

การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและ  
ขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี

A PROGRAM DEVELOPMENT TO ENHANCE  
THE UNLIMITED PERSONAL POWER OF YOUNG ENTREPRENEURS OF SMALL AND  
MEDIUM ENTERPRISES IN THE MUNICIPALITY OF UDONTHANI

สมศักดิ์ กิจธนะวัฒน์<sup>1</sup>

<sup>1</sup>คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

Somsak Kittanawat<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculty of Management, Udonthani Rajabhat University

(Received: February 7, 2021; Revised: June 17, 2021; Accepted: October 12, 2021)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี โดยใช้หลักการจัดกิจกรรมตามแนวมนุษยนิยมและการเพิ่มพลังศักยภาพตนเองของแอนโทนี ร็อบบินส์ ใช้การวิจัยกึ่งทดลอง โดยรูปแบบการทดลองมี 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดโดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 คือ การเข้าร่วมสัมมนาเชิงปฏิบัติการหลักสูตร “การพัฒนาพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี” เป็นระยะเวลา 2 วันตั้งแต่วันที่ 08.00 - 17.00 น. และส่วนที่ 2 คือ การทำแบบฝึกหัดใน “โปรแกรม 30 วันสู่พลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด” เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดพลังศักยภาพบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลโดยการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพลังศักยภาพบุคคลด้วยวิธีการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนพลังศักยภาพบุคคลหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t\text{-test} = 6.2957^*$ ) และความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพลังศักยภาพบุคคล หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าคะแนนพลังศักยภาพบุคคล หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t\text{-test} = 2.3954^*$ ) โดยมีคะแนนพลังศักยภาพบุคคลสูงขึ้นมากกว่าร้อยละ 5 ทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการมีความเป็นผู้นำร้อยละ 14.40 ด้านการมีวิสัยทัศน์ร้อยละ 12.95 ด้านการทำงานเป็นทีมร้อยละ 15.13 ด้านการมีทัศนคติด้านบวกร้อยละ 13.82 และด้านความสามารถในการปรับตัว ร้อยละ 10.00 ตามลำดับ

การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี ได้ใช้หลักการจัดกิจกรรมตามแนวมนุษยนิยมและการเพิ่มพลังศักยภาพตนเองของแอนโทนี ร็อบบินส์ ดังนี้ 1) การปลดปล่อยให้เป็นอิสระ 2) การสร้างพลังความเชื่อมั่น 3) การลงมือปฏิบัติ 4) การมีความสุขสนุกสนาน 5) การสร้างกำลังใจ 6) การเสริมแรง 7) การรู้จักตัวเอง 8) การสร้างอุนิสัย 9) การสร้างปฏิสัมพันธ์ และ 10) การมีส่วนร่วม

**คำสำคัญ:** พลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด, ผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่, โปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด

### ABSTRACT

The purpose of this research was to develop the program development to enhance the unlimited personal power of young small and medium entrepreneurs in the municipality of Udonthani by using the principles of organizing activities based on humanist and Anthony Robbins' self – empowerment. The research methodology was quasi experimental research. The research design was the pretest – posttest control group design. The experimental group participated in the unlimited personal power training according to humanist and Anthony Robbins' self – empowerment that had two parts. The first part was to participated in the 2 days course for enhancing the unlimited personal power of young small and medium entrepreneurs from 8 AM to 5 PM. The second one was to do the exercises according to “30 Days Program to Unlimited Personal Power”. The instrument used in this research was the personal power inventory. The t – test was utilized for the data analysis from the personal power inventory.

The obtained results were that the posttest personal power of the experimental group was higher than that of the control group significantly at the .05 level (t-test = 6.2957\*) and the difference of average scores of posttest personal power of the experimental group was higher than that of the control group significantly at the .05 level (t-test = 2.3954\*). Also, the score of five compositions of personal power of the experimental group was higher than 5% which included proactive leadership 14.40%, innovative thinking 12.95%, participative skill 15.13%, positive attitude 13.82% and adaptive ability 10.00% respectively.

The program development to enhance the unlimited personal power of young small and medium entrepreneurs in the Municipality of Udonthani used the principles of organizing activities based on humanist and Anthony Robbins' self – empowerment as follows; 1) Liberation 2) Empowerment 3) Action 4) Delight 5) Encouragement 6) Reinforcement 7) Self – Knowledge 8) Habits 9) Interaction and 10) Participation

**Keywords:** The unlimited personal power, young small and medium entrepreneurs, The unlimited personal power program.

## บทนำ

ภาคธุรกิจนับเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งของระบบเศรษฐกิจ โดยเฉพาะผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมมีบทบาทสำคัญในการผลิต การลงทุน และการจ้างงานทำให้ภาครัฐและภาคเอกชนได้เริ่มให้ความสำคัญในธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อม หรือ SMEs (Small and Medium Entrepreneurs) โดยคาดหวังว่าจะเป็นกลุ่มธุรกิจที่ช่วยผลักดันให้ระบบเศรษฐกิจของประเทศสามารถฟื้นตัวได้อีกครั้ง เนื่องจากว่า กลุ่มธุรกิจ SMEs มีสัดส่วนจำนวนของกิจการในปี พ.ศ. 2561 รวมทั้งสิ้น 3,004,679 ราย หรือคิดเป็นร้อยละ 92.0 ของจำนวนธุรกิจทั้งสิ้นในประเทศ นอกจากนี้ กลุ่มธุรกิจ SMEs ยังมีบทบาทในการจ้างแรงงานเป็นจำนวน 11,747,093 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 62.0 ของการจ้างงานทั่วประเทศ

ด้วยเหตุนี้ SMEs จึงเป็นกลุ่มธุรกิจที่มีลักษณะหลากหลายและกว้างขวางครอบคลุมธุรกิจแทบทุกประเภท ไม่ว่าจะเป็นธุรกิจอุตสาหกรรมขนาดย่อม การค้าส่ง – ค้าปลีก และการบริการ โดยกระจายอยู่ทั่วทุกภูมิภาคของประเทศทั้งในเมืองและชนบท โดยผลผลิตในภาคอุตสาหกรรม จะมีสัดส่วนถึงร้อยละ 29 ของผลิตภัณฑ์มวลรวมประชาชาติ (GDP) และในสัดส่วนนี้จะเป็นผลผลิตของกลุ่มธุรกิจ SMEs ถึงร้อยละ 39.6 ประกอบกับกลุ่มธุรกิจ SMEs ส่วนใหญ่เป็นแหล่งรองรับการจ้างงานขนาดใหญ่ เพราะเป็นธุรกิจที่ใช้แรงงานเป็นจำนวนมาก จึงสามารถช่วยคลี่คลายปัญหาการว่างงานได้เป็นอย่างดี โดยภาพรวมแล้ว SMEs จึงมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศไทยในหลาย ๆ ด้าน ดังนี้

1. SMEs เป็นแหล่งผลิตและแหล่งรองรับแรงงานขนาดใหญ่ของประเทศ โดย SMEs มีการจ้างงานรวม 10.5 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 80.3 ของการจ้างงานในภาคอุตสาหกรรมทั้งหมด
2. SMEs เป็นฐานที่สำคัญของระบบเศรษฐกิจ เนื่องจาก SMEs มีมูลค่าการส่งออกคิดเป็นร้อยละ 50 ของการส่งออกในภาคอุตสาหกรรมทั้งหมด
3. SMEs เป็นแหล่งสร้างเสริมประสบการณ์ในการประกอบการ โดยการให้โอกาสแก่ผู้ประกอบการรายใหม่ที่สามารถใช้เงินลงทุนไม่มากนัก
4. SMEs เป็นแหล่งการผลิตที่ช่วยสนับสนุนการผลิตวัตถุดิบให้กับอุตสาหกรรมขนาดใหญ่ ทำให้มีการผลิตอย่างครบวงจรภายในประเทศและสินค้ามีต้นทุนที่ต่ำลง
5. SMEs ใช้ทรัพยากรการผลิตภายในประเทศเป็นส่วนใหญ่ ทำให้วัตถุดิบภายในประเทศมีมูลค่าสูงขึ้น และสินค้าส่วนใหญ่เป็นการผลิตที่อาศัยภูมิปัญญาท้องถิ่นของคนไทย จึงเป็นการกระตุ้นให้เศรษฐกิจท้องถิ่นเติบโตและประชาชนมีรายได้เพิ่มขึ้น
6. SMEs เป็นช่องทางในการกระจายรายได้และส่งเสริมความเจริญไปสู่ภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าประเทศไทยจะมีสัดส่วนของ SMEs เป็นจำนวนมาก แต่ประเทศไทยก็ยังคงต้องประสบกับปัญหาวิกฤติทางเศรษฐกิจอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้เนื่องมาจาก SMEs ในประเทศไทยยังไม่ได้รับการสนับสนุนและการพัฒนาเท่าที่ควร ทำให้ SMEs ของไทยขาดความแข็งแกร่ง ดังนั้น เมื่อเกิดภาวะวิกฤติทางเศรษฐกิจขึ้น SMEs ภายในประเทศจึงไม่สามารถเป็นพลังสำคัญในการหล่อเลี้ยงและฟื้นฟูระบบเศรษฐกิจของประเทศได้ ประเทศไทยจึงต้องประสบกับปัญหาวิกฤติทางเศรษฐกิจอย่างรุนแรงและยาวนาน ด้วยเหตุนี้ จึงมีความจำเป็นที่จะต้องเร่งให้การสนับสนุนและช่วยเหลือ

ผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs ของไทยให้มีศักยภาพสูงขึ้นโดยเร็ว เพื่อที่จะได้สามารถแข่งขันกับผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs ของต่างชาติในเวทีการค้าโลกได้

ด้วยเหตุนี้ การพัฒนาศักยภาพของผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs ไปสู่ผู้ที่มีพลังศักยภาพในตนเองสูงซึ่งประกอบไปด้วยพลังศักยภาพที่สำคัญ 5 ด้าน ที่จำเป็นในการสร้างความสำเร็จทางธุรกิจ ได้แก่ ด้านการมีความเป็นผู้นำ ด้านการมีวิสัยทัศน์ ด้านการทำงานเป็นทีม ด้านการมีทัศนคติด้านบวก และด้านความสามารถในการปรับตัว ล้วนเป็นสิ่งที่มีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการแก้ไขปัญหาเศรษฐกิจของประเทศ เนื่องจากการฟื้นฟูระบบเศรษฐกิจภายในประเทศนั้น จะต้องเริ่มจากการพัฒนาศักยภาพของ SMEs ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญของการพัฒนาเศรษฐกิจที่ยั่งยืน โดยการพัฒนาผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs ให้มีคุณลักษณะของผู้ที่มีประสิทธิภาพและเต็มเปี่ยมไปด้วยพลังความมุ่งมั่นในการขับเคลื่อนธุรกิจของตนไปสู่ความสำเร็จได้

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาแนวคิดในการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ของ แอนโทนี ร็อบบินส์ (Robbins, 2016) ซึ่งเป็นผู้นำในด้านการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ที่มีชื่อเสียงมากที่สุดคนหนึ่งของประเทศสหรัฐอเมริกา และเป็นผู้เขียนหนังสือ Unlimited Power โดยแนวคิดของเขาได้รับการพัฒนาขึ้นมาจากทฤษฎีจิตวิทยาสมัยใหม่ NLP (Neuro Linguistic Programming) ซึ่งเป็นวิทยาศาสตร์สมัยใหม่ทางการพัฒนาศักยภาพมนุษย์สู่ความสำเร็จ (The New Sciences of Achievement) สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Steve Andreas (2014) ซึ่งได้ทดลองการใช้โปรแกรม The NLP 21 Day Unlimited Achievement Program พบว่า โปรแกรมดังกล่าวสามารถพัฒนาศักยภาพในการทำงานสำหรับนักธุรกิจให้สูงขึ้น ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงได้เล็งเห็นถึงประโยชน์จากการนำแนวคิดในการพัฒนาศักยภาพตนเองของแอนโทนี ร็อบบินส์ มาประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรมพัฒนาพลังศักยภาพไว้ขีดจำกัดของผู้ประกอบการ SMEs ของไทยให้สามารถพัฒนาพลังศักยภาพในการแข่งขันทางธุรกิจสูงยิ่งขึ้น

จะเห็นได้ว่า เป้าหมายในการพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดของแอนโทนี ร็อบบินส์ นั้น จะมีจุดเน้นอยู่ที่ “การเปลี่ยนแปลงจากสถานะที่ไร้พลัง (Unresourceful state) ภายในจิตใจของมนุษย์ไปสู่สถานะที่เต็มเปี่ยมไปด้วยพลังศักยภาพที่ไร้ขอบเขต (Resourceful State)” ซึ่งเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงความเชื่อ (Beliefs) การใช้ภาษาและคำพูด (Language) และการเคลื่อนไหวทางร่างกาย (Physiology) ที่ส่งผลให้สภาพจิตใจอยู่ในสถานะ (State) ที่สามารถนำพลังศักยภาพอันยิ่งใหญ่ที่แฝงเร้นอยู่ในตัวเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพสูงสุดเพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ต้องการในชีวิต ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเห็นว่าแนวคิดดังกล่าวสามารถที่จะนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาศักยภาพของผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs เพื่อให้เกิดคุณลักษณะของผู้ประกอบการที่มีพลังศักยภาพสูงในการทำงาน ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่มีความสอดคล้องกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs ที่ประสบความสำเร็จ ทั้งนี้ การพัฒนาศักยภาพของผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs ในท้องถิ่น โดยเฉพาะจังหวัดอุดรธานี ซึ่งเป็นจังหวัดที่มีอัตราการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจสูงและมีจำนวนผู้ประกอบการรุ่นใหม่ที่เข้ามาพัฒนาธุรกิจอย่างต่อเนื่อง จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญเป็นอย่างมากในการพัฒนาศักยภาพของ SMEs ซึ่งเป็นรากฐานของการพัฒนาเศรษฐกิจที่ยั่งยืน โดยการพัฒนาผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs ให้มีคุณลักษณะของผู้ที่มีประสิทธิภาพและเต็มเปี่ยมไปด้วยพลังความมุ่งมั่นในการขับเคลื่อนธุรกิจของตนไปสู่ความสำเร็จได้ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการพัฒนา

โปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี
2. เพื่อศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และกระบวนการในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อม
3. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนพลังศักยภาพบุคคลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
4. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพลังศักยภาพบุคคล หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

### วิธีดำเนินการวิจัย

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างประชากรโดยให้ผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ทำแบบวัดพลังศักยภาพบุคคลก่อนการทดลอง หลังจากนั้น ผู้วิจัยแบ่งผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่เป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 50 คน โดยใช้วิธีจับคู่เหมือน (Matching) ซึ่งยึดคะแนนจากแบบวัดเป็นหลัก และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อจับฉลากให้ผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมกลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มทดลอง และผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมกลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มควบคุม

#### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 ส่วนที่ 1 ได้แก่ การฝึกอบรมสัมมนาเชิงปฏิบัติการหลักสูตร "การพัฒนาพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่" โดยจัดกิจกรรมแบบต่อเนื่องเป็นเวลา 2 วัน ตั้งแต่เวลา 08.00 - 17.00 น. ซึ่งเน้นการบรรยายทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติให้กับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ โดยมีรายละเอียดของหัวข้อในการฝึกอบรม สามารถแสดงได้ดังตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** แสดงความสอดคล้องของพลังศักยภาพบุคคล 5 ด้านกับกิจกรรมที่ใช้ในการอบรมหลักสูตร "การพัฒนาพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs"

วันที่	เวลา	กิจกรรม	พลังศักยภาพบุคคล
1	08.00 – 09.00	1. ภูเขาพลังศักยภาพบุคคล	การมีความเป็นผู้นำ
	09.00 – 09.30	2. พลังอารมณ์	การมีความเป็นผู้นำ
	09.30 – 10.00	3. พลังภาพพจน์	การมีความเป็นผู้นำ
	10.00 – 11.00	4. พลังความเชื่อ	การมีทัศนคติด้านบวก
	11.00 – 12.00	5. พลังความฝัน	การมีวิสัยทัศน์

**ตารางที่ 1** แสดงความสอดคล้องของพลังศักยภาพบุคคล 5 ด้านกับกิจกรรมที่ใช้ในการอบรมหลักสูตร “การพัฒนาพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจ SMEs” (ต่อ)

วันที่	เวลา	กิจกรรม	พลังศักยภาพบุคคล
	13.00 – 15.30	6. พลังแห่งความศรัทธา	การมีทัศนคติด้านบวก
	15.30 – 17.00	7. พลังจิตใต้สำนึก	การมีทัศนคติด้านบวก
2	08.00 – 08.30	8. พลังขับเคลื่อนพฤติกรรมมนุษย์	การมีความเป็นผู้นำ
	08.30 – 09.00	9. การควบคุมชะตาชีวิต	การมีวิสัยทัศน์
	09.00 – 10.30	10. พลังเป้าหมาย	การมีวิสัยทัศน์
	10.30 – 11.00	11. การปรับพฤติกรรมด้วยเทคนิค NAC	การปรับตัว
	11.00 – 11.30	12. พลังของการจัดจ่อ	การมีทัศนคติด้านบวก
	11.30 – 12.00	13. ค่านิยมและกฎเกณฑ์	การมีความเป็นผู้นำ
	13.00 – 13.30	14. พลังอุปนิสัย	การปรับตัว
	13.30 – 14.00	15. การทอดสมอทางอารมณ์	การมีความเป็นผู้นำ
	14.00 – 14.30	16. พลังแห่งความเชื่อมั่น	การมีความเป็นผู้นำ
	14.30 – 15.00	17. การเปลี่ยนมุมมอง	การมีทัศนคติด้านบวก
	15.00 – 15.30	18. การจัดการกับปัญหา	การปรับตัว
	15.30 – 16.00	19. พลังสัมพันธ์ภาพ	การทำงานเป็นทีม
	16.00 – 16.30	20. การประสานพลัง	การทำงานเป็นทีม
	16.30 – 17.00	21. การสร้างความรู้สึกดีต่อกัน	การทำงานเป็นทีม

2.2 ส่วนที่ 2 ได้แก่ โปรแกรม 30 วันสู่พลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด (30 Days Program to Unlimited Personal Power) ซึ่งเป็นคู่มือแห่งความสำเร็จ (Success Journal) ให้ SMEs ได้ทำกิจกรรมตามแบบฝึกหัดที่ได้รับการออกแบบไว้ในคู่มือ โดยมีรายละเอียดของแบบฝึกหัดในโปรแกรม 30 วันสู่พลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด สามารถแสดงได้ดังตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** แสดงความสอดคล้องของพลังศักยภาพบุคคล 5 ด้านกับกิจกรรมที่ได้ออกแบบไว้ใน “โปรแกรม 30 วันสู่พลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด”

แบบฝึกหัด	กิจกรรม	พลังศักยภาพบุคคล
วันที่ 1	1. การสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด	การมีทัศนคติด้านบวก
วันที่ 2	2. การสร้างพลังผลักดันในชีวิต	การมีวิสัยทัศน์
วันที่ 3	3. การควบคุมชะตาชีวิต	การมีความเป็นผู้นำ
วันที่ 4	4. วิทยาศาสตร์ของการสร้างความสำเร็จ	การมีความเป็นผู้นำ
วันที่ 5	5. การสร้างสภาวะจิตที่งดงาม	การมีทัศนคติด้านบวก
วันที่ 6	6. พลังของการจัดจ่อ	การมีวิสัยทัศน์
วันที่ 7	7. ค่านิยมและความเชื่อ	การมีวิสัยทัศน์

**ตารางที่ 2** แสดงความสอดคล้องของพลังศักยภาพบุคคล 5 ด้านกับกิจกรรมที่ได้ออกแบบไว้ใน  
“โปรแกรม 30 วันสู่พลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด” (ต่อ)

แบบฝึกหัด	กิจกรรม	พลังศักยภาพบุคคล
วันที่ 8	8. พลังความเชื่อด้านบวก	การมีทัศนคติด้านบวก
วันที่ 9	9. พลังของเป้าหมาย	การมีวิสัยทัศน์
วันที่ 10	10. การสร้างอนาคตใหม่	การมีวิสัยทัศน์
วันที่ 11	11. พลังของแบบแผน	การมีวิสัยทัศน์
วันที่ 12	12. การสร้างท่วงໄໝแห่งความสำเร็จ	การปรับตัว
วันที่ 13	13. การสร้างความมั่งคั่ง	การมีความเป็นผู้นำ
วันที่ 14	14. การขจัดปัญหาทางการเงิน	การปรับตัว
วันที่ 15	15. การเอาชนะความกลัว	การมีทัศนคติด้านบวก
วันที่ 16	16. การสร้างพลังความเชื่อมั่นในตัวเอง	การมีความเป็นผู้นำ
วันที่ 17	17. การเพิ่มพลังให้กับตนเอง	การปรับตัว
วันที่ 18	18. พลังสัมพันธภาพ	การทำงานเป็นทีม
วันที่ 19	19. การจัดการกับปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ	การมีความเป็นผู้นำ
วันที่ 20	20. ลิขิตชีวิตตัวเอง	การมีวิสัยทัศน์
วันที่ 21	21. ปลดปล่อยพลังที่ยิ่งใหญ่ในตัวคุณ	การมีทัศนคติด้านบวก
วันที่ 22	22. ตั้งเป้าให้ถึงฝัน	การมีวิสัยทัศน์
วันที่ 23	23. การสร้างความนับถือในตัวเอง	การมีทัศนคติด้านบวก
วันที่ 24	24. พลังจิตใต้สำนึก	การมีทัศนคติด้านบวก
วันที่ 25	25. อานุภาพแห่งแรงปรารถนา	การมีความเป็นผู้นำ
วันที่ 26	26. พลังแห่งความมุ่งมั่น	การปรับตัว
วันที่ 27	27. การวางแผนอย่างเป็นระเบียบ	การมีทัศนคติด้านบวก
วันที่ 28	28. เพิ่มเติมความรู้เฉพาะทาง	การมีความเป็นผู้นำ
วันที่ 29	29. ทุ่มเทศหัวใจ	การปรับตัว
วันที่ 30	30. ปาฏิหาริย์แห่งความศรัทธา	การมีวิสัยทัศน์

2.3 การตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด มีขั้นตอน  
ดังนี้

2.3.1 สร้างแบบประเมินคุณภาพของรูปแบบการเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด  
เป็นมาตราส่วนประมาณค่าแบบ 4 มาตรา ตามข้อเสนอแนะของ เซเลอร์ และ อเล็กซานเดอร์ (Saylor  
and Alexander, 1986) เพื่อใช้ประเมินคุณภาพรูปแบบในด้านเนื้อหาและประสบการณ์การเรียนรู้ใน  
โปรแกรมการจัดกิจกรรม

2.3.2 ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดกิจกรรม 3 ท่าน ประเมินคุณภาพของรูปแบบการ  
เสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด โดยกำหนดเกณฑ์การยอมรับคุณภาพเอาไว้ที่ 2.50 จาก 4.00 คะแนน

(Sayler and Alexander, 1986) เพื่อนำมาปรับปรุงให้ได้โปรแกรมการจัดกิจกรรมที่มีความเหมาะสมสำหรับการนำไปใช้ในการวิจัยได้ต่อไป

2.4 การสร้างแบบวัดพลังศักยภาพบุคคล ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดพลังศักยภาพบุคคลและนำไปตรวจหาคุณภาพโดยให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ความเหมาะสม และความชัดเจนของภาษาในข้อคำถาม ซึ่งครอบคลุมคุณสมบัติของผู้ที่มีพลังศักยภาพบุคคลครบทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการมีความเป็นผู้นำ ด้านการมีวิสัยทัศน์ ด้านการทำงานเป็นทีม ด้านการมีทัศนคติด้านบวก และด้านความสามารถในการปรับตัว โดยจากการหาความเที่ยงของแบบวัดพลังศักยภาพบุคคล ได้ค่าสัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยงเท่ากับ .80 แสดงว่า แบบวัดฉบับนี้มีความเที่ยงในระดับสูง

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 กำหนดประชากร ได้แก่ ผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี

3.2 กำหนดกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี จำนวน 100 คน ซึ่งผู้วิจัยใช้วิธีการประชาสัมพันธ์และประกาศรับสมัครให้กับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมรุ่นใหม่ที่มีความสนใจในโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี จำนวน 100 โดยมีคุณสมบัติดังนี้ คือ

3.2.1 เป็นผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมรุ่นใหม่ที่มีอายุระหว่าง 20 -30 ปี

3.2.2 ดำเนินธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมภายในเขตเทศบาลนครอุดรธานี

3.2.3 เป็นผู้ที่มีความสนใจและมุ่งมั่นในการพัฒนาศักยภาพภายในตนเอง

3.3 ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบวัดพลังศักยภาพบุคคลทดสอบก่อนการทดลอง (Pre-test) และแบ่งผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ออกเป็น 2 กลุ่ม ด้วยวิธีการจับคู่เหมือน (Matching) โดยยึดคะแนนจากแบบวัดเป็นหลักและสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายเพื่อเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 50 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 50 คน

3.4 กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี โดยผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะเข้าฝึกอบรมสัมมนาเชิงปฏิบัติการเป็นเวลา 2 วัน ตั้งแต่เวลา 08.00 - 17.00 น. รวมเป็นเวลา 16 ชั่วโมง

3.5 กลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 การเปรียบเทียบคะแนนพลังศักยภาพบุคคลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสามารถใช้การทดสอบค่าที (t-test)

4.2 การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพลังศักยภาพบุคคล หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม สามารถใช้การทดสอบค่าที (t-test)



## ผลการวิจัย

1. ผลการทดลองใช้โปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี สามารถนำเสนอได้ ดังนี้

1.1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนพลังศักยภาพบุคคลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง พบว่า ค่าคะแนนพลังศักยภาพบุคคลหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า ผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมในกลุ่มทดลองมีระดับพลังศักยภาพบุคคลสูงขึ้น หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มพลังศักยภาพบุคคล สามารถแสดงได้ดังตารางที่ 3 ดังนี้

**ตารางที่ 3** เปรียบเทียบคะแนนพลังศักยภาพบุคคลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	n	$\sum X_{pre}$	$\sum X_{post}$	$\sum D$	t - test
กลุ่มทดลอง	50	4721	5347	607	6.2957*

\*p < .05 ( .05t<sub>49</sub> = 1.676)

1.2 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพลังศักยภาพบุคคล หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าคะแนนพลังศักยภาพบุคคล หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า ผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มพลังศักยภาพบุคคลได้ทำให้ผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมในกลุ่มทดลองมีระดับพลังศักยภาพบุคคล สูงขึ้นกว่าผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว สามารถแสดงได้ดังตารางที่ 4 ดังนี้

**ตารางที่ 4** เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพลังศักยภาพบุคคลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	n	$\bar{X}$	S.D.	S <sup>2</sup>	t - test
กลุ่มทดลอง	50	106.94	9.93	98.60	
กลุ่มควบคุม	50	96.84	9.28	86.11	2.3954*

\*p < .05 ( .05t<sub>98</sub> = 1.660)

2. ผลการพัฒนาระดับคะแนนพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี

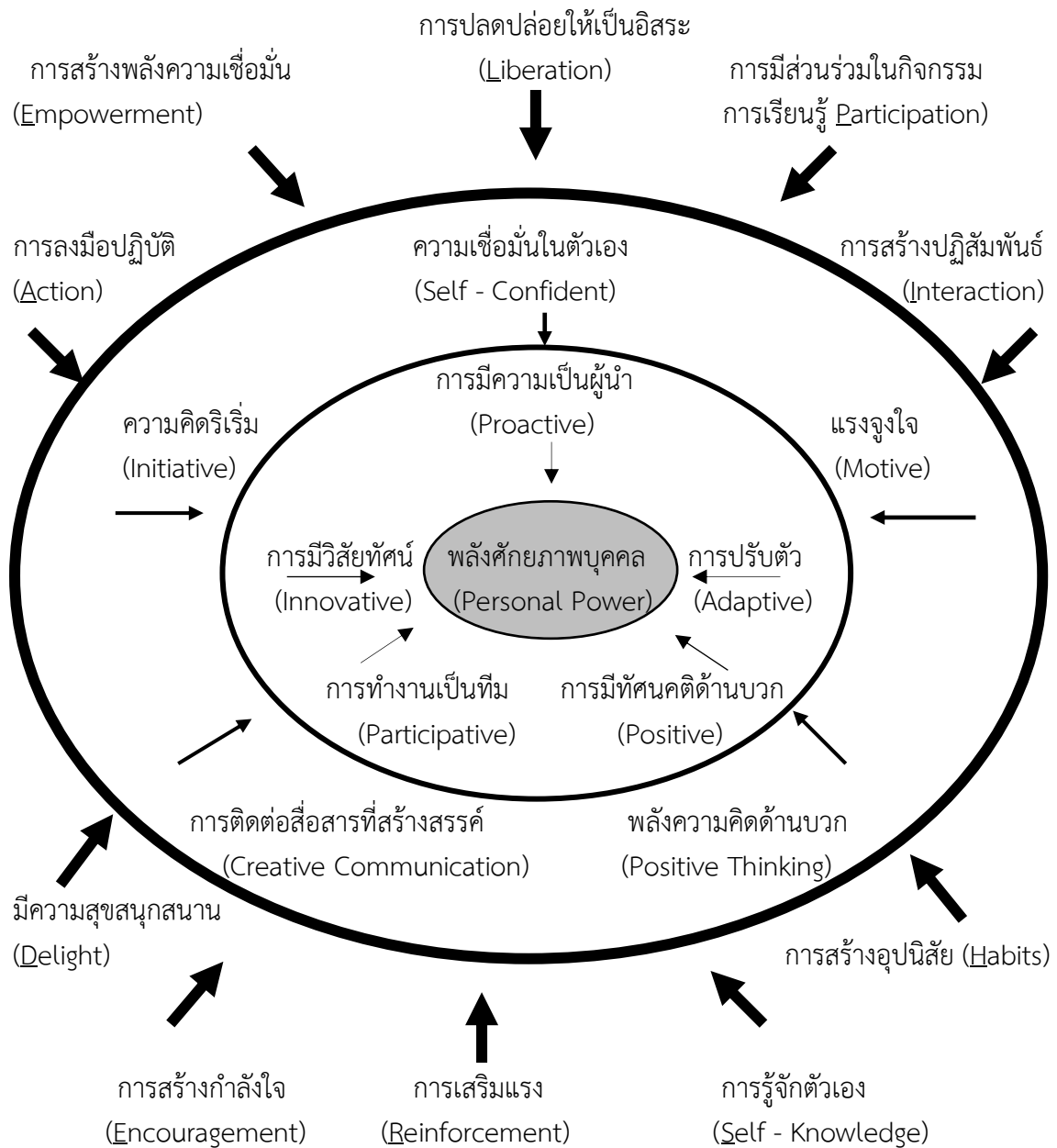
จากการวิเคราะห์คะแนนพลังศักยภาพบุคคล ก่อนและหลังการทดลองของผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมในกลุ่มทดลอง ได้แสดงถึง พัฒนาการทางพลังศักยภาพบุคคลของผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมในแต่ละด้านได้อย่างชัดเจน โดยผลคะแนนองค์ประกอบในแต่ละด้านของพลังศักยภาพบุคคล หลังการทดลอง ได้เพิ่มสูงขึ้นมากกว่าร้อยละ 5 จากเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ ดังตารางที่ 5 ดังนี้

**ตารางที่ 5** แสดงการพัฒนาในระดับคะแนนพลังศักยภาพบุคคลของผู้ประกอบการ SMEs

องค์ประกอบ 5 ประการ ของผู้ที่มีพลังศักยภาพบุคคล	ผลรวมคะแนน ก่อนการทดลอง	ผลรวมคะแนน หลังการทดลอง	ผลรวมคะแนน เพิ่มขึ้น (%)
1. ด้านการมีความเป็นผู้นำ	944	1,080	14.40
2. ด้านการมีวิสัยทัศน์	942	1,064	12.95
3. ด้านการทำงานเป็นทีม	945	1,088	15.13
4. ด้านการมีทัศนคติด้านบวก	940	1,070	13.82
5. ด้านการมีความสามารถในการปรับตัว	950	1,045	10.00
<b>ผลรวมคะแนนพลังศักยภาพบุคคล</b>	<b>4,721</b>	<b>5,347</b>	<b>13.25</b>

3. การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี

ในการพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานีโดยใช้หลักการจัดกิจกรรมตามแนวมนุษยนิยมและการเพิ่มพลังศักยภาพบุคคลของแอนโทนี่ ร็อบบินส์ ผู้วิจัยจะสรุปถึงกลวิธีในการดำเนินการจัดกิจกรรมเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมตามเป้าหมายของการวิจัยโดยสามารถอธิบายหลักการจัดกิจกรรมได้ดังภาพ ดังนี้



### อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี สามารถพัฒนาพลังศักยภาพบุคคลของผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อมได้ทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการมีความเป็นผู้นำ ด้านการมีวิสัยทัศน์ ด้านการทำงานเป็นทีม ด้านการมีทัศนคติด้านบวก และด้านความสามารถในการปรับตัว โดยผู้วิจัยสามารถสรุปหลักการจัดกิจกรรมตามแนวมนุษยนิยมและการเพิ่มพลังศักยภาพตนเองของแอนโทนี ร็อบบินส์ เพื่อเสริมสร้างพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมรุ่นใหม่ได้ดังนี้

1. การปลดปล่อยให้เป็นอิสระ ได้แก่ การพยายามช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ปลดปล่อยตัวเองจากสิ่งที่เรียกว่า "ความกลัว (Fear)" โดยเฉพาะความกลัวความล้มเหลว (Failure) ในชีวิต ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในจิตใจของมนุษย์ทุกคนและเป็นศัตรูที่ยิ่งใหญ่ที่ขัดขวางมิให้มนุษย์กล้าคิดกล้าฝัน และกล้าลงมือทำในสิ่งที่ตนเองปรารถนา ดังนั้น ในการปลดปล่อยตนเองให้เป็นอิสระจากความกลัว เราจะต้องสร้างความรู้สึกของ "ความศรัทธา (Faith)" ที่เรามีต่อตัวเองด้วยการเริ่มต้นจากการสร้างภาพพจน์ (Self-concept) หรือความรู้สึกด้านบวกใหม่ ๆ เกี่ยวกับตัวเอง เนื่องจาก ภาพพจน์ของตนเองคือ รากฐานที่สำคัญยิ่งต่อการสร้างความสำเร็จใด ๆ ในชีวิต เปรียบได้กับบ้านที่แข็งแรงก็ต้องมีฐานรากที่แข็งแรง ฉันทัดก็ฉันทัน ดังนั้น ในระหว่างการจัดกิจกรรมผู้วิจัยจะพยายามกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ย้าคิดและพูดข้อความที่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความรู้สึกที่ดีกับตัวเองอยู่ตลอดเวลาด้วยการปลูกฝังคำพูดด้านบวกต่าง ๆ ลงในจิตใจสำนึกของผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคน เช่น ยอดเยี่ยม น่ารัก มีเสน่ห์ เก่ง ฉลาด เลิศสุดยอด เราทำได้ ฯลฯ สอดคล้องกับ แมกซ์เวลล์ มอลท์ (Maltz, 2000) ที่ได้ค้นพบว่า คนใช้ส่วนใหญ่ที่ได้รับการผ่าตัดศัลยกรรมตกแต่งเปลี่ยนโฉมหน้าให้กลายเป็นคนที่หน้าตาดีขึ้นกลับไม่ได้มีความมั่นใจในตัวเองเพิ่มขึ้นเลย แสดงให้เห็นว่า การเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ (Self - Image) ไม่ได้อยู่ที่การเปลี่ยนใบหน้าของคน ๆ หนึ่ง แต่มันอยู่ที่การเปลี่ยน "โฉมหน้าทางใจ" ของคน ๆ นั้นต่างหาก ซึ่งเป็นกระจกภายในที่แสดงภาพลักษณ์ในการมองตนเองและมันจะเป็นกุญแจสำคัญในกำหนดขอบเขตของความสำเร็จของแต่ละคน ซึ่งในโปรแกรม 30 วัน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมก็จะได้เขียนบันทึกสิ่งที่เป็นข้อดีและคุณสมบัติพิเศษต่าง ๆ ของตนลงในคู่มือแห่งความสำเร็จ (Success Journal) ตลอดจนการระลึกถึงประสบการณ์ชีวิตในอดีตที่ทำให้ตนเองมีความภาคภูมิใจต่อความสำเร็จต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเพื่อเป็นข้อมูลอ้างอิงเชิงประสบการณ์ (Reference Experiences) ให้ย้าเตือนถึงพลังความสามารถที่มีอยู่ภายในตนเอง

2. การสร้างพลังความเชื่อมั่น ได้แก่ การกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในสภาวะจิตที่มีพลังแห่งความเชื่อมั่นในตัวเองสูงสุด (Peak State) หลายๆ ครั้ง ด้วยเทคนิควิธีการที่เรียกว่า "การทอดสมอทางอารมณ์ (Anchoring)" ซึ่งเป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ความรู้สึก (Emotional State) ได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพสูงสุด โดยการเปลี่ยนสภาวะจิตให้เกิดความเชื่อมั่นได้อย่างฉับพลันนั้น ผู้วิจัยจะเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ส่งผลโดยตรงต่อสภาวะจิตของมนุษย์ ซึ่งประกอบด้วยปัจจัยที่สำคัญ 2 ประการ คือ ระบบความเชื่อ (Belief System) ซึ่งเป็นความรู้สึกลึก ๆ ที่ฝังอยู่ในจิตใจได้สำนึกของมนุษย์เกี่ยวกับตัวเองว่าจะสามารถหรือไม่สามารถกระทำได้บ้าง และระบบการขับเคลื่อนทางกาย (Body Movement) ซึ่งเป็นรูปแบบการใช้ร่างกายในการเคลื่อนไหว เช่น การแสดงออกทางสีหน้า แววตา ท่าทาง น้ำเสียง และการเคลื่อนไหวทางร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงสภาวะจิตที่ไร้พลัง (Unresourceful State) ไปสู่สภาวะจิตที่เต็มเปี่ยมไปด้วยพลังสร้างสรรค์ (Resourceful State) จะต้องเปลี่ยนวิธีการคิดและใช้คำพูดกับตัวเอง (What you think and say to yourself) และวิธีการเคลื่อนไหวทางร่างกาย (How you move your body) ไปพร้อม ๆ กัน เพราะว่า สภาวะอารมณ์ความรู้สึกของคนเราเกิดจากสภาวะของจิตใจ (Mind) และร่างกาย (Body) ที่มีลักษณะการทำงานที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันอยู่ตลอดเวลา โดยการเปลี่ยนแปลงการเคลื่อนไหวทางร่างกาย (Physiology) ก็จะมีผลกระทบต่ออารมณ์ความรู้สึกของคนเรา ในขณะเดียวกัน การเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เราคิดและพูดกับตัวเองภายในในสมอง (Internal Communication) ก็จะมีผลกระทบต่ออารมณ์ความรู้สึกของคนเรา

ทางสีหน้า แววตา น้ำเสียง และท่าทาง เช่นเดียวกัน ด้วยเหตุนี้ ในระหว่างการจัดกิจกรรมเพิ่มพลัง ศักยภาพบุคคล ผู้วิจัยจะพยายามให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนได้ตระโกนความเชื่อด้านบวกต่าง ๆ (Empowering Beliefs) ด้วยเสียงดัง ๆ พร้อมกับแสดงการเคลื่อนไหวทางร่างกายที่สร้างความรู้สึก มั่นใจให้กับตัวเอง เช่น การชูกำปั้นพร้อมกับตะโกนคำพูดที่ว่า "เราทำได้" หรือ "YES !" หลาย ๆ ครั้ง ติดต่อกันบ่อย ๆ ซึ่งการกระทำดังกล่าว จะช่วยทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสภาวะจิตของผู้เข้าร่วม กิจกรรมจาก "สภาวะจิตตก (คือ จิตที่ท้อแท้ ห่อเหี่ยว สิ้นหวัง)" ไปสู่ "สภาวะจิตเต็ง (คือ จิตที่คึกคัก ฮึกเหิม มีพลัง)" ได้ในทันที

3. การลงมือปฏิบัติ ได้แก่ การเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้แสดงพลังศักยภาพภายใน ตัวเองด้วยการลงมือทำเพื่อบรรลุผลในสิ่งที่ตนเองต้องการอย่างแท้จริงในชีวิต โดยการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ทำแบบฝึกหัดใน "โปรแกรม 30 วันสู่พลังศักยภาพไร้ขีดจำกัด" ซึ่งจะ ช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีประสบการณ์ตรงจากการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ในการฝึกอบรมสัมมนาเชิง ปฏิบัติการ 2 วัน (หลักสูตร "การพัฒนาพลังศักยภาพไร้ขีดจำกัดสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลาง และขนาดย่อมรุ่นใหม่") ไปลงมือปฏิบัติจริงด้วยการรู้จักตั้งเป้าหมายชีวิตอย่างมีแบบแผน เป็นสิ่งที่มี ความสำคัญอันดับต้น ๆ ของชีวิตมนุษย์ที่จะต้องทำมันให้กระจ่างชัดในทุกแง่มุม เพราะเป้าหมายสำคัญ ที่แน่นอนที่ได้กำหนดไว้จะทำหน้าที่เป็นดั่งแผนที่ชี้แนวทางให้เราได้เดินมุ่งตรงไปสู่จุดหมายปลายทางที่ แท้จริง (Ultimate Destiny) ของชีวิต สอดคล้องกับงานวิจัยของมหาวิทยาลัยเยลล์ (Townsend, 1995) พบว่า นักศึกษาที่จบออกไปในปี 1973 มีเพียงร้อยละ 3 เท่านั้นที่ได้กำหนดเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนใน ชีวิตพร้อมกับได้เขียนแผนการที่ชัดเจนในการบรรลุเป้าหมายนั้น จนกระทั่งในปี 1993, 20 ปีหลังจาก การสำรวจครั้งแรก ได้มีการศึกษาชีวิตความเป็นอยู่ของนักศึกษากลุ่มเดิมใหม่อีกครั้ง ซึ่งผลการสำรวจ พบว่า นักศึกษาร้อยละ 3 ที่ได้ตั้งเป้าหมายและแผนการที่ชัดเจนในชีวิตสามารถประสบความสำเร็จ ทางด้านการเงิน ฐานะทางสังคม และมีความสุขในชีวิตมากกว่านักศึกษาร้อยละ 97 ที่ไม่ได้ตั้งเป้าหมาย ชีวิตเอาไว้ นอกจากนี้ การออกแบบประสบการณ์การเรียนรู้ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เขียนและลงมือ ปฏิบัติจริงตามเนื้อหาที่ได้เรียนรู้จากแบบฝึกหัดแต่ละบทในโปรแกรม 30 วัน จะช่วยให้ผู้เข้าร่วม กิจกรรมเกิดความเข้าใจในเนื้อหาที่ได้เรียนรู้มากยิ่งขึ้น

4. การมีความสุข สนุกสนาน ได้แก่ การจัดกิจกรรมที่เน้นผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นสำคัญตาม แนวคิดของกลุ่มมนุษยนิยมโดยผู้วิจัยจะต้องมีความสามารถเข้าถึง "ความเป็นคน" ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ให้ได้โดยการแสดงออกถึงความเคารพ ยกย่อง นับถือ เห็นคุณค่า และให้ความสำคัญต่อผู้เข้าร่วม กิจกรรมแต่ละคนอย่างเท่าเทียมกัน เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญและ เป็นศูนย์กลางในกระบวนการเรียนรู้อย่างแท้จริง และสิ่งที่สำคัญที่สุด ก็คือ ผู้วิจัยได้มีความเชื่อมั่นและ ศรัทธาใน "พลังความสามารถที่ยิ่งใหญ่ที่แฝงเร้นในตัวผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคน" ซึ่งจะช่วยให้ผู้วิจัย สามารถให้ความช่วยเหลือและพัฒนาความรู้ ความสามารถ และศักยภาพที่มีอยู่แล้วภายในตัวผู้เข้าร่วม กิจกรรมให้เปล่งประกายออกมาให้ได้มากที่สุด นอกจากนี้ การสร้างบรรยากาศที่ดีเพื่อทำให้ผู้เข้าร่วม กิจกรรมมีความสุข สนุกสนาน อบอุ่น และเพลิดเพลินไปกับกิจกรรมต่าง ๆ ก็เป็นองค์ประกอบสำคัญ ของการเรียนรู้ที่ประสบผลสำเร็จ โดยอัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ ได้ให้ทรรศนะต่อการจัดการศึกษาว่า "การ ปลุกเร้าความสนุกสนานแห่งการแสดงออกซึ่งจินตนาการและความรู้ถือเป็นศิลปะชั้นสูงของผู้ที่เป็นครู" ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของนักการศึกษาที่ยิ่งใหญ่ผู้หนึ่ง (สุวิทย์ มูลคำ, 2560) ที่ได้กล่าวไว้ว่า "ข้าพเจ้า

ไม่มีสิทธิ์จะพูดได้เลยว่า ข้าพเจ้าได้ทำหน้าที่ ครูของข้าพเจ้าได้อย่างสมบูรณ์ จนกว่าความสุข สนุกสนาน ร่าเริง เบิกบาน...จะปรากฏบนดวงหน้าของผู้เรียน"

5. การสร้างกำลังใจ ได้แก่ การสร้างแรงบันดาลใจให้แก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมในการเรียนรู้ที่จะต่อสู้กับปัญหาต่าง ๆ ที่กำลังเผชิญอยู่ในชีวิตประจำวันด้วยการใช้เทคนิควิธีการที่เรียกว่า "การเปลี่ยนมุมมอง (Reframing)" ซึ่งเป็นกระบวนการปรับเปลี่ยนวิธีการรับรู้ใหม่ด้วยการให้ความหมายในทางบวกต่อทุก ๆ ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตและพยายามมองเห็นถึงข้อดีที่มาพร้อมกับปัญหาต่าง ๆ เช่น การมอง "อุปสรรค (Obstacle)" ให้กลายเป็น "โอกาส (Opportunity)" ในการพัฒนาตนเองให้เป็นคนเก่งขึ้นหรือมอง "ความล้มเหลว (Failure)" ให้เป็นเพียง "ผลลัพธ์หนึ่ง (Feedback)" ที่ช่วยให้เราได้รู้จักปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานใหม่และได้ใช้ความมานะพยายามให้มากยิ่งขึ้นเพื่อความสำเร็จที่ดีเยี่ยมกว่าเดิม ดังนั้น ไม่ว่าสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของเราจะพลิกผันไปในทิศทางใดก็ตาม เรามีอำนาจที่จะเลือกมอง "มุมชีวิตด้านบวก" ที่สร้างพลังความหวังให้กับเรามีกำลังใจในทุก ๆ จังหวะของกราฟชีวิตด้วยเหตุนี้ แบบฝึกหัดแต่ละวันในโปรแกรม 30 วันจึงเต็มไปด้วยคำถามที่ช่วยให้ผู้ทำแบบฝึกหัดได้ตอบคำถามด้วยการใช้ความคิดไปในทางบวกต่อทุก ๆ ปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต เทคนิคการตั้งคำถาม (Questioning) จึงเป็นกระบวนการที่สามารถสร้างมุมมองด้านบวกใหม่ ๆ ให้กับชีวิตและทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลายเป็นผู้ที่มีทัศนคติทางจิตใจในเชิงสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้น

6. การเสริมแรง ได้แก่ การสร้างเงื่อนไข (Conditioning) เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้อย่างถาวร (Lasting Change) โดยการใช้เทคนิควิธีการที่เรียกว่า Neuro - Association Conditioning (NAC) ซึ่งเป็นการวางเงื่อนไขด้วยการเชื่อมโยงอารมณ์ความรู้สึกของความสุข ความพึงพอใจ (Pleasure) กับพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือสิ่งที่เราต้องการให้เกิดขึ้น และเชื่อมโยงอารมณ์ความรู้สึกของความทุกข์ ความเจ็บปวด (Pain) กับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือสิ่งที่เราไม่ต้องการให้เกิดขึ้น ด้วยเหตุนี้ แบบฝึกหัดในโปรแกรม 30 วันจึงมีข้อคำถามต่าง ๆ ที่จะช่วยเสริมแรงด้านบวก (Positive Reinforcement) ให้แก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมด้วยการตอบคำถามเพื่อให้เหตุผลกับตนเองว่าจะได้รับความสุขอะไรบ้างจากการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือสามารถทำในสิ่งที่ตนต้องการให้เกิดขึ้นได้โดยการให้รางวัลตัวเอง (Rewarding) เมื่อเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และเสริมแรงด้านลบ (Negative Reinforcement) ด้วยการให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ตอบคำถามว่าเขาจะได้รับความทุกข์อะไรบ้างจากพฤติกรรมด้านลบหรือการไม่ยอมลงมือทำในสิ่งที่ควรจะทำ ซึ่งการให้เหตุผลดังกล่าวจะเป็นการเสริมแรงทั้งทางด้านบวกและด้านลบ และทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ตระหนักรู้ถึงบ่อเกิดแห่งความสุขและความทุกข์ (หรือผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกระทำของตนเอง) ในชีวิตของตนเองได้อย่างชัดเจน เพื่อให้เกิดแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองให้ได้

7. การรู้จักตัวเอง ได้แก่ การช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถตอบคำถามที่สำคัญที่สุดในชีวิตของตนเองที่ว่า "ฉัน คือ ใคร? และ อะไร คือ ความต้องการที่แท้จริงในชีวิตของตนเอง?" เพราะไม่มีการเรียนรู้ใด ๆ ในโลกนี้ที่จะมีความสำคัญยิ่งไปกว่าการเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเอง การรู้จักตนเอง จึงเป็นจุดเริ่มต้นแห่งสติปัญญา เพราะว่า โลก คือ ปัญหาของเรา และเพื่อที่จะเข้าใจโลก เราต้องเข้าใจตัวเราเองให้ได้เสียก่อน ดังนั้น ความรู้ที่จะนำเราไปสู่ความสุขและความสำเร็จที่แท้จริงในชีวิต คือ ความรู้เกี่ยวกับตัวเราเองมิใช่ความรู้ที่มาจากหนังสือ ตำรา ทฤษฎี คัมภีร์ คำสอน ความเชื่อ หลักปฏิบัติ ครู กูรู ครูบา อาจารย์ จากสำนักลัทธิธินิกายใด ๆ ท่านกฤษณมูรติ (บุรุษชัย จงกลณี, 2560) จึงได้กล่าวไว้ว่า "จงเป็น

แสงสว่างให้กับตัวเอง อย่าได้พึ่งพิงอิงอยู่กับคนอื่นในเรื่องของความเข้าใจชีวิต เป็นความจำเป็นที่ต้องมีอิสรภาพจากอิทธิพลครอบงำของคนอื่น ไม่ว่าจะเป็นนอิทธิพลของใครก็ตาม จงหลุดพ้นจากกรงขังทั้งหลายโดยไม่มีเงื่อนไขใด ๆ สัจจะอยู่ที่ตัวของมนุษย์ทุก ๆ คน ถ้าใครเริ่มติดตามผู้อื่น ตัวเขาก็จะหยุดติดตาม สัจจะ" ฉะนั้น ผู้วิจัยจึงได้ออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับ "ตัวเอง" ขึ้นมาในโปรแกรม 30 วัน เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ศึกษา สืบสวน ไคร่ครวญ ไตร่ตรอง พินิจพิจารณา และทำความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตและความต้องการที่แท้จริงของตัวเองให้ได้อย่างลึกซึ้งที่สุด

8. การสร้างอุปนิสัย ได้แก่ การให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงรูปแบบของความเคยชินเก่า ๆ ในพฤติกรรมทางด้านความคิด อารมณ์ความรู้สึก และการกระทำที่ได้ปฏิบัติเป็นประจำจนกระทั่งกลายเป็นอุปนิสัย โดยอริสโตเติล (อ้างถึงใน Covey, 2018) กล่าวไว้ว่า "เรา คือผลผลิตจากการประพฤติซ้ำกันหลายๆครั้ง หลังจากนั้น มันก็จะไม่ใช่ความประพฤติอีกต่อไป แต่กลับกลายเป็นอุปนิสัย" สอดคล้องกับรายงานการวิจัยเกี่ยวกับระยะเวลาที่ใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์ (Harry Alder and Berry Heather, 2000) พบว่า มนุษย์จะใช้เวลาประมาณ 21 วัน ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ ของตนเอง ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงต้องสร้างโปรแกรมการพัฒนาพลังศักยภาพบุคคลที่ใช้ระยะเวลายาวนานถึง 30 วัน เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รู้จักการควบคุมตนเอง (Self - Control) และสร้างควมมีระเบียบวินัยให้เกิดขึ้นในตนเองให้ได้ด้วยการเรียนรู้ที่จะลงมือทำในสิ่งที่ต้องทำตามกิจกรรมในโปรแกรม 30 วัน จึงเป็น "การเรียนรู้ด้วยการลงมือทำ (Learning by Doing)" โดยตลอดระยะเวลา 30 วันในโปรแกรมนี้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะถูกกระตุ้นให้เกิดนิสัยความเคยชินในการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยการรู้จักกำหนดเป้าหมายที่แน่นอน การวางแผนการทำงานที่ชัดเจน การลงมือปฏิบัติจริง และการสังเกตผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการกระทำของตนเอง

9. การสร้างปฏิสัมพันธ์ ได้แก่ การให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีโอกาสในการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่น เพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ โดยเทคนิคที่ใช้ในการสร้างสัมพันธ์ภาพ (Rapport) ที่ีระหว่างตนเองและผู้อื่น คือ "การใช้ภาพสะท้อน (Mirroring)" ด้วยการเลียนแบบ (Matching) ภาษากาย (Body Language) ของคู่สนทนา ได้แก่ การแสดงออกทางสีหน้า แววตา ท่าทาง น้ำเสียง และการเคลื่อนไหวทางร่างกายต่าง ๆ ซึ่งจะก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีตามมาอย่างเป็นธรรมชาติ เนื่องจากมนุษย์เรามีแนวโน้มที่จะชอบคนที่มีบุคลิกลักษณะคล้ายคลึงกับตนเอง ฉะนั้น การเลียนแบบภาษากายของคนอื่น จึงเป็นวิธีที่จะช่วยให้เราสามารถสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของศาสตราจารย์ เรย์ เบิร์ดวิสเทิล แห่งมหาวิทยาลัยหลุยส์วิลล์ (Pease, 2017) พบว่า มนุษย์ส่วนใหญ่ใช้การแสดงออกทางอากัปกิริยา (Gestures) ท่าทาง (Postures) และตำแหน่งการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล (Position and Distances) ในการสื่อสารกันมากกว่าวิธีการอื่น ๆ

10. การมีส่วนร่วม ได้แก่ การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้จนกระทั่งเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ตั้งไว้ โดยรูปแบบที่ใช้ในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ด้าน ดังนี้

- 10.1 กิจกรรมการเรียนรู้ที่มีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย
- 10.2 กิจกรรมการเรียนรู้ที่มีส่วนร่วมทางด้านสติปัญญา
- 10.3 กิจกรรมการเรียนรู้ที่มีส่วนร่วมทางด้าน

#### 10.4 กิจกรรมการเรียนรู้ที่มีส่วนร่วมทางด้านอารมณ์

##### ข้อเสนอแนะ

##### 1. ข้อเสนอแนะเชิงบริหารจัดการ

1.1 ด้านการสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ ผู้จัดกิจกรรมจึงต้องมีทักษะในการถ่ายทอดความรู้ด้วยการใช้กิจกรรมที่หลากหลาย สื่อการสอนมีความทันสมัย และน่าสนใจ เช่น การใช้แสง เสียง จังหวะดนตรี และบทเพลงต่าง ๆ เพื่อสามารถสร้างความสุข สนุกสนานให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรม

1.2 ด้านการเตรียมเนื้อหาสาระเนื่องจากในการวิจัยครั้งนี้เป็นการเสริมสร้างพลังศักยภาพสำหรับกลุ่ม SMEs ดังนั้น เนื้อหาจึงควรอยู่ในบริบทของการสร้างความสำเร็จในเชิงธุรกิจ

##### 2. ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

2.1 ควรศึกษาการทดลองใช้รูปแบบการเสริมสร้างพลังศักยภาพบุคคลโดยใช้หลักการตามแนวมนุษยนิยมและการเพิ่มพลังศักยภาพตนเองของแอนโทนี่ ร็อบบินส์ ด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ

2.2 ควรทดลองปรับเปลี่ยนระยะเวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรมในโปรแกรม 30 วัน โดยอาจจะขยายเพิ่มเวลาให้มากขึ้น หรือ กระชับเวลาให้ลดลง เพื่อเปรียบเทียบว่าช่วงระยะเวลาเท่าใดที่จะมีผลต่อประสิทธิภาพในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์มากที่สุด

##### 3. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

3.1 ควรทดลองนำแนวคิดการเพิ่มพลังศักยภาพตนเองของแอนโทนี่ ร็อบบินส์ ไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ด้านอื่น ๆ เช่น การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self - Esteem) การมีมนุษยสัมพันธ์ (Human relationship) หรือการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการของผู้ที่มีประสิทธิผลสูงในการทำงานของ สตีเฟ่น อาร์ โควี (Steven R. Covey) เป็นต้น

3.2 ควรจะมีการทำวิจัยเรื่องการจัดการกิจกรรมเพื่อเพิ่มพลังศักยภาพตนเองตามหลักการของแอนโทนี่ ร็อบบินส์ ให้กว้างออกไปในทุกระดับการศึกษา ทุกหน่วยงาน และกลุ่มเป้าหมายเฉพาะกลุ่มอื่น ๆ เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ป่วยโรคเอดส์ หรือผู้ด้อยโอกาสในสังคม

##### เอกสารอ้างอิง

บุญชัย จงกลณี. (2560). **สู่...อิสรภาพ**. ขอนแก่น: เพ็ญพรินต์.

สุวิทย์ มูลคำ. (2560). **เรียนรู้สู่ครูมืออาชีพ**. กรุงเทพมหานคร: ที.พี.พรินท์.

Covey, S. R. (2018). **The 7 Habits of Highly Effective People**. New York: ireside.

Harry, A., & Berry, H. (2000). **NLP in 21 Days: A Complete Introduction and Training Program**. Judy Piatkus (Publishers).

Maltz, M. (2000). **Psycho - Cybernetics 2000**. New York: Simon and Schuster.

Pease, A. (2017). **Body Language**. Australia: Harper-Collins Pty.

Robbins, A. (2016). **Success Journal**. San Diego: Robbins Research International.



Saylor, J. & Alexander, W.M. (1986). **Curriculum Planning for Modern School**. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Steve, A. (2014). **NLP: The New Science of Achievement**. Nicholas Brealey Publishing.

Townsend, R. (1995). **Learning Wealth**. Australia: Murray Child & Company Pty.