขาก็มีงานให้ทำบ้างหนูก็ช่วยครู แล้วพอพ่อไปแล้วหนูก็ต้องกลับไป กลับไปคือปกติเขาเลิกเรียนสามโมงครึ่ง หนูก็อาจจะช่วยครูอยู่ประมาณสี่โมงครึ่งอะไรประมาณนี้คะ ตอนนั้นหนูก็กลับบ้านตั้งแต่สามโมงครึ่งเลยมาช่วยแม่” (ดวงใจ)

**สถานการณ์ความยากลำบากที่เกิดขึ้นในบริบทด้านการเรียนและความรู้สึกส่วนตัว**

**ความรู้สึกของนักเรียนต่อการแยกทางกันของผู้ปกครอง** เป็นความรู้สึกของนักเรียนที่เกิดขึ้นหลังจากผู้ปกครองได้แยกทางกัน และมีผู้ปกครองคนใดคนหนึ่งต้องย้ายออก โดยนักเรียนรู้สึกเหงา เสียใจ เมื่อไม่มีผู้ปกครองคนนั้นอยู่ในครอบครัวแล้ว

“หนูรู้สึกเสียใจ และหนูรู้สึกใจหนูสลายเลยที่เห็นพ่อเก็บเสื้อผ้าแล้วก็ขับรถออกไปจากบ้าน หนูก็ร้องไห้ไปพร้อมๆ กับแม่เลย ทั้งที่ปลอบแม่อยู่แล้วตัวเองก็ร้อง” (ดวงจันทร์)

**ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อวิธีการเลี้ยงดูของผู้ปกครอง** เป็นความรู้สึกในเชิงลบของนักเรียนต่อวิธีการเลี้ยงดูที่ผู้ปกครองปฏิบัติกับนักเรียน เช่น รู้สึกไม่ได้รับบางสิ่งบางอย่างเท่าเทียมกับพี่น้อง รู้สึกเสียใจที่ผู้ปกครองไม่รับฟังเหตุผลของนักเรียน

“คิดว่ามีแต่คนรักพี่ชาย เวลาเขาขออะไรก็ได้หมด อย่างเช่นของเล่นอะไรอย่างนี้ เขาก็ซื้อให้ แต่หนูไม่ได้” (ดวงดาว)

**ความไม่พร้อมของอุปกรณ์สำหรับการเรียน** ด้วยความขัดสนและหนี้สินของครอบครัว ทำให้ครอบครัวของนักเรียนไม่สามารถจัดหาทรัพยากรจำเป็นที่ต้องใช้ในการเรียนหรือการดำเนินชีวิตให้กับนักเรียนได้อย่างเหมาะสม เมื่อมีสถานการณ์วิกฤตเกิดขึ้นทำให้นักเรียนขาดเครื่องมือหรือ

อุปกรณ์ที่จะนำมาใช้ในการปรับตัวเพื่อให้สามารถใช้ชีวิตแบบความปกติในวิถีชีวิตใหม่ เช่น การขาดแคลนอุปกรณ์สำหรับใช้เรียนออนไลน์ในช่วงสถานการณ์โควิด เป็นต้น

“...สองคนพี่น้องเขาเรียนออนไลน์ ก็เขาพูดกันเรียนคนละคาบ บางทีเขาก็เจอกัน 2 คนพี่น้องของเขานั้นแหละ แบบว่าเรียนไม่ตรงกัน เขาก็คุยกันบางทีก็มานอนที่เปลญี่เยย บางทีฉันถาม เอ้าเรียนรึยังลูก ของบี วันนี้ผมคาบว่างก็จะเจอกันแบบนี้ ที่นี้พี่สาวเขาก็ซื้อมาให้ พ่อออกมา ใช้เครดิตพ่อออกมา เก็บทุกเดือนแหละหน้าบ้าน” (ผู้ปกครองของดวงจันทร์)

### ส่วนที่ 3 ลักษณะความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษา

ความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาเป็นความสามารถในการปรับตัวเชิงบวกภายใต้สถานการณ์ยากลำบาก สามารถก้าวผ่านความยากลำบากและฟื้นตัวจากความทุกข์ยาก โดยนักเรียนทุนเสมอภาคได้ใช้ทรัพยากรต่าง ๆ ที่ตนเองมีเพื่อเผชิญกับความยากลำบาก โดยสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 กลุ่ม คือ ทรัพยากรภายนอกตัวนักเรียน คือการที่นักเรียนได้รับการสนับสนุนหรือได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ส่วนอีกกลุ่มคือทรัพยากรภายในตัวของนักเรียน คือการที่นักเรียนมีคุณลักษณะและความสามารถของตนเองที่ทำให้สามารถฟื้นคืนพลังได้ขณะกำลังเผชิญหน้ากับความยากลำบาก

#### ทรัพยากรภายนอกตัวนักเรียน

**การสนับสนุนด้านอารมณ์** นักเรียนได้รับการสนับสนุนด้านอารมณ์จากผู้ปกครอง ครู เพื่อน โดยบุคคลเหล่านั้นแสดงออกถึงความห่วงใย เอาใจใส่ สื่อสารให้กำลังใจนักเรียนทั้งทางวาจาและพฤติกรรมเมื่อนักเรียนอยู่ในภาวะยากลำบาก การรับรู้ เข้าใจความรู้สึกของนักเรียน และให้การยอมรับความรู้สึก รวมไปถึงการแสดงออกถึงความรักที่มีให้กับนักเรียน

“ประทับใจมาก ๆ เลย ก็น่าจะเป็นช่วงที่เรียนออนไลน์เนี่ยแหละคะ แล้วตอนนั้นมันเหนื่อยมาก มันแบบเจอเนี่ยอาจารย์บ่นอีกแล้ว มาคาบนี้อาจารย์บ่นอีกแล้ว แล้วหนูก็แบบเป็นวันที่หนูไม่อยากคุยกับใครเลย หนูเหนื่อยมากๆ (ลากเสียงยาว) แล้วแม่บอกว่า เออ สู้สู้ (เสียงสั้น) เป็นคำสั้นๆ ที่มันกินใจหนูมาก” (ดวงใจ)

**การสนับสนุนด้านการประเมิน รับรอง** โดยผู้ปกครอง ครู และเพื่อนแสดงออกถึงการเห็นด้วย การยอมรับในความถูกต้องเหมาะสม โดยการชื่นชม ให้รางวัล การเป็นแบบอย่างในด้านความอดทนพยายามเมื่อเผชิญกับความยากลำบาก การบอกให้ทราบผลดีของการปฏิบัติพฤติกรรมนั้น รวมไปถึงการให้อิสระนักเรียนในการตัดสินใจภายใต้ข้อตกลงร่วมกัน

“อย่างเรื่องสอบเนี่ย แม่จะคุยกับเขา 4 ละ 100 เกรด 4 100 บาท ถ้าที่ 1 พ่อเขาให้หนึ่ง ถ้าได้ที่ 1 ก็เทอมละพัน ให้เขารู้จัก เขาเรียกว่าอะไรนะ..ให้เขารู้จักไอ้ตัวเอง ให้เขาแบบอยากได้ อยากหาเงิน ให้เขารู้จักการจะต้องทำให้ได้ มีมานะอะไรประมาณเนี่ย ถ้าเกิดได้ 4 เยอะก็ได้เงินเยอะ เราก็ต้องมีให้เขาแบบนี้ ไม่ใช่ว่าอยู่ ๆ เราจะให้เขาเลยไม่ได้ เราต้องมีข้อแลกเปลี่ยนข้อตกลงกัน” (ผู้ปกครองของดวงจันทร์)

**การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร** โดยผู้ปกครอง ครู และเพื่อน ให้การอบรมสั่งสอน การตักเตือนเมื่อเห็นนักเรียนกระทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม การให้ข้อมูลข่าวสาร การให้คำแนะนำและการให้คำปรึกษาแก่นักเรียน

“...บางทีครูก็คุยอยู่นะ ว่ารู้ตัวใหม่ว่าตัวเองช่วงนี้ต้องไปนะ งานอะไรก็ช้าลงนะ หรือว่ามันแบบมันไม่ร้อยเปอร์เซ็นต์เหมือนแต่ก่อน ก็คุยกับเค้าอยู่บ้าง แต่เค้าก็รู้ว่าตัวเองติดโทรศัพท์ ตัวเองไม่โฟกัสเหมือนเดิม หรือว่าตัวเองแบบ รูปแบบงานออกมาไม่ตรงตามเป้าหมาย หรือว่าวัตถุประสงค์ที่ครูมอบหมายไป” (ครูของดวงดาว)

**การสนับสนุนเครื่องมือหรือเงิน** คือการที่นักเรียนได้รับการสนับสนุนจากครู ผู้ปกครอง และเพื่อน เกี่ยวกับการสนับสนุนเครื่องมือ เงิน ทุนการศึกษา จัดหาสิ่งของที่จำเป็น รวมถึงการแสวงหาความช่วยเหลืออื่นภายนอกให้แก่เด็กนักเรียน

“คุณครูช่วยหาทุนให้คะ แล้วก็เราก็ได้รับทุนมาเก็บไว้จะใช้อย่างนี้คะ บางทีกิจกรรมต้องใช้เงิน หนูก็เอาเงินจากส่วนทุนคะมาใช้ แล้วก็ก็มีลุงของหนูด้วย เขาก็ช่วยเหลือหนูมาตลอด แบบส่งหนูเรียนประมาณนี้คะ” (ดวงใจ)

#### **ทรัพยากรภายในตัวของนักเรียน**

**คุณลักษณะที่เอื้อต่อการเผชิญอุปสรรค** เป็นลักษณะประจำตัวหรือคุณสมบัติที่มีอยู่ประจำตัวของนักเรียนที่ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถเผชิญปัญหา อุปสรรค และความยากลำบากที่เกิดขึ้นในชีวิตโดยคุณลักษณะที่เอื้อต่อการเผชิญความยากลำบากในชีวิตของนักเรียน ได้แก่ เพียรพยายามไม่ย่อท้อ การมีวินัยขยันรับผิดชอบหน้าที่ การมีน้ำใจเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การกตัญญูรู้สึกขอบคุณ การมีสติเข้มแข็งกล้าเผชิญปัญหา และการเป็นคนที่มีผู้อื่นยอมรับ เชื่อถือและไว้วางใจ

ประเด็นหลัก	ประเด็นย่อย	ข้อความสนับสนุน
	เพียรพยายาม ไม่ย่อท้อ	“...หนูไม่เคยท้อไม่เคยเหนื่อยเลยคะ แม่บอกว่าถ้าไม่มีฉันให้เรือดทอนไว้เดี่ยวเราก็จะมีเอง ให้เรือดทอนไว้ไม่ต้องไปดิอะไรอะแยะ ให้อดทนเอาเอง หนูก็ทำตามแม่บอกคะ เขาก็บอกให้อดทน อดกลั้น ไว้ถ้าแม่มีแม่จะทำให้เหมือนคนอื่นเขา หนูก็อดทนมาตลอดเลย ค่ะครู” (ดวงจันทร์)
	มีวินัย ขยัน รับผิดชอบต่อ หน้าที่	“หนูเป็นจำพวกที่ว่าไม่ยอมทำ บน ไม่ยอมยกทำ แต่สุดท้ายหนูก็ต้องทำอยู่ดี หนูเป็นคนที่มีบางที่หนูไม่ทำวันนี้ แต่มันเป็นหน้าที่ของหนู หนูไม่ทำหนูรู้สึกผิด ใช้ หนูรู้สึกผิดแบบถ้าเราไม่ทำ ใครจะทำ ถ้ามาว่าอยากสบายไหม เราก็อยากสบายแต่เราจะเอาความสบายของตัวเองไปโยนความทุกข์ให้คนอื่นหรือ เราจะโยนหน้าที่ให้คนอื่นทั้ง ๆ ที่มันเป็นหน้าที่ของเรา ประมาณนี้คะ” (ดวงใจ)
สิ่งสนับสนุน ภายใน ตัวนักเรียน/ คุณลักษณะ ที่เอื้อต่อการ เผชิญอุปสรรค	มีน้ำใจ เห็นอกเห็น ใจผู้อื่น	“เป็นคนที่มีน้ำใจช่วยเหลือเพื่อนซึ่งในกลุ่มแก๊งเพื่อนเค้าเป็นแก๊งผู้หญิงในห้องก็ถ้าแบบเพื่อนในห้องมีปัญหาอะไรอย่างเนี่ยกลุ่มเค้าก็จะไปกลุ่มที่ช่วยเหลือเพื่อนไม่ว่าเรื่องของการเรียนหรือกิจกรรมต่าง ๆ แบบนี้” (ครูของดวงภา)
	กตัญญู รู้สึก ขอบคุณ	“เขาเห็นแม่เหนื่อย แม่ทำคนเดียว เขาก็เห็นอะไรมาตลอดแบบนี้ เขาก็พูดตลอดว่าไม่ยอมให้แม่เหนื่อยอย่างนี้เขาก็ช่วยเราตลอด บางทีแม่เขาไม่ได้กับหลังไม่ดื้ออย่างนี้ เขาก็บอกแม่ไม่ต้องทำ” (ผู้ปกครองของดวงใจ)
	มีสติ เข้มแข็ง กล้า เผชิญปัญหา	“เพราะว่าแม่เขาคิดจะฆ่าตัวตาย หนูก็เลยไปลอบเขาวาอาชานะ อยาทั้งหนู ให้พ่อทิ้งไปคนเดียวพอ แม่ต้องอยู่กับหนูนะ แม่ต้องสู้ ต้องทนไปด้วยกัน หนูก็คุยกับแม่เรื่องนี้ อยู่กัน 3 คนได้ ไม่เป็นไรหรอก แต่เขาทิ้งไปคนเดียว เราก็ต้องอยู่ด้วยลำขาของตัวเอง หนูก็บอกเขาแบบนี้ เขาก็เข้ามากอดหนู หนูก็กอดเขาแล้วก็ร้องไห้กัน” (ดวงจันทร์)
	เป็นคนที่ผู้อื่นให้ การยอมรับ เชื้อถือ และไว้วางใจ	“ผลลัพธ์อีกอันที่น่าจะเป็นมาจากเสียงของคุณครูทุกท่านนั่นแหละที่พูดเป็นแนวทางเดียวกันว่าเด็กคนนี้อเค ดีทุกอย่างครับ แม้กระทั่งพฤติกรรม การมีวินัย การพูดจาการให้เกียรติกันก็เป็นที่รักของเพื่อน ๆ ด้วย ใช้ ก็เป็นที่ยอมรับของเพื่อนในห้องครับ” (ครูของดวงใจ)
	รับรู้ความสามารถ ตนเอง	“หนูกล้าแสดงออกและมีความสามารถมีอยู่ 2 อย่างที่มีในตัวหนู หนูเคยไปรำ รับจ้างกับคุณครูท่านหนึ่งแต่หนูโดนโกงมา หนูเลยไม่เอาเลย” (ดวงจันทร์)

**ทักษะที่เอื้อต่อการเผชิญอุปสรรค** เป็นความสามารถของนักเรียนในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยทักษะที่เอื้อให้นักเรียนสามารถเผชิญความยากลำบาก ได้แก่ สามารถคิดยืดหยุ่นมองเห็นข้อดีขณะเผชิญปัญหา สามารถสร้างพลังใจให้ตนเองและผ่อนคลายความเครียดได้อย่างเหมาะสม สามารถกำกับควบคุมตนเองให้สามารถทำงานจนบรรลุเป้าหมาย สามารถเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีตเปิดใจทบทวนปรับปรุงตนเอง มีเป้าหมายสามารถวางแผนชีวิตและการเงิน มีทักษะชีวิตและทักษะในการแก้ไขปัญหา รับรู้ความสามารถตนเองและนำความสามารถของตนมาใช้เผชิญปัญหา มีทักษะในการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น

ประเด็นหลัก	ประเด็นย่อย	ข้อความสนับสนุน
สิ่งสนับสนุน ภายใน ตัวนักเรียน/ ทักษะที่เอื้อต่อ การเผชิญ อุปสรรค	สามารถคิดยืดหยุ่น มองเห็นข้อดีขณะ เผชิญปัญหา	“มันก็แบบทั้ง ๆ ที่มันยังมีเรื่องที่ย่อยๆนี่คะ แต่มันก็ยังมีเรื่องที่ดีอยู่คะ ข้อดีก็น่าจะเป็น เจอคนรอบข้างที่ดีมากคะ แบบคอยซัพพอร์ตเรา ไม่ได้ซ้ำเติมหรืออะไรอย่างนี้” (ดวงนภา)
	สามารถสร้างพลัง ใจให้ตนเอง และ ผ่อนคลาย	“แบบเวลาตัวเองเครียดอะไรประมาณนี้ เจอเรื่องไหนเรื่องนี้ เรียนไม่เข้าใจอะไรประมาณ นี้ หนูก็ทำอะไรทำที่ตัวเองทำแล้วมีความสุข ฟังเพลง ฟังจากการเรียนปุ๊บดูซีรีส์แป๊บนั่งซัก ตอน 2 ตอนก็ได้ ให้ตัวเองโอเคขึ้นแล้วก็กลับไปทำสิ่งที่มันผ่านมาให้มันจบ ๆ ไป” (ดวงใจ)
	ความเครียดได้ อย่างเหมาะสม	
	สามารถกำกับ ควบคุมตนเอง ให้ ทำงานจนบรรลุ เป้าหมาย	“คุณครูเขาเรียกกันเอง เพราะด้วยวินัยของเขาที่มากันไว้อยู่แล้ว ช่วงเช้าเขาก็จะมา เออ แล้วก็ความรับผิดชอบเขาก็มีครับ คือขอให้มาช่วยเขาก็มาช่วย ขอให้ทำมันก็สะอาดจนดี ไปหมดเลย เราไม่ต้องคุม เราไม่ต้องมายืนดู ใช้รู้สึกแตกต่างจากคนอื่นขึ้นมาก็ต้องขึ้นมา คุมมากำกับอีก” (ครูของดวงใจ)
	สามารถเรียนรู้จาก ประสบการณ์ใน อดีต เปิดใจ ทบทวน ปรับปรุง ตนเอง	“มีอะไรแบบบางที่ถ้า มีปัญหาจริง ๆ เราก็คุย มันก็เลยแบบว่าถ้าเราบอก ถ้าถึงจุดที่เรา คุยแล้ว เค้าก็จะรู้ตัวเองแล้วว่า ก็แสดงว่ามันก็หนักอยู่อะไรอย่างเนี่ยคะ เขาฟังฟัง เขา น่าจะรู้ตัวเองอยู่หรือว่าเขาครีโปลงไป เพราะว่าส่วนใหญ่ถ้าจะคุยก็คือแบบรู้อตัวเองใหม่ รู้อตัวเองหรือเปล่าวว่าตัวเองครีโปลงนะ” (ครูของดวงดาว)
	มีเป้าหมาย สามารถวางแผน ชีวิตและการเงิน	“ตั้งใจที่เราจะเรียน แบบเราเลือกที่จะเรียนอันนี้ก็ตั้งใจเรียน ทำให้มันดี เพื่อที่เราจะได้ไป สอบเข้าให้ได้ อะไรอย่างนี้คะ” (ดวงนภา)
	มีทักษะในการ แก้ไขปัญหาและ ทักษะพื้นฐานใน การดูแลตนเอง	“ถ้าเป็นเคล็ดลับอื่น ๆ มีบางที่เราไม่เข้าใจคะ แบบบางทีครูสอนแล้วเราไม่ได้ฟัง แบบเรา ก็ไม่ได้เป็นคนตั้งใจเรียนตลอดเวลา ก็มีช่วงอารมณ์แบบไม่ค่อยอยากเรียนแล้ว(หัวเราะ) เราก็แบบฟังครูเขาจับใจความที่เขาพูด บางทีเขาพูดเรื่องนี้อยู่ เออครูพูดเรื่องนี้นะ กลับ บ้านมาเราก็ลอง search หาวิดีโอคุณอะไรประมาณนี้...แต่ว่าโอเคหนูมาเรียนเพิ่มของ ตัวเองเข้าไปแบบนี้คะ ถ้าถามว่าพอเข้าใจไหมก็พอเข้าใจคะ ก็เอาของครู พี่ที่โรงเรียน แล้วก็ ยูทูบมาผสมกันก็โอเค” (ดวงใจ)
	มีทักษะในการ สร้างและรักษา สัมพันธภาพ	“นิสัยของหนูเธอคะ หนูเป็นคนราเริงคะ ชอบเฟรนด์กับทุกคน เวลาที่มีเพื่อนใหม่หนูก็เข้า หา พูดได้ง่ายคะ คุยง่าย เป็นคนที่แบบไม่เคยมีปัญหากับใคร” (ดวงดาว)

#### ส่วนที่ 4 ความเปลี่ยนแปลงของนักเรียนหลังผ่านพ้นช่วงเวลาที่ยากลำบากในชีวิต

**การเปลี่ยนแปลงด้านความคิด** คือการเปลี่ยนแปลงวิถีคิดหรือความเชื่อเดิมซึ่งเป็นสิ่งที่สั่งสม  
มานาน โดยหลังจากที่นักเรียนผ่านพ้นช่วงเวลาที่ยากลำบากในชีวิต นักเรียนเกิดการเปลี่ยนความคิด  
โดยการรับรู้ความสามารถของตนเองมากขึ้นและเมื่อได้ลงมือทำบางสิ่งบางอย่างไปแล้วทำให้ตระหนัก  
ได้ว่าสิ่งนั้นไม่ได้ยากเท่าที่คิดไว้ในตอนแรก และนักเรียนคิดถึงเป้าหมายในชีวิตมากขึ้น

“ถ้าอย่างเป็นที่โรงเรียนใช้ใหม่คะ บางอย่างหนูก็ไม่ได้อยากทำทุกสิ่งทุกอย่าง กิจกรรมอันนี้ครู  
ให้มาบางทีหนูก็ไม่ได้อยากทำ แต่ว่าแบบมันก็หาคนไม่ได้ หนูก็เลยเอว่ะ ทำก็ทำ ประสบการณ์อะไร



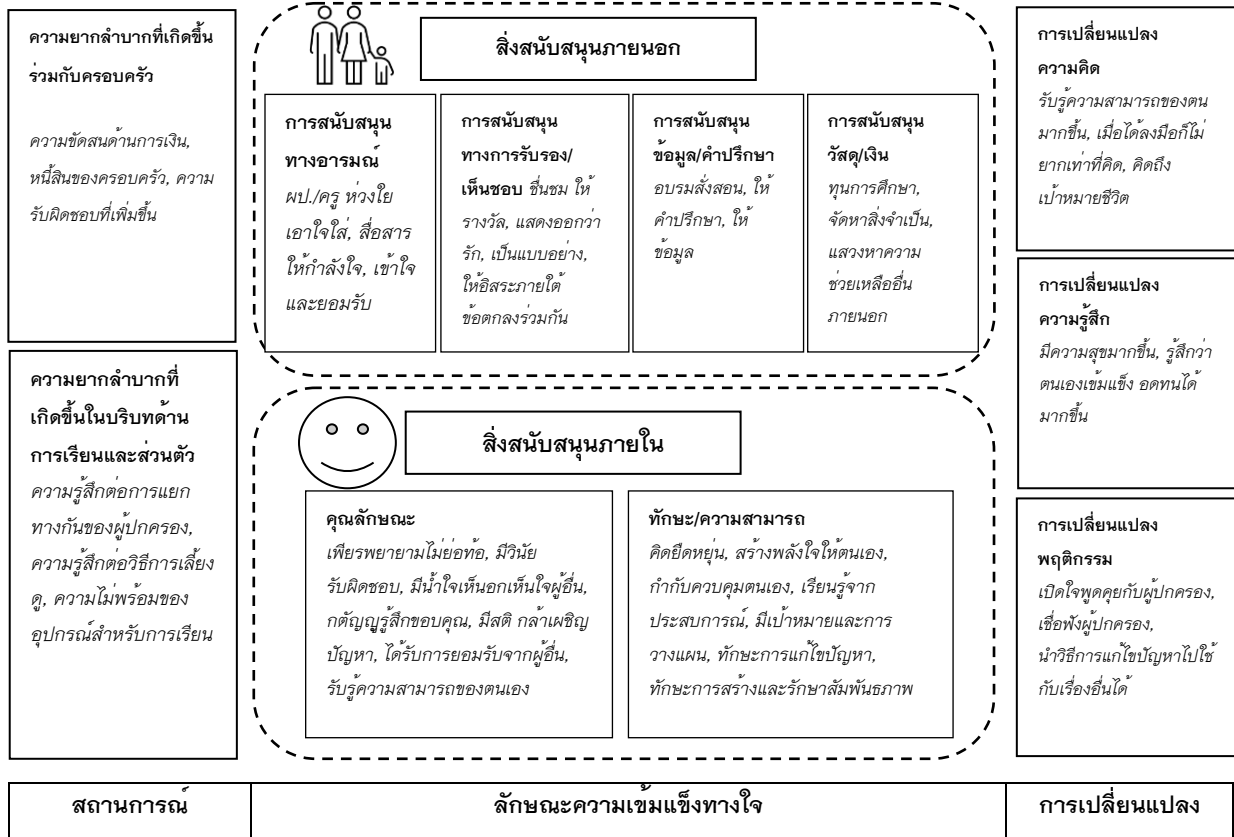
ประมาณนี้คะ อย่างน้อยเราก็ยังได้สิ่งที่เราแบบเราไม่อย่างทำแต่เราทำมันก็เออ..มันก็ไม่ได้ยากนี่หว่าเราก็ทำได้ประมาณนี้คะ ก็ลองดูอะไรที่ไม่เคยทำก็ลองดู” (ดวงใจ)

**การเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึก** คือการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ความรู้สึกของนักเรียนต่อตนเองและสิ่งรอบตัว โดยหลังจากที่นักเรียนผ่านพ้นช่วงเวลาที่ยากลำบากในชีวิต นักเรียนรู้สึกมีความสุขมากยิ่งขึ้น เมื่อนักเรียนมีความสุขผู้ปกครองก็มีความสุขตามไปด้วยทำให้บรรยากาศในครอบครัวดีขึ้น นอกจากนี้นักเรียนยังรู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่เข้มแข็งและมีความอดทนมากขึ้นจากการที่ได้ผ่านความยากลำบากมาได้

“หนูแค่ความรู้สึก หนูรู้สึกเข้มแข็งขึ้นคะ ความรู้สึกมันคิดไปเองว่าเราเข้มแข็งขึ้นที่จะทนต่อความยากลำบากยากจนมากขึ้น ความคิดหนูไม่ได้คิดแต่มันคือความรู้สึกตัวเองที่ทำให้รู้ว่าเราเข้มแข็งขึ้นคะ” (ดวงจันทร์)

**การเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม** คือการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกมา ซึ่งมีการเปลี่ยนไปจากพฤติกรรมเดิมในอดีต โดยหลังจากที่นักเรียนผ่านพ้นช่วงเวลาที่ยากลำบากในชีวิต พบว่า นักเรียนมีการเปิดใจพูดคุยความคิดความรู้สึกของตนกับผู้ปกครองมากยิ่งขึ้น นักเรียนเชื่อฟังคำอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองมากขึ้น มีการพัฒนาตนเองไปในทางที่ดีขึ้น และนักเรียนมีทักษะการแก้ไขปัญหาที่ดีขึ้นโดยมีการนำวิธีการแก้ไขปัญหาที่ใช้ได้ผลไปใช้กับปัญหาเรื่องอื่น ๆ ที่คล้ายคลึงกันได้

“จากเด็กที่แบบไม่ฟังพ่อแม่ เป็นเด็กก้าวร้าว ก็เชื่อฟังคำพูดของเขา แล้วก็พัฒนาตัวเองมาถึงทุกวันนี้คะ” (ดวงดาว)



ภาพที่ 1 สถานการณ์และลักษณะความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษา

## อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งหาคำตอบเพื่ออธิบายถึงสถานการณ์ความยากลำบากและลักษณะของความเข้มแข็งทางใจ(Resilience)ของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษา ซึ่งสามารถอภิปรายดังนี้

สถานการณ์ความยากลำบากในชีวิตของนักเรียนที่พบในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ประกอบด้วย 2 ลักษณะ คือ ประการแรกความยากลำบากที่เกิดขึ้นร่วมกับครอบครัว ในกรณีของนักเรียนยากจนนั้นส่วนใหญ่มาจากการหย่าร้างหรือแยกกันอยู่ของผู้ปกครอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Miller and Chen (2013) ที่กล่าวว่าเด็กที่เกิดมาในครอบครัวที่มีรายได้น้อยส่วนใหญ่มักรายงานว่าตนมีประสบการณ์ที่มีความตึงเครียดทางอารมณ์จากปัญหาความสัมพันธ์ของครอบครัวที่ไม่มั่นคง และการใช้ความรุนแรงต่อกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว นอกจากนี้พบว่ากรณีที่ครอบครัวมีรายได้น้อยทำให้ครอบครัวของนักเรียนต้องเผชิญกับสภาวะขัดสนด้านการเงิน รวมไปถึงการมีหนี้สิน ซึ่งส่งผลให้นักเรียนที่อยู่ในครอบครัวยากจนมีแนวโน้มที่จะได้รับผลกระทบทั้งทางร่างกายและจิตใจจากความขัดสนของครอบครัว (American Psychological Association, 2019) และการที่ต้องมีภาระหน้าที่บางอย่างเพิ่มขึ้นมากกว่าเด็กในครอบครัวที่มีฐานะปกติส่งผลต่อการบริหารเวลาของนักเรียนสำหรับการพักผ่อน เวลาเรียน และเวลาทำงานเพื่อช่วยแบ่งเบาภาระผู้ปกครอง ประการที่สองคือ ความยากลำบากที่เกิดขึ้นในบริบทด้านการเรียนและส่วนตัว ซึ่งส่วนหนึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากความขัดสนทางการเงิน

ของครอบครัวส่งผลให้ขาดความพร้อมของอุปกรณ์การเรียน โดยเฉพาะในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ที่มีการจัดการเรียนการสอนในรูปแบบออนไลน์ พบนักเรียนที่ครอบครัวมีรายได้น้อยจะมีข้อจำกัดด้านอุปกรณ์ที่ใช้สำหรับการเรียนออนไลน์ เช่น โทรศัพท์มือถือไม่มีเพียงพอในครอบครัวที่มีลูกอยู่ในวัยเรียนมากกว่า 1 คน คุณภาพของภาพและเสียงของอุปกรณ์ไม่ชัดเจน เป็นต้น ส่งผลต่อประสิทธิภาพในการเรียน ความยากลำบากที่เกิดขึ้นในบริบทด้านการเรียนและส่วนตัวยังรวมไปถึงความรู้สึกที่นักเรียนมีต่อผู้ปกครอง ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับการที่ผู้ปกครองขาดความรู้ความเข้าใจในการเลี้ยงดูบุตรและขาดความรู้ด้านพัฒนาการของลูกจึงแสดงออกทางคำพูดและพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม กระทบต่อความรู้สึกของลูก (Miller & Chen, 2013)

ลักษณะของความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาเป็นความสามารถในการปรับตัวอย่างเหมาะสมขณะเผชิญความยากลำบาก และสามารถฟื้นคืนพลังของตนเองได้ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางใจในการศึกษาคั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ทรัพยากรภายนอกตัวนักเรียนและทรัพยากรภายในตัวของนักเรียน สอดคล้องกับ Rice and Liu (2016) กล่าวว่าความเข้มแข็งทางใจนั้นไม่ได้คงที่อยู่สภาวะเดิมตลอดไป แต่สามารถแปรเปลี่ยนได้เพราะความเข้มแข็งทางใจได้รับอิทธิพลจากปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก รวมไปถึงประสบการณ์ชีวิต และสอดคล้องกับแนวคิดองค์ประกอบความเข้มแข็งทางใจ(Resilience) ของ Grotberg (1995) ที่กล่าวว่าความเข้มแข็งทางใจมี 3 องค์ประกอบ คือฉันมี(I have) ฉันเป็น(I am) และฉันสามารถ(I can) โดยปัจจัยด้าน**ฉันมี (I have)** เป็นปัจจัยสนับสนุนจากภายนอกและทรัพยากรสนับสนุนที่มาส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ พบว่าก่อนที่เด็กจะตระหนักว่าฉันคือใคร หรือฉันสามารถทำอะไรได้ พวกเขาต้องการการสนับสนุนจากแหล่งภายนอกตนเพื่อพัฒนาความรู้สึกปลอดภัยและมั่นคง ซึ่งถือเป็นการวางรากฐานสำหรับการพัฒนาความเข้มแข็งทางใจ ในการศึกษาครั้งนี้พบทรัพยากรภายนอกตัวนักเรียนที่ทำให้นักเรียนมีความเข้มแข็งทางใจในการเผชิญความยากลำบากและสามารถฟื้นคืนพลังขึ้นมาได้ โดยนักเรียนได้รับการสนับสนุนจากผู้ปกครอง ครู และเพื่อน ซึ่งสามารถแบ่งลักษณะการสนับสนุนออกได้เป็น 4 ด้าน คือ 1) การสนับสนุนทางอารมณ์ เป็นความห่วงใยเอาใจใส่ การสื่อสารให้กำลังใจ รับรู้และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของนักเรียน ให้การยอมรับ และมีสัมพันธภาพที่ดีกับนักเรียน 2) การสนับสนุนด้านการประเมินหรือรับรองคือการชื่นชมยินดีเมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสม การเป็นตัวแบบ การบอกถึงข้อดีของการปฏิบัติ และการให้อิสระในการตัดสินใจภายใต้ข้อตกลงร่วมกัน 3) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารเป็นการให้ข้อมูลที่สำคัญกับนักเรียน การอบรมสั่งสอนและให้คำปรึกษานักเรียนในเรื่องต่างๆ และ 4) การสนับสนุนด้านเครื่องมือหรือเงินเป็นการจัดหาทุนการศึกษาและการสนับสนุนเงินหรือสิ่งของที่จำเป็นให้กับนักเรียน ซึ่งสามารถเทียบเคียงกับแนวคิดการสนับสนุนทางสังคม (Social support) ที่กล่าวถึงการสนับสนุนทางสังคมคือการที่บุคคลมีครอบครัวหรือเพื่อนที่สามารถหันกลับไปหาได้เมื่อเวลาที่เขาทุกข์ใจหรือต้องการความช่วยเหลือ การสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวกั้นกลาง (buffer) ของความเครียดที่จะส่งผลต่อสุขภาพจิตของคน (Pasek & Suchocka, 2022) การสนับสนุนทางสังคมเป็น

ตัวแปรกำกับ(moderator) การสนับสนุนทางสังคมมีผลเชิงบวกต่อการทำหน้าที่อย่างปกติทางจิตใจภายหลังจากที่เผชิญกับสิ่งที่ทำให้รู้สึกเครียด และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเข้มแข็งทางใจ (Earvolino–Ramirez, 2007; Galanis et al., 2022) ทฤษฎีการภายในตัวของนักเรียนตามแนวคิดองค์ประกอบความเข้มแข็งทางใจ(Resilience) ของ Grotberg (1995) แบ่งเป็นลักษณะของความเข้มแข็งทางใจด้านฉันเป็น (I am) และความสามารถของนักเรียนซึ่งเป็นลักษณะของความเข้มแข็งทางใจด้านฉันสามารถ (I can) สอดคล้องกับแนวคิดการบำบัดบนพื้นฐานการเสริมสร้างจุดแข็ง (Strengths-Based Therapy) ที่กล่าวถึงจุดแข็งภายในตัวของบุคคล คือทักษะความเชี่ยวชาญ (skills) ความสามารถ (abilities) สมรรถนะ(competencies) รวมไปถึงคุณลักษณะ (attributes) ที่เป็นจุดแข็งของบุคคล (Jones–Smith, 2014) โดยปัจจัยด้านฉันเป็น (I am) คือความรู้สึกภายในของเด็กและจุดแข็งของบุคคล ประกอบไปด้วยความรู้สึก ความเชื่อ และเจตคติในตัวเอง (Grotberg, 1995) ในการศึกษาครั้งนี้พบคุณลักษณะที่สำคัญของนักเรียนที่มีความเข้มแข็งทางใจสูงโดยสามารถแบ่งออกเป็น 7 ข้อ สอดคล้องกับการศึกษาลักษณะของความเข้มแข็งทางใจของ Rice and Liu (2016) คือ 1) เพียรพยายามไม่ย่อท้อ 2) มีวินัย ชยัน รับผิดชอบต่อหน้าที่ 3) มีน้ำใจเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 4) กตัญญูรู้สึกขอบคุณ 5) มีสติเข้มแข็ง กล้าเผชิญปัญหา 6) เป็นคนที่ผู้อื่นเชื่อถือและไว้วางใจ และ 7) ได้รับความสามารถตนเอง และนำความสามารถนั้นมาใช้เผชิญปัญหา **ฉันสามารถ (I can)** คือความสามารถที่เด็กมีและช่วยให้พวกเขาเผชิญหรือสามารถก้าวผ่านความยากลำบากที่มีในชีวิตได้ ในการศึกษาครั้งนี้พบความสามารถที่สำคัญของนักเรียนที่มีความเข้มแข็งทางใจสูงโดยสามารถแบ่งออกเป็น 7 ข้อ คือ 1) สามารถคิดยืดหยุ่น มองเห็นข้อดีขณะเผชิญปัญหา 2) สามารถสร้างพลังใจให้ตนเองและสามารถผ่อนคลายความเครียดได้ 3) สามารถกำกับควบคุมตนเองให้ทำงานจนบรรลุเป้าหมาย 4) สามารถเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีต เปิดใจทบทวนและปรับปรุงตนเอง คือการยอมรับความจริงกับปัญหาที่เกิดขึ้นเผชิญกับความเป็นจริงและยอมรับอะไรก็ตามที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้แล้ว รวมไปถึงการพิจารณาเหตุและผลตามความเป็นจริงเพื่อปรับปรุงตนเอง 5) มีเป้าหมาย สามารถวางแผนชีวิตและการเงินได้ 6) มีทักษะในการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า และทักษะชีวิต คือมีทักษะพื้นฐานในการดำเนินชีวิตสำหรับการดูแลตนเองและผู้อื่น รวมไปถึงการสามารถขอความช่วยเหลือได้เมื่อจำเป็น 7) สามารถสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้ดี โดยทักษะในการสร้างสัมพันธ์ภาพเป็นทักษะที่สำคัญในปัจจัยด้านฉันสามารถซึ่งเด็กเรียนรู้ทักษะนี้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและการได้รับการสั่งสอนมาจากผู้อื่น (Grotberg, 1995; Rice & Liu, 2016; Southwick & Charney, 2012) นักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาใช้ปัจจัยเหล่านี้ในการรับมือกับสถานการณ์ความยากลำบากในชีวิตได้อย่างเหมาะสม

การเปลี่ยนแปลงหลังเผชิญความยากลำบาก หลังจากก้าวผ่านความยากลำบากมาได้เกิดการเปลี่ยนแปลงกับนักเรียน 3 ด้าน คือ การเปลี่ยนแปลงด้านความคิด โดยนักเรียนรู้สึกว่าอุปสรรคบางอย่างเมื่อได้เผชิญหน้าแล้วไม่ยากเท่าที่คิดในตอนแรก และเมื่อลงมือทำงานผ่านพ้นปัญหานักเรียนรับรู้ว่าคุณมีความสามารถมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึก โดยรู้สึกมีความสุขมากขึ้น รู้สึกว่า

ตนเองเข้มแข็งอดทนได้มากขึ้น และความเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม โดยมีการเปลี่ยนแปลงปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัวไปในเชิงบวกมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการเติบโตขึ้นภายหลังเผชิญความทุกข์ (Post-Traumatic Growth: PTG) ซึ่งเน้นถึงประสบการณ์ของการเปลี่ยนแปลงในเชิงบวกที่เกิดขึ้นหลังจากเผชิญกับวิกฤตชีวิตที่ตึงเครียด การเติบโตขึ้นภายหลังเผชิญความทุกข์ไม่เพียงแต่ทำให้คนฟื้นคืนกลับมาอยู่ในสภาวะสมดุลก่อนที่จะเกิดวิกฤตแต่ยังเป็นการเปลี่ยนมุมมองต่อชีวิตในเชิงบวกขึ้นกว่าเดิม (Tamiolaki & Kalaitzaki, 2020) การเติบโตขึ้นภายหลังเผชิญความทุกข์เกี่ยวข้องกับ การเห็นคุณค่าของชีวิตมากขึ้น มีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในเชิงบวกมากขึ้น รู้สึกว่าตนเองมีพลังมากขึ้น เปลี่ยนลำดับความสำคัญของชีวิตใหม่ และลึกซึ้งถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่และจิตวิญญาณ (Gökalp, Koç & Kozan, 2022)

## องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

งานวิจัยทำให้เกิดองค์ความรู้เกี่ยวกับลักษณะความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษา ซึ่งเป็นสิ่งที่อยู่ภายในตัวของนักเรียนประกอบด้วยคุณลักษณะ และความสามารถ และสิ่งที่อยู่นอกตัวของนักเรียน ซึ่งเป็นการได้รับการสนับสนุนจากบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนดังแผนภาพที่ 2

### ความเข้มแข็งทางใจ (Resilience)

องค์ประกอบหลัก	ฉันเป็น (I am)	ฉันสามารถ (I can)	ฉันมี (I have)
องค์ประกอบย่อย	<p><b>คุณลักษณะ (Attribute)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เพียรพยายาม</li> <li>- มีวินัย รับผิดชอบ</li> <li>- เป็นที่นาเชื่อถือไว้ใจได้</li> </ul> <p><b>เห็นอกเห็นใจ (Empathy)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีน้ำใจ เห็นใจผู้อื่น</li> <li>- กตัญญูรู้สึกขอบคุณ</li> </ul> <p><b>มั่นใจในตนเอง (Confidence)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีสติเข้มแข็งกล้าเผชิญปัญหา</li> <li>- รับผิดชอบต่อความสามารถของตนเอง</li> </ul>	<p><b>วิธีรับมือต่อปัญหา (Coping)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- คิดยืดหยุ่น มองโลกในแง่ดี</li> <li>- สร้างพลังใจให้ตนเอง ผ่อนคลายเป็น</li> </ul> <p><b>การควบคุมตนเอง (Control)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กำกับควบคุมตนเอง</li> <li>- มีเป้าหมายและการวางแผน</li> </ul> <p><b>ความสามารถ/ทักษะ (Competence)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ทักษะเรียนรู้จากประสบการณ์</li> <li>- ทักษะสร้างและรักษาสัมพันธภาพ</li> <li>- ทักษะการแก้ไขปัญหา</li> </ul>	<p><b>สายสัมพันธ์ (Connection)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สนับสนุนด้านอารมณ์</li> <li>- สนับสนุนด้านการประเมินรับรอง</li> <li>- สนับสนุนด้านข้อมูล การปรึกษา</li> <li>- สนับสนุนสิ่งของ</li> </ul>
ทรัพยากรของนักเรียน	คุณลักษณะ และทักษะ/ความสามารถของนักเรียน		บุคคลแวดล้อมนักเรียน คือ ผู้ปกครอง ครู และเพื่อน

ภาพที่ 2 องค์ความรู้เกี่ยวกับลักษณะความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษา

## สรุป

สถานการณ์ความยากลำบากในชีวิตของนักเรียนทุนเสมอภาค แบ่งเป็น 2 รูปแบบ คือ 1) ความยากลำบากที่เกิดขึ้นร่วมกับครอบครัว 2) ความยากลำบากที่เกิดขึ้นในบริบทด้านการเรียนและส่วนตัว ส่วนความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาคือความสามารถในการปรับตัวอย่างเหมาะสมและสามารถฟื้นคืนพลังหลังจากเผชิญสถานการณ์ยากลำบากได้ โดยพบสิ่งสนับสนุนหรือทรัพยากร ประกอบด้วย 2 ประเด็นรอง คือ 1) สิ่งสนับสนุนภายนอกตัวนักเรียน แบ่งประเด็นย่อยเป็นการสนับสนุนทางอารมณ์ การสนับสนุนทางการรับรองเห็นชอบ การสนับสนุนทางการให้ข้อมูล การสนับสนุนทางวัตถุหรือเงิน 2) สิ่งสนับสนุนภายในตัวนักเรียน แบ่งประเด็นย่อยเป็นคุณลักษณะ และทักษะความสามารถ หลังเผชิญความยากลำบากเกิดการเปลี่ยนแปลงกับนักเรียน 3 ด้าน คือ 1) การเปลี่ยนความคิด 2) การเปลี่ยนความรู้สึก 3) การเปลี่ยนพฤติกรรม ข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้สามารถนำไปออกแบบโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสำหรับนักเรียนที่อยู่ในครอบครัวยากจนโดยอาศัยการมีส่วนร่วมของครูและผู้ปกครอง

## ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ผลการวิจัยในส่วนของสถานการณ์และลักษณะความเข้มแข็งทางใจในกลุ่มนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษา จึงมีข้อเสนอแนะในการนำไปใช้ประโยชน์ ดังนี้

1.1 ผู้ที่สนใจศึกษาเกี่ยวกับนักเรียนที่อยู่ในครอบครัวยากจน ผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับนักเรียน นักจิตวิทยา ครู อาจารย์ ที่ต้องการเข้าใจนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาสามารถทำความเข้าใจบริบทความยากลำบากที่เผชิญ วิธีการตอบสนองต่อปัญหา แหล่งทรัพยากรทั้งภายในและภายนอก อันจะเป็นประโยชน์ในการให้ความช่วยเหลือกับนักเรียนทุนเสมอภาคทางการศึกษาต่อไป

1.2 หน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวข้องโดยตรงกับการพัฒนาทุนมนุษย์ เช่น กระทรวงศึกษาธิการ ควรมีนโยบายในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจให้กับนักเรียนควบคู่ไปกับการให้ความรู้โดยการสอดแทรกเนื้อหาเข้าไปในหนังสือ หรือเอกสารประกอบการเรียน มีการอบรมพัฒนาครูให้เข้าใจถึงความสำคัญของความเข้มแข็งทางใจ มีความรู้และทักษะในการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจให้กับนักเรียน ส่งเสริมการจัดสภาพแวดล้อมบรรยากาศที่เป็นมิตร อบอุ่น มีช่องทางให้นักเรียนเข้ารับบริการปรึกษาเมื่อมีปัญหา ส่งเสริมให้มีการจัดสรรทุนที่เพียงพอและทั่วถึงสำหรับนักเรียนที่อยู่ในครอบครัวยากจน และส่งเสริมให้เกิดความร่วมมือระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน ในการร่วมมือกันดูแลและพัฒนานักเรียน



## 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบเกี่ยวกับลักษณะของความเข้มแข็งทางใจ ซึ่งสามารถนำองค์ความรู้ที่ได้ไปต่อยอดการวิจัย ดังนี้

2.1 พัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจสำหรับนักเรียนที่อยู่ในครอบครัวยากจน โดยนำองค์ความรู้ไปออกแบบกิจกรรม โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มหรือการให้คำปรึกษารายบุคคล และดำเนินการวิจัยต่อในรูปแบบการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมดังกล่าว

2.2 ข้อค้นพบด้านปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางใจสามารถนำไปพัฒนาเป็นตัวแปรและเครื่องมือวัดความเข้มแข็งทางใจสำหรับนักเรียนที่อาศัยอยู่ในครอบครัวยากจน เพื่อสร้างข้อสรุปเชิงสาเหตุไปสู่ประชากรกลุ่มใหญ่

## เอกสารอ้างอิง

- ฐาศุภกร จันประเสริฐ. (2565). *กระบวนการทัศน์สร้างสรรค์นิยมหลากหลายรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพทางพฤติกรรมศาสตร์*. ปทุมธานี: โอเดียนา ลีน มีเดีย โซลูชั่น.
- ประเวศ ดันติพิวัฒน์สกุล. (2550). *แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสร้างความเข้มแข็งทางใจสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา*. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- Affi, T. O., & Macmillan, H. L. (2011). Resilience following child maltreatment: A review of protective factors. *Canadian Journal of Psychiatry, 56*, 266–272.
- Aiena, B. J., Baczwaski, B. J., Schulenberg, S. E., & Buchanan, E. M. (2015). Measuring resilience with the RS-14: A tale of two samples. *Journal of Personality Assessment, 97*(3), 291–300. DOI: 10.1080/00223891.2014.951445
- American Psychological Association. (2019). *Guidelines for psychological practice for people with low-income and economic marginalization*. Retrieved from [www.apa.org/about/policy/guidelines-lowincome.pdf](http://www.apa.org/about/policy/guidelines-lowincome.pdf).
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The bioecological model of human development. In *handbook of child psychology: Theoretical models of human development*, Vol. 1 (6th ed.). (pp. 793–828). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons.
- Brooks, J. E. (2006). Strengthening resilience in children and youths: Maximizing opportunities through the schools. *Children and Schools, 28*, 69–76. <http://dx.doi.org/10.1093/cs/28.2.69>
- Burns, R. A., & Anstey, K. J. (2010). The connor-davidson resilience scale (CD-RISC): Testing the invariance of a Uni-dimensional resilience measure that is independent of positive and negative affect. *Personality and Individual Differences, 48*(5), 527–531.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.11.026>

Burns, R. A., Anstey, K. J., & Windsor, T. D. (2011). Subjective well-being mediates the effects of resilience and mastery on depression and anxiety in a large community sample of young and middle-aged adults. *Aust N Z J Psychiatry, 45*(3), 240–248.

DOI: 10.3109/00048674.2010.529604

Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: the connor-davidson resilience scale (CD-RISC). *Depress Anxiety, 18*(2), 76–82.

DOI: 10.1002/da.10113

Davies, S. L., Thind, H. R., Chandler, S. D., & Tucker, J. A. (2011). Enhancing resilience among young people: the role of communities and asset-building approaches to intervention. *Adolescent Medicine: State of the Art Reviews, 22*, 402–440.

Dias, P. C., & Cadime, I. (2017). Protective factors and resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation. *Psicologia Educativa, 23*, 37–43.

Earvolino-Ramirez, M. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nurs Forum, 42*(2), 73–82.

DOI: 10.1111/j.1744-6198.2007.00070.x

Galanis, P., Katsiroumpa, A., Vraka, I., Siskou, O., Konstantakopoulou, O., Katsoulas, T., & Kaitelidou, D. (2022). Relationship between social support and resilience among nurses: A systematic review. *medRxiv*, <https://doi.org/10.1101/2022.09.04.22279592>

Gökalp, Z., Koç, H., & Kozan, H. (2022). Coping and post-traumatic growth among COVID-19 patients: A qualitative study. *J Adult Dev, 29*(3), 228–239. DOI: 10.1007/s10804-022-09398-4

Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. Early childhood development: Practice and reflections, v. 8. The Hague-NO: Bernard Van Leer Foundation.

Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Personality and Individual Differences, 76*, 18–27. DOI: 10.1016/j.paid.2014.11.039

Infurna, F. J., & Luthar, S. S. (2017). Parents' adjustment following the death of their child: Resilience is multidimensional and differs across outcomes examined. *J Res Pers, 68*, 38–53. DOI: 10.1016/j.jrp.2017.04.004

Jones-Smith, E. (2014). *Strengths-based therapy: connecting theory, practice and skills* / Elsie Jones-Smith, diplomate in counseling psychology, *American Board of Professional Psychology*. Los Angeles: SAGE Publications.

- Kirby, N., Wright, B., Allgar, V. (2020). Child mental health and resilience in the context of socioeconomic disadvantage: results from the Born in Bradford cohort study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 29, 467–477.
- Liu, D. W. Y., Fairweather–Schmidt, A. K., Burns, R. A., & Roberts, R. M. (2015). The connor–davidson resilience scale: Establishing invariance between gender across the lifespan in a large community–based study. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 37(2), 340–348. DOI: 10.1007/s10862–014–9452–z
- Liu, W. M. (2002). The social class–related experiences of men: Integrating theory and practice. *Professional Psychology: Research and Practice*, 33, 355–360.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Dev*, 71(3), 543–562.  
DOI: 10.1111/1467–8624.00164
- Martínez–Martí, M. L., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self–efficacy, optimism, social support, self–esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 12(2), 110–119.  
DOI: 10.1080/17439760.2016.1163403
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227–238.
- Miller, G. E., & Chen, E. (2013). The biological residue of childhood poverty. *Child Dev Perspect*, 7(2), 67–73. DOI: 10.1111/cdep.12021
- Pasek, M., & Suchocka, L. (2022). A model of social support for a patient–informal caregiver dyad. *Biomed Res Int*, 2022, 4470366. DOI: 10.1155/2022/4470366
- Prince–Embury, S. (2013). Translating resilience theory for assessment and application with children, adolescents, and adults: Conceptual issues. In S. Prince–Embury & D. H. Saklofske (Eds.), *Resilience in children, adolescents, and adults: Translating research into practice* (pp. 9–16). New York: Springer New York.
- Reardon, S. F. (2011). The Widening academic achievement gap between the rich and the poor: New evidence and possible explanations. In R. Murnane & G. Duncan (Eds.), *Whiter opportunity? rising inequality and the uncertain life chances of low–income children* (pp. 91–116). New York: Russell Sage Foundation.
- Rice, V., & Liu, B. (2016). Personal resilience and coping with implications for work. *Part I: A review. Work*, 54(2), 325–333. DOI: 10.3233/wor–162300

- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2012). Resilience: The science of mastering life's greatest challenges. Cambridge University Press.
- Tamiolaki, A., & Kalaitzaki, A. E. (2020). That which does not kill us, makes us stronger: COVID-19 and Posttraumatic Growth. *Psychiatry Res*, *289*, 113044.  
DOI: 10.1016/j.psychres.2020.113044
- Yin, R. K. (2018). Case study research and applications: design and methods. Los Angeles: SAGE.
- Zolkoski, S. M., & Bullock, L. M. (2012). Resilience in children and youth: A review. *Children and Youth Services Review*, *34*, 2295–2303.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2012.08.009>