



ใบรับรองวิทยานิพนธ์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)

ปริญญา

จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

สาขา

ภาควิชา

เรื่อง ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร

The Effects of Group Work Program on Developing Educational and Occupational
Goal Settings for Mathayomsuksa Five Students at Potisarn Pittayakorn School

นามผู้วิจัย นางสาวพาสนา นิยมบัตรเจริญ

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์จิตตินันท์ บุญศิริกุล, Ed.D.)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

(รองศาสตราจารย์อภา จันทรสกุล, Ed.D.)

หัวหน้าภาควิชา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์รพีพิมพ์ ธีระวัฒน์, ศศ.ม.)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์รับรองแล้ว

(รองศาสตราจารย์กัญจนา ธีระกุล, D.Agr.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ เดือน พ.ศ.

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร

The Effects of Group Work Program on Developing Educational and Occupational Goal Settings
for Mathayomsuksa Five Students
at Potisarn Pittayakorn School

โดย

นางสาวพาสณา นิยมบัตรเจริญ

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)

พ.ศ. 2551

พาสานา นิยมบัตรเจริญ 2551: ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์ จิตตินันท์ บุญสถิรกุล, Ed.D. 223 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ จำนวน 16 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ มาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มแต่ละครั้ง และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มและผู้นำกลุ่ม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ Paired – Sample t - test Independent – Sample t - test ค่าเฉลี่ย ค่ามัธยฐาน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากมาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 2) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนจากมาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 3) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากมาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 4) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพทำให้นักเรียนได้รู้จักตนเองในด้านความสนใจ ความถนัด ทักษะและบุคลิกภาพของตนเองมากขึ้น ซึ่งทำให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพให้สอดคล้องกับตนเอง รวมถึงได้เรียนรู้ความสำคัญของการมีวินัยในการปฏิบัติตนตามแผนที่วางไว้ การประเมินตนเอง และการได้รับข้อมูลป้อนกลับ ซึ่งช่วยให้นักเรียนตั้งเป้าหมายวางแผน และดำเนินการตามแผนที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตนเองตั้งไว้

Passana Niyombutjaroen 2008: The Effects of Group Work Program on Developing Educational and Occupational Goal Setting for Mathayomsuksa Five Students at Potisarn Pittayakorn School. Master of Arts (Educational Psychology and Guidance), Major Field: Educational Psychology and Guidance, Department of Educational Psychology and Guidance. Thesis Advisor: Associate Professor Jittinun Boonsathirakul, Ed.D. 223 pages.

The purposes of this research were to study the effects of Group Work Program on Developing Educational and Occupational Goal Setting of Mathayomsuksa five students at Potisarn Pittayakorn School. This research was the Quasi experimental design. The sample were 30 students. The sample were divided into an experimental group and a control group, 15 students per a group. The experimental group participated in the Group Work Program on Developing Educational and Occupational Goal Setting for 16 sessions, 50 minutes per each session. The instruments which were used in this research were the Group Work Program on Developing Educational and Occupational Goal Setting, the student's self-report and the student's opinion towards the Group Work Program in each section, the student's opinion towards the Group Work Program and the group leader Questionnaire. Mean, Median, Standard Deviation, Standard Deviation, Content Analysis, the Paired – Sample t – test and Independent – Sample t - test were used for data analysis.

The research results indicated that: 1) the experimental group had the Educational and Occupational Goal Setting scale posttest score significantly higher than pretest scores at .05 level of significance, 2) the control group had the Educational and Occupational Goal Setting scale pretest and posttest score were not significant difference at .05 level, 3) the posttest score on the Educational and Occupational Goal Setting scale of the experimental group are higher than posttest score of the control group at .05 level of significance, 4) the experimental group reported that participating in the Group Work Program on Developing Educational and Occupational Goal Setting helped them to understand their interests attitude, skills and personalities. So, they could set the educational and occupational goals that propered to themselves. Including, they learned about the significant of having disciplines in performing according to their goals, self evaluation, and received feedback that helped them to set goals, have plans and act according to their plans effectively and get success in their educational and occupational goals as planned.

Student's signature

Thesis Advisor's signature

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.จิตตินันท์ บุญสถิริกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และรองศาสตราจารย์ ดร. อาภา จันทรสุกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ให้ความเมตตา กรุณาให้คำแนะนำด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดียิ่ง กราบขอบพระคุณ รศ.สิริวรรณ สารนาคผู้ทรงคุณวุฒิจากภายนอกและผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร.ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์ ประธาน การสอบปากเปล่าขั้นสุดท้ายที่กรุณาให้คำแนะนำเพิ่มเติมเพื่อความสมบูรณ์ของวิทยานิพนธ์

กราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ดร.ช่อลัดดา ขวัญเมือง รองศาสตราจารย์ดร. รัชจวน คำวชิรพิทักษ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร. นันทนา วงษ์อินทร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร. อริยา คูหา ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรกฎา นักคิม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัชวาลย์ กุลโกวิท อาจารย์ณัฐนิชา รื่นบุญ และอาจารย์วิมลพัทธ์ แสงบุษราคัม ผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยที่กรุณาให้ คำแนะนำและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือให้มีคุณภาพ มากยิ่งขึ้น กราบขอบพระคุณคณาจารย์สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวทุกท่านที่อบรมสั่ง สอนให้ผู้วิจัยได้รับความรู้ความเข้าใจและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้จนประสบ ความสำเร็จ และขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนโพธิสารพิทยากร และคณาจารย์ประจำภาควิชา แนะแนว โรงเรียนโพธิสารพิทยากรที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลอย่างดียิ่ง รวมทั้ง ขอบคุณนักเรียนที่เข้าร่วมการทดลองทุกคนที่มีความตั้งใจ สนใจและมีส่วนร่วมในกิจกรรมแต่ละครั้ง เป็นอย่างดี

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ พี่ชาย และญาติพี่น้องทุกคนที่เป็น กำลังใจและเป็นທີ່ปรึกษาในทุกเรื่องได้เป็นอย่างดี รวมทั้งขอขอบคุณคุณสำราญ แก้วดอนรีที่ คอยช่วยเหลือห่วงใยและดูแลผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา และขอบคุณเพื่อนๆ รุ่น29 น้องๆ รุ่น30 นิสิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือและมีส่วนช่วยให้งานวิจัย ฉบับนี้ให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

พาสนา นิยมบัตรเจริญ
กันยายน 2551

สารบัญ

	หน้า
สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(5)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
ขอบเขตการวิจัย	5
ข้อตกลงเบื้องต้น	5
นิยามศัพท์	6
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	8
แนวคิดและทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย	8
แนวคิดเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม	28
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	37
สมมติฐานการวิจัย	43
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	44
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	45
การดำเนินการทดลอง	55
การวิเคราะห์ข้อมูล	56
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	58
ผลการวิจัย	58
ข้อวิจารณ์	79

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	84
สรุปผลการวิจัย	90
ข้อเสนอแนะ	91
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	93
ภาคผนวก	101
ภาคผนวก ก ตัวอย่างหนังสือที่ใช้ในการวิจัย	102
ภาคผนวก ข ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย	107
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	114
ภาคผนวก ง การตรวจสอบคุณภาพมาตรวัด	213
ภาคผนวก จ การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของผู้เชี่ยวชาญ	218
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	223

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	โครงสร้างของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	47
2	การเปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองโดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent – Sample t - test)	59
3	การเปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t - test)	60
4	การเปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t - test)	62
5	การเปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent – Sample t Test)	64
6	คำมัธยฐานและค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของคะแนนความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย	74

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
7	ความคิดและความรู้สึกของนักเรียนขณะที่เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	77
8	ความคิดเห็นของนักเรียนภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	78
9	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	78
10	ความคิดและความรู้สึกของนักเรียนต่อผู้นำกลุ่มในด้านทักษะการนำกลุ่ม การมีมนุษยสัมพันธ์ ฯลฯ	79

สารบัญญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	ปฏิสัมพันธ์ทางพฤติกรรม บุคคล และสิ่งแวดล้อม	10
2	แผนภูมิแท่งแสดงคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	61
3	แผนภูมิแท่งแสดงคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	63

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

...การทำการใดๆ ไม่ว่าจะใหญ่หรือเล็ก ควรอย่างยิ่งที่จะตั้งเป้าหมาย ขอบเขต และหลักการไว้ให้แน่นอน เพื่อจะช่วยให้สามารถปฏิบัติมุ่งเข้าสู่ผลสำเร็จได้โดยตรง และถูกต้องพอเหมาะพอดี เป็นการป้องกันและขจัดความล่าช้า ความสับสนเปลือง ความเสียเปล่าทุกอย่างได้ด้วยตนเอง...

จากพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรแก่นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ณ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (2530) เห็นได้ว่า บุคคลควรมีการตั้งเป้าหมายในการกระทำที่ชัดเจน ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะใช้ความพยายามในการกระทำ เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่บุคคลเห็นคุณค่าหรือเป็นเป้าหมายที่บุคคลต้องการทำให้สำเร็จ ในด้านการศึกษาที่เช่นกัน นักเรียนที่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ชัดเจนตรงตามความเป็นจริงและเหมาะสมกับตนเองมีโอกาที่จะประสบความสำเร็จได้มากกว่านักเรียนที่ไม่มีการวางแผนที่ชัดเจนและปล่อยชีวิตไปเรื่อยๆ การตั้งเป้าหมายนั้นมีความสำคัญในการดำเนินชีวิตของบุคคลอย่างยิ่ง บุคคลจึงควรมีการตั้งเป้าหมายชีวิตของตนเองที่ชัดเจน ดังที่Locke (1990) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายว่า การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรมจะช่วยเพิ่มแรงจูงใจภายในของบุคคลแต่ละคน ทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่ทำงานสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนด ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ประชา หุตานวัตร (2549) ในหนังสือเรื่อง “ศาสตร์แห่งการดำเนินชีวิต” ดังนี้

...คุณจะต้องมีเป้าหมายหลักของชีวิต ถ้าคุณ ไม่มีเป้าหมายอะไรเป็นหลักในชีวิต คุณก็จะตกอยู่ในกระแสชีวิตที่ไร้เป้าหมาย ไร้ความคิด และถ้าเป็นเช่นนั้นจริง สิ่งแรกที่คุณควรทำก็คือ รู้เท่าทันความจริงข้อนี้ และถ้าเป็นไปได้ก็พยายามแสวงหาเป้าหมายหลักของชีวิตให้ได้ ถ้าหากสมมติว่าคุณมีเป้าหมายของชีวิตอันน่าพึงปรารถนา ทำให้ชีวิตของคุณมีความหมาย คุณก็จะคิดพิจารณาว่ากิจกรรมต่างๆ ที่คุณทำสอดคล้องไปสู่เป้าหมายหลักของชีวิตหรือไม่ หรือว่ากลับมาก่อผลเสียต่างๆ อันไม่พึงปรารถนาขึ้น...

การจัดการเรียนการสอนที่มุ่งการเพิ่มประสิทธิภาพและคุณภาพนั้น หากบุคคลมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือในการทำสิ่งต่างๆอย่างชัดเจนแล้ว จะส่งผลให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและดำเนินไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งในชีวิตประจำวันของคนเรานั้นจะเห็นว่ามิทั้งคนที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการศึกษา ทั้งนี้อาจขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ แต่ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งซึ่งมีอิทธิพลมากต่อความสำเร็จในการศึกษา คือการตั้งเป้าหมายในการเรียนและการทำงานแต่ละงานไว้ล่วงหน้า ถึงแม้ว่านักเรียนจะทราบว่าการทำงานสามารถช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จและสำเร็จตามวัตถุประสงค์ได้ แต่ถ้าผู้เรียน ไม่มีแรงจูงใจและความพึงพอใจที่จะกระทำตามเป้าหมายหรือแผนการที่วางไว้นั้น ก็ย่อมไม่สามารถทำงานประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้

ทั้งนี้หากบุคคลมีการตั้งเป้าหมายในการทำงานอย่างชัดเจนก็ย่อมสร้างแรงจูงใจในการทำงานให้มีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น ดังนั้นการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อนักเรียนดังที่ ทองเรียน อมรัชกุล (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า

...การวางแผนทางการศึกษาเกี่ยวข้องกับการวางแผนในรูปอื่นๆ เพราะในการดำเนินชีวิตจำเป็นต้องอาศัยการศึกษา ในการวางแผนต้องรู้จักเลือกจุดมุ่งหมายของชีวิตและเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น จุดมุ่งหมายของชีวิตก็จำเป็นต้องได้รับการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงด้วย สิ่งสำคัญสำหรับการวางแผนการศึกษาก็คือ การเข้าใจความหมายของการเรียนรู้ทั้งในส่วนที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ความต้องการของสิ่งแวดล้อม โอกาสต่างๆ ที่มีอยู่ จุดมุ่งหมายทางการศึกษา และความหมายของการศึกษาที่มีความสำคัญต่อบุคคลในการวางแผนการศึกษา...

อันจะเห็นได้ว่า การตั้งเป้าหมายนั้นเป็นรากฐานสำคัญสำหรับการเรียนที่มีประสิทธิภาพ โดยนักเรียนจำเป็นต้องรู้ถึงจุดประสงค์ในการศึกษาและเลือกศึกษาในวิชาที่จะนำไปสู่เป้าหมายของตนได้ นอกจากการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาแล้วในการประกอบอาชีพก็จำเป็นต้องมีการตั้งเป้าหมายด้วยเช่นกัน ซึ่งหากเรามีการกำหนดเป้าหมายในการประกอบอาชีพ กำหนดแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายและปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ โดยการศึกษาหาความรู้และพัฒนาความสามารถ ทักษะ ตลอดจนบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับอาชีพที่เป็นเป้าหมาย ย่อมทำให้เรามีโอกาสได้ทำงานตามที่ตั้งเป้าหมายไว้มากยิ่งขึ้น ซึ่งหมายความว่า การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับนักเรียน โดยเฉพาะนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งเป็นวัยที่กำลังค้นหาตนเองและนักเรียนบางคนยังไม่เข้าใจถึงความต้องการของตนเอง

อย่างแท้จริง ทำให้เกิดปัญหาในการเลือกอาชีพ ดังที่ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2549) ได้กล่าวถึงความต้องการในการเลือกอาชีพของวัยรุ่นว่า

...การเลือกอาชีพก่อให้เกิดความรู้สึกรุ่นวายใจไม่น้อยต่อเด็กวัยรุ่น ทั้งนี้เพราะสาเหตุหลายประการ เช่น วัยรุ่นยังไม่เข้าใจตนเองดีพอในด้านความชอบ ความถนัด ความสนใจ ระดับสติปัญญาที่แท้จริงของตน อีกทั้งสภาพเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว การศึกษาตามท้องถิ่นที่เด็กวัยรุ่นมีชีวิตอยู่ อาจไม่เอื้อให้การเลือกอาชีพตามแนวโน้มและความถนัดของตนหรือของบิดามารดา นอกจากนั้นหลายกรณีที่บิดามารดามีความประสงค์จะให้บุตรเลือกอาชีพที่ตนต้องการซึ่งอาจขัดแย้งกับความสนใจ ความถนัด และความสามารถของเด็กวัยรุ่น หรือเด็กวัยรุ่นอาจเลือกอาชีพตามเพื่อนซึ่งมีอิทธิพลต่อเขาก่อนข้างสูง แต่เขาอาจไม่มีความชอบ ความสามารถ และอื่นๆ เหมือนเพื่อน จึงอาจก่อให้เกิดปัญหาแก่ตัวเด็กวัยรุ่นได้ทั้งในปัจจุบัน และอนาคต...

จากปัญหาดังกล่าวแสดงให้เห็นว่านักเรียนในช่วงวัยรุ่นส่วนหนึ่งมีความขัดแย้งในตนเอง ขาดการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนและยังไม่สามารถตัดสินใจเลือกอาชีพได้ ผู้ที่อยู่ในช่วงวัยนี้จึงควรได้รับการพัฒนาให้สามารถเข้าใจถึงเป้าหมายและความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งมีอายุระหว่าง 16 – 17 ปี เป็นช่วงวัยที่สำคัญในการตรวจสอบและเข้าใจตนเอง นอกจากนั้นยังเป็นช่วงวัยที่สามารถเข้าใจในเรื่องที่เป็นนามธรรมที่มีความซับซ้อนได้ จึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการตั้งเป้าหมายทั้งด้านการศึกษา เพื่อเลือกที่จะศึกษาต่อในอนาคต และทางด้านการประกอบอาชีพ อันจะทำให้นักเรียนรู้จักตนเอง รับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อใช้ประกอบในการตั้งเป้าหมาย รู้จักการวางแผน การวางตารางเวลาในการกระทำของตนเอง ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในการศึกษาและการประกอบอาชีพมากยิ่งขึ้น

ในการพัฒนาผู้เรียนในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยใช้การจัดกิจกรรมกลุ่ม จะทำให้นักเรียนเกิดกระบวนการการเรียนรู้จากประสบการณ์จริงของแต่ละคน โดยนักเรียนได้มีการวางแผนร่วมมือกันทำงาน มีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ซึ่งจะส่งผลให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ได้พัฒนาบุคลิกภาพด้านต่างๆ และทำงานบรรลุวัตถุประสงค์ของกลุ่มที่ตั้งเอาไว้ได้ ซึ่งการจัดกิจกรรมกลุ่มก็เป็นการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมในการพัฒนานักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่น ดังที่ศรีเรือน แก้วกังวาล (2549) ได้กล่าวไว้ว่า ความต้องการของวัยรุ่นมีความต้องการในการรวมกลุ่มก่อนข้างสูง เพราะเป็นวิถีทางที่ทำให้เด็กได้รับสนองความต้องการทางจิตวิทยาหลายประการ เช่น ความรู้สึกอบอุ่นใจ การได้รับการยกย่อง การได้รับความเข้าใจ

ทั้งนี้กิจกรรมกลุ่มนั้นสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของนักเรียนได้ อันทำให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น โดยในการจัดกิจกรรมกลุ่มนั้นผู้นำกลุ่มสามารถนำเทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่มมาใช้ในกลุ่มได้หลากหลายเทคนิค ซึ่งอาจทำให้นักเรียนได้รับความรู้จากการใช้เทคนิคที่แตกต่างกันไป อันก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านการรับรู้ อันจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีการพัฒนาในด้านต่างๆ ตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้

กิจกรรมกลุ่มเป็นการจัดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาคุณลักษณะของบุคคลในหลายๆ ด้าน ดังที่คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2546) ได้กล่าวถึงการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มว่าเป็นการนำเอาประสบการณ์ของแต่ละบุคคลมาแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน อันจะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการของแต่ละบุคคล และการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มซึ่งจะช่วยให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคลภายในกลุ่มได้ อีกทั้งกิจกรรมกลุ่มยังเป็นการพัฒนาผู้เรียนโดยการฝึกทักษะต่างๆ โดยกาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) ได้กล่าวว่ากลุ่มจะมีกิจกรรมฝึกการกล้าแสดงออก ฝึกความเป็นผู้นำ และฝึกการกล้าตัดสินใจ ซึ่งนำไปใช้ประโยชน์อย่างยิ่งในการเรียน การงานหรือวิชาชีพของนักเรียน นอกจากนี้การจัดกิจกรรมกลุ่มจะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน เช่นการร่วมมือในการทำงาน ความเป็นผู้นำ การเป็นผู้ตามที่ดี การเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม และยังฝึกทักษะในการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีอีกด้วย

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจจัดทำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยที่จะต้องตัดสินใจว่านักเรียนจะเลือกศึกษาต่อหรือประกอบอาชีพ เพื่อให้ให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงการตั้งเป้าหมาย การวางแผนทางการศึกษาและการประกอบอาชีพของตนเองในอนาคต โดยในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกนักเรียนที่มีคะแนนของมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพต่ำ และสนใจในการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อเป็นประโยชน์กับนักเรียนในการวางแผนทางการตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ได้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่สามารถนำไปใช้เพื่อเป็นแนวทางให้อาจารย์แนะแนวหรือนักจิตวิทยาในโรงเรียนนำไปพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งสร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และศึกษาผลของการใช้โปรแกรมฯ กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร ภาคต้น ปีการศึกษา 2551 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

ตัวแปรต้น คือ การใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ตัวแปรตาม คือ 1. การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การรู้จักตนเอง 2) การกำหนดเป้าหมาย 3) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ 4) การประเมินตนเอง 5) การได้รับข้อมูลป้อนกลับ

2. ความคิดเห็นของนักเรียนต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ข้อตกลงเบื้องต้น

มาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเป็นมาตรวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จากหนังสือ “7 กลยุทธ์สู่ความมั่งคั่งและความสุข” ของ Rohn (1986) และการศึกษาแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Bandura (1986) โดยมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพดังกล่าวสามารถวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ได้

นิยามศัพท์

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ หมายถึง โปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยอ้างอิงหนังสือ “7 กลยุทธ์สู่ความมั่งคั่งและความสุข” ของ Jim Rohn (1986) และแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Bandura (1986) และมีผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาการศึกษา และการแนะแนวคือ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม และ อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษาเป็นผู้ตรวจความตรงของโปรแกรมฯ ซึ่ง โปรแกรมดังกล่าวแบ่งการดำเนินการเป็น 16 ครั้ง

การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ หมายถึง กระบวนการที่ช่วยให้นักเรียนสามารถ พัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนได้ โดยมีองค์ประกอบดังนี้

1. การรู้จักตนเอง หมายถึง การที่นักเรียนได้ทราบถึงความถนัด ความสนใจ ทักษะและ บุคลิกภาพของตนเอง
2. การกำหนดเป้าหมาย หมายถึง การระบุถึงเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตนเอง ต้องการและยอมรับเป้าหมายที่ตนเองตั้งขึ้น ซึ่งควรเป็นเป้าหมายที่ลักษณะดังนี้
 - 2.1 มีความเฉพาะเจาะจง หมายถึง เป้าหมายมีความชัดเจนและระบุถึงสิ่งที่ต้องการ ให้เกิดขึ้น
 - 2.2 มีความท้าทาย หมายถึง การตั้งเป้าหมายให้สูงพอที่บุคคลจะใช้ความสามารถและความพยายามในการกระทำเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้
 - 2.3 มีความใกล้เคียงกับความเป็นจริง หมายถึง เป้าหมายที่มีความใกล้เคียงกับระดับ ความสามารถที่บุคคลนั้นจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้
 - 2.4 มีการวางแผนระยะสั้นและระยะยาว หมายถึง การกำหนดระยะเวลา และวางแผน ในการปฏิบัติทั้งระยะสั้นและระยะยาวเพื่อให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่นักเรียนกำหนด ขึ้นบรรลุผลสำเร็จได้

3. การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ หมายถึง การบริหารเวลา การมีความพยายามในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ และฝ่าฟันอุปสรรคในการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง

4. การประเมินตนเอง หมายถึง การเปรียบเทียบความสอดคล้องในการปฏิบัติของตนเองกับเป้าหมายที่ตนเองกำหนดไว้

5. การได้รับข้อมูลป้อนกลับ หมายถึง การได้รับข้อมูล ความคิดเห็นจากผู้อื่นที่แสดงถึงผลการปฏิบัติต่อเป้าหมาย เพื่อนำมาใช้ในการปรับปรุงการกระทำของตนเอง

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

ในการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าหลักการแนวคิดและทฤษฎีต่างๆ จากหนังสือ เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยจำแนกประเด็นการศึกษาดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย
2. แนวคิดเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย

ความหมายของการตั้งเป้าหมาย

นักจิตวิทยาและนักการศึกษาได้ให้คำจำกัดความความหมายของการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) ไว้ดังต่อไปนี้

Bandura (1977, 1986) กล่าวว่า การตั้งเป้าหมาย หมายถึง การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายหรือการกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลง ซึ่งทำใ้บุคคลทราบพฤติกรรมที่จะต้องกระทำอย่างชัดเจน และใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินเปรียบเทียบพฤติกรรมที่กระทำจริงกับพฤติกรรมที่กำหนดไว้ว่า พฤติกรรมนั้นมีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเช่นใด เพื่อใช้เป็นข้อมูลป้อนกลับในการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองทั้งทางบวกและทางลบต่อไป

Breman (1989) กล่าวว่า เป้าหมายคือการบอกถึงสิ่งที่เราจะทำให้สำเร็จ เป้าหมายเป็นจุดหมายปลายทางที่ต้องการ อันเกิดจากการปฏิบัติขององค์กรเป็นเครื่องกำหนดแนวทางและทิศทางในการทำงาน

Locke and Latham (1990) ให้คำจำกัดความของการตั้งเป้าหมายว่า การตั้งเป้าหมายเป็นเทคนิคที่ใช้ในการจูงใจผู้ปฏิบัติงานให้เกิดความพยายามในการทำงานเพื่อให้บรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่บุคคลต้องการ

Rouillard (1993) กล่าวว่า การตั้งเป้าหมายคือ การใช้ความพยายามเพื่อการไปสู่จุดหมายปลายทาง โดยการตัดสินใจด้วยตนเอง มีการวางแผนการและวิเคราะห์ห้วงค์ประกอบของเป้าหมาย

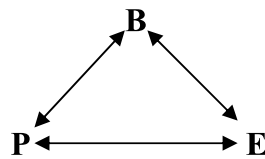
จากความหมายของการตั้งเป้าหมายที่ได้กล่าวมานี้สรุปได้ว่าการตั้งเป้าหมาย หมายถึง การกำหนดพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่ต้องการกระทำอย่างชัดเจน โดยมีการวางแผนตั้งจุดมุ่งหมาย ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้ได้วิธีการปฏิบัติตนที่ถูกต้องเหมาะสมและสำเร็จยังเป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้

ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย

กระบวนการตั้งเป้าหมายมีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเชิงพุทธิปัญญา (Social Cognitive Learning Theory) ซึ่งเป็นทฤษฎีของศาสตราจารย์เบนจามิน สแตนฟอร์ด ประเทศสหรัฐอเมริกา (สุรงค์ ใ้แก้วตระกูล, 2544) โดยเขามีความเชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเลียนแบบ จึงเรียกการเรียนรู้จากการสังเกตว่า “การเรียนรู้โดยการสังเกต” หรือ “การเลียนแบบ” และเนื่องจากมนุษย์มีปฏิสัมพันธ์ (Interact) กับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบๆ ตัวอยู่เสมอ Bandura อธิบายว่าการเรียนรู้เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมในสังคม ซึ่งทั้งผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน เบนจามินจึงเปลี่ยนชื่อทฤษฎีการเรียนรู้ของท่านว่า การเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) แต่ต่อมาได้เปลี่ยนเป็น การเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา (Social Cognitive Learning Theory) อีกครั้งหนึ่ง ทั้งนี้เนื่องจาก Bandura พบผลจากการทดลองว่า สาเหตุที่สำคัญอย่างหนึ่งในการเรียนรู้ด้วยการสังเกตคือ ผู้เรียนจะต้องเลือกสังเกตสิ่งที่ต้องการเรียนรู้โดยเฉพาะ และสิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่งก็คือ ผู้เรียนจะต้องมีการเข้ารหัส (Encoding) ในความทรงจำระยะยาวได้อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ ผู้เรียนต้องสามารถที่จะประเมินได้ว่าตนเลียนแบบได้ดีหรือไม่อย่างไร และจะต้องควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ด้วย (Metacognitive) Bandura (1986) จึงสรุปว่า การเรียนรู้โดยการสังเกตจึงเป็นกระบวนการทางการรู้คิดหรือพุทธิปัญญา (Cognitive Processes)

ความคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา

1. Bandura ได้ให้ความสำคัญของการปฏิสัมพันธ์ของอินทรีย์และสิ่งแวดล้อม และถือว่าการเรียนรู้ก็เป็นผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม โดยผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน Bandura ได้ถือว่าทั้งบุคคลที่ต้องการจะเรียนรู้และสิ่งแวดล้อมเป็นสาเหตุของพฤติกรรมและได้อธิบายการปฏิสัมพันธ์ ดังนี้



B = พฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งของบุคคล

P = บุคคล (ตัวแปรที่เกิดจากผู้เรียน เช่น ความคาดหวังของผู้เรียน ฯลฯ)

E = สิ่งแวดล้อม

ภาพที่ 1 แสดงการปฏิสัมพันธ์ทางพฤติกรรม(B) บุคคล(P) และสิ่งแวดล้อม(E)

ที่มา: สุรางค์ ไคว่ตระกูล (2544)

2. Bandura ได้ให้ความแตกต่างของการเรียนรู้และการกระทำ ถือว่าความแตกต่างนี้สำคัญมาก เพราะคนอาจจะเรียนรู้อะไรหลายอย่างแต่ไม่กระทำ เป็นต้นว่า นิสิตและนักศึกษาทุกคนคงจะทราบว่าการโกงในการสอบนั้นมีพฤติกรรมอย่างไร แต่นิสิตนักศึกษาเพียงน้อยคนที่จะทำการโกงจริงๆ Bandura ได้สรุปว่าพฤติกรรมของมนุษย์อาจจะแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

2.1 พฤติกรรมสนองตอบที่เกิดจากการเรียนรู้ ผู้ซึ่งแสดงออกหรือกระทำสม่ำเสมอ

2.2 พฤติกรรมที่เรียนรู้แต่ไม่เคยแสดงออกหรือกระทำ

2.3 พฤติกรรมที่ไม่เคยแสดงออกทางการกระทำ เพราะไม่เคยเรียนรู้จริงๆ

3. Bandura ไม่เชื่อว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจะคงตัวอยู่เสมอ ทั้งนี้เป็นเพราะสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ และทั้งสิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ตัวอย่างเช่น เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวก็คาดหวังว่าผู้อื่นจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่อตนด้วย ความคาดหวังนี้ก็จะส่งเสริม

ให้เด็กแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว และผลพวงก็คือว่า เด็กอื่น (แม้ว่าจะไม่ก้าวร้าว) ก็จะแสดงพฤติกรรมตอบสนองแบบก้าวร้าวด้วย และเป็นเหตุให้เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวยิ่งแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวมากยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นการย้ำความคาดหวังของคน แบบดูราสรุปว่า “เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว” จะสร้างบรรยากาศก้าวร้าวรอบๆ ตัว จึงทำให้เด็กอื่นที่มีพฤติกรรมอ่อนโยนไม่ก้าวร้าวแสดงพฤติกรรมตอบสนองก้าวร้าว เพราะเป็นการแสดงพฤติกรรมต่อสิ่งแวดล้อมที่ก้าวร้าว”

ประสบการณ์ทางกาย พัฒนาการทางสังคม การเลียนแบบที่ช่วยให้เด็กได้แสดงออกด้วยความมั่นใจ เป็นรากฐานสำหรับการรู้คิดในการตั้งเป้าหมายของการกระทำ เพราะเด็กมีโอกาสทำกิจกรรมเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมและคนรอบข้าง เลียนแบบ และกำหนดความมุ่งหมายของตนได้อย่างอิสระ

ประสบการณ์จากความต้องการทางกายเพื่อการมีชีวิตรอด ประกอบกับการเรียนรู้ทางสังคม ช่วยให้เด็กมีเป้าหมายของการกระทำ เมื่อมีวุฒิภาวะเพิ่มขึ้น ความต้องการนี้เปลี่ยนเป็นความต้องการแสวงหาประสบการณ์ด้วยความอยากรู้อยากเห็น ในวัยเด็กหรือราวอายุ 6 – 12 ขวบ ความต้องการแสวงหาประสบการณ์ประกอบวุฒิภาวะทางร่างกายและสติปัญญาที่เพิ่มมากขึ้น เด็กจะเริ่มใช้กระบวนการทางความคิดริเริ่มและไตร่ตรองประกอบการตัดสินใจกระทำมากขึ้น คำแนะนำและกำลังใจจากผู้ใหญ่ช่วยกระตุ้นให้เด็กรู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถกระทำสิ่งต่างๆ ได้ด้วยความมั่นใจ ในวัยนี้เองที่บุคคลได้เรียนรู้และยอมรับความคาดหวัง และเงื่อนไขของสังคมที่มีต่อตนมากยิ่งขึ้น

จากข้อมูลที่บุคคลได้เรียนรู้และยอมรับในศักยภาพแห่งตนในวัยเด็ก Lock (1990) เรียกว่าเป็นลักษณะ “การรู้เรา” คือ เป็นการเรียนรู้ข้อมูลที่เป็นเงื่อนไขส่วนบุคคลว่าเป็นข้อจำกัดต่อตนเองอย่างไร และการเรียนรู้ว่าสังคมหรือสิ่งแวดล้อมใดเป็นเงื่อนไขแก่ตนเอง และเป็นเงื่อนไขอย่างไรในความหมายเดียวกันกับการรับรู้ และยอมรับในความคาดหวังของสังคม เรียกว่าเป็น “การรู้เขา” การเรียนรู้ในลักษณะ “การรู้เขา” เช่นนี้จะดำเนินไปตลอดชีวิต ตามแนวคิดของ Lock อธิบายเกี่ยวกับกระบวนการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Process) ว่า การที่บุคคลจะกำหนดเป้าหมายที่มีประสิทธิภาพเหมาะสมกับตนเองได้นั้น ต้องอาศัยองค์ประกอบด้านความรู้ความเข้าใจ ในสองลักษณะข้างต้นยังไม่เพียงพอ แต่ยังต้องอาศัยความรู้ความเข้าใจในองค์ประกอบที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ “การรู้เรา” ในลักษณะของความเข้าใจในความต้องการของตนเองหรือรู้ว่าเป้าหมายที่แท้จริงของตนเองคืออะไร

Plaget และอีริกสัน (ดวงเดือน ศาสตราภักดิ์, 2535 อ้างใน พัฒนา พลอยประไพ, 2541) พิจารณาว่าตามระดับประสบการณ์ทางสังคมและวุฒิภาวะของพัฒนาการทางสติปัญญา เนื่องจากเป้าหมายเป็นนามธรรม บุคคลจะสามารถเข้าใจถึงเป้าหมายหรือความต้องการของตนเองอย่างแท้จริงได้ในช่วงอายุวัยรุ่น (13 – 17 ปี) เป็นต้น การที่บุคคลได้เรียนรู้แบบแผนชีวิตที่สมบูรณ์แบบ จากประสบการณ์ทางสังคมเมื่อนำมาคิดเปรียบเทียบกับตนเอง Adler (n.d.) กล่าวว่า เป็นการ กระตุ้นความรู้สึกต้องการความสมบูรณ์แบบ (Completion) ตามตัวแบบที่ได้พบเห็น จนเกิด ความรู้สึกด้อย(Inferiority) และเกิดความคาดหวังต่อความสัมฤทธิ์ผลในการกระทำของตน ความ คาดหวังต่อความสำเร็จที่เป็นเป้าหมายเช่นนี้ กระตุ้นให้เกิดความพึงพอใจ สนใจ และเพียรพยายาม หรือ ไปสู่ เป้าหมายนั้นๆ เป้าหมายจึงมีอิทธิพลซึ่งนำพฤติกรรม ทั้งนี้โดยมีกระบวนการสังคมประกิด (Socialization) ที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจเป้าหมายของตน เข้าใจและยอมรับเงื่อนไขทางสังคม และ ข้อจำกัดทางศักยภาพของตนเอง ความเข้าใจนี้ทำให้บุคคลมีความยืดหยุ่นต่อการเลือกและยอมที่จะ ปรับแนวทางปฏิบัติหรือแบบแผนชีวิตเพื่อให้บรรลุต่อเป้าหมายหนึ่งๆ ได้

องค์ประกอบของกระบวนการตั้งเป้าหมาย

ในด้านองค์ประกอบของกระบวนการตั้งเป้าหมายนั้น ได้มีนักจิตวิทยาและนักการศึกษาได้ อธิบายองค์ประกอบไว้ดังนี้

ปทุมมาศ พุทธิพันธ์รัตน์ (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า ในการทำงานใดๆ ก็ตาม ถ้าผู้ทำรู้สึก สนุกสนาน เพลิดเพลินกับงานก็จะทำให้ทำงานได้ดีและมีผลงานมากขึ้นด้วย มีคนจำนวนไม่น้อยที่ เข้าไปทำงานโดยไม่ได้มีการวางแผนการศึกษาและอาชีพล่วงหน้าและถ้างานนั้นไม่เหมาะกับตัวเอง แล้ว คนๆ นั้นย่อมไม่มีโอกาสได้ใช้ศักยภาพที่เขามีอยู่ และยังถือเป็นการสิ้นเปลืองทรัพยากรมนุษย์ โดยเปล่าประโยชน์ เหมือนกับผู้ที่เข้าเรียนต่อในระดับอุดมศึกษาหลังจากจบชั้นมัธยมศึกษาตอน ปลายโดยไม่ได้วางแผนอย่างรอบคอบมาก่อน จากนั้นก็เข้าสู่อาชีพทันที ไม่ได้สนใจว่าตนเองมี ศักยภาพที่โดดเด่นด้านใด เช่น มุ่งแต่จะหางานที่มีเงินเดือนสูง หางานง่าย หรือมีความมั่นคงมาก ที่สุดในระยะสั้น ไม่ได้มองว่าในระยะยาวตนเองจะมีความสุขกับงานที่ทำอยู่หรือไม่ หรือบางคนทำ ตามสิ่งที่ผู้อื่นคาดหวัง เช่น พ่อ แม่ เพื่อน โรงเรียน ก็อาจเป็นผลให้ไม่ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ ตนเองต้องการได้

ดังนั้น เมื่อต้องการเลือกศึกษาต่อหรือเลือกอาชีพการงานของตนเองในอนาคตแล้ว สิ่งที่สำคัญประการหนึ่งในกระบวนการตั้งเป้าหมายคือ การรู้จักตนเอง โดยต้องรู้ว่าตนเองมีความสนใจ มีความสามารถ ทักษะ รวมถึงบุคลิกภาพเป็นอย่างไร เพื่อที่จะสามารถเลือกอาชีพการงานให้มีความเหมาะสมกับตนเองได้

Hughes (1976 อ้างใน พัฒนา พลอยประไพ, 2541) อธิบายว่าเป้าหมาย (Goal) ที่ดีมีอิทธิพลสูงใจต่อการกระทำของบุคคล เป็นเป้าหมายที่เกิดจากความต้องการ (Needs) โดยบุคคลต้องมีการเข้าใจในวัตถุประสงค์ของความต้องการนั้น (Purpose) โดยปกติ พบว่า ความต้องการใด ๆ มักมีลักษณะสูงใจบุคคลสองลักษณะ คือ

1. เป็นความต้องการความพึงพอใจ จากการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายส่วนบุคคล (Motivation needs)
2. เป็นความต้องการหลีกเลี่ยงความไม่พึงพอใจจากสิ่งต่างๆ (Maintenance needs)

โดยกล่าวได้ว่า เป้าหมายช่วยให้บุคคลสามารถกำหนดแนวปฏิบัติสำหรับตนเองได้ชัดเจนมากขึ้น กล่าวคือ ทั้งในแง่ของบุคคลและองค์กรสามารถเข้าใจได้ว่าต้องหรือควรทำอะไร อย่างไร เมื่อบุคคลสามารถเข้าใจได้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่ควรทำและสามารถประเมินคุณค่าของสิ่งนั้นต่อการตอบสนองความต้องการของตนเองได้ Hughes อธิบายว่าความสัมฤทธิ์ผลตามเป้าหมายสามารถตอบสนองความต้องการของบุคคลให้เกิดความรู้สึกว่าตนประสบความสำเร็จได้ในระดับใดนั้น ขึ้นอยู่กับความถูกต้องเหมาะสมของเงื่อนไขในกระบวนการตั้งเป้าหมายต่อตัวบุคคล ทั้งนี้ โดยมีหลักการปฏิบัติขั้นพื้นฐานที่เป็นสากลในการกำหนดเป้าหมายให้มีประสิทธิผล 2 ประการคือ (Basic of Goal Setting Systems)

1. การวางแผน (Planning) หมายถึง กระบวนการกำหนด รวบรวม ประมวล ประเมิน ข้อมูลเพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจเลือกเป้าหมายหรือแนวทางปฏิบัติที่เรียกว่า เกณฑ์มาตรฐานส่วนบุคคล (Internal Standard)
2. การควบคุมกำกับให้มีการดำเนินงานตามแนวทางที่กำหนดไว้

สำหรับการวางแผนดำเนินงานในการกำหนดเป้าหมายทั้งสำหรับบุคคล หรือองค์กร พิจารณาได้จากองค์ประกอบที่เป็นความสามารถทางความคิดตามขั้นตอน ดังนี้

1. กำหนดเป้าหมายโดยระบุวัตถุประสงค์
2. ระบุความสำคัญของเป้าหมาย
3. วางแผนปฏิบัติการ
4. กำหนดเกณฑ์มาตรฐานสำหรับปฏิบัติและตรวจวัด
5. คະเนถึงปัญหาที่จะเกิดขึ้น
6. แสวงหาปัจจัยสนับสนุนต่อการบรรลุเป้าหมาย
7. นูรณาการเป้าหมายหรือความคาดหวังขององค์กรหรือสังคมและเป้าหมายหรือ ความคาดหวังส่วนบุคคลเข้าด้วยกัน
8. ประเมินและตรวจสอบปฏิบัติการ

จากการศึกษาองค์ประกอบของกระบวนการตั้งเป้าหมาย ตามแนวคิดของนักจิตวิทยาและ นักการศึกษาแล้ว ผู้วิจัยได้สรุปองค์ประกอบของกระบวนการตั้งเป้าหมายได้ดังนี้

1. การรู้จักตนเอง เป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ เนื่องจากการที่ บุคคลรู้จักความสามารถ ความสนใจ ความถนัด ทักษะและบุคลิกภาพของตนเอง จะเป็นปัจจัย สำคัญในการเข้าสู่กระบวนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง
2. การกำหนดเป้าหมาย ทำให้ได้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่มีความเหมาะสมกับ ระดับความสามารถของบุคคล รวมทั้งส่งผลให้บุคคลรู้สึกว่าเป็นผู้กำหนดและรับผิดชอบใน การตัดสินใจจึงส่งผลให้บุคคลนั้นยอมรับเป้าหมายและพยายามที่จะทำตามเป้าหมายให้สำเร็จ เพื่อ บรรลุเป้าหมายที่ตั้งขึ้น การที่บุคคลผูกมัดตนเองกับเป้าหมายยังทำให้เขาต้องรับผิดชอบและ ปรับปรุงผลการทำงานของตนเองให้มีความก้าวหน้าโดยเป้าหมายที่กำหนดควรมีคุณสมบัติ (Bandura, 1988) ดังนี้

2.1 มีความเฉพาะเจาะจง คือ เป็นเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ชัดเจน ไม่ควร สลับซับซ้อน และเน้นถึงสิ่งที่เราต้องการให้เกิดขึ้น เป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงจะช่วยให้เกิดแรง กระตุ้นและชี้แนะในการทำพฤติกรรมซึ่งส่งผลต่อความพึงพอใจในตนเอง และการรับรู้ ความสามารถของตนเอง และได้รับผลงานที่สูงกว่าการตั้งเป้าหมายโดยทั่วไป เนื่องจากเป้าหมาย

ที่มีความเฉพาะเจาะจงช่วยให้เกิดความชัดเจนในสิ่งที่บุคคลกำลังจะทำ ดังนั้นเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่กำหนดไว้จะต้องเป็นรูปธรรมว่าอะไรคือเป้าหมายที่กำลังจะทำ ทำไมต้องทำสิ่งนั้นในเวลานี้ และจะทำสิ่งนั้นได้โดยวิธีใด

2.2 มีความท้าทาย เนื่องจากระดับของเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีผลต่อปฏิกิริยาต่อตนเองและความพยายามที่ใช้ ดังนั้นเมื่อบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่มีความท้าทายบุคคลจะเกิดความพึงพอใจและความพยายามมากขึ้นและถ้าตั้งเป้าหมายสูงก็จะยิ่งเพิ่มความพยายามมากขึ้นในการทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

2.3 มีความใกล้เคียงกับความเป็นจริง คือ เป็นเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่มีความใกล้เคียงกับระดับความสามารถที่บุคคลนั้นสามารถจะกระทำไปประสบความสำเร็จได้ ซึ่งจะส่งผลให้เห็นถึงความก้าวหน้าในการกระทำตามเป้าหมายที่ได้กำหนดไว้ ซึ่งจะมีผลต่อแรงจูงใจคือ หากประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ จะทำให้เกิดความมุ่งมั่นและความพยายามเพิ่มมากขึ้น

2.4 มีการวางแผนระยะสั้นและระยะยาว เนื่องจากการวางแผนในการปฏิบัติจะทำให้บุคคลไปถึงเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่กำหนดไว้ได้ โดยการวางแผนจะต้องมีการกำหนดระยะเวลาในการปฏิบัติและวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาวไว้อย่างชัดเจน ซึ่งเป้าหมายระยะสั้นหมายถึง เป้าหมายที่สามารถทำให้บรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะสั้นจึงได้รับการแบ่งเป็นเป้าหมายย่อยให้บุคคลกระทำในช่วงเวลาสั้นๆ ส่วนเป้าหมายระยะยาว หมายถึง เป้าหมายซึ่งมีระยะห่างของเวลาระหว่างปัจจุบันกับสิ่งที่เป็เป้าหมายในอนาคตมาก บุคคลจึงไม่อาจประสบผลสำเร็จได้ในระยะเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะยาวเป็นการระบุเป้าหมายโดยภาพรวมตอนสุดท้ายให้บุคคลกระทำ ทั้งนี้ ประสิทธิภาพของเป้าหมายที่ควบคุมแรงจูงใจและการกระทำของบุคคลขึ้นอยู่กับระยะห่างของเวลาระหว่างปัจจุบันกับเป้าหมายในอนาคต หากแผนการในอนาคตห่างไกลจากปัจจุบันมากโดยไม่มีที่ตั้งเป้าหมายระยะสั้นร่วมด้วยส่งผลให้บุคคลขาดความกระตือรือร้นในการใช้ความพยายาม เนื่องจากผลจากเป้าหมายระยะยาวเป็นสิ่งที่ยาวนานเกินไปที่จะเป็นสิ่งที่ล่อใจที่มีประสิทธิภาพและชี้แนะการกระทำในขณะนั้น

3. การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ จะทำให้นักลเกิดความพยายามและความพากเพียรในการปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางไว้ (Latham and Lock, 1990) มีความอดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค รวมถึงการบริหารเวลา การรู้จักวางแผนและจัดสรรเวลาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง (Jim Rohn, 1986)

4. การประเมินตนเอง เป็นการเปรียบเทียบผลการปฏิบัติกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่กำหนดไว้ของตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่มีผลต่อแรงจูงใจในการกระทำตามแผนที่วางไว้ โดยทั่วไปบุคคลจะสร้างความพึงพอใจในตนเองด้วยการกระทำเป้าหมายให้บรรลุผลสำเร็จ บุคคลจึงใช้ความพยายามอย่างจริงจัง หากผลการกระทำของเขาต่ำกว่าเป้าหมาย แต่อย่างไรก็ตามการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายอาจนำไปสู่ความพึงพอใจชั่วขณะต่อจากนั้นผลของความสำเร็จก็จะกลายเป็นข้อมูลเกี่ยวกับระดับความสามารถของบุคคล และบุคคลจะจูงใจตนเองโดยการตั้งเป้าหมายใหม่ที่มีความท้าทายมากขึ้น

5. การได้รับข้อมูลป้อนกลับ ข้อมูลป้อนกลับที่แสดงว่าบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่กำหนดไว้หรือไม่ ถ้าบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายจะส่งผลให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะเพิ่มระดับเป้าหมายให้ท้าทายมากขึ้น ในทางตรงกันข้าม ข้อมูลป้อนกลับที่ระบุถึงความล้มเหลวก็ทำให้เขามีแนวโน้มลดระดับของเป้าหมายลง (Compbell, 1982) นอกจากนี้ ข้อมูลป้อนกลับยังช่วยให้บุคคลตัดสินใจได้ว่าควรปรับปรุงการกระทำของตนหรือไม่ ในลักษณะใด ข้อมูลดังกล่าวจึงคล้ายกับเป็นตัวควบคุมให้พฤติกรรมดำเนินต่อไป (Punnett, 1986) การได้รับข้อมูลป้อนกลับจึงทำให้นักลเกิดแรงจูงใจโดยผ่านกระบวนการเปรียบเทียบซึ่งเกิดขึ้นในตัวเอง จึงช่วยให้บุคคลตัดสินใจการกระทำของตนกับเป้าหมายได้ ทั้งนี้ข้อมูลป้อนกลับอาจอยู่ในรูปของคำพูด ข้อเขียน หรือการใช้กราฟแสดงข้อมูลการกระทำของบุคคล (Kazdin, 1984) เนื่องจากข้อมูลป้อนกลับเป็นข้อมูลที่แสดงถึงผลการกระทำของบุคคล จึงทำให้นักลทราบว่าสิ่งที่เขาทำได้ผลอย่างไร ดังนั้นข้อมูลป้อนกลับอาจเป็นตัวเสริมแรงหรือตัวลงโทษก็ได้

โครงสร้างของเป้าหมาย (Structure of Goal system)

ในการเสนอแนวคิดเรื่อง ทฤษฎีแห่งการกำกับตนเองด้วยปัญญา (Social cognitive of Self Regulation) Bandura เสนอแนวคิดเกี่ยวกับโครงสร้างของเป้าหมายต่อบทบาทการกำกับแรงจูงใจและการกระทำว่าเป็นเป้าหมายที่เป็นผลแห่งการกระทำและใกล้จะเป็นจริงทำให้เกิดความพึงพอใจระดับสูง หากการให้คุณค่าต่อเป้าหมายยังคงระดับเดิม ความพึงพอใจนี้จะมีบทบาทเสริมแรงต่อการ

กำกับตนเองมากขึ้น การบรรลุตามเป้าหมายเป็นข้อมูลย้อนกลับให้บุคคลรับรู้ถึงประสิทธิภาพแห่งตนชัดเจนขึ้น ข้อมูลนี้มีบทบาทล่อใจ (Incentive) และผลักดันให้บุคคลตั้งเป้าหมายระดับสูงขึ้นในครั้งต่อไป โดยปกติเป้าหมายที่ยังไม่บรรลุผลมีบทบาทเป็นสิ่งจูงใจ (Ongoing Motivation) ความพึงพอใจนี้มีอิทธิพลมากกว่าความพึงพอใจจากการประสบความสำเร็จ กล่าวคือ การรับรู้ความก้าวหน้าแต่ละขั้นมีบทบาทหล่อเลี้ยงความรู้สึกความพึงพอใจได้คงทนกว่าเมื่อประสบความสำเร็จ

จากแนวคิดโครงสร้างของเป้าหมายต่อบทบาทการกำกับแรงจูงใจและการกระทำ Latham and Lock (1990) นำมาใช้อธิบายสาเหตุประเด็นปัญหาที่ว่าสำหรับบุคคลที่มีความรู้ความสามารถใกล้เคียงกันแต่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ในระดับที่แตกต่างกันเป็นเพราะแรงจูงใจของการรับรู้ต่อเป้าหมายและการให้คุณค่าต่อเป้าหมายในแต่ละบุคคลแตกต่างกัน จากการศึกษางานวิจัย 400 ชิ้น Latham and Lock พบความสัมพันธ์ของเป้าหมายและคุณค่าของเป้าหมายต่อลักษณะปฏิบัติการ กล่าวคือ สำหรับเป้าหมายในระยะยาวความรู้สึกเป็นพันธะ (Commitment) ต่อเป้าหมายอย่างมั่นคงและในการเผชิญความยากลำบากต้องอาศัยทักษะทางความคิดในการปรับความอดทน ความพยายามไปตามระดับความยากง่ายของงาน เมื่อพิจารณาค่าของเป้าหมายต่อความรู้สึกเป็นพันธะสองลักษณะ คือ เป้าหมายที่บุคคลตัดสินใจเลือกเองจากการประเมินความต้องการ ความสามารถและเงื่อนไขของสังคมทำให้บุคคลตระหนักได้ว่าเป็นเป้าหมายนั้นมีความเป็นไปได้สูงกว่าเป้าหมายที่บุคคลอื่นกำหนดให้อย่างไม่คำนึงถึงความสอดคล้องตามระดับความต้องการ ความสามารถและเงื่อนไขทางสิ่งแวดล้อมอื่นๆ ของบุคคล เป้าหมายที่บุคคลเลือกเองจึงมีคุณค่าต่อความรับผิดชอบและเป็นพันธะมากกว่า นอกจากนี้ตามทฤษฎีการตั้งเป้าหมายของ Latham and Lock ยังพิจารณาเกณฑ์มาตรฐานในการปฏิบัติของแต่ละบุคคลเป็นเป้าหมายอยู่ในระยะสั้นที่นำไปสู่เป้าหมายใหญ่ในระยะยาว

ในการศึกษาความสัมพันธ์ของระดับความยากง่ายของเป้าหมายกับระดับความรู้สึกที่เป็นพันธะต่อเป้าหมาย พบว่า คนที่มีความรู้สึกเป็นพันธะต่อเป้าหมาย ทำให้บุคคลมีความพยายามที่จะยกระดับปฏิบัติการ เมื่อเขาพบว่าเป้าหมายนั้นยาก ขณะที่คนที่ไม่รู้สึกเป็นพันธะจะเกิดความท้อถอยและมักเลือกแต่เป้าหมายระดับที่ต่ำกว่าระดับความสามารถของตน โดยไม่สนใจต่อระดับความยากง่ายของแต่ละเป้าหมายที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นตลอดเวลา แต่จะคงระดับปฏิบัติการในระดับต่ำในแง่ของการศึกษาองค์กร พบว่า การเปิดโอกาสให้บุคคลมีส่วนร่วมในการกำหนดเป้าหมายช่วยกระตุ้นให้บุคคลร่วมรับผิดชอบในเป้าหมายสูงขึ้น ในลักษณะการแบ่งงานกันทำตามความสามารถซึ่งช่วยพัฒนาระดับทักษะให้บุคคลได้เป็นแนวทางการพัฒนาคน ด้วยการเปิดโอกาสให้ร่วมปฏิบัติการในเป้าหมายที่ท้าทาย องค์กรก็ตาม ข้อคำนึงที่สำคัญสำหรับบุคคลในการตัดสินใจเลือก

หรือมีบทบาทร่วมในเป้าหมายขององค์กรหรือของตนเองหรือไม่ เป็นผลมาจากการพิจารณาว่าเป้าหมายนั้นๆ มีความเป็นไปได้เพียงใด และในสิ่งที่เป็นไปได้ เป้าหมายใดที่ต้องการและตอบสนองความต้องการมากที่สุด

สำหรับบุคคลที่สามารถพบว่าปฏิบัติได้ ตามกฎเกณฑ์หรือสูงกว่าเกณฑ์ ที่คิดว่าสามารถทำให้บรรลุเป้าหมายระดับหนึ่ง ๆ ที่ตนเองกำหนดขึ้น บุคคลควรกำหนดเป้าหมายให้มีระดับสูงขึ้น แต่กรณีพบว่า แนวปฏิบัติต่ำกว่าเกณฑ์ที่ช่วยให้บรรลุเป้าหมาย บุคคลควรปรับระดับปฏิบัติการ กำหนดเป้าหมายจึงเป็นประโยชน์ต่อการกำกับตนเองในการกำหนดทิศทางและระดับปฏิบัติการ การกำหนดเป้าหมายจึงเป็นประโยชน์ต่อการกำกับตนเองในการกำหนดทิศทางและระดับปฏิบัติการที่ควรเป็น และเกิดความชัดเจนในการระบุลักษณะปฏิบัติการที่ทำให้เกิดความไม่พอใจ ซึ่งบุคคลควรหลีกเลี่ยง แบบคูรา กล่าวว่าการกำกับตนเองจึงเป็นองค์ประกอบเชื่อมโยงพฤติกรรมแสดงออกในปัจจุบันกับเป้าหมายที่เป็นผลแห่งการกระทำในอนาคต โดยอาศัยยุทธวิธี 3 ประการที่นำไปสู่เป้าหมาย คือ ความพยายาม (Effort) ความพากเพียร (Persistence) และการกำหนดวางแผนประพฤติปฏิบัติ และมีองค์ประกอบพื้นฐาน คือ ความรู้และทักษะ

โครงสร้างตามลำดับของระบบเป้าหมาย (Hierarchical Structure of Goal System)

ระบบของเป้าหมายเป็นเสมือนสิ่งชี้นำทิศทางและแรงจูงใจในการทำพฤติกรรม โครงสร้างเป้าหมายที่ได้รับการจัดลำดับขั้นแล้ว ทำหน้าที่ในการควบคุมแรงจูงใจอย่างใกล้ชิด รวมทั้งส่งเสริมเป้าหมายต่างๆ ไปที่ตั่งขึ้นให้มีความสำคัญและคุณค่า การทำงานของระบบเป้าหมายมีความเกี่ยวข้องกับกลไกการอ้างถึงตนเองด้วย (Self – referent) กล่าวคือ เป้าหมายซึ่งจัดลำดับเป็นเป้าหมายย่อยแล้ว ทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจได้จากการที่เขาประสบความสำเร็จตามเป้าหมายนั้น ลักษณะการดำเนินการเช่นนี้เป็นเสมือนรางวัลในตนเอง รางวัลจากความสำเร็จของบุคคลเป็นเครื่องแสดงให้เห็นถึงความก้าวหน้าในงานอันส่งเสริมแรงจูงใจในตนเอง (Bandura, 1988)

จากการที่การตั้งเป้าหมายมีผลต่อพฤติกรรม จึงทำให้มีผู้ศึกษาถึงสิ่งที่มีอิทธิพลต่อการตั้งเป้าหมายของบุคคล อันได้แก่ มโนทัศน์ทางสติปัญญา (Bandura, 1988) มโนทัศน์ทางปัญญาสามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

1. สติปัญญาได้รับการสันนิษฐานว่าเป็นทักษะที่เพิ่มขึ้นได้ (Incremental Skill) จากการเรียนรู้ความรู้ใหม่ๆ และการรับรู้ความสามารถของตนเอง บุคคลที่จัดอยู่ในกลุ่มนี้จะแสวงหางานที่

มีลักษณะท้าทาย ซึ่งทำให้เขามีโอกาสเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และพัฒนาความสามารถของตนเอง บุคคลจะเรียนรู้จากสิ่งที่เขาผิดพลาด ดังนั้น ความผิดพลาดจึงถูกมองว่าเป็นเรื่องปกติในด้านความสามารถ เขาเปรียบเทียบความก้าวหน้ากับงานของตนมากกว่าการนำผลงานของตนไปเปรียบเทียบกับผู้อื่น นอกจากนี้ความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากการใช้ความพยายามเอาชนะเป้าหมายที่ท้าทายก่อให้เกิดความภาคภูมิใจ ตรงกันข้ามกับความสำเร็จจากเป้าหมายที่ง่ายทำให้บุคคลเกิดความเบื่อหน่าย (Bandura, 1986)

2. สติปัญญาได้รับการสันนิษฐานว่า เป็นสิ่งที่คงที่ (Stable Entity) บุคคลที่จัดอยู่ในกลุ่มนี้มีลักษณะ หลีกเลียงจากงานที่เสี่ยงต่อความผิดพลาดและประเมินความสามารถโดยการนำผลงานของตนไปเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น เนื่องจากคุณภาพของผลงานเป็นสิ่งที่แสดงถึงความสามารถทางสติปัญญา เมื่อบุคคลรับรู้ว่ามีสติปัญญาเป็นสิ่งที่คงที่ เขาจึงเลือกงานที่เสี่ยงต่อความผิดพลาดน้อยที่สุด บางครั้งความพยายามก็เป็นหนทางหนึ่งซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสามารถแต่ก็อาจคุกคามบุคคลได้ หากการใช้ความพยายามอย่างสูงเป็นสิ่งที่ชี้ให้เห็นว่ามีความสามารถต่ำ ผลจากความพยายามที่ไม่สอดคล้องกับสิ่งที่เขาปรารถนาจะยิ่งทำให้บุคคลมีความท้อแท้กว่าเดิม (Bandura, 1988)

ความแตกต่างของการรับรู้โน้ตทัศน์ทางปัญญามีผลกระทบต่อกระบวนการตั้งเป้าหมายรวมทั้งปฏิกิริยาต่อตนเองซึ่งมีอิทธิพลต่อแรงจูงใจและการกระทำ ด้วยเหตุนี้ผู้เรียนซึ่งถือว่าความสามารถเป็นทักษะที่เพิ่มขึ้นได้ยอมเป็นแรงผลักดันให้เขามีแรงจูงใจในการเรียนรู้โดยไม่สนใจว่าตนมีความสามารถสูงหรือต่ำ เขาจะอดทนและเพิ่มความพยายามด้วยความเชื่อที่ว่าความพยายามเพิ่มความสามารถ ตรงกันข้ามกับผู้เรียนซึ่งรับรู้ว่ามีสติปัญญาเป็นสิ่งที่คงที่เมื่อเขาพบความล้มเหลว หรือเปรียบเทียบความสามารถของตนเองกับผู้อื่นจะทำให้เขาหมดกำลังใจ (Schunk, 1990)

กลไกการทำงานของเป้าหมาย (Goal Mechanisms)

บุคคลที่ต้องการให้เป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้นั้นบรรลุผลสำเร็จจะต้องทุ่มเท ใจให้เวลากับเป้าหมายของตนตลอดจนเอาใจใส่ในการทำกิจกรรมต่างๆ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ยิ่งเป้าหมายยากเท่าไรยิ่งทำให้การปฏิบัติงานดีขึ้นเท่านั้น ทั้งนี้บุคคลนั้นต้องมีความรู้ความสามารถเพียงพอ และเป้าหมายจะจูงใจให้บุคคลใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ โดยเป้าหมายที่ยากจะช่วยให้ใช้เวลาในการทำงานที่ยาวนาน อีกทั้งเป้าหมายที่ชัดเจนและแน่นอนจะทำให้บุคคลมีความตั้งใจต่อการแสดงพฤติกรรมอีกด้วย (Locke and Latham, 1990) ในทำนองเดียวกัน ในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษานักเรียนจึงต้องมีความพยายาม ใฝ่ใจ มุ่งมั่นและไม่ย่อท้อต่อปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ ใน การเรียน อันจะส่งผลให้นักเรียนสามารถบรรลุผลสำเร็จตามที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ได้

ผลจากกลไกการตั้งเป้าหมาย

Bandura (1986) ได้กล่าวถึงการตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรม มีผลหลายประการ ดังนี้

1. ผลต่อแรงจูงใจ องค์ประกอบของเป้าหมายที่มีผลต่อแรงจูงใจ ได้แก่

1.1 อิทธิพลจากปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self – Reactive) การตั้งเป้าหมายสามารถเพิ่มแรงจูงใจโดยผ่านกระบวนการประเมินตนเอง การรับรู้ถึงความไม่สอดคล้องระหว่างผลการกระทำกับเป้าหมายที่ตั้งขึ้น ก่อให้เกิดปฏิกิริยาความไม่พึงพอใจในตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งกระตุ้นให้บุคคลมีการใช้ความพยายามมากขึ้น แรงจูงใจไม่ได้เกิดจากเป้าหมายโดยตรง แต่เป็นผลจากการที่คนตอบสนองต่อการประเมินพฤติกรรมของตนเอง

กระบวนการประเมินตนเองเป็นการเปรียบเทียบภายในซึ่งต้องอาศัยการตั้งเป้าหมายและข้อมูลที่เป็นผลการทำงานของบุคคล การประเมินตนเองเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อแรงจูงใจในการทำงาน โดยทั่วไปคนจะสร้างความพึงพอใจในตนเองด้วยการกระทำเป้าหมายให้บรรลุผลสำเร็จ บุคคลจึงใช้ความพยายามอย่างจริงจังหากผลการกระทำของเขาต่ำกว่าเป้าหมายเนื่องจากความไม่พึงพอใจ แต่อย่างไรก็ตามการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายอาจนำไปสู่ความพึงพอใจชั่วคราว ต่อจากนั้นผลของความสำเร็จก็จะกลายเป็นข้อมูลเกี่ยวกับระดับความสามารถของบุคคล บุคคลจะจูงใจตนเองโดยการตั้งเป้าหมายใหม่ที่มีความท้าทายมากขึ้น ดังนั้นจึงทำให้เกิดความไม่สอดคล้องครั้งใหม่ตามมา

รูปแบบความสัมพันธ์ ระหว่างการรับรู้ความไม่สอดคล้องและแรงจูงใจในการทำงาน ไม่ได้มีความสัมพันธ์กันเชิงเส้นตรง กล่าวคือ ผลการทำงานที่แตกต่างจากเป้าหมายอย่างมากเป็นสิ่งที่ทำให้คนหมดกำลังใจและเกิดความเบื่อหน่าย รวมทั้งการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำลง ตรงกันข้ามกับผลการทำงานที่ไม่สอดคล้องกับเป้าหมายที่ตั้งไว้ไม่มากทำให้บุคคลรับรู้ว่าเขาสามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมายได้

1.2 ข้อมูลป้อนกลับ การให้ข้อมูลป้อนกลับทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจโดยผ่านกระบวนการเปรียบเทียบซึ่งเกิดขึ้นใจตัวเอง จึงช่วยให้บุคคลตัดสินใจการกระทำของตนกับเป้าหมายได้ (Punnett, 1986) ข้อมูลป้อนกลับอาจอยู่ในรูปของ คำพูด ข้อเขียน หรือการใช้กราฟแสดงผลการกระทำของบุคคล (Kazdin, 1984) เนื่องจากข้อมูลป้อนกลับ เป็นข้อมูลที่แสดงถึงผลการกระทำ

ของบุคคล จึงทำให้เขาทราบว่าสิ่งที่เขาทำได้ผลอย่างไร โดยทั่วไป ข้อมูลป้อนกลับอาจเป็นตัวเสริมแรงหรือตัวลงโทษก็ได้ ในกรณีที่ข้อมูลป้อนกลับเป็นตัวเสริมแรง เมื่อบุคคลกระทำเป้าหมาย ย่อยให้บรรลุผลสำเร็จแล้ว จะทำให้เขามีความพึงพอใจและใช้ความพยายามในการทำงานต่อไป ส่วนข้อมูลป้อนกลับที่เป็นตัวลงโทษ เกิดขึ้นเนื่องจากบุคคลไม่สามารถกระทำเป้าหมายให้บรรลุผลสำเร็จได้ ข้อมูลที่แสดงถึงความล้มเหลวนี้ อาจทำให้บุคคลมีแรงจูงใจลดลงหรือยุติการใช้ความพยายามต่อไป

นอกจากนี้ ข้อมูลป้อนกลับบางประเภทยังบ่งบอกว่า การกระทำของบุคคลถูกหรือผิด จึงเป็นเสมือนข้อมูลป้อนกลับเพื่อแก้ไข (Corrective Feedback) ข้อมูลป้อนกลับเพื่อแก้ไอนั้นมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการเรียนรู้และการแสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง เนื่องจากข้อมูลดังกล่าวทำให้บุคคลพบว่าเขาจะแก้ไขความผิดพลาดให้ถูกต้องได้อย่างไร จากประสบการณ์ของการลองผิดลองถูก โดยที่บุคคลอื่นไม่มีบทบาทในการแก้ไขข้อผิดพลาดให้ถูกต้อง (Bandura, 1977) ในกรณีที่บุคคลได้รับข้อมูลแบบไม่มีข้อผิดเป็นการลดคุณค่าในตัวบุคคลหรือมองดูคล้ายกับผู้ให้ข้อมูลขาดความใส่ใจ ซึ่งส่งผลต่อแรงจูงใจ

ข้อมูลป้อนกลับมีบทบาทสำคัญในการตั้งเป้าหมายของบุคคล นั่นคือ ข้อมูลป้อนกลับที่แสดงว่าบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ทำให้เขามีแนวโน้มเพิ่มระดับเป้าหมายให้ท้าทายมากขึ้น ในทางตรงกันข้าม ข้อมูลป้อนกลับที่ระบุถึงความล้มเหลวก็ทำให้เขามีแนวโน้มลดระดับของเป้าหมายลง (Compbell, 1982) นอกจากนี้ ข้อมูลป้อนกลับยังช่วยให้บุคคลตัดสินใจได้ว่าควรปรับปรุงการกระทำหรือไม่ ในลักษณะใด ข้อมูลดังกล่าวจึงคล้ายกับเป็นตัวควบคุมให้พฤติกรรมดำเนินต่อไป (Punnett, 1986)

1.3 การตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง เป็นกระบวนการในการประเมินการกระทำด้วยตนเอง เนื่องจากบุคคลมีแนวโน้มที่จะตระหนักถึงระดับความสามารถของตนเอง ดังนั้นการตั้งเป้าหมายด้วยตนเองจะทำให้บุคคลสามารถตั้งเป้าหมายที่มีความเหมาะสมกับระดับความสามารถ รวมทั้งรู้สึกว่าเป็นผู้กำหนดและตัดสินใจด้วยตนเองจึงส่งผลทำให้บุคคลนั้นยอมรับเป้าหมายและใช้ความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายที่ตนเองได้ตั้งขึ้น นอกจากนี้การที่บุคคลผูกมัดตนเองกับเป้าหมายยังทำให้ต้องรับผิดชอบและปรับปรุงผลการทำงานของตนเองให้มีความก้าวหน้าด้วย (Hanafin, 1981)

ถึงแม้ว่าการตั้งเป้าหมายด้วยตนเองจะทำให้บุคคลสามารถคาดหวังผลกรรมที่จะเกิดขึ้น ภายหลังจากกระทำพฤติกรรมได้ แต่ถ้าบุคคลมีประสบการณ์ของความสำเร็จหรือความล้มเหลวใน การทำพฤติกรรมแตกต่างกัน การตั้งเป้าหมายด้วยตนเองอาจไม่สอดคล้องกับระดับความสามารถ ของเขาอย่างแท้จริงได้ คืออาจจะสูงหรือต่ำเกินไปซึ่งส่งผลต่อแรงจูงใจในการทำพฤติกรรม (Schunk, 1990) กล่าวคือผู้เรียนที่มีประสบการณ์ของความสำเร็จในการเรียนอาจกำหนดเป้าหมาย ต่ำกว่าระดับความสามารถซึ่งทำให้เขาขาดแรงจูงใจในการเรียนให้ดีขึ้น ในขณะที่ผู้เรียนที่มี ประสบการณ์ของความสำเร็จในการเรียนอาจกำหนดเป้าหมายให้สูงเกินกว่าความสามารถของ ตนเอง เมื่อเขาไม่สามารถกระทำเป้าหมายให้สำเร็จได้ ก็จะหมดกำลังใจ

โดยทั่วไป บุคคลไม่อาจหลีกเลี่ยงการกำหนดเป้าหมายจากบุคคลอื่นได้ แต่เป้าหมายที่ บุคคลอื่นกำหนดให้นั้นมีส่วนช่วยบุคคลที่ไม่สามารถตั้งเป้าหมายได้อย่างเหมาะสมสามารถตั้งเป้าหมายได้ อย่างสอดคล้องกับระดับความสามารถของตนเองยิ่งขึ้น โดยเฉพาะในสภาพการเรียนการสอนซึ่ง ผู้สอนเป็นผู้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนอย่างค่อนข้างสมบูรณ์ แต่ก็ยังเป็นเพียงการรับรู้ในภาพรวม เท่านั้นหากผู้สอนมีบทบาททั้งหมดในการตั้งเป้าหมาย ผู้เรียนจะมีความรู้สึกที่ไม่จำเป็นต้องยอมรับ ในเป้าหมายนั้นหรือรู้สึกเป็นภาระที่ต้องทำให้สำเร็จ แรงจูงใจในการเรียนหรือการทำงานจึงลดลง

การตั้งเป้าหมายด้วยตนเองเพียงลำพัง โดยปราศจากการได้รับข้อมูลป้อนกลับไม่อาจทำให้ เกิดแรงจูงใจได้ (Bandura and Cervone, 1983) เนื่องจากข้อมูลป้อนกลับจากการทำงานทำให้บุคคล รู้ว่าควรใช้ความพยายามในการทำงานมากน้อยเพียงใด เมื่อบุคคลไม่ประสบความสำเร็จตาม เป้าหมายเพราะใช้ความพยายามไม่เพียงพอ เขาจะยื่นหยัดในการทำงานต่อไปโดยอาจคงเป้าหมาย เดิมไว้ หรือปรับเป้าหมายให้ต่ำกว่าเดิมก็ได้

2. ผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง การตั้งเป้าหมายสามารถพัฒนาการรับรู้ ความสามารถของบุคคล โดยการนำเอาเป้าหมายมาเปรียบเทียบกับการกระทำพฤติกรรมของบุคคล ก่อให้เกิดข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับความสามารถ การตั้งเป้าหมายระยะสั้นมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่ง เพราะการบรรลุเป้าหมายย่อมแสดงให้เห็นว่าบุคคลมีความเชี่ยวชาญในระยะเวลาอันสั้น เขาจึงมี การรับรู้ความสามารถสูงขึ้น ตรงกันข้ามกับการตั้งเป้าหมายระยะยาว ซึ่งทำให้บุคคลเกิดความไม่ มั่นใจในความสามารถของตนว่าตนเองสามารถที่จะทำสำเร็จหรือไม่ ดังนั้นจึงควรมีการ ตั้งเป้าหมายระยะสั้นควบคู่กับการตั้งเป้าหมายระยะยาว

ความสัมพันธ์ระหว่างการตั้งเป้าหมายและการรับรู้ความสามารถมีผลต่อแรงจูงใจ เนื่องจากการบรรลุเป้าหมายที่ท้าทายทำให้บุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงขึ้น ซึ่งส่งผลต่อการใช้ความพยายามในการทำงานต่อไป นอกจากนี้ หากบุคคลต้องเผชิญกับความแตกต่างระหว่างเป้าหมายที่ท้าทายกับผลการกระทำของตน ในกรณีที่เขามั่นใจในความสามารถของตนเอง เขาจะใช้ความพยายามมากขึ้นและยืนหยัดในการทำงาน จนกระทั่งเขาบรรลุผลสำเร็จ (Bandura, 1988) ตรงกันข้ามกับบุคคลที่ไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง เมื่อต้องเผชิญเป้าหมายที่ท้าทาย เขาอาจจะหลีกเลี่ยงหรือล้มเลิกการทำงานนั้นได้

3. ผลต่อความสนใจในกิจกรรม (Intrinsic Interest) ความสนใจในกิจกรรมเป็นผลมาจากประสบการณ์ของความพึงพอใจในตนเองที่ได้รับจากการบรรลุตามเป้าหมายของบุคคล การตั้งเป้าหมายที่เปิดโอกาสให้บุคคลได้แสดงความสามารถและความพยายามในการลดความไม่สอดคล้องระหว่างการกระทำกับเป้าหมายมีผลต่อความสนใจในกิจกรรม อิทธิพลของเป้าหมายต่อความสนใจในกิจกรรมจึงเป็นผลมาจากประสิทธิภาพของโครงสร้างของเป้าหมาย (Bandura, 1988)

คุณสมบัติของเป้าหมาย

Bandura (1986) กล่าวว่า คุณสมบัติของเป้าหมายเป็นตัวกำหนดเงื่อนไขการกระทำ พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการใช้ความพยายาม และการจูงใจในการทำงาน ซึ่งคุณสมบัติของเป้าหมายนี้คือ

1. ควรเป็นเป้าหมายที่มีลักษณะเฉพาะเจาะจง คือ เป้าหมายที่กำหนดขึ้นอย่างชัดเจนว่า พฤติกรรมใดที่บุคคลต้องทำ และควรปฏิบัติอย่างไร เป้าหมายนี้จะทำให้เกิดแรงกระตุ้นและชี้แนะในการกระทำพฤติกรรม ซึ่งส่งผลต่อความพอใจในตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเอง

2. ควรเป็นเป้าหมายที่มีลักษณะท้าทาย ระดับของเป้าหมายมีผลต่อประสิทธิภาพของผู้ปฏิบัติเองและความพยายามที่ใช้ หากบุคคลทำงานที่ท้าทายสำเร็จตามเป้าหมายบุคคลนั้นจะเกิดความพอใจและพยายามมากขึ้น ในการตั้งเป้าหมายที่ท้าทายนี้ควรเป็นเป้าหมายที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงไม่ง่ายหรือไม่ยากจนเกินไป ซึ่งLock et al. (1981) สันนิษฐานว่าความสัมพันธ์ระหว่างระดับของเป้าหมายกับการกระทำพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กันเชิงเส้นตรง เนื่องจากยิ่งบุคคลตั้งเป้าหมายไว้สูงเขาจะยิ่งทำงานให้หนักมากขึ้นเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย และผลการทำงาาก็ดีกว่าการ

ตั้งเป้าหมายที่ไม่สูง แต่อย่างไรก็ตาม ความสัมพันธ์ดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อ บุคคลยอมรับในเป้าหมายและยังคงยืนหยัดอย่างหนักแน่นในการทำตามเป้าหมายนั้น (Bandura, 1988)

3. ควรเป็นเป้าหมายระยะสั้น การตั้งเป้าหมายลักษณะนี้มีผลต่อแรงจูงใจในของบุคคลและความคาดหวังในความสามารถของตนเอง เพราะเป้าหมายควบคุมการกระทำพฤติกรรมได้ใกล้ชิด ทำให้บุคคลได้พบกับความสำเร็จรวดเร็วขึ้น และได้ข้อมูลจากการปฏิบัติชัดเจนกว่า (Schunk, 1984) ทั้งนี้ควรมีการตั้งเป้าหมายระยะยาว เพื่อให้ทราบถึงจุดมุ่งหมายปลายทางที่ต้องการ

4. ควรเป็นเป้าหมายที่สอดคล้องกับความเป็นจริง เมื่อเป้าหมายที่ถูกกำหนดขึ้นมีระดับไม่เหมาะสมกับความสามารถของบุคคล เขาจะมีปฏิกิริยาตอบโต้ในลักษณะที่แตกต่างกัน โดยทั่วไปเขาจะค่อยๆ ปฏิเสธเป้าหมายที่เขาพิจารณาแล้วว่าไม่สามารถทำได้ แล้วตั้งเป้าหมายที่มีความเหมาะสมหรือใกล้เคียงกับความสามารถของเขาแทนที่ หากบุคคลล้มเหลวจากเป้าหมายที่สูงเกินไป เขาอาจยกเลิกการทำกิจกรรมนั้นๆ ท้ายที่สุด เขาจะรับรู้เป้าหมายนั้นไม่มีความสำคัญสำหรับเขา

คุณสมบัติของการตั้งเป้าหมายนี้ ได้สนับสนุนลักษณะของการตั้งเป้าหมายที่ดีว่า ในการกำหนดเป้าหมายที่ดีนั้นต้องคำนึงถึงความเฉพาะเจาะจง ความท้าทายของการกำหนดเป้าหมาย รวมถึงความเป็นไปได้ของการตั้งเป้าหมาย ความสามารถของตนเอง และการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนมากขึ้นมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นได้

ประโยชน์ของการตั้งเป้าหมาย

จากงานวิจัยของ Locke and Latham (1990) พบว่า ผลที่น่าเชื่อถือได้มากที่สุดจากการตั้งเป้าหมาย คือ การเพิ่มผลผลิตในงานหรือการปรับปรุงคุณภาพงานและก็ยังประโยชน์อื่นๆ ตามมา เช่น ประการแรก การทราบผลที่คาดว่าจะได้รับของงาน ประการที่สอง ช่วยลดความเบื่อหน่ายในการเรียน ซึ่งการตั้งเป้าหมายที่ยากแต่สามารถบรรลุผลได้ช่วยทำให้เกิดความท้าทายในการเรียนหรือการทำงานเมื่อนักเรียนได้บรรลุเป้าหมายที่ตนตั้งไว้และมีข้อมูลป้อนกลับที่ชี้ถึงความสำเร็จในเป้าหมายเหล่านั้นจะช่วยให้นักเรียนรู้สึกชอบในการทำงานขึ้นนั้นมากขึ้นและมีความพึงพอใจในผลการปฏิบัติงาน

Locke and Latham (1990) กล่าวว่า ข้อมูลป้อนกลับที่เกี่ยวกับความสำเร็จตามเป้าหมายจะทำให้ให้นักเรียนเกิดความภูมิใจในตนเองและเป็นที่ยอมรับจากทั้งเพื่อนและอาจารย์ ซึ่งอาจจะสร้างให้เกิดการแข่งขันกันระหว่างนักเรียนด้วยกัน อันจะส่งผลให้การปฏิบัติงานที่ดีขึ้นและการตั้งเป้าหมายที่มีลักษณะของการมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมายนั้นมีผลต่อการยกระดับการปฏิบัติงานและเพิ่มความสามารถแก่ผู้ปฏิบัติงานได้ โดยการมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมายช่วยให้นักเรียนเหล่านั้นมีความมั่นใจว่าจะสามารถบรรลุเป้าหมายนั้นๆ ได้

อิทธิพลของเป้าหมายมีผลต่อความสำเร็จในการศึกษาของนักเรียน

อิทธิพลของเป้าหมายที่มีผลต่อความสำเร็จในการศึกษาของนักเรียน Locke and Latham (1990) ได้กล่าวถึงดังต่อไปนี้

1. เป้าหมายทำให้นักเรียนต้องใช้ความพยายามและเพิ่มความพยายามมากขึ้น
2. เป้าหมายกระตุ้นให้นักเรียนมีความอดทนในการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียนได้ดีขึ้น
3. เป้าหมายทำให้นักเรียนมุ่งความสนใจไปที่กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมาย
4. เป้าหมายทำให้นักเรียนนำความรู้หรือทักษะที่มีอยู่แล้วมาใช้เพื่อความสำเร็จ
5. เป้าหมายจูงใจให้นักเรียนค้นหาวิธีและวางแผนในการศึกษาที่เหมาะสม
6. เป้าหมายช่วยเป็นแนวทางในการเพิ่มผลงานหรือคุณภาพในการศึกษาให้มากขึ้น
7. เป้าหมายทำให้นักเรียนทราบถึงคุณภาพในการทำงานหรือการศึกษาของตน
8. เป้าหมายระดับสูงทำให้นักเรียนเกิดความพึงพอใจในตนเองมากขึ้น

ผลจากการตั้งเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายระยะยาว

เป้าหมายระยะสั้น หมายถึง เป้าหมายที่สามารถทำให้บรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะสั้นจึงได้รับการแบ่งเป็นเป้าหมายย่อยให้บุคคลกระทำในช่วงเวลาสั้นๆ ส่วนเป้าหมายระยะยาว หมายถึง เป้าหมายที่มีระยะห่างของเวลาระหว่างปัจจุบันกับสิ่งที่เป็นเป้าหมายในอนาคตมาก บุคคลจึงไม่อาจประสบผลได้ในระยะเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะยาวเป็นการระบุเป้าหมายโดยภาพรวมค่อนข้างให้บุคคลกระทำ ในทฤษฎีเชิงปัญญาทางสังคม ประสิทธิภาพของเป้าหมายที่ควบคุมแรงจูงใจและการกระทำขึ้นอยู่กับระยะห่างของเวลาระหว่างปัจจุบันกับเป้าหมายในอนาคต (Bandura, 1988) หากแผนการในอนาคตห่างไกลจากปัจจุบันมาก โดยไม่มีการตั้งเป้าหมายระยะสั้นร่วมด้วย บุคคลจะขาดความกระตือรือร้นในการใช้ความพยายาม

เนื่องจากผลจากเป้าหมายระยะยาวเป็นสิ่งที่ยาวนานเกิดไปที่จะเป็นสิ่งล่อใจที่มีประสิทธิภาพและชี้แนะการกระทำในขณะนั้น นอกจากนี้เป้าหมายระยะยาวยังก่อให้เกิดการวางแผนการทำงานที่ไม่แน่นอน จึงมีการผลัดวันประกันพรุ่ง

แม้เป้าหมายระยะยาวจะมีบทบาทในการชี้นำทิศทางของการกระทำโดยทั่วไป แต่เป้าหมายระยะสั้นจะเป็นตัวกำหนดกิจกรรมที่บุคคลควรทำอย่างทันทีทันใดรวมทั้งความพยายามที่ใช้ด้วย การทำงานของเป้าหมายระยะสั้นเกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงในระหว่างการดำเนินการทุกขั้น (Bandura, 1988) นอกจากนี้เป้าหมายระยะสั้นยังทำให้สามารถมองเห็นขั้นตอนการดำเนินการได้อย่างเป็นลำดับขั้น ซึ่งเมื่อบุคคลตั้งเป้าหมายระยะสั้นในการทำงาน เขาย่อมพบความสำเร็จหรือล้มเหลวอย่างรวดเร็ว ข้อมูลจากการตั้งเป้าหมายระยะสั้นมีความชัดเจน ได้รับข้อมูลที่หลากหลายมากและบ่อยครั้ง ทำให้บุคคลเห็นความก้าวหน้าที่สัมพันธ์กับเป้าหมายของตน ข้อมูลที่แสดงถึงความสำเร็จพัฒนาแรงจูงใจของบุคคลที่ต่ำในตอนแรกให้สูงขึ้น (Manderlink and Harackiewicz, 1984) ด้วยข้อมูลเหล่านี้ บุคคลจะรับรู้ความสามารถของตนเอง และพัฒนาทักษะในเวลาต่อมา (Schunk, 1983) ในทางตรงกันข้าม ข้อมูลที่แสดงถึงความล้มเหลวอาจทำให้บุคคลเพิ่มความพยายามในการทำงานหรือมีแรงจูงใจในการทำงานต่ำลงก็ได้

การตั้งเป้าหมายระยะสั้นมีผลต่อแรงจูงใจในการทำงาน เนื่องจากเป้าหมายระยะสั้น ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่าเป็นสิ่งล่อใจและชี้นำการกระทำในเวลาอันรวดเร็ว จึงช่วยผ่อนคลายการรอคอยและภาวะที่น่าท้อใจ เพราะยังไม่ถึงเวลา (Lock and Latham, 1990) การประสบความสำเร็จจากเป้าหมายระยะสั้น บุคคลจะมีความพึงพอใจในตนเอง ซึ่งกลายเป็นการเสริมแรงและกระตุ้นให้เขาใช้ความพยายามต่อไป ในทางตรงกันข้าม การตั้งเป้าหมายระยะยาวไม่ทำให้เกิดพลังผลักดันในการทำกิจกรรมมากนัก เพราะมีความแตกต่างระหว่างสิ่งที่บุคคลกระทำในปัจจุบันกับเป้าหมายในอนาคตมากโดยทั่วไปในการทำงานมักกำหนดเป้าหมายระยะสั้นเป็นสัปดาห์ เป้าหมายระยะยาวประมาณ 3 เดือน อย่างไรก็ตาม การกำหนดอาจมีความแตกต่างได้ตามสถานการณ์และบุคคล

ความพึงพอใจในงานกับการกำหนดเป้าหมาย

ความพึงพอใจในงาน ตามความเห็นของล๊อค (Locke *et al.*, 1990) หมายถึง การประเมินผลการปฏิบัติงานในแง่ดีเมื่อเปรียบเทียบกับมาตรฐานของแต่ละคนจัดว่าเป็นความสัมพันธ์ของคนกับงานในแง่ของการประเมินความรู้สึกรู้สึกของตนเองต่องานที่ทำ ดังนั้นถ้างานที่ทำเป็นงานที่มีคุณค่าในความรู้สึกของเขา ก็จะทำให้มีความพึงพอใจในงานสูง

อย่างไรก็ตาม ความพึงพอใจในการเรียนก็เป็นสิ่งสำคัญเช่นกัน โดยหากนักเรียนมีความพึงพอใจในการเรียนแล้ว นักเรียนจะแสดงออกโดยการมาเรียนตรงเวลา ไม่ขาดเรียน ซึ่งจะส่งผลไปสู่การมีประสิทธิภาพในการเรียน ในทางตรงกันข้ามหากนักเรียนไม่พึงพอใจในการเรียนอาจจากการขาดเรียน ไม่สนใจเรียนในวิชาต่างๆ ซึ่งอาจทำให้ผลการเรียนของนักเรียนเหล่านั้นด้อยประสิทธิภาพลงได้

Locke (1990) กล่าวว่า เมื่อกำหนดเป้าหมายได้อย่างเหมาะสมแล้ว ความพึงพอใจในการเรียนจะสูงขึ้น กล่าวคือถ้านักเรียนมีความแตกต่างระหว่างเป้าหมายกับผลการเรียนที่ได้รับเพียงเล็กน้อย ความพึงพอใจในการเรียนก็จะสูงขึ้น ถึงแม้ว่าความพึงพอใจในการเรียนจะมีความสัมพันธ์กับผลการเรียนเพียงเล็กน้อย แต่ความพึงพอใจในการเรียนก็เป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง โดยเฉพาะในแง่ที่เกี่ยวข้องกับความผูกพันใจทั้งในแง่ของความผูกพันกับเป้าหมายและความผูกพันใจกับสถาบันการศึกษา โดยเชื่อกันว่าความพึงพอใจในการเรียนทำให้เกิดความผูกพันใจขึ้นมาได้ และผลจากการศึกษาภาคสนามพบว่า เมื่อกำหนดเป้าหมายที่บรรลุผลยากโอกาสที่จะสำเร็จตามเป้าหมายก็จะลดลง ความพึงพอใจในงานจึงต่ำลง แต่ผลผลิตภาพจะสูงขึ้น ส่วนอีกด้านหนึ่งนั้น ถ้าหากกำหนดเป้าหมายที่บรรลุผลง่าย ความพึงพอใจในงานจะสูงขึ้นแต่ผลผลิตภาพจะลดลง

แนวคิดเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม

ความหมายของกลุ่ม

Johnson (1997) กล่าวว่า กลุ่มต้องประกอบด้วยบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยมีวัตถุประสงค์อย่างเดียวกัน มีการพึ่งพาอาศัยและมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีบทบาทในกลุ่ม และมีข้อตกลงที่สมาชิกสมาชิกในกลุ่มยึดถือและยอมรับ

Forsyth (1999) ให้ความหมายของกลุ่มว่า กลุ่มเป็นการรวมตัวของบุคคลตั้งแต่สองคนหรือมากกว่านั้น โดยมีการสื่อสารแบบเผชิญหน้ากัน (Face – to – Face) เนื่องจากกลุ่มเป็นระบบสังคมอย่างหนึ่ง ดังนั้นจึงมีการปฏิสัมพันธ์ต่อกันและพึ่งพาอาศัยกัน กลุ่มมีความหมายในเชิงจิตวิทยาด้วย เช่น การยอมรับระหว่างในกลุ่มและการแสดงออกซึ่งเอกลักษณ์เฉพาะตัวของสมาชิกจะส่งผลต่อทัศนคติและพฤติกรรมของสมาชิก นอกจากนี้กลุ่มจะต้องประกอบด้วยโครงสร้างความสัมพันธ์ของสมาชิกและโครงสร้างเชิงบทบาทและหน้าที่ในกลุ่ม

จากความหมายของกลุ่มที่ได้กล่าวมานี้สามารถสรุปได้ว่า กลุ่ม คือบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป มีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน โดยกระทำกิจกรรมบางสิ่งบางอย่างตามจุดมุ่งหมายที่สมาชิกในกลุ่มยึดถือและยอมรับเกณฑ์ปกติหรือข้อตกลงร่วมกัน สมาชิกแต่ละคนมีบทบาทในกลุ่ม และมีอิทธิพลต่อกัน

ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2542) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีการที่เน้นให้กระทำกิจกรรมร่วมกัน หรือมีการได้แสดงออกร่วมกันภายใต้จุดมุ่งหมายบางประการ เช่น ฝึกทักษะมนุษย์สัมพันธ์ ฝึกการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม การทำความเข้าใจตนเอง เป็นต้น และลักษณะของกิจกรรมส่วนใหญ่จะเป็นการสร้างการจัดให้สมาชิกกลุ่มมีประสบการณ์ร่วมกันและสร้างทัศนคติที่ดีงามต่อกันโดยมุ่งเน้นให้สมาชิกเรียนรู้ด้วยการกระทำ และขั้นสุดท้ายกิจกรรมจำเป็นต้องมีการติชม (Feedback) เพื่อให้สมาชิกเกิดการหยั่งรู้ (Insight) ด้วยตนเอง

คมเพชร นัตรสกุล (2546) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นการนำเอาประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการของแต่ละคน และมีการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยส่วนรวม การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มซึ่งจะช่วยให้เกิดการพัฒนาด้านบุคคล

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม คือการที่บุคคลมารวมกันเพื่อศึกษาประสบการณ์ของกลุ่มหลายๆ ฝ่าย ศึกษาพฤติกรรมความเป็นผู้นำ ผู้ตาม ความคิด ฝึกปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และมีการศึกษาจากประสบการณ์โดยผู้ศึกษาจะต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดขึ้น

สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่ม คือ กิจกรรมที่ให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน โดยสมาชิกได้มีการวางแผนร่วมมือกันทำงาน มีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ทำให้สมาชิกเกิดกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริงของแต่ละคน ซึ่งจะส่งผลให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ได้พัฒนาบุคลิกภาพด้านต่างๆ และทำงานบรรลุวัตถุประสงค์ของกลุ่มที่ตั้งเอาไว้ได้

จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

Johnson (1997) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มเป็นการพัฒนาบุคคลซึ่งมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน ประสบการณ์จากกลุ่มช่วยให้บุคคลสามารถปรับพฤติกรรมของตนเองได้เหมาะสมยิ่งขึ้น รู้จักการให้และการรับ รู้จักผ่อนคลายความขัดแย้ง และรู้จักร่วมมือในการแก้ปัญหา รวมทั้งร่วมกันสร้างสรรค์บรรยากาศที่อบอุ่นภายในกลุ่ม

คมเพชร นัตรสกุล (2546) และ ประพนอม เดชชัย (2531) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ คือ เข้าใจตนเองและเข้าใจบุคคลอื่นภายในกลุ่ม ซึ่งจะทำให้นักเรียนปรับตัวเข้ากับบุคคลในกลุ่มได้ เกิดการเรียนรู้เรื่องราวของตนเองได้ดีขึ้น เช่น รู้จักข้อบกพร่องของตนเอง หรือรู้ว่าตนเองเป็นอย่างไร เมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลในกลุ่ม โดยที่สมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรมร่วมกันยอมทำให้เกิดการเรียนรู้และรู้จักซึ่งกันและกันได้ดี ทราบข้อดีข้อเสียข้อบกพร่องของตนเองและคนอื่น อันจะเป็นแนวทางให้เกิดความรู้สึกรู้สึกเห็นอกเห็นใจกันและกัน คิดช่วยเหลือกัน ตลอดจนการปรับตัวเข้าหากันด้วย

2. เพื่อสร้างความเข้าใจบุคคลอื่น ซึ่งความเข้าใจในบุคคลอื่นจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา การทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของสมาชิกจะเปิดโอกาสให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ลักษณะต่างๆ ของแต่ละคนเป็นอย่างดี และประสบการณ์ที่จัดในกิจกรรมกลุ่ม จะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้การทำงานร่วมกัน เพราะไม่มีมนุษย์อยู่คนเดียวได้โดยไม่พึ่งพาอาศัยกัน ฉะนั้น การฝึกกิจกรรมกลุ่มในการเรียนการสอนจะช่วยให้บุคคลเข้าใจในเกี่ยวกับการทำงานและร่วมกันแก้ปัญหา

3. เพื่อให้สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ โดยกิจกรรมกลุ่มนอกจากจะอาศัยความรู้ความสามารถและประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนแล้ว สิ่งที่สำคัญและมีความหมายต่อความสำเร็จของกลุ่มเป็นอย่างดีก็คือ “ความร่วมมือ” ถึงแม้ว่า สมาชิกทุกคนจะมีความสามารถเป็นเลิศในด้านต่างๆก็ตาม แต่ถ้าขาดความร่วมมือที่ดีจะทำให้การทำงานของกลุ่มไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควรรวมถึงกิจกรรมกลุ่มเป็นการฝึกความรู้สึทางด้านคุณธรรมจริยธรรม ในระหว่างร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น ฝึกความรู้สึกดดัน ฝึกการยอมรับความคิดเห็นของส่วนรวม เป็นต้น สิ่งที่ได้จากกิจกรรมกลุ่มเหล่านี้จะไปช่วยพัฒนาบุคคลและสังคมต่อไป

จากจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าว สามารถสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มนั้นมีประเด็นสำคัญสามประการ คือ ประการแรกเพื่อให้บุคคลได้เข้าใจตนเองมากขึ้น ประการที่สอง เพื่อให้ได้เรียนรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคล และประการที่สาม เพื่อให้บุคคลสามารถทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มหรือเป็นทีมได้

ขนาดของกิจกรรมกลุ่ม

จำนวนสมาชิกในการจัดกิจกรรมกลุ่มนั้น จะส่งผลกระทบต่อปฏิสัมพันธ์ การสื่อสารและผลงานของกลุ่มด้วย ซึ่งเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มในการจัดกิจกรรม มีผู้ให้ความคิดเห็นดังนี้

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) ได้กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มทำงานไม่ควรเกิน 15 คน เพราะในกลุ่มที่มีสมาชิกมากเกินไปจนจำเป็น สมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนอาจจะรับผิดชอบทั้งหมดในขณะที่คนอื่นๆ รู้สึกขี้ใจที่ไม่มีการทำงานในกลุ่มไม่มีโอกาสที่จะใช้ทักษะที่ตนมีอยู่ แต่ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์

ทิพวรรณ กิตติพร (2535) กล่าวสรุปว่า ขนาดและจำนวนสมาชิกของกลุ่มจะมีมากน้อยเพียงใด ไม่ควรกำหนดไว้ตายตัว แต่ควรจะยืดหยุ่นไปตามความเหมาะสมโดยพิจารณาจากอายุของสมาชิก ชนิดของกลุ่ม สภาพของปัญหา ฯลฯ และยึดหลักให้เกิดความสอดคล้องและเหมาะสมอันที่จะนำไปสู่ประโยชน์แก่สมาชิกอย่างทั่วถึง

จำเนียร ช่วงโชติ และคณะ (2547) กล่าวว่า นักจิตวิทยานิยมศึกษากลุ่มขนาดเล็กที่มีสมาชิกไม่เกิน 15 คน เพราะจะทำให้ดูการเปลี่ยนแปลง การเคลื่อนไหวภายในกลุ่มของสมาชิกได้ง่าย ถ้ามีจำนวนมากเกินไป อาจจะทำให้สมาชิกไม่มีโอกาสได้แสดงความคิดเห็น หรือความต้องการของตนได้ครบถ้วน จะทำให้บรรยากาศของกลุ่มน่าเบื่อหน่าย สมาชิกขาดความสนใจ และอาจจะออกจากกลุ่มไปในที่สุด

บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2535) กล่าวว่าขนาดของกลุ่มนั้นที่มีขนาดเล็กก็มักจะมีความเห็นที่แน่นอนมากกว่ากลุ่มขนาดใหญ่ เพราะกลุ่มเล็กสามารถสื่อสารได้อย่างทั่วถึง ซึ่งตรงกันข้ามกับกลุ่มใหญ่และยังมีกลุ่มเล็กเกิดขึ้นในกลุ่มใหญ่ มีการแข่งขันในการกลุ่ม เพื่อแย่งผลประโยชน์ ความเห็นที่แน่นอนในกลุ่มจึงน้อยกว่า

จากข้อความดังกล่าวสรุปได้ว่า ขนาดของกิจกรรมกลุ่มนั้นไม่ควรเกิน 15 คน ซึ่งควรพิจารณาจากอายุ ชนิดของกลุ่ม รวมถึงสภาพของปัญหา และหากมีขนาดของกลุ่มมากเกินไป อาจทำให้สมาชิกไม่มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ดังนั้นผู้วิจัยจึงจัดขนาดของกลุ่มให้เป็นกลุ่มขนาดเล็ก โดยมีสมาชิกกลุ่มจำนวน 15 คน เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้อย่างทั่วถึง

เวลาและจำนวนครั้งในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

เนื่องจากการจัดกิจกรรมกลุ่มนั้น ต้องจัดให้เหมาะสมและสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย และวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม ซึ่งได้มีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับเวลา และจำนวนครั้งของการเข้ากลุ่มไว้ดังนี้

จันทิภา ลิ้มปิเจริญ (2522) กล่าวว่า เวลาที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มไม่ควรเกิน 60 – 90 นาที และควรจัดไม่เกินสัปดาห์ละ 2 ครั้ง หรือไม่เกิน 2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ซึ่งสอดคล้องกับ อารีรัตน์เจริญรัตน์ (2533) ที่กล่าวว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มขึ้นอยู่กับอายุของสมาชิกกลุ่ม ถ้าเป็นเด็ก

วัยรุ่นควรใช้เวลา 1 ชั่วโมง หากเป็นเด็กเล็กไม่ควรเกิน 30 นาที โดยจัดกิจกรรมกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง

ทศนา เขมมณี (2536) กล่าวว่า เวลาในการจัดกิจกรรมกลุ่มที่เหมาะสมควรเท่ากับ 60 นาที อย่างไรก็ตามอาจยืดหยุ่นได้ตามที่จำเป็น ซึ่งครูไม่ควรมองข้ามขั้นตอนของการอภิปราย เพราะเป็นขั้นที่สำคัญต่อการเรียนรู้มาก

ทิพวรรณ กิตติพร (2535) กล่าวว่า ระยะเวลาในการเข้ากลุ่มต้องคำนึงถึงความเหมาะสม โดยพิจารณาจากชนิดของกลุ่ม อายุของสมาชิก จุดมุ่งหมายของกลุ่ม ลักษณะของสมาชิก ฯลฯ ซึ่งจะสอดคล้องโดยตรงกับความถี่และระยะเวลาเพียงพอของการพบปะกับสมาชิกซึ่งจะขึ้นอยู่กับผู้นำ ต้องกำหนดเวลาให้เพียงพอกับการปฏิสัมพันธ์กัน ขณะเดียวกันก็พยายามไม่ให้มีเวลามากเกินไป

บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2535) กล่าวว่า iva ในกาหนดความถี่ และระยะในการเข้ากลุ่มนั้น ควรเป็นหน้าที่ของผู้นำกลุ่มที่จะต้องพิจารณาจากองค์ประกอบต่างๆ เช่น ชนิดของกลุ่ม อายุ สมาชิก และประสบการณ์ของผู้นำกลุ่ม

จากข้อความดังกล่าวสรุปได้ว่า ในการจัดเวลา และจำนวนครั้งในการจัดกิจกรรมกลุ่มนั้น ควรพิจารณาจากองค์ประกอบต่างๆ เช่น อายุ ขนาด จุดมุ่งหมายของกลุ่ม ลักษณะของสมาชิก รวมถึงประสบการณ์ของผู้นำกลุ่มด้วย ซึ่งในงานวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมกลุ่มสัปดาห์ละ 1 ครั้ง โดยใช้เวลาจัดกิจกรรมกลุ่มครั้งละ 50 นาที

กิจกรรมที่นำมาใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

กิจกรรมที่นำมาใช้ในการทำกิจกรรมกลุ่มมีหลายวิธีซึ่ง บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2535) และ กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) ได้กล่าวถึงการจัดกิจกรรมว่าในการจัดกิจกรรมกลุ่มมักจะใช้เทคนิคต่อไปนี้

1. เกม (Game) เป็นการจัดสถานการณ์สมมุติขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนได้เล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ ผู้เล่นจะต้องตัดสินใจกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดพฤติกรรมต่างๆ

2. บทบาทสมมุติ (Role Playing) วิธีนี้มีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมุติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมุติขึ้นมานั้นแล้วให้ผู้เรียนสวมบทบาทและแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์ และความรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลัก วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึก และพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้ง

3. กรณีตัวอย่าง (Case) ใช้ในกรณีหรือเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริงๆ นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างให้ผู้เรียนศึกษาวิเคราะห์ และอภิปรายกันเพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ปัญหา วิธีนี้จะช่วยให้ผู้รู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลอย่างถี่ถ้วน

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองหรือสร้างสถานการณ์ขึ้น วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามสถานการณ์จริง

5. ละคร (Action or Dramatization) คือ การให้ผู้เรียนทดลองแสดงบทบาทตามที่เขียนไว้ วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ในการทำ ความเข้าใจความรู้สึก เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่น

6. กลุ่มย่อย (Small Group) กลุ่มย่อยจะเปิดโอกาสให้นักเรียนทุกคนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้น การใช้กลุ่มย่อยมีหลายวิธีต่างๆ กันแล้วแต่ผู้จัดจะคิดได้ ที่นิยมกันมากก็มีกลุ่มระดมสมอง กลุ่มนกระจอกและนอกจากนี้การจัดกิจกรรมกลุ่มยังใช้เทคนิคกลุ่มแบบอื่นๆ เช่น การอภิปราย การสัมมนา เป็นต้น

บทบาทของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มจะได้ผลดีไม่น้อยเพียงใดนั้นส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้นำกลุ่ม หากกลุ่มมีผู้นำที่ดี กลุ่มก็ย่อมมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จมาก ทั้งนี้ Forsyth (1999) ได้กล่าวถึงบทบาทของผู้นำกลุ่มที่เอื้อต่อการดำเนินกิจกรรมกลุ่มให้มีประสิทธิภาพไว้ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1. มีวิสัยทัศน์พอสมควร เนื่องจากผู้นำกลุ่มจะต้องร่วมอภิปราย แสดงความคิดเห็นและแบ่งปันประสบการณ์ต่อกลุ่ม ดังนั้นจะเป็นการดีต่อสมาชิกกลุ่มในความน่าเชื่อถือตัวผู้นำอีกทั้งควรเป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงพอ คือสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์

2. มีความรู้ความสามารถ โดยเฉพาะในสิ่งที่ต้องการให้กลุ่มได้เรียนรู้ อันเป็นจุดประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และควรมีความรู้ความสามารถมากกว่าสมาชิกกลุ่ม

3. มีบุคลิกภาพดี กล่าวคือ มีความสามารถในการเจรจาที่นุ่มนวล สุภาพ มนุษย์สัมพันธ์ดี ความเป็นมิตร อ่อนน้อม อ่อนโยน มีความรับผิดชอบ สามารถฟังพาได้ มีการควบคุมตนเองได้ดี และสนับสนุนให้กำลังใจสมาชิกในการเรียนรู้ รวมทั้งสามารถเสนอความคิดใหม่ๆ ต่อกลุ่มได้

4. เป็นผู้เชี่ยวชาญ คือเชี่ยวชาญในความรู้ที่ต้องการให้กลุ่มเรียนรู้ ซึ่งสมาชิกจะยอมรับในตัวผู้นำกลุ่มเมื่อเขาสามารถพิสูจน์ตนเองให้เห็นว่า เขามีความรู้ในสิ่งที่ต้องการให้กลุ่มเรียนรู้จริง รวมทั้งผู้นำต้องสามารถเล่าประสบการณ์เพื่อให้กลุ่มเข้าใจ และเรียนรู้เห็นได้อย่างเป็นรูปธรรมด้วย

5. มีทักษะการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่ม คือให้สมาชิกมีการแสดงออกมากกว่าผู้นำ รวมทั้งอำนวยความสะดวกให้กลุ่มดำเนินงานไปได้ราบรื่น เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กลุ่มตั้งไว้

6. ความเป็นประชาธิปไตย เคารพความคิดเห็นของสมาชิกและไม่ใช้อำนาจให้กลุ่มเชื่อตามความคิดของผู้นำกลุ่ม

สมาชิกที่ดีควรจะมีความรู้และความเข้าใจในบทบาทหน้าที่ของตน โดยรู้ว่าตนต้องทำอะไรที่จะเอื้อให้เกิดการเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีประสิทธิภาพ

จันทิกา ลิมปิเจริญ (2522) และ ทิศนา แคมมณี (2536) กล่าวถึง บทบาทของสมาชิกกลุ่มที่จะต้องปฏิบัติซึ่งสรุปได้ ดังนี้

1. พยายามร่วมกิจกรรมทุกครั้งและยินดีปฏิบัติกิจกรรมด้วยความพร้อมและสมัครใจอย่างเต็มที่
2. พยายามค้นพบในสิ่งที่เรียนด้วยตนเองทุกครั้ง
3. ให้ความช่วยเหลือกันในกลุ่ม
4. พยายามใช้เหตุผลในการตัดสินใจปัญหาใดๆ อย่าตัดสินใจด้วยอารมณ์
5. แสดงความรู้สึกรักและความคิดอิสระต่อกลุ่มทุกครั้งที่มีโอกาส
6. สามารถวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นได้
7. มีความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
8. พยายามนำสิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น

นอกจากนี้ Johnson (1997) กล่าวถึง องค์ประกอบ 5 ประการที่เป็นพื้นฐานทำให้การดำเนินกิจกรรมกลุ่มมีประสิทธิภาพ สรุปได้ดังนี้

1. บรรยากาศภายในกลุ่มต้องมีลักษณะพึ่งพาอาศัยกันหรือถ้อยที่ถ้อยอาศัยซึ่งกันและกัน และเป็นไปในทางที่สร้างสรรค์
2. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มต้องมีส่วนสนับสนุนและให้กำลังใจในการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน
3. สมาชิกแต่ละคนตลอดจนทั้งกลุ่มต้องมีความรับผิดชอบในการร่วมทำกิจกรรมและรับผิดชอบต่อเป้าหมายของกลุ่ม
4. สมาชิกมีการแสดงออกด้านทักษะทางสังคมอย่างเหมาะสม
5. กระบวนการดำเนินกิจกรรมกลุ่มต้องมีประสิทธิภาพ

ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2535) กล่าวถึงประโยชน์ของการร่วมกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. ประโยชน์ต่อสมาชิกกลุ่ม การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีผลทำให้นักเรียนได้รับการตอบสนองความต้องการทางสังคม อาทิ ความต้องการที่จะเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ การยอมรับจากกลุ่ม อีกทั้งยังก่อให้เกิดพัฒนาการทางด้านต่างๆ เช่น

- 1.1 พัฒนาการทางด้านสติปัญญา
- 1.2 พัฒนาการทางด้านทักษะ อาทิ ด้านสังคม การค้นคว้า ด้านปัญหาและการทำงานกลุ่ม
- 1.3 พัฒนาการทางด้านเจตคติ

2. ประโยชน์ต่อผู้แนะแนวหรือผู้นำกลุ่ม ในฐานะผู้บริการแนะแนวซึ่งต้องจัดบริการให้กับนักเรียนเพื่อส่งเสริมและพัฒนา เพื่อป้องกันปัญหา เพื่อแก้ไขปัญหาให้นักเรียน ผู้แนะแนวที่ได้รับการฝึกฝนอบรมในเรื่องกลุ่มจะสามารถให้บริการนักเรียนเป็นกลุ่มเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมาย

ดังกล่าว นอกจากนี้พฤติกรรมบางอย่างจะไม่ปรากฏเมื่อบุคคลอยู่ตามลำพัง เมื่อเข้ามาอยู่ในกลุ่มจึงจะเห็นได้ เช่น ความเป็นผู้นำ

3. ประโยชน์ต่อโรงเรียนและชุมชน จากคำกล่าวข้างต้นว่านักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มย่อมมีพัฒนาการในตนเองอันจะเป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีคุณค่า เป็นผลผลิตที่มีคุณภาพของโรงเรียนและเป็นประชากรที่มีคุณภาพของชุมชนต่อไป ส่วนผลระยะสั้นที่ปรากฏ คือ ทำให้นักเรียนแก้ปัญหาได้ สามารถนำตนเองได้ ได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และสามารถใช้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ในการเรียนรู้

จากการศึกษาข้างต้น กิจกรรมกลุ่มเป็นการพัฒนาผู้เรียนที่วิธีหนึ่งซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และได้รับประสบการณ์ต่างๆ จากสมาชิกและผู้นำกลุ่มรวมถึงมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ของตน อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง ปรับปรุงและพัฒนาตนเอง ทั้งในด้านความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึกและพฤติกรรมเพราะกิจกรรมกลุ่มเป็นกิจกรรมที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นการเรียนรู้ด้วยการลงมือกระทำด้วยตนเอง ประกอบกับกิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนได้มีโอกาสฝึกทักษะในด้านต่างๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นอีกด้วย

หลักในการนำกิจกรรมกลุ่มมาใช้ในการเรียนการสอน

ทิสนา เขมมณี (2536) และ กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) ได้กล่าวถึง หลักในการนำกิจกรรมกลุ่มมาใช้ในการเรียนการสอน ซึ่งสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. ยึดสมาชิกกลุ่มเป็นศูนย์กลาง (Acting Participation) โดยให้สมาชิกมีโอกาสเข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างทั่วถึงและมากที่สุด
2. ยึดกลุ่มเป็นแหล่งความรู้ที่สำคัญ (Group Interaction) โดยเน้นให้สมาชิกมีโอกาสได้ปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่มได้พูดคุย ปรัชญาหรือแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ซึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมของตนและผู้อื่นได้ดี
3. ยึดการค้นพบด้วยตนเอง (Experiential Learning) ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญของการเรียนรู้ ทั้งนี้เพราะการค้นพบใดๆ จากประสบการณ์ของตนเองนั้นจะเข้าใจและจดจำได้ดีและมี

ความหมายโดยตรงกับสมาชิกกลุ่มและการค้นพบด้วยตนเองนี้ยังก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้มากกว่าการเรียนรู้จากคำบอกเล่าของผู้อื่นเพียงอย่างเดียว

4. เน้นกระบวนการควบคู่ไปกับผลงาน (Process – Oriented) โดยส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มได้คิดวิเคราะห์ถึงกระบวนการกลุ่มและกระบวนการต่างๆ ที่ทำให้เกิดผลงานมีใช้มุ่งแต่ผลงานเพียงอย่างเดียว

5. เน้นการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน (Application of Knowledge) ซึ่งช่วยให้การเรียนรู้มีความหมายมากขึ้น โดยส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสคิดค้นแสวงหาแนวทางที่จะนำความรู้ความเข้าใจที่ได้รับจากการเรียนไปใช้ในชีวิตประจำวัน

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในส่วนของงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยขอเสนองานวิจัยเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) ซึ่งประกอบด้วยงานวิจัยในประเทศ และงานวิจัยต่างประเทศดังต่อไปนี้

งานวิจัยในประเทศ

ยุทธนา อารักษ์พุทธรักษ์ (2548) ศึกษาความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า และการตั้งเป้าหมายของนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีเป้าหมายในการประกอบอาชีพแตกต่างกัน โดยมีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) เพื่อเปรียบเทียบความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า ระหว่างกลุ่มนักศึกษาที่มีเป้าหมายในการประกอบอาชีพแตกต่างกัน 2) เพื่อเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมาย ระหว่างกลุ่มนักศึกษาที่มีเป้าหมายในการประกอบอาชีพแตกต่างกัน 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า และการตั้งเป้าหมาย ของนักศึกษาที่มีเป้าหมายการประกอบอาชีพแตกต่างกัน โดยมีกลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2547 จำนวน 412 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 3 ชนิด คือ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 2) แบบวัดความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า 3) แบบวัดการตั้งเป้าหมาย ซึ่งสมมุติฐานการวิจัยมี 3 ข้อ คือ 1) นักศึกษาที่มีเป้าหมายในการประกอบอาชีพแตกต่างกัน มีความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้าแตกต่างกัน 2) นักศึกษาที่มีเป้าหมายในการประกอบอาชีพแตกต่างกันมีการตั้งเป้าหมายแตกต่างกัน 3) ความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการตั้งเป้าหมายของนักศึกษาผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ (1) นักศึกษาที่มีเป้าหมายในการประกอบอาชีพ

แตกต่างกันมีความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้าแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) นักศึกษานักศึกษาที่มีเป้าหมายในการประกอบอาชีพแตกต่างกันมีการตั้งเป้าหมายแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (3) ความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการตั้งเป้าหมายของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

รวรัชต์ บัณฑิตยารักษ์ (2547) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การทำหน้าที่ของครอบครัว อ้อมโนทัศน์ และการตั้งเป้าหมายกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โดยมีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การทำหน้าที่ของครอบครัว อ้อมโนทัศน์และการตั้งเป้าหมายกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 2) เพื่อศึกษาอำนาจในการทำนายของการรับรู้การทำหน้าที่ของครอบครัว อ้อมโนทัศน์ และการตั้งเป้าหมาย ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 แผนการเรียนวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 โรงเรียนสามัคคีวิทยาคม อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย รวมทั้งสิ้น 186 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 4 ชนิด คือ 1) แบบสอบถามลักษณะทางประชากรของกลุ่มตัวอย่าง 2) แบบวัดการรับรู้การทำหน้าที่ของครอบครัว 3) แบบวัดอ้อมโนทัศน์ 4) แบบวัดการตั้งเป้าหมายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยสรุปได้ว่า การรับรู้การทำหน้าที่ของครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ อ้อมโนทัศน์ การตั้งเป้าหมายและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนอ้อมโนทัศน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการตั้งเป้าหมายและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการตั้งเป้าหมายมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 นอกจากนี้การตั้งเป้าหมายยังสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ชัยบรรณ โวหารกล้า (2545) ได้ทำงานวิจัยเรื่อง “ผลของวิธีการตั้งเป้าหมายที่มีต่อการปฏิบัติลูก-นั่งของนักเรียนชายและหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของวิธีการตั้งเป้าหมายที่มีต่อการปฏิบัติลูก-นั่งของนักเรียนชายและหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนจี๋เหล็กพิทยาคม จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 120 คนได้มาจากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย ผู้เข้ารับการทดลองทุกคนได้รับการทดสอบการปฏิบัติลูก-นั่ง 1 นาที แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 40 คน หลังจากการทดสอบครั้งแรก 2 วัน ให้ทุกคนได้รับการทดสอบดังกล่าวอีกครั้งหนึ่งก่อนการทดสอบให้ผู้เข้ารับการทดสอบได้รับทราบคะแนนของการทดสอบในครั้งแรกและให้ตั้งเป้าหมายตามคำสั่ง ซึ่งมีความหมายเป็นแรงจูงใจที่

ผู้วิจัยกำหนด วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว วิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมแบบทางเดียว และเปรียบเทียบเป็นรายคู่โดยวิธี LSD ผลการวิจัยสรุปได้ว่า ความสามารถในการปฏิบัติถูก นิ่ง ภายหลังจากตั้งเป้าหมายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงในแต่ละกลุ่มเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ส่วนความสามารถในการปฏิบัติถูก นิ่ง ภายหลังจากตั้งเป้าหมายระหว่างนักเรียนชายและหญิงทั้งสามกลุ่ม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และความสามารถในการปฏิบัติถูก นิ่ง ของนักเรียนชายกลุ่มที่ตั้งเป้าหมายเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนหญิงที่ใช้วิธีการตั้งเป้าหมายแบบเดียวกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่กลุ่มการตั้งเป้าหมายด้วยวิธีอื่นๆ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

แสงอรุณ ประสบกาญจน์ (2542) ได้ทำงานวิจัยเรื่อง “ผลของการฝึกการตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์ที่มีต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3” โดยมีกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ่อพลอยรัชดาภิเษก จำนวน 60 คน ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 20 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการฝึกการตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์จากการทำกิจกรรมส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ กลุ่มที่ 2 ทำกิจกรรมส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์เพียงอย่างเดียว กลุ่มควบคุมเรียนตามปกติโดยไม่ได้รับการฝึกการตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์ และไม่ต้องทำกิจกรรมส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ผู้วิจัยทำการทดลองวัดความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกการตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์จากการทำกิจกรรมส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์สูงกว่ากลุ่มนักเรียนที่ทำกิจกรรมส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์เพียงอย่างเดียวและสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่เรียนตามปกติโดยไม่ได้รับการฝึกการตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์ และไม่ต้องทำกิจกรรมส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัลภา สบายยิ่ง (2542) ได้ทำงานวิจัยเรื่อง “ปัจจัยด้านการตั้งเป้าหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเอง และบุคลิกภาพที่ส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานของผู้จำหน่ายตรง” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบแบบจำลองของล็อก (Locke, 1990) ในความสัมพันธ์ระหว่าง 1) การตั้งเป้าหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเองกับผลการปฏิบัติงานของผู้จำหน่ายตรงและ 2) การตั้งเป้าหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเองกับผลการปฏิบัติงานของผู้จำหน่ายตรงเมื่อเพิ่มตัวแปรบุคลิกภาพและประสบการณ์ในการทำงาน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้จำหน่ายตรงที่ทำธุรกิจขายตรงกับบริษัทที่จำหน่ายสินค้าอุปโภคบริโภค จำนวน 443 คน การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้แบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรม SPSS PC+ ในการวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ผลการวิจัยสรุปได้ว่า (1) การตั้งเป้าหมายขององค์กรมีผลทางตรงต่อ

การรับรู้ความสามารถของตนเองและการตั้งเป้าหมายส่วนบุคคลและส่งผลทางอ้อมต่อผลการปฏิบัติงาน ส่วนการรับรู้ความสามารถของตนเองมีผลทางตรงต่อการตั้งเป้าหมายส่วนบุคคลและผลการปฏิบัติงานและการตั้งเป้าหมายส่วนบุคคลมีผลโดยตรงต่อผลการปฏิบัติงานแต่ไม่ส่งผลต่อการปฏิบัติงานด้านปริมาณ (2) การรับรู้ความสามารถของตนเองและการตั้งเป้าหมายส่วนบุคคลส่งผลทางตรงต่อผลการปฏิบัติงานด้านคุณภาพ นอกจากนี้การรับรู้ความสามารถของตนเองยังส่งผลทางอ้อมต่อผลการปฏิบัติงานโดยผ่านการตั้งเป้าหมายส่วนบุคคล ประสบการณ์การทำงานและเป้าหมายองค์กรส่งผลทางอ้อมต่อผลการปฏิบัติงานด้านคุณภาพผ่านการรับรู้ความสามารถของตนเองและการตั้งเป้าหมายส่วนบุคคล ส่วนปัจจัยด้านบุคลิกภาพไม่ส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานด้านคุณภาพ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และการตั้งเป้าหมายส่วนบุคคล (3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง บุคลิกภาพ และประสบการณ์ในการทำงานส่งผลทางตรงต่อผลการปฏิบัติงาน การตั้งเป้าหมายองค์กร บุคลิกภาพ และประสบการณ์ในการทำงานส่งผลทางอ้อมต่อผลการปฏิบัติงานด้านปริมาณ โดยผ่านทาง การรับรู้ความสามารถของตนเอง

พัฒนา พลอยประไพ (2541) ได้ทำงานวิจัยเรื่อง “ศึกษาการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาทิศทางของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ 2) เปรียบเทียบสหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ 3) เปรียบเทียบการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบคัดเลือกเข้าศึกษาในคณะวิศวกรรมศาสตร์ ในมหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 800 คน โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างเจาะจง เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามเรื่องการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลคือสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน, ฟิชเชอร์ซี และทดสอบค่าที ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้(1) การกำหนดเป้าหมายสัมพันธ์ทางบวกกับการกำกับตนเองในระดับที่ค่อนข้างสูงและมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (2) กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเอง และองค์ประกอบย่อยของการตั้งเป้าหมายกับการตั้งเป้าหมายและองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จตาม

องค์ประกอบดังต่อไปนี้ 1) ความสามารถในการเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมต่อการตัดสินใจเตรียมความพร้อมในการสอบกับการกำกับตนเอง 2) ความสามารถเข้าใจถึงอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมและสังคมที่มีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ กับการกำกับตนเอง 3) ความสามารถในการวางแผนกับการกำกับตนเอง และ 4) ความยืดหยุ่นในการกำกับตนเองกับการกำหนดเป้าหมาย และกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีการกำหนดเป้าหมายสูงกว่ากลุ่มนักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยต่างประเทศ

Zimmerman, Pona and Bandura (1992) ได้ร่วมกันศึกษาบทบาทของความเชื่อในความสามารถแห่งตน และการตั้งเป้าหมายของนักศึกษาที่มีต่อการจูงใจตนเองให้กำกับตนเองทางการศึกษาในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมปลายจำนวน 102 คน พบว่าการตั้งเป้าหมายมีบทบาทต่อการเอาใจใส่ในการศึกษาเพราะความรู้สึกที่เป็นพันธะต้องรับผิดชอบต่อความปรารถนาที่เป็นเป้าหมายและความชัดเจนในการรับรู้ความสามารถของตนมีอิทธิพลให้บุคคลตั้งเป้าหมายได้สูงขึ้น ต่อมาในปี 1994 ได้มีการศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องผลกระทบของการกำกับตนเองต่อความตั้งใจเรียนวิชาการเรียน ซึ่งเน้นศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 6 ประการ คือ 1) ความเชื่อในความสามารถแห่งตน 2) ความตั้งใจทางการศึกษา 3) การกำกับตนเอง 4) เป้าหมายทางการศึกษา 5) เกณฑ์มาตรฐานสำหรับการประสบความสำเร็จในวิชาการเขียน 6) ผลสอบจัดอันดับประกอบการพิจารณาคัดเลือกเข้าเรียน ผลการวิจัยพบว่าผลการสอบจัดอันดับประกอบการพิจารณาคัดเลือกเข้าเรียนต่อในระดับอุดมศึกษา (SAT Test) เป็นเกณฑ์สะท้อนความสามารถทางการศึกษาในโรงเรียน ไม่สัมพันธ์หรือมีอิทธิพลต่อการกำกับตนเองของบุคคลอย่างมีนัยสำคัญ แต่กลับพบว่าการรับรู้หรือความเชื่อในความสามารถแห่งตน ประกอบกับการกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาของบุคคลมีบทบาทช่วยให้บุคคลมีการกำกับตนเอง และนำไปสู่การประสบความสำเร็จในวิชาการเขียนระดับสูงขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้การฝึกฝนพัฒนาทักษะการเขียนต้องอาศัยการฝึกฝนซ้ำซากให้เกิดความชำนาญประกอบกระบวนการคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการนำเสนอ ความเชื่อมั่นในความสามารถและการรับรู้ในคุณค่าของเป้าหมาย จึงมีบทบาทเป็นแรงจูงใจให้เกิดความเพียรพยายามอดทน ทั้งนี้ เมื่อเปรียบเทียบความสามารถทางการเรียน จากผลการสอบ SAT พบว่า นิสิตที่มีผลการสอบ SAT ดีแต่ไม่อยู่ในสถานะที่สามารถใช้ความสามารถ อดทน พากเพียร สร้างสรรค์ได้อย่างเต็มที่กลับบรรลุเป้าหมายได้ ในระดับที่ต่ำกว่ากลุ่มนิสิตที่มีการสอบ SAT ระดับต่ำกว่า

Bandura and Cervone (1983) ได้ศึกษาผลการตั้งเป้าหมายที่จะจรรยาละระยั้ง ร่วมกับการให้ข้อมูลป้อนกลับซึ่งมีผลปฏิริยาต่อตนเองและแรงจูงใจในการทำงาน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนวิชาจิตวิทยาพื้นฐาน จำนวน 90 คน เพศชาย และเพศหญิงมีจำนวน 45 คนเท่ากัน การวิจัยจัดให้นักเรียนทำกิจกรรมในการออกกำลังกาย ซึ่งผู้วิจัยจัดนักศึกษาเข้ากลุ่มการทดลอง 4 กลุ่ม คือกลุ่มที่ 1 ตั้งเป้าหมายระยะสั้นและได้รับข้อมูลป้อนกลับว่าเขาออกกำลังกายได้กี่เปอร์เซ็นต์สูงหรือต่ำกว่าครั้งที่ผ่านมา กลุ่มที่ 2 ตั้งเป้าหมายระยะสั้นด้วยตนเองในการออกกำลังกาย กลุ่มที่ 3 ได้รับข้อมูลป้อนกลับในการออกกำลังกาย กลุ่มที่ 4 กลุ่มควบคุม ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษาในกลุ่มตั้งเป้าหมายระยะสั้นและได้รับข้อมูลป้อนกลับมีแรงจูงใจในการออกกำลังกายมีความพึงพอใจในตนเอง รวมทั้งมีความพยายามสูงกว่า กลุ่มที่ 2, 3, 4 กลุ่มตั้งเป้าหมายระยะสั้นด้วยตนเองและกลุ่มได้รับข้อมูลป้อนกลับเพียงอย่างเดียว มีความพึงพอใจและแรงจูงใจในการทำงานมากกว่ากลุ่มควบคุม

Tuckman (1992) ได้ศึกษาผลของเงื่อนไขในการทำงานอันได้แก่ การทำงานเป็นกลุ่ม การตั้งเป้าหมายและการควบคุม ที่มีต่อการปฏิบัติงานของนักศึกษาที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองแตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 จำนวน 126 คน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติงานกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง การทำงานเป็นกลุ่มสูงสุดเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มอื่น และนักศึกษาที่มีเงื่อนไขในการตั้งเป้าหมายมีผลสูงสุดต่อการปฏิบัติงานในกลุ่มที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำสุดเมื่อเปรียบเทียบกับเงื่อนไขอื่น ส่วนกลุ่มที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับสูงนั้นเงื่อนไขการควบคุมจะมีผลเป็นอย่างมาก

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมาย สามารถสรุปได้ว่า การตั้งเป้าหมายสามารถทำให้นักเรียนได้รับรู้ความสามารถของตนเอง เพื่อตั้งเป้าหมายได้เหมาะสมและสอดคล้องกับความสามารถของตน รวมถึงการตั้งเป้าหมายยังมีบทบาทเป็นแรงจูงใจให้เกิดความเพียรพยายามอดทนในการทำงาน ซึ่งเป็นผลให้เป้าหมายที่ตั้งไว้บรรลุผลสำเร็จได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้เสนอโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ซึ่งยังไม่มีผู้ใดศึกษาตัวแปรดังกล่าว

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าการเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนกลุ่มควบคุมจะมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม หลังจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าร่วม โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 3

วิธีการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร เป็นการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยมีการวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลองและมีการเปรียบเทียบคะแนนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 10 ห้องเรียน โดยแต่ละห้องเรียนมีนักเรียนประมาณ 50 คน ซึ่งมีการจัดชั้นเรียนแบบคละระดับความสามารถ

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร ปีการศึกษา 2551 จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน โดยวิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีการจับฉลากชั้นเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 มา 2 ห้องเรียนจากจำนวนห้องเรียนทั้งหมด 10 ห้องเรียน โดยสุ่มให้ห้องที่ 1 เป็นกลุ่มควบคุม และห้องที่ 2 เป็นกลุ่มทดลอง

2. ผู้วิจัยนำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไปวัดนักเรียนในห้องเรียนที่สุ่มมาทั้ง 2 ห้อง แล้วคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนจากมาตรวัดฯต่ำที่สุดของแต่ละห้อง ห้องละ 15 คน เพื่อเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

3. นักเรียนที่อยู่ในกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการเรียนการสอนตามปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวนได้เป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ซึ่งมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1. สร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยอ้างอิงหนังสือ 7 กลยุทธ์สู่ความมั่งคั่งและความสุขของ Jim Rohn (1986) และแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Albert Bandura (1986) มาเป็นกระบวนการของโปรแกรม ประกอบด้วย 1) การรู้จักตนเอง 2) การกำหนดเป้าหมาย 3) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ 4) การประเมินตนเอง 5) การได้รับข้อมูลป้อนกลับ

2. ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับการตั้งเป้าหมาย อาทิงานวิจัยเรื่อง“ความสัมพันธ์ระหว่างการตั้งเป้าหมายการเรียน การเรียนอย่างมีความสุข กับทัศนคติต่อวิชาชีพการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข” ของภัทริยา มาลาทอง (2545) และงานวิจัยเรื่อง“ศึกษากำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ” ของพัฒนา พลอยประไพ (2541)

3. นำความรู้ที่ได้จากการศึกษาหนังสือ และงานวิจัยดังกล่าวมาสร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพจำนวน 16 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยมีรายละเอียดของโปรแกรมแต่ละครั้งประกอบด้วย 1) ชื่อกิจกรรม 2) แนวคิดของกิจกรรม 3)วัตถุประสงค์ 4)วิธีการดำเนินกิจกรรม 5) การประเมินผล และ6) สื่อการเรียนรู้ (รายละเอียดของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ดังปรากฏในภาคผนวก ค)

4. นำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความเหมาะสมของโปรแกรมในรายละเอียดต่างๆ ได้แก่ แนวคิด วัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการ การประเมินผล และสื่อการเรียนรู้

5. นำโปรแกรมที่ผ่านการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักแล้วนำเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม เพื่อรับฟังคำวิจารณ์และข้อที่ควรปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปแก้ไขตาม

6. นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 4 ท่าน คือ (1) ผศ.ชัชวาลย์ กุลโกวิท จากศูนย์บริการจิตวิทยาและแนะแนว โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (2) ผศ.กรกฏา นักร้อง จากภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (3) อาจารย์ณัฐนิชา รื่นบุญ จากศูนย์บริการจิตวิทยาและแนะแนว โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (4) อาจารย์วิมลพัทธ์ แสงบุศราคัม จากฝ่ายแนะแนว โรงเรียนปทุมคงคา ในการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหานั้นมีประเด็นในการพิจารณาดังต่อไปนี้ 1) กิจกรรมมีความเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน 2) กิจกรรมที่จัดมีความเหมาะสมครอบคลุมวัตถุประสงค์ครบถ้วน 3) ความต่อเนื่องของกิจกรรม 4) ความน่าสนใจของกิจกรรม 5) การประเมินผลมีความเหมาะสม และ 6) ข้อเสนอแนะเพื่อใช้ในการปรับปรุง แล้วรวบรวมข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 4 ท่าน นำมาแก้ไขโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยผู้วิจัยสรุปประเด็นหลักๆ ที่ต้องแก้ไขจากข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 4 ท่าน ได้ดังต่อไปนี้

1) ด้านภาษา ปรับภาษาในบางกิจกรรมให้มีความกระชับ และใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย

2) การนำเข้าสู่บทเรียน ปรับเนื้อหาในการเข้าสู่บทเรียนในบางกิจกรรมให้ตรงประเด็น และควรอธิบายให้นักเรียนเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแต่ละครั้งอย่างชัดเจน และมีความน่าสนใจ

7. ภายหลังจากแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญแล้ว นำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อพิจารณาอีกครั้งหนึ่งแล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขก่อนที่จะนำไปโปรแกรมฯ ไปทดลองกับกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 1 โครงสร้างของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
(รายละเอียดของวัตถุประสงค์ ตลอดจนกิจกรรม อยู่ในภาคผนวก ก)

องค์ประกอบ	วัตถุประสงค์	แผนกิจกรรม	ชื่อกิจกรรม
การรู้จักตนเอง	1. เพื่อให้ให้นักเรียนทำความเข้าใจการตั้งเป้าหมายก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	- การเรียนรู้ครั้งที่ 1	- ทดสอบก่อนเริ่มกิจกรรม
	2. เพื่อให้ให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันภายในกลุ่ม ทราบถึงลักษณะนิสัยของตนเองและเพื่อนในกลุ่ม	- การเรียนรู้ครั้งที่ 2	- กิจกรรม “เรียนรู้เป้าหมายซึ่งกันและกัน”
	3. เพื่อให้ให้นักเรียนได้ฝึกการฟังและการจับประเด็น และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน อันเป็นพื้นฐานในการเข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลได้เป็นอย่างดี		
	4. เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจและตระหนักถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	- การเรียนรู้ครั้งที่ 3	- กิจกรรม “เป้าหมายสำคัญอย่างไรกับการศึกษาและอาชีพของนั้น”
	5. เพื่อให้ให้นักเรียนได้เรียนรู้วิถีคิดและวิธีการปฏิบัติตนของบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตได้เพราะการตั้งเป้าหมายชีวิตของตนเอง	- การเรียนรู้ครั้งที่ 4	- กิจกรรม “บุคคลตัวอย่าง”

ตารางที่ 1 (ต่อ)

องค์ประกอบ	วัตถุประสงค์	แผนกิจกรรม	ชื่อกิจกรรม
	6. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจทักษะของตนเอง	- การเรียนรู้ครั้งที่ 5	- กิจกรรม “ฉันมีทักษะด้านใดบ้างที่จะทำให้เป้าหมายของฉันสำเร็จ”
	7. เพื่อให้นักเรียนทราบถึงความสนใจและความถนัดของตนเอง	- การเรียนรู้ครั้งที่ 6	- กิจกรรม “อาชีพที่เหมาะสมกับฉัน”
การกำหนดเป้าหมาย	8. เพื่อให้นักเรียนได้นำข้อมูลเกี่ยวกับตนเองที่ได้เรียนรู้มาใช้กำหนดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองได้	- การเรียนรู้ครั้งที่ 7	- กิจกรรม “เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน”
	9. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ลักษณะการตั้งเป้าหมายที่ดี และได้ตรวจสอบเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ให้มีลักษณะที่เหมาะสม	- การเรียนรู้ครั้งที่ 8	- กิจกรรม “ลักษณะของเป้าหมายที่ดีเป็นอย่างไร”
	10. เพื่อให้นักเรียนได้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่นักเรียนสนใจ	- การเรียนรู้ครั้งที่ 9	- กิจกรรม “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ”
	11. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการวางแผนเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จในเป้าหมายที่ตั้งไว้	- การเรียนรู้ครั้งที่ 10	- กิจกรรม “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้”
การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้	12. เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการใช้เวลาที่เหมาะสมและสำรวจการใช้เวลาของตนเอง	- การเรียนรู้ครั้งที่ 11	- กิจกรรม “นาฬิกาชีวิต - นาฬิกาในฝัน”
	13. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความพยายามและการมีวินัยในการปฏิบัติตนตามแผนที่ได้วางไว้	- การเรียนรู้ครั้งที่ 12	- กิจกรรม “วินัยสำคัญอย่างไรกับเป้าหมายของฉัน”

ตารางที่ 1 (ต่อ)

องค์ประกอบ	วัตถุประสงค์	แผนกิจกรรม	ชื่อกิจกรรม
การประเมินตนเอง	14. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้แนวทางในการตรวจสอบตนเองถึงการปฏิบัติตนกับการวางแผนทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้	- การเรียนรู้ครั้งที่ 13	- กิจกรรม “การประเมินตนเอง ภายหลังจากที่ได้ทำตามแผน”
การให้ข้อมูล ป้อนกลับ	15. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการได้รับข้อมูลป้อนกลับ และมีแนวทางในการปรับปรุงการวางแผนของตนเองเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่นักเรียนตั้งไว้ได้	- การเรียนรู้ครั้งที่ 14 - การเรียนรู้ครั้งที่ 15	- กิจกรรม “ข้อมูลป้อนกลับสำคัญอย่างไร ต่อเป้าหมายของฉัน” - กิจกรรม “เรียนรู้เป้าหมาย เรียนรู้ตนเอง”
	16. เพื่อให้นักเรียนทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ภายหลังจากเข้าร่วม โปรแกรมฯ	- การเรียนรู้ครั้งที่ 16	- ทดสอบหลังสิ้นสุดกิจกรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 3 ชุดดังนี้

1. มาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
2. แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
3. แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย

1. มาตรฐานการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

มาตรฐานการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เป็นมาตรฐานที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นซึ่งวัดองค์ประกอบต่างๆ ดังนี้ 1) การรู้จักตนเอง 2) การกำหนดเป้าหมาย 3) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ 4) การประเมินตนเอง 5) การได้รับข้อมูลป้อนกลับ

โดยขั้นตอนในการสร้างมาตรฐานการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมาย หนังสือ 7 กลยุทธ์สู่ความมั่งคั่งและความสุข ของ Jim Rohn (1986) และจากแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Albert Bandura (1986)

1.2 ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมาย อาทิจานวิจัยเรื่อง“ความสัมพันธ์ระหว่าง การตั้งเป้าหมายการเรียน การเรียนอย่างมีความสุข กับทัศนคติต่อวิชาชีพการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข” ของภทรียา มาลาทอง (2545) และงานวิจัยเรื่อง“ศึกษาการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ” ของพัฒนา พลอยประไพ (2541)

1.3 จากการศึกษาเอกสาร หนังสือ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมาย ผู้วิจัยตั้งคำถามที่มีเนื้อหา และภาษา สอดคล้องกับองค์ประกอบต่างๆ ของการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ให้เหมาะสมกับ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เพื่อใช้สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

1.4 นำมาตรฐานการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่สร้างขึ้น จำนวน 60 ข้อ เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมทั้งเนื้อหา ข้อคำถาม และภาษาของแบบประเมิน เพื่อรับฟังการวิจารณ์และข้อที่ควรปรับปรุงแก้ไข แล้วนำไปแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

1.5 นำมาตรฐานการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ที่ปรับปรุงแก้ไขไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา โดยนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 4 ท่าน คือ 1) ผศ.ดร. อริยา กูหา จากภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี 2) รศ.ดร. ช่อถัดดา ขวัญเมือง จากภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม

จังหวัดนครปฐม 3) ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์ จากภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และ4) รศ.ดร. รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ในการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาที่ผู้เชี่ยวชาญได้พิจารณาถึงข้อคำถามมีความเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม พร้อมข้อเสนอแนะเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขข้อคำถาม แล้วรวบรวมข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 4 ท่าน นำมาแก้ไขมาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

1.6 ภายหลังจากแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญแล้ว นำมาตรการวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อพิจารณาแล้วนำไปแก้ไขปรับปรุงอีกครั้ง

1.7 นำมาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วมาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้การวิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item – total correlation) (ดังปรากฏในภาคผนวก) และหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบาค (Cronbach' Alpha Reliability Coefficients) กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมหารัชมงคล จำนวน 33 คน (1 ห้องเรียน) โดยนักเรียนกลุ่มดังกล่าวไม่ใช่ นักเรียนกลุ่มตัวอย่างได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.92 และหาค่าความเที่ยงตามองค์ประกอบต่างๆ ดังนี้

1.7.1 ค่าความเที่ยงด้านการรู้จักตนเอง	= .848
1.7.2 ค่าความเที่ยงด้านการกำหนดเป้าหมาย	= .768
1.7.3 ค่าความเที่ยงด้านการมีวินัยในการปฏิบัติ ตามแผนที่ได้วางไว้	= .831
1.7.4 ค่าความเที่ยงด้านการประเมินตนเอง	= .847
1.7.5 ค่าความเที่ยงด้านการได้รับข้อมูลป้อนกลับ	= .749

ลักษณะของมาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

มาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเป็นมาตรวัดที่มีลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) จากข้อคำถามเป็นข้อคำถามเชิงบวก โดยแบ่งช่วงคะแนน 1 – 5 คะแนนตามความมากน้อยของระดับความเป็นจริงของผู้ตอบในแต่ละข้อความนั้นๆ คือ เป็นจริงมากที่สุด

5 4 3 2 1 เป็นจริงน้อยที่สุด มีข้อคำถามทั้งสิ้นจำนวน 60 ข้อคำถาม ซึ่งประกอบด้วย 5 องค์ประกอบดังนี้

1. การรู้จักตนเอง หมายถึง การที่นักเรียนได้ทราบถึงความถนัด ความสนใจ ทักษะ และบุคลิกภาพของตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อคำถาม ได้แก่ ข้อที่ 1 -10

2. การกำหนดเป้าหมาย หมายถึง การระบุถึงเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตนเองต้องการและยอมรับเป้าหมายที่ตนเองตั้งขึ้น ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อคำถาม ดังนี้

2.1 มีความเฉพาะเจาะจง หมายถึง เป้าหมายมีความชัดเจนและระบุถึงสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้น ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ข้อคำถาม ได้แก่ ข้อที่ 11 -15

2.2 มีความท้าทาย หมายถึง การตั้งเป้าหมายให้สูงพอที่บุคคลจะใช้เวลาและความพยายามในการกระทำเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ข้อคำถาม ได้แก่ ข้อที่ 16 -20

2.3 มีความใกล้เคียงกับความเป็นจริง หมายถึง เป้าหมายที่มีความใกล้เคียงกับระดับความสามารถที่บุคคลนั้นจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้ ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ข้อคำถาม ได้แก่ ข้อที่ 21 -25

2.4 มีการวางแผนระยะสั้นและระยะยาว หมายถึง การกำหนดระยะเวลา และวางแผนในการปฏิบัติทั้งระยะสั้นและระยะยาวเพื่อให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่นักเรียนกำหนดขึ้นบรรลุผลสำเร็จได้ ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ข้อคำถาม ได้แก่ ข้อที่ 26 -30

3. การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ หมายถึง ความพยายามในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้และฝ่าฝืนอุปสรรคในการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อคำถาม ได้แก่ ข้อที่ 31 -40

4. การประเมินตนเอง หมายถึง การเปรียบเทียบความสอดคล้องในการปฏิบัติของตนเองกับเป้าหมายที่ตนเองกำหนดไว้ ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อคำถาม ได้แก่ ข้อที่ 41 -50

5. การได้รับข้อมูลป้อนกลับ หมายถึง การได้รับข้อมูลที่แสดงถึงผลการปฏิบัติต่อเป้าหมาย เพื่อนำมาใช้ในการปรับปรุงการกระทำของตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อคำถาม ได้แก่ ข้อที่ 51 -60

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนและการแปลผล

มาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีเกณฑ์การตรวจให้คะแนนเป็นรายข้อ โดยมีช่วงคะแนน 1 – 5 คะแนน ซึ่งให้คะแนนรายข้อตามความมากน้อยของระดับความคิดเห็นของผู้ตอบในแต่ละข้อความนั้นๆ คะแนนที่ได้รับจากการทดสอบนำมาแปลผล ดังนั้นผู้ที่ได้คะแนนจากมาตรวัดในระดับมากที่สุด ถือว่าข้อความนั้นมีความเป็นจริงมากที่สุด และผู้ที่ได้คะแนนจากมาตรวัดในระดับน้อยที่สุด ถือว่าข้อความนั้นมีความเป็นจริงน้อยน้อยที่สุด

เกณฑ์ในการตรวจให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนนมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ แบ่งเป็น 5 มาตรวัด โดยมีรายละเอียดของระดับคะแนนและความหมายของแต่ละมาตรวัดดังนี้

ความคิดเห็นในระดับ “เป็นจริงมากที่สุด”	ให้	5	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “เป็นจริงมาก”	ให้	4	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “เป็นจริงปานกลาง”	ให้	3	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “เป็นจริงน้อย”	ให้	2	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “เป็นจริงน้อยที่สุด”	ให้	1	คะแนน

2. แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมแต่ละครั้ง ลักษณะของแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนมีลักษณะที่เกี่ยวกับสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากกิจกรรมในแต่ละครั้ง โดยให้นักเรียนได้เขียนตอบเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้ สำหรับแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของ

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ จะผ่านการตรวจสอบความเหมาะสมจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญก่อนนำไปใช้ในการทดลอง (รายละเอียดของแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพดังปรากฏในภาคผนวก ค)

3. แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย

แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย โดยให้นักเรียนประเมินจากประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมทั้ง 16 ครั้ง รวมทั้งให้นักเรียนได้ประเมินผู้วิจัยโดยแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์ของโปรแกรมฯ โดยมีลักษณะข้อคำถามประเภทมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อคำถามจำนวน 30 ข้อ คำถามวัด 2 องค์ประกอบคือ 1) สอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึก และประสบการณ์การเรียนรู้ที่นักเรียนได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ครบทั้ง 16 ครั้งและสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อผู้วิจัย 2) นักเรียนให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเพื่อเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมฯ ให้แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายต่อไป

เกณฑ์ในการตรวจให้คะแนน

มีเกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย เป็นรายข้อ โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1 – 5 คะแนน ซึ่งให้คะแนนรายข้อตามความมากน้อยของระดับความคิดเห็น ความรู้สึก และประสบการณ์การเรียนรู้ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 แบ่งเป็น 5 มาตราวัด โดยมีรายละเอียดของระดับคะแนนและความหมายของแต่ละมาตรวัดดังนี้

ความคิดเห็นในระดับ “มากที่สุด”	ให้	5	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “มาก”	ให้	4	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “ปานกลาง”	ให้	3	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อย”	ให้	2	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อยที่สุด”	ให้	1	คะแนน

การดำเนินการทดลอง

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร เป็นการวิจัยกึ่งทดลองโดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีวิธีการดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากหัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนโพธิสารพิทยากร เพื่อขออนุมัติในการดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งมีนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เป็นกลุ่มตัวอย่าง และขออนุญาตในการใช้สถานที่ในการดำเนินการทดลอง

2. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองห้อง 5/9 และนักเรียนกลุ่มควบคุมห้อง 5/8 ทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

3. ผู้วิจัยนำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไปวัดนักเรียนทั้ง 2 ห้อง แล้วคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนจากมาตรวัดค่าที่ต่ำที่สุดของแต่ละห้อง ห้องละ 15 คน เพื่อเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

4. ผู้วิจัยดำเนินการนำโปรแกรมด้วยตนเองตามโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยดำเนินการกับนักเรียนกลุ่มทดลองห้อง 5/9 จำนวน 15 คน ในคาบวิชาแนะแนว โดยผู้วิจัยเริ่มการทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ตั้งแต่วันที่ 2 มิถุนายน 2551 ถึงวันที่ 8 กันยายน 2551 รวมทั้งสิ้น 16 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ตั้งแต่เวลา 10.00 น. – 10.50 น. ทุกวันจันทร์ ฤ ห้องแนะแนว ส่วน

นักเรียนกลุ่มควบคุมได้รับการเรียนการสอนในวิชากิจกรรมแนะแนวตามปกติ โดยอาจารย์ประจำวิชาแนะแนวเป็นผู้ควบคุม และดำเนินการสอนปกติ

5. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ทำแบบบันทึกประสบการณ์เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมแต่ละครั้ง เพื่อผู้วิจัยจะได้นำมาวิเคราะห์เนื้อหา และทราบถึงสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้ในแต่ละครั้ง

6. เมื่อผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยนำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนการทดลองมาวัดกับนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง (Post - Test) รวมทั้งให้นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย

7. นำคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม รวมทั้งนำข้อมูลจากแบบบันทึกประสบการณ์ของกลุ่มทดลองที่ได้จากโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมาวิเคราะห์เนื้อหา และสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรม

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้สถิติพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล

หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนน ต่อไปนี้

2.1 มาตรการวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้สถิติพารามตริก (Parametric Statistics) Paired – Samples t - test

2.2 จากมาตรการวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้สถิติพารามตริก (Parametric Statistics) Paired – Samples t- test

2.3 มาตรการวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง ซึ่งเป็นอิสระต่อกัน โดยใช้สถิติพารามตริก (Parametric Statistics) Independent – Samples t- test

3. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ต่อไปนี้

3.1 แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่ได้รับจากการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยสรุปและประเมิน สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมในแต่ละครั้งด้วยการบรรยาย

3.2 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย โดยการวิเคราะห์ข้อมูลค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เพื่อประเมินสิ่งที่นักเรียนได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมด้วยการบรรยาย

บทที่ 4

ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีนักเรียนในกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คน วัดตัวแปรตามคือ คะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ซึ่งนักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพทั้งหมด 16 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ตั้งแต่วันที่ 2 มิถุนายน 2551 ถึงวันที่ 8 กันยายน 2551 ผลการวิจัยจะนำเสนอในรูปแบบของตาราง แผนภูมิและการวิเคราะห์เนื้อหา โดยนำเสนอเป็น 4 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และผลการทดสอบสมมุติฐาน

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมแต่ละครั้ง

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพและต่อผู้วิจัยเมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรม 16 ครั้ง

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และผลการทดสอบสมมุติฐาน

ก่อนการดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยได้ทดสอบคุณสมบัติและความเท่าเทียมของการจัดกระทำของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองโดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent – Sample t - test)

กลุ่ม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	Sig.
กลุ่มทดลอง	15	176.20	16.81	.069	.946
กลุ่มควบคุม	15	175.73	20.29		

*Sig. < .05

จากตารางที่ 2 พบว่า ก่อนการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แสดงว่าก่อนการทดลองนักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีระดับความสามารถทางการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไม่แตกต่างกัน

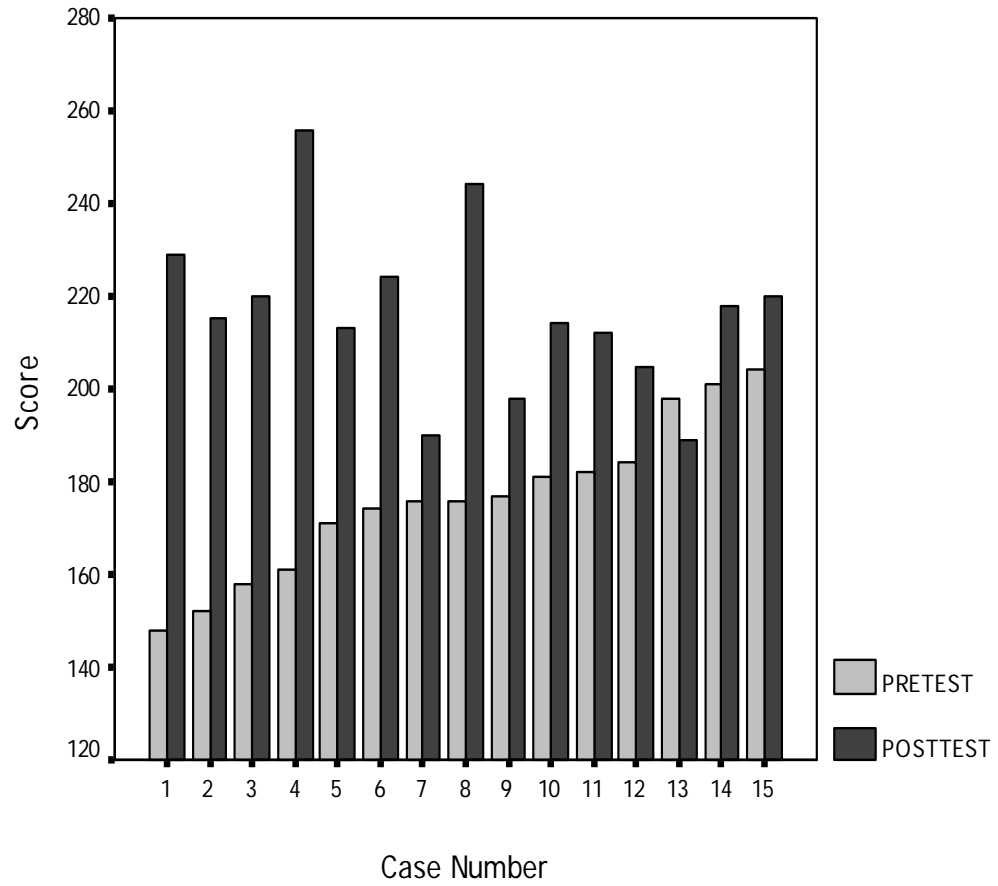
ภายหลังการดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยทดสอบความแตกต่างของคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เพื่อตรวจสอบสมมุติฐานของการวิจัย

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t - test)

กลุ่มทดลอง (N = 15)	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ผลต่างของ คะแนน	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐานของ ผลต่างคะแนน	t	Sig.
ก่อนการทดลอง	176.20	16.81				
หลังการทดลอง	216.47	17.99	40.27	28.86	5.40	.000*

*Sig. < .05

จากตารางที่ 3 พบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



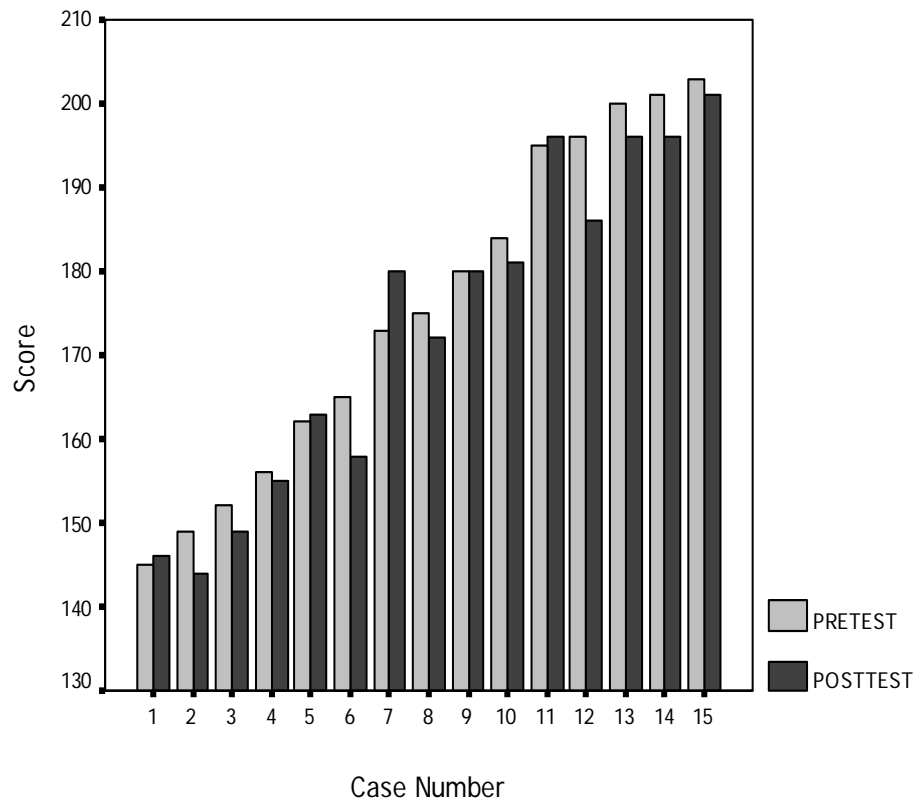
ภาพที่ 2 แผนภูมิแท่งแสดงคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t - test)

กลุ่มควบคุม (N = 15)	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ผลต่างของ คะแนน	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐานของ ผลต่างคะแนน	t	Sig.
ก่อนการทดลอง	175.73	20.29	2.20	4.02	2.11	.052
หลังการทดลอง	173.53	19.81				

*Sig. < .05

จากตารางที่ 4 พบว่า ภายหลังการฝึกหัด ฐโปแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพนักเรียนกลุ่มควบคุมได้รับการเรียนการสอนตามปกติโดยอาจารย์แนะแนวของโรงเรียน พบว่านักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ภาพที่ 3 แผนภูมิแท่งแสดงคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ตารางที่ 5 การเปรียบเทียบคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent – Sample t - test)

กลุ่ม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	t	Sig.
กลุ่มทดลอง	15	216.47	17.99	6.21	.000*
กลุ่มควบคุม	15	173.53	19.81		

*Sig. < .05

จากตารางที่ 5 พบว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสรุปได้ว่าโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมแต่ละครั้ง

ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพครั้งที่ 1 ถึงครั้งที่ 16 โดยมีการแบ่งการเรียนรู้ออกเป็น 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การรู้จักตนเอง 2) การกำหนดเป้าหมาย 3) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ 4) การประเมินตนเอง 5) การได้รับข้อมูลป้อนกลับ ซึ่งรายละเอียดมีดังต่อไปนี้

ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

องค์ประกอบที่ 1 การรู้จักตนเอง ประกอบด้วยการเรียนรู้ครั้งที่ 3-6

ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ผู้วิจัยได้สอบถามนักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองจากเอกสารประกอบกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 2 ถึงประสบการณ์ในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ไม่เคยตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ (คิดเป็นร้อยละ 86.67) ส่วนคนที่มีความหมายทางการศึกษาและอาชีพนั้น ก็ยังไม่มั่นใจว่าตนเองจะสามารถประกอบอาชีพที่ต้องการได้หรือไม่เนื่องจากยังไม่ทราบว่าลักษณะงาน หรืออาชีพนั้นต้องการผู้ที่มีคุณสมบัติอย่างไร ต้องศึกษาในสาขาวิชาใด และนักเรียนไม่ทราบว่าตนเองมีความถนัดและความสามารถเพียงพอที่จะประกอบอาชีพที่ต้องการได้หรือไม่ โดยในกิจกรรม “เป้าหมายสำคัญอย่างไรกับการศึกษาและอาชีพของฉัน” ทำให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญ และทราบถึงประโยชน์ของการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองครั้งที่ 3 อาทิ

“...การตั้งเป้าหมายจะทำให้ตนเองประสบความสำเร็จทางการศึกษาและอาชีพได้มากกว่าคนที่ไม่มีการวางแผน...”

“...การตั้งเป้าหมายทำให้เราประสบความสำเร็จในชีวิต มีการทำงานที่ดี ทำงานที่เราถนัด และมีความสุขในการทำงาน แต่ถ้าเราไม่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ก็จะทำให้เราไม่ประสบความสำเร็จ ได้งานที่ไม่ชอบ ไม่ถนัด ไม่มีความสุขในการทำงาน ซึ่งอาจเกิดความเครียด มีปัญหาการว่างงาน มีผลเสียตามมาอีกมากมาย ทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม...”

“...การตั้งเป้าหมายทำให้เรามีจุดมุ่งหมายในชีวิต รู้แนวทางในการประกอบอาชีพ ฐานะที่เหมาะสมกับตนเอง...”

จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองครั้งที่ 3 เห็นได้ว่านักเรียนได้ทราบถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพแล้ว ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนมีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองนั้นนักเรียนควรรู้จักตนเองทางด้านความถนัด ความสนใจ บุคลิกภาพ และทักษะของตนเอง เพื่อนำมาประกอบการตัดสินใจเลือกเป้าหมายที่เหมาะสมกับตนเองมากที่สุด ดังนั้น ในการเข้าโปรแกรมฯ ครั้ง

ต่อไป ผู้วิจัยจึงให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง โดยการใช้แบบสำรวจทางจิตวิทยาต่างๆ เช่น แบบสำรวจความสนใจ และบุคลิกภาพ และแบบสำรวจทักษะ เป็นต้น

เมื่อนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพ ในกิจกรรม “ทักษะที่จะทำให้ฉันประสบความสำเร็จในการวางเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ” โดยให้นักเรียนได้ประเมินตนเองในด้านทักษะ ความถนัด และความชำนาญ จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียน พบว่า นักเรียนคิดว่าตนเองได้ค้นพบทักษะที่ถนัดและทำให้มีความมั่นใจในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองมากขึ้น ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนครั้งที่ 5 อาทิ

“... แบบสำรวจทักษะนั้นทำให้ได้รู้ว่าตนเองมีทักษะในด้านใดมากที่สุดเป็นอันดับแรก และมีทักษะใดบ้างที่ถนัดรองลงมา ซึ่งทำให้มั่นใจในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองต่อไป...”

“...การได้ทราบถึงทักษะของตนเองนั้นทำให้เราสามารถนำไปเป็นข้อมูลในการตัดสินใจเลือกเป้าหมายของตนเองได้...”

“...จากแบบสำรวจทำให้ทราบทักษะแต่ละด้านของตนเอง ซึ่งผลของแบบสำรวจนั้นค่อนข้างตรงกับตนเอง และการทำแบบสำรวจนั้นยังทำให้เรามั่นใจยิ่งขึ้นในการที่จะไปถึงเป้าหมาย และมีการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจน...”

“...การทำแบบสำรวจทักษะนั้นทำให้เราสามารถตั้งเป้าหมายในอนาคตได้แม่นยำและรู้ว่าตนเองมีทักษะด้านใด มีความถนัดด้านใด และยังทำให้รู้ว่าอนาคตเราควรทำอาชีพอะไรที่เหมาะสมกับตนเองมากที่สุด...”

นอกจากแบบสำรวจทักษะที่ทำให้ให้นักเรียนได้รู้จักตนเองในด้านทักษะ ความถนัด และความชำนาญของตนเองแล้ว ผู้วิจัยได้ใช้แบบสำรวจความสนใจและบุคลิกภาพ Self-Directed Search (S.D.S) ในกิจกรรม “อาชีพที่ฉันใฝ่ฝัน” เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักตนเองในด้านบุคลิกภาพ โดยนักเรียนส่วนใหญ่เห็นว่าผลจากการทำแบบสำรวจความสนใจและบุคลิกภาพนั้นมีความสอดคล้องกับลักษณะบุคลิกภาพของตนเอง (คิดเป็นร้อยละ 86.67) และสามารถประเมินความสนใจและบุคลิกภาพของตนเองได้ว่าจะเลือกศึกษาต่อในสาขาวิชาใด

ในขณะที่นักเรียนบางส่วนไม่สามารถประเมินความสนใจและบุคลิกภาพของตนเองได้ (คิดเป็นร้อยละ 13.33) โดยให้เหตุผลว่า ผลการสำรวจไม่ตรงกับความสนใจและลักษณะบุคลิกภาพของตนเอง และยังไม่ทราบว่าตนเองมีความสนใจ หรือต้องการประกอบอาชีพใดในอนาคต เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตาม การทำแบบสำรวจความสนใจและบุคลิกภาพนั้นก็สามารถนำมาเป็นข้อมูลในการตัดสินใจเลือกอาชีพของตนเองต่อไปในอนาคตได้ ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนในกิจกรรมครั้งที่ 6 อาทิ

“...การได้ทำแบบทดสอบ S.D.S นี้ทำให้ได้รู้ลักษณะบุคลิกภาพ และอาชีพที่เหมาะสม ซึ่งก็สามารถนำมาพิจารณาว่าเหมาะสมกับตนเองหรือไม่ และยังเป็นการแนะนำแนวทางในการเลือกอาชีพของตนเองในอนาคตได้...”

“...แบบทดสอบ S.D.S ทำให้ได้รู้จักตนเองว่าชอบทำงานด้านใด บุคลิกภาพเป็นอย่างไร ควรที่จะทำงานอะไร และทำให้รู้ว่าเราควรวางแผนในอนาคตอย่างไร”

“...แบบทดสอบนี้ทำให้ทราบถึงลักษณะบุคลิกภาพของตนเอง อาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง ได้ทราบความถนัดของตนเองว่าเหมาะสมกับอาชีพใดบ้าง และหากเรามีบุคลิกภาพที่ไม่สอดคล้องกับอาชีพที่ต้องการเป็นแล้วเราควรปรับปรุงอย่างไร ซึ่งทำให้เรามั่นใจในการเลือกประกอบอาชีพต่อไปในอนาคต...”

องค์ประกอบที่ 2 การกำหนดเป้าหมาย ประกอบด้วยการเรียนรู้ครั้งที่ 7-10

เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเพื่อเรียนรู้ในการรู้จักตนเองแล้ว ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนนำข้อมูลจากการทำแบบทดสอบทางจิตวิทยา มารวบรวม และวิเคราะห์เพื่อนำข้อมูลเหล่านั้นมากำหนดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง ในกิจกรรม “เป้าหมายของฉัน” โดยให้นักเรียนตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองและแสดงความคิดเห็นว่าจากการที่นักเรียนได้ตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองแล้ว นักเรียนคิดว่าตนเองมีความพร้อมในการทำให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จได้เพียงใด ซึ่งโดยส่วนใหญ่แล้วนักเรียนคิดว่าตนเองสามารถบรรลุผลสำเร็จได้หากมีการตั้งเป้าหมายที่สอดคล้องกับลักษณะบุคลิกภาพ ความสามารถ ความสนใจ ทักษะ และความถนัดของตนเอง อีกทั้งยังต้องมีความพยายาม ตั้งใจ ขยัน อดทน เป้าหมายจึงจะบรรลุผลสำเร็จได้ ทั้งนี้ในกิจกรรม “ลักษณะของเป้าหมายที่ดีเป็นอย่างไร” ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงลักษณะ

ของเป้าหมายที่ดี ซึ่งมีลักษณะ 4 ประการคือ มีความชัดเจน มีความท้าทาย มีความเป็นไปได้ และมีการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว ซึ่งทำให้นักเรียนได้ตรวจสอบตนเองว่าการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของคนที่ได้ตั้งไว้แล้วนั้นมีความเหมาะสมเพียงใด และมีสิ่งที่จะต้องปรับปรุงในด้านใด เพื่อให้มีลักษณะของการตั้งเป้าหมายที่ดีได้ โดยนักเรียนส่วนใหญ่มีการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจน คิดเป็นร้อยละ 20 มีการตั้งเป้าหมายที่ท้าทายคิดเป็นร้อยละ 93.33 การตั้งเป้าหมายที่มีความเป็นไปได้คิดเป็นร้อยละ 100 และมีการตั้งเป้าหมายที่มีการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาวคิดเป็นร้อยละ 6.67 ซึ่งจะเห็นได้ว่านักเรียนส่วนใหญ่ยังมีการตั้งเป้าหมายที่ไม่ชัดเจน และยังไม่มีการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว ดังนั้นผู้วิจัยจึงแนะนำวิธีการในการค้นหาหาข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับการศึกษาและอาชีพ ในกิจกรรม “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ” เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการค้นหาข้อมูลจากแหล่งต่างๆ เช่น คอมพิวเตอร์โดยใช้ระบบอินเทอร์เน็ต ข้อมูลจากหนังสือ จากนิตยสาร ซีดี เป็นต้น

หลังจากนักเรียนสืบค้นข้อมูลทางการศึกษาและอาชีพ นักเรียนรายงานว่านักเรียนสามารถบอกได้ว่าตนเองควรศึกษาต่อในสาขาวิชาใดเพื่อให้สามารถประกอบอาชีพที่ต้องการในอนาคตได้ อีกทั้งยังทราบถึงคุณสมบัติของผู้ที่ประกอบอาชีพนั้นๆ เพื่อให้นักเรียนสามารถนำข้อมูลเหล่านี้มาพิจารณาเปรียบเทียบกับข้อมูลของตนเองได้ โดยนักเรียนสามารถนำข้อมูลที่ได้มาประกอบการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพให้มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น ซึ่งภายหลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรม “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ” แล้วนักเรียนทุกคนคิดว่าตนเองสามารถประกอบอาชีพที่ตนเองต้องการหรือมีความสนใจได้ (คิดเป็นร้อยละ 100) เนื่องจากนักเรียนได้ทราบถึงลักษณะของงาน คุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพนั้นๆ และต้องเข้าศึกษาในสาขาวิชาใดบ้าง นักเรียนจึงมีความมั่นใจในการตั้งเป้าหมายมากขึ้น ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนครั้งที่ 9 อาทิ

“...การได้ศึกษาข้อมูลอาชีพนั้นทำให้ได้รู้ถึงลักษณะงานที่อยากทำว่ามีลักษณะอย่างไรบ้าง และได้รู้ถึงคุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพนั้นๆ ว่าต้องจบการศึกษาในระดับใด มีลักษณะนิสัยเป็นอย่างไร...”

“...ข้อมูลอาชีพทำให้เราสามารถตั้งเป้าหมายของตนเองที่มีความชัดเจนมากขึ้นได้ โดยพิจารณาจากข้อมูลอาชีพที่ได้ค้นคว้ามา...”

“...จากการศึกษาข้อมูลอาชีพต่างๆ ทำให้มีความรู้ในการตัดสินใจเลือกอาชีพ เลือกเรียนในสายอาชีพที่ต้องการ และมีหลักการในการตัดสินใจ...”

“...ทำให้เราได้รู้ว่าการที่เราเรียนจบสายนี้มา เราจะสามารถไปสมัครงานและเข้าทำงานอะไรได้บ้าง และความถนัดของเราตรงตามแผนที่เรียนมาหรือไม่...”

เมื่อนักเรียนได้เรียนรู้ข้อมูลอาชีพจากกิจกรรม “ข้อมูลอาชีพที่ถนัดสนใจ” แล้วนักเรียนก็สามารถนำข้อมูลเหล่านั้นมาพัฒนาการตั้งเป้าหมายให้มีความชัดเจนและมีการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว ซึ่งเป็นลักษณะของการตั้งเป้าหมายที่ดีประการหนึ่ง โดยผู้วิจัยได้จัดกิจกรรม “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้” เพื่อให้ให้นักเรียนได้วางแผนทางการศึกษาและอาชีพของตนเองอย่างเป็นขั้นตอนและสามารถนำมาปฏิบัติได้จริง โดยนักเรียนส่วนใหญ่สามารถวางแผนทางการศึกษาและอาชีพของตนเองได้อย่างละเอียด ซึ่งสามารถบอกได้ว่าในแต่ละวันนักเรียนต้องทำสิ่งใดบ้าง ทำอะไรก่อนหลัง ต้องใช้ระยะเวลาเท่าไร เป็นต้น ดังจะเห็นได้จากเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 10 อาทิ

“...อ่านหนังสือวิชาภาษาไทย เรื่องลิลิตตะเลงพ่าย ตั้งแต่เวลา 4 – 5 โมงเย็น เพราะจะได้เข้าใจบทเรียนมากขึ้น และจึงทำการบ้านวิชาคณิตศาสตร์ต่ออีกครั้งชั่วโมง...”

“...อ่านหนังสือภาษาญี่ปุ่น 1 บท เป็นเวลา 1 ชั่วโมง เพื่อจะได้พูดคุยกับคนญี่ปุ่นได้...”

ทั้งนี้ในกิจกรรม “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้” ยังทำให้นักเรียนได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของการวางแผนการปฏิบัติซึ่งเป็นขั้นตอนหนึ่งที่สามารถทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนประสบความสำเร็จตามที่ได้ตั้งใจไว้ได้ ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนครั้งที่ 10 อาทิ

“...ก่อนที่จะทำอะไรก็ตามควรมีการวางแผนให้ชัดเจนเป็นขั้นตอน โดยแผนนั้นต้องไม่เกินความสามารถของเรา...”

“...การวางแผนที่ดี มีความละเอียดชัดเจน สามารถนำไปสู่การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่เราตั้งใจไว้ได้...”

“...การวางแผนอนาคตจะทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จมากขึ้น ทำให้เราตรวจสอบตนเองได้ว่าเรามีจุดบกพร่องตรงไหน เพื่อที่จะได้นำมาพัฒนาแก้ไขต่อไป...”

องค์ประกอบที่ 3 การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ ประกอบด้วยการเรียนรู้ครั้งที่ 11-12

เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเพื่อเรียนรู้ในเรื่องการรู้จักตนเอง และการกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองแล้ว ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนได้เรียนรู้ในเรื่องการมีวินัย โดยให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีวินัย การบริหารเวลา การมีความตั้งใจและความอดทนในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้บรรลุผลสำเร็จ ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนในครั้งที่ 11 – 12 อาทิ

“...ได้รู้จักการบริหารเวลาให้เหมาะสมในชีวิตประจำวันเพื่อการทำกิจกรรมที่ดี เหมาะสมต่อเวลาที่มีในแต่ละวัน ซึ่งในวันหนึ่ง ๆ เราควรใช้เวลาอย่างคุ้มค่า ไม่ควรปล่อยเวลาไปโดยเปล่าประโยชน์หรือทำอะไรไม่มีสาระ...”

“...การได้แบ่งเวลาให้ตนเองจะทำให้เรามีระเบียบมากขึ้น รู้ว่าควรทำอะไรในเวลาใด และถ้าเราแบ่งเวลาได้ก็จะทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตมากขึ้น...”

“...การบริหารเวลาทำให้เราได้ปรับปรุงการใช้เวลาของตนเอง ทำให้เรารู้ว่ากิจกรรมที่ทำนั้นสามารถทำให้เป้าหมายของเราสำเร็จได้หรือไม่...”

“...การมีวินัย เป็นการควบคุมให้ตนเองได้ปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้ ไม่ออกนอกกลุ่มนอกทาง ทำให้สามารถดำเนินการตามแผนได้ถูกต้องตรงตามกำหนดเวลาที่กำหนดไว้ และเพื่อให้ตนเองสามารถบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ในที่สุด...”

“...วินัยทำให้เรารู้จักควบคุมเวลาได้ดีขึ้น รู้ว่าต้องทำอะไรก่อนหลัง และการมีระเบียบวินัยมีความขยันหมั่นเพียร มีความพยายามสามารถทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของเราบรรลุผลสำเร็จได้...”

องค์ประกอบที่ 4 การประเมินตนเอง ประกอบด้วยการเรียนรู้ครั้งที่ 13

ภายหลังจากที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพซึ่งนักเรียนได้เรียนรู้เรื่องการรู้จักตนเอง การกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และการมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้แล้ว นักเรียนควรได้ตรวจสอบตนเองเพื่อให้ทราบว่ากรวางแผนกับการปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้นมีความสอดคล้องกันหรือไม่ โดยในกิจกรรมครั้งต่อไปผู้วิจัยได้จัดกิจกรรม “การประเมินตนเอง” เพื่อให้นักเรียนได้ตรวจสอบตนเองว่านักเรียนสามารถทำตามแผนที่ได้กำหนดไว้หรือไม่ และมีอุปสรรคในการดำเนินการหรือไม่อย่างไร ทั้งนี้นักเรียนส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ได้ แต่ก็มีนักเรียนจำนวนหนึ่งที่ไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่ตั้งไว้ได้ โดยนักเรียนได้ให้เหตุผลว่าในแต่ละวันมีงานหรือการบ้านแต่ละวิชาค่อนข้างมาก และจำเป็นที่จะต้องทำให้เสร็จเพื่อส่งอาจารย์ นักเรียนจึงไม่สามารถปฏิบัติตามแผนงานที่วางไว้ล่วงหน้าได้

อย่างไรก็ตาม ภายหลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรม “การประเมินตนเอง” นักเรียนรายงานว่านักเรียนเห็นความสำคัญของการประเมินตนเองมากขึ้น ได้ตรวจสอบตนเองและทราบถึงข้อบกพร่องหรือสิ่งที่ต้องปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้สามารถปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนครั้งที่ 13 อาทิ

“...การประเมินตนเองทำให้ได้รู้ข้อบกพร่องของตนเองว่ามีข้อบกพร่อง รู้ระดับความสามารถ รู้ความรับผิดชอบมากขึ้นเพียงใด เพื่อนำมาปรับปรุงและพัฒนาตนเองต่อไปได้...”

“...การประเมินตนเองเป็นการตรวจสอบตนเองวิธีหนึ่งที่สามารถทำให้เราได้รู้ว่าสิ่งใดที่ควรพัฒนา สิ่งใดควรแก้ไข ซึ่งสามารถทำให้เราประสบความสำเร็จได้...”

องค์ประกอบที่ 5 การให้ข้อมูลป้อนกลับ ประกอบด้วยการเรียนรู้ครั้งที่ 14 - 15

เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเพื่อเรียนรู้ในการประเมินตนเองแล้ว ต่อจากนั้นผู้วิจัยได้ให้นักเรียนได้เรียนรู้ในเรื่องการให้ข้อมูลป้อนกลับ โดยเริ่มเรียนรู้จากความหมายและความสำคัญของการให้ข้อมูลป้อนกลับ โดยการให้ข้อมูลป้อนกลับนั้นผู้วิจัยจะเป็นผู้ให้ข้อมูลป้อนกลับแก่นักเรียนในเรื่องของการวางแผนในการปฏิบัติงานและการปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้ และให้นักเรียนได้เรียนรู้ในการ

ให้ข้อมูลป้อนกลับโดยการให้นักเรียนได้ผลัดกันให้ข้อมูลป้อนกลับกันภายในกลุ่ม ซึ่งนักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการให้ข้อมูลป้อนกลับ ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนครั้งที่ 14 และ 15 อาทิ

“...การได้รับข้อมูลป้อนกลับเป็นเหมือนการประเมินตนเอง แต่การได้รับข้อมูลป้อนกลับนั้นมาจากผู้อื่นเป็นผู้ประเมินตัวเรา ซึ่งการได้รับข้อมูลป้อนกลับจากผู้อื่นนั้นทำให้เราได้มุมมองที่หลากหลายมากขึ้น ทำให้มีวิธีในการวางแผนและการปฏิบัติที่หลากหลายมากขึ้น ซึ่งทำให้เราสามารถบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายได้รวดเร็วยิ่งขึ้น...”

“...ข้อมูลป้อนกลับเป็นการแสดงความคิดเห็นของผู้อื่นเกี่ยวกับการวางแผนและการปฏิบัติงานของเรา ซึ่งสามารถทำให้เรามองเห็นจุดบกพร่องในการปฏิบัติตนที่แตกต่างจากความคิดของตนเองและทำให้เรารู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น...”

อย่างไรก็ตาม ภายหลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพในกิจกรรม “เรียนรู้เป้าหมาย เรียนรู้ตนเอง” แล้ว ผู้วิจัยได้สอบถามนักเรียนเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของนักเรียนและสิ่งทีนักเรียนได้เรียนรู้ภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ซึ่งพบว่าภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ แล้วนักเรียนได้มีพัฒนาการในการตั้งเป้าหมายและการวางแผนทางการศึกษาและอาชีพที่ชัดเจนและมีการวางแผนที่ละเอียดมากขึ้น ส่วนนักเรียนที่ไม่เคยตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพก็เห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมายและได้เรียนรู้กระบวนการของการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเพื่อที่จะสามารถนำมาปรับใช้ในการตั้งเป้าหมายของตนเองต่อไปในอนาคตได้ ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนครั้งที่ 15 อาทิ

“...การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเป็นสิ่งสำคัญเพราะทำให้เราได้รู้จักตนเอง รู้ความสามารถของตน รู้จักการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ทำให้เราได้รู้จักการวางแผน รู้จักการตั้งเป้าหมายในชีวิตและทำให้เป็นคนที่มีความพยายาม อดทน และตั้งใจที่จะทำให้เป้าหมายของตนเองประสบความสำเร็จ...”

“...การเรียนรู้การตั้งเป้าหมายทำให้ได้รู้จักตนเอง รู้ข้อดีข้อเสียของตนเองและรู้ว่าเราควรปรับปรุงตรงไหนบ้าง ซึ่งโปรแกรมนี้นำให้รู้สึกว่าคุณมีความขยันมากขึ้น และสามารถกำหนดเป้าหมายและวางแผนชีวิตได้มากขึ้น...”

“...ได้รู้จักตนเองมากขึ้น และได้รู้ถึงอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งทำให้เราสามารถตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองได้...”

“...จากที่ไม่เคยมีการวางเป้าหมายในชีวิตการได้เรียนรู้ในกิจกรรมต่างๆในกระบวนการตั้งเป้าหมายก็ทำให้รู้ความถนัด ความสนใจของตนเอง และมีการวางเป้าหมายเพื่อที่จะทำให้เรามีอนาคตที่ดีขึ้น...”

“...การได้เข้าร่วมโปรแกรมฯ ทำให้ตนเองมีการเปลี่ยนแปลงคือ แต่ก่อนไม่เคยตั้งเป้าหมายไม่รู้จะเป็นอะไร ทำอะไร แต่พอได้เรียนแล้วทำให้รู้จักตนเองมากขึ้น รู้ความสามารถของตนเองว่าเหมาะสมกับอาชีพอะไร เพื่อทำให้เราได้เตรียมตัวเกี่ยวกับอนาคตของเรา...”

จากแบบบันทึกประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ พบว่า นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการรู้จักตนเองในด้านต่างๆ คือ ความสนใจ ความถนัด ความสามารถ ทักษะ และบุคลิกภาพของนักเรียน เพื่อที่นักเรียนสามารถนำข้อมูลดังกล่าวมาวิเคราะห์ตนเองในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ อีกทั้งนักเรียนยังได้เรียนรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการมีวินัยในการปฏิบัติตามแผน การประเมินตนเอง และการได้รับข้อมูลป้อนกลับ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนสามารถบรรลุผลสำเร็จได้ ทั้งนี้จากข้อมูลข้างต้นถือได้ว่า สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้เป็นสิ่งที่สนับสนุนให้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ในขณะที่เดียวกันมีการพิจารณาประสิทธิภาพของโปรแกรมฯ จากคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพประกอบกันไป

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพและต่อผู้วิจัย เมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง โปรแกรม 16 ครั้ง

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย

ข้อที่	ข้อความ	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน
1	ฉันเข้าใจวัตถุประสงค์ ของการเข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	4.13	0.64
2	ฉันคิดว่ากิจกรรมที่จัดในโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯมีความเหมาะสม	4.07	0.59
3	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯ ฉันรู้จักตนเอง	3.47	1.06
4	ภายหลังจากที่ฉันได้เข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯ ฉันได้รู้จักตนเอง	3.93	0.70
5	ฉันทราบว่าอาชีพที่ฉันสนใจจำเป็นต้องมีความรู้ความสามารถหรือมีคุณสมบัติในด้านใดบ้าง	3.80	0.56
6	ฉันคิดว่าเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันเหมาะสมกับความสนใจ และจุดเด่นของฉัน	3.73	0.80
7	ฉันคิดว่าฉันมีความสามารถและทักษะสอดคล้องกับเป้าหมายของฉัน	3.60	0.51
8	เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันมีความชัดเจน	3.53	0.83
9	เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันมีความท้าทาย กับความสามารถของฉัน	4.00	0.65
10	ฉันคิดว่าเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันมีความเป็นไปได้	3.93	0.59
11	ฉันได้วางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาวเพื่อให้เป้าหมายของฉันบรรลุผลสำเร็จได้	3.73	0.80

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความ	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน
12	ฉันมีทักษะในการวางแผนการปฏิบัติตนให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งไว้ได้	3.67	0.62
13	ฉันคิดว่าการวางแผนในการปฏิบัติตนนั้น สามารถทำให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จได้มากกว่าการไม่มีการวางแผน	4.00	0.65
14	ฉันสามารถแก้ไขปัญหา อุปสรรคในระหว่างการดำเนินตามแผนที่ตนเองวางไว้ได้	3.73	0.80
15	การสร้างวินัยในตนเองทำให้ฉันสามารถปฏิบัติตนได้ตรงตามแผนที่ได้ตั้งไว้	3.93	0.70
16	การมีวินัยเป็นส่วนหนึ่งทำให้ฉันสามารถประสบความสำเร็จยังเป้าหมายของฉันได้	3.73	0.70
17	การประเมินตนเองทำให้ฉัน ได้ตรวจสอบการกระทำกับเป้าหมายของฉันได้เป็นอย่างดี	3.80	0.68
18	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันได้ปรับปรุงการปฏิบัติของฉันได้	3.80	0.56
19	ประสบการณ์ที่ฉันได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯ ช่วยให้เห็นพัฒนาการตั้งเป้าหมายได้อย่างถูกต้อง	3.93	0.59
20	ฉันมีความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วม โปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯ	3.87	0.74
21	ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ทำให้ฉันรู้สึกมั่นใจในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน	3.80	0.68
22	ผู้วิจัยได้นำเอกสารและสื่อต่างๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพในอนาคต	4.00	0.65
23	ผู้วิจัยสามารถจูงใจสมาชิกให้พูดแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกได้เป็นอย่างดี	4.13	0.64
24	ผู้วิจัยสามารถจัดกิจกรรมต่างๆ ได้เหมาะกับเวลา	3.93	0.88
25	ผู้วิจัยพูด อธิบายสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจน ตรงประเด็น	3.87	0.74

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความ	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน
26	ผู้วิจัยให้เปิดโอกาสให้สมาชิกพูดแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกร่วมต่อประเด็นต่างๆ ในกลุ่มอย่างทั่วถึง	3.80	0.68
27	ฉันคิดว่าผู้นำกลุ่มมีบุคลิกภาพที่เอื้ออำนวยให้กิจกรรม ดำเนินไปได้ด้วยดี	3.73	0.70
28	ฉันคิดว่าผู้นำกลุ่มสามารถเรียบเรียง และถ่ายทอด เนื้อหาวิชาได้อย่างเป็นระบบขั้นตอนและมีประสิทธิภาพ	3.87	0.91
29	ฉันคิดว่าฉันสามารถนำเนื้อหาที่ผู้นำกลุ่มจัดให้ ไปประยุกต์ใช้ได้	3.93	0.88
30	ฉันคิดว่าผู้นำกลุ่มสามารถอธิบายและสื่อความหมายใน เนื้อหาวิชาให้ฉันเข้าใจได้	3.93	0.70

จากตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย เมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง โปรแกรมครบทั้ง 16 ครั้ง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นต่อ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก (ระหว่าง 3.47 – 4.13) แสดงว่า นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับความรู้และประสบการณ์การเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ของ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ คือ ทำให้นักเรียนได้รู้จักตนเองในด้านความสามารถ ความถนัด ความชำนาญ ความสนใจ ทักษะ และบุคลิกภาพของตนเองเพื่อนำข้อมูลเหล่านั้นมาวิเคราะห์ พิจารณาในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง ซึ่งนักเรียนสามารถวางแผนทางการศึกษาและอาชีพของตนเองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้ และได้เรียนรู้ถึงความสำคัญของการมีวินัย การใช้ความพยายาม ตั้งใจและอดทนในการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติของตน นอกจากนี้นักเรียนยังได้มีการประเมินตนเอง และได้รับข้อมูลป้อนกลับซึ่งทำให้นักเรียนได้ทราบถึงข้อบกพร่องของตนเองและวิธีในการแก้ไขหรือพัฒนาตนเองเพื่อให้สามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพและต่อผู้วิจัยของนักเรียนกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 7 ความคิดและความรู้สึกของนักเรียนขณะที่เข้าร่วม โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ข้อที่	ข้อเสนอแนะ	จำนวนนักเรียน (คน)
1	เป็นกิจกรรมที่ดีเหมาะสมเพราะช่วยให้เรารู้จักตนเอง รู้สึกดีใจที่ได้รู้จักตนเองมากขึ้น รู้จักความถนัดของตนเอง	8
2	การเข้าร่วมโปรแกรมทำให้เรารู้สึกว่าอนาคตของเราเริ่มมีเป้าหมายมากขึ้น สามารถทำให้ตนเองเข้าใจเป้าหมายมากขึ้นรู้ว่าควรทำอะไร เพื่อที่จะประสบความสำเร็จ	7
3	รู้สึกทำให้เรามีความคิดหลากหลายมากขึ้นในการเลือกอาชีพ	1
4	โปรแกรมนี้สอนให้รู้จักการวางแผนในการประกอบอาชีพในอนาคต รู้ว่าการวางแผนมีความสำคัญมาก ถ้าไม่มีการวางแผนเราอาจคิดผิดที่เลือกทางเดินนั้น	4
5	สอนให้มีความรับผิดชอบ และรู้สึกสนุกทุกครั้งเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรม	1
6	ทำให้ได้ทราบว่าอาชีพที่เราสนใจนั้นมีลักษณะอย่างไรและผู้ที่ประกอบอาชีพนี้ต้องมีคุณสมบัติด้านใดบ้างเพื่อที่จะได้พัฒนาและปรับปรุงตนเองให้สามารถประกอบอาชีพที่สนใจได้	1

ตารางที่ 8 ความคิดเห็นของนักเรียนภายหลังจากการเข้าร่วม โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนา การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ข้อที่	ข้อเสนอแนะ	จำนวนนักเรียน (คน)
1	รู้สึกว่าคุณเองมีเป้าหมายที่ชัดเจนมากขึ้นกว่าเดิมและจะพยายามทำให้สำเร็จ	5
2	โปรแกรมนี้เป็นกิจกรรมที่ดี ที่ควรมีอีกต่อๆ ไปเพื่อช่วยให้คำแนะนำแก่นักเรียน เกี่ยวกับอนาคตของตัวเอง	4
3	รู้สึกดีที่ได้ร่วมโปรแกรมนี้ เป็นวิชาที่ทำให้ได้รู้จักตนเองและรู้ว่าต้องทำอะไรเพื่อที่จะประสบความสำเร็จ	6
4	ทำให้ได้ทราบถึงความรู้เกี่ยวกับการวางแผนในกิจกรรมต่างๆ ซึ่งการวางแผนที่ดีทำให้เรามีความมั่นใจมากขึ้นเกี่ยวกับอนาคตของตนเอง และได้วางแผนการทำงานในอนาคต	6

ตารางที่ 9 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ข้อที่	ข้อเสนอแนะ	จำนวนนักเรียน (คน)
1	รู้สึกว่าคุณเองมีเป้าหมายที่ชัดเจนขึ้นและมีแนวทางที่จะทำให้เป้าหมายสำเร็จ	6
2	รู้จักตนเองมากขึ้น มีการวางแผนในอนาคตมากขึ้น รู้ความสามารถของตนเองว่ามีความสามารถเพียงพอที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในเรื่องต่างๆ ในอนาคตได้หรือไม่	6
3	การเข้าร่วมโปรแกรมๆ ทำให้มีตนเองมีการเปลี่ยนแปลงคือ ผู้รู้สึกโตขึ้นมาก มีความคิด รอบคอบ และมีความรับผิดชอบ รู้จักตั้งเป้าหมายในชีวิตประจำวัน และมีการวางแผนในการประกอบอาชีพ	2
4	มีวินัยและรู้จักการแบ่งเวลา การใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น	2
5	มีความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะอาชีพที่ต้องการทำในอนาคต	4
6	มีความกระตือรือร้นและมีความขยันมากขึ้น	2

ตารางที่ 10 ความคิดและความรู้สึกของนักเรียนต่อผู้นำกลุ่มในด้านทักษะการนำกลุ่ม การมีมนุษยสัมพันธ์ ฯลฯ

ข้อที่	ข้อเสนอแนะ	จำนวนนักเรียน (คน)
1	รู้สึกดี ผู้นำกลุ่มเป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี เป็นกันเองกับนักเรียน พุดจา ไพเราะและเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็นได้ดี	8
2	ผู้นำกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจ สามารถถ่ายทอดเนื้อหาสาระได้ดี ทั้งถึง อธิบายและสื่อความหมายได้เข้าใจจึงสามารถสอนและแนะนำให้นักเรียน รู้จักเป้าหมาย การวางแผน และการประกอบอาชีพในอนาคตได้	4
3	มีวิธีการสอนที่สามารถทำให้นักเรียนให้ความสนใจในกิจกรรมได้	3

ข้อวิจารณ์

ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

การเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และเมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพภายหลังการทดลองพบว่า นักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพก่อนและหลังไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 3 จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าในการประยุกต์แนวคิดและกระบวนการตั้งเป้าหมาย

ของ Rohn (1986) และ Bandura (1986) ซึ่งประกอบด้วย 1) การรู้จักตนเอง 2) การกำหนดเป้าหมาย 3) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ 4) การประเมินตนเอง 5) การได้รับข้อมูลป้อนกลับ สามารถประยุกต์ใช้ได้จริงในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยเริ่มต้นจากการที่นักเรียนได้วิเคราะห์ตนเองและรู้จักตนเองได้ชัดและตรงกับความเป็นจริงทางด้านความถนัด ความสนใจ ทักษะ และบุคลิกภาพทางด้านอาชีพของตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของปทุมมาศ พุทธิพันธ์นรินทร์ (ม.ป.ป.) ที่กล่าวว่า “...เมื่อต้องการเลือกศึกษาต่อหรือเลือกอาชีพการงานของตนเองในอนาคตแล้ว สิ่งที่สำคัญประการหนึ่งในกระบวนการตั้งเป้าหมายคือการรู้จักตนเอง โดยต้องรู้ว่าตนเองมีความสนใจ มีความสามารถ ทักษะ รวมถึงบุคลิกภาพเป็นอย่างไร เพื่อที่จะสามารถเลือกอาชีพการงานให้มีความเหมาะสมกับตนเองได้...” และสอดคล้องกับแนวคิดของ Lock and Latham (1990) ซึ่งได้อธิบายเกี่ยวกับกระบวนการกำหนดเป้าหมายว่า “...การที่บุคคลจะกำหนดเป้าหมายที่มีประสิทธิภาพเหมาะสมกับตนเองได้นั้น ต้องอาศัยองค์ประกอบด้านความรู้ความเข้าใจ และองค์ประกอบที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ “การรู้เรา” ในลักษณะของความเข้าใจในความต้องการของตนเองหรือรู้ว่าเป้าหมายที่แท้จริงของตนเองคืออะไร...”

เมื่อนักเรียนได้นำข้อมูลมาใช้ในการกำหนดเป้าหมายที่เหมาะสมกับตนเองแล้ว องค์ประกอบสำคัญที่จะส่งผลต่อการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายคือการมีวินัยตั้งใจฝึกฝนและเอาใจใส่ ในแผนที่ได้วางไว้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Bandura (1986) ที่กล่าวว่า “...การกำกับตนเอง(การมีวินัย) จึงเป็นองค์ประกอบเชื่อมโยงพฤติกรรม การแสดงออกในปัจจุบันกับเป้าหมายที่เป็นผลแห่งการกระทำในอนาคตโดยอาศัยยุทธวิธี 3 ประการที่นำไปสู่เป้าหมาย คือ ความพยายาม ความพากเพียร และการกำหนดวางแผนประพฤติกฎปฏิบัติ...” องค์ประกอบที่สำคัญต่อมาคือ การประเมินตนเองซึ่งถือได้ว่าเป็นขั้นตอนหนึ่งที่ทำให้นักเรียนได้ทราบว่าแผนที่ได้วางไว้กับการปฏิบัติตนของนักเรียนมีความสอดคล้องกันหรือไม่และนักเรียนมีอุปสรรคในการดำเนินการหรือไม่อย่างไร ซึ่งสอดคล้องกับ Lock and Latham (1990) ที่กล่าวว่า “...กระบวนการประเมินตนเองเป็นการเปรียบเทียบภายในซึ่งต้องอาศัยการตั้งเป้าหมายและข้อมูลที่เป็นผลการทำงานของบุคคล การประเมินตนเองเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อแรงจูงใจในการทำงาน...” และสอดคล้องกับ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ ที่กล่าวว่า “... การวิเคราะห์ และประเมินตนเองเป็นเรื่องจำเป็นเพราะจะทำให้รู้ถึงพลังความสามารถเพียงพอใจการฝ่าฝืนอุปสรรคสู่เป้าหมายได้หรือไม่ โดยจะพิจารณาในเรื่องจุดแข็ง จุดอ่อน หรือปัจจัยภายในที่เป็นอุปสรรคต่อเป้าหมายว่ามีอะไรบ้าง...” และองค์ประกอบสุดท้ายคือการให้ข้อมูลป้อนกลับคือ การที่ได้ทราบถึงความคิดเห็นของผู้อื่นที่มีต่อการปฏิบัติของ

นักเรียนตามแผนที่ได้วางไว้ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะทำให้ให้นักเรียนได้ทราบถึงสิ่งที่ตนเองต้องพัฒนาหรือปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ได้ ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของ Bandura (1977) ที่กล่าวว่า “... ข้อมูลป้อนกลับเพื่อแก้ไขนั้นมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการเรียนรู้และการแสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง เนื่องจากข้อมูลดังกล่าวทำให้บุคคลพบว่าเขาจะแก้ไขความผิดพลาดให้ถูกต้องได้อย่างไร...”

นอกจากนั้นผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่ได้ใช้องค์ประกอบตามทฤษฎีของ Bandura ในการศึกษาการตั้งเป้าหมายของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ซึ่งองค์ประกอบดังกล่าวตรงกับองค์ประกอบย่อยของในส่วนของ การกำหนดเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ 1) มีความเฉพาะเจาะจง 2) มีความท้าทาย 3) ความเป็นไปได้ 4) มีการกำหนดเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว อาทิ งานวิจัยของ รวงรัชต์ บัณฑิตยารักษ์ (2547) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การทำหน้าที่ของครอบครัว อ้อม โนทสัน และการตั้งเป้าหมายกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 พบว่า การตั้งเป้าหมายมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการตั้งเป้าหมายยังสามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นการที่บุคคลมีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพจะช่วยให้บุคคลนั้นสามารถประสบความสำเร็จทางการศึกษาและอาชีพที่ตนเองตั้งไว้ได้ และการมีวินัยเป็นปัจจัยสำคัญในการกำกับตนเองให้สามารถปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ได้อย่างสำเร็จ ซึ่งสอดคล้องกับผลของงานวิจัยของพัฒนา พลอยประไพ (2541) เรื่อง “ศึกษาการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ” พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จจะมีลักษณะการกำกับตนเองสูงมีความสามารถในการวางแผนและการกำกับตนเอง

จากการศึกษาแนวคิด และผลการวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า การรู้จักตนเอง การกำหนดเป้าหมายที่คำนึงถึงความเฉพาะเจาะจง มีความท้าทาย ความเป็นไปได้ และมีความชัดเจนทั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ การประเมินตนเอง และการได้รับข้อมูลป้อนกลับ เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษา

ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้นำกลุ่ม

จากการวิเคราะห์แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองครบทั้ง 16 ครั้ง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพอยู่ในระดับปานกลางถึงมากและมีการกระจายของคะแนนอยู่ในระดับน้อย แสดงว่านักเรียนกลุ่มทดลองได้รับความรู้และประสบการณ์การเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ คือ ทำให้นักเรียนได้รู้จักตนเองในด้านความสามารถ ความถนัด ความสนใจ ทักษะ และบุคลิกภาพของตนเองและสามารถนำข้อมูลเหล่านั้นมาวิเคราะห์ พิจารณาในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความสำคัญของการมีวินัย การใช้ความพยายาม ตั้งใจและอดทนในการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติของตน นอกจากนี้นักเรียนยังได้มีการประเมินตนเองและได้รับข้อมูลป้อนกลับซึ่งทำให้นักเรียนได้ทราบถึงข้อบกพร่องของตนเองและวิธีในการแก้ไขหรือพัฒนาตนเองเพื่อให้สามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ นอกจากนี้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพยังช่วยให้นักเรียนมีความมั่นใจว่าตนเองสามารถประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตนเองตั้งไว้ได้ รวมถึงผู้นำกลุ่มได้สร้างบรรยากาศที่ดีให้เกิดขึ้นภายในกลุ่ม ให้สมาชิกมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันอย่างทั่วถึงเพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ประสบการณ์จริงของแต่ละคน ซึ่งสอดคล้องกับประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (บุหงา วชิระศักดิ์มงคล, 2535) ที่กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นการพัฒนาผู้เรียนที่ดีวิธีหนึ่งซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และได้รับประสบการณ์ต่างๆ จากสมาชิกและผู้นำกลุ่ม รวมถึงมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ของตน อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง ปรับปรุงและพัฒนาตนเองทั้งในด้านความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึกและพฤติกรรม เพราะกิจกรรมกลุ่มเป็นกิจกรรมที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นการเรียนรู้ด้วยการลงมือกระทำด้วยตนเอง ประกอบกับกิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนได้มีการฝึกทักษะในด้านต่างๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นอีกด้วย และสอดคล้องกับคมเพชร นัทรศุกถ (2546) และ ประนอม เดชชัย (2531) ที่กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มนั้นมีประเด็นสำคัญสามประการ คือ ประการแรกเพื่อให้บุคคลได้เข้าใจตนเองมากขึ้น ประการที่สอง เพื่อให้ได้เรียนรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคล และ ประการที่สาม เพื่อให้บุคคลสามารถทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มหรือเป็นทีมได้

ส่วนข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มของนักเรียนกลุ่มทดลองแสดงความคิดเห็นว่า โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ทำให้นักเรียนได้ทราบถึงลักษณะของอาชีพที่ต้องการเป็นในอนาคต มีการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนและมีแนวทางที่จะทำให้เป้าหมายประสบความสำเร็จได้ ในขณะที่เดิวก่อนนักเรียนกลุ่มทดลองยังให้ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับผู้วิจัย คือ รูปแบบการจัดการเรียนการสอนมีบรรยากาศที่เป็นกันเอง ผู้นำกลุ่มสามารถอธิบายและสื่อความหมายได้เข้าใจ และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น สามารถถ่ายทอดเนื้อหาสาระได้ดี อธิบายและสื่อความหมายได้เข้าใจจึงสามารถสอนและแนะนำให้นักเรียนรู้จักเป้าหมาย การวางแผน และการประกอบอาชีพในอนาคตได้

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนกลุ่มควบคุมจะมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม หลังจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าร่วม โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มประชากร

นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 10 ห้องเรียน โดยแต่ละห้องเรียนมีนักเรียนประมาณ 50 คน ซึ่งมีการจัดชั้นเรียนแบบคละระดับความสามารถ

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร ปีการศึกษา 2551 จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน โดยวิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีการจับสลากชั้นเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 มา 2 ห้องเรียนจากจำนวนห้องเรียนทั้งหมด 10 ห้องเรียน โดยสุ่มให้ห้องที่ 1 เป็นกลุ่มควบคุม และห้องที่ 2 เป็นกลุ่มทดลอง
2. ผู้วิจัยนำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไปวัดนักเรียนในห้องเรียนที่สุ่มมาทั้ง 2 ห้อง แล้วคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนจากมาตรวัดฯต่ำที่สุดของแต่ละห้อง ห้องละ 15 คน เพื่อเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง
3. นักเรียนที่อยู่ในกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการเรียนการสอนตามปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำแนกได้เป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ซึ่งเป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คือ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วมและอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษาเป็นผู้ตรวจความเหมาะสมของ โปรแกรมฯ ซึ่งโปรแกรมดังกล่าวแบ่งการดำเนินการเป็น 16 ครั้ง ครั้งละประมาณ 50 นาที ดำเนินการสัปดาห์ละครั้งในคาบวิชาแนะแนว

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 3 ชุดดังนี้

2.1 มาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เป็นมาตรวัดที่มีลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) จากข้อคำถามเป็นข้อคำถามเชิงบวก โดยแบ่งช่วงคะแนน 1 – 5 คะแนน ตามความมากน้อยของระดับความเป็นจริงของผู้ตอบ ในแต่ละข้อความนั้นๆ คือ มีความเป็นจริงมากที่สุด 5 4 3 2 1 มีความเป็นจริงน้อยที่สุด มีข้อคำถามทั้งสิ้นจำนวน 60 ข้อคำถาม ซึ่งประกอบด้วย 5 องค์ประกอบดังนี้ 1) การรู้จักตนเอง 2) การกำหนดเป้าหมาย 3) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ 4) การประเมินตนเอง 5) การได้รับข้อมูลป้อนกลับ

2.2 แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมแต่ละครั้ง ลักษณะของแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนมีลักษณะที่เกี่ยวกับสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากกิจกรรมในแต่ละครั้ง

2.3 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย โดยให้นักเรียนประเมินจากประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมทั้ง 16 ครั้ง รวมทั้งให้นักเรียนได้ประเมินผู้วิจัย โดยแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์ของโปรแกรมฯ โดยมีลักษณะข้อคำถามประเภทมาตรา

ส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อคำถามจำนวน 30 ข้อ คำถามวัด 2 องค์ประกอบคือ 1) สอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึก และประสบการณ์การเรียนรู้ที่นักเรียนได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ครบทั้ง 16 ครั้ง และสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อผู้วิจัย และ 2) นักเรียนให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนา การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เพื่อเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมฯ ให้แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายต่อไป

การดำเนินการทดลอง

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร เป็นการวิจัยกึ่งทดลองโดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีวิธีการดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากหัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนโพธิสารพิทยากร เพื่อขออนุมัติในการดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งมีนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เป็นกลุ่มตัวอย่างและขออนุญาต ในการใช้สถานที่ในการดำเนินการทดลอง
2. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองห้อง 5/9 และนักเรียนกลุ่มควบคุมห้อง 5/8 ทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
3. ผู้วิจัยนำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไปวัดนักเรียนทั้ง 2 ห้อง แล้วคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนจากมาตรวัดฯต่ำที่สุดของแต่ละห้อง ห้องละ 15 คน เพื่อเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง
4. ผู้วิจัยดำเนินการนำโปรแกรมด้วยตนเองตามโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยดำเนินการกับนักเรียนกลุ่มทดลองห้อง 5/9 ในคาบวิชาแนะแนวโดยผู้วิจัยเริ่มการทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ตั้งแต่วันที่ 2 มิถุนายน 2551 ถึงวันที่ 8 กันยายน 2551 รวมทั้งสิ้น 16 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ตั้งแต่เวลา 10.00 น. – 10.50 น. ทุกวันจันทร์ ณ ห้องแนะแนว ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมได้รับการ

เรียนการสอนในวิชากิจกรรมแนะแนวตามปกติ โดยอาจารย์ประจำวิชาแนะแนวเป็นผู้ควบคุม และดำเนินการสอนปกติ

5. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพทำแบบบันทึกประสบการณ์ เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมแต่ละครั้ง เพื่อผู้วิจัยจะได้นำมาวิเคราะห์เนื้อหาและทราบถึงสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้ในแต่ละครั้ง

6. เมื่อผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยนำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนการทดลองมาวัดกับนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง (Post – Test) รวมทั้งให้นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย

7. นำคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพและวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม รวมทั้งนำข้อมูลจากแบบบันทึกประสบการณ์ของกลุ่มทดลองที่ได้จากโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมาวิเคราะห์เนื้อหา และสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรม

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้สถิติพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล

หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนน ต่อไปนี้

2.1 มาตรการวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้สถิติพารามตริก (Parametric Statistics) Paired – Samples t - test

2.2 จากมาตรการวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้สถิติพารามตริก (Parametric Statistics) Paired – Samples t - test

2.3 มาตรการวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง ซึ่งเป็นอิสระต่อกัน โดยใช้สถิติพารามตริก (Parametric Statistics) Independent – Samples t - test

3. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ต่อไปนี้

3.1 แบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนที่ได้รับจากการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยสรุปและประเมิน สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมในแต่ละครั้งด้วยการบรรยาย

3.2 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย โดยการวิเคราะห์ข้อมูลค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรม เพื่อประเมินสิ่งทีนักเรียนได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมด้วยการบรรยาย

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร ผลการวิจัยพบว่า

1. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ผ่านการตรวจสอบความตรงจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อนำมาใช้กับนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ สามารถพัฒนาความสามารถในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ โดยนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสามารถพัฒนาความสามารถในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพโดยนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ทำให้นักเรียนได้รู้จักตนเองในด้าน ความสนใจ ความถนัด ทักษะ และบุคลิกภาพของตนเองมากขึ้น ซึ่งทำให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพให้สอดคล้องของตนเอง รวมถึงนักเรียนได้รับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับคณะ/สาขาวิชาและข้อมูลอาชีพใหม่ๆ ประกอบกับได้เรียนรู้ความสำคัญของการมีวินัยในการปฏิบัติตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ การประเมินตนเอง และการให้ข้อมูลป้อนกลับ ซึ่งทำให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมาย วางแผน และดำเนินการตามแผนที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ สามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ได้ ซึ่งการนำโปรแกรมไปใช้อาจปรับเปลี่ยนกิจกรรมการเรียนรู้ได้ตามความเหมาะสมของนักเรียนโดยควรคำนึงถึงอายุ ความสนใจของสมาชิกกลุ่ม รวมถึงความถนัด และข้อจำกัดต่างๆ เช่น สถานที่ ระยะเวลา นอกจากนี้ผู้นำโปรแกรมไปประยุกต์ใช้สามารถขยายจำนวนสมาชิกกลุ่มให้มีจำนวนมากขึ้นได้ โดยขึ้นอยู่กับประสิทธิภาพและความชำนาญของผู้นำกลุ่ม ซึ่งจะทำได้ทำให้สามารถพัฒนาผู้เรียนได้ในจำนวนที่เหมาะสมซึ่งเป็นประโยชน์ต่อนักเรียนให้ได้รับประโยชน์สูงสุดจากการเข้าร่วมกิจกรรม

2. ในโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ช่วงที่ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมให้นักเรียนได้อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น โดยให้นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อยตามความสมัครใจของตนเอง พบว่านักเรียนมีการเลือกแบ่งกลุ่มตามเพศเดียวกัน และตามความคุ้นเคย ทำให้ในขณะที่ทำกิจกรรมนักเรียนได้พูดคุยนอกเหนือประเด็นที่กำหนด จึงส่งผลให้กิจกรรมครั้งนั้นๆ ไม่เกิดประสิทธิผลเท่าที่ควร ดังนั้นผู้นำโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ควรมีการเตรียมวิธีการในการแบ่งกลุ่มให้นักเรียนได้มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างทั่วถึง เช่น วิธีการให้นักเรียนจับฉลากหรือวิธีการสุ่มโดยผู้วิจัย เป็นต้น ซึ่งจะเป็ประโยชน์ต่อการได้เรียนรู้ข้อมูลซึ่งกันและกัน และติดตามประเด็นภายในกลุ่มอย่างต่อเนื่อง ทำให้นักเรียนได้รับประโยชน์ตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่จัดขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างในระดับอื่น เช่น ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 และ 6 หรือระดับอุดมศึกษา โดยผู้วิจัยควรสร้างโปรแกรมและจัดกิจกรรมให้เหมาะกับพัฒนาการของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจะศึกษา รวมถึงควรศึกษาถึงองค์ประกอบของกระบวนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพอื่นๆ นอกเหนือจากองค์ประกอบด้านการรู้จักตนเอง การกำหนดเป้าหมาย การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ การประเมินตนเอง และการได้รับข้อมูลป้อนกลับ ว่ามีองค์ประกอบใดบ้างที่มีอิทธิพลต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ เช่น การคาดคะเนถึงปัญหาที่จะเกิดขึ้น การแสวงหาปัจจัยสนับสนุนต่อการบรรลุเป้าหมาย เป็นต้น เพื่อนำมาพัฒนา ปรับปรุงกระบวนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพต่อไป

2. เนื่องจากโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเป็นโปรแกรมที่สามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ได้ จึงควรมีการจัดรูปแบบบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน เรื่อง “การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ” ผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองได้อย่างรวดเร็วยิ่งขึ้น

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

- กาญจนา ไชยพันธุ์. 2549. **กระบวนการกลุ่ม**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ โอเดียนสโตร์.
- กำธร เก่งสกุล. 2547. **7 กลยุทธ์สู่ความมั่งคั่ง และความสุข**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ต้นไม้.
แปลจาก Jim Rohn. 1986. **Seven Straegies for Wealth and Happiness**. n.p.
- คมเพชร ฉัตรศุกกุล. 2546. **กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร:
ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒประสานมิตร.
- กองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 2548. **การเตรียมประกอบอาชีพสำหรับนิสิตชั้นปี
สุดท้าย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร: งานบริการจัดหางานและศึกษาต่อ
ฝ่ายแนะแนวและจัดหางาน กองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จันทิกา ลิมปิเจริญ. 2522. **กระบวนการกลุ่มในการเรียนการสอน**. ภาควิชาจิตวิทยาและแนะแนว:
วิทยาลัยภูเก็ต.
- จำเนียร โชติช่วง. 2547. **เทคนิคการแนะแนว**. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ชัยบรรณ โวหารกล้า. 2545. **ผลของวิธีการตั้งเป้าหมายที่มีต่อการปฏิบัติลูก – นิ่ง ของนักเรียนชาย
และนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พลศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ทิพย์วรรณ กิตติพร. 2539. **การให้คำปรึกษากลุ่ม**. พิษณุโลก: คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ทิสนา แจมณี และคณะ. 2522. **กลุ่มสัมพันธ์ ทฤษฎี และแนวปฏิบัติ เล่ม 1**. กรุงเทพมหานคร:
สำนักพิมพ์บูรณาการพิมพ์.

ทิสนา แคมณี. 2536. กิจกรรมการสอนและฝึกทักษะกระบวนการกลุ่ม. กรุงเทพมหานคร:
 บพิธการพิมพ์

ทองเรียน อมรัชกุล. 2520. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก: ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยา
 การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

_____. 2537. กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการทำงานเป็นทีมและการจัดการเรียนการสอน.
 กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

นิตยา เงินประเสริฐศรี. 2544. ทฤษฎีองค์กร แนวการศึกษาเชิงบูรณาการ. กรุงเทพมหานคร:
 ภาควิชารัฐศาสตร์ และรัฐประศาสนศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

นรินทร์ จุลทรัพย์. 2542. กลุ่มสัมพันธ์สำหรับการฝึกอบรม. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา
 และแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ.

น้ำอ้อย หอมจริง. 2546. ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการคิดแก้ปัญหาตามแนว
 อริยสัจ ของนักเรียน ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่2 แผนกพลศึกษา วิทยาลัย
 อาชีวศึกษาเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
 จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

บุหงา วชิรศักดิ์มงคล. 2535. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก: คณะศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยนเรศวร.

ปทุมมาศ พุทธิพันธ์นรินทร์. ม.ป.ป. คู่มือการแนะแนวอาชีพ ค้นหาตน ค้นพบงาน.
 กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด วิ.เจ. พรินติ้ง.

ประชา หุตานูวัตร. 2549. ศาสตร์แห่งการดำเนินชีวิต: พุทธวิธีเพื่อคุณภาพชีวิตร่วมสมัย.
 พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: ประพันธ์สาส์น.

ประนอม เดชชัย. 2531. **นวัตกรรมการเรียนการสอนและแนวปฏิบัติสังคมศึกษา**. เชียงใหม่:
ภาควิชามัธยมศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. ม.ป.ป.. **จิตวิทยาอุตสาหกรรม**. กรุงเทพมหานคร: สหมิตรออฟเซต.

พัฒนา พลอยประไพ. 2541. **การกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จใน
การสอนเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ**. วิทยานิพนธ์การศึกษา
มหบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

พรรณี ช. เจนจิต. 2538. **จิตวิทยาการเรียนการสอน**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท
คอมแพคท์ พรีนส์ จำกัด.

_____. 2545. **จิตวิทยาการเรียนการสอน**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: บริษัทคอมแพค
พรีนส์ จำกัด.

ภัทริยา มาลาทอง. 2545. **ความสัมพันธ์ระหว่างการตั้งเป้าหมายการเรียน การเรียนอย่างมีความสุข
กับทัศนคติต่อวิชาชีพการพยาบาล ของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัย สังกัดกระทรวง
สาธารณสุข**. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลศึกษา,
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ยุทธนา อารักษ์ พุทธนนท์. 2548. **ความเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้าและการตั้งเป้าหมายของนักศึกษา
ระดับปริญญาตรีที่มีเป้าหมายในการประกอบอาชีพแตกต่างกัน**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์
มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ราชบัณฑิตยสถาน. 2547. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**. พิมพ์ครั้งที่ 6.
กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์.

รวงรัชต์ บัณฑิตยารักษ์. 2547. **ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การทำหน้าที่ของครอบครัว อัตมโน
ทัศน์ และการตั้งเป้าหมาย กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6**.
วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

- วัชร ทรัพย์มี. 2531. การแนะแนวในโรงเรียน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร:
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัลภา สบายยิ่ง. 2542. ปัจจัยด้านการตั้งเป้าหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเองและบุคลิกภาพ
ที่ส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานของผู้จำหน่ายตรง. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วรกานต์ เสี่ยงอารมณ. 2541. อิทธิพลของความยากง่ายของเป้าหมายและรางวัลที่มีต่อผลิตภาพ
การทำงานและความผูกพันใจในเป้าหมาย. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขา
จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์กร, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิเชียร วิทวุฒ. 2547. พฤติกรรมองค์กร. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ชีระฟิล์ม และไซเท็กซ์ จำกัด.
- วิฑูรย์ สิมะโชคดี. 2538. จิตวิทยาองค์กรอุตสาหกรรม การบริหารทรัพยากรมนุษย์ และเพิ่มผลิต
ภาพ. ม.ป.ท.
- วิสูตร วรรณคดี. 2549. ผลการตั้งเป้าหมายที่มีต่อความสามารถในการขว้างลูกซอฟท์บอล.
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. 2549. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ:
โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สิริอร วิชชาวุธ. 2544. จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์กร. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุรพล พะยอมเยี่ยม. 2541. จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพมหานคร: โครงการส่งเสริมการผลิต
ตำราและเอกสารการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- สุภาวดี เรืองคณะ. 2543. ผลการฝึกกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพ
ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านอรุโณทัย อำเภอเชียงดาว

จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สุรางค์ ไคว์ตระกูล. 2544. **จิตวิทยาการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สงกรานต์ จิตสุทธิภากร และนิรันดร์ เดชาคุปต์. 2547. **อุปนิสัย 7 ประการ พัฒนาสู่ผู้มีประสิทธิภาพสูง**. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดยูเคชั่น. แปลจาก Covey, Stephen R. 2002. **The 7 Habits of Highly Effective People**. n.p.

แสงเดือน ทวีสิน. 2545. **จิตวิทยาการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทยเส็ง.

แสงอรุณ ประสบกาญจน์. 2542. **ผลของการฝึกการตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์ที่มีต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3**. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สร้อยตระกูล ดิวานนท์ อรรถมานะ. 2541. **พฤติกรรมองค์กร ทฤษฎีและการประยุกต์**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

มัลลิกา ดันสอน. 2544. **พฤติกรรมองค์กร**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอ็กชเปอร์เน็ท จำกัด.

อนงค์ วิเศษสุวรรณ. 2544. **พลวัตกลุ่ม**. ชลบุรี: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.

อารี ตันท์เจริญรัตน์. 2533. **การแนะแนวอาชีพด้วยกระบวนการกลุ่ม**. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

อารี เพชรพุด. 2537. **จิตวิทยาอุตสาหกรรม**. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

อารีชา สุพิชญางกูร. 2549. ผลของการใช้โปรแกรมฝึกอบรมการบริหารเวลาตามแนวคิดของ
 บริบทต่อพฤติกรรมวางแผนการใช้เวลาและทัศนคติต่อเวลาของนักศึกษาปริญญาตรี
 ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยรังสิต. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา
 การศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

Bandura, A. 1977. **Social Learning Theory**. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.

_____. 1986. **Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory**.
 Englewood Cliffs, NJ: Prentice - Hall.

Bandura and Cervone, D. 1983. Self – evaluative and Self-efficacy mechanisms governing the
 motivational effects of goal system. **Journal of Personality and Social Psychology** 45:
 1017 – 1028.

Breman, E. J. 1989. **Performance Management Workbook**. New Jersey: Prentice-Hall.

Cambell, D. J. 1982. Determinants of choice of goal difficulty level: A review of situational and
 personality influence. **Journal of Occupational Psychology**. 55: 79-95.

Cox, R. H. 2002. **Sport Psychology Concepts and Applications**. Dubuque, Iowa: Wm.C.
 Brown Communications, Inc.

Forsyth, D. R. 1999. **Group Dynamics**. Virginia: An International Thomson Publishing
 Company Press.

Gregory Moorhead, R. W. G. 2001. **Organizational Behavior**. Boston New York: Houghton
 Mifflin Company.

Hannafin, M.J. 1981. Effect of teacher and student goal setting and evaluation on mathematics
 achievement and student attitudes. **Journal of Educational Research** 74: 321 – 326.

- Johnson, D. W. 1997. **Joining Together Group Theory and Group skill**. Minnesota: The United States of America Press.
- Kazdin, A.E. 1984. **Behavior modification in applied setting**. Illinois: The Dorsey Press.
- Locke, E. A. and Latham, G.P. 1990. **A Theory of Goal Setting & Task Performance**. New Jersey: Prentice Hall.
- _____. 1990. **A Theory of Goal Setting and Task motivation**. New Jersey: Prentice Hall.
- _____. 1984. **Goal Setting a Motivation Technique That Work**. New Jersey: Prentice Hall.
- Locke, E. A. , Show, K.N. , Sarri, L.M. , and Latham, G.P. 1981. Goal setting and task performance 1969-1980. **Psychological Bulletin** 90: 125-152.
- Manderlink, G., and Harackiewicz, J.M. 1984. Proximal versus distal goal setting and intrinsic motivation. **Journal of Personality and Social Psychology** 47: 918 - 928
- Martens, R. 1987. **Coaches Guidets Sport Psychology**. Illinois: Human Kinetics Publishers.
- Punnett, B. J. (1986). Goal Setting and performance among elementary school students. **Journal of Educational Research** 80: 40-42.
- Rouillard, E. A. 1993. **Goals and Goal Setting**. California: Crisp Publication.
- Schmuck, R. A. 1975. **Group Process in the Classroom**. Oregon: WM.C. Brown Company Publishers Press.

- Schunk, D. H. 1984. **Self – efficacy perspective and achievement behavior.** Educational Psychologist 19: 48-58.
- _____. 1991. **Goal Setting and Self – efficacy during Self – regulated learning.** Educational Psychologist. 25 (1): 71-86.
- Tuckman, Bruce W. 1992. Goal versus goal – setting effects on the self – regulated performance of student differing in self – efficacy. **Journal of Experimental Education.** 58(4): 291-298.
- Zimmerman, B. J., Bandura, A., & Martinez-pons, M. 1992. Self – motivation for academic attainment: The role of self – efficacy beliefs and personal goal – setting. **American Educational Research Journal**, 29, 663 – 676.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
ตัวอย่างหนังสือที่ใช้ในการวิจัย

วงเวียนเพื่อสำรวจความคิดเห็น
หนังสือรับที่ 1210 / 31
วันที่ 21 เดือน ก.ค. พ.ศ. 51



ที่ ศธ 0513.109/ 84Ab

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

7 พฤษภาคม 2551

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนโพธิสารพิทยากร

สิ่งที่ส่งมาด้วย

1. โครงการวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร" จำนวน 1 ชุด
2. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวพลาณีนิมบัตริเจริญนิสิตปริญญาโทชั้นปีที่ 3 สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร โดยมีศส.ดร. จิตตินันท์ บุญศิริกุล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ นิสิตมีความประสงค์ที่จะดำเนินการทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม (เอกสาร đínhแนบ) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนโพธิสารพิทยากร ในภาคต้น ปีการศึกษา 2551 ตั้งแต่วันที่ 12 พฤษภาคม 2551 ถึงวันที่ 30 กันยายน 2551 ทั้งนี้ นางสาวพลาณีนิมบัตริเจริญ จึงเป็นผู้มีเชื้อสายและดำเนินการวิจัยด้วยตนเองและขออนุญาตให้ขอประสานงานรับงานแนะแนวของโรงเรียน เพื่อดำเนินการดังกล่าว

เรียน ผู้อำนวยการ
โรงเรียนโพธิสารพิทยากร
วงเวียนเพื่อสำรวจความคิดเห็น
เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม
เรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง
ผู้อำนวยการ
นางสาวพลาณีนิมบัตริเจริญ
รองผู้อำนวยการฝ่ายกิจการนักเรียน
นางสาวพลาณีนิมบัตริเจริญ
วงเวียนเพื่อสำรวจความคิดเห็น
เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม
เรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง
ผู้อำนวยการ
นางสาวพลาณีนิมบัตริเจริญ
รองผู้อำนวยการฝ่ายกิจการนักเรียน
นางสาวพลาณีนิมบัตริเจริญ

ในกรณีนี้ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ขอความอนุเคราะห์จากท่าน
อนุญาตให้ นางสาวพลาณีนิมบัตริเจริญ ดำเนินการทดลองโปรแกรมดังกล่าว

23 พ.ค. 51
ศส.ดร. พณิต เข็มทอง
ผลาญใจและศิลา ศาสตราธิบดี

ผู้อำนวยการ
นางสาว ร่องฟ้า ผด.
 อธิการบดี
 อธิการบดี
 บริหารงานบุคคล
 บริหารทั่วไป
 ลงชื่อ) _____
 ผู้อำนวยการโรงเรียนโพธิสารพิทยากร

ที่ ศธ 0513.109/ 852-



คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

๗ พฤษภาคม 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ทำการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนมรรณพาราม

ด้วย นางสาวพาสณา นิยมบัตรเจริญ นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร”

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอทำการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ มาตรการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ กับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมรรณพาราม ทั้งนี้ น.ส. พาสณา นิยมบัตรเจริญ จะมาดำเนินการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือดังกล่าวด้วยตนเอง โดยมีอาจารย์สุนทร บุญจันทร์ ซึ่งเป็นอาจารย์ฝ่ายแนะแนว เป็นผู้ประสานงานกับนักเรียน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รศ.ดร.พนิต เข็มทอง)
คณาบดีคณะศึกษาศาสตร์

สำนักงานเลขาธิการคณะฯ

โทร/ โทรสาร 0-2561-4889



ที่ ศธ 0513.109/ ๖๒๕

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

๗ พฤษภาคม 2551

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

เรียน รศ.ดร.ชอลัดดา ขวัญเมือง

สิ่งที่ส่งมาด้วย

1. โครงการวิทยานิพนธ์เรื่องผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร จำนวน 1 ชุด
2. มาตรฐานการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวพาสณา นิยมบัตรเจริญ นิสิตปริญญาโทสาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กำลังศึกษาวิจัยเพื่อทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร"

ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อผู้วิจัยจะได้นำข้อเสนอแนะของท่านไปปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รศ.ดร.นนต์ เข็มทอง)
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

สำนักงานเลขาธิการคณะฯ

โทร/ โทรสาร 0-2561-4889



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มก.โทร. 1847

ที่ ศธ 0513.10903 / 103 วันที่ 7 พฤษภาคม 2551

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรกฏา นักคัม

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงร่างวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร
2. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
3. มาตรฐานการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
4. แบบสอบถามความคิดเห็น การเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ด้วย นางสาวพาสณา นิยมบัตรเจริญ นิสิตปริญญาโทสาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร"

ในการนี้ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อให้ผู้วิจัยจะได้นำข้อเสนอแนะของท่านไปปรับปรุงแก้ไขต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นักลิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

(รศ.ดร.รุ่งแสง อรุณไพโรจน์)

หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

ภาคผนวก ข

ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย

**ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม
เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ**

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรรณา นักร้อง

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วทบ.) สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศคม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ประกาศนียบัตรชั้นสูง สาขาการศึกษาพิเศษ จากมหาวิทยาลัยโกเบ ประเทศญี่ปุ่น

ประสบการณ์ทำงานด้านแนะแนวหลังจากสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท 13 ปี

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ระดับ 8
- อาจารย์ ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัชวาลย์ กุลโกวิท

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี

- ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) สาขาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- รัฐประศาสนศาสตรบัณฑิต (รป.บ.) สาขาบริหารรัฐกิจ

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

ปริญญาโท

- คุรุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประสบการณ์ทำงานด้านแนะแนวหลังจากสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท 27 ปี

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ระดับ 8 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- คณะกรรมการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรระดับมัธยมศึกษา ของ โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- กรรมการหลักสูตร (ปกติ) ของโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- อาจารย์สอนวิชาแนะแนวระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2, 5 และ 6 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- อาจารย์สอนวิชา Group Process in Education ระดับปริญญาตรี
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- คู่มือวิชาชีพปฏิบัติงานแนะแนวของนิสิตบัณฑิตวิทยาลัย สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- อาจารย์แนะแนวประจำระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และ
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
- คู่มือทางด้านการบริการข้อมูลข่าวสารทางการศึกษาต่อ ระดับมัธยมศึกษา
ตอนปลาย
- ตัวแทนกรรมการสภาข้าราชการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

3. อาจารย์ณัฐนิชา รื่นบุญ

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี

- ศึกษาศาสตร์บัณฑิต (ศษ.บ.) สาขาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- รัฐศาสตรบัณฑิต (ศส.บ.) สาขารัฐศาสตร์บริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

ปริญญาโท

- ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศสม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ประสบการณ์ทำงานด้านแนะแนวหลังจากสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท 9 ปี

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- หัวหน้าศูนย์บริการจิตวิทยาและแนะแนว โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
- อาจารย์สอนกิจกรรมแนะแนว ระดับชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
- อาจารย์สอนวิชา หลักการสร้างแรงจูงใจในชั้นเรียน ระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

4. อาจารย์วิมลพัทธ์ แสงบุษราคัม

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี

- ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปริญญาโท

- ครุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- หัวหน้างานแนะแนว โรงเรียนปทุมคงคา กรุงเทพมหานคร
- สอนกิจกรรมแนะแนวระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
- จัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิต
- ให้บริการแนะแนว 5 บริการหลัก

**ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจ
มาตรฐานการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ**

1. รศ.ดร.ช่อลัดดา ขวัญเมือง

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี การศึกษามัธยมศึกษา (กศ.บ.) สาขาวิชาฟิสิกส์ วิทยาลัยวิชาการศึกษาพิษณุโลก

ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศศ.ม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ปริญญาเอก การศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ (กศ.ด.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสบการณ์ทำงานเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาในสถาบันอุดมศึกษา 35 ปี

2. รศ. ดร. รัชนีวรรณ คำวชิรพิทักษ์

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี การศึกษามัธยมศึกษา (กศ.บ.) สาขาวิชาภาษาอังกฤษ

ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศศ.ม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

ปริญญาเอก ครุศาสตร์ศึกษาศาสตร์ (ก.ด.) สาขาจิตวิทยาการศึกษา

ประสบการณ์การทำงานเกี่ยวกับการสอนในสถาบันอุดมศึกษา 16 ปี

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- พ.ศ. 2535 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- พ.ศ. 2538 รองศาสตราจารย์ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- พ.ศ. 2538 รองศาสตราจารย์และอาจารย์หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิตจิตวิทยาเพื่อพัฒนามนุษย์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
- พ.ศ. 2549 รองศาสตราจารย์และผู้อำนวยการศูนย์พัฒนานวัตกรรมการเรียนการสอน มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

3. ผศ. ดร. นันทนา วงษ์อินทร์

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

4. ผศ.ดร. อริยา กูหา

ประวัติการศึกษา

1994	PhD. Educational Psychology	India
1988	MA. Educational Psychology	India
1986	BA. Psychology and Guidance	Thailand

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

ภาคผนวก ก
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ชื่อ นามสกุล เลขที่.....

มาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัยเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ผู้วิจัยขอความร่วมมือผู้ตอบมาตรวัดนี้กรุณาตอบตามความเป็นจริง ทั้งนี้ผู้วิจัยขอรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเหล่านี้ไว้เป็นความลับและจะไม่เกิดผลเสียต่อท่านแต่ประการใด โดยจะนำผลที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อเสนอผลการประเมินการตั้งเป้าหมายของนักเรียนในภาพรวมเท่านั้น

ขอให้ท่านพิจารณาข้อความแต่ละข้อ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึก ความคิดเห็นและการกระทำที่แท้จริงของท่านมากที่สุด โดยมีเกณฑ์ดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด
เป็นจริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงมาก
เป็นจริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงปานกลาง
เป็นจริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงน้อย
เป็นจริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงน้อยที่สุด

มาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงมาก	เป็นจริงปานกลาง	เป็นจริงน้อย	เป็นจริงน้อยที่สุด
1	ฉันมีความรู้ความสามารถเพียงพอที่ทำให้ฉันสามารถบรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้ได้					
2	ฉันมีความเชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถเพียงพอที่จะทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพประสบความสำเร็จ					
3	ฉันระบุได้ว่าฉันมีทักษะด้านใดบ้าง					
4	ฉันรู้ว่าฉันควรพัฒนาทักษะด้านใดเพิ่มเติมเพื่อให้ตนเองสามารถเข้าสู่อาชีพที่ตั้งเป้าหมายไว้					
5	ฉันรู้ว่าความถนัดของฉันสอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งไว้					
6	ฉันรู้ว่าฉันมีความถนัดในด้านใดที่จะส่งผลให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพตามที่ตั้งไว้					
7	ฉันมักแสวงหาความรู้ และมีความสนใจในเรื่องที่สามารถทำให้ฉันประสบความสำเร็จในการเรียนได้					
8	ฉันรู้ว่าตนเองสนใจในเรื่องใดบ้างและในเรื่องนั้นๆสามารถทำให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งขึ้นได้อย่างไร					
9	ฉันรู้ว่าจุดเด่นที่ฉันมีจะช่วยให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งไว้ได้					
10	ฉันรู้ว่าจุดเด่นของฉันสอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งไว้					
11	ฉันตั้งเป้าหมายที่ชี้เฉพาะลงไปว่าฉันต้องการประสบความสำเร็จในอาชีพใด					

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เป็นจริง มาก ที่สุด	เป็นจริง มาก	เป็นจริง ปานกลาง	เป็น จริง น้อย	เป็นจริง น้อย ที่สุด
12	ฉันกำหนดเป้าหมายการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาได้ชัดเจนแล้ว					
13	ฉันรู้จุดมุ่งหมายของตนเองว่าฉันมีเป้าหมายทางการศึกษาอย่างไร					
14	ฉันจัดอันดับสถานศึกษาต่อไว้แล้ว					
15	ฉันจัดทำรายการอาชีพต่างๆ ที่สนใจเพื่อนำมาพิจารณาว่าฉันต้องการประกอบอาชีพใดในอนาคต					
16	ฉันตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพตามที่ฉันชอบถึงแม้ว่าจะยากเพราะฉันรู้สึกว่าจะทำทายความสามารถของฉัน					
17	ฉันมักตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไว้ค่อนข้างสูงเพื่อที่จะใช้ความพยายามและความสามารถอย่างเต็มที่เมื่อลงมือปฏิบัติ					
18	แม้วิชาที่เรียนมีความยากฉันก็พยายามทำให้สำเร็จ					
19	ฉันตั้งใจเรียนเพิ่มมากขึ้นในรายวิชาที่เรียนไม่เข้าใจ เพราะฉันมีเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ท้าทาย					
20	เมื่อประสบปัญหาในการเรียนฉันไม่ท้อแท้ที่จะเรียนต่อไป					
21	ฉันตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันได้ตรงกับระดับความสามารถของฉัน					
22	จากการที่ฉันได้ประเมินตนเองฉันมีความเชื่อมั่นว่าความสามารถของฉันอยู่ในระดับที่จะทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ประสบความสำเร็จ					

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เป็นจริง มาก ที่สุด	เป็นจริง มาก	เป็นจริง ปานกลาง	เป็นจริง น้อย	เป็นจริง น้อย ที่สุด
23	ฉันรู้ว่าฉันต้องมีความสามารถในด้านใดบ้างที่จะส่งผลให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้					
24	ฉันสามารถทำตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันกำหนดขึ้นเองได้					
25	ฉันได้วางแผนการปฏิบัติอย่างละเอียดเพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ					
26	การปฏิบัติตามแผนที่วางไว้มีความจำเป็นต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน					
27	การวางแผนทำให้ฉันมีความมุ่งมั่นต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้					
28	เมื่อฉันมีเป้าหมายที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ฉันมีกำหนดเวลาที่แน่นอนที่จะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ					
29	ฉันมีการวางแผนทั้งระยะสั้น และระยะยาวที่ชัดเจนเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันได้วางไว้					
30	เมื่อฉันจบม.6 ฉันวางแผนไว้แล้วว่าฉันจะเข้ามหาวิทยาลัยใด สาขาใด เพื่อไปสู่เป้าหมายทางอาชีพที่ฉันได้ตั้งไว้					
31	เมื่อฉันตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพแล้ว ฉันจะพยายามลงมือทำจนประสบความสำเร็จ					
32	ฉันมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ ซึ่งจะส่งผลให้ฉันประสบความสำเร็จดังเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน					
33	ฉันสามารถจูงใจตนเองให้เข้าเรียนครบทุกรายวิชา เพื่อให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่วางไว้ได้					

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เป็นจริง มาก ที่สุด	เป็น จริง มาก	เป็นจริงปาน กลาง	เป็นจริง น้อย	เป็นจริง น้อย ที่สุด
34	ฉันคิดว่าความพยายามจะส่งผลให้ฉันสามารถปฏิบัติตามแผนทางการศึกษาและอาชีพที่วางไว้ได้					
35	ฉันคิดว่าฉันมีวินัยและมีความพยายามเพียงพอที่จะประสบความสำเร็จทางการศึกษาและอาชีพได้ตามเป้าหมายที่ฉันได้วางไว้					
36	ฉันเชื่อว่าการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้จะทำให้ฉันฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการศึกษาและอาชีพที่ฉันต้องการ					
37	ฉันคิดว่าอุปสรรคคือโอกาสที่จะได้ทดสอบตนเอง					
38	ฉันจะค้นหาทางแก้ปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันได้					
39	ฉันคิดว่าการแก้ปัญหา และการฝ่าฟันอุปสรรคในระหว่างการดำเนินการ ไปถึงเป้าหมาย ทำให้ฉันมีความแข็งแกร่งขึ้น					
40	ฉันคิดว่าการเผชิญปัญหาและอุปสรรค เป็นสิ่งปกติธรรมดาที่เกิดขึ้นในชีวิต					
41	ฉันคิดว่าแนวทางการเลือกสาขาวิชาที่จะเรียนต่อของฉันมีความสอดคล้องกับเป้าหมายด้านอาชีพของฉัน					
42	ฉันรู้ว่าการกระทำใดของฉันที่สอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันได้วางไว้					
43	ฉันตรวจสอบตนเองอยู่เสมอว่าฉันได้ปฏิบัติตามแผนที่ตั้งไว้หรือไม่					
44	การจัดตารางทบทวนวิชาเรียนก่อนสอบทำให้ฉันได้ประเมินตนเองว่าฉันสามารถปฏิบัติตามแผนที่ฉันตั้งขึ้นไว้ได้หรือไม่					
45	การประเมินตนเองทำให้ฉันได้เปรียบเทียบความสอดคล้องระหว่างการกระทำกับเป้าหมายที่ฉันกำหนดไว้					

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงมาก	เป็นจริงปานกลาง	เป็นจริงน้อย	เป็นจริงน้อยที่สุด
46	การเปรียบเทียบความสอดคล้องในการปฏิบัติของฉันทับเป้าหมายที่ฉันทกำหนดไว้ทำให้ฉันทได้ประเมินตนเองว่าฉันทมีจุดบกพร่องและควรปรับปรุงในส่วนใดบ้าง					
47	เมื่อพบกับอุปสรรคในการกระทำตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ฉันทจะประเมินความสามารถของตนเองว่าฉันทสามารถทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้หรือไม่					
48	ฉันทนำผลการสอบมาเป็นแนวทางในการประเมินการเลือกสาขาที่เรียน					
49	ฉันทประเมินความสามารถทางการเรียนของฉันทได้สอดคล้องกับความเป็นจริง					
50	ฉันทชอบที่จะประเมินตนเองในหลายๆ ด้านเพื่อช่วยให้ฉันททราบว่าฉันทเหมาะกับอาชีพที่ฉันทตั้งเป้าหมายไว้หรือไม่					
51	ฉันทรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและนำมาปรับปรุงเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันท					
52	ฉันทคิดว่าการได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันททราบว่าฉันทปฏิบัติตนได้ถูกต้องและตรงตามแผนที่ได้วางไว้หรือไม่					
53	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันทได้สำรวจตนเองในด้านต่างๆ เกี่ยวกับการกระทำเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง					
54	การได้รับข้อมูลป้อนกลับในการปฏิบัติตนไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพทำให้ฉันทมีแนวทางแก้ไขปัญหามากขึ้น					

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงมาก	เป็นจริงปานกลาง	เป็นจริงน้อย	เป็นจริงน้อยที่สุด
55	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันมีความกระตือรือร้นที่จะทำเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันประสบความสำเร็จ					
56	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันมีทางเลือกที่หลากหลายในการพัฒนาตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้					
57	การได้รับข้อมูลป้อนกลับ ทำให้ฉันมีความละเอียดรอบคอบในการดำเนินการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้					
58	ฉันมีความมั่นใจมากขึ้นในการที่จะทำตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้หลังจากที่ได้รับข้อมูลป้อนกลับ					
59	ฉันคิดว่าทำให้ข้อมูลป้อนกลับมีความจำเป็นต่อเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน					
60	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันมีแนวทางในการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ					

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบมาตรวัดฯ ฉบับนี้

ผู้วิจัย : พาสณา นิยมภัทรเจริญ

กิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 1 ทดสอบก่อนการเรียนรู้ (Pre – Test)

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การที่จะทราบว่านักเรียนมีการพัฒนาในเรื่องการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ จากการเข้าร่วมโปรแกรมเพียงใดนั้น จำเป็นต้องมีการประเมินเรื่องการตั้งเป้าหมายของนักเรียนก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมาย เพื่อครูจะได้ทราบพื้นฐานเบื้องต้นว่านักเรียนมีทักษะในเรื่องการตั้งเป้าหมายอยู่ในระดับใด

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้ทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพได้ภายในเวลาที่กำหนด

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูชี้แจง และอธิบายการทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพพร้อมทั้งแจกมาตรวัดฯ ให้กับนักเรียนทุกคน (10 นาที)
2. นักเรียนลงมือทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ (30 นาที)
3. เมื่อหมดเวลาครูเก็บมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพจากนักเรียนคืน (5 นาที)

การประเมินผล

นักเรียนสามารถทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพได้เสร็จสมบูรณ์ตามกำหนดเวลา

สื่อการเรียนรู้

มาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

กิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 2 “เรียนรู้เป้าหมายซึ่งกันและกัน”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

กิจกรรมการเรียนรู้ครั้งนี้เป็นการฝึกให้นักเรียนได้เปิดเผยตนเองให้กลุ่มได้ทราบถึงลักษณะนิสัยของตน ในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพนั้น นักเรียนจำเป็นต้องสำรวจตนเองให้เข้าใจว่ามีความสามารถและมีลักษณะบุคลิกภาพอย่างไร โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เป็นช่วงวัยรุ่นเป็นวัยที่กลุ่มเพื่อนมีความสำคัญต่อการตั้งเป้าหมายของนักเรียนเป็นอย่างมาก การให้นักเรียนได้มีโอกาสเข้าร่วมทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายนั้นจะเป็นการค้นหาในการศึกษาและอาชีพกับกลุ่มเพื่อนในวัยเดียวกันจะเป็นประโยชน์อย่างมากที่นักเรียนจะได้เรียนรู้ ได้รู้จักตนเองและเรียนรู้จากเพื่อนในกลุ่ม โดยการบอกเล่าลักษณะของตนเองที่อยากให้เพื่อนรู้จัก นอกจากนี้ยังได้โอกาสในการฝึกทักษะในการฟังและการจับประเด็นซึ่งเป็นลักษณะเบื้องต้นของการแสดงความคิดเห็นกับผู้อื่น อันเป็นพื้นฐานของการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งเป็นการเริ่มต้นของการเตรียมพร้อมสู่การทำกิจกรรมกลุ่มต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันภายในกลุ่มทราบถึงลักษณะนิสัยของตนเองและเพื่อนในกลุ่มและได้เรียนรู้เป้าหมายทั้งของตนเองและของเพื่อนในกลุ่ม รวมถึงสามารถทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อนได้

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. ครูหรือผู้นำโปรแกรมฯ กล่าวแนะนำตนเอง (ชื่อ – นามสกุล สิ่งที่ทำอยู่ในปัจจุบัน) พร้อมทั้งสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดี ครูชี้แจงวัตถุประสงค์ ความสำคัญและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ (5 นาที)
2. ครูชี้แจงจุดประสงค์ของกิจกรรม “มารู้จักกัน” คือ เพื่อสร้างความคุ้นเคยและปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันภายในกลุ่ม (5 นาที)
3. ครูแจกกระดาษรูปหัวใจที่แบ่งออกเป็น 3 ส่วน โดยให้นักเรียนแต่ละคน คนละ 1 ส่วน และให้นักเรียนไปหาคนที่มีส่วนที่สามารถประกอบเข้ากับส่วนของตนได้ (5 นาที)

4. เมื่อนักเรียนหาส่วนได้ครบทั้ง 3 ส่วนแล้วให้นั่งจับกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน จำนวน 5 กลุ่ม (5 นาที)
 5. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 2 เรื่อง “เรียนรู้เป้าหมายซึ่งกันและกัน” ให้นักเรียนทำ โดยให้พลัดกันแนะนำตัวเองให้เพื่อนได้รู้จักมากยิ่งขึ้น เช่น ลักษณะนิสัยของตน สิ่งที่ชอบ ไม่ชอบ เป้าหมายในชีวิต อยากเป็นอะไรในชีวิต อยากประสบความสำเร็จในเรื่องใดบ้าง และประเด็นต่างๆ ที่คิดว่าเพื่อนยังไม่รู้จัก(5 นาที)
 6. ครูให้นักเรียนออกมาบรรยายหน้าห้องถึงลักษณะนิสัยและเป้าหมายในชีวิตของกลุ่มของตน และให้กลุ่มทายว่าบุคคลนั้นเป็นใคร (10 นาที)
 7. ครูให้นักเรียนช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมว่าการสื่อสาร การฟัง การใส่ใจผู้อื่นนั้นนับเป็นการเริ่มต้นที่ดีของการสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่น และยังได้รู้จักลักษณะนิสัย หรือลักษณะบุคลิกภาพทั้งของตนเองและผู้อื่นอีกด้วย อันจะทำให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลได้ (5 นาที)
 8. ครูและนักเรียนร่วมกันสร้างข้อตกลงเบื้องต้นร่วมกัน โดยครูได้สร้างข้อตกลงดังนี้
 - ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนต้องมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นร่วมกันในกลุ่ม
 - นักเรียนต้องเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มให้ตรงเวลา และครบทุกครั้ง
 และให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นในการสร้างข้อตกลงในประเด็นอื่นๆ ต่อไป (5 นาที)
- ครูแจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 2 เรื่อง“เรียนรู้เป้าหมายซึ่งกันและกัน”แล้วให้

การประเมินผล

1. นักเรียนสามารถบอกลักษณะและเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้
2. การสังเกตจากความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนในกลุ่ม

สื่อการเรียนรู้

1. กระดาษสีตัดเป็นรูปหัวใจ 5 รูป แต่ละรูปแบ่งออกเป็น 3 ส่วน
2. เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 2 เรื่อง “มารู้จักกัน”
3. แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 2 เรื่อง“เรียนรู้เป้าหมายซึ่งกันและกัน”

ชื่อ นามสกุล ชั้น เลขที่



เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 2



เรื่อง “มารู้จักกัน”

คำชี้แจง ตอนที่ 1 ให้นักเรียนเติมประโยคที่สมบูรณ์ โดยเป็นประโยคที่บอกถึงลักษณะ
ของตัวนักเรียนเอง

ตัวอย่างเช่น

- ฉันเป็น (คนที่ไม่ชอบให้ใครถามเรื่องส่วนตัวมากไป)
- ฉันเป็น (คนน่ารัก ใครๆ ก็อยากเป็นเพื่อน)
- ฉันเป็น (คนเปิดเผย ไม่เคยปิดบังแม้แต่เรื่องในครอบครัว)
- ฉันเป็น (คนชอบช่วยเหลือเพื่อนฝูง) เป็นต้น

ให้นักเรียนเติมประโยคทั้ง 15 ข้อ ต่อไปนี้

1. ฉันเป็น
2. ฉันเป็น
3. ฉันเป็น
4. ฉันเป็น
5. ฉันเป็น
6. ฉันเป็น
7. ฉันเป็น
8. ฉันเป็น
9. ฉันเป็น
10. ฉันเป็น
11. ฉันเป็น
12. ฉันเป็น
13. ฉันเป็น
14. ฉันเป็น
15. ฉันเป็น

ตอนที่ 2 ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

ลักษณะนิสัยของฉัน..... ฉันมีเป้าหมายในชีวิตคือ..... ฉันอยากประสบความสำเร็จในเรื่องใดในชีวิตนี้ ฉันอยากได้อะไรในชีวิตนี้ ฉันอยากเป็นอะไรในชีวิตนี้

เพื่อนของฉัน

ลักษณะนิสัย..... ฉันมีเป้าหมายในชีวิตคือ อยากประสบความสำเร็จในเรื่องใดในชีวิตนี้ อยากได้อะไรในชีวิตนี้ อยากเป็นอะไรในชีวิตนี้ บุคคลที่เพื่อนของฉันชื่นชม.....เพราะ.....

เพื่อนของฉัน

ลักษณะนิสัย..... ฉันมีเป้าหมายในชีวิตคือ อยากประสบความสำเร็จในเรื่องใดในชีวิตนี้ อยากได้อะไรในชีวิตนี้ อยากเป็นอะไรในชีวิตนี้ บุคคลที่เพื่อนของฉันชื่นชม.....เพราะ.....

การเรียนรู้ครั้งที่ 3 “เป้าหมายสำคัญอย่างไรกับการศึกษาและอาชีพของฉัน”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การตั้งเป้าหมายนั้นเป็นรากฐานสำคัญสำหรับการศึกษาและอาชีพที่มีประสิทธิภาพ เหมือนการเดินทางต้องรู้เป้าหมายปลายทางและเส้นทางที่เดินทาง ซึ่งนักเรียนจำเป็นต้องรู้ถึงจุดประสงค์ในการศึกษาและเลือกศึกษาในวิชาที่จะนำไปสู่เป้าหมายของตนเหมือนมีเข็มทิศที่จะไปถึงเป้าหมาย หากนักเรียนมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือในการทำสิ่งต่างๆอย่างชัดเจนแล้วก็จะส่งผลให้ทำงานได้อย่างมีแบบแผนและดำเนินไปสู่เป้าหมายที่ได้ตั้งไว้และมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จได้มากกว่านักเรียนที่ไม่มีการวางแผนที่ชัดเจน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักเรียนเข้าใจ และบอกได้ถึงความสำคัญและประโยชน์ของการตั้งเป้าหมายทางศึกษาและอาชีพ และตระหนักถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูอธิบายวัตถุประสงค์ของกิจกรรมในครั้งนี้ว่า “ในครั้งนี้นักเรียนจะได้เรียนรู้ว่าการตั้งเป้าหมายมีความสำคัญกับการศึกษาและอาชีพของนักเรียนอย่างไร และหากไม่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพแล้วจะทำให้เกิดผลเสียหรือผลกระทบกับตัวเองอย่างไรบ้าง” (3 นาที)
2. ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 7 – 8 คน (2 นาที)
3. ครูให้นักเรียนกลุ่มที่ 1 ตอบคำถามว่า “นักเรียนคิดว่าการตั้งเป้าหมายมีความสำคัญหรือมีประโยชน์ต่อการศึกษาและอาชีพของนักเรียนอย่างไร” ส่วนกลุ่มที่ 2 ให้ตอบคำถามว่า “หากนักเรียนไม่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพแล้ว จะทำให้เกิดผลเสียหรือผลกระทบกับตัวนักเรียนอย่างไรบ้าง” (5 นาที)
4. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอ (5 นาที)
5. ครูแจกใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 3 เรื่อง “ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย” ให้นักเรียนอ่าน (5 นาที)
6. ครูให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นในเรื่องความสำคัญของการตั้งเป้าหมายอีกครั้ง หลังจากอ่านใบความรู้แล้ว โดยครูตั้งคำถามดังนี้
 - นักเรียนคิดว่าการตั้งเป้าหมายมีความสำคัญกับการศึกษา และการประกอบอาชีพของนักเรียนในอนาคตอย่างไรบ้าง
 - การตั้งเป้าหมาย จะทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จทางการศึกษาและการประกอบอาชีพของนักเรียนได้อย่างไร
 - หากนักเรียนไม่มีการตั้งเป้าหมายจะทำให้เกิดผลกระทบอย่างไรได้บ้าง
 (10 นาที)
7. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มระดมความคิดเห็นอีกครั้งว่า การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพนั้นมีความสำคัญกับตัวนักเรียนอย่างไร และหากไม่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพแล้วจะทำให้เกิดผลกระทบอย่างไรกับนักเรียนบ้าง (5 นาที)
8. ครูให้นักเรียนออกมานำเสนออีกครั้งในประเด็นคำถามในข้อ 7 (5 นาที)
9. ครูสรุปและให้ข้อคิดแก่นักเรียนว่า “หากนักเรียนได้เรียนรู้และรู้จักที่จะตั้งเป้าหมายในการเรียน การทำงานและการประกอบอาชีพของตนเองแล้ว นักเรียนก็จะมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้มากกว่าผู้ที่ไม่มีการวางแผนหรือตั้งเป้าหมายไว้กับการกระทำของตนเอง” (5 นาที)
10. ครูแจกแบบบันทึกประสบการณ์ กิจกรรมครั้งที่ 3 เรื่อง “เป้าหมายสำคัญอย่างไรกับการศึกษาและอาชีพของฉัน” ให้นักเรียนทำ (5 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนสามารถบอกความสำคัญ และประโยชน์ของการตั้งเป้าหมายได้
2. นักเรียนสามารถบอกเป้าหมายทางการเรียนและการวางแผนประกอบอาชีพของตนเองได้

สื่อการเรียนรู้

1. ใบคำถาม 2 ใบคือ 1)นักเรียนคิดว่าการตั้งเป้าหมายมีความสำคัญหรือมีประโยชน์ต่อการศึกษาและอาชีพของนักเรียนอย่างไร 2)หากนักเรียนไม่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพแล้ว จะทำให้เกิดผลเสียหรือผลกระทบกับตัวนักเรียนอย่างไรบ้าง
2. ใบความรู้กิจกรรมครั้งที่ 3 เรื่อง “ความสำคัญของเป้าหมาย”
3. แบบบันทึกประสบการณ์ กิจกรรมครั้งที่ 3 เรื่อง “เป้าหมายสำคัญอย่างไรกับการศึกษาและอาชีพของฉัน”



ใบความรู้ประกอบกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 3



เรื่อง “ความสำคัญของเป้าหมาย”

... การทำอะไรๆ ไม่ว่าจะใหญ่หรือเล็ก ควรอย่างยิ่งที่จะตั้งเป้าหมาย ขอบเขต และหลักการไว้ให้แน่นอน เพื่อจะช่วยให้สามารถปฏิบัติมุ่งเข้าสู่ผลสำเร็จได้โดยตรง และถูกต้องพอเหมาะพอดี เป็นการป้องกันและขจัดความล่าช้า ความสิ้นเปลือง ความเสียเปล่าทุกอย่างได้ตนเอง...

จากพระบรมราโชวาท ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรแก่นักนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ณ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (2530)

...อยากให้คนไทยสร้างเป้าหมายและวิสัยทัศน์ร่วมกัน เพื่อสร้างพลังอันมหาศาลในการแก้ไขปัญหาในการหลุดพ้นจากสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับคืนมา ด้วยการเปลี่ยนมุมมองและหยุดสร้างความขัดแย้ง โดยให้คำนึงถึงเป้าหมายในอนาคตด้วย...

ศ.นพ.ประเวศ วะสี ราษฎรอาวุโส ได้กล่าวนำและปาฐกถาในหัวข้อ “คิดเพื่อประเทศไทย คิดไปข้างหน้า” เพื่อให้คนไทยตระหนักถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย ซึ่งสอดคล้องกับบทความเรื่อง “เป้าหมาย” จุดเริ่มความสำเร็จ ของ ศ.ดร.เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ นักวิชาการอาวุโส ศูนย์ศึกษาธุรกิจและรัฐบาล มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด เมื่อวันที่ 25 ตุลาคม 2550 ใน นิตยสาร/หนังสือพิมพ์: งานออฟเกรด โดยได้กล่าวว่า

คำว่า “ความสำเร็จ” เป็นสิ่งที่แยกออกไม่ได้จากคำว่า “เป้าหมาย” ถ้าไม่มีคำว่า “เป้าหมาย” ก็ย่อมไม่มีคำว่า “ความสำเร็จ” เพราะความสำเร็จที่จริงแท้ย่อมเปรียบได้กับนักธนูที่วาดเป้าไว้ก่อน แล้วยิงลูกธนูเข้าสู่เป้าได้อย่างแม่นยำ นักธนูที่ยิงลูกธนูออกไปก่อน แล้วค่อยวิ่งตามไปวาดเป้าล้อมลูกธนูทีหลัง ย่อมไม่อาจเรียกว่า “นักธนูที่ประสบความสำเร็จ” ได้อย่างแท้จริง

การทำอะไรอย่างมีเป้าหมายเป็นสิ่งสำคัญ เพราะเป้าหมายคือแรงบันดาลใจที่เป็นพลังกระตุ้นให้เราบุกบันฝ่าฟันไปเพื่อได้ในสิ่งที่ต้องการ ผู้ที่ปรารถนาความสำเร็จในชีวิตย่อมไม่ปล่อยให้ชีวิตล่องลอยอย่างไร้จุดหมาย แต่เขาจะเริ่มค้นบริหารเวลาด้วยการนั่งลงคิดพิจารณา แสวงหาเป้าหมายที่มีคุณค่าต่อจิตใจ แล้วพยายามวางแผนการใช้เวลาอย่างดีที่สุด พร้อม ๆ กับมุ่งมั่นบากบั่นสู่เป้าหมายนั้นจนสำเร็จ ดังนั้นเราจำเป็นต้องตระหนักและเอาใจใส่ในการบริหารเวลา บริหารชีวิตของเราอย่างจริงจัง โดยเริ่มจากการตั้งเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน

อันจะเห็นได้ว่า การตั้งเป้าหมายเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในการทำงาน ดังนั้นการตั้งเป้าหมายจึงเป็นรากฐานสำคัญสำหรับการเรียนที่มีประสิทธิภาพ โดยนักเรียนจำเป็นต้องรู้ถึงจุดประสงค์ในการศึกษาและเลือกศึกษาในวิชาที่จะนำไปสู่เป้าหมายของตนได้ นอกจากการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาแล้วในการประกอบอาชีพก็จำเป็นต้องมีการตั้งเป้าหมายด้วยเช่นกัน ซึ่งหากเรามีการกำหนดเป้าหมายในการประกอบอาชีพ กำหนดแผนปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายและประพฤติปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ โดยการศึกษาหาความรู้และพัฒนาทักษะความสามารถ ตลอดจนพิจารณาถึงบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับอาชีพที่เป็นเป้าหมายแล้ว ย่อมทำให้เรามีโอกาสได้ทำงานตามที่ตั้งเป้าหมายไว้



การเรียนรู้ครั้งที่ 4 “บุคคลตัวอย่าง”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพนั้นมีความสำคัญอย่างต่อการประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียนและการประกอบอาชีพในอนาคตของนักเรียน ทั้งนี้การได้มาซึ่งการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจน และการมองเห็นแนวทางในการตั้งเป้าหมายของตนเองได้นั้น การได้เรียนรู้ตัวแบบ หรือแบบอย่างที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ทั้งในเรื่องการเรียน การทำงานและชีวิตครอบครัวได้เป็น เพราะการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจน การได้วางแผนในการปฏิบัติ การมีวินัยในตนเองเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ดังนั้นการได้เรียนรู้จากตัวแบบ หรือแบบอย่างที่ดีเป็นวิธีการหนึ่งที่จะทำให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความคิด ความรู้สึกและวิธีการในการปฏิบัติตนเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดและวิธีการปฏิบัติตนของบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิต เพราะการตั้งเป้าหมายชีวิตของตนเอง

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูเปิดประเด็นถามนักเรียนว่า “เมื่อนักเรียนทราบแล้วว่าเป้าหมายนั้นมีความสำคัญกับการศึกษาและอาชีพของตนเองอย่างไร นักเรียนมีบุคคลที่เป็นตัวแบบ หรือแบบอย่างที่ประสบความสำเร็จในด้านการเรียน หรือการทำงานหรือไม่” (5 นาที)
2. ครูให้นักเรียนดูรูป บัณฑิต อึ้งรังสี และถามนักเรียนในประเด็นต่อไปนี้
 - นักเรียนรู้จักบุคคลในรูปนี้หรือไม่
 - รู้จักบุคคลนี้ได้อย่างไร
 - เขาเป็นใคร ประกอบอาชีพอะไร
 - นักเรียนคิดว่าเขาประสบความสำเร็จในชีวิตได้อย่างไร
 (5 นาที)
3. ครูแจกใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 4 เรื่อง “บัณฑิต อึ้งรังสี วาทยกรไทยระดับนานาชาติ” ให้นักเรียนอ่าน (5 นาที)
4. เมื่อนักเรียนอ่านใบความรู้เรียบร้อยแล้ว ครูขออาสาสมัคร 3 – 4 คนเพื่อแสดงความคิดเห็นว่า เมื่อได้อ่านประวัติของบัณฑิต อึ้งรังสีแล้วนักเรียนคิดอย่างไร และรู้สึกอย่างไรบ้าง (5 นาที)
5. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 4 เรื่อง “บุคคลตัวอย่าง” ให้นักเรียนนำข้อมูลจากใบความรู้ที่ได้อ่านไปมาวิเคราะห์และตอบคำถามในเอกสารประกอบกิจกรรมดังกล่าว (10 นาที)
6. ครูให้นักเรียนจับฉลากคำคมของบัณฑิต อึ้งรังสี คนละ 1 ฉลาก แล้วให้อธิบายว่าคำคมดังกล่าวหมายความว่าอย่างไร นักเรียนคิด และรู้สึกอย่างไรกับคำคมนั้น และนักเรียนสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับตนเองได้หรือไม่ อย่างไร โดยคำคมนั้น มีดังต่อไปนี้
 - สิ่งที่จะช่วยความจำได้ดีที่สุด คือ การทำอยู่เรื่อยๆ จนติดเป็นนิสัย
 - ไม่มีอนาคตใครที่ฟ้าลิขิตมาแล้ว ทุกอย่างในอนาคตเปลี่ยนแปลงได้
 - ถ้าคุณเปลี่ยนเหตุให้ดีขึ้น ผลของคุณก็จะดีขึ้น
 - สิ่งเดียวที่ต้องทำ คือ ควบคุมความคิด ให้ดีในเรื่องที่ต้องการเท่านั้น (พูดถึงมัน ฟันถึงมัน หมกมุ่นอยู่กับมันตลอดเวลา)
 - มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่ยิ่งใหญ่ มีความสามารถที่จะสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ โดยการคิด และการกระทำที่ถูกต้อง
 - เมื่อคุณรู้ว่าต้องการอะไร คุณต้องเริ่มวางแผนเดินหน้าเข้าไปหาเป้าหมาย และทำวันนี้

- เริ่มอะไรก็ได้ แม้ว่าเล็กเท่าใดก็ตาม เพราะการเริ่มต้นนั้นยากที่สุด
- เราต้องรู้จักการสร้างโอกาส ทำอย่างไรก็ได้ให้โอกาสเกิดขึ้นกับเรามากที่สุด
- ถ้าการกระทำของคุณเป็นแบบเดิมๆ คุณก็จะได้ผลแบบเดิมๆ
- อยากได้ของดี ตนเองต้องเป็นของดีด้วย
- ถ้าคุณอยากประสบความสำเร็จ ชีวิตคุณควรห้อมล้อมด้วยคนที่เก่ง ฉลาด ประสบความสำเร็จ และคิดในทางบวก
- คนที่โชคดีจะเป็นคนที่มองเห็นโอกาสในทุกสถานการณ์ และสามารถทำประโยชน์จากทุกสถานการณ์ (ถ้าสถานการณ์ไม่เหมือนกับที่คาดหวังไว้ก็จะไม่ย่อท้อ จะมองหาสิ่งดีที่เขาทำได้ในสถานการณ์นั้น)
- จงเตรียมพร้อมทุกอย่าง เหมือนกับโอกาสของเราจะมาถึงวันนี้
- ไม่ว่าเราหว่านพืชอย่างไร ก็จะเก็บเกี่ยวผลอย่างนั้น เป็นกฎตายตัวของโลก การช่วยเหลือผู้อื่น เป็นการหว่านอย่างหนึ่ง ที่ต้องทำก่อน และควรทำโดยไม่หวังการเก็บเกี่ยวหรือผลตอบแทน
- อย่าคิดถึงแต่ผลประโยชน์ของตนเองฝ่ายเดียว ก่อนที่จะทำอะไร ควรคิดก่อนว่าคนอื่นจะได้รับประโยชน์จากสิ่งที่เราทำได้อย่างไร

(10 นาที)

7. ครูให้นักเรียนแต่ละคนออกมาแสดงความคิดเห็นคำคมดังกล่าวตามประเด็นในข้อ 3 (10 นาที)
8. ครูแจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 4 เรื่อง “บุคคลตัวอย่าง” ให้นักเรียนทำ (5 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนได้เรียนรู้แนวความคิด และวิธีการของบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิต
2. นักเรียนสามารถประยุกต์แนวคิดหรือวิธีการของ บัณฑิต อึ้งรังสี เพื่อมาปรับใช้กับตนเองได้

สื่อการเรียนรู้

1. รูปภาพของ บัณฑิต อึ้งรังสี 1 รูป
2. ฉลากคำคมของ บัณฑิต อึ้งรังสี จำนวน 15 ฉลาก
3. ใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 4 เรื่อง “บัณฑิต อึ้งรังสี วาทยกรไทยระดับนานาชาติ”
4. แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 4 เรื่อง “บุคคลตัวอย่าง”

ใบความรู้ประกอบกิจกรรม ครั้งที่ 4



บัณฑิต อึ้งรังษี : วาทยกรไทยระดับนานาชาติ



บัณฑิต อึ้งรังษี

วาทยกรชาวไทย คนเดียวที่ยืนอยู่บนเวทีระดับโลก

“เคยมีคนสอนผมว่าถ้าเราตั้งเป้าหมายไว้ที่ท้องฟ้า เรายังไปโดนนกอินทรี ก็ยังถือว่าใช้ได้เพราะมันสูงพอสมควร การใช้ชีวิตของผมที่ผ่านมาจึงมีเป้าหมายที่สูงและชัดเจน ถ้าไม่มีตรงนี้ไม่มีทางประสบความสำเร็จ

บัณฑิต อึ้งรังษี ผู้ที่ครั้งหนึ่งเคยตั้งเป้าหมายไว้ที่ท้องฟ้าเพื่อจะเล็งลูกศรแห่งชีวิตอย่างเต็มเหนี่ยวไปสู่เป้าหมายอันแสนไกลบนเส้นทางของวาทยกรมืออาชีพ แต่ในวันนี้ด้วยวัยเพียง ๓๔ ปี เป้าหมายที่ห่างไกลกลับย้อนระยะทางลงเมื่อเขากลายเป็นที่รู้จักในระดับนานาชาติ ทำให้เขาเป็นวาทยกรชาวไทยคนเดียวที่ยืนอยู่บนเวทีระดับโลกในเวลา

แม้ถ้อยคำข้างต้นของเขาจะเป็นคำตอบที่ชัดเจนถึงความสำเร็จในวันนี้ แต่เบื้องหลังของความสำเร็จคือเส้นทางชีวิตของคนหนุ่มที่ทุ่มเททั้งชีวิตเพื่อไปสู่เป้าหมาย แม้ว่าในบางจังหวะชีวิตจะต้องพบกับอุปสรรคใหญ่หลวงก็ตาม

“ผมเริ่มสนใจดนตรีตั้งแต่อายุ ๑๓ ปี ตอนนั้นชอบฟังเพลงของ The Beatles มาก ก็เลยอยากเล่นกีตาร์อย่างเขา ก็เลยไปสมัครเรียนที่สยามกลการ ตอนนั้นใจผมรักดนตรีมาก แล้วก็อยากจะทำเป็นอาชีพ แต่ไม่รู้ว่าจะเอาชีฟนี้จะได้เลยตัวเองได้หรือเปล่า จนวันหนึ่งผมมีโอกาสได้ชมการแสดงของวงนิวออร์กฟิลาฮาร์โมนิก ซึ่งควบคุมวงโดยมิสเตอร์สุบิน เมธา ผมประทับใจเขามาก เขาเป็นคนอินเดีย เกิดและเติบโตที่อินเดีย พออายุ ๑๘ เขาเลิกเรียนหมอเพื่อจะไปเรียนดนตรีแล้วเขาก็ประสบความสำเร็จ เป็นนักดนตรีที่ยิ่งใหญ่ของโลก เขาทำชื่อเสียงให้ประเทศชาติและร่ำรวยมหาศาล ได้เดินทางไปทั่วโลก เรียกว่าเป็นเขาเป็นแรงบันดาลใจที่ทำให้ผมอยากจะเป็นวาทยกรวงออร์เคสตรา เรียกว่าเป็นจุดเปลี่ยนของชีวิตก็ได้”

บัณฑิต เกิดในครอบครัวนักธุรกิจและเป็นบุตรชายคนโตของครอบครัว ในตอนแรกจึงมีความตั้งใจที่จะยึดอาชีพนักธุรกิจเพื่อสืบทอดกิจการของครอบครัว โดยเข้าศึกษาที่โรงเรียนอัสสัมชัญ บางรัก อัสสัมชัญคอมเมิร์ซ(ACC.) และมหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ ตามลำดับ จนกระทั่งจุดเปลี่ยนของชีวิตมาถึง

“หลังจากที่ได้ชมการแสดงของนิวออร์กฟิลาฮาร์โมนิก ผมก็เริ่มศึกษาดนตรีอย่างจริงจัง ด้วยการอ่านหนังสือดนตรีทุกเล่มในห้องสมุดเอยูเอ และ บริติช เคนันซ์ซิด ผมคิดว่าความสำเร็จของการเป็นวาทยกรนั้นน่าสนใจกว่าการเป็นนักธุรกิจที่ผมเคยตั้งเป้าหมายชีวิตเอาไว้แต่ต้นมา วาทยกรเป็นอาชีพที่ตื่นเต้น ถ้าเราประสบความสำเร็จก็จะได้รับทั้งชื่อเสียง คำตอบแทนและเป็นความสุขของเราด้วย

พอเรียนปี ๒ ที่มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ ผมก็ปรึกษากับครอบครัวว่าอยากจะไปเรียนดนตรีที่ต่างประเทศ แต่คุณพ่อ คุณแม่ไม่สนับสนุนเพราะไม่เห็นทางว่าอาชีพนักดนตรีจะสามารถเลี้ยงชีพได้ ถ้าไปเรียนดนตรีเป็นเรื่องเป็นราวเขาไม่สนับสนุน ผมก็เลยต่อรองว่าผมจะเรียนธุรกิจควบคู่ไปกับเรียนดนตรี คือได้ปริญญาตรีธุรกิจไว้รองรับ แล้วก็เรียนดนตรีที่ใจผมรัก เขาก็เลยยอมและโชคดีตรงที่ว่ามหาวิทยาลัยที่ผมไปเรียนเขายอมให้เรียนปริญญาตรีสองอย่างควบคู่กันไปได้ ตอนนั้นผมคิดอย่างเดียวว่าเป้าหมายของเราคือระดับ International ลักวันหนึ่งต้องสร้างชื่อเสียงให้ประเทศชาติ ถ้าทำอะไรธรรมดาๆ ผมจะไม่ทำ ผมตั้งใจว่าจะทำให้เต็มที่ สูญตาย แล้วถ้าอายุ ๓๕ แล้วยังทำไม่ได้ ผมจะเลิกแล้วมาทำธุรกิจดีกว่า

ผมได้มีโอกาสเป็นวาทยกรครั้งแรกในคอนเสิร์ตที่รวบรวมนักดนตรีมือสมัครเล่นในเมือง ซึ่งปกติเขาจะมาเล่นดนตรีด้วยกันในวันอังคาร ผมก็นำน้ำมาให้มาเล่นดนตรีและผมเป็นวาทยกรให้ ซึ่งตอนนั้นก็เครียดพอสมควร น้ำตาตกในหลายครั้ง เพราะจะต้องรวบรวมคนเป็นกลุ่มให้มาเล่น บางทีเขาก็ไม่มา เราก็ต้องโทร.ไปตาม แต่สิ่งที่เป็นแรงผลักดันก็คือความอยากจะโชว์ฝีมือ อยากจะเป็นวาทยกรแล้วเรารู้ว่าครั้งต่อไปมันจะง่าย แต่หลังจากคอนเสิร์ตครั้งนั้นผมก็ตัดสินใจเลยว่าจะไม่จัดคอนเสิร์ตด้วยตัวเองอีกแล้ว เพราะมันลำบากมากและเราต้องทำเองทุกอย่าง”

ภายในเวลา ๓ ปี บัณฑิตสามารถจบการศึกษาในระดับปริญญาตรีทั้งในสาขาบริหารธุรกิจและดนตรีด้วยวัยเพียง ๒๐ ปี หลังจากนั้นบัณฑิตก็เดินทางตามความฝันของตัวเองต่อไปด้วยการศึกษาต่อในระดับปริญญาโทที่สหรัฐอเมริกา พร้อมกับทำงานเป็นผู้ช่วยวาทยกรให้วงออร์เคสตราที่เมืองเซาท์แคโรไลนา และเป็นวาทยกรฝึกหัด

วาทยกรส่วนใหญ่เขาจะเริ่มกันสายหน่อย ส่วนมากจะเรียนกันประมาณอายุ ๒๐ กว่าพอดีผมเริ่มเร็ว ระหว่างเพื่อนรุ่นเดียวกันก็ไปได้ไกลกว่าเขาหน่อย การเรียนวาทยกรต้องเรียนครอบคลุมหมด ต้องรู้ประวัติศาสตร์ดนตรี เครื่องดนตรีทุกชนิด ต้องรู้และเข้าใจบทเพลงหลายๆ บท Symphony หมายเลข ๑-๕ ของ บีโธเฟิน ต้องรู้ให้หมดทุกอย่างว่าเพลงนี้เป็นยังไง มีคนเล่นกี่คน แล้วที่สำคัญที่สุดก็คือต้องรู้เทคนิคการใช้ไม้บัตอง เป็นเทคนิคที่เราต้องเรียนเหมือนเครื่องดนตรีอีกชิ้นหนึ่งเลย มันเป็นศิลปะที่ยากและต้องใช้ประสบการณ์มาก แต่คนที่ไม่มีความรู้ทางนี้ก็บอกว่าเดี๋ยวเล่นเปียโนอย่างเดียวก็มาจับไม้เพื่อคอนดักแล้ว มันไม่ได้ มันคนละเรื่องกัน ศาสตร์การใช้ไม้มันเป็นการสื่อสารระหว่างคอนดักเตอร์กับนักดนตรี เป็นภาษาใบ้ทางดนตรีอย่างหนึ่ง เพราะเราสื่อสารว่าอยากให้เราทำอะไร นักดนตรีเขาก็จะดู บางคนอาจคิดว่านักดนตรีไม่ดู แต่จริงๆ แล้วดูไม่จ้องเล่นไม่ได้ นักดนตรีจะเล่นไม่พร้อมกัน ยิ่งวงใหญ่เท่าไร ความสำคัญของคอนดักเตอร์ก็มากเท่านั้น

วาทยกรที่ดีต้องเป็นนักดนตรีที่ดี เล่นเครื่องดนตรีได้เก่งพอสมควร เพื่อนักดนตรีเขาจะได้เคารพคุณว่าคุณเล่นดนตรีเป็นเหมือนกันไม่ใช่เป็นนักธุรกิจมาขึ้นสั่ง อย่างที่สอง ต้องมีเทคนิคการใช้ไม้บัตอง บางคนเป็นนักดนตรีหรือนักแต่งเพลงอยู่ดีๆ จะมาเป็นวาทยกรไม่ได้ เพราะเทคนิคการใช้ไม้บัตองต้องขึ้นอยู่ความสามารถ เทคนิคและพรสวรรค์ ต้องมีคุณสมบัติบางข้อ เช่นมีความเชื่อมั่นและความเป็นผู้นำพอที่จะนำวงได้

...วาทกรรมจะทำหน้าที่ควบคุมเสียงโดยใช้ไม้ตลอดเวลา ถ้าไม้เราแกว่งไม่ดี วงเราก็เล่นไม่ดี สิ่งที่ยากคือต้องนำวงด้วยและสื่อสารด้วย เราต้องรู้ตลอดเวลาว่าใครเล่นผิดเล่นถูก คิดดูว่าเครื่องดนตรีเป็นร้อยชิ้น ใครเล่นผิดเล่นถูกหรือไม่ได้อย่างใจเรา เราต้องรู้ว่าจะซ้อมยังไงให้มีประสิทธิภาพ ไม่ใช่ผิดทุกรอบ แล้วก็หยุดทุกรอบที่ผิด

เท่าที่ผมมีประสบการณ์มา ถ้าทุกอย่างลงตัว เพลงมันก็มียากง่ายต่างกัน คอนดักเตอร์ก็ต้องเตรียมตัวมาพร้อม แต่ที่นำเบื่อบที่สุดสำหรับคอนดักเตอร์คือมาแล้วทุกอย่างไม่พร้อม เช่น ไม่มีโน้ต สถานที่เสียงไม่ดี หรือไม่มีไฟ ซึ่งทางฝ่ายจัดการเขาทำให้เราไม่ดี ส่วนนักดนตรี ถ้าเราเตรียมตัวมาดี เขาก็เชื่อเรา ทำตามคำสั่งของเรา เรื่องการลองของต่างๆหรือการต่อต้านเรื่องสีผิวอะไรต่างๆ ก็มีบ้าง แต่เราก็เอาชนะได้ด้วยการทำงานของตัวเองและเตรียมตัวมาอย่างดี ทุกอย่างก็ไม่มีปัญหา

แต่บททดสอบสำคัญสำหรับผมในอาชีพนี้คือ ความผิดหวังบางอย่างต่อวงการนี้ นั่นคือประเภทที่ว่าคุณเก่งยังไงไม่สำคัญ มันมีเรื่องการเมืองมาปนด้วย สมมุติว่างานของคนในประเทศฟินแลนด์ เขาก็จะให้คนประเทศเขาชนะ เขาไม่สนใจว่าคุณจะเก่งหรือไม่เก่งอย่างไร มันไม่เหมือนการแข่งขันที่ใครวิ่งเร็วที่สุดก็ได้รางวัลชนะเลิศไป การแข่งขันวาทกรรม ภรรยาและลูกสาวตัวน้อย มันไม่มีอะไรมาวัดเลยว่าใครคนไหนเก่งกว่ากัน มันต้องใช้การเป็นธรรมชาติ เป็นตัวของตัวเองที่สุด



เท่าที่เคยเข้าแข่งมา ก็ชนะบ้างแพ้บ้าง บางทีก็เข้ารอบถึงรอบชิงชนะเลิศ แล้วบางทีก็ได้ที่หนึ่งอย่างเช่นที่โปรตุเกส ที่ฝรั่งเศสได้เข้าถึงรอบรองชนะเลิศ หรือบางทีก็ไม่เข้าแม้แต่รอบแรก การแข่งขันแต่ละครั้งก็ขึ้นอยู่กับกรรมการ มันก็เป็นอย่างนี้ในวงการวาทกรรม บางคนชนะเลิศมาจากที่หนึ่ง พอไปแข่งอีกที่อาจไม่เข้ารอบเลย แต่พอได้เข้าร่วมการแข่งขันหลายๆครั้งเข้า เราก็ได้มาเห็นอะไรหลายๆอย่างในวงการว่ามันไม่บริสุทธิ์เสมอไป มีเหมือนกันที่ใครมีเส้นสายดี มีพ่อเป็นคอนดักเตอร์ใหญ่ หรือมีพ่อรวย เขาก็จะไปได้เร็วกว่า เก่งไม่เก่งไม่สำคัญใครมีเส้นสายดี อยากไปคอนดักควงดีก็จ่ายเงิน ในวงการดนตรีมีเรื่องอย่างนี้เหมือนกัน ทำให้ในช่วง ๒-๓ ปีหลังก่อนจะได้รับรางวัลชนะเลิศในการแข่งขันที่อเมริกา ผมท้อมากเพราะไม่ว่าเราจะฝึกหนักแค่ไหน เราก็สู้เรื่องพวกนี้ไม่ได้ การแข่งขันครั้งนี้ ตอนแรกผมไม่สมัครด้วยซ้ำ ทั่วๆที่เป็นการแข่งขันวาทกรรมที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลกก็ว่าได้ ผมเคยแข่งมาหลายครั้งและเห็นเรื่องที่ไม่เป็นธรรมเยอะ ก็เลยคิดว่าครั้ง

นี่ก็คงไม่ได้ แต่ภรรยาบังคับให้สมัคร เขารวบรวมข้อมูล และช่วยหนุนใจผมอยู่ ถ้าไม่มันคงไม่มาถึงวันนี้”

ในการแข่งขันเมื่อเดือนกันยายน ปี ๒๕๔๕ บัณฑิต ได้รับรางวัลชนะเลิศจากจำนวนผู้เข้าแข่งขันจำนวน ๓๖๒ คนจาก ๔๐ ประเทศ รางวัลนี้คือเครื่องการันตีในระดับหนึ่งว่าความพยายามและเป้าหมายของเขาบรรลุผลแล้ว

ปัจจุบัน บัณฑิต อังรังษี เป็นวาทยกรที่ได้รับเชิญไปแสดงคอนเสิร์ตทั่วโลก แม้ว่า จะได้รับความสำเร็จและชื่อเสียงในระดับหนึ่งแล้วแต่เขาก็คงมุ่งมั่นกับเป้าหมายที่สูงขึ้นไปอีก

อย่างไรก็ตาม ตอนนี้ผมยังถือว่าตัวเองไม่ได้ครบเป้าหมายทุกอย่าง ผมมีเป้าหมายเยอะมาก เช่นอยากจะมีวงเป็นของตัวเอง และสร้างชื่อเสียงในยุโรป อเมริกา อยากเดินทางไปทั่วโลกเพื่อไปคอนเสิร์ตที่ยิ่งใหญ่ระดับโลกแต่ในรูปแบบที่เขาเชิญเรามา ไม่ต้องใช้เส้นสาย ตอนนี้ก็พยายามทำงานหนักเพื่อให้ตัวเองเป็นคนที่เหมาะสมจะได้รับสิ่งนั้นมา”

สำหรับชีวิตส่วนตัว บัณฑิต สมรสกับ Mary Jane สุภาพสตรีชาวอเมริกัน และมีบุตรสาวหนึ่งคน ครอบครัวจึงเป็นกำลังใจอันยิ่งใหญ่ให้เขาเดินทางไปสู่เป้าหมายอันยิ่งใหญ่ต่อไปในวันข้างหน้า

จากเด็กหนุ่มผู้มีเพียงความรักในดนตรี สู่การเป็นวาทยกรที่มีที่ยืนอยู่บนเวทีระดับโลกในเวลานี้ ในแต่ละจังหวะชีวิตของบัณฑิต อังรังษี สิ่งที่ได้พบพานอาจมีทั้งความสำเร็จและล้มเหลว แต่สิ่งที่ไม่เคยเปลี่ยนแปลงคือเป้าหมายที่มุ่งมั่นบนท้องฟ้าอันเป็นดั่งเข็มทิศในการใช้ชีวิตเสมอมา และผลตอบแทนของมันก็คือความสำเร็จอันหอมหวานที่คุ้มค่ากับการรอคอยอย่างแท้จริง



การเรียนรู้ครั้งที่ 5 “ทักษะที่จะทำให้ฉันประสบความสำเร็จในการวางแผนเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพนั้น นักเรียนควรมีการสำรวจตนเองในด้านความสามารถ ความถนัด ความสนใจ จุดเด่นและทักษะของตนเองในด้านต่างๆ เพื่อนักเรียนจะได้รู้จักตนเองและนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการตัดสินใจเลือกเป้าหมายของตน ซึ่งในส่วนของทักษะนั้นนักเรียนสามารถสำรวจตนเองได้จากการทำแบบสำรวจการค้นหาทักษะของตนเอง เพื่อนักเรียนจะได้ทราบถึงทักษะด้านต่างๆ ที่มีอยู่ในตนเอง โดยเมื่อนักเรียนได้เข้าใจทักษะที่ตนเองมีแล้ว จะช่วยให้นักเรียนสามารถกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพได้อย่างเหมาะสมกับตน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจทักษะของตนเอง และบอกได้ว่านักเรียนมีทักษะในด้านใดบ้าง

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูอธิบายถึงความสำคัญของการสำรวจตนเอง โดยกล่าวว่า “การที่นักเรียนจะกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองได้นั้นจำเป็นต้องสำรวจความสามารถ ความถนัด ความสนใจ จุดเด่นและทักษะที่มีอยู่ในตนเองเพื่อที่นักเรียนจะได้เลือกเป้าหมายที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งนักเรียนสามารถทำแบบสำรวจเพื่อให้ได้รู้จักตัวเองมากขึ้น โดยในครั้งนี้ครูจะให้นักเรียนทำแบบสำรวจการค้นหาทักษะของตนเอง ซึ่งเป็นแบบสำรวจฉบับหนึ่งที่จะทำให้นักเรียนได้ทราบถึงทักษะที่มีอยู่ของตนเอง และนำข้อมูลที่ได้ไปพิจารณา ตัดสินใจในการเลือกเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนในอนาคตได้ และขอให้นักเรียนทำอย่างตั้งใจ” (5 นาที)
2. ครูแจกแบบสำรวจการค้นหาทักษะของตนเองให้นักเรียนและอธิบายขั้นตอนของการทำแบบสำรวจฯ โดยกล่าวว่า “แบบสำรวจฯ ฉบับนี้ช่วยให้นักเรียนได้ทราบถึงทักษะของตนเอง โดยให้นักเรียนพิจารณาทักษะที่มีอยู่ของตนเองว่ามีอย่างน้อยเพียงใด และให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่นักเรียนคิดว่าตรงกับตนเองมากที่สุด ซึ่งครูจะให้เวลาในการทำแบบสำรวจฯ 20 นาที” และเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามหากมีข้อสงสัยในการทำแบบสำรวจฯ (25 นาที)
3. เมื่อหมดเวลาในการทำแบบสำรวจฯ ครูให้นักเรียนคิดคะแนนรวมจากแบบสำรวจฯ ในแต่ละด้านด้วยตนเอง โดยกล่าวว่า “เมื่อนักเรียนทำแบบสำรวจเสร็จเรียบร้อยแล้วให้นักเรียนรวมคะแนนในแต่ละด้านโดยคิดคะแนนจากช่องที่นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ไว้แล้วให้นักเรียนตรวจสอบดูว่าคะแนนของตนเองในด้านใดมีอันดับสูงที่สุด 3 อันดับแรก” (10 นาที)
4. ครูถามนักเรียนว่า “ในการทำแบบสำรวจการค้นหาทักษะของตนเองฉบับนี้นักเรียนคิดว่าตรงกับตัวนักเรียนหรือไม่ และนักเรียนคิดว่าการทำแบบสำรวจฯ ฉบับนี้มีความสำคัญกับนักเรียนในเรื่องการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองอย่างไร” (5 นาที)
5. ครูแจกบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 4 เรื่อง “ฉันมีทักษะด้านใด” ให้นักเรียนทำ (5 นาที)

การประเมินผล

นักเรียนบอกได้ว่าตนเองมีทักษะด้านใดบ้าง และมีทักษะในแต่ละด้านอย่างน้อยเพียงใด

สื่อการเรียนรู้

1. แบบสำรวจการค้นหาทักษะของตนเอง
2. แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 5 เรื่อง “ฉันมีทักษะด้านใดบ้างที่จะทำให้เป้าหมายของฉันสำเร็จ”

ชื่อ นามสกุล..... เลขที่

แบบสำรวจการค้นหาทักษะของตนเอง

คำแนะนำ กลุ่มทักษะเหล่านี้มีหลายข้อเป็นทักษะที่นักเรียนมีอยู่แล้วในปัจจุบัน
โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ในช่องทางด้านขวาตามระดับที่เป็นจริง

โดยให้แต่ละช่องมีความหมายดังต่อไปนี้

- | | |
|-----------|--|
| ช่องที่ 1 | แทนความชำนาญที่นักเรียนมีอยู่น้อยมาก |
| ช่องที่ 2 | แทนความชำนาญที่นักเรียนมีอยู่น้อย |
| ช่องที่ 3 | แทนความชำนาญที่นักเรียนมีอยู่ปานกลาง |
| ช่องที่ 4 | แทนความชำนาญที่นักเรียนมีอยู่มาก |
| ช่องที่ 5 | แทนความชำนาญที่นักเรียนมีอยู่มากที่สุด |

ระดับความสามารถที่คิดว่ามี

	น้อยมาก	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
	1	2	3	4	5
1. ทักษะที่เกี่ยวข้องกับวัตถุ 1.1 ประกอบชิ้นส่วนต่าง ๆ ด้วยมือ เช่น ชิ้นส่วนวิทยุ 1.2 สร้างรูปร่าง เช่น งานช่างไม้ ทอ 1.3 ใช้เครื่องมือ เช่น ป้อนบัตร เจาะผนัง ขุด 1.4 .ใช้เครื่องจักรกล เช่น จักรเย็บผ้า 1.5 ใช้เครื่องจักรกลเคลื่อนที่ เช่น รถบรรทุก รถยนต์ 1.6 ใช้มือทำความแม่นยำ เช่น ประกอบชิ้นส่วนเข้าเป็นรูปร่าง 1.7 ซ่อม แก้ไข ทำให้ใช้งานได้ เช่น ซ่อม เครื่องยนต์					
รวมคะแนน _____					
2. การใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย 2.1 กิจกรรมใช้กล้ามเนื้อสัมพันธ์ เช่น ยิมนาสติก 2.2 ความแข็งแรงคล่องแคล่วของ ร่างกาย เช่น ยก แบก หาม 2.3 ประกอบกิจกรรมกลางแจ้ง เช่น ทำงานกีฬาต่าง ๆ					
รวมคะแนน _____					

ระดับความสามารถที่คิดว่ามี

	น้อยมาก	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
	1	2	3	4	5
3. การใช้ถ้อยคำภาษา 3.1 อ่าน เช่น อ่านหนังสือด้วยความเข้าใจ 3.2 เลียนแบบการเขียน เช่น การนำต้นฉบับเดิมมาแต่งเติมเป็นเรื่องราวใหม่ 3.3 เขียนโครงการ เขียนรายงาน 3.4 .ได้ตอบจดหมาย เขียนบทความ 3.5 พูดหรือปราศรัยแคล่วคล่องด้วยความเชื่อมั่น 3.6 สอนหรือฝึกอบรม ทำกลุ่มหรือพูดหน้าชั้นได้สนุกสนาน 3.7 งานตรวจภาษา จัดเกล้า แก้ไขสำนวน 3.8 จดจำถ้อยคำได้แม่นยำ เช่น ชื่อคน 3.9 แปลหรือปรับภาษาทางวิชาการมาเป็นภาษาที่คนทั่วไปสามารถเข้าใจได้ 3.10 มีความสามารถในการสัมภาษณ์					
รวมคะแนน _____					

ระดับความสามารถที่คิดว่ามี

	น้อยมาก	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
	1	2	3	4	5
4. การใช้สัมพัทธ์ทั้ง 5 4.1 สังเกตมีความละเอียดอ่อนในการตรวจสอบ 4.2 วินิจฉัยตัดสินว่าจะทำอะไรก่อน หรือหลังในสถานการณ์หนึ่ง ๆ รวมคะแนน _____					
5. การใช้ตัวเลข 5.1 นับรายการสิ่งของหรือสินค้าต่าง ๆ 5.2 นับจำนวนตัวเลข 5.3 คิด จำนวนตัวเลข ได้รวดเร็ว 5.4 .คิดบัญชี ทำงบประมาณ 5.5 จัดการและควบคุมการเงินกระแสนวัน 5.6 ความจำเกี่ยวกับตัวเลข รวมคะแนน _____					
6. การใช้ญาณพิเศษหรือลางสังหรณ์ใจ ที่เกิดขึ้น 6.1 การประมาณการล่วงหน้าได้ 6.2 มองคนและสถานการณ์ออก ถูกต้องและรวดเร็ว 6.3 หยั่งรู้เหตุการณ์หรือสิ่งต่าง ๆ ได้ ทะลุปรุโปร่ง 6.4 ตัดสินใจทำตามที่ตนรู้สึก เช่น รู้ว่าควรจะไปวางใจใครหรือไม่ 6.5 สามารถในการมองภาพสามมิติ เช่น วาดภาพหุ่นจำลอง พิมพ์เขียว รวมคะแนน _____					

ระดับความสามารถที่คิดว่ามี

	น้อยมาก	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
	1	2	3	4	5
7. การวิเคราะห์และใช้เหตุผล 7.1 วิจัย/รวบรวมข้อมูล เช่น ค้นพบ ทางลัดไปสู่เป้าหมาย 7.2 วิเคราะห์จำแนกแยกแยะ เช่น รู้ส่วน ประกอบของวัตถุ/อาหาร 7.3 จัดทำหมวดหมู่แยกประเภท เช่นอายุ ศศ 7.4 แก้ปัญหาเป็น รู้ว่าควรใช้วิธีการ ใดในการแก้ปัญหาแต่ละชนิด 7.5 แยกสิ่งสำคัญออกจากสิ่งไม่สำคัญ เช่น ดึงประเด็นที่สำคัญออกได้ถูกต้อง 7.6 วินิจฉัยถึงเหตุและผลที่เกิดขึ้นได้ 7.7 เปรียบเทียบความเห็นคล้ายคลึงหรือต่างกัน 7.8 ทดสอบ แยกแยะ กลั่นกรอง					
รวมคะแนน _____					
8. ใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ 8.1 มีมโนภาพจินตนาการ เช่นคิดทำสิ่งใหม่ๆ 8.2 ประดิษฐ์สิ่งขึ้นเองพัฒนาให้ดีกว่าเก่า 8.3 คิดแก้ปัญหาเหตุการณ์เฉพาะหน้า ไปได้ 8.4 ปรับเปลี่ยนแปลงแก้ไขให้ใช้ได้ 8.5 ผสมผสานความคิดใหม่ๆ เข้าด้วยกัน 8.6 มองทะลุถึงแก่นแท้ปัญหาที่แท้จริง 8.7 ปรับทฤษฎีหรือความคิดจน สามารถนำไปปฏิบัติได้					
รวมคะแนน _____					

ระดับความสามารถที่คิดว่ามี

	น้อยมาก	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
	1	2	3	4	5
9. ทักษะเกี่ยวข้องกับบุคคลและการให้ความช่วยเหลือ 9.1 มีความสุขในการได้ช่วยเหลือผู้อื่น 9.2 รับฟังการสื่อสารจากผู้อื่นด้วยความเข้าใจ 9.3 สร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้โดยง่าย 9.4 ไวต่อความรู้สึกของผู้อื่นและเข้าใจผู้อื่น 9.5 ปลอดภัย ให้กำลังใจ ให้ขวัญแก่ผู้อื่น 9.6 จูงใจ ชักนำผู้อื่น 9.7 กระตุ้น โน้มน้ำใจให้ผู้อื่นมีความกล้า 9.8 ทำให้ผู้อื่นรู้สึกมีคุณค่า 9.9 ให้คำปรึกษา แนะนำผู้อื่น					
รวมคะแนน _____					
10. ทักษะทางศิลปะ 10.1 แต่งบทเพลง 10.2 ร้องเพลง เล่นดนตรี 10.3 คิดแปลงสิ่งของวัตถุให้สวยงาม 10.4 .สร้างสรรค์งานจากสัญลักษณ์หรือภาพพจน์ เช่น ออกแบบเครื่องประดับ เพชรพลอย 10.5สามารถใช้สีสร้างสรรค์งานเช่นวาดภาพ 10.6แสดงความรู้สึกความคิดออกทางสีหน้าท่าทาง 10.7ใช้ถ้อยคำได้สละสลวยเช่นเขียนกวี					
รวมคะแนน _____					

ระดับความสามารถที่คิดว่ามี

	น้อยมาก	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
	1	2	3	4	5
11. ความเป็นผู้นำ 11.1 ริเริ่มงานใหม่/ความคิดใหม่/โครงการใหม่ 11.2 เริ่มต้นหรือสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น 11.3 จัดการ รวบรวม สร้างทีมงาน 11.4 ประสานงานกับฝ่ายต่าง ๆ 11.5 สนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลง 11.6 กล้าตัดสินใจ 11.7 ตัวแทนในการเสนอผลงานกลุ่ม 11.8 ชักจูง ต่อรอง เสนอความคิด					
รวมคะแนน _____					

ที่มา : กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ

การเรียนรู้ครั้งที่ 6 “อาชีพที่เหมาะสมกับตัวฉัน”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การกำหนดเป้าหมายในการเลือกอาชีพของนักเรียนนั้น นักเรียนควรทราบถึงความสนใจและลักษณะบุคลิกภาพของตนเองว่าเหมาะสมกับลักษณะอาชีพแบบใดเพื่อที่นักเรียนจะสามารถกำหนดเป้าหมายในการประกอบอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง โดยแบบทดสอบ Self – Directed Search (SDS) เป็นแบบทดสอบที่สามารถบอกถึงลักษณะบุคลิกภาพและความสนใจของนักเรียนที่เหมาะสมกับอาชีพนั้นๆได้ ซึ่งผลจากแบบทดสอบนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการตัดสินใจเลือกตั้งเป้าหมายทางด้านอาชีพของนักเรียนต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักเรียนทราบถึงความสนใจและลักษณะบุคลิกภาพของตนเอง และอาชีพที่เหมาะสมกับลักษณะบุคลิกภาพของตนเองได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูถามนักเรียนว่า “นักเรียนรู้หรือไม่ว่าตนเองมีลักษณะบุคลิกภาพแบบใด มีความสนใจหรือความถนัดในเรื่องใดบ้าง” โดยก่อนการทำแบบทดสอบครูให้นักเรียนเขียนใส่กระดาษเพื่อเป็นการเปรียบเทียบว่าลักษณะบุคลิกภาพที่นักเรียนคิด กับผลจากการทำแบบทดสอบ SDS มีความสอดคล้องหรือตรงกันหรือไม่ (5 นาที)
2. ครูอธิบายถึงแบบทดสอบ Self – Directed Search (SDS) โดยกล่าวว่า “การทำแบบทดสอบฉบับนี้เป็นแบบทดสอบที่นักเรียนจะทราบถึงลักษณะบุคลิกภาพและความสนใจของตนเอง และอาชีพที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของนักเรียน เพื่อให้นักเรียนนำข้อมูลจากการแปลผลของแบบทดสอบนี้มาประกอบการพิจารณาตัดสินใจเลือกตั้งเป้าหมายทางด้านอาชีพที่เหมาะสมกับตัวนักเรียนเองและขอให้นักเรียนทำอย่างตั้งใจ” (5 นาที)
3. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 6 เรื่อง “อาชีพที่ใฝ่ฝัน” ให้นักเรียนทำ โดยครูอธิบายว่า ก่อนที่นักเรียนจะทำแบบทดสอบ SDS นั้น ครูขอให้นักเรียนทุกคนเขียนอาชีพที่ใฝ่ฝันก่อน แล้วหลังจากทำแบบทดสอบฯ เราจะมาเทียบดูว่าอาชีพที่นักเรียนใฝ่ฝันนั้น สอดคล้องกับอาชีพที่ได้จากการแปลผลของแบบทดสอบหรือไม่ (5 นาที)
4. ครูแจกแบบทดสอบ Self – Directed Search (SDS) ให้ทุกคน พร้อมทั้งอธิบายวัตถุประสงค์ ขั้นตอน วิธีการในการทำแบบทดสอบฯ และให้นักเรียนซักถามหากมีข้อสงสัยในการทำแบบทดสอบฯ (5 นาที)
5. ครูให้เวลาในการทำแบบทดสอบประมาณ 15 นาที (15 นาที)
6. ครูอธิบายวิธีการแปลผล และให้นักเรียนออกมาหียบัตรรหัสบุคลิกภาพที่ตรงกับตนเอง (5 นาที)
7. ครูให้นักเรียนเปรียบเทียบบุคลิกภาพ ความสนใจ และความถนัดที่นักเรียนได้เขียนไว้ก่อนการทำแบบทดสอบ ว่าตรงกับผลจากแบบทดสอบ SDS หรือไม่ และนักเรียนคิดอย่างไร (5 นาที)
8. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปราย ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่าการทราบถึงความสนใจและลักษณะบุคลิกภาพของตนเองนั้นมีความสำคัญต่อการเลือกตั้งเป้าหมายของตนเองอย่างไร (5 นาที)
9. ให้นักเรียนทำแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 6 เรื่อง “อาชีพที่เหมาะสมกับฉัน” (5 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนบอกได้ว่าลักษณะบุคลิกภาพและความสนใจเป็นอย่างไร
2. นักเรียนบอกได้ว่าอาชีพที่เหมาะสมกับลักษณะบุคลิกภาพของตนคืออาชีพใด

สื่อการเรียนรู้

1. แบบทดสอบ Self – Directed Search (SDS)
2. สมุดรายชื่ออาชีพตามรหัสของ จอห์น แอล ฮอลแลนด์
3. บัตรรหัสบุคลิกภาพ จำนวน 6 บุคลิกภาพ ได้แก่ บุคลิกภาพแบบ A, R, I, S, E, C
4. เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 6 เรื่อง “อาชีพที่ฉันใฝ่ฝัน”
5. แบบบันทึกประสบการณ์กิจกรรมครั้งที่ 6 เรื่อง “อาชีพที่เหมาะสมกับฉัน”

ชื่อ นามสกุล ชั้น เลขที่



เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 6



เรื่อง “อาชีพที่ฉันใฝ่ฝัน”

คำชี้แจง

ให้นักเรียนตอบคำถามดังต่อไปนี้

อาชีพที่ฉันชอบ	เหตุผลที่ต้องการประกอบอาชีพนี้
1.
2.....
3.
4.
5.
6.....
7.
8.
9.
10.

1. จากการแปลผลแบบทดสอบ S.D.S พบว่า ความสนใจและ
ลักษณะบุคลิกภาพของฉัน 3 อันดับแรกคือ

อันดับที่ 1
ฉันมีบุคลิกภาพแบบ
.....
ลักษณะความสนใจของฉันคือ

อันดับที่ 2 ฉันมีบุคลิกภาพแบบ
ลักษณะความสนใจของฉันคือ
.....

อันดับที่ 3 ฉันมีบุคลิกภาพแบบลักษณะความสนใจของฉัน
คือ.....

2. อาชีพที่สอดคล้องกับลักษณะบุคลิกภาพของฉัน คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. จากการแปลผลของแบบทดสอบฯ นักเรียนคิดว่า
ตรงกับลักษณะบุคลิกภาพของตนเอง และลักษณะอาชีพที่
นักเรียนคาดหวังไว้ หรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

การเรียนรู้ครั้งที่ 7 “เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การที่นักเรียนได้สำรวจตนเองในด้านความสามารถ ความถนัด ความสนใจ ทักษะและจุดเด่นของตนเอง รวมถึงการทำแบบทดสอบทางจิตวิทยานั้นจะทำให้นักเรียน ได้รู้จักตนเองและทราบถึงลักษณะอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งทำให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองได้ โดยเป้าหมายที่นักเรียนได้ตั้งขึ้นนั้นนักเรียนสามารถพิจารณาจากข้อมูลต่างๆ ของตนเองเพื่อเป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการตัดสินใจกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถบอกเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองพร้อมเหตุผลในการตั้งเป้าหมายนั้นรวมถึงบอกประโยชน์ที่ได้จากการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้ตั้งขึ้น

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูมีประเด็นในการอภิปรายว่า “ในการขับรถออกจากบ้านเพื่อเดินทางไปในที่ที่ไม่รู้จัก ระหว่างคนที่วางแผนศึกษาเส้นทางไว้ก่อน กับคนที่ขับไปเรื่อยๆ ค่อยๆ หาเส้นทาง นักเรียนคิดว่าใครจะไปถึงที่หมายก่อนกันและสิ้นเปลืองน้ำมันน้อยกว่ากัน” ให้นักเรียนตัดสินใจเลือกว่าจะเดินทางแบบใด เพราะอะไร โดยให้นักเรียนประมาณ 3 – 4 คนแสดงความคิดเห็น (5 นาที)
2. ครูอธิบายว่า “การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพนั้นจะช่วยให้นักเรียนมีแนวทางในการกระทำที่แน่นอน ไม่วอกแวก หรือออกนอกกลุ่มนอกทาง ซึ่งทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจที่จะกระทำตามเป้าหมายที่ตนเองกำหนดได้ ทั้งนี้ นักเรียนต้องเป็นผู้ตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง เพราะนักเรียนเป็นบุคคลที่รู้จักตนเองมากที่สุดและเป็นผู้รับผิดชอบต่อผลของการตั้งเป้าหมาย ดังนั้นการตั้งเป้าหมายนั้น ไม่มีใครที่จะตั้งเป้าหมายให้เราได้ดีเท่าตัวเราเอง” (5 นาที)
3. ครูให้นักเรียนนำผลของแบบทดสอบจากทุกครั้งที่ผ่านมา มาวิเคราะห์เพื่อตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตน โดยครูแจกเอกสารการแปลผลที่นักเรียนได้ทำแบบทดสอบ SDS และแบบสำรวจทักษะ เพื่อให้นักเรียนใช้ประกอบการพิจารณาเลือกเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง (5 นาที)
4. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 7 เรื่อง “เป้าหมายของฉัน” พร้อมอธิบายคำถามในแต่ละข้อดังนี้
 - ให้นักเรียนพิจารณาการแปลผลจากแบบทดสอบในครั้งที่ผ่านมาว่าตนเองมีความถนัด ความสนใจ มีบุคลิกภาพแบบใด และมีทักษะในด้านใดที่ชัดเจนที่สุด เพื่อนำข้อมูลเหล่านั้นมาวิเคราะห์ และตัดสินใจตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง
 - เมื่อนักเรียนตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองแล้วให้นักเรียนบอกเหตุผลของเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้
 - นักเรียนคิดว่าตนเองมีความพร้อมในการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเพียงใด เพราะเหตุใด
 แล้วให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยและลงมือทำ (10 นาที)
5. ครูให้นักเรียนแต่ละคนออกมาพูดเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง โดยให้นักเรียนอธิบายว่าเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองนั้นมีความสอดคล้องกับผลของแบบทดสอบที่นักเรียนทำอย่างไร (15 นาที)

6. ครูกล่าวสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ว่า “การที่นักเรียนแต่ละคนมีเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพที่ต่างกัน เป็นเพราะนักเรียนแต่ละคนมีความสามารถ ความถนัด ฯลฯ ที่แตกต่างกัน ฉะนั้นการที่นักเรียนตั้งเป้าหมายด้วยตนเองจะทำให้นักเรียนทราบถึงความสามารถในการกระทำของตนเองที่จะทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมายได้ อย่างไรก็ตาม เมื่อนักเรียนได้กำหนดเป้าหมายของตนเองแล้ว นักเรียนควรมีการวางแผนการกระทำของตนเองทั้งระยะสั้นและระยะยาว เพื่อให้สำเร็จตามเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้” (5 นาที)
7. ครูแจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 7 เรื่อง “เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน” (5 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนบอกถึงบุคลิกภาพ ความสนใจ ความถนัด และทักษะของตนเองได้
2. นักเรียนตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองได้สอดคล้องกับบุคลิกภาพ ความสนใจ ความถนัด และทักษะของตนเอง

สื่อการเรียนรู้

1. เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 7 เรื่อง “เป้าหมายของฉัน”
2. แบบบันทึกประสบการณ์กิจกรรมครั้งที่ 7 เรื่อง “เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน”

ชื่อ นามสกุล เลขที่



เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 7



เรื่อง “เป้าหมายของฉัน”

คำชี้แจง ขอให้นักเรียนตอบคำถามดังต่อไปนี้ โดยวิเคราะห์ตนเองจากผลของแบบทดสอบต่างๆ

<p>บุคลิกภาพของฉัน</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>ความถนัดของฉัน</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>ความสนใจของฉัน</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>ทักษะของฉัน</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน</p> <p>คือ.....</p> <p>.....</p> <p>เหตุผล.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	



นักเรียนคิดว่าตนเองมีความพร้อมในการทำให้

เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จได้เพียงใด

.....

.....

.....

.....

.....

เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

.....

การเรียนรู้ครั้งที่ 8 “ลักษณะของเป้าหมายที่ดีเป็นอย่างไร”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

ในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพนั้น นักเรียนควรตรวจสอบเป้าหมายของตนเองกับลักษณะของเป้าหมายที่ดี เพื่อนักเรียนจะได้ทราบถึงจุดบกพร่องของการตั้งเป้าหมายของตนและปรับปรุงให้เหมาะสม โดยลักษณะของเป้าหมายที่ดีนั้นควรมีลักษณะดังนี้ 1) มีความชัดเจน 2) มีความท้าทาย 3) มีความเป็นไปได้ 4) มีการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักเรียน ได้เรียนรู้ลักษณะการตั้งเป้าหมายที่ดีและนำมาปรับปรุง แก้ไขเป้าหมายของตนเองให้มีลักษณะของเป้าหมายที่ดีได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูกล่าวนำว่า “เมื่อสัปดาห์ที่แล้วเราได้นำข้อมูลที่ได้อำนาจตนเองมาวิเคราะห์ตัวเองในด้านความสามารถ ความถนัด ความสนใจ ทักษะและจุดเด่นของตัวเอง เพื่อที่จะนำข้อมูลพื้นฐานเหล่านั้นมาประกอบการตัดสินใจตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองแล้ว นักเรียนคิดว่าเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้มีลักษณะอย่างไร” (5 นาที)
2. ครูตั้งคำถามให้นักเรียนระดมความคิดว่า “การตั้งเป้าหมายที่ดีควรมีลักษณะอย่างไรบ้าง” และให้นักเรียนคิดว่าเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้นั้นดีหรือยัง โดยครูเขียนความคิดเห็นของนักเรียนบนกระดานและสรุปออกมาเป็นลักษณะของเป้าหมายที่ดีคือ 1) มีความชัดเจน 2) มีความท้าทาย 3) มีความเป็นไปได้ 4) มีการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว (10 นาที)
3. ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน จำนวน 3 กลุ่ม และแจกใบความรู้จากกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 8 เรื่อง “ลักษณะเป้าหมายที่ดี” ให้นักเรียนได้ศึกษาและแสดงความคิดเห็นร่วมกันภายในกลุ่ม (10 นาที)
4. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอว่าเมื่อนักเรียนได้เรียนรู้ลักษณะของเป้าหมายที่ดีแล้วนักเรียนคิดว่ามีข้อดีหรือประโยชน์กับการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนอย่างไร (10 นาที)
5. ครูแจกแบบตรวจสอบลักษณะของเป้าหมายที่ดีให้นักเรียนทุกคนเพื่อให้นักเรียนได้สำรวจว่าตนเองมีลักษณะของการตั้งเป้าหมายดีหรือไม่ และต้องปรับปรุงหรือพัฒนาตนเองอย่างไร (5 นาที)
6. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมในครั้งนี้ โดยครูให้ข้อสรุปว่า “ในการที่นักเรียนได้ศึกษาลักษณะของเป้าหมายที่ดีนั้นทำให้นักเรียนได้ตรวจสอบเป้าหมายของตนเองว่ามีลักษณะอย่างไร และควรปรับปรุงในส่วนใดบ้างเพื่อให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองมีความชัดเจน และละเอียดมากขึ้น ซึ่งส่งผลให้นักเรียนสามารถวางแผนในการกระทำของตนเองได้อย่างละเอียดและทำให้เป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้นั้นประสบผลสำเร็จได้” (5 นาที)
7. ครูแจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 8 เรื่อง “ลักษณะของเป้าหมายที่ดีเป็นอย่างไร” ให้นักเรียนและอธิบายข้อคำถามในแต่ละข้อ (5 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนสามารถบอกได้ว่าลักษณะของเป้าหมายที่ดีเป็นอย่างไร
2. นักเรียนสามารถปรับปรุงเป้าหมายของตนเองให้มีลักษณะของเป้าหมายที่ดีได้

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 8 เรื่อง “ลักษณะเป้าหมายที่ดี”
2. แบบบันทึกประสบการณ์กิจกรรมครั้งที่ 8 เรื่อง “ลักษณะของเป้าหมายที่ดีเป็นอย่างไร”



ใบความรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 8

เรื่อง “ลักษณะของเป้าหมายที่ดี”

ลักษณะของเป้าหมายที่ดี



มีความเฉพาะเจาะจง คือ เป็นเป้าหมายที่ชัดเจน เน้นถึงสิ่งที่เราต้องการให้เกิดขึ้น ซึ่งเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงจะช่วยให้เกิดแรงกระตุ้นและชี้แนะในการทำพฤติกรรมซึ่งส่งผลต่อความพึงพอใจในตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเอง และได้รับผลงานที่สูงกว่าการตั้งเป้าหมายโดยทั่วไป เนื่องจากเป้าหมายที่มีความเฉพาะเจาะจงช่วยให้เกิดความชัดเจนในสิ่งที่บุคคลกำลังจะทำ ดังนั้นเป้าหมายที่กำหนดไว้จะต้องเป็นรูปธรรมว่าจะไรคือเป้าหมายที่กำลังจะทำ ทำไม่ต้องทำสิ่งนั้นในเวลานี้ และจะทำสิ่งนั้น ได้โดยวิธีใด

มีความท้าทาย เนื่องจากระดับของเป้าหมายมีผลต่อปฏิกิริยาต่อตนเองและความพยายามที่ใช้ ดังนั้นเมื่อบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่มีความท้าทายบุคคลจะเกิดความพึงพอใจและพยายามมากขึ้นและถ้าตั้งเป้าหมายสูงก็จะยิ่งเพิ่มความพยายามมากขึ้นในการทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมาย

มีความใกล้เคียงกับความเป็นจริง คือ เป็นเป้าหมายที่มีความใกล้เคียงกับระดับความสามารถที่บุคคลนั้นจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้ ซึ่งจะส่งผลให้เห็นถึงความก้าวหน้าในการกระทำตามเป้าหมายที่ได้กำหนดไว้ ซึ่งจะมีผลต่อแรงจูงใจคือ หากประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ จะทำให้เกิดความมุ่งมั่นและมีความพยายามเพิ่มมากขึ้น

มีการวางแผนระยะสั้นและระยะยาว โดยการวางแผนจะต้องมีการกำหนดระยะเวลาในการปฏิบัติและวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาวไว้อย่างชัดเจน ซึ่งเป้าหมายระยะสั้น หมายถึงเป้าหมายที่สามารถทำให้บรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะสั้นจึงได้รับการแบ่งเป็นเป้าหมายย่อยให้บุคคลกระทำในช่วงเวลาสั้นๆ ส่วนเป้าหมายระยะยาว หมายถึงเป้าหมายซึ่งมีระยะห่างของเวลาระหว่างปัจจุบันกับสิ่งที่เป็นเป้าหมายในอนาคตมาก บุคคลจึงไม่อาจประสบความสำเร็จได้ในระยะเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะยาวเป็นการระบุเป้าหมายโดยภาพรวมตอนสุดท้ายให้บุคคลกระทำ



เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 8

เรื่อง “ลักษณะของเป้าหมายที่ดีเป็นอย่างไร”

ใบตรวจสอบลักษณะของเป้าหมายที่ดี

คนที่	ชื่อ	ลักษณะของเป้าหมายที่ดี			
		มีความชัดเจน	มีความท้าทาย	มีความเป็นไปได้	มีการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว
1					
2					
3					
4					
5					
รวม					

สิ่งที่ต้องการปรับปรุงเป้าหมายของตนเอง เพื่อให้เกิดลักษณะของเป้าหมายที่ดี

.....

.....

.....

.....

.....



ชื่อ นามสกุล เลขที่



แบบบันทึกประสบการณ์

จากกิจกรรมครั้งที่ 8 เรื่อง “ลักษณะของเป้าหมายที่ดีเป็นอย่างไร”



สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมในครั้งนี้



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



การเรียนรู้ครั้งที่ 9 “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การเลือกอาชีพที่นักเรียนมีความสนใจนั้น นอกจากนักเรียนควรพิจารณาจากข้อมูลพื้นฐานของตนเองแล้ว นักเรียนควรได้เรียนรู้วิธีการในการค้นหาหาความรู้ ข้อมูลจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือเกี่ยวกับอาชีพที่นักเรียนสนใจและมีความคาดหวังที่จะประกอบอาชีพนั้นในอนาคต ซึ่งจะให้นักเรียนเห็นทางเลือกที่เหมาะสมกับตนเอง และสามารถทำให้นักเรียนวางแผนในการปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุยังเป้าหมายทางอาชีพที่นักเรียนได้ตั้งขึ้นไว้ได้

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่นักเรียนสนใจ และสามารถบอกสาขาวิชาที่จะศึกษาต่อ ลักษณะงาน และคุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพที่นักเรียนสนใจได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูกล่าวนำว่า “เมื่อนักเรียนตั้งเป้าหมายทางอาชีพของตนเองแล้ว นักเรียนจำเป็นต้องเรียนรู้ทักษะในการค้นคว้าหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่างๆ เช่น หนังสือ นิตยสาร วารสาร Internet เพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนต้องเลือกเรียนสาขาวิชาใด มหาวิทยาลัยใด ที่สามารถนำความรู้ที่ได้ไปประกอบอาชีพที่ตนเองสนใจหรืออาชีพที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ และเมื่อนักเรียนทราบข้อมูลเหล่านั้นแล้ว นักเรียนควรวางแผนในการปฏิบัติของตนเองทั้งระยะสั้นและระยะยาว เพื่อให้ไปถึงเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่นักเรียนได้ตั้งไว้ (5 นาที)
2. ครูนำนักเรียนไปค้นคว้าหาข้อมูลจากห้องปฏิบัติการComputer โดยครูแจกCDการแนะนำแนวทางในการหาข้อมูลในการศึกษาและอาชีพ ของกรมจัดหางาน กระทรวงแรงงาน เพื่อนำมาเป็นข้อมูลประกอบการค้นคว้า (5 นาที)
3. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 9 เรื่อง “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ” ให้นักเรียนกรอกข้อมูลที่ได้ค้นคว้ามา และให้เวลานักเรียนหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่างๆ เช่น หนังสือ นิตยสาร วารสาร Internet ฯลฯ (30 นาที)
4. ครูให้นักเรียนเขียนแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 9 เรื่อง “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ” (10 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนสามารถบอกได้ว่าสาขาวิชาที่จะศึกษาต่อ ลักษณะงาน และคุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพที่นักเรียนสนใจเป็นอย่างไร
2. นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการในการค้นคว้าหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่างๆ

สื่อการเรียนรู้

1. Computer ในระบบ Internet
2. แผ่น CD เรื่อง “ข้อมูลอาชีพ” ของกรมจัดหางาน กระทรวงแรงงาน
3. เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 9 เรื่อง “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ”
4. แบบบันทึกประสบการณ์กิจกรรมที่ 9 เรื่อง “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ”

ชื่อ นามสกุล เลขที่



แบบบันทึกประสบการณ์

กิจกรรมครั้งที่ 9 เรื่อง “ข้อมูลอาชีพที่ฉันสนใจ”

สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมในครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



การเรียนรู้ครั้งที่ 10 “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การวางแผนการปฏิบัติงานเป็นขั้นตอนที่สำคัญขั้นตอนหนึ่งที่ช่วยให้นักเรียนบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ โดยในการวางแผนงานนั้นควรระบุนักเรียนจะต้องทำอะไรก่อนหลังมีขั้นตอนในการดำเนินการอย่างไร หรือมีกิจกรรมอะไรที่ควรทำแต่ยังไม่ได้ทำ เพื่อให้การวางแผนรอบคอบและถูกต้อง ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพได้รวดเร็วยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการวางแผนการปฏิบัติงาน ต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ และสามารถวางแผนการปฏิบัติงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูเปิดประเด็นให้นักเรียนร่วมอภิปรายกันว่า “เมื่อนักเรียนมีเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ชัดเจนแล้ว ขั้นตอนต่อไปที่นักเรียนควรทำเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้คืออะไร และควรทำอย่างไรบ้าง” (5 นาที)
2. ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 7 – 8 คน พร้อมกับอธิบายว่า “เมื่อนักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่มแล้ว ครูจะแจกบทกลอนให้นักเรียนกลุ่มละ 1 บทกลอน และให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับบทกลอนที่ได้ดังนี้”
 - บทกลอนนี้หมายความว่าอย่างไร
 - นักเรียนคิดอย่างไร และรู้สึกอย่างไรกับบทกลอนที่ได้อ่าน
 - นักเรียนคิดว่าสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากบทกลอน สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับเป้าหมายของตนเองได้อย่างไรบ้าง
 - นักเรียนคิดว่าหากนักเรียนไม่มีการวางแผน จะเกิดผลกระทบกับนักเรียนอย่างไร
 - นักเรียนมีข้อคิด หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติมให้กับเพื่อนในกลุ่มอย่างไรบ้างเพื่อให้ทุกคนสามารถบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้

โดยบทกลอนทั้ง 2 บทกลอน คือ

“อยากให้งานดีมีหลัก
เป้าหมาย วิธีการ ขั้นตอน
สมาชิกร่วมรับผิดชอบ
อย่าให้เข้าใจตรงกัน

รู้จักกำหนดแผนก่อน
อุปกรณ์ ของใช้ ครบครัน
ก่อนมอบบทบทวนให้มัน
ปฏิบัติงานตามนั้นจึงจะดี”

“ก่อนจะทำงานใดจำให้มัน
งานน่าชม น่าอดสู น่าดูแคลน
จะวางแผนแต่ละที่ ต้องถี่ถ้วน
ใครจะทำ ทำอย่างไร ในทีวัน
การทำงาน ไม่มีแผน แส่นลำปาก
งานมีแผน แส่นสุขสันต์ ทันเวลา

สิ่งสำคัญเหนือทุกอย่างคือ “วางแผน”
อยู่ที่ “แผน” ว่าแจ่มชัดหรือขัดกัน
ต้องทบทวนวางให้เห็นเป็น ชั้น ชั้น
ประสานกันอย่างเข้าใจใช้ปัญญา
ต้องเหนื่อยยาก งานไม่ดี “มีปัญหา”
“หมดปัญหา ถึงปลายทาง อย่างตั้งใจ”

(10 นาที)

3. เมื่อนักเรียนแสดงความคิดเห็นครบถ้วนแล้วครูกล่าวว่า “การที่นักเรียนจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตนตั้งไว้นั้น นักเรียนควรมีการวางแผนในการปฏิบัติงานเสียก่อน เพราะการวางแผนอย่างรอบคอบก่อนลงมือปฏิบัติมันมักจะทำให้งานออกมาได้ผลดี ปัญหาหรืออุปสรรคก็จะเกิดได้น้อยกว่างานที่ไม่มีวางแผน” (5 นาที)
4. ครูให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่า การวางแผนที่ดีนั้นควรมีลักษณะเช่นไร โดยครูเขียนความคิดเห็นของนักเรียนไว้บนกระดาน (5 นาที)
5. จากข้อ 2 ครูสรุปรวมความคิดเห็นของนักเรียน และอธิบายเพิ่มเติมว่า ลักษณะของการวางแผนที่ดีนั้น นักเรียนควรตอบคำถามให้ได้ว่า
 - 3.1 เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองคืออะไร
 - 3.2 เป้าหมายระยะสั้น ระยะยาวคืออะไร
 - 3.3 จะทำอย่างไรให้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้
 - 3.4 มีขั้นตอนในการปฏิบัติอย่างไร
 - 3.5 ต้องใช้ระยะเวลาานเท่าใด (เริ่มต้น และสิ้นสุดเมื่อไหร่)
 - 3.6 ผลที่ได้รับเมื่อประสบความสำเร็จ นักเรียนรู้สึกอย่างไร
 - 3.7 ผลที่ได้รับหากไม่ประสบความสำเร็จ นักเรียนรู้สึกอย่างไร
 - 3.8 ใครมีส่วนร่วมในเป้าหมายของนักเรียนบ้าง

เนื่องจากคำถามเหล่านี้จะให้นักเรียนได้ทราบเป้าหมายของนักเรียนอยู่ที่ใด และจะทำอย่างไรเพื่อให้ไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ (5 นาที)
6. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 10 เรื่อง “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้” ให้นักเรียนได้วางแผนการปฏิบัติที่สามารถทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตนวางไว้ได้ (5 นาที)
7. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมในครั้งนี้ว่า การวางแผนนั้นมีประโยชน์อย่างไรต่อเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียน โดยครูกล่าวสรุปว่า “ในการทำงานใดๆ ควรมีการวางแผนก่อนที่จะลงมือปฏิบัติ ซึ่งการวางแผนนั้นคือการที่เราต้องคิดว่า เราควรทำอะไรบ้าง ทำอย่างไร มีขั้นตอนอย่างไร และใครมีส่วนร่วมกับเป้าหมายของเราบ้าง เพราะถ้าไม่มีการวางแผนร่วมกันก่อนการทำงานแล้วจะทำให้งานล่าช้าหรือไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร” (5 นาที)

8. ครูให้ข้อคิดแก่นักเรียนว่า “เมื่อนักเรียนได้วางแผนการปฏิบัติของตนเองแล้ว นักเรียนควรตรวจสอบแผนและเป้าหมายของตนเองอยู่ตลอดเวลาเป็นระยะๆ และในระหว่างนั้นก็ควรศึกษาหาความรู้หรือข้อมูลใหม่ๆ ให้แก่ตัวเองอย่างสม่ำเสมอด้วย โดยอาจเป็นข้อมูลจากเอกสาร ผู้เชี่ยวชาญ หรืออาจเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จจากการเรียนหรือการทำงานด้านต่างๆ เพราะนอกจากที่นักเรียนจะได้รับความรู้และประสบการณ์จากบุคคลเหล่านั้น นักเรียนอาจได้เทคนิควิธีการในการนำมาทำให้เป้าหมายของตนเองประสบความสำเร็จเร็วขึ้นก็ได้” (5 นาที)
9. ครูแจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 10 เรื่อง “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้” ให้นักเรียนทำ และสนับสนุนให้นักเรียนนำไปปฏิบัติ โดยให้นำผลการปฏิบัติหรือข้อสังเกตที่ได้จากการปฏิบัติมาอภิปรายกันในสัปดาห์หน้า (5 นาที)

การประเมิน

1. นักเรียนบอกประโยชน์ของการวางแผนการปฏิบัติงานได้
2. นักเรียนวางแผนการปฏิบัติงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนได้

สื่อการเรียนรู้

1. บทกลอน 2 บท
2. เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 10 เรื่อง “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้”
3. แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 10 เรื่อง “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้”

ชื่อนามสกุล ชื่อเล่น เลขที่



แบบบันทึกประสบการณ์กิจกรรมครั้งที่ 10

เรื่อง “การวางแผนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้”



สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมในครั้งนี้ คือ



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



การเรียนรู้ครั้งที่ 11 “นาฬิกาชีวิต - นาฬิกาในฝัน”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพนั้น นอกจากนักเรียนควรรู้จักตนเอง มีการกำหนดเป้าหมายให้มีลักษณะของเป้าหมายที่ดี และการวางแผนในการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้แล้ว นักเรียนควรตระหนักถึงการบริหาร หรือจัดการเวลาของตนเอง ซึ่งเป็นวินัยที่สำคัญในการช่วยให้ นักเรียนสามารถแบ่งเวลาในกิจกรรมต่างๆ ของตนได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเป็นผลให้สามารถปฏิบัติตามเป้าหมายได้ตรงตามแผนที่กำหนดไว้ได้เป็นผลสำเร็จ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักเรียนได้ตรวจสอบการวางแผน และการปฏิบัติตามแผนของตนเองเกี่ยวกับการใช้เวลา เพื่อทำให้นักเรียนสามารถวางแผนการใช้เวลาได้อย่างเหมาะสม

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูกล่าวนำว่า “เมื่อสัปดาห์ที่แล้วครูได้ให้นักเรียนไปทำตามแผนที่ได้กำหนดไว้เป็นครั้งแรก มีนักเรียนคนไหนที่สามารถทำตามแผนที่วางไว้ได้บ้าง ได้ผลอย่างไร นักเรียนรู้สึกอย่างไร และมีใครที่ไม่สามารถทำตามแผนที่ได้หรือไม่ และอะไรคืออุปสรรค” (5 นาที)
2. ครูให้นักเรียนอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นถึงปัญหาและอุปสรรคของผู้ที่ไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่ตนตั้งไว้ได้ว่ามาจากสาเหตุใดบ้าง (5 นาที)
3. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 11 เรื่อง “นาฬิกาชีวิต - นาฬิกาในฝัน” พร้อมอธิบายให้นักเรียนทราบถึงความสำคัญของการแบ่งเวลาในการกระทำกิจกรรมต่างๆ ประจำวัน ว่าในการที่นักเรียนจะสามารถปฏิบัติงานที่วางแผนไว้ได้นั้น นักเรียนจำเป็นต้องมีการจัดแบ่งเวลาให้เหมาะสมเพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถจัดสรรเวลาให้สมดุลทั้งเวลาที่ใช้ในการเรียน การพักผ่อนและกิจกรรมอื่นๆ ซึ่งนักเรียนควรตรวจสอบตนเองว่า นักเรียนให้เวลากับกิจกรรมอะไรบ้าง อย่างละกี่ชั่วโมง เป็นการบริหารเวลาที่เหมาะสมหรือไม่ และกิจกรรมเหล่านั้นช่วยให้นักเรียนบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพหรือไม่อย่างไร เมื่อนักเรียนได้ตรวจสอบการใช้เวลาของตนเองแล้ว ให้นักเรียนบันทึกการใช้เวลาที่เหมาะสมของตนเองเพื่อทำให้นักเรียนได้ทราบถึงการบริหารเวลาที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งจะส่งผลให้เป้าหมายของนักเรียนบรรลุผลสำเร็จได้ (20 นาที)
4. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงความสำคัญของการบริหารเวลาอย่างเหมาะสม ว่าเมื่อนักเรียนมีการบริหารเวลาได้อย่างเหมาะสมแล้ว จะทำให้นักเรียนสามารถใช้เวลาในการเรียน การทบทวนหนังสือ ค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม รวมถึงเวลาในการพักผ่อนอย่างเหมาะสมกับตนเอง โดยไม่ปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ (10 นาที)
5. แจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 11 เรื่อง “นาฬิกาชีวิต - นาฬิกาในฝัน” ให้นักเรียนทำ (10 นาที)

การประเมินผล

นักเรียนได้สำรวจตนเองในเรื่องการใช้เวลา และสามารถวางแผนการใช้เวลาได้อย่างเหมาะสม

สื่อการเรียนรู้

1. เอกสารประกอบกิจกรรม ครั้งที่ 11 เรื่อง “นาฬิกาชีวิต - นาฬิกาในฝัน”
2. แบบบันทึกประสบการณ์ ครั้งที่ 11 เรื่อง “นาฬิกาชีวิต - นาฬิกาในฝัน”

ชื่อ นามสกุล เลขที่



เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 11

เรื่อง “นาฬิกาชีวิต - นาฬิกาในฝัน”

คำชี้แจง



ตอนที่ 1 ให้นักเรียนระบุเวลาที่ใช้ในการปฏิบัติกิจกรรม และเวลาทั้งหมด 24 ชั่วโมง โดยมีประเด็นในการใช้เวลาดังนี้

1. กิจวัตรประจำวัน

ตื่นนอน	เมื่อเวลา
เข้าห้องน้ำ	เวลาที่ใช้
แปรงฟัน	เวลาที่ใช้
อาบน้ำ	เวลาที่ใช้

2. กิจกรรมต่างๆ

การเดินทาง	เวลาที่ใช้
การรับประทานอาหาร	เวลาที่ใช้
การเรียน	เวลาที่ใช้
ทำการบ้าน	เวลาที่ใช้
พักผ่อน	เวลาที่ใช้
เล่นคอมพิวเตอร์ ฟังเพลง คุยโทรศัพท์	เวลาที่ใช้

3. กิจกรรมที่สามารถทำให้การตั้งเป้าหมายบรรลุผลสำเร็จ หรือกิจกรรมตาม

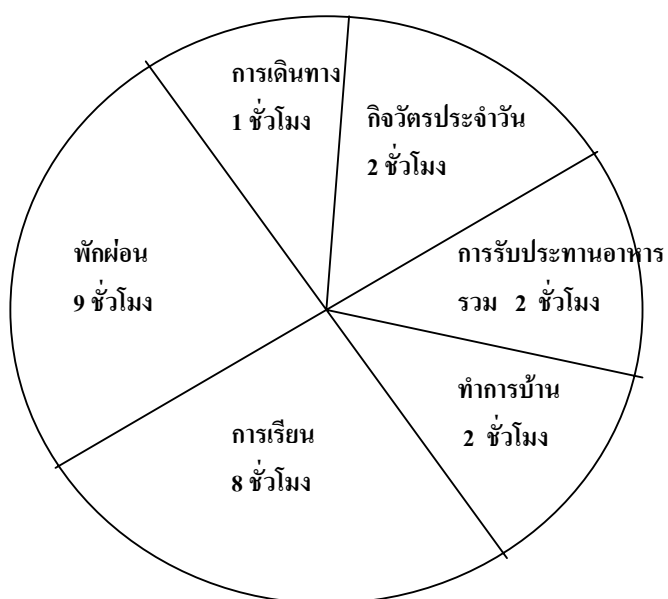
แผนการปฏิบัติการ

.....	เวลาที่ใช้
.....	เวลาที่ใช้
.....	เวลาที่ใช้



ตอนที่ 2 ให้นักเรียนแบ่งวงกลมตามเวลาที่ใช้ปฏิบัติกิจกรรม โดยแต่ละส่วนให้ใส่กิจกรรมที่ทำและเวลาที่ใช้กำกับไว้ด้วย (วงกลมทั้งหมดเป็น 24 ชั่วโมง)

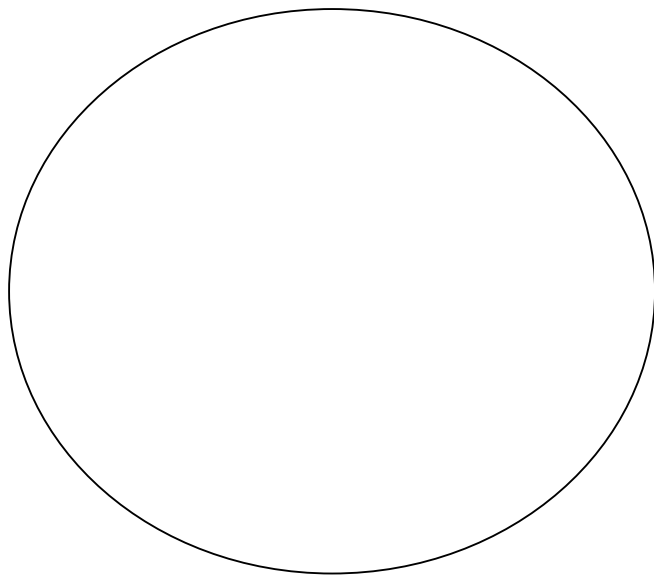
ตัวอย่าง



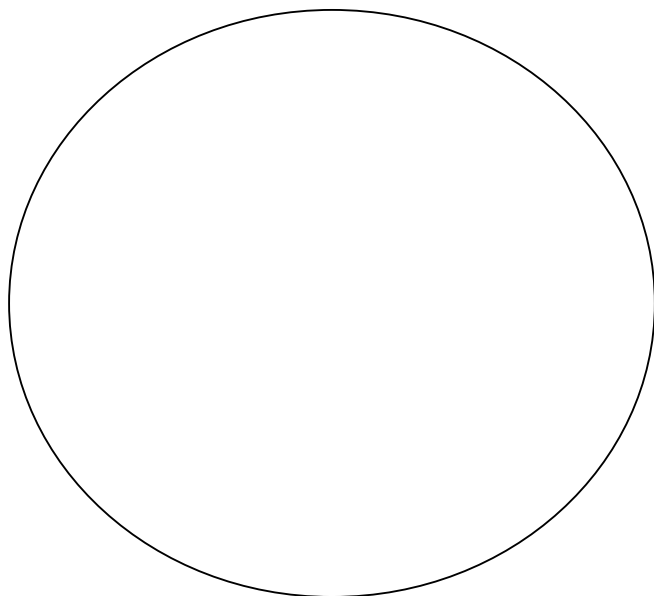
คำถาม นักเรียนคิดว่ากิจกรรมที่สามารถทำให้การตั้งเป้าหมายบรรลุผลสำเร็จควรใช้เวลาเท่าไร และต้องลดทอนเวลาในกิจกรรมใดบ้าง



การสำรวจการใช้เวลาของตนเอง



การปรับปรุงการใช้เวลาของตนเอง



กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูกล่าวนำว่า “เมื่อสัปดาห์ที่แล้ว นักเรียนได้เรียนรู้ในเรื่องการแบ่งเวลาให้เหมาะสมในการทำกิจกรรมต่างๆของตนเอง เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ และในครั้งนี้ครูอยากทราบว่านักเรียนสามารถปฏิบัติตนได้ตรงตามแนวทางในการแบ่งเวลาที่เหมาะสมหรือไม่ และมีอุปสรรคในการปฏิบัติบ้างหรือไม่ และนักเรียนคิดว่าหากนักเรียนมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้แล้วจะทำให้การปฏิบัติของนักเรียนเป็นอย่างไร” (5 นาที)
2. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรม ครั้งที่ 12 เรื่อง “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้” ให้นักเรียนทำ (15 นาที)
3. ครูสุรภาพรวมว่าอุปสรรคของการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ของนักเรียนคืออะไรบ้าง และให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่าหากนักเรียนมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนจะมีประโยชน์กับตนเองอย่างไร และหากไม่มีวินัยจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง (20 นาที)
4. ครูแจกใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 12 เรื่อง “การมีวินัย” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษา(5 นาที)
5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่า “การที่บุคคลมีวินัยในการดำเนินชีวิตแล้วก็จะทำให้ชีวิตดำเนินไปอย่างมีระเบียบแบบแผน มีเป้าหมายในชีวิต และหากนักเรียนมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้จะเป็นผลให้นักเรียนมีความพยายามในการฝ่าฝืนอุปสรรคที่อาจพบเจอระหว่างการดำเนินการไปถึงเป้าหมายได้” (5 นาที)
6. ครูแจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 12 เรื่อง “วินัยสำคัญอย่างไรกับเป้าหมายของฉัน” ให้นักเรียนทำ (5 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนบอกความสำคัญของการมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ได้
2. นักเรียนบอกได้ว่าหากนักเรียนขาดวินัยแล้วจะทำให้เป้าหมายของตนเป็นอย่างไร

สื่อการเรียนรู้

1. เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 12 เรื่อง “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้”
2. ใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 12 เรื่อง “การมีวินัย”
3. แบบบันทึกประสบการณ์กิจกรรมครั้งที่ 12 เรื่อง “วินัยสำคัญอย่างไรกับเป้าหมายของฉัน”

ใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 12



เรื่อง “การมีวินัย”

สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ (2530 : 51) ได้ให้ความหมายของ “วินัย” สำหรับการดำเนินงานทางวัฒนธรรมไว้ว่า หมายถึง “การควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามกฎหมาย ข้อบังคับระเบียบแบบแผนและขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามเพื่อความสงบสุขในชีวิตของตนเองและความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสังคม”

จากพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ภูมิพลอดุลยเดช ได้พระราชทานแก่นักเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า เนื่องในพิธีพระราชทานกระบี่ปริญญาบัตรเมื่อวันที่ 24 เมษายน 2517 ความว่า

“วินัย ในปัจจุบันมีคนบางส่วนมองเห็นไปว่า ไม่สู้จะมีความหมาย นึกว่าเป็นสิ่งที่สมมติ ตั้งขึ้นโดยปราศจากเหตุผลที่อิสรชนจะยอมรับได้เต็มที่ แท้จริงไม่ว่าวินัยทหารหรือวินัยโดยทั่วไปเป็นของจำเป็นยิ่งยวด เพราะเป็นต้นเหตุสำคัญที่ทำให้ระเบียบ ข้อบังคับต่างๆ ที่มีอยู่สำหรับความเรียบร้อยเป็นปรกติของบุคคล ของการงาน ของสังคม ของบ้านเมือง นับว่าเป็นปัจจัย และพลังส่วนหนึ่ง ซึ่งทำให้การทุกอย่างดำเนินไปได้ด้วยดี โดยสะดวก และบรรลุผลอย่างถูกต้อง”

จะเห็นได้ว่าการมีวินัยในตนเองนั้นเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งที่จะช่วยให้บุคคลในสังคม และประเทศมีการพัฒนาไปได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

นักเรียนทุกคนมีความฝันที่จะมีความสุขในการทำงานในสิ่งที่ตนเองรัก แต่ก็ไม่ใช่ว่านักเรียนทุกคนจะสมหวังได้งานที่ตนเองต้องการ ซึ่งข้อแตกต่างระหว่างนักเรียนที่สอบได้ขณะที่ตนเองต้องการหรือได้ทำงานที่ตนชอบคือ นักเรียนคนนั้นต้องมีวินัยในตนเอง ดังนั้น นักเรียนควรสร้างวินัยในตนเองขึ้น เพื่อเป็นการควบคุมให้ตนเองได้ปฏิบัติตามแผนที่ไว้วางไว้ ไม่ออกนอกกรอบนอกทาง อันจะทำให้นักเรียนสามารถดำเนินการตามแผนได้ถูกต้องและตรงตามกำหนดเวลาที่ได้กำหนดไว้ เพื่อให้ตนเองสามารถบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ได้ในที่สุด

ที่มา : การมีวินัย, 2547



เอกสารประกอบกิจกรรม

ครั้งที่ 12 เรื่อง “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้”

1. จากสัปดาห์ที่แล้ว นักเรียนได้บริหารเวลาในการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายและทดลองปฏิบัติตามการวางแผนเวลาเป็นเวลา 1 สัปดาห์ นักเรียนพบอุปสรรคในระหว่างการดำเนินการปฏิบัติหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. จากข้อ 1 นักเรียนมีวิธีการในการฝ่าฟันอุปสรรคในระหว่างการปฏิบัติอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

3. นักเรียนการมีวินัยมีความสำคัญอย่างไร กับการปฏิบัติตนตามแผนที่ได้กำหนดไว้บ้าง (อย่างน้อย 5 ประเด็น)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

การเรียนรู้ครั้งที่ 13 “การประเมินตนเอง ภายหลังจากที่ได้ทำตามแผนที่ได้วางไว้”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การประเมินตนเองถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญองค์ประกอบหนึ่งของการบรรลุเป้าหมาย อันจะทำให้นักเรียนได้ตรวจสอบผลการปฏิบัติของตนเองว่าสอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพที่นักเรียนได้ตั้งไว้หรือไม่ และนักเรียนมีจุดที่ต้องแก้ไขปรับปรุงตนเองอย่างไรเพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนได้ตรงตามแผนที่ตั้งไว้ได้

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้ตรวจสอบตนเองถึงการปฏิบัติตนกับการวางแผนทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้

กิจกรรมการเรียนการสอน

- ครูให้นักเรียนอ่านบทกลอนดังต่อไปนี้

“การทำงานทุกครั้งจงพินิจ	มุ่งมั่นจิตทำงานตามเป้าหมาย
สิ่งที่สืบพร่องอย่าดูชาย	มิตรสหายปรับปรุงด้วยจริงใจ
ประเมินผลการทำงานอย่าได้ขาด	เป็นโอกาสให้รู้งานถึงไหน
เป็นประโยชน์ต่องานครั้งต่อไป	งานเสร็จได้เรียบร้อยทุกทุกครา”
- ครูให้นักเรียนศึกษา และวิเคราะห์ว่าบทกลอนนี้ต้องการสื่ออะไร และนักเรียนคิดอย่างไรกับบทกลอนนั้น และนักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้จากบทกลอนนี้มาประยุกต์ใช้กับตนเองได้อย่างไรบ้าง (10 นาที)
- ครูสรุปสิ่งที่นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นในข้อ 2 ว่า “การที่นักเรียนจะทราบว่าคุณปฏิบัติตนได้ตรงตามแผนหรือไม่ และมีจุดบกพร่องในการปฏิบัติอย่างไรนั้น นักเรียนต้องประเมินตนเองว่าการปฏิบัติของเรานั้นสอดคล้องกับแผนที่นักเรียนได้วางไว้หรือไม่ โดย

การบันทึกพฤติกรรมของตนเองในแต่ละวันและเปรียบเทียบกับการวางแผนที่ได้วางไว้ และเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง” (5 นาที)

4. ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 13 เรื่อง “การประเมินตนเอง” ให้นักเรียนศึกษาก่อนลงมือทำ โดยครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า “จากการที่นักเรียนเขียนแผนการปฏิบัติงานของตนเองแล้วนั้น ขอให้นักเรียนตรวจสอบแผนการปฏิบัติของตนเองโดยการเขียนวิธีการปฏิบัติของตนเองและพิจารณาว่าสอดคล้องกับเป้าหมายของตนเองหรือไม่ อย่างไร” (10 นาที)
5. ครูร่วมอภิปรายกับนักเรียนว่าโดยส่วนใหญ่ นักเรียนได้ปฏิบัติตนสอดคล้องกับแผนที่วางไว้หรือไม่ และมีนักเรียนคนใดที่มีการปฏิบัติตนไม่สอดคล้องบ้าง เพราะเหตุใด (5 นาที)
6. ครูและนักเรียนร่วมวางแผนทางที่เป็นไปได้ในการปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับแผนการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่นักเรียนได้วางไว้ (10 นาที)
7. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่า “การที่นักเรียนได้ประเมินตนเอง จะทำให้นักเรียนได้สำรวจตนเองว่าสิ่งที่นักเรียนได้ปฏิบัติ หรือได้กระทำนั้นมีส่วนทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนสำเร็จได้หรือไม่ หรือสอดคล้องกับเป้าหมายของนักเรียนหรือไม่” (5 นาที)
8. ครูให้นักเรียนทำแบบบันทึกประสบการณ์ ครั้งที่ 13 เรื่อง “การประเมินตนเอง” (5 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนบอกความสำคัญหรือประโยชน์ของการประเมินตนเองได้
2. นักเรียนมีผลงานตรวจสอบการปฏิบัติตนตามแผนที่วางไว้กับเป้าหมายของนักเรียน

สื่อการเรียนรู้

1. บทกลอน 1 บท
2. เอกสารประกอบกิจกรรมครั้งที่ 13 เรื่อง “การประเมินตนเอง”
3. แบบบันทึกประสบการณ์ ครั้งที่ 13 เรื่อง “การประเมินตนเอง”



เอกสารประกอบกิจกรรม

ครั้งที่ 13 เรื่อง “ประเมินตนเอง”

ตัวอย่าง

ว/ค/ป	ข้อ	การปฏิบัติตนตามแผนที่วางไว้	การตรวจสอบตนเอง		เหตุผล / ปัญหาหรืออุปสรรค
			ทำได้	ทำไม่ได้	
8 มิ.ย. 51	1	ฉันอ่านหนังสือวิชาสังคมจบ 2 บท และสรุปสาระสำคัญจากบทเรียนได้	✓		
	2	ฉันค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาต่อ และการประกอบอาชีพของฉันในอนาคต โดยได้ข้อมูลเกี่ยวกับคณะ นิเทศศาสตร์ของมหาวิทยาลัยต่างๆ คุณสมบัติของผู้เข้ารับการศึกษ และ ข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพผู้ประกาศข่าว เช่น คุณสมบัติ วุฒิ การศึกษา เป็นต้น	✓		
9 มิ.ย. 51	1	ตอนกลางวันฉันจะเข้าห้องสมุดไป ค้นหาข้อมูลเรื่องการศึกษาต่อและ อาชีพที่ฉันสนใจ ต่อจากเมื่อวาน		✓	ตอนกลางวันหลังทานข้าวเสร็จ ฉันไปเล่นฟุตบอลกับเพื่อน
	2	วันนี้ฉันต้องทบทวนบทเรียนที่ได้เรียน มาในวันนี้ เพื่อที่จะได้เพิ่มเกรดของฉัน ในปลายภาค แต่ฉันไม่สามารถทำได้ เพราะฉันไม่มีสมาธิในการอ่านหนังสือ		✓	วันนี้ฉันเล่น internet และดูทีวี หลังจากกลับมาจากโรงเรียน



คำชี้แจง ขอให้ให้นักเรียนกรอกข้อความในช่องดังต่อไปนี้ โดยให้นักเรียนเขียน
พฤติกรรมที่นักเรียนได้ปฏิบัติ และพิจารณาว่าพฤติกรรมที่นักเรียนได้ปฏิบัตินั้นสอดคล้องกับ
เป้าหมายของนักเรียนหรือไม่

ว/ด/ป	ชื่อ	การปฏิบัติตนตามแผนที่วางไว้	การตรวจสอบ ตนเอง		เหตุผล / ปัญหาหรืออุปสรรค
			ทำได้	ทำ ไม่ได้	
	1
	2
	3
	4
	5
	1
	2
	3
	4
	5

ชื่อ นามสกุล ชื่อเล่น เลขที่



แบบบันทึกประสบการณ์

กิจกรรมครั้งที่ 13 เรื่อง “ประเมินตนเอง”

สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมครั้งนี้ คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

การเรียนรู้ครั้งที่ 14 – 15 “การให้ข้อมูลป้อนกลับ”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การที่นักเรียนจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้นั้น นักเรียนจำเป็นต้องฝึกทักษะต่างๆ ที่จำเป็นต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ซึ่งมีองค์ประกอบคือ 1) การรู้จักตนเอง 2) การกำหนดเป้าหมาย 3) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ 4) การประเมินตนเอง 5) การให้ข้อมูลป้อนกลับ ทั้งนี้ การให้ข้อมูลป้อนกลับถือเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญ เนื่องจากทำให้นักเรียนได้ทราบถึงข้อมูลที่จะนำมาปรับปรุงการตั้งเป้าหมายให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น และยังสามารถนำข้อมูลที่ได้รับนั้นไปประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหา หรืออุปสรรคต่างๆ ที่อาจพบเจอต่อไปในอนาคต เพื่อให้นักเรียนไม่ย่อท้อต่อปัญหาซึ่งสามารถทำให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จตามที่ตั้งไว้ได้

การเรียนรู้ครั้งที่ 14

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการได้รับข้อมูลป้อนกลับ และมีแนวทางในการปรับปรุงการวางแผนของตนเองเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่นักเรียนตั้งไว้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน (ครั้งที่ 14)

1. ครูกล่าวนำว่า “จากการที่นักเรียนประเมินตนเองไปแล้วว่านักเรียนมีการปฏิบัติตนสอดคล้องกับเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้หรือไม่ ครั้นนี้ครูจะให้ข้อมูลป้อนกลับแก่นักเรียนเพื่อให้นักเรียนมีโอกาสสำรวจการกระทำของตนเองอีกครั้งว่าสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติไปนั้นสามารถทำให้เป้าหมายสำเร็จได้หรือไม่ และตรวจสอบว่านักเรียนประเมินตนเองเป็นอย่างไร” (5 นาที)
2. ครูแสดงตัวอย่างของการให้ข้อมูลป้อนกลับแก่นักเรียนประมาณ 3-4 คน โดยครูแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการวางแผนการปฏิบัติเพื่อให้ถึงเป้าหมายที่นักเรียนวางไว้ รวมถึงผลการปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้ของนักเรียน และครูแนะนำวิธีการปฏิบัติวิธีอื่นๆ ที่สามารถทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนบรรลุผลเพื่อให้นักเรียนได้ลองนำไปปฏิบัติ (10 นาที)
3. ครูกล่าวว่า “จากการที่นักเรียนได้เห็นตัวอย่างของการให้ข้อมูลป้อนกลับ จะเห็นได้ว่าการให้ข้อมูลป้อนกลับนั้นไม่ใช่เป็นการตำหนิการปฏิบัติตนของนักเรียน หากแต่เป็นการชี้แนะแนวทางในการปฏิบัติตนให้ถูกต้องและชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งจะทำให้นักเรียนได้มีแนวทางในการปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นต่อไป” และให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน จำนวน 3 กลุ่ม โดยให้นักเรียนภายในกลุ่มผลัดกันให้ข้อมูลป้อนกลับในการปฏิบัติตนเพื่อให้นักเรียนได้เห็นถึงประโยชน์ของการให้ข้อมูลป้อนกลับ (10 นาที)
4. ครูให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่าสิ่งที่นักเรียนได้รับข้อมูลป้อนกลับในครั้งนี้มีประโยชน์กับการตั้งเป้าหมายของนักเรียนบ้างหรือไม่ และอย่างไร (15 นาที)
5. ครูแจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 14 เรื่อง “การให้ข้อมูลป้อนกลับ” ให้นักเรียนทำและสนับสนุนให้นักเรียนนำคำแนะนำจากการให้ข้อมูลป้อนกลับที่ได้รับในวันนี้ไปปฏิบัติ และในครั้งต่อไปจะมาอภิปรายร่วมกัน (10 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนสามารถบอกได้ว่ากรให้ข้อมูลป้อนกลับมีประโยชน์ต่อการตั้งเป้าหมายของนักเรียนอย่างไร
2. นักเรียนสามารถบอกจุดบกพร่องของเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตน และมีแนวทางในการปรับปรุงเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเองได้

สื่อการเรียนรู้

แบบบันทึกประสบการณ์ ครั้งที่ 14 เรื่อง “การให้ข้อมูลป้อนกลับ”

ชื่อ นามสกุล เลขที่

แบบบันทึกประสบการณ์ กิจกรรมครั้งที่ 14 

เรื่อง “การให้ข้อมูลป้อนกลับ”



สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมในครั้งนี้ คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

การเรียนรู้ครั้งที่ 15

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้นำข้อมูลป้อนกลับที่ได้มาวางแผนในการปรับปรุงการวางแผนให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น และนักเรียนสามารถบอกถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากโปรแกรมการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูกล่าวนำว่า “จากการที่นักเรียนได้ประเมินตนเองไปแล้วว่าได้ปฏิบัติตนสอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตนเองตั้งไว้หรือไม่ และนักเรียนได้รับข้อมูลป้อนกลับไปแล้ว ซึ่งทำให้นักเรียนสามารถบอกแนวทางในการปรับปรุงตนเองเพื่อให้ตนเองสามารถปฏิบัติตนให้บรรลุยังเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ ในครั้งนี้จะเป็นการประเมินตนเองอีกครั้งเพื่อเป็นการตรวจสอบครั้งสุดท้ายว่านักเรียนได้นำแนวทางการแก้ไขปรับปรุงที่วางไว้ไปใช้ได้หรือไม่ และได้ผลเป็นอย่างไรบ้าง” (5 นาที)
2. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายกันว่าส่วนใหญ่แล้วนักเรียนสามารถนำวิธีการแก้ไขปรับปรุงตนเองจากการประเมินผลในครั้งแรกไปใช้ได้หรือไม่ และมีอุปสรรคอะไรอีกหรือไม่ และครูสรุปในตอนท้ายว่า “ในการทำสิ่งใดต่างๆ ในชีวิตนั้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเรียน หรือการทำงานของนักเรียนในอนาคตก็ย่อมมีปัญหหรืออุปสรรคต่างๆ ที่แตกต่างกันไป ซึ่งนักเรียนก็ต้องพยายามฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ เหล่านั้นไปให้ได้โดยไม่หลีกเลี่ยงปัญหาแต่ต้องพยายามหาวิธีการในการแก้ปัญหาทั้งในเรื่องการเรียน การงาน และปัญหาชีวิต จึงจะประสบความสำเร็จได้”(10 นาที)
3. ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คนและแจกใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 15 เรื่อง “การเผชิญปัญหา” ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษา (15 นาที)
4. ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนออกมาสรุปสาระสำคัญของใบความรู้ฯ (10 นาที)
5. ครูให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ของนักเรียนจากใบความรู้ และแจกแบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 13 เรื่อง “เรียนรู้เป้าหมาย เรียนรู้ตนเอง” (10 นาที)

การประเมินผล

1. นักเรียนสามารถบอกได้ว่าวิธีการในการแก้ไขปรับปรุงตนเองได้ผลเป็นอย่างไรบ้าง
2. นักเรียนบอกได้ว่านักเรียนได้เรียนรู้อะไรบ้างจากกระบวนการตั้งเป้าหมายฯ

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 15 เรื่อง “การเผชิญปัญหา”
2. แบบบันทึกประสบการณ์ ครั้งที่ 15 เรื่อง “เรียนรู้เป้าหมาย เรียนรู้ตนเอง”



ใบความรู้ประกอบกิจกรรมครั้งที่ 15

เรื่อง “การเผชิญปัญหา”

แม้เราจะมีชีวิตที่เป็นสุขและประสบความสำเร็จ เรายังคงพบว่าเราต้องเผชิญกับปัญหา มากมายหลายอย่าง ปัญหาเหล่านั้นต้องการความใส่ใจ และบางทีมันก็ขัดขวางเป้าหมายของเรา หลายครั้งที่ปัญหาเหล่านั้นอาจครอบงำเรามาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อมันเกิดขึ้นจากการที่เราไม่สามารถเผชิญกับความผิดพลาดหรือความล้มเหลวของตัวเองได้ ความรู้สึกหงุดหงิดงุ่นง่านอย่างรุนแรงจะเกิดขึ้นภายในตัวของเรา ทำให้เรารู้สึกว่าเราไม่สามารถเผชิญกับสิ่งซึ่งกำลังเกิดขึ้นอยู่ได้

การหนีปัญหา หรือการหลีกเลี่ยงปัญหานั้นทำให้เกิดผลร้ายมากกว่าผลดี เราสามารถพึ่งตนเองได้ในการเผชิญกับปัญหาต่างๆ โดยการให้ความใส่ใจแก่วิธีการตอบสนองของเราเอง เมื่อเราสามารถเข้าใจถึงคุณภาพของความรู้สึกและอารมณ์ และสามารถเห็นผลจากการกระทำต่างๆ ของเราได้อย่างชัดเจน เราจะพบว่าปัญหาที่แท้จริงคือ การที่เราไม่ใส่ใจในปัญหานั้น โดยปล่อยให้มันลุกลามจนยากจะแก้ไข เปรียบเสมือนไม้ขีดไฟก้านเดียว แต่สามารถเผาบ้านทั้งหลังได้ ซึ่งถ้าหากเราสามารถดับไฟเพียงจุดเล็กๆ ได้ทัน บ้านทั้งหลังก็จะไม่ไหม้

ทั้งนี้ ความเข้าใจในวิธีที่เราตอบสนองต่อปัญหาเป็นบันไดขั้นแรกที่จะเพิ่มความใส่ใจในตนเองให้มากขึ้น พยายามใส่ใจพิจารณากับปัญหาที่เกิดขึ้น เมื่อเราเกิดความรู้สึกกังวลใจในสถานการณ์บางอย่างซึ่งดูเหมือนว่าเราไม่สามารถจัดการกับมันได้ ลองวินิจฉัยเหตุการณ์แต่ละส่วน หาเหตุและผลอย่างชัดเจน สังเกตดูว่ามันเกิดขึ้นได้อย่างไร มีผู้ใดเกี่ยวข้องบ้าง เรามีส่วนเกี่ยวข้องในปัญหานั้นอย่างไร มีวิธีแก้ปัญหากี่วิธี คำถามเหล่านี้จะช่วยให้เรามีโอกาสที่จะได้สำรวจตนเอง และปัญหาที่เกิดขึ้น และทำให้เข้าใจถึงสิ่งซึ่งเป็นสาเหตุของปัญหาและสามารถพิจารณาอย่างชัดเจนถึงทางออกต่างๆ ในการเผชิญปัญหาเดียวกันนั้น เมื่อสามารถเห็นรูปแบบปฏิกิริยาของตนเอง ที่มีต่อปัญหาต่างๆ แล้ว เราก็สามารถเริ่มเป็นที่ปรึกษาให้แก่ตัวเอง และเรียนรู้ที่จะป้องกันปัญหา ชนิดเดียวกันนั้นมิให้เกิดขึ้นได้อีก

ชื่อ นามสกุล เลขที่

แบบบันทึกประสบการณ์ กิจกรรมครั้งที่ 15



เรื่อง “เรียนรู้เป้าหมาย เรียนรู้ตนเอง”

สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมครั้งนี้ คือ



.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

การเรียนรู้ครั้งที่ 16 “การทดสอบหลังการเข้าร่วมกิจกรรม (Post – Test)”

วิชา กิจกรรมแนะแนว

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

จำนวน 1 คาบ / สัปดาห์

แนวคิด

การที่จะทราบว่านักเรียนมีพัฒนาการในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเพียงใด นั้นหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรม จำเป็นต้องมีการประเมินเรื่องทักษะที่จำเป็นต่อการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพอีกครั้ง เพื่อครูจะได้ทราบว่านักเรียนมีการพัฒนาในเรื่องทักษะที่จำเป็นต่อการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับใด

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้ประเมินตนเองจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูชี้แจง อธิบายการทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ พร้อมแจกมาตรวัดฯ ให้นักเรียนทุกคน (5 นาที)
2. นักเรียนลงมือทำมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ (40 นาที)
3. เมื่อหมดเวลาครูเก็บมาตรวัดฯ จากนักเรียน และกล่าวขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้งที่ผ่านมา (5 นาที)

สื่อการเรียนรู้

มาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

**แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ
และต่อผู้วิจัย**

คำชี้แจง

ตอนที่ 1 ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือที่ตรงกับความคิด
ความรู้สึก และประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายทาง
การศึกษาและอาชีพ และต่อผู้วิจัย

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ฉันเข้าใจวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ					
2	ฉันคิดว่ากิจกรรมที่จัดในโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯมีความเหมาะสม					
3	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯ ฉันรู้จักตนเอง					
4	ภายหลังจากที่ฉันได้เข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯ ฉันได้รู้จักตนเอง					
5	ฉันทราบว่าอาชีพที่ฉันสนใจจำเป็นต้องมีความรู้ ความสามารถหรือมีคุณสมบัติในด้านใดบ้าง					
6	ฉันคิดว่าเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันเหมาะสมกับความสนใจ และจุดเด่นของฉัน					
7	ฉันคิดว่าฉันมีความสามารถและทักษะสอดคล้องกับเป้าหมายของฉัน					
8	เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันมีความชัดเจน					
9	เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันมีความท้าทาย กับความสามารถของฉัน					
10	ฉันคิดว่าเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันมีความเป็นไปได้					
11	ฉันได้วางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว เพื่อให้เป้าหมายของฉันบรรลุผลสำเร็จได้					

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12	ฉันมีทักษะในการวางแผนการปฏิบัติตนให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งไว้ได้					
13	ฉันคิดว่าการวางแผนในการปฏิบัติตนนั้น สามารถทำให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จได้มากกว่าการไม่มีการวางแผน					
14	ฉันสามารถแก้ไขปัญหา อุปสรรคในระหว่างการดำเนินตามแผนที่ตนเองวางไว้ได้					
15	การสร้างวินัยในตนเองทำให้ฉันสามารถปฏิบัติตนได้ตรงตามแผนที่ได้ตั้งไว้					
16	การมีวินัยเป็นส่วนหนึ่งทำให้ฉันสามารถประสบความสำเร็จยังเป้าหมายของฉันได้					
17	การประเมินตนเองทำให้ฉันได้ตรวจสอบการกระทำกับเป้าหมายของฉันได้เป็นอย่างดี					
18	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันได้ปรับปรุงการปฏิบัติของฉันได้					
19	ประสบการณ์ที่ฉันได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯ ช่วยให้คุณพัฒนาการตั้งเป้าหมายได้อย่างถูกต้อง					
20	ฉันมีความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการตั้งเป้าหมายฯ					
21	ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ทำให้ฉันรู้สึกมั่นใจในการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน					
22	ผู้วิจัยได้นำเอกสารและสื่อต่างๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพในอนาคต					
23	ผู้วิจัยสามารถจุดสนใจสมาชิกให้พูดแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกได้เป็นอย่างดี					
24	ผู้วิจัยสามารถจัดกิจกรรมต่างๆ ได้เหมาะกับเวลา					
25	ผู้วิจัยพูด อธิบายสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจน ตรงประเด็น					

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
26	ผู้วิจัยให้เปิดโอกาสให้สมาชิกพูดแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกต่อประเด็นต่างๆ ในกลุ่มอย่างทั่วถึง					
27	ฉันคิดว่าผู้นำกลุ่มมีบุคลิกภาพที่เอื้ออำนวยให้กิจกรรมดำเนินไปได้ด้วยดี					
28	ฉันคิดว่าผู้นำกลุ่มสามารถเรียบเรียง และถ่ายทอดเนื้อหาวิชาได้อย่างเป็นระบบขั้นตอนและมีประสิทธิภาพ					
29	ฉันคิดว่า ฉันสามารถนำเนื้อหาที่ผู้นำกลุ่มจัดให้ไปประยุกต์ใช้ได้					
30	ฉันคิดว่าผู้นำกลุ่มสามารถอธิบายและสื่อความหมายในเนื้อหาวิชาให้ฉันเข้าใจได้					

ตอนที่ 2 ขอให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นที่มีต่อ โปรแกรมการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพในหัวข้อดังต่อไปนี้

1. นักเรียนมีความคิดและความรู้สึกอย่างไร ในขณะที่เข้าร่วม โปรแกรมการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

.....

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร หลังจากเสร็จสิ้น โปรแกรมการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพ

.....

.....

.....

.....

.....

3. นักเรียนคิดว่า มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน เกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

.....

.....

.....

.....

.....

4. นักเรียนมีความคิดและความรู้สึกอย่างไรต่อผู้นำกลุ่มในด้านทักษะการนำกลุ่ม การมีมนุษยสัมพันธ์ ฯลฯ

.....

.....

.....

.....

.....

5. อื่นๆ ถ้ามี

.....

.....

.....

...ขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ...

ภาคผนวก ง
การตรวจสอบคุณภาพมาตรฐานวัด

ตารางภาคผนวกที่ 1 ค่าอำนาจจำแนก (ค่า r) รายชื่อของมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

ข้อที่	ข้อความ	ค่า r จาก N = 15
1	ฉันมีความรู้ความสามารถเพียงพอที่ทำให้ฉันสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้	.484
2	ฉันมีความเชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถเพียงพอที่จะทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพประสบความสำเร็จ	.625
3	ฉันระบุได้ว่าฉันมีทักษะด้านใดบ้าง	.260
4	ฉันรู้ว่าฉันควรพัฒนาทักษะด้านใดเพิ่มเติมเพื่อให้ตนเองสามารถเข้าสู่อาชีพที่ตั้งเป้าหมายไว้	.310
5	ฉันรู้ว่าความถนัดของฉันสอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งไว้	.296
6	ฉันรู้ว่าฉันมีความถนัดในด้านใดที่จะส่งผลให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพตามที่ตั้งไว้	.332
7	ฉันมักแสวงหาความรู้ และมีความสนใจในเรื่องที่สามารถทำให้ฉันประสบความสำเร็จในการเรียนได้	.600
8	ฉันรู้ว่าตนเองสนใจในเรื่องใดบ้าง และในเรื่องนั้นๆสามารถทำให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งขึ้นได้อย่างไร	.507
9	ฉันรู้ว่าจุดเด่นที่ฉันมีจะช่วยให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งไว้ได้	.489
10	ฉันรู้ว่าจุดเด่นของฉันสอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันตั้งไว้	.461
11	ฉันตั้งเป้าหมายที่ชี้เฉพาะลงไปว่าฉันต้องการประสบความสำเร็จในอาชีพใด	.462
12	ฉันกำหนดเป้าหมายการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาได้ชัดเจนแล้ว	.250
13	ฉันรู้จุดมุ่งหมายของตนเองว่าฉันมีเป้าหมายทางการศึกษาอย่างไร	.497
14	ฉันจัดอันดับสถานศึกษาต่อไว้แล้ว	.559
15	ฉันจัดทำรายการอาชีพต่างๆ ที่สนใจ เพื่อนำมาพิจารณาว่าฉันต้องการประกอบอาชีพใดในอนาคต	.543
16	ฉันตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพตามที่ฉันชอบถึงแม้ว่าจะยากเพราะฉันรู้สึกว่าจะทำทลายความสามารถของฉัน	.575

ข้อที่	ข้อความ	ค่า r จาก N = 15
17	ฉันมักตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพไว้ค่อนข้างสูงเพื่อที่จะใช้ความพยายามและความสามารถอย่างเต็มที่เมื่อลงมือปฏิบัติ	.618
18	แม้วิชาที่เรียนมีความยากฉันก็พยายามทำให้สำเร็จ	.483
19	ฉันตั้งใจเรียนเพิ่มมากขึ้นในรายวิชาที่เรียนไม่เข้าใจ เพราะฉันมีเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ท้าทาย	.335
20	เมื่อประสบปัญหาในการเรียนฉันไม่ท้อแท้ที่จะเรียนต่อไป	.476
21	ฉันตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันได้ตรงกับระดับความสามารถของฉัน	.406
22	จากการที่ฉันได้ประเมินตนเองฉันมีความเชื่อมั่นว่าความสามารถของฉันอยู่ในระดับที่จะทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ประสบความสำเร็จ	.619
23	ฉันรู้ว่าฉันต้องมีความสามารถในด้านใดบ้างที่จะส่งผลให้ฉันบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้	.475
24	ฉันสามารถทำตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันกำหนดขึ้นเองได้	.663
25	ฉันได้วางแผนการปฏิบัติอย่างละเอียดเพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	.651
26	การปฏิบัติตามแผนที่วางไว้มีความจำเป็นต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน	.517
27	การวางแผนทำให้ฉันมีความมุ่งมั่นต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้	.677
28	เมื่อฉันมีเป้าหมายที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ฉันมีกำหนดเวลาที่แน่นอนที่จะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ	.476
29	ฉันมีการวางแผนทั้งระยะสั้น และระยะยาวที่ชัดเจนเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันได้วางไว้	.654
30	เมื่อฉันจบม.6 ฉันวางแผนไว้แล้วว่าฉันจะเข้ามหาวิทยาลัยใด สาขาใด เพื่อไปสู่เป้าหมายทางอาชีพที่ฉันได้ตั้งไว้	.438

ข้อที่	ข้อความ	ค่า r จาก N = 15
31	เมื่อฉันตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพแล้ว ฉันจะพยายามลงมือทำงาน ประสบผลสำเร็จ	.613
32.	ฉันมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ ซึ่งจะส่งผลให้ฉันประสบ ความสำเร็จดังเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน	.638
33	ฉันสามารถจูงใจตนเองให้เข้าเรียนครบทุกรายวิชา เพื่อให้ฉันบรรลุ เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่วางไว้ได้	.354
34	ฉันคิดว่าความพยายามจะส่งผลให้ฉันสามารถปฏิบัติตามแผนทางการศึกษาและ อาชีพที่วางไว้ได้	.482
35	ฉันคิดว่าฉันมีวินัยและมีความพยายามเพียงพอที่จะประสบความสำเร็จทาง การศึกษาและอาชีพได้ตามเป้าหมายที่ฉันได้วางไว้	.534
36	ฉันเชื่อว่าการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้จะทำให้ฉัน ฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้น เกี่ยวกับการศึกษาและอาชีพที่ฉันต้องการ	.571
37	ฉันคิดว่าอุปสรรคคือ โอกาสที่จะได้ทดสอบตนเอง	.575
38	ฉันจะต้องหาทางแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับ การตั้งเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพของฉันได้	.573
39	ฉันคิดว่าการแก้ปัญหา และการฝ่าฟันอุปสรรคในระหว่างการดำเนินการไป ถึงเป้าหมาย ทำให้ฉันมีความแข็งแกร่งขึ้น	.521
40	ฉันคิดว่าการเผชิญปัญหาและอุปสรรค เป็นสิ่งปกติธรรมดาที่เกิดขึ้นในชีวิต	.436
41	ฉันคิดว่าแนวทางการเลือกสาขาวิชาที่จะเรียนต่อของฉันมีความสอดคล้องกับ เป้าหมายด้านอาชีพของฉัน	.631
42	ฉันรู้ว่าการกระทำใดของฉันที่สอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและ อาชีพที่ฉันได้วางไว้	.537
43	ฉันตรวจสอบตนเองอยู่เสมอว่าฉันได้ปฏิบัติตามแผนที่ตั้งไว้หรือไม่	.538
44	การจัดตารางทบทวนวิชาเรียนก่อนสอบทำให้ฉันได้ประเมินตนเองว่าฉัน สามารถปฏิบัติตามแผนที่ฉันตั้งขึ้นไว้ได้หรือไม่	.457
45	การประเมินตนเองทำให้ฉันได้เปรียบเทียบ ความสอดคล้องระหว่างการ กระทำกับเป้าหมายที่ฉันกำหนดไว้	.524

ข้อที่	ข้อความ	ค่า r จาก N = 15
46	การเปรียบเทียบความสอดคล้องในการปฏิบัติของฉันกับเป้าหมายที่ฉันกำหนดไว้ทำให้ฉันได้ประเมินตนเองว่าฉันมีจุดบกพร่องและควรปรับปรุงในส่วนใดบ้าง	.561
47	เมื่อพบกับอุปสรรคในการกระทำตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ฉันจะประเมินความสามารถของตนเองว่าฉันสามารถทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้หรือไม่	.482
48	ฉันนำผลการสอบมาเป็นแนวทางในการประเมินการเลือกสาขาที่เรียน	.467
49	ฉันประเมินความสามารถทางการเรียนของฉันได้สอดคล้องกับความเป็นจริง	.617
50	ฉันชอบที่จะประเมินตนเองในหลายๆ ด้านเพื่อช่วยให้ฉันทราบว่าฉันเหมาะกับอาชีพที่ฉันตั้งเป้าหมายไว้หรือไม่	.536
51	ฉันรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและนำมาปรับปรุงเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน	.234
52	ฉันคิดว่า การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันทราบว่าฉันปฏิบัติตนได้ถูกต้องและตรงตามแผนที่ได้วางไว้หรือไม่	.436
53	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันได้สำรวจตนเองในด้านต่างๆ เกี่ยวกับการกระทำเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง	.448
54	การได้รับข้อมูลป้อนกลับในการปฏิบัติตนไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพทำให้ฉันมีแนวทางแก้ไขปัญหาเพิ่มมากขึ้น	.616
55	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันมีความกระตือรือร้นที่จะทำให้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันประสบความสำเร็จ	.698
56	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันมีทางเลือกที่หลากหลายในการพัฒนาตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้	.665
57	การได้รับข้อมูลป้อนกลับ ทำให้ฉันมีความละเอียดรอบคอบในการดำเนินการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้	.402
58	ฉันมีความมั่นใจมากขึ้นในการที่จะทำตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ได้วางไว้หลังจากที่ได้รับข้อมูลป้อนกลับ	.470
59	ฉันคิดว่า การให้ข้อมูลป้อนกลับมีความสำคัญต่อเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน	.343
60	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันมีแนวทางในการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ	.448

ภาคผนวก จ

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของผู้เชี่ยวชาญ

ตารางภาคผนวกที่ 2 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อ	ข้อความเดิม	ข้อความที่แก้ไข
3	ฉันทราบว่าฉันมีทักษะในด้านใด	ฉันระบุได้ว่าฉันมีทักษะด้านใดบ้าง (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
4	ฉันรู้ว่าฉันต้องพัฒนาทักษะในด้านใดเพิ่มเติมเพื่อให้ตนเองสามารถประกอบอาชีพที่ตั้งเป้าหมายไว้	ฉันรู้ว่าฉันควรพัฒนาทักษะด้านใดเพิ่มเติมเพื่อให้ตนเองสามารถเข้าสู่อาชีพที่ตั้งเป้าหมายไว้ (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
11	ฉันชอบตั้งเป้าหมายที่เฉพาะลงไปว่าฉันต้องการประสบความสำเร็จในอาชีพใด	ฉันตั้งเป้าหมายที่เฉพาะลงไปว่าฉันต้องการประสบความสำเร็จในอาชีพใด (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
14	เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันมีความชัดเจนมากพอที่จะสามารถระบุถึงสิ่งที่ฉันต้องการให้เกิดขึ้นต่อไปได้	ฉันได้จัดอันดับสถานศึกษาต่อไว้แล้ว (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์ และผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
17	ฉันมักตั้งเป้าหมายไว้ในระดับสูงเพื่อที่จะใช้ความพยายามและความสามารถอย่างเต็มที่เมื่อลงมือปฏิบัติ	ฉันมักตั้งเป้าหมายไว้ค่อนข้างสูงเพื่อที่จะใช้ความพยายามและความสามารถอย่างเต็มที่เมื่อลงมือปฏิบัติ (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
22	จากการที่ฉันได้ประเมินตนเองฉันมีความเชื่อมั่นว่าฉันมีความสามารถเพียงพอที่จะทำให้สิ่งที่ตั้งใจไว้ประสบความสำเร็จ	จากการที่ฉันได้ประเมินตนเองฉันมีความเชื่อมั่นว่าความสามารถของฉันอยู่ในระดับที่จะทำให้สิ่งที่ตั้งใจไว้ประสบความสำเร็จ (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์ และผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
26	การบริหารเวลาเป็นวิธีการที่ช่วยให้ฉันปฏิบัติตนถูกต้องเหมาะสมและสำเร็จยังเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้	การกำหนดกรอบระยะเวลาเป็นวิธีการที่ช่วยให้ฉันปฏิบัติตนถูกต้องเหมาะสมและสำเร็จยังเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์ และผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)

ข้อ	ข้อความเดิม	ข้อความที่แก้ไข
27	ฉันรู้ว่าการกำหนดเวลาในการกระทำ อย่างชัดเจนจะทำให้ฉันบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ได้	ฉันได้กำหนดเวลาในปฏิบัติงานเพื่อบรรลุ เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพอย่างชัดเจน (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
33	ฉันจะพยายามสอบเข้าในสาขาวิชาที่ ได้ตั้งเป้าหมายไว้	ฉันจะพยายามควบคุมตนเองให้เข้าใน สาขาวิชาที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
35	ฉันคิดว่าความพยายาม และการมีวินัย ถือเป็นคุณสมบัติของบุคคลที่สำคัญ อย่างยิ่งที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ ความสำเร็จได้	ฉันคิดว่าการมีวินัยและการมีความพยายามใน การบรรลุเป้าหมาย ถือเป็นคุณสมบัติของ บุคคลที่สำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ ความสำเร็จ (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
36	ฉันเชื่อว่าฉันสามารถฝ่าฟัน อุปสรรคต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นในการ กระทำตามเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพที่ฉันตั้งขึ้นได้	ฉันเชื่อว่าการปฏิบัติตามแผนจะทำให้ฉัน สามารถฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นใน การกระทำตามเป้าหมายทางการศึกษาและ อาชีพที่ฉันตั้งขึ้นได้ (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
37	ฉันคิดว่าอุปสรรคคือโอกาสที่จะได้ ปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น	ฉันคิดว่าอุปสรรคคือโอกาสที่จะได้ทดสอบตนเอง (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
38	ฉันคิดว่าฉันสามารถแก้ปัญหาที่จะเกิด ขึ้นกับการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา และอาชีพของฉันได้	ฉันจะต้องหาทางแก้ปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับการ ตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉันได้ (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
39	ฉันคิดว่าการแก้ปัญหาและการฝ่าฟัน อุปสรรคในระหว่างการดำเนินการไปถึง เป้าหมาย ทำให้ฉันได้เรียนรู้วิธีการในการ แก้ปัญหาที่หลากหลายซึ่งเป็นประโยชน์กับ ฉันในอนาคตได้	ฉันคิดว่าการแก้ปัญหา และการฝ่าฟันอุปสรรค ในระหว่างการดำเนินการไปถึงเป้าหมาย ทำ ให้ฉันมีความแข็งแกร่งขึ้น (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
40	ฉันทราบว่าในระหว่างการปฏิบัติตน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้นย่อมมีปัญหา และอุปสรรค แต่ฉันก็จะพยายามฝ่าฟัน อุปสรรคต่างๆ ไปให้ได้	ฉันทราบว่า การเผชิญปัญหาและอุปสรรค เป็นสิ่งปกติธรรมดาที่เกิดขึ้นในชีวิต (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)

ข้อ	ข้อความเดิม	ข้อความที่แก้ไข
41	ฉันคิดว่า การเลือกสาขาวิชาที่จะเรียนต่อควรมีความสอดคล้องกับเป้าหมายด้านอาชีพของฉัน	ฉันคิดว่า แนวทางการเลือกสาขาวิชาที่จะเรียนต่อของ ฉันมีความสอดคล้องกับเป้าหมายด้านอาชีพของฉัน (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์ และ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
42	ฉันรู้ว่าการกระทำใดบ้างที่สอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันได้วางไว้	ฉันระบุได้ว่าการกระทำใดบ้างที่สอดคล้องกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ฉันได้วางไว้ (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
47	การพบเจอกับอุปสรรคในการกระทำตามเป้าหมาย ทำให้ฉันได้ประเมินความสามารถของตนเองว่าฉันสามารถทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้หรือไม่	เมื่อพบกับอุปสรรคในการกระทำตามเป้าหมาย ฉันจะประเมินความสามารถของตนเองว่าฉันสามารถทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้หรือไม่ (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
48	ฉันนำผลการสอบมาช่วยประเมินการเลือกสาขาที่เรียน	ฉันนำผลการสอบมาเป็นแนวทางในการประเมินการเลือกสาขาที่เรียน (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
49	ฉันประเมินความสามารถทางการเรียนของฉัน ได้อย่างตรงตามความเป็นจริง	ฉันประเมินความสามารถทางการเรียนของฉัน ได้สอดคล้องกับความเป็นจริง (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์)
50	ฉันชอบที่จะประเมินตนเองในหลายๆ ด้านตามความเป็นจริงเพื่อช่วยให้ฉันทราบว่าฉันเหมาะกับอาชีพที่ฉันตั้งเป้าหมายไว้หรือไม่	ฉันชอบที่จะประเมินตนเองในหลายๆ ด้านเพื่อช่วยให้ฉันทราบว่าฉันเหมาะกับอาชีพที่ฉันตั้งเป้าหมายไว้หรือไม่ (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
53	การได้รับข้อมูลที่แสดงถึงผลการปฏิบัติต่อเป้าหมายของฉัน ทำให้ฉันทราบว่าฉันปฏิบัติตนได้ถูกต้องและตรงตามแผนที่กำหนดไว้หรือไม่	การได้รับข้อมูลที่แสดงถึงผลการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ทำให้ฉันทราบว่าฉันปฏิบัติตนได้ถูกต้องและตรงตามแผนที่กำหนดไว้หรือไม่ (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
55	ฉันทราบว่า การได้รับข้อมูลป้อนกลับมีความสำคัญอย่างไรต่อเป้าหมายของฉัน	ฉันทราบว่า การได้รับข้อมูลป้อนกลับมีความสำคัญต่อการดำเนินการให้ไปสู่เป้าหมาย (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร.รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์ และ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)

ชื่อ	ข้อความเดิม	ข้อความที่แก้ไข
56	การได้รับข้อมูลป้อนกลับในการกระทำตามเป้าหมายซึ่งทำให้ฉันได้ตรวจสอบตนเองว่าฉันควรพัฒนาหรือปรับปรุงการกระทำของคนในส่วนตัวบ้าง	การได้รับข้อมูลป้อนกลับทำให้ฉันได้ตรวจสอบตนเองว่าฉันควรพัฒนาหรือปรับปรุงการกระทำของคนในส่วนตัวบ้าง (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
57	ฉันคิดว่า การได้รับข้อมูลป้อนกลับจะช่วยให้ฉันรู้จุดที่ควรแก้ไขของตนเอง	ฉันคิดว่า การได้รับข้อมูลป้อนกลับเป็นการแสดงถึงผลการปฏิบัติงานของฉันได้อย่างชัดเจน (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
58	ฉันคิดว่าบุคคลที่ประสบความสำเร็จส่วนหนึ่งมาจากการที่หาได้นำข้อมูลป้อนกลับมาปรับปรุงตนเอง	ฉันคิดว่า การประสบความสำเร็จของฉันส่วนหนึ่งมาจากการที่นำข้อมูลป้อนกลับมาปรับปรุงตนเอง (ตามคำแนะนำของ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
59	ฉันคิดว่า การได้ลงมือปฏิบัติจริงจะช่วยให้ฉันรู้ถึงความถนัดและความสามารถของตนเองมากขึ้น	ฉันคิดว่า การได้รับข้อมูลป้อนกลับหลังจากลงมือปฏิบัติจริงจะช่วยให้ฉันรู้ถึงความถนัดและความสามารถของตนเองมากขึ้น (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร. รัญจวน คำวชิรพิทักษ์ และ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
60	ฉันคิดว่าบุคคลควรเปิดใจให้กว้างในการรับฟังและสังเกตผลการกระทำของตนเพื่อนำข้อมูลมาปรับปรุงในการวางเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตน	ฉันสามารถเปิดใจให้กว้างในการรับฟังและสังเกตผลการกระทำของตนเพื่อนำข้อมูลมาปรับปรุงการวางเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของฉัน (ตามคำแนะนำของ รศ.ดร. รัญจวน คำวชิรพิทักษ์ และ ผศ.ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)

ประวัติการศึกษาและการทำงาน

ชื่อ-นามสกุล	นางสาวพาสณา นิยมบัตรเจริญ
วัน เดือน ปี ที่เกิด	วันที่ 26 ตุลาคม 2525
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2546 ศิลปศาสตรบัณฑิต (อุตสาหกรรมท่องเที่ยว) สถาบันราชภัฏสวนดุสิต
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2546-2548 ทำงานด้านการท่องเที่ยว