

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาหัวข้อเรื่องการวัดระดับอุปนิสัยของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยใช้หลักการเจ็ดอุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่ง ผู้ศึกษาได้รวบรวมแนวคิดทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งออกเป็น 2 หัวข้อ ดังนี้

1. หลักการ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่ง
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎี

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับหลักการ 7 อุปนิสัยของผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่ง (The 7 Habits of Highly Effective People) (Covey, 2004)

Stephen R. Covey ได้นำเสนอหลักการ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่ง (The 7 Habits of Highly Effective People) ครั้งแรกในปีค.ศ. 1989 และได้นำเสนอฉบับใหม่ (New Edition) ในปีค.ศ. 2004 โดยกล่าวถึงการสร้างคุณลักษณะซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานของความสำเร็จในชีวิต ซึ่งเมื่อนำหลักการเหล่านี้มาปฏิบัติจนกลายเป็นอุปนิสัยพื้นฐานของตนเองแล้ว จะนำไปสู่ความสำเร็จและความสุขที่แท้จริง

โดยทั่วไปแล้วพฤติกรรมของคนเราเกิดจากอุปนิสัยต่างๆ ในตัวเรา ความคิดจะส่งผลให้เกิดการปฏิบัติ และเมื่อปฏิบัติเป็นนิจก็จะกลายเป็นอุปนิสัย เมื่อมีอุปนิสัยก็จะกลายเป็นคุณลักษณะ และจะกลายเป็นวิถีชีวิตในที่สุด

อุปนิสัย หมายรวมถึง การผสมผสานกันระหว่าง ความรู้ ทักษะและความปรารถนา โดยความรู้เป็นกรอบความคิดที่ได้จากทฤษฎีเป็นแนวทางให้ทราบว่าต้องทำอะไร และทำไปทำไม ทักษะเป็นความรู้ที่ทำให้ทราบว่าต้องทำอย่างไร และความปรารถนาเป็นแรงกระตุ้นเป็นความคิดที่ว่าต้องการทำอะไร เมื่อผสานทั้งสามอย่างเข้าด้วยกันจะทำให้กลายเป็นอุปนิสัย

อุปนิสัย 7 ประการไม่ใช่สูตรสำเร็จที่จะทำแยกออกจากกันได้ แต่การเปลี่ยนกรอบความคิดจะนำไปสู่การเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้อง การเจริญเติบโตที่สอดคล้องกับกฎธรรมชาติ คือการใช้หลักการ “จากภายในออกสู่ภายนอก” โดยเริ่มต้นที่ตัวเราเอง เริ่มกันที่กรอบความคิด คุณลักษณะและมูลเหตุจูงใจของเรา อุปนิสัยทั้งเจ็ดนี้จะมีบทบาทเพิ่มขึ้น

อย่างค่อยเป็นค่อยไปและรวมเข้ากันเป็นหนึ่งเดียว ทำให้อุปนิสัยส่วนตัวของแต่ละคนมี
ประสิทธิผลและนำเราก้าวไปข้างหน้า จากการทำที่พึ่งพาคนอื่นไปเป็นพึ่งพาตัวเองและนำไปสู่การ
พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน กล่าวคือ ใน 3 อุปนิสัยแรกเป็นอุปนิสัยที่ทำให้เราชนะตนเอง เกิด
ความมั่นใจในตนเอง รู้จักธรรมชาติของตนเอง รู้จักคุณค่าที่มีอยู่ในตนเองและความเป็นเอกลักษณ์
ของตนเอง เป็นการเริ่มต้นจากตนเอง คือ เปลี่ยนจากคนที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นไปเป็นคนที่ต้องพึ่งพา
ตนเองหรือ “ชัยชนะส่วนตัว” เมื่อพึ่งพาตนเองได้ถือว่ามีความพร้อมสำหรับการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและ
กันได้ ก็จะก้าวไปสู่การ “ชัยชนะในสังคม” ใน 3 อุปนิสัยต่อมาซึ่งเป็นอุปนิสัยที่ทำให้เราชนะใจ
คนทั่วไปด้วยการทำงานเป็นทีมและสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนอุปนิสัยที่ 7 จะเป็นการ
กระตุ้นให้อุปนิสัยทั้งหกอยู่ในตัวเราเสมอ เป็นอุปนิสัยที่เจออยู่ในทุกอุปนิสัยในกรอบความคิด
อุปนิสัยเจ็ดประการ ทำให้เป็นคนที่พึ่งพาตนเองได้อย่างแท้จริงและพร้อมช่วยเหลือผู้อื่นด้วย

ในการวัดระดับ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งของ Covey ได้กล่าวถึง
อุปนิสัยแสดงพื้นฐานทางอารมณ์ และอุปนิสัยแสดงความสุขในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นอุปนิสัย
พื้นฐานของ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งที่เราจะต้องมีก่อน เพื่อเสริมสร้าง 7 อุปนิสัย
สำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งให้เกิดขึ้นในตัวเรา ดังนั้นในการวัดระดับอุปนิสัยนี้จะประกอบด้วย 9
อุปนิสัย คือ อุปนิสัยพื้นฐาน 2 อุปนิสัย และ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งดังนี้

อุปนิสัยแสดงพื้นฐานทางอารมณ์ (The Emotional Bank Account)

การที่จะเคลื่อนจาก 3 อุปนิสัยแรก คือ ชัยชนะส่วนตัวไปยังอุปนิสัย 3 อุปนิสัย
ต่อมา คือ ชัยชนะในสังคม ซึ่งเป็นอุปนิสัยแห่งความสำเร็จของการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้นั้น
จะต้องมีกรอบความคิดแห่งบัญชีออมใจ หรืออุปนิสัยแสดงพื้นฐานทางอารมณ์ก่อน โดยบัญชีออม
ใจเป็นการเปรียบเทียบปริมาณความวางใจที่จะนำมาสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความวางใจ
ความรู้สึกลดลง ความเชื่อใจที่เรามีต่อผู้อื่น ซึ่งสามารถเพิ่มยอดบัญชีออมใจได้ 6 วิธี คือ การ
ค้นหาทางเข้าใจผู้อื่น เพราะเราจะไม่รู้ว่าจะต้องฝากอะไรในบัญชีออมใจของผู้อื่นจนกว่าจะเข้าใจ
ตัวเอง ความกรุณาความใส่ใจต่อผู้อื่น การรักษาสัญญา การพูดคุยเรื่องความคาดหวังให้ชัดเจนทุก
ครั้งที่พบเจอสถานการณ์ใหม่ การปฏิบัติต่อทุกคนด้วยความเท่าเทียมกัน และสุดท้ายคือการกล่าว
ขอโทษด้วยความจริงใจในยามที่ถอนบัญชีออมใจหรือทำผิดพลาด

อุปนิสัยแสดงความสุขในการดำเนินชีวิต (Life Balance)

อุปนิสัยแห่งประสิทธิผลนี้จะต้องอยู่บนรากฐานของกรอบความคิดประสิทธิผล
สอดคล้องกับกฎธรรมชาติ เรียกว่า หลักการสมดุลแห่ง P/PC หรือผลผลิตที่พึงประสงค์
(Production) / ความสามารถในการผลิต (Production Capability) จะนำประโยชน์ระยะยาวมาให้
ในระดับสูงสุด จะกลายเป็นรากฐานของคุณลักษณะของบุคคลผู้นั้น ช่วยสร้างและทำให้เกิดแผนที่

ที่ถูกต้อง ทำให้บุคคลผู้นั้นสามารถแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ใช้โอกาสที่มีได้มากที่สุด สามารถเรียนรู้ต่อเนื่องและรวมหลักการอื่น ๆ เข้าด้วยกันในลักษณะของการหมุนขึ้นไปสู่ความก้าวหน้าต่อไป โดยที่เราจะต้องรักษาสมดุลระหว่าง P/PC คือ ดูแลบำรุงรักษาร่างกายและจิตใจให้มีสภาพดี จึงจะสามารถให้ผลผลิตที่ดีได้

อุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อน (Be Proactive)

อุปนิสัยการเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อนหรือโปรแอกทีฟนี้เป็นอุปนิสัยพื้นฐานของผู้มีประสิทธิผลยิ่งซึ่งมีความหมายมากกว่าการกระทำในเชิงรุก แต่ต้องเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า มีความรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง เป็นผู้กำหนดชีวิตของตนโดยพิจารณาไว้ก่อนและพฤติกรรมที่แสดงออกเป็นผลจากการตัดสินใจเลือกอย่างมีสติ อยู่บนรากฐานของค่านิยมในใจ มิใช่ผลจากเงื่อนไขที่อยู่บนรากฐานของอารมณ์ความรู้สึก ไม่มีการป้ายความผิดไปยังสภาวะการณ์ การตอบสนองต่อสิ่งร้ายของคนโปรแอกทีฟไม่ว่าจะโดยจิตสำนึกหรือจิตใต้สำนึกจะเป็นการตอบสนองด้วยทางเลือกที่อยู่บนรากฐานของค่านิยม และค่านิยมในใจจะเป็นตัวขับเคลื่อนหรือกำกับให้ผลิตผลงานชั้นดีมีคุณภาพ

อุปนิสัยที่ 2 การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ (Begin with the End in Mind)

การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจเป็นการเริ่มต้นด้วยความเข้าใจตนเองอย่างชัดเจนว่าต้องการจะเดินทางไปยังจุดใด ทราบจุดหมายที่ต้องการจะไปให้ถึง เพื่อกำหนดทิศทางชีวิตและก้าวไปที่ละก้าว มุ่งหน้าไปยังจุดหมายนั้นในทางที่ถูกต้อง วิธีที่ทรงประสิทธิภาพที่สุดในการเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ คือ การเขียนคำปณิธานส่วนบุคคล หากคำปณิธานส่วนบุคคลนี้อยู่บนรากฐานหลักการที่ถูกต้องจะกลายเป็นมาตรฐานสำหรับบุคคลนั้น และเป็นเข็มชี้ทิศทางชีวิต การเขียนปณิธานส่วนบุคคลนั้นจะต้องเริ่มที่จุดศูนย์กลาง ซึ่งจุดศูนย์กลางนี้จะเป็นแหล่งกำเนิดของความมั่นคงซึ่งเป็นตัวแทนสำนึกของคุณค่าในตัว การชี้แนะเป็นกรอบอ้างอิงในใจที่จะช่วยควบคุมการตัดสินใจและการกระทำ ปัญญาเป็นมุมมองที่มีต่อชีวิต และพลังอำนาจซึ่งเป็นแรงขับเคลื่อนทำงานให้สำเร็จ หากองค์ประกอบทั้งสี่ครบถ้วน สอดคล้องกลมกลืนกันจะก่อให้เกิดบุคลิกภาพสง่างาม คุณลักษณะได้สมดุลและงดงามเปี่ยมด้วยบุรณภาพ

อุปนิสัยที่ 3 การทำตามลำดับความสำคัญ (Put First Things First)

อุปนิสัยนี้เป็นผลลัพธ์หรือผลสำเร็จที่จับต้องได้ของอุปนิสัยที่ 1 และอุปนิสัยที่ 2 ซึ่งถือว่ามีความสำคัญและจำเป็นที่จะต้องมาก่อนมาถึงอุปนิสัยที่ 3 นี้ ซึ่งเป็นการบริหารจัดการตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ โดยการทำตามลำดับความสำคัญ จัดระเบียบและปฏิบัติการโดยคำนึงถึงลำดับความสำคัญ ด้วยการทำในสิ่งที่สำคัญที่สุดก่อน การบริหารเวลาที่จะก่อให้เกิดประสิทธิผลมากที่สุด ก็จะต้องให้ความสนใจและทำในเรื่องที่มีความสำคัญก่อนเรื่องเร่งด่วนเสมอ

อุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะ (Think Win/Win)

ชนะ/ชนะ เป็นกรอบแห่งความคิดและหัวใจที่แสวงหาผลประโยชน์ร่วมกันในทุกความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งเป็นข้อตกลงหรือหนทางแก้ปัญหาที่จะได้รับประโยชน์และความพึงพอใจกันทั้งสองฝ่าย มองชีวิตว่าเป็นการร่วมมือกัน ไม่ใช่การแข่งขัน เชื่อว่ามีทุกอย่างเหลือเพื่อสำหรับทุกคน ความสำเร็จของคนคนหนึ่งไม่ได้กีดกันความสำเร็จของผู้อื่น แนวคิดชนะ/ชนะเป็นอุปนิสัยของภาวะผู้นำระหว่างบุคคลที่ต้องอาศัยวิสัยทัศน์ การริเริ่มเชิงรุก โปรแอคทีฟ และความมั่นคง การชี้แนะ ปัญหาและพลังอำนาจที่มาจากภาวะผู้นำส่วนบุคคลที่ยึดหลักการเป็นจุดศูนย์กลาง และกรอบความคิดชนะ/ชนะจำเป็นต้องมีคุณลักษณะสามประการคือ บุรณภาพซึ่งเป็นค่านิยมที่เราวางกำกับตนเอง วุฒิภาวะที่แสดงความสมดุลระหว่างความกล้าหาญกับความใส่ใจผู้อื่น และกรอบของจิตเหลือเฟือเพื่อที่มีกรอบความคิดว่า มีทุกอย่างมากมายพอจะแบ่งปันให้ทุกคน

อุปนิสัยที่ 5 เข้าใจผู้อื่น ก่อนจะให้ผู้อื่นเข้าใจเรา (Seek First to Understand, Then to be Understood)

เป็นอุปนิสัยในเรื่องของการสื่อสารระหว่างบุคคล การเข้าใจผู้อื่นก่อน ถือเป็น การเปลี่ยนกรอบความคิดครั้งใหญ่ เพราะโดยปกติแล้วคนส่วนใหญ่อยากให้ผู้อื่นมาเข้าใจตนเองก่อน การรับฟังผู้อื่นด้วยความเข้าใจ ไม่ได้หมายความว่าแค่การรับฟังด้วยความใส่ใจหรือเห็นใจ แต่เป็นการรับฟังที่มีเจตนาทำความเข้าใจผู้พูด การพาตัวเข้าไปอยู่ในกรอบอ้างอิงของผู้พูดและมองผ่านกรอบนั้นออกมาเพื่อเข้าใจกรอบความคิดในใจของเขาและร่วมรับรู้ความรู้สึกของเขา เมื่อเราเข้าใจคนอื่นได้อย่างลึกซึ้งกว่าเดิม จะทำให้มองเห็นคุณค่าในตัวเขามากขึ้น ช่วยให้ระดับความสัมพันธ์และความไว้วางใจเพิ่มมากขึ้นและช่วยให้ผู้อื่นพร้อมจะเข้าใจเรา เมื่อเกิดความเข้าใจกันและกันอย่างถ่องแท้ ก็เปรียบเหมือนเปิดประตูสู่ดินแดนความคิดสร้างสรรค์และทางเลือกสายที่สาม ความแตกต่างระหว่างเราไม่ถือเป็นอุปสรรคกีดกันในการสื่อสารและการร่วมมือกัน สร้างความเจริญก้าวหน้าอีกต่อไป แต่ในทางตรงข้ามความแตกต่างนั้นจะเป็นบันไดก้าวแรกไปสู่การผนึกพลังประสานความต่าง

อุปนิสัยที่ 6 ผนึกพลังประสานความต่าง (Synergize)

การผนึกพลังประสานความต่างเป็นการนำเอาคุณสมบัติเฉพาะของมนุษย์ทั้งสิ้น คือ ร่างกาย จิตวิญญาณ สติปัญญา และความรู้สึกที่มีต่อสังคม มารวมกับแรงจูงใจชนะ/ชนะ ทักษะ การสื่อสาร การรับฟังอย่างเข้าอกเข้าใจ ผนึกรวมกันพุ่งไปเจาะปัญหาและปลดปล่อยอำนาจสูงสุดที่มีอยู่ มุ่งหน้าไปเพื่อให้เป้าหมายที่อยู่ในใจนั้นบรรลุผล โดยที่แก่นสำคัญของการผนึกพลังประสานความต่าง คือการมองเห็นค่าความแตกต่าง ทั้งความแตกต่างเชิงความคิด เชิงอารมณ์และเชิงจิต การเห็นคุณค่าความแตกต่างจะบวกเพิ่มความรู้ บวกเพิ่มความเข้าใจ ให้มองเห็นโลกได้

กว้างมากขึ้น หากเราใช้เพียงประสบการณ์ของตัวเอง เราจะทำงานโดยไม่มีข้อมูลเพียงพอ การฝึกพลังประสานความต่างถือเป็นหลักการที่ถูกต้องและมีประสิทธิผลในการพึ่งพาซึ่งกันและกัน การทำงานเป็นทีม และพัฒนาเอกภาพและความคิดสร้างสรรค์ร่วมกับผู้อื่น

อุปนิสัยที่ 7 ลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอ (Sharpen the Saw)

การลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอเป็นการกระตุ้นหรือปรับปรุงตนเองตลอดเวลา เพื่อให้จัดการชีวิตได้ดีขึ้นเป็นคนที่พึ่งพาตนเองได้อย่างแท้จริงและพร้อมช่วยเหลือผู้อื่นด้วย โดยการปรับตัวใหม่และสร้างความเข้มแข็งให้กับองค์ประกอบหลักของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นมิติทางกายภาพที่เกี่ยวข้องถึงการดูแลรักษาร่างกาย กินอาหารที่มีประโยชน์ พักผ่อนให้เพียงพอและออกกำลังกายเป็นประจำ มิติแห่งจิตวิญญาณเป็นการผูกมัดให้ปฏิบัติตามระบบค่านิยม ปฏิบัติตามสัญญา ศึกษาและทำสมาธิ มิติแห่งสติปัญญาเป็นการอ่าน วาดภาพในใจ วางแผน เขียนและมิติเชิงสังคม/ อารมณ์เป็นการให้บริการ ร่วมรับรู้ความรู้สึก ฝึกพลังประสานความต่างและความมั่นคงในใจ ซึ่งต้องมีการฝึกฝนมิติทั้งสี่เป็นประจำและต่อเนื่อง

จากหลักการ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งของ Stephen R. Covey ดังที่ได้กล่าวมานั้นนับว่าเป็นหลักการที่มีความเหมาะสมที่จะนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันเพื่อให้มีความสำเร็จในการทำงานหรือการดำเนินชีวิต ซึ่งหลักการนี้เป็นการพัฒนาที่อุปนิสัย ทำให้เกิดความยั่งยืน ไม่ว่าจะเป็นอุปนิสัยชัยชนะส่วนตัว อุปนิสัยชัยชนะในสังคมและอุปนิสัยปรับปรุงตนเองตลอดเวลา ไม่ใช่แค่สร้างบุคลิกภาพที่ฉาบฉวย แต่เป็นการสร้างให้เกิดเป็นนิสัยติดตัว ซึ่งเป็นการง่ายต่อการนำไปสู่ความสำเร็จในการทำงานหรือการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ฉันทวรพงศ์ ประหยัดผล (2549) ได้ศึกษาอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงของอาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่มีความสำเร็จในงานแตกต่างกัน โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ อาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาในโรงเรียนรัฐบาล ในเขต 8 จังหวัดภาคเหนือจำนวน 139 คน โดยได้ศึกษาเกี่ยวกับ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งตามหลักการของ Covey (1989) ประกอบด้วยการเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อน การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ การทำตามลำดับความสำคัญ การคิดแบบชนะ/ชนะ การเข้าใจผู้อื่นก่อนจะ让自己เข้าใจเรา การฝึกพลังประสานความต่าง และการลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอ และศึกษาเกี่ยวกับความสำเร็จในงานของอาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย และมีสมมติฐานการวิจัย คือ อาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่มีความสำเร็จในงานแตกต่างกัน มี 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งแตกต่างกัน โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูลทางประชากร แบบวัด 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรง

ประสิทธิผลยิ่งและแบบวัดความสำเร็จในงานของอาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษา แล้วนำมาวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวพบว่า อาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่มีความสำเร็จในงานแตกต่างกัน มี 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งแตกต่างกัน โดยกลุ่มตัวอย่างอาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่ระดับความสำเร็จในงานสูงมีระดับอุปนิสัยที่ 2 การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ อุปนิสัยที่ 3 ทำตามลำดับความสำคัญ อุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะและอุปนิสัยที่ 7 ลับเลื่อยให้คม อยู่เสมออยู่ในระดับสูงที่สุด อุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นมาก่อนอยู่ในระดับสูง ส่วนอุปนิสัยที่ 5 เข้าใจผู้อื่น ก่อนจะให้ผู้อื่นเข้าใจเราและอุปนิสัยที่ 6 ผนึกพลังประสานความต่างอยู่ในระดับปานกลาง อาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่ระดับความสำเร็จในงานต่ำมีระดับอุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นมาก่อน อุปนิสัยที่ 2 การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ อุปนิสัยที่ 3 ทำตามลำดับความสำคัญ และอุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะอยู่ในระดับสูง ส่วนอุปนิสัยที่ 5 เข้าใจคนอื่น ก่อนจะให้คนอื่นเข้าใจเรา อุปนิสัยที่ 6 ผนึกพลังประสานความต่างและอุปนิสัยที่ 7 ลับเลื่อยให้คม อยู่เสมออยู่ในระดับปานกลาง

พรศิริ พิพัฒน์พานิช (2550) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของลักษณะนิสัย 7 ประการของบุคคลที่มีประสิทธิผลในการทำงานตามหลักการของโควี ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงต่อรูปแบบความคิดสร้างสรรค์ตามทฤษฎีของไมเคิล เจ เคอร์ตัน ของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลรามาริบัติ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาคือ พยาบาลประจำการที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยสังกัดภาควิชาพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลรามาริบัติจำนวน 315 คน โดยได้ศึกษาเกี่ยวกับ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่งตามหลักการของ Covey (1989) ประกอบด้วยการเป็นฝ่ายเริ่มต้นมาก่อน การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ การทำตามลำดับความสำคัญ การคิดแบบชนะ/ชนะ การเข้าใจผู้อื่นก่อนจะให้ผู้อื่นเข้าใจเรา การผนึกพลังประสานความต่างและการลับเลื่อยให้คม อยู่เสมอ ศึกษาเกี่ยวกับภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของหัวหน้างานตามหลักการของ Bass (1985) และศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบความคิดสร้างสรรค์โดยใช้ทฤษฎี The Adaption Innovation Theory (A-I Theory) ของ Kirton (1994) ที่มีหลักการที่สำคัญ คือ รูปแบบการคิดที่แตกต่างกันของบุคคล นำไปสู่พฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมและการแก้ปัญหาที่ต่างกัน และทฤษฎีการปรับ-การสร้างใหม่ (The Kirton Adaption – Innovation Inventory :KAI) ของ Kirton (1976) โดยมีสมมติฐานการวิจัยเกี่ยวกับ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่ง คือ ลักษณะนิสัย 7 ประการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบความคิดสร้างสรรค์แบบปรับตัวของพยาบาลประจำการ ลักษณะนิสัย 7 ประการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบความคิดสร้างสรรค์แบบสร้างใหม่ของพยาบาลประจำการ และลักษณะนิสัย 7 ประการอย่างน้อย 1 ลักษณะนิสัยสามารถพยากรณ์รูปแบบ

ความคิดสร้างสรรค์ การศึกษานี้ใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูลแล้วนำมาวิเคราะห์ทางสถิติ ซึ่งผลการศึกษาพบว่า พยาบาลประจำการโรงพยาบาลรามธิบดีมีอุปนิสัยที่ 2 การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ อุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะและอุปนิสัยที่ 7 การลับเลื่อยให้คมอยู่เสมออยู่ในระดับสูง ส่วนอุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อน อุปนิสัยที่ 3 การทำตามลำดับความสำคัญ อุปนิสัยที่ 5 การเข้าใจผู้อื่นก่อนจะ让自己เข้าใจเราและอุปนิสัยที่ 6 การฝึกพลังประสานความต่างอยู่ในระดับปานกลาง ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่าลักษณะนิสัยทั้ง 7 ประการยกเว้นอุปนิสัยที่ 5 การเข้าใจผู้อื่น ก่อนจะ让自己เข้าใจเรามีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบความคิดสร้างสรรค์แบบปรับตัวของพยาบาลประจำการและมีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบความคิดสร้างสรรค์แบบสร้างใหม่ของพยาบาลประจำการ นอกจากนี้อุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะ และอุปนิสัยที่ 7 การลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอสามารถพยากรณ์รูปแบบความคิดสร้างสรรค์แบบปรับตัวได้

จรรยา จงประเสริฐ (2551) ทำการศึกษา 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่งของนักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสถิติ ประกอบด้วย ค่าความถี่ ร้อยละค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและวิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปร เพื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างพื้นฐานทางอารมณ์ ความสมดุลของการดำเนินชีวิตและอุปนิสัย 7 ประการกับเพศ อายุและหลักสูตรบัณฑิตศึกษา พบว่านักศึกษามีความคิดเห็น โดยเฉลี่ยอยู่ในระดับเห็นด้วยมากกับทั้ง 9 องค์ประกอบ คือ ด้านพื้นฐานทางอารมณ์ ความสมดุลของการดำเนินชีวิตและอุปนิสัยทั้ง 7 ประการ ซึ่งหลักสูตรที่นักศึกษาลงทะเบียนเรียนไม่มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อระดับความคิดเห็นที่มีต่อองค์ประกอบด้านพื้นฐานทางอารมณ์ แต่มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อระดับความคิดเห็นที่มีต่อองค์ประกอบด้านความสมดุลของการดำเนินชีวิต ส่วนผลการทดสอบอิทธิพลของประเภทหลักสูตรที่นักศึกษาลงทะเบียนเรียนต่อความสำคัญของอุปนิสัยทั้ง 7 ประการพบว่า ประเภทหลักสูตรมีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่ออุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อน อุปนิสัยที่ 3 การทำตามลำดับความสำคัญ อุปนิสัยที่ 5 เข้าใจผู้อื่น ก่อนจะ让自己เข้าใจเรา อุปนิสัยที่ 6 ฝึกพลังประสานความต่างและอุปนิสัยที่ 7 การลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอ

James R. Oelschlager, Kristina Diecidue และ Anita Trowbridge (2010) ได้เสนอบทความเรื่อง Seven Habits of Highly Effective College Students ซึ่งเป็นการประยุกต์ใช้หลักการ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่งเป็นคำแนะนำที่เป็นรูปธรรมแก่นักศึกษา ณ Florida Institute of Technology ด้วยเหตุผลที่ว่า การเรียนในมหาวิทยาลัยนั้นใช้เพียงความฉลาดอย่างเดียวไม่พอ การเรียนให้ได้ดีนั้นมีปัจจัยอื่นๆ มาเกี่ยวข้องด้วย เช่น แรงจูงใจใฝ่เรียน ความมุ่งมั่นและ

สม่ำเสมอในการเรียน ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นด้านภาวะอารมณ์ ตลอดไปถึงทักษะในสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เป็นต้น ปัจจัยเหล่านี้จะทำให้ นักศึกษาประสบความสำเร็จทั้งด้านการเรียนและด้านการใช้ชีวิตอีกด้วย ซึ่งคำแนะนำสำหรับแต่ละอุปนิสัยมีดังนี้ อุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อน นักศึกษาควรตั้งเป้าหมายในใจของตนเอง โดยคิดว่าตนเองเป็นเจ้าของแผนและผลการเรียน ไม่ใช่เป็นของพ่อแม่และครอบครัว ทบทวนตนเองว่าเหตุใดจึงเลือกมาเรียนที่นี่ เหตุใดเลือกสาขาวิชานี้ การเรียนที่นี้ในสาขาวิชานี้จะช่วยให้ นักศึกษาบรรลุเป้าหมายในระยะยาวในชีวิตได้อย่างไร หากตระหนักได้ว่าตนเองเป็นเจ้าของชีวิตการเรียนและผลการเรียน จะทำให้นักศึกษามีทัศนคติและพลังสร้างสรรค์ที่จะต่อสู้ในการเรียน ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาจะเป็นไปตามแรงขับภายในของนักศึกษาเอง อุปนิสัยที่ 2 การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ นักศึกษาควรมีส่วนร่วมในการเรียน ต้องกระตือรือร้นไม่หยุดนิ่งที่จะเรียนรู้ ไม่เป็นฝ่ายรับความรู้จากอาจารย์เพียงอย่างเดียว แต่ต้องชวนขวยคั่นคว้าเพิ่มเติมด้วยตนเองอีกด้วย ต้องเข้าเรียนและมีปฏิสัมพันธ์ในห้องเรียน ในขณะที่เรียนต้องตั้งใจฟัง ตั้งคำถาม คิด จดบันทึกและฝึกฝนจากภาคทฤษฎีสู่ภาคปฏิบัติเพื่อเพิ่มประสบการณ์ อุปนิสัยที่ 3 การทำตามลำดับความสำคัญ นักศึกษาควรสร้างนิสัยเรียนและทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ โดยต้องสร้างนิสัยจดบันทึกและสร้างทักษะการบริหารเวลา รวมถึงทักษะการจัดการสิ่งต่างๆ เพิ่มขึ้นจากการมีทักษะด้านการเรียนโดยรวม และควรตระหนักว่าการจัดการเรียนและทำการบ้านหรือรายงานอย่างสม่ำเสมอตลอดเทอม ย่อมมีประสิทธิผลกว่าการไปโหมอ่านหนังสือก่อนสอบ อุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะ นักศึกษาควรเข้าใจว่าอารมณ์และความรู้สึกกระทบต่อการเรียน เพราะคนเราคิดอย่างไรก็จะเป็นอย่างนั้น และความคิดหรือทัศนคติต่อกระบวนการเรียนรู้ทั้งในและนอกห้องเรียนย่อมมีผลต่อผลการเรียนแน่นอน เช่น ถ้าหากนักศึกษาเรียนด้วยความเบื่อหน่าย เหมินเฉย ไม่สนใจหรือทำด้วยใจที่ปิดกั้นก็จะขาดพลังทุ่มเทต่อกระบวนการเรียนรู้ ดังนั้นนักศึกษาควรทำทนายตัวเอง ลบความคิดความเชื่อด้านลบ ออกดีทั้งหลายที่มีต่อวิชา โคร่งงานหรือแม้แต่ผู้สอน แต่ทำตัวใหม่โดยแสดงความสนใจวิชานี้ สบตาผู้สอน มีภาษากายที่กระตือรือร้น ถามคำถามและจดบันทึก หากพบอุปสรรคในใจที่ขัดขวางการเรียน ให้ถอยหลังมาหนึ่งก้าวแล้วตรวจสอบความคิดความรู้สึก คั้นหาว่าอะไรมาปิดกั้นความอยากเรียนและปรับแก้ไขความคิดความรู้สึกนั้นเสียใหม่ อุปนิสัยที่ 5 การเข้าใจผู้อื่นก่อนจะให้ผู้อื่นเข้าใจเรา นักศึกษาควรประเมินจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง เพื่อเป็นการเข้าใจตนเอง ก่อนที่จะเข้าใจผู้อื่น และเพื่อให้ผู้อื่นเข้าใจเรา มองตัวเองด้วยเหตุผลที่เป็นจริงและตั้งเป้าหมายทางการเรียนที่สมเหตุสมผล เหมาะสมกับความสามารถของตนเอง เปิดใจยอมรับฟังคำแนะนำและความคิดเห็นของอาจารย์ มองเห็นความปรารถนาดีของอาจารย์โดยไม่ปกป้องตัวเองมากจนปิดกั้นความช่วยเหลือจากอาจารย์ ไม่มองคำแนะนำเป็นการตำหนิต่อว่า ไม่ต่อต้าน ไม่ต้อง

หาข้อแก้ตัว แต่รับฟังเพราะคำแนะนำนั้นช่วยให้นักศึกษาเรียนรู้และค้นหาจุดแข็งจุดอ่อนของตนเอง รวมถึงแนวทางในการพัฒนาตนเองอีกด้วย อุปนิสัยที่ 6 การฝึกพลังประสานความต่าง นักศึกษาควรพัฒนาสัมพันธภาพการทำงานร่วมกับอาจารย์อย่างเคารพให้เกียรติ มีมุมมองต่ออาจารย์ผู้สอนเสมือนเพื่อนร่วมงาน ไม่ใช่ศัตรู เพราะอาจารย์ปรารถนาอยากให้นักศึกษาได้เรียนรู้เต็มที่ในห้องเรียน และยังสามารถช่วยนักศึกษาในด้านอื่นๆ ด้วย เช่น แนะนำแหล่งข้อมูล ให้คำปรึกษาในเนื้อหาวิชาที่ซับซ้อนยากแก่การเข้าใจ ให้คำแนะนำในการพัฒนาความคิดและอารมณ์ และฟังระลึกไว้เสมอว่าอาจารย์ต้องรับผิดชอบนักศึกษาหลายคนในหลายวิชา ซึ่งอาจเข้าไม่ถึงนักศึกษา แต่นักศึกษาสามารถเดินเข้าหาอาจารย์และขอคำปรึกษาได้ก่อนเสมอ และอุปนิสัยที่ 7 การลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอ นักศึกษาควรมีส่วนร่วมใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย การมีส่วนร่วมทำกิจกรรมในกลุ่มและองค์การนักศึกษาเพื่อนักศึกษาจะได้มีโอกาสพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำและการเป็นเพื่อน เป็นพี่ เป็นน้องในสังคมมหาวิทยาลัย ทั้งหมดเป็นสัมพันธภาพระหว่างบุคคลซึ่งผลต่อการทำงานและการทำกิจกรรมของชีวิตในอนาคต

Office of Multicultural Affairs (2010) ได้มีการประยุกต์ใช้ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพสูง สำหรับพัฒนานักศึกษา ณ University of Alabama in Huntsville ซึ่งได้ให้คำแนะนำสำหรับแต่ละอุปนิสัยดังนี้ อุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นมาก่อน ให้นักศึกษาปฏิบัติดังนี้ ประเมินรูปแบบการเรียนรู้ของตนเองและแจ้งผลให้อาจารย์ทราบ เข้าพบอาจารย์แต่ละคนที่สำนักงานก่อนที่จะเกิดปัญหา และเริ่มต้นแนะนำตนเอง ทำความรู้จักกับเพื่อนๆ สักสองคนในแต่ละวิชาเรียน อุปนิสัยที่ 2 การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ ให้นักศึกษาดังเป้าหมายในใจของตนเองว่าในตอนท้ายของภาคเรียน นักศึกษาจะได้เรียนรู้อะไรบ้างจากวิชานี้ เข้าพบอาจารย์เพื่อขอคำแนะนำข้อสอบเก่าๆ และบอกถึงวัตถุประสงค์ของการเรียนแก่ตนเองในตอนเริ่มต้นของแต่ละวิชา อุปนิสัยที่ 3 การทำตามลำดับความสำคัญ โดยให้นักศึกษาเข้าห้องเรียนเร็วกว่ากำหนดอย่างน้อย 2 นาทีทุกวิชาเสมอ อ่านหนังสือในเนื้อหาที่จะเรียนหนึ่งวันล่วงหน้าก่อนเข้าเรียน และเริ่มเตรียมตัวสอบหนึ่งสัปดาห์ล่วงหน้าก่อนเข้าเรียน อุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะ โดยให้เกียรติและเคารพเชื่อฟังอาจารย์เสมอในห้องเรียน รับมือกับปัจจัยแวดล้อมการเรียนในแต่ละวิชาอย่างสุขุมรอบคอบ เพื่อสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมตัวกับเพื่อนนักศึกษาตั้งกลุ่มตัวเพื่อเตรียมตัวสำหรับทำรายงานและสอบ แลกเปลี่ยนเทคนิควิธีเรียนให้ประสบความสำเร็จแก่เพื่อนนักศึกษา และขอเรียนรู้เทคนิคของเพื่อนบ้าง อุปนิสัยที่ 5 การเข้าใจผู้อื่น ก่อนจะให้ผู้อื่นเข้าใจเรา โดยสอบถามอาจารย์แต่ละท่านถึงประสบการณ์ความถนัดของอาจารย์ ค้นหาสิ่งที่นักศึกษาสนใจเหมือนกับอาจารย์ เพื่อค้นหาจุดร่วม แทนที่จะมีจุดต่าง ขอบคุณาจารย์เมื่ออาจารย์สอนหรือให้คำแนะนำที่ดีแก่นักศึกษา และขอให้อาจารย์แนะนำการเรียนของนักศึกษา

ตลอดทั้งภาคการเรียน เพื่อพัฒนาตนเอง อุปนิสัยที่ 6 การฝึกพลังประสานความต่าง ทำโดยค้นหาแหล่งข้อมูลที่จะช่วยนักศึกษาประสบความสำเร็จในการเรียนแต่ละวิชา พูดคุยกับเพื่อน นักศึกษาที่เรียนวิชาเดียวกันแต่ต่างผู้สอน เพื่อแลกเปลี่ยนวิธีการเรียนการสอนซึ่งกันและกัน และกระตุ้นใจให้เพื่อนนักศึกษาคนอื่นๆ มาร่วมในกลุ่มติวนอกเวลาที่นักศึกษาจัดตั้งขึ้น และอุปนิสัยที่ 7 การลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอ โดยสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับอาจารย์ ให้อาจารย์เป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำนอกเหนือจากการสอนในห้องเรียน เข้าร่วมกลุ่มปฏิบัติการต่างๆ เพื่อเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษา และถ่ายทอดสิ่งที่นักศึกษาได้เรียนรู้แก่ผู้อื่น เช่น เพื่อนนักศึกษา หรือรุ่นน้อง เป็นต้น

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved