

## บทที่ 2

### แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

##### แนวคิดและทฤษฎี

#### แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่ง (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

โดยทั่วไปแล้วพฤติกรรมของคนเราเกิดจากอุปนิสัยต่าง ๆ ในตัวเรา ความคิดจะส่งผลให้เกิดการปฏิบัติ และเมื่อปฏิบัติเป็นนิจก็จะกลายเป็นอุปนิสัย เมื่อมีอุปนิสัยก็จะกลายเป็นคุณลักษณะ และจะกลายเป็นวิถีชีวิตในที่สุด

อุปนิสัย หมายความว่า การผสมผสานกันระหว่าง ความรู้ ทักษะและความปรารถนา โดยความรู้เป็นกรอบความคิดที่ได้จากทฤษฎีเป็นแนวทางให้ทราบว่าต้องทำอะไร และทำไปทำไม ทักษะเป็นความรู้ที่ทำให้ทราบว่าต้องทำอย่างไร และความปรารถนาเป็นแรงกระตุ้นเป็นความคิดที่ว่าต้องการทำอะไร เมื่อผสานทั้งสามอย่างเข้าด้วยกันจะทำให้กลายเป็นอุปนิสัย

Covey (2004) กล่าวว่า อุปนิสัย 7 ประการไม่ใช่สูตรสำเร็จที่จะทำแยกออกจากกันได้ แต่การเปลี่ยนกรอบความคิดจะนำไปสู่การเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้อง การเจริญเติบโตที่สอดคล้องกับกฎธรรมชาติ คือการใช้หลักการ “จากภายในออกสู่ภายนอก” โดยเริ่มต้นที่ตัวเราเอง เริ่มกันที่กรอบความคิด คุณลักษณะและมูลเหตุจูงใจของเรา อุปนิสัยทั้งเจ็ดนี้จะมีบทบาทเพิ่มขึ้นอย่างค่อยเป็นค่อยไปและรวมเข้ากันเป็นหนึ่งเดียว ทำให้อุปนิสัยส่วนตัวของแต่ละคนมีประสิทธิภาพและนำเราก้าวไปข้างหน้า จากการที่พึ่งพาผู้อื่นไปเป็นพึ่งพาตัวเองและนำไปสู่การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน กล่าวคือ ใน 3 อุปนิสัยแรกเป็นอุปนิสัยที่ทำให้เราชนะตนเอง เกิดความมั่นใจในตนเอง รู้จักธรรมชาติของตนเอง รู้จักคุณค่าที่มีอยู่ในตนเองและความ เป็นเอกลักษณ์ของตนเอง เป็นการเริ่มต้นจากตนเอง คือ เปลี่ยนจากคนที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นไปเป็นคนที่ต้องพึ่งพาตนเองหรือ “ชนะใจตนเอง” เมื่อพึ่งพาตนเองได้ถือว่ามีพื้นฐานสำหรับการพึ่งพาอาศัย

ซึ่งกันและกันได้ ก็จะก้าวไปสู่การ “ชนะใจผู้อื่น” ใน 3 อุปนิสัยต่อมาซึ่งเป็นอุปนิสัยที่ทำให้เราชนะใจคนทั่วไปด้วยการทำงานเป็นทีมและสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนอุปนิสัยที่ 7 จะเป็นการกระตุ้นให้อุปนิสัยทั้งหกอยู่ในตัวเราเสมอ ทำให้เป็นคนที่ยิ่งพาดตนเองได้อย่างแท้จริงและพร้อมช่วยเหลือผู้อื่นด้วย

### **อุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อน (Be Proactive)**

อุปนิสัยการเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อนหรือโปรแอกทีฟนี้เป็นอุปนิสัยพื้นฐานของผู้มีประสิทธิผลยิ่งซึ่งมีความหมายมากกว่าการกระทำในเชิงรุก แต่ต้องเป็นผู้ที่มีความคิดก้าวหน้า มีความรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง เป็นผู้กำหนดชีวิตของตนโดยพิจารณาไว้ก่อนและพฤติกรรมที่แสดงออกเป็นผลจากการตัดสินใจเลือกอย่างมีสติ อยู่บนรากฐานของค่านิยมในใจ มีใจผลจากเงื่อนไขที่อยู่บนรากฐานของอารมณ์ความรู้สึก ไม่มีการป้ายความผิดไปยังสภาวะการณ์ การตอบสนองต่อสิ่งร้ายของคน โปรแอกทีฟไม่ว่าจะโดยจิตสำนึกหรือจิตใต้สำนึกจะเป็นการตอบสนองด้วยทางเลือกที่อยู่บนรากฐานของค่านิยม และค่านิยมในใจจะเป็นตัวขับเคลื่อนหรือกำกับให้ผลิตผลงานชั้นดีมีคุณภาพ

### **อุปนิสัยที่ 2 การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ (Begin with the End in Mind)**

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

### **อุปนิสัยที่ 3 การทำสิ่งสำคัญก่อน (Put First Things First)**

อุปนิสัยนี้เป็นผลลัพธ์หรือผลสำเร็จที่จับต้องได้ของอุปนิสัยที่ 1 และอุปนิสัยที่ 2 ซึ่งถือว่ามีความสำคัญและจำเป็นที่จะต้องมาก่อนมาถึงอุปนิสัยที่ 3 นี้ ซึ่งเป็นการบริหารจัดการตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ โดยการทำสิ่งสำคัญก่อน จัดระเบียบและปฏิบัติการโดยคำนึงถึงลำดับความสำคัญ ด้วยการทำในสิ่งที่สำคัญที่สุดก่อน การบริหารเวลาที่จะก่อให้เกิดประสิทธิผลมากที่สุด ก็จะต้องให้ความสำคัญและทำในเรื่องที่มีความสำคัญก่อนเรื่องเร่งด่วนเสมอ

#### อุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะ (Think Win/Win)

ชนะ/ชนะ เป็นกรอบแห่งความคิดและหัวใจที่แสวงหาผลประโยชน์ร่วมกันในทุกความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งเป็นข้อตกลงหรือหนทางแก้ปัญหาที่จะได้รับประโยชน์และความพึงพอใจกันทั้งสองฝ่าย มองชีวิตว่าเป็นการร่วมมือกัน ไม่ใช่การแข่งขัน เชื่อว่ามีทุกอย่างเหลือเฟือสำหรับทุกคน ความสำเร็จของคนคนหนึ่งไม่ได้กีดกันความสำเร็จของผู้อื่น หลักการชนะ/ชนะเป็นอุปนิสัยของภาวะผู้นำระหว่างบุคคลที่ต้องอาศัยวิสัยทัศน์ การริเริ่มเชิงรุก โปรแอกทีฟ และความมั่นคง การชี้แนะ ปัญหาและพลังอำนาจที่มาจากภาวะผู้นำส่วนบุคคลที่ยึดหลักการการเป็นจุดศูนย์กลาง และแนวคิดชนะ/ชนะนี้ก่อกำเนิดมาจากคุณลักษณะแห่งบุรณภาพ วุฒิภาวะและกรอบของจิตใจเหลือเฟือ

#### อุปนิสัยที่ 5 การเข้าใจผู้อื่นก่อนจะ让自己เข้าใจเรา (Seek First to Understand, Then to be Understood)

เป็นอุปนิสัยในเรื่องของการสื่อสารระหว่างบุคคล การเข้าใจผู้อื่นก่อน ถือเป็นการเปลี่ยนกรอบความคิดครั้งใหญ่ เพราะโดยปกติแล้วคนส่วนใหญ่อยาก让别人来理解自己ก่อน การรับฟังผู้อื่นด้วยความเข้าใจ ไม่ได้หมายความว่าแค่การรับฟังด้วยความใส่ใจหรือเห็นใจ แต่เป็นการรับฟังที่มีเจตนาทำความเข้าใจผู้พูด การพาตัวเข้าไปอยู่ในกรอบอ้างอิงของผู้พูดและมองผ่านกรอบนั้นออกมาเพื่อเข้าใจกรอบความคิดในใจของเขาและร่วมรับรู้ความรู้สึกของเขา เมื่อเราเข้าใจผู้อื่นได้อย่างลึกซึ้งกว่าเดิม จะทำให้มองเห็นคุณค่าในตัวเขามากขึ้น ช่วยให้ระดับความสัมพันธ์และความไว้วางใจเพิ่มมากขึ้นและช่วยให้ผู้อื่นพร้อมจะเข้าใจเรา เมื่อเกิดความเข้าใจกันและกันอย่างถ่องแท้ ก็เปรียบเหมือนเปิดประตูสู่ดินแดนความคิดสร้างสรรค์และทางเลือกสายที่สาม ความแตกต่างระหว่างเราไม่ถือเป็นอุปสรรคกีดกันในการสื่อสาร และการร่วมมือกันสร้างความเจริญก้าวหน้าอีกต่อไป แต่ในทางตรงข้ามความแตกต่างนั้นจะเป็นบันไดก้าวแรกไปสู่การผจญภัยต่างประสาณความต่าง

#### อุปนิสัยที่ 6 การผนึกพลังประสาณความต่าง (Synergize)

การผนึกพลังประสาณความต่างเป็นการนำเอาคุณสมบัติเฉพาะของมนุษย์ทั้งสี่ คือ ร่างกาย จิตวิญญาณ สติปัญญา และความรู้สึกที่มีต่อสังคม มารวมกับแรงจูงใจชนะ/ชนะ ทักษะการสื่อสาร การรับฟังอย่างเข้าใจ ผนึกรวมกันพุ่งไปเจาะปัญหาและปลดปล่อยอำนาจสูงสุดที่มีอยู่ มุ่งหน้าไปเพื่อให้เป้าหมายที่อยู่ในใจนั้นบรรลุผล โดยที่แก่นสำคัญของการผนึกพลังประสาณความต่าง คือการมองเห็นค่าความแตกต่าง ทั้งความแตกต่างเชิงความคิด เชิงอารมณ์และเชิงจิต การเห็นคุณค่าความแตกต่างจะบวกเพิ่มความรู้ บวกเพิ่มความเข้าใจ ให้มองเห็นโลกได้กว้างมากขึ้น หากเราใช้เพียงประสบการณ์ของตัวเอง เราจะทำงานโดยไม่มีข้อมูลเพียงพอ

การฝึกพลังประสานความต่างถือเป็นหลักการที่ถูกต้องและมีประสิทธิผลในการพึ่งพาซึ่งกันและกัน การทำงานเป็นทีม และพัฒนาเอกภาพและความคิดสร้างสรรค์ร่วมกับผู้อื่น

### **อุปนิสัยที่ 7 การลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอ (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 ไม่ว่าจะเป็นอุปนิสัยการชนะใจตนเอง พัฒนาสู่อุปนิสัยเพื่อชนะใจผู้อื่นและอุปนิสัยปรับปรุงตนเองตลอดเวลา ไม่ใช่แค่สร้างบุคลิกภาพที่น่าบอว แต่เป็นการสร้างให้เกิดเป็นนิสัยติดตัว ซึ่งเป็นการง่ายต่อการนำไปสู่ความสำเร็จในการทำงานหรือการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน

### **เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง**

ฉันทวรพงศ์ ประหยัดผล (2549) ได้ศึกษาเรื่องอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงของอาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่มีความสำเร็จในงานแตกต่างกัน เพื่อเปรียบเทียบและหาอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้ นั่นคือ อาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาในโรงเรียนรัฐบาลระดับมัธยมศึกษา ในเขต 8 จังหวัดภาคเหนือ ได้แก่ เชียงใหม่ เชียงราย พะเยา แพร่ น่าน ลำพูน ลำปาง และแม่ฮ่องสอน การเลือกกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มแบบกำหนดสัดส่วน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีของ Taro Yamane ได้กลุ่มตัวอย่าง 192 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษามีทั้งหมด 3 เครื่องมือ คือ แบบสอบถาม ประกอบด้วยข้อมูล เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา และอายุการทำงาน แบบวัดความสำเร็จในงานของอาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่ผู้ศึกษาได้สร้างขึ้นมาเพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้ประเมินความคิดเห็นของตนเองเกี่ยวกับการทำงานด้านบริการแนะแนวทั้ง 5 บริการ คือ บริการสำรวจข้อมูลนักเรียนเป็นรายบุคคล บริการสารสนเทศ บริการให้คำปรึกษา บริการจัดวางตัวบุคคล และ

บริการติดตามผล และตัวชี้วัดความสำเร็จในงานอีก 4 ด้าน คือ ความก้าวหน้าในการทำงาน ประสิทธิภาพในการทำงาน การรับรู้ถึงการประเมินในเชิงบวกจากผู้ที่ทำงานร่วมกันและผู้มาใช้บริการ และความพึงพอใจในงาน เครื่องมือสุดท้ายคือแบบวัดอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงของอาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาซึ่งประกอบด้วยข้อความ 99 ข้อ แบ่งอาจารย์ออกเป็นสามกลุ่ม ได้แก่ อาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่มีระดับความสำเร็จในงานสูง ระดับปานกลาง และระดับต่ำ ซึ่ง มีผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น 143 คน แต่ใช้งานสมบูรณ์ได้จริง 139 คน จากนั้นจึงวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ได้แก่ การหาความถี่และร้อยละ การใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ANOVA พบว่า อาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่มีความสำเร็จในงานแตกต่างกัน มีอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ พบว่าในกลุ่มอาจารย์แนะแนวผู้ให้คำปรึกษาที่มีระดับความสำเร็จในงานสูงนั้น มีอุปนิสัยที่ 5 และอุปนิสัยที่ 6 อยู่ในระดับปานกลาง อุปนิสัยที่ 1 อยู่ในระดับสูง อุปนิสัยที่ 2 อุปนิสัยที่ 3 อุปนิสัยที่ 4 และอุปนิสัยที่ 7 อยู่ในระดับสูงที่สุด

พรศิริ พิพัฒน์พานิช (2550) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ของลักษณะนิสัย 7 ประการของบุคคลที่มีประสิทธิผลในการทำงานตามแนวคิดของ Covey ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงต่อรูปแบบความคิดสร้างสรรค์ตามทฤษฎีของ Michael J. Kirton ของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลรามาริบัติ ผู้ศึกษาใช้เครื่องมือในการทำการศึกษาคือแบบสอบถามประกอบไปด้วย 3 ส่วน คือ แบบวัดลักษณะนิสัย 7 ประการ แบบสอบถามภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของหัวหน้างาน และแบบสอบถามรูปแบบความคิดสร้างสรรค์ และทำการแจกแบบสอบถามในกลุ่มตัวอย่างพยาบาลระดับปฏิบัติการจำนวน 315 คน ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา 288 ฉบับ แต่ที่สามารถนำมาใช้งานได้มีทั้งสิ้น 284 ฉบับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ประกอบไปด้วยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ผู้ศึกษาได้ทดสอบสมมติฐาน พบว่าพยาบาลประจำการโรงพยาบาลรามาริบัติรับรู้ว่ามัลักษณะนิสัย 7 ประการ คือคิดแบบชนะและล้มคมเลื่อยอยู่ในระดับสูง ส่วนลักษณะนิสัยการทำสิ่งที่สำคัญก่อนอันดับแรก พยายามเข้าใจผู้อื่นก่อน ทำงานอย่างสร้างสรรค์เพิ่มพูน อยู่ในระดับกลาง รับรู้ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของหัวหน้างานอยู่ในระดับสูง รับรู้รูปแบบความคิดสร้างสรรค์ทั้งแบบปรับตัวและแบบสร้างใหม่อยู่ในระดับปานกลาง ทำให้สรุปได้ว่าการรับรู้ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของหัวหน้างานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับรูปแบบความคิดสร้างสรรค์แบบปรับตัวและแบบสร้างใหม่

จิรัชยา จงประเสริฐ (2551) ได้ศึกษาเรื่องการวัดระดับอุปนิสัยของนักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยใช้ทฤษฎีอุปนิสัย 7 ประการพัฒนาสู่

ผู้มีประสิทธิผลสูง ประกอบด้วยองค์ประกอบพื้นฐาน 2 องค์ประกอบ คือ พื้นฐานทางอารมณ์ และความสมดุลของการดำเนินชีวิต และอุปนิสัย 7 ประการพัฒนาสู่ผู้มีประสิทธิผลสูง การเก็บข้อมูลใช้เครื่องมือแบบสอบถาม โดยกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้คือนักศึกษารหัส 49 และ 50 ที่ลงทะเบียนเรียนในหลักสูตรบัณฑิตศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จากนั้นจึงนำมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงบรรยาย ประกอบด้วยตัวแปรค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ และค่าเฉลี่ย วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ หลักสูตรบัณฑิตศึกษา และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นฐานทางอารมณ์ ความสมดุลของการดำเนินชีวิตและอุปนิสัย 7 ประการ กับเพศ อายุ และหลักสูตรบัณฑิตศึกษา โดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนหลายตัวแปร (MANOVA) ที่ระดับความเชื่อมั่น 96 เปอร์เซ็นต์ ใช้สถิติ t-Test ผลการศึกษา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับเห็นด้วยกับทั้ง 9 องค์ประกอบ คือมีอุปนิสัยในระดับมาก ทั้งด้านพื้นฐานทางอารมณ์ ความสมดุลของการดำเนินชีวิต และอุปนิสัยทั้ง 7 ประการ และพบว่า ประเภทหลักสูตรที่นักศึกษาลงทะเบียนเรียนไม่มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อระดับความคิดเห็นที่มีต่อองค์ประกอบพื้นฐานทางด้านอารมณ์ แต่มีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อองค์ประกอบด้านความสมดุลของการดำเนินชีวิต ผลการทดสอบอิทธิพลของประเภทหลักสูตรที่นักศึกษาลงทะเบียนเรียนต่อความสำคัญของอุปนิสัยทั้ง 7 ประการ พบว่า ประเภทหลักสูตรมีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่ออุปนิสัยที่ 1 อุปนิสัยที่ 3 อุปนิสัยที่ 5 อุปนิสัยที่ 6 อุปนิสัยที่ 7 เท่านั้น

ชัชธรนนท์ เกียรติไชยากร (2554) ได้ศึกษาเรื่องการวัดระดับอุปนิสัยของนักศึกษาแพทยศาสตร์ชั้นคลินิก มหาวิทยาลัยเชียงใหม่โดยใช้หลักการเจ็ดอุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่ง โดยการเก็บตัวอย่างจำนวน 241 คนโดยใช้แบบสอบถาม สถิติที่ใช้คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยสองกลุ่มแบบที่ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบจำแนกทางเดียว การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ และการวิเคราะห์กลุ่ม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับอุปนิสัยที่ 1 การเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำก่อน อุปนิสัยที่ 4 การคิดแบบชนะ/ชนะ อุปนิสัยที่ 7 การกลับเลื่อยให้คมอยู่เสมอ อุปนิสัยที่ 5 การเข้าใจผู้อื่นก่อนจะ让自己เข้าใจเรา อุปนิสัยที่ 2 การเริ่มต้นด้วยจุดหมายในใจ และอุปนิสัยที่ 6 การฝึกพลังประสานความต่าง อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.68, 4.63, 4.63, 4.58, 4.39 และ 4.39 ตามลำดับ ส่วนอุปนิสัยที่ 3 การทำตามลำดับความสำคัญ อยู่ในระดับค่อนข้างมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 สำหรับกลุ่มอุปนิสัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีกลุ่มอุปนิสัยเพื่อชัยชนะในสังคม อุปนิสัยแสดงพื้นฐานทางอารมณ์ อุปนิสัยแสดงความสมดุลในการดำเนินชีวิต ภาพรวม 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิผลยิ่ง และอุปนิสัยเพื่อชัยชนะส่วนตัว อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.56, 4.55, 4.52, 4.49 และ 4.46

ตามลำดับ ซึ่งคุณลักษณะทั่วไปที่มีอิทธิพลต่อระดับอุปนิสัย ได้แก่ เพศ โดยเพศชายมีค่าเฉลี่ยระดับกลุ่มอุปนิสัยเพื่อชัยชนะส่วนตัวและภาพรวม 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่งมากกว่าเพศหญิง ลำดับในครอบครัว จำนวนเพื่อนสนิท โดยผู้ที่มีเพื่อนสนิทจำนวน 8 คนขึ้นไปมีระดับอุปนิสัยแสดงพื้นฐานทางอารมณ์มากกว่าผู้ที่มีเพื่อนสนิทอยู่ในช่วง 0-3 คน ประวัติการทำงาน พิเศษหรือมีรายได้เสริมในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา โดยผู้ที่มีประวัติการทำงานพิเศษหรือมีรายได้เสริม มีค่าเฉลี่ยระดับอุปนิสัยแสดงพื้นฐานทางอารมณ์มากกว่าผู้ที่ไม่เคยมีประวัติการทำงานพิเศษหรือมีรายได้เสริม และประสบการณ์ในการเรียนรู้เกี่ยวกับ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่ง โดยผู้ที่มีประสบการณ์ในการเรียนรู้เกี่ยวกับ 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่ง มีค่าเฉลี่ยระดับอุปนิสัยที่ 3 อุปนิสัยที่ 4 อุปนิสัยที่ 6 และภาพรวม 7 อุปนิสัยสำหรับผู้ทรงประสิทธิภาพยิ่ง มากกว่าผู้ที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการเรียนรู้