

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การทำวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยเชิงเหตุและผลของพฤติกรรม การวางแผนชีวิต ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ซึ่งผู้วิจัยได้ ศึกษาค้นคว้า หลักการ แนวคิด ทฤษฎี จากหนังสือ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็น แนวทางในการวิจัย โดยผู้วิจัยได้รวบรวมสาระสำคัญ และได้้นำมานำเสนอตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้

1. พฤติกรรมการวางแผนชีวิต

1.1 ความหมายของพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

1.2 ความสำคัญของพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

1.3 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

1.4 การวัดพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.1 ปัจจัยด้านสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.1.1 การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.1.2 การมีแบบอย่างที่ดีกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.1.3 การเข้ารับการสอนเสริมกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.2 ปัจจัยด้านจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.2.1 ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.2.2 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.2.3 สุขภาพจิตกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

3. พฤติกรรมการวางแผนชีวิตกับความสำเร็จในการศึกษา

3.1 ความหมายของความสำเร็จในการศึกษา

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จในการศึกษา

3.3 การวัดความสำเร็จในการศึกษา

1. พฤติกรรมการวางแผนชีวิต

1.1 ความหมายของพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

เซอร์เบิร์ต เชพเพิร์ด (อ้างถึงใน บุญเลิศ ไพรินทร์ 2537: 8) กล่าวว่า การวางแผนชีวิต คือ การวางแผนเพื่อให้ชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่าและมีความหมาย (life worth living) ซึ่งผู้ที่ได้มีการวางแผนชีวิตของตนเองแล้วนั้นก็จะได้มาซึ่งความสุขในชีวิตและอิสรภาพของตนเอง รวมทั้งการแสวงหาวิธีการที่จะทำให้ชีวิตได้รับความสำเร็จสูงสุดอีกด้วย

พิไลวรรณ มะนะสุทธิ์ (2544: 62) กล่าวว่า การวางแผนการดำเนินชีวิต หมายถึง การวางแผนทาง หรือการกำหนดทิศทางของชีวิตอย่างมีเป้าหมายที่ชัดเจน เพื่อการประพฤติปฏิบัติตนในสังคมได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม เพื่อให้ชีวิตประสบความสำเร็จในชีวิตรอบด้าน

บุญยพัชร์ ปิยะบุญสิทธิ์ (2547: 36) กล่าวว่า การวางแผนชีวิต หมายถึง การคิดและการตัดสินใจล่วงหน้า ในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิต ไปสู่อนาคตที่ตั้งเป้าหมายไว้ โดยประพฤติปฏิบัติตนด้วยวิธีการที่เหมาะสม เพื่อความสุข และความสำเร็จในชีวิต

กรมการศึกษานอกโรงเรียน (2553) กล่าวว่า การวางแผนชีวิต คือ การกำหนดเป้าหมายของชีวิตในด้านต่างๆ เป็นกระบวนการนำไปสู่วัตถุประสงค์ที่วางไว้ โดยมีแนวทางที่แน่นอน ซึ่งประกอบด้วยหลักการและเหตุผลที่มีประสิทธิภาพ

วัลลภา จิตถวิล (2553) กล่าวว่า การวางแผนชีวิต คือ การตั้งเป้าหมายชีวิตของบุคคลที่ได้วางแผนไว้ด้วยวิธีการที่เหมาะสม เพื่อนำตนเองไปสู่เป้าหมายของชีวิตในอนาคต เป็นการวางแผนไว้ว่าจะต้องตั้งตัวสร้างฐานะให้ได้ ด้วยการเรียนให้จบ ประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีลธรรม

คำแหง วิสุมทรากร (2553) กล่าวว่า การวางแผนชีวิต หมายถึง การเข้าใจความหมาย และส่วนประกอบของชีวิตอย่างถูกต้อง แล้วนำมาวางแผนชีวิต หรือวางแผนชีวิตให้สอดคล้องกับความเป็นจริงมากที่สุด และกำหนดชีวิตตนเองได้อย่างมีคุณค่า ตามที่ตนเองประสงค์ หรือมีความปรารถนาที่อยากจะให้ดำเนินเป็นไปในอนาคตได้อย่างเหมาะสม เป็นชีวิตที่มีเป้าหมายและมีคุณค่ามากที่สุด

สุพจน์ อนุตรพงศ์ และคนอื่นๆ (2554) กล่าวว่า การวางแผนชีวิต หมายถึง แนวทางหรือข้อกำหนดในการปฏิบัติของบุคคล ด้วยวิธีการที่เหมาะสม เพื่อนำไปสู่เป้าหมายของชีวิตในแต่ละช่วงตามที่กำหนดไว้ รูปแบบของการวางแผนชีวิต เช่น การวางแผนเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน การวางแผนเกี่ยวกับการศึกษา การวางแผนในการประกอบอาชีพหลังสำเร็จการศึกษา หรือการวางแผนในการสร้างครอบครัวในอนาคต

อนันต์ เกตุวงศ์ (2541: 3) กล่าวว่า การวางแผน คือ การตัดสินใจล่วงหน้า ในการเลือกทางเลือกเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นวัตถุประสงค์หรือวิธีการกระทำ โดยทั่วไปมักจะเป็นการตอบคำถามต่อไปนี้ คือ จะทำอะไร (What) ทำไมจึงต้องทำ (Why) ใครบ้างที่จะเป็นผู้กระทำ (Who) จะกระทำเมื่อใด (When) จะกระทำกันที่ไหน (Where) และจะกระทำกันอย่างไร (How)

รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2548: 41) กล่าวว่า การวางแผนเป็นเรื่องของมนุษย์ ในขั้นแรกก่อนที่จะลงมือกระทำกิจกรรมต่างๆ นั้น มนุษย์มักจะคิด หรือทำการจินตนาการเสียก่อน เป็นเบื้องต้นในเรื่องนั้นๆ ว่า จะทำอะไร อย่างไร มีวิธีการขั้นตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุด โดยใช้ทรัพยากรอะไรบ้าง ในเวลาใด และกิจกรรมต่างๆ นั้นจะกระทำกันที่ไหน โดยมีเป้าหมายและผลที่คาดว่าจะได้รับเป็นตัวกำหนด

จากความหมายของการวางแผนชีวิตดังกล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การวางแผนชีวิต หมายถึง การเตรียมการ การกำหนดทิศทาง การกำหนดเป้าหมาย ในชีวิตล่วงหน้าสำหรับบุคคล เกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการในอนาคตของตนว่าจะทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร อย่างไร แล้วพิจารณาตัดสินใจเลือกทางปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพที่สุด เพื่อให้ทุกอย่างที่ได้เตรียมการไว้บรรลุวัตถุประสงค์ โดยมีเป้าหมายและผลที่คาดว่าจะได้รับเป็นตัวกำหนด การวางแผนชีวิตของนักศึกษาในระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชนั้น จะเกี่ยวข้องกับตัวแปรที่สำคัญ 3 ด้าน คือ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ซึ่งอาจให้ความหมายของการวางแผนชีวิตแต่ละด้านไว้ดังนี้

1. การวางแผนชีวิตด้านการศึกษา หมายถึง การกำหนดขั้นตอนและแนวทางถึงสิ่งที่จะปฏิบัติเกี่ยวกับการศึกษาไว้ล่วงหน้าอย่างเป็นระบบ ชัดเจน เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการเรียนภายในระยะเวลาที่กำหนด ประกอบด้วยการศึกษาหลักสูตรและวิธีการเรียน การกำหนดแผนการศึกษาตลอดหลักสูตร การวางแผนการเรียนในแต่ละภาคเรียน การศึกษาชุดวิชาที่เรียน การศึกษาเอกสารการสอนและการทำกิจกรรมประจำชุดวิชา การกำหนดแผนการรับฟังรายการวิทยุกระจายเสียงประกอบชุดวิชา และการกำหนดแผนการรับชมรายการโทรทัศน์ประกอบชุดวิชา การวางแผนการเข้ารับการสอนเสริม การเตรียมตัวและการเข้าสอบ ตลอดจนการวางแผนเวลากับการเข้าร่วมกิจกรรมชมรมนักศึกษาและกิจกรรมต่างๆ ที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้น

2. การวางแผนชีวิตด้านอาชีพ หมายถึง กระบวนการคิดวางแผนชีวิตในด้านประกอบอาชีพของตนเองทั้งในปัจจุบันถึงอนาคต โดยเริ่มตั้งแต่การวางแผนเลือกอาชีพ การวางแผนกำหนดเป้าหมายในอาชีพ การวางแผนพิจารณาถึงโอกาสความเจริญก้าวหน้าในอาชีพ และการวางแผนปฏิบัติเพื่อการพัฒนาเกี่ยวกับอาชีพของตนเอง ซึ่งอาจวางแผนพัฒนาโดยการ

ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม เข้ารับการฝึกอบรม สัมมนา หรืออาจจะรวมถึงการวางแผนปรับเปลี่ยนอาชีพหรือปรับตำแหน่ง ตามความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์และทักษะที่ตนเองมีอยู่

3. การวางแผนชีวิตด้านครอบครัว หมายถึง การเตรียมตัวหรือเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงถึงสิ่งที่คาดการณ์ว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต โดยการวางแผนหรือตั้งเป้าหมายให้ครอบครัวมีความพร้อมทั้งจำนวนสมาชิก ฐานะเศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมที่ดีภายใต้เหตุผลและทรัพยากรของกลุ่มสามี-ภรรยา ซึ่งจำเป็นต้องมีการวางแผนรากฐานครอบครัวร่วมกันอย่างเป็นระบบ ทั้งด้านเวลา แรงงาน เงิน สุขภาพอนามัย การศึกษา การพัฒนา หรือปรับเปลี่ยนอาชีพทั้งของตนเองและสมาชิกในครอบครัว ตลอดจนความรู้ความสามารถในการรับผิดชอบครอบครัว การครองเรือนเพื่อให้ครอบครัวดำเนินไปได้ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

1.2 ความสำคัญของพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

การวางแผนชีวิต มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จในอนาคตของบุคคล ดังที่ วิกาพร ลิทธิศาสตร์ (2551: 34) กล่าวถึง ความสำคัญของการวางแผนชีวิต สรุปได้ว่า การดำเนินชีวิตให้มีความสุขตลอดชีวิต ควรมีสิ่งที่ทุกคนควรยึดถือและปฏิบัติที่เราเรียกว่าทักษะที่จำเป็นต่อชีวิต มีการวางแผนการดำเนินชีวิตที่ดี ผู้ที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตและครอบครัวนั้น จะต้องรู้จักการวางแผนการดำเนินชีวิตไว้ก่อนล่วงหน้าตั้งแต่ยังเป็นเด็ก ขณะอยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียน โดยจะต้องสอดคล้องกับสภาพเศรษฐกิจ สภาพความเป็นจริงของตนเอง มีเหตุผล และมีสติปัญญา และเมื่อวางแผนไว้แล้ว ก็ต้องพยายามดำเนินชีวิตไปตามแผนที่วางไว้ รวมทั้งมีการประเมินผลการดำเนินชีวิตตามแผนทุกขั้นตอน ซึ่งถ้าหากขั้นตอนใดมีปัญหาหรือมีอุปสรรค ก็สามารถหาวิธีการปรับปรุงแก้ไขทัน เราสามารถวางแผนในการดำเนินชีวิต เพื่อให้ประสบความสำเร็จนั้น อาจแบ่งได้เป็น 3 ช่วง คือ 1) ช่วงศึกษาเล่าเรียน เป็นระยะวัยเด็กที่อยู่ในสภาพของนักเรียน ซึ่งก็มีหน้าที่เรียนและแสวงหาความรู้ให้เต็มที่เต็มกำลังความสามารถ เพื่อเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการประกอบอาชีพต่อไป 2) ช่วงการประกอบอาชีพหรือช่วงของการทำงาน เป็นระยะที่เริ่มเป็นผู้ใหญ่ เมื่อจบการศึกษาจะต้องหางานทำและต้องเป็นอาชีพสุจริตที่สามารถนำความรู้ในวัยเรียนมาใช้ในการประกอบอาชีพได้ ในการประกอบอาชีพให้เจริญก้าวหน้าขึ้น ผู้ประกอบอาชีพจะต้องมีความขยันหมั่นเพียร มีความตั้งใจ มีคุณธรรม จริยธรรม และอุทิศแรงกายอย่างเต็มกำลังความสามารถ 3) ช่วงการเริ่มชีวิตครอบครัว เป็นระยะที่บุคคลซึ่งมีความพร้อมทั้งความรู้ การงานและทรัพย์สินอย่างพอควร ซึ่งก็จะเริ่มคิดแต่งงานมีครอบครัวเป็นของตนเอง พร้อมสร้างหลักฐานของชีวิตให้มั่นคง มีบุตรหลานสืบวงศ์ตระกูลต่อไป ซึ่งก่อนจะเริ่มมีครอบครัวนั้น ควรได้มีการศึกษาเรื่องชีวิตครอบครัวให้มีความเข้าใจ และเตรียมกายใจให้พร้อมก่อนการแต่งงาน ซึ่งสอดคล้องกับ กรมการศึกษานอกโรงเรียน (2553) กล่าวว่า การวางแผนชีวิต มีความสำคัญอย่างมาก การ

เตรียมชีวิตเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จหรือเป้าหมายที่วางไว้ การวางแผนชีวิตเป็นกระบวนการบริหารจัดการไว้ล่วงหน้าว่าจะทำอะไร ทำอย่างไร ทำเมื่อไร ใครเป็นคนทำ และจะใช้วัสดุอุปกรณ์อะไรบ้าง งบประมาณเท่าไร ซึ่งเป้าหมายแนวทางสำหรับปฏิบัติให้สำเร็จตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ทำให้บุคคลเกิดความมั่นใจที่จะทำการดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างต่อเนื่อง หากไม่ได้มีการวางแผนชีวิตไว้ เหมือนกับชีวิตขาดเป้าหมาย และอาจพบปัญหามากมาย ทำให้ชีวิตไม่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ไม่ได้ผลเท่าที่ควร ทั้งที่มีการวางแผนไว้อย่างดี ในบางครั้งเรากำหนดเป้าหมายและแผนของชีวิตไว้เป็นอย่างดีแล้ว แต่ก็ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายที่วางไว้ มีอุปสรรคเกิดขึ้นจนได้ แต่เราก็สามารถตรวจสอบได้อย่างรวดเร็วว่าที่เราปฏิบัตินั้นมีขั้นตอนไหนผิดพลาดไปจากแผนที่กำหนดไว้ การวางแผนหรือการกำหนดเป้าหมายของชีวิตก็ยังทำให้เราสามารถตรวจสอบเรื่องที่ผิดพลาดได้ง่าย ว่าที่ผิดพลาดนั้นเกิดจากสาเหตุหรือขั้นตอนใด และทำให้สามารถหาแนวทางแก้ไขได้ทัน ดังนั้น การดำเนินชีวิตให้อยู่อย่างมีความสุขหรือประสบความสำเร็จในชีวิตจึงจำเป็นต้องมีการกำหนดเป้าหมายและวางแผนชีวิตไว้ล่วงหน้า ชีวิตจึงจะมีความสุข และสอดคล้องกับ วัลลภา จิตถวิล (2553) กล่าวว่า การวางแผนเพื่อเป้าหมายชีวิตในอนาคต เป็นสิ่งที่จำเป็นที่บุคคลทุกคนต้องให้ความสำคัญ ในการรู้จักวางแผนชีวิตของตนเองอย่างมีขั้นตอน มีวิธีการที่เหมาะสมกับสถานะของบุคคล แล้วพยายามดำเนินการโดยการปฏิบัติทุกวิถีทางที่จะนำพาชีวิตให้ประสบความสำเร็จ แต่หากเมื่อดำเนินชีวิตตามกรอบที่มีการวางแผนแล้วเกิดปัญหาและอุปสรรค บุคคลนั้น ก็สามารถหาจุดบกพร่องที่เกิดขึ้นมาพิจารณา และทบทวนขั้นตอนเพื่อแก้ไข พัฒนา ปรับปรุงให้ชีวิตของบุคคลมีคุณภาพและเกิดประสิทธิภาพในการดำเนินชีวิตให้มีความสุข ทั้งกาย จิต สังคม และวิญญาณทั้งองค์รวม หากทุกชีวิตมีการวางแผนเพื่อเป้าหมายของชีวิต ย่อมจะส่งผลให้ประสบกับผลสำเร็จในชีวิตเป็นแน่นอน ในทางตรงข้าม หากบุคคลใดชีวิตขาดการวางแผนในทุกๆ เรื่อง ดังกล่าว เช่น การศึกษาเล่าเรียน การใช้จ่ายเงินทองในชีวิตประจำวัน เป็นต้น ย่อมส่งผลกระทบต่อชีวิตให้ไม่ประสบผลสำเร็จในการศึกษา และมีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ เป้าหมายชีวิตของบุคคล แบ่งได้ 2 ระดับ คือ 1) การวางแผนเป้าหมายชีวิตขั้นต้น เป็นการวางแผนตั้งเป้าหมายของชีวิตโดย มุ่งมั่น ฝึกฝนตนเอง ให้บรรลุเป้าหมายของชีวิต ว่าจะต้องเรียนให้จบ มีอาชีพ มีฐานะที่ดีให้ได้ ด้วยองค์ประกอบต่างๆ เช่น การประพฤติตนเป็นคนดี ไม่ทำตัวเป็นปัญหา ไม่ผิดกฎหมาย และตั้งเป้าหมายว่า จะประกอบอาชีพอะไร เช่น ครู พยาบาล ตำรวจ ทหาร ช่างนา หรืออื่นๆ ก็ได้ ขอให้เป็นอาชีพที่สุจริต 2) การวางแผนเป้าหมายชีวิตขั้นกลาง เป็นการตั้งเป้าหมายของชีวิต ว่าต้องพยายามตั้งตัวและสร้างฐานะของตนเอง มีชีวิตคู่ มีชีวิตครอบครัว มีลูกให้ดี ในชีวิตนี้ไม่ย่อท้อ รู้จักการสร้างคุณค่าให้ชีวิตด้วยการขยัน ตั้งใจทำความดี เอื้ออาทร

มีเมตตาต่อผู้อื่น ซึ่งเป็นเป้าหมายชีวิตสูงสุด 3) การวางแผนเป้าหมายชีวิตขั้นสูงสุด เป็นการตั้งเป้าหมายของชีวิตที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อตนเองและบุคคลอื่น คือ การตั้งใจดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จในการศึกษาเล่าเรียน หน้าที่ การงาน ชีวิตครอบครัวและตั้งใจปฏิบัติธรรมทุกรูปแบบ โดยการตั้งใจทำความดี หมั่นให้ทาน รักษาศีล ฝึกสมาธิ เพื่อให้จิตใจผ่องใส เกิดปัญญาเพื่อรักษาเป้าหมายของชีวิตให้มั่นคงในทุกๆ ด้าน

นอกจากความสำคัญของการวางแผนชีวิตที่ได้กล่าวข้างต้นแล้ว ยังพบความสำคัญของการวางแผนชีวิตในคำสอนของพระพุทธเจ้า ในมงคลสูตรข้อที่ 6 ตั้งตนชอบ พระสมชายฐานวุฑโฒ (2542: 51-52) กล่าวว่า เรือที่ฝักลื่นอยู่กลางมหาสมุทรจะแล่นถึงฝั่งได้ นายเรือจะต้องตั้งจุดหมายปลายทางไว้ถูกต้องและรู้จักควบคุมหางเสือให้เรือวิ่งไปไม่ผิดทิศทาง ฉะนั้นใครจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ก็ต้องตั้งตนชอบเช่นนั้น การตั้งตนชอบเป็นสิ่งสำคัญมาก เป็นขั้นตอนแรกในการสร้างความสุขความเจริญก้าวหน้าแก่ชีวิต เพราะถ้าใครตั้งเป้าหมายในชีวิตไว้ผิดแล้วพยายามจะเดินไปตามนั้น คนๆ นั้น ก็จะไม่มีความสุขความเจริญก้าวหน้าได้ ผู้ที่รักความก้าวหน้าทั้งหลาย จึงจำเป็นต้องตั้งเป้าหมายชีวิตให้ถูกต้อง จากนั้นจึงไปแสวงหาความรู้ความสามารถ พากเพียรพยายาม เพื่อบรรลุเป้าหมายชีวิตที่ถูกต้องนั้นให้ได้ และเมื่อตั้งเป้าหมายชีวิตไว้แล้วก็มุ่งมั่นฝึกตนเองสร้างตัวให้บรรลุเป้าหมายชีวิตนั้นให้ได้ หนูตัวเล็กๆ ยังสู้สุดส่ำห์ขุดรูอยู่ นกกระเจี๊ยบกระจอกยังสู้สุดส่ำห์สร้างรัง เราเกิดมาเป็นคนทั้งทีก็ต้องสร้างฐานะให้ดีให้ได้ว่า ซึ่งสอดคล้องกับ กรณการศึกษานอกโรงเรียน (2541: 17-18) กล่าวว่า การคิดวางแผน การดำเนินชีวิตที่ดี การวางจุดหมายให้แน่นอนในชีวิตของคนเรา เป็นหลักการอันสำคัญที่สุดของการดำเนินชีวิต ทำให้มนุษย์อยู่ในโลกอย่างมีความสุข คนที่ขาดจุดหมาย ก็คือ คนที่ขาดหลักสำหรับยึดเหนี่ยว ไม่รู้ว่าชีวิตจะไปทางไหน เหมือนเรือที่ลอยแพตั้งไปตามกระแสน้ำ น้ำขึ้นก็ลอยขึ้น น้ำลงก็ลอยลง บุคคลที่ฉลาดย่อมรู้ว่า จุดหมายของตนนั้นอยู่ห่างไกลเพียงไร แล้วเขาก็วางจุดหมายในระยะใกล้ๆ ไว้เป็นระยะๆ เพื่อที่จะก้าวไปสู่จุดหมายอันแน่นอนของชีวิต ค่อยๆ ก้าวไประยะสั้นๆ และก้าวไปได้ง่ายๆ กระทำเช่นนี้ เรือจะไปจนถึงจุดหมายปลายทางที่ต้องการของชีวิต

จากความสำคัญของการวางแผนชีวิตดังกล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การวางแผนชีวิต มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จในอนาคตของบุคคล บุคคลควรให้ความสำคัญกับการวางแผนชีวิต ทั้งด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว บุคคลที่มีการวางแผนชีวิตทั้ง 3 ด้านที่ดี เปรียบเสมือนมีเข็มทิศในการดำเนินชีวิต มีแบบแปลนในการสร้างชีวิต ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตไปได้ตรงทิศทาง ตามเป้าหมายที่ต้องการ ก่อให้เกิดคุณค่าต่อการพัฒนาตนเอง พัฒนาสังคม และประเทศชาติต่อไปในอนาคต หรือหากการดำเนินชีวิตในแต่ละช่วงที่เราคิดว่าผ่าน การวางแผนชีวิตที่ดีทั้ง 3 ด้านแล้วนั้น บางครั้งอาจมีอุปสรรคเกิดขึ้น ก็ทำให้เราสามารถตรวจสอบ

ได้อย่างรวดเร็วว่าการดำเนินชีวิตของเราที่เรปฏิบัติไปนั้นมีขั้นตอนใดบ้างที่ผิดไปจากแผนที่เรากำหนดไว้ เราสามารถตรวจสอบเรื่องที่เป็นอุปสรรคหรือตรวจสอบสิ่งที่ผิดพลาดได้ง่าย ว่าเกิดจากสาเหตุหรือขั้นตอนใด ทำให้สามารถหาแนวทางแก้ไขหรือป้องกันได้ทัน ซึ่งเป็นการลดความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นอย่างร้ายแรงได้

1.3 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการวางแผนชีวิต

1.3.1 แนวคิด ทฤษฎี ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการวางแผนชีวิต

การวางแผนชีวิตของบุคคลจะช่วยให้บุคคลปฏิบัติตามแนวทางหรือกรอบที่วางไว้ ซึ่งเปรียบเสมือนพิมพ์เขียวของการสร้างบ้าน (กรมการศึกษานอกโรงเรียน 2553) หรือ การวางแผนชีวิตเปรียบเสมือนแผนที่การเดินทางของชีวิตไปสู่เป้าหมายแห่งความสำเร็จ (ณรงค์วิทย์ แสนทอง 2553) ซึ่ง รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2548: 29) กล่าวว่า อนาคตเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนและมีความสำคัญต่อแผนอย่างมาก เพราะในการวางแผนนั้น ผู้วางแผนจะเป็นตัวกำหนดว่า จะทำอะไรบ้างในอนาคต ดังนั้นผู้วางแผนจึงต้องทำนายอนาคตโดยอาศัยทฤษฎี หลักการตัวเลข ข้อมูล และสถิติต่างๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อจะได้กำหนดแนวทางการกระทำ กระบวนการและขั้นตอนของการกระทำว่าควรทำเมื่อใด มุ่งให้เกิดผลอย่างไร อันเป็นการสอดคล้องกับคำกล่าวของนักวิชาการหลายคนว่า การวางแผนนั้นจะต้องมีการกระทำ 3 ประการ คือ การวางแผน การปฏิบัติตามแผน และการประเมินผลของแผน และบุญเลิศ ไพธิน (2537: 9) เห็นว่า ในปัจจุบันนี้การวางแผนชีวิตและอาชีพได้รับความสนใจและถือเป็นหน้าที่และความรับผิดชอบขององค์กรที่จะให้เจ้าหน้าที่ในองค์กรได้รับความรู้ทักษะ และข้อมูลข่าวสารที่จำเป็นสำหรับการวางแผนชีวิตและอาชีพของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เพราะการวางแผนชีวิตและอาชีพนอกจากจะเป็นประโยชน์ต่อตัวเองแล้วยังเป็นประโยชน์ต่อองค์กรด้วย นั่นก็คือ แต่ละคนจะได้ใช้ความรู้ ความสามารถได้ตรงกับงานที่ตนรัก และเต็มใจที่จะทำด้วยความผูกพันที่จะอยู่ และก้าวหน้าในองค์กรโดยไม่คิดจะหนีหายไปจากองค์กรนั้นๆ องค์กรจะได้รับผลผลิตหรือบริการเพิ่มขึ้นทั้งปริมาณและคุณภาพ แล้วยังเป็น การลดความเสี่ยงในด้านกำลังคนและการดำรงอยู่อย่างต่อเนื่อง และมีประสิทธิผลขององค์กรอีกด้วย

การที่คนเราจะวาดภาพชีวิตของตนอย่างไรในอนาคต หรืออะไรควรจะเป็นจุดมุ่งหมายของชีวิต และจะไปถึงจุดมุ่งหมายนั้น หรือที่นักวาดภาพไว้นั้นด้วยอะไร สมเด็จพระญาณสังวร เจริญ สุวฑฺฒโน (2536: 18-19) กล่าวว่า ให้คำนึงถึงความสามารถของตน ต้องสังเกตดูสติปัญญา ความถนัด ความชอบ และต้องพิจารณาถึงกำลังสนับสนุนต่างๆ ตลอดถึงอริยาคัย นิสัย การศึกษาตั้งแต่ต้นถึงมัธยมศึกษาเป็นเครื่องช่วยชี้ได้ว่าทางอนาคตจะไปอย่างไร ซึ่งจุดมุ่งหมายของคนนั้นมีต่างๆ กัน บางคนมีจุดมุ่งหมายของตน คือ จะเรียน จะทำงานทางไหน ภาพของชีวิต

ที่วาดไว้ก็จะเทียบได้กับแบบแปลนของสิ่งที่จะสร้างขึ้นในกระดาศพิมพ์เขียว ซึ่งสอดคล้องกับคำแห่ง วิสุทธิทางกูร (2553) กล่าวว่า มนุษย์สามารถวางแผนชีวิตตนเองได้สอดคล้องกับความเป็นจริงมากที่สุด และกำหนดชีวิตตนเองได้อย่างมีคุณค่าตามที่ตนเองประสงค์ หรือมีความปรารถนา ที่อยากจะทำให้ดำเนินไปในอนาคตได้อย่างเหมาะสม ก็ต้องพัฒนาปัญญาขึ้นมาอย่างเต็มความสามารถทุกด้านพร้อมที่จะสร้างตนเองและชีวิตให้เป็นชีวิตที่มีเป้าหมายและมีคุณค่ามากที่สุด ไม่ใช่ดำเนินชีวิตอย่างเลื่อนลอยไร้จุดหมายปลายทาง ทำให้ชีวิตทั้งชีวิตต้องตกอยู่ในความประมาทและหาคุณค่าใดๆ มิได้ หากเปรียบชีวิตเหมือนการลงทุนก็จะเป็นชีวิตที่ขาดทุน นำเข้าต้นทุนชีวิตก็หมดไปอย่างไม่มีคุณค่าที่ควรแก่การยกย่องยินดีที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ฉะนั้นบัณฑิตหรือมนุษย์ผู้มีปัญญาต้องวางแผนชีวิตให้มีค่ามากที่สุด และดำเนินไปตามแผนที่ชีวิตนั้นจนกว่าจะถึงฝั่งฝัน และปราชญา กล้าผจญ (2546) กล่าวว่า เมื่ออยากจะทำสิ่งใดก็ให้ไกลและต้องไปให้ถึงด้วย ผู้ที่มุ่งมั่นที่จะก้าวหน้าไปสู่ความสำเร็จเป็นอย่างสูงในชีวิตส่วนตัวและหน้าที่การงานนั้น แต่ละคนจะต้องมีการวางแผนชีวิตเอาไว้เป็นขั้นตอนอย่างชัดเจน ตั้งเป้าหมายระยะยาวเป็นเป้าหมายตลอดชีวิตว่าจะต้องดำเนินชีวิตอย่างไร จะต้องเรียนอะไรและจะประกอบอาชีพอะไร จะออกมอถนอมใช้อย่างไร เป็นต้น เมื่อเรายังเยาว์วัยอยู่เนี่ยยังมีเวลาและ โอกาสอีกมากที่จะแสวงหาความรู้ความเข้าใจเอาไว้เป็นพื้นฐานของสติปัญญา เพื่อประโยชน์แก่ชีวิตตนเองและบุคคลที่จะเข้ามาเกี่ยวข้อง กับตนในอนาคต เมื่อถึงวัยที่ต้องทำมาหาเลี้ยงชีพแล้วจะมีเวลาเหลือสำหรับการเรียนรู้น้อยลง ผู้ใฝ่ดีทั้งหลายจึงต้องรู้จักใช้เวลาให้เป็นประโยชน์

การวางแผนเป้าหมายในชีวิตของแต่ละบุคคลแตกต่างกันไป เพื่อให้การดำเนินชีวิตมีคุณภาพ วัลลภา จิตถวิล (2553) กล่าวว่า บุคคลควรมีการวางแผนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยที่ดี ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บใดๆ การวางแผนเกี่ยวกับการศึกษา การวางแผนเกี่ยวกับอาชีพในอนาคต เมื่อเรียนสำเร็จ อยากประกอบอาชีพ เช่น แพทย์ วิศวกร ตำรวจ ทหาร นักธุรกิจ เกษตรกรรม ช่างนา ช่างไร่ เป็นต้น นอกจากนี้ยังต้องมีการวางแผนเกี่ยวกับรายรับรายจ่ายแต่ละเดือน การวางแผนที่จะปฏิบัติความดี ดำเนินชีวิตอยู่ในกรอบศีลธรรม การวางแผนเกี่ยวกับการสร้างครอบครัวในอนาคต เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับ สุพจน์ อนุตรพงศ์ และคนอื่นๆ (2553) กล่าวว่า การดำเนินชีวิตของคนเรา มีหลายเรื่องที่ดีถือว่าเป็นรูปแบบของการวางแผนชีวิต เช่น การวางแผนเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน การวางแผนเกี่ยวกับการศึกษา การวางแผนในการประกอบอาชีพหลังสำเร็จการศึกษา หรือการวางแผนในการสร้างครอบครัวในอนาคต ซึ่งรูปแบบการวางแผนต่างๆ เหล่านี้ มีความจำเป็นที่คนเราจะต้องรู้จักและนำไปใช้ปฏิบัติ เพราะการวางแผนชีวิตที่ดีมีความสำคัญและส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของคนเรา ดังจะเห็นได้จากผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต โดยทั่วไปมักพบว่า มีพื้นฐานมาจากการรู้จักที่จะวางแผนชีวิตของตนเองอย่างเป็นขั้นตอน ซึ่งตรงข้ามกับบุคคลที่ไม่รู้จักวางแผน

ชีวิต หรือวางแผนชีวิตที่ไม่ดีพอ มักจะไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไปไม่ถึงเป้าหมายของชีวิตที่ตั้งไว้ได้ เช่น หากไม่รู้จักรั้วที่จะวางแผนใช้จ่ายให้มีความเหมาะสมกับสภาพทางด้านเศรษฐกิจ หรือหากอยู่ในฐานะนักเรียนหรือนักศึกษา หากไม่รู้จักรั้วที่จะวางแผนจัดระบบหรือเวลาในการศึกษาของตนให้มีความเหมาะสมแล้ว ย่อมจะส่งผลให้ประสบกับปัญหาในการศึกษา หรือไม่ประสบผลสำเร็จในการศึกษาได้ ดังนั้น การวางแผนชีวิตจึงมีความสำคัญ และเป็นตัวชี้วัดถึงความสำเร็จ หรือความล้มเหลวของเป้าหมายในชีวิตที่ตั้งไว้ได้ สำหรับด้านการใช้ชีวิตเป็นนิสิตหรือนักศึกษานั้น วรณิ ลิ้มอักษร (2545: 35) กล่าวว่า การใช้ชีวิตเป็นนิสิต/นักศึกษา ในมหาวิทยาลัยจนสามารถจบการศึกษาตามความต้องการ ไม่ใช่เรื่องง่าย ไม่ใช่เรื่องสนุก หนทางของความสำเร็จไม่ได้โรยด้วยกลีบกุหลาบ แต่ต้องรู้จักวางแผนหลายเรื่อง ทั้งการเรียน การสอบ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และการวางแผนการใช้จ่ายเงินให้เหมาะสมกับสภาพของทุน ทุ่มเทให้กับการเรียนอย่างเต็มที่ แต่ต้องไม่ลืมการเข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นในมหาวิทยาลัย สร้างวินัยให้ตนเอง จูงใจตนเองได้ แม้ล้มเหลวก็มีความเข้มแข็งพอที่จะลุกขึ้นมาต่อสู้ใหม่ การประสบความสำเร็จในการเรียนยังไม่ใช่ว่าความสำเร็จในชีวิต และการเรียนในมหาวิทยาลัยก็เป็นพื้นฐานไปสู่ความสำเร็จในชีวิตได้ระดับหนึ่งแล้ว

จากการศึกษา แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการวางแผนชีวิตที่กล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การวางแผนชีวิตเข้ามามีบทบาทและเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคลในทุกๆ สมัย การวางแผนชีวิต จึงถือได้ว่าเป็นหัวใจสำคัญในการกำหนดทิศทาง กำหนดการดำเนินงาน และควบคุมการปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมาย บุคคลที่ขาดซึ่งการวางแผนชีวิตที่ดี จึงเปรียบเสมือนเรือที่แล่นลอยแพงแดงอยู่กลางมหาสมุทร โดยไม่มีหางเสือคอยนำทาง แล่นเรือไปโดยไร้ทิศทาง ไม่มีจุดหมายปลายทาง หรือเปรียบเสมือนการสร้างบ้านโดยที่ไม่มีแบบแปลน ไม่มีพิมพ์เขียว ไม่มีโครงสร้าง สิ่งเหล่านี้ล้วนนำมาซึ่งการสูญเสีย ไม่เฉพาะเวลา คุณค่า ประโยชน์ โอกาส แรงงาน ทรัพย์สิน ซึ่งอาจเสียไปไม่น้อยกว่าครึ่งหนึ่งของชีวิต หรืออาจถึงขั้นสูญเสียชีวิตก็ว่าได้ บุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตส่วนมากจะเป็นผู้ที่รู้จักการวางแผนชีวิตที่ดี และดำเนินชีวิตไปตามแผนที่วางไว้ การวางแผนชีวิตของมนุษย์ควรเริ่มตั้งแต่ยังเยาว์วัย และตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง โดยมีการวางแผนชีวิต ทั้งด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ซึ่งเป็นวงจรหรือวัฏจักรของการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การวางแผนชีวิตที่ดีอย่างมีประสิทธิภาพทั้ง 3 ด้าน จะส่งเสริมให้บุคคลประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างงดงาม

1.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

จากการศึกษางานวิจัยด้านต่างๆ พบว่า มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม การวางแผนชีวิตในแง่มุมต่างๆ ที่ช่วยส่งเสริมให้ชีวิตของบุคคลเป็นไปตามทิศทางที่ได้วางแผน หรือกำหนดเป้าหมายไว้ ดังงานวิจัยของ เบอร์นี โทมัส และฮิงเกิล (Birney, Thomas and Hinkle, 1970) ศึกษาพบว่า การจัดอบรมการวางแผนชีวิตและอาชีพมีผลต่อการมองตนเองของผู้เข้ารับการ อบรม และการมองผู้อื่น คือ ผู้เข้ารับการอบรมมีระดับการระลึกถึงตนเองและผู้อื่น (Self Awareness) อยู่ในระดับที่สูงขึ้น ไอซากิ (Aigaki, 1970) ศึกษาพบว่า ผู้เข้ารับการอบรมที่มาจาก ครอบครัวมีรายได้ต่ำ มีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติในการวางแผนชีวิตให้กับตนเอง และมีทักษะใน การสร้างจุดมุ่งหมายทางพฤติกรรมให้แกตนเองเพิ่มขึ้น ต่อมา โทมัส (Thomas, 1972) ศึกษาพบว่า หลังผ่านการฝึกอบรมไปแล้ว ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเป็นจำนวนมากแสดงออกถึงความรู้สึกรู้ว่าเป็น เจ้าของชีวิตและควบคุมชีวิตของตนเองได้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับจอห์นสัน (Johnson, 1977) ศึกษา พบว่า ผู้เข้ารับการอบรมเป็นผู้กำหนดอนาคตชะตาชีวิตของตนเองมากขึ้นกว่าเมื่อก่อนเข้ารับการ ฝึกอบรม และเมื่อถามในเรื่องอื่นๆ ก็ปรากฏว่าผู้เข้ารับการอบรมกล่าวว่า รู้สึกมีความสามารถที่จะ วางแผนชีวิตให้กับตนเองดียิ่งขึ้น (Birney, Thomas and Hinkle, 1970, Aigaki, 1970, Thomas, 1972, Johnson, 1977 อ้างถึงใน นวลศิริ เปาโรหิตย์ เรียม ศรีทอง และเน่งน้อย พัวพัฒนกุล 2533: 18-20)

ในประเทศไทยนั้น มีผู้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิตในรูปแบบต่างๆ เช่น นวลศิริ เปาโรหิตย์ เรียม ศรีทอง และเน่งน้อย พัวพัฒนกุล (2533: 52-55) ศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบการอบรมการวางแผนชีวิตและอาชีพ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต สำหรับนิสิตนักศึกษา ในมหาวิทยาลัยปดของรัฐ จำนวน 100 คน เพื่อให้ให้นักศึกษาที่ได้เข้ารับการอบรมเห็นถึงความสำคัญ ของการวางแผนชีวิตและอาชีพ โดยเน้นให้เป็นผู้กำหนดชะตาชีวิตของตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และมีทัศนคติที่ดีต่อการทำงาน ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษาที่เข้ารับการอบรม มีทัศนคติในการ กำหนดชะตาชีวิตของตนเอง มีลักษณะการมุ่งอนาคต และวุฒิภาวะทางอาชีพสูงกว่านักศึกษากลุ่ม ที่ไม่ได้รับการอบรม และพบว่า หลังจากอบรมไปแล้ว 6 เดือน คะแนนทัศนคติในการกำหนดชะตา ชีวิตของตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคตและวุฒิภาวะทางอาชีพไม่แตกต่างจากการสอบหลังเสร็จสิ้น การอบรมทันที

เรียม ศรีทอง (2535: 79) ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ ผลของการจัดโครงการ อบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อวางแผนชีวิตและอาชีพ และแรงงูใจใฝ่สัมฤทธิ์ ของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ในสหวิทยาลัยรัตนโกสินทร์ จำนวน 60 คน พบว่า ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อการ วางแผนชีวิตและอาชีพ มีทัศนคติในการวางแผนชีวิตและอาชีพ และมีแรงงูใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่า

นักศึกษากลุ่มควบคุม และมีคะแนนทัศนคติในการวางแผนชีวิตและอาชีพ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สูงขึ้นจากการสอบก่อนทดลอง

พิไลวรรณ มนะสุทธิ (2544: 120-121) ศึกษาถึง ความสัมพันธ์ระหว่าง สัมพันธภาพในครอบครัว การบรรลุลงานตามพัฒนาการ และการวางแผนการดำเนินชีวิต ของวัยรุ่นตอนต้น ในเขตกรุงเทพมหานคร ของผู้ปกครองนักเรียนระดับชั้นอนุบาลปีที่ 1-3 ที่มีอายุระหว่าง 18-30 ปี ทั้งเพศชาย และหญิง จำนวน 150 คน พบว่า วัยรุ่นตอนต้นที่สามารถบรรลุลงานตามขั้นพัฒนาการได้ดีจะมีความสามารถวางแผนในการดำเนินชีวิตที่ดี ส่งผลให้วัยรุ่นตอนต้นสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข วัยรุ่นตอนต้นที่มีการบรรลุลงานตามพัฒนาการต่างกัน มีการวางแผนการดำเนินชีวิตแตกต่างกัน และการบรรลุลงานตามขั้นพัฒนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการวางแผนการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นตอนต้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บุญยพัชร ปิยะบุญฤทธิ์ (2547: 90-91) ศึกษาเกี่ยวกับ ภาวะสุขภาพจิต การวางแผนชีวิตและการสนับสนุนทางสังคม ที่ส่งผลต่อการหลีกเลี่ยงการดื่มสุราของข้าราชการตำรวจชั้นประทวน สังกัดตำรวจภูธร จังหวัดนครปฐม จำนวน 315 คน พบว่า การวางแผนชีวิตสามารถทำนายการหลีกเลี่ยงการดื่มสุราของข้าราชการตำรวจชั้นประทวนได้ แสดงว่าการคิดและเตรียมการของข้าราชการตำรวจชั้นประทวนในการดำเนินชีวิตของตนเองในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการดูแลสุขภาพ รวมไปถึงการพักผ่อนที่พอเพียง และการใช้ชีวิตหรือมีส่วนร่วมในสังคม ก็เพื่่อมุ่งเน้นให้คุณภาพชีวิตของตนเองดีขึ้น และยอมก่อให้เกิดพฤติกรรมที่นำพาตนเองไปสู่เป้าหมายตามแผนนั้น โดยจะต้องเลิกพฤติกรรมที่จะบั่นทอนความสำเร็จหรือความเจริญก้าวหน้าในชีวิต และกลับมามีพฤติกรรมที่จะส่งเสริมหรือเสริมสร้างให้ชีวิตของตนเองเป็นไปตามที่ตนเองได้วางแผนไว้ ซึ่งก็คือการหลีกเลี่ยงการดื่มสุรา

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมวางแผนชีวิต พบว่าบุคคลที่ผ่านกระบวนการฝึกอบรมการวางแผนชีวิต หรือมีการวางแผนชีวิตในด้านต่างๆ ให้กับตนเอง จะส่งผลให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง เป็นเจ้าของชีวิต ระลึกถึงตนเองและผู้อื่นในระดับที่สูงขึ้น สามารถควบคุมชีวิตของตนเองในด้านต่างๆ มากยิ่งขึ้น มีวุฒิภาวะและทัศนคติทางด้านต่างๆ สูงขึ้น มีความสามารถที่จะวางแผนการดำรงชีวิตในอนาคตให้กับตนเองได้ดียิ่งขึ้น และยังสามารถพัฒนาความคิดมุ่งอนาคต ประเมินตนเองในด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และครอบครัวได้ ซึ่งจะเห็นได้ว่าพฤติกรรมวางแผนชีวิตเป็นพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ส่งผลให้บุคคลมีชีวิตที่ดีขึ้น พฤติกรรมวางแผนชีวิตที่ดีอาจมีสาเหตุมาจากทั้งทางด้านจิตใจของบุคคล กับสถานการณ์แวดล้อมที่บุคคลเผชิญอยู่ในปัจจุบัน การวิจัยในครั้งนี้ จึงมุ่งศึกษาว่าตัวแปรใดบ้าง

ที่น่าจะเกี่ยวข้องหรือเป็นปัจจัยเชิงเหตุของพฤติกรรมการวางแผนชีวิต ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

1.4 การวัดพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

การวัดพฤติกรรมการวางแผนชีวิต สามารถทำได้หลายวิธี เช่น การใช้แบบวัดพฤติกรรม แบบสอบถาม แบบสำรวจ ซึ่งมีผู้วิจัยสร้างเครื่องมือต่างๆ ขึ้น และนำไปใช้ในการรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยมาแล้ว ดังเช่น มาวินสตัน มิลเลอร์ และพริન્ซ์ (Winston, Miller and Prince, 1978 อ้างถึงในผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ 2545: 92) สร้างแบบสำรวจงานพัฒนาการ และรูปแบบชีวิตของนักเรียน (Student Developmental Task and Life Style Inventory) โดยได้สร้างขึ้นเพื่อวัดองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับงานพัฒนาการด้านต่างๆ รวมทั้งงานการวางแผนอาชีพ โดยมีความเชื่อว่าบุคคลที่มีการวางแผนอาชีพดี และประสบความสำเร็จในชีวิตการทำงานและอาชีพ บุคคลนั้นย่อมจะต้องมีการวางแผนการศึกษา วางแผนชีวิตส่วนตัว และสังคมที่ดี ดังนั้น จึงควรจะศึกษาภาพรวมของชีวิตคนเรามากกว่าจะวัดเพียงด้านการงานและอาชีพเท่านั้น ในประเทศไทย ทวีศักดิ์จินดานุรักษ์ (2539) ได้สร้างแบบสำรวจการวางแผนการเรียนสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช จำนวน 10 ข้อ เป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ ค่าความเที่ยงเท่ากับ .94 พิไลวรรณ มนะสุทธิ (2544) สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการวางแผนการดำเนินชีวิตของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จำนวน 27 ข้อ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” มีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .88 บุญยพัชร ปิยะบุญสิทธิ (2547) สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการวางแผนชีวิตของข้าราชการตำรวจ จำนวน 16 ข้อ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 3 ระดับ ได้แก่ ไม่เคย เคย เคยและปฏิบัติ ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90 ลลิตา ลาสาย (2550) สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการวางแผนการเรียนสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช จำนวน 10 ข้อ เป็นคำถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ “ปฏิบัติทุกครั้ง” ถึง “ไม่ได้ปฏิบัติ” ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ .83 และโทโมเอะ อซาอิ (2551) สร้างแบบวัดการตั้งเป้าหมายชีวิตสำหรับนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนาเชียงใหม่ จำนวน 18 ข้อ ข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) 4 ช่วง ตั้งแต่ “เป็นจริงที่สุด” ถึง “ไม่เป็นจริงเลย” ค่าระดับความเชื่อมั่น เท่ากับ .87

แบบวัดในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวัดพฤติกรรมการวางแผนชีวิต ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช โดยเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ซึ่งเป็นแบบวัดการกระทำ หรือการแสดงออกของนักศึกษา ในรูปแบบของพฤติกรรมวางแผนชีวิต ซึ่งประกอบด้วยพฤติกรรมการวางแผนชีวิตด้านการศึกษา พฤติกรรมการวางแผนชีวิตด้านอาชีพ และพฤติกรรมการวางแผนชีวิตด้านครอบครัว

2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

รูปแบบหรือทฤษฎีที่สามารถนำมาใช้อธิบายสาเหตุหรือปัจจัยของพฤติกรรมของบุคคลได้ดี คือ รูปแบบปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism Model) และทฤษฎีดั้งไม้จริยธรรม

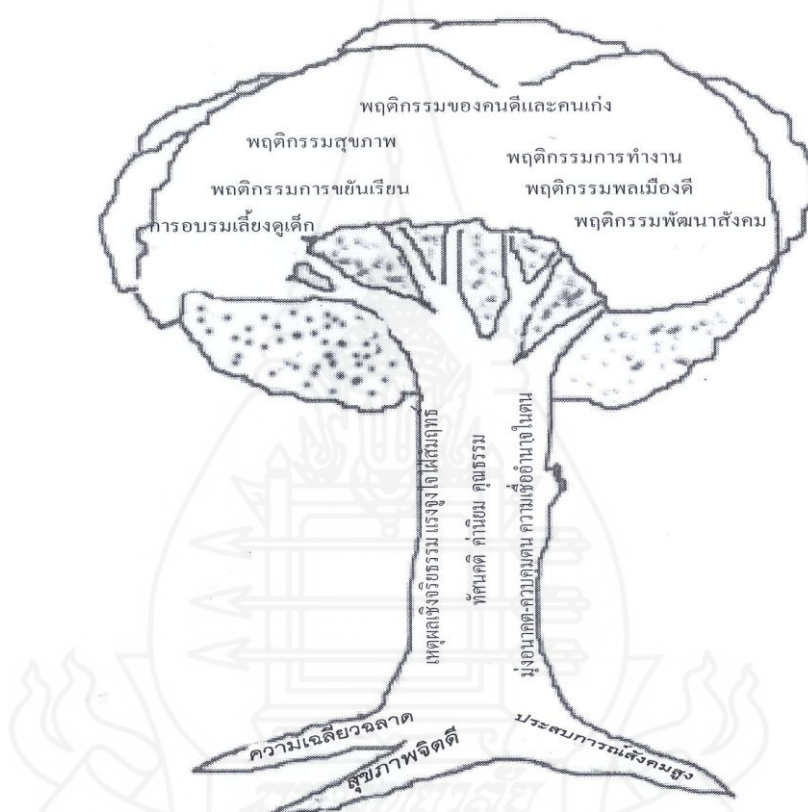
รูปแบบปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism Model) คือ รูปแบบหนึ่งที่บูรณาการแนวคิดจากทฤษฎีต่างๆ ที่ศึกษาสาเหตุของพฤติกรรมมนุษย์ ซึ่ง ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2541:

อ้างใน Endler & Magnusson, 1976; Walsh, Craik, & Price, 2000; Tett & Burmet, 2003) ได้อธิบายไว้ว่า นักจิตวิทยาสังคมกลุ่มหนึ่งได้ประมวลทฤษฎีและงานวิจัยต่างๆ ที่ใช้รูปแบบปฏิสัมพันธ์นิยมนี้เอาไว้แล้วสรุปว่า พฤติกรรมมนุษย์ มีสาเหตุได้ถึง 4 ประเภท คือ 1) ลักษณะของสถานการณ์ปัจจุบัน เช่น การอบรมเลี้ยงดู ลักษณะเพื่อนที่คบ การบังคับด้วยกฎระเบียบ การลงโทษ 2) จิตลักษณะเดิมของผู้กระทำ เช่น การมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สุขภาพจิต 3) จิตลักษณะร่วมกับสถานการณ์ ซึ่งเรียกว่า “ปฏิสัมพันธ์แบบกลไก” (Mechanistic Interaction) และ 4) จิตลักษณะตามสถานการณ์ หรือที่เรียกว่า “ปฏิสัมพันธ์แบบในตน” (Organismic Interaction) ซึ่งเป็นลักษณะทางจิตของบุคคลผู้กระทำที่เป็นผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างสถานการณ์ปัจจุบันของบุคคลกับจิตลักษณะเดิมของเขา ทำให้เกิดจิตลักษณะตามสถานการณ์ในบุคคลนั้นขึ้น เช่น นักเรียนที่มีผลการเรียนดี มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และมีความขยันหมั่นเพียรในการเรียน เป็นต้น ปฏิสัมพันธ์นิยมช่วยกำหนดกรอบแนวคิด ทฤษฎีดั้งไม้จริยธรรมช่วยกำหนดตัวแปรจิตลักษณะ

ทฤษฎีดั้งไม้จริยธรรมของดวงเดือน พันธุมนาวิน (ดวงเดือน พันธุมนาวิน 2544: 161) แสดงถึงสาเหตุของพฤติกรรมของคนดี และพฤติกรรมของคนเก่งว่า พฤติกรรมเหล่านี้มีสาเหตุทางจิตใจที่ติดตัวผู้กระทำโดยตลอด และสาเหตุทางจิตใจที่เกิดและเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์นั้นมิอะไรบ้าง ทฤษฎีนี้สร้างจากผลการวิจัยที่เปรียบเทียบลักษณะทางจิตใจของผู้ที่มีพฤติกรรมอย่างหนึ่งในปริมาณที่แตกต่างกัน ทั้งๆ ที่ผู้กระทำเหล่านี้อยู่ในสถานการณ์เดียวกันหรือคล้ายคลึงกัน โดยการศึกษาวิจัยคนไทย อายุ 6 ถึง 60 ปี จำนวนครึ่งหมื่นซึ่งเป็นผลการวิจัยในประเทศไทยหลายสิบเรื่องในระยะ 25 ปีมานี้ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน 2531)

ทฤษฎีดั้งไม้จริยธรรมอยู่ในรูปของต้นไม้อายุ 3 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นดอกและผลของต้นไม้อายุ ส่วนลำต้นและส่วนที่เป็นราก ในส่วนแรก คือ ดอกและผลไม้นั้นต้น แสดงถึงพฤติกรรมที่น่าปรารถนาในปริมาณมาก และพฤติกรรมที่ไม่น่าปรารถนาในปริมาณน้อย เช่น พฤติกรรมซื่อสัตย์ พฤติกรรมอาสาพัฒนาชนบท พฤติกรรมการทำงานอย่างขยันขันแข็ง ตลอดจนพฤติกรรมสุขภาพ และอื่นๆ ที่รวมเข้าเป็นพฤติกรรมของพลเมืองดี พฤติกรรมของคนดีและคนเก่งนี้ มีสาเหตุอยู่ 2 กลุ่ม สาเหตุกลุ่มแรก อยู่ที่ลำต้นของต้นไม้นี้ ประกอบด้วย จิตลักษณะ 5 ประการ คือ (1) ลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง (2) ความเชื่ออำนาจในตน

(3) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (4) เหตุผลทางจริยธรรม (5) ทักษะ คุณธรรม และค่านิยม ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนั้นๆ หรือสถานการณ์นั้นๆ ส่วนสาเหตุกลุ่มที่สอง อยู่ที่รากของต้นไม้ อันประกอบด้วยลักษณะอีก 3 ประการ ที่เป็นพื้นฐานทางจิตของบุคคล คือ (1) สติปัญญาหรือความเฉลียวฉลาด (2) สุขภาพจิตและ (3) การมีประสบการณ์ จิตลักษณะ 3 ประการหลังนี้ อาจจัดเป็นสาเหตุของการเกิด และพัฒนาการของจิตลักษณะหลายด้านที่ลำต้น ของต้นไม้ด้วย ฉะนั้น จิตลักษณะสามประการที่รากของต้นไม้ จึงเป็นสาเหตุของพฤติกรรมของคนดี และ พฤติกรรมของคนเก่งนั่นเอง ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม จึงกำหนดจิตลักษณะ 8 ประการ ที่จำเป็นต่อการเกิด และการคงอยู่ของพฤติกรรมที่น่าปรารถนาต่างๆ ของคนไทย ดังแสดงในภาพที่ 1



ภาพที่ 2.1 ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม แสดงจิตลักษณะพื้นฐาน และองค์ประกอบทางจิตใจของ พฤติกรรมทางจริยธรรม (ที่มา : ดวงเดือน พันธุมนาวิน 2544: 10)

การวิจัยนี้ สนใจศึกษาปัจจัยเชิงเหตุและผลของพฤติกรรมการวางแผนชีวิต ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช เพียง 2 กลุ่มสำคัญ คือ ปัจจัย สถานการณ์ทางสังคม โดยเลือกศึกษา 3 ตัวแปร คือ 1) การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง 2) การมีแบบอย่างที่ดี 3) การเข้ารับการสอนเสริม และปัจจัยทางจิตลักษณะ โดยเลือกศึกษา 3 ตัวแปร คือ 1) ลักษณะการมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง 2) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ 3) สุขภาพจิต ต่อไป

จะได้เสนอผลการศึกษาวรรณกรรมแต่ละตัวแปรเหล่านี้ ซึ่งเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิตไปตามลำดับ

2.1 ปัจจัยด้านสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.1.1 การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

ความหมายของการได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง หมายถึง การที่นักศึกษาได้รับการสนับสนุนด้านอารมณ์ ด้านข้อมูล ข่าวสาร กำลังใจ วัสดุอุปกรณ์สิ่งของ หรือการให้บริการ จากสมาชิกในครอบครัว เพื่อน เพื่อนร่วมงาน ผู้บังคับบัญชาหรือหัวหน้างาน ในการมีส่วนช่วยส่งเสริมและสนับสนุนให้นักศึกษามีพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดี

การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัยเปิด มีบทบาทและสถานภาพที่แตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นบทบาทในด้านครอบครัว บทบาทในด้านภาระหน้าที่การทำงาน นอกจากนี้ยังมีสถานภาพที่แตกต่างกัน เช่น โสด สมรส หม้าย หย่า ดังนั้น การที่นักศึกษาได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นการได้รับการสนับสนุนด้านอารมณ์ ได้รับข้อมูลข่าวสาร ได้รับกำลังใจ ได้รับวัสดุอุปกรณ์สิ่งของ หรือการให้บริการ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นการสร้างขวัญและกำลังใจให้นักศึกษารู้สึกไม่โดดเดี่ยว มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความภูมิใจในตนเอง ซึ่งเป็นแรงผลักดันให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในการวางแผนชีวิต

มีงานวิจัย พบว่า การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง มีความสำคัญกับพฤติกรรมของบุคคล ดังที่ กมลรัตน์ สิริรังศรี (2540) ศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จการศึกษาของบัณฑิตพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ที่สำเร็จการศึกษาภายในเวลาที่กำหนดและหลังเวลาที่กำหนด คือ การเสียสละของครอบครัว การให้ความช่วยเหลือให้มีเวลาในการศึกษา โดยกลุ่มที่สำเร็จการศึกษาหลังเวลาที่กำหนดมีค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มที่สำเร็จการศึกษาภายในเวลาที่กำหนด บุญทิพย์ สิริรังศรี (2540) ศึกษาพบว่า ปัจจัยส่งเสริมความสำเร็จทางการศึกษา และเจตคติของบัณฑิตพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช คือ การให้กำลังใจ และการให้คำปรึกษาแนะนำจากอาจารย์ประจำ และอาจารย์สอนเสริม ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช รองลงมาเป็น เพื่อนร่วมสถาบัน ครอบครัว ผู้ร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา ตามลำดับ นภา ปิยะสินนท์ (2541: 5,107-108) ศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคมของเพื่อน และปริมาณการเรียนรู้วิชาเกี่ยวกับ รัฐศาสตร์-การเมือง-การปกครอง ทั้งสองสถานการณ์ มีผลดีต่อทัศนคติต่อการเลือกตั้ง ส่วนความตั้งใจที่จะไปเลือกตั้งในอนาคตของนักศึกษา มีมากในนักศึกษาที่มีปริมาณการเรียนรู้วิชาเกี่ยวกับ รัฐศาสตร์-การเมือง-การปกครองมาก

เท่านั้น และพบว่า นักศึกษาที่มีทัศนคติที่ดีต่อการไปเลือกตั้ง และมีความตั้งใจต่อการจะไปเลือกตั้งมากที่สุด คือ นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวมาก

พรชัย หนูแก้ว (2549: 85-68) ศึกษาพบว่า ตัวแปรการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านต่างๆ ของนักศึกษาสถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเมืองของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.01 โดยเรียงจากมากที่สุด ดังนี้ ความสัมพันธ์ระหว่างการส่งเสริมของกลุ่มเพื่อนกับการรับรู้การสนับสนุนของสถาบัน ($r_{xy} = .666$) การส่งเสริมของกลุ่มเพื่อนกับการสนับสนุนของครอบครัว ($r_{xy} = .583$) การสนับสนุนของครอบครัวกับการรับรู้การสนับสนุนของสถาบัน ($r_{xy} = .487$) การสนับสนุนของครอบครัวกับการเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ ($r_{xy} = .480$) 2) การรับรู้การสนับสนุนของสถาบันกับสุขภาพจิต มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเมืองของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทางลบ 3) การสนับสนุนของครอบครัว (.516) เป็นตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเมืองที่เป็นการสร้างเงื่อนไข โดยมีค่ามากเป็นลำดับที่ 2 จากตัวแปรที่มีค่าจำนวน 4 ตัวแปร 4) การสนับสนุนจากครอบครัว (.157) เป็นตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเมืองที่เป็นการกระบวนทางระเบียบ มีค่ามากเป็นลำดับที่ 3 จากตัวแปรที่มีค่าจำนวน 3 ตัวแปร การสนับสนุนของครอบครัว ($\beta = .163$) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการเมืองที่เป็นการสร้างเงื่อนไข เป็นลำดับที่ 2 จากตัวแปรที่มีอิทธิพล ทั้งหมดจำนวน 6 ตัวแปร โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ 0.63

นืออน พินประดิษฐ์ และคนอื่นๆ (2550: 75-76) ศึกษาพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 3-4 มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่มีการสนับสนุนทางสังคมสูง มีคะแนนพหุปัญญารวมทุกด้าน และด้านภาษา ด้านร่างกาย ด้านปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และด้านเข้าใจธรรมชาติ สูงกว่านักศึกษาที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่ำ พบในกลุ่มตัวอย่างรวม กลุ่มนักศึกษาชาย (ยกเว้นด้านภาษา) และกลุ่มนักศึกษาหญิง และพบว่า ในกลุ่มนักศึกษาหญิง การสนับสนุนทางสังคม เป็นตัวแปรทำนาย ชุดที่ 3 ที่มีความสำคัญลำดับแรก ในการทำนายพหุปัญญาได้ ร้อยละ 38.0 ร่วมกับตัวแปรที่สำคัญอีก 2 ตัว นพมาศ แซ่เสี้ยว (2550) ศึกษาพบว่า ผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมาก เป็นผู้ที่มียุทธภาพชีวิตใน 3 ด้าน (ทำงาน ครอบครัว และสังคม) มากกว่าผู้ที่รับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนน้อย อนุ เจริญวงศ์ระยับ และคนอื่นๆ (2553: 8) ศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเป็นอาสาสมัครอย่างยั่งยืนอย่างชัดเจน ในนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 และ 4 ใน 23 มหาวิทยาลัยทั่วประเทศ ซึ่งมีอิทธิพลทางตรงต่อการเป็นอาสาสมัคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 สัมประสิทธิ์อิทธิพล เท่ากับ 0.356

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว สามารถสรุปได้ว่า การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับพฤติกรรม ส่งผลให้ผู้ที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวมาก มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ สูงกว่า ผู้ที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวน้อย การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว จึงน่าจะเป็นสถานการณ์ทางสังคมที่ร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดี ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จึงคาดว่า นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวมาก เป็นผู้มีพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดี มากกว่านักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวน้อย การวัดการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวในงานวิจัยที่ผ่านมา

นภา ปิยะศิริพันธ์ (2541) สร้างแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว ซึ่งเป็นการรายงานของผู้ตอบถึงการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ทางด้านอารมณ์ วัตถุ และปริมาณการรับข่าวสารทั่วไป ข่าวสารการเมือง และข่าวสารการเลือกตั้งภายในครอบครัว ที่อาจส่งผลต่อพฤติกรรม และความตั้งใจจะไปใช้สิทธิเลือกตั้งของนักศึกษา จำนวน 15 ข้อ เป็นมาตรประเมินรวมค่า 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” ค่าความเชื่อมั่นโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .93 นีออน พินประดิษฐ์ และคนอื่นๆ (2546) ได้นำแบบวัดของ อัจฉรา วงศ์พัฒนามงคล (2533) มาปรับปรุงใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นข้าราชการตำรวจ ลักษณะแบบวัดเกี่ยวกับการรับรู้ของตำรวจว่ามีผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน และคนในครอบครัวให้ความช่วยเหลือ ทั้งทางด้านรูปธรรมและนามธรรม ในเวลาที่เขาต้องการ มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” มีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .88

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมของนีออน พินประดิษฐ์ และคนอื่นๆ (2546) มาใช้

2.1.2 การมีแบบอย่างที่ดีกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

การมีแบบอย่างที่ดี หมายถึง การที่นักศึกษารับรู้ถึงพฤติกรรม วิธีการ ตลอดจนแนวปฏิบัติและประสบการณ์ต่างๆ จากตัวแบบที่กระทำดี รับผิดชอบ มีวินัย มุ่งมั่นในเป้าหมายที่ชัดเจนและประสบความสำเร็จ จากการเป็นผู้รู้จักการวางแผนชีวิตที่ดีทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ การวางแผนชีวิตด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ซึ่งแบบอย่างดังกล่าวสามารถเป็นแรงผลักดัน เป็นแรงบันดาลใจ หรือเป็นแรงจูงใจที่ดีให้นักศึกษาเกิดความกระตือรือร้น พัฒนาตน หรือนำแบบอย่างที่ดีมาปรับใช้ ซึ่งเป็นหนทางนำไปสู่ความสำเร็จในการวางแผนชีวิต

การมีแบบอย่างที่ดีกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต การเรียนรู้ในการแสดงออกของพฤติกรรมของคนเราส่วนใหญ่ เกิดขึ้นจากการสังเกตตัวแบบ และลอกเลียนแบบ การเรียนรู้อาจเกิดขึ้นได้แม้ว่าจะไม่มีการลอกเลียนแบบพฤติกรรมจากตัวแบบโดยทันทีทันใด อาจเก็บสะสมไว้เป็นประสบการณ์ และแสดงออกในภายหลัง ตัวแบบมีความสำคัญ และมีอิทธิพลทำให้เกิดพฤติกรรม แม้ว่าตัวแบบนั้นจะเป็นนามธรรมก็ตาม คุณลักษณะของตัวแบบ ก็มีผลสำคัญในกระบวนการเลียนแบบ บันดูรา (Bandura, 1986: 399-401 อ้างถึงใน วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี 2538: 99-100) กล่าวว่า การเห็นบุคคลอื่นที่คล้ายคลึงกับตนทำกิจกรรมได้สำเร็จ ก็สามารถเพิ่มความรูสึกว่าตนมีความสามารถ คือ บุคคลนั้นจะเห็นว่าตนก็มีความสามารถที่จะทำกิจกรรมทำนองเดียวกันนั้นให้สำเร็จได้เช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับ พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุษย์ (2549: 148) ที่กล่าวว่า ตัวแบบนั้นจะมีอิทธิพลเสมอ ถ้าสามารถทำให้เกิดพฤติกรรมได้ แม้บางครั้งตัวแบบนั้นจะเป็นนามธรรม และการสังเกตบุคคลอื่นที่เห็นว่ามีความสามารถใกล้เคียงกับตนประสบความสำเร็จแล้ว ทั้งๆ ที่เขาได้ใช้ความพยายามมากแล้วก็ตาม ก็จะทำให้การตัดสินใจความสามารถของตนเองต่ำลง และความพยายามก็จะลดลง ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนึก (2524: 67-72) ได้กล่าวถึงสาเหตุที่บุคคลกระทำพฤติกรรมตามตัวแบบ มีสาเหตุสำคัญ 2 ประการ คือ 1) ลักษณะของตัวแบบ ถ้าตัวแบบน่าสนใจหรือน่าเลื่อมใส หรือมีลักษณะเป็นผู้ใหญ่กว่า หรือมีประสบการณ์มากกว่า ก็จะถูกลอกเลียนแบบมาก 2) ผลที่เกิดขึ้นกับตัวแบบ ถ้าตัวแบบกระทำพฤติกรรมหนึ่งแล้วได้รับความพอใจ หรือได้รับรางวัล ผู้สังเกตเห็นก็ย่อมอยากเลียนแบบการกระทำนั้น ดังนั้นการมีแบบอย่างที่ดีย่อมส่งผลให้นักศึกษามองเห็นเป้าหมายที่ชัดเจน เกิดการเรียนรู้ สังเกต แล้วนำไปปรับใช้กับตนเองมีงานวิจัย พบว่า การมีแบบอย่างที่ดี มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของบุคคล ดังที่ อารมย์ สนานนท์ (2541: 130,134) ศึกษาพบว่า การได้รับแบบอย่างที่ดีในการประหยัดทรัพยากร มีอิทธิพลสูงสุดต่อพฤติกรรมการประหยัดทรัพยากรของนักศึกษาในสถาบันราชภัฏ และการได้รับแบบอย่างที่ดีมีความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 กับตัวแปรตามทั้ง 4 ตัว คือ พฤติกรรมการประหยัดทรัพยากร พฤติกรรมการประหยัดเวลา พฤติกรรมการประหยัดพลังงานและวัสดุ และพฤติกรรมการประหยัดค่าใช้จ่าย นภา ปิยะศิรินนท์ (2541: 107,110) ศึกษาพบว่า นักศึกษาสถาบันราชภัฏในกรุงเทพมหานครและจังหวัดใกล้เคียง ที่มีทัศนคติที่ดีต่อการไปเลือกตั้ง คือ นักศึกษาที่มีบิดามารดาเป็นแบบอย่างในการไปเลือกตั้งมาก และในด้านความตั้งใจที่จะไปเลือกตั้งนั้น พบว่า นักศึกษาที่มีแบบอย่างในการไปเลือกตั้งของบิดามารดามากมีความตั้งใจที่จะไปเลือกตั้งในอนาคตมาก กาแลซซี่ และคนอื่นๆ (Galassi, et al., 1974: 78-81 อ้างถึงใน ชโลธร แสงส่องฟ้า 2543: 49) ใช้ทฤษฎีการเรียนรู้จากตัวแบบในการศึกษาผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกด้วยกลุ่ม โดยใช้การกระตุ้นด้วยเทปบันทึกภาพแบบกลับไปกลับมา กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตที่มี

ลักษณะไม่กล้าแสดงออก แต่เมื่อได้รับการฝึกให้เรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ มีการเกี่ยวข้องกับและทำให้กำลังใจจากกลุ่ม ผลการทดสอบ พบว่า นิสิตที่ได้รับการฝึกจะมีการกล้าแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม กวินวุฒิ กลั่นไพฑูรย์ (2546) ศึกษาพบว่า การเป็นแบบอย่างที่ดีของบิดามารดา ที่มีความแตกต่างกันมีผลต่อพฤติกรรมการอมของนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลวิทยาเขตพาณิชย์การพระนคร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และ .05 ตามลำดับ มั่นทนา วดี เมธาพัฒน์ (2547: 67) ศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุขในเขตภาคกลาง ที่มีประสบการณ์ในสถานศึกษาด้านปฏิสัมพันธ์เชิงถ่ายทอดทางวิชาชีพมาก และมีแบบอย่างด้านจริยธรรมจากบิดามารดามาก จะมีพฤติกรรมการปฏิบัติงานอย่างมีจริยธรรมสูง ประสบการณ์ในสถานศึกษาด้านปฏิสัมพันธ์เชิงถ่ายทอดทางวิชาชีพมาก และมีแบบอย่างด้านจริยธรรมจากบิดามารดา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานอย่างมีจริยธรรมของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

พรชัย หนูแก้ว (2549: 85) ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยเชิงสาเหตุด้านจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการมีวินัย ของนักศึกษาสถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง จำนวน 756 คน พบว่า 1) การส่งเสริมของกลุ่มเพื่อนกับการเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ ($r_{xy} = .666$) เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการมีวินัยของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.01 2) ความสัมพันธ์ระหว่างผลการเรียนกับการเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ ($r_{xy} = .480$) การร่วมกิจกรรมกับสถาบันกับการเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ ($r_{xy} = .102$) เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการมีวินัย ของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 3) คณะที่ศึกษากับการเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ ($r_{xy} = .102$) เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการมีวินัยของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทางลบ 4) การเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จกับสุขภาพจิต เป็นตัวแปรที่ความสัมพันธ์ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ 5) การเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ (.428) เป็นตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการมีวินัยที่เป็นการสร้างเงื่อนไข โดยมีค่ามากเป็นลำดับที่ 4 จากตัวแปรที่มีค่าจำนวน 4 ตัวแปร 6) การเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ ($\beta = .154$) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการมีวินัยที่เป็นการสร้างเงื่อนไขเป็นลำดับที่ 3 จากตัวแปรที่มีอิทธิพล ทั้งหมดจำนวน 6 ตัวแปร โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ 0.63 7) การเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ ($\beta = -.158$) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการมีวินัยที่เป็นกระบวนการทางระเบียบ เป็นลำดับที่ 4 จากตัวแปรที่มีอิทธิพล ทั้งหมดจำนวน 6 ตัวแปร โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ 0.47

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีแบบอย่างที่ดี สามารถสรุปได้ว่า การมีแบบอย่างที่ดีมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับพฤติกรรม ส่งผลให้ผู้ที่มีแบบอย่างที่ดีมาก มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ สูงกว่าผู้ที่มีแบบอย่างที่ดีน้อย การมีแบบอย่างที่ดีมาก จึงน่าจะเป็นสถานการณ์ทางสังคมที่ร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดี ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จึงคาดว่า นักศึกษาที่มีแบบอย่างที่ดีมาก เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดีมากกว่านักศึกษาที่มีแบบอย่างที่ดีน้อย การวัดการมีแบบอย่างที่ดีในงานวิจัยที่ผ่านมา นภา ปิยะศิรินนท์ (2541) สร้างแบบวัดการเป็นแบบอย่างในการ ไปเลือกตั้งของบิดามารดา ซึ่งอาจส่งผลต่อพฤติกรรมการเลือกตั้ง และความตั้งใจที่จะไปเลือกตั้งของนักศึกษา จำนวน 15 ประโยค มีมาตรวัด 6 หน่วย ตั้งแต่ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” ค่าความเชื่อมั่นโดยการหาสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .93 ทิพวรรณ สิมาวาด (2546) สร้างแบบวัดแบบอย่างจากเพื่อน ลักษณะของแบบวัดมุ่งถามเกี่ยวกับเพื่อนในที่ทำงานที่มีพฤติกรรมเป็นแบบอย่างการทำงานที่ดี และทำตามแบบอย่างที่ดีนั้น ลักษณะแบบวัดเป็นประเภทมาตรประเมินรวมค่า แต่ละข้อความมีมาตรวัด 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” และได้พิจารณาต่อไปว่า ท่านทำตามแบบอย่างนั้นมากน้อยเพียงใด ตั้งแต่ มาก ปานกลาง น้อย จำนวน 10 ข้อความ ค่าความเที่ยง เท่ากับ .88 อภริดี โสภางค์ (2547) สร้างแบบวัดการเห็นแบบอย่างที่ดีจากหัวหน้าและเพื่อนร่วมงาน ลักษณะแบบวัดเกี่ยวกับการรายงานว่าได้เห็นเพื่อนๆ ทำงานในหน้าที่ได้ดีและประสบความสำเร็จ ทำให้คิดว่าสามารถทำได้เช่นกัน มีข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” มีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .90 ชวนชัย เชื้อสาธุชน (2546) สร้างแบบวัดการได้แบบอย่างการประหยัดทรัพยากรของบุคลากรในสถาบันราชภัฏ ลักษณะของแบบวัดเป็นแบบมาตรประเมินรวมค่า จำนวน 10 ข้อ แต่ละข้อมีมาตร 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” แบบวัดนี้มุ่งวัดเกี่ยวกับการได้แบบอย่างการประหยัดเวลา การได้แบบอย่างการประหยัดไฟฟ้า การได้แบบอย่างการประหยัดน้ำ การได้แบบอย่างการประหยัดวัสดุสำนักงาน และการได้แบบอย่างการประหยัดในการใช้จ่าย ค่าความเที่ยง เท่ากับ .79 พรชัย หนูแก้ว (2549) สร้างแบบวัด การเห็นแบบอย่างนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จ มีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.808 แบบวัดในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวัดการมีแบบอย่างที่ดี ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ในลักษณะของการมีแบบอย่างที่ดี จากบิดา มารดา เพื่อน เพื่อนร่วมงาน ผู้บังคับบัญชาหรือหัวหน้างาน

2.1.3 การเข้ารับการสอนเสริมกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

ความหมายของการเข้ารับการสอนเสริม การเข้ารับการสอนเสริม หมายถึง การเข้าร่วมกิจกรรมการสอนเสริมในแต่ละชุดวิชาที่นักศึกษาลงทะเบียนเรียน โดยมหาวิทยาลัยเป็นผู้จัดสอนเสริมให้กับนักศึกษาที่มีความพร้อม ณ ศูนย์บริการการศึกษาประจำจังหวัด โดยคณาจารย์ หรือผู้ทรงคุณวุฒิที่มหาวิทยาลัยมอบหมายจะเป็นผู้ถ่ายทอดเนื้อหาสาระและประสบการณ์ การให้บริการตอบคำถามข้อข้องใจของนักศึกษา ตลอดจนเสริมสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างนักศึกษากับมหาวิทยาลัย จำนวน 3 ครั้งต่อ 1 ชุดวิชา ซึ่งนักศึกษาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตามความพร้อม โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายแต่อย่างใด

การเข้ารับการสอนเสริมกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต การเข้ารับการสอนเสริมมีความสำคัญและเป็นประโยชน์สำหรับนักศึกษา ซึ่งนักศึกษจะได้รับความรู้ ความเข้าใจจากเอกสารการสอน และสามารถสอบถามปัญหาข้อสงสัยจากอาจารย์สอนเสริม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนนักศึกษาด้วยกัน นักศึกษาที่เข้ารับการสอนเสริมจะได้รับเอกสาร โสตทัศนศึกษา ประกอบการสอนเสริม ซึ่งเป็นเอกสารที่สรุปเค้าโครงเนื้อหาสาระ รวมทั้งแผนภูมิ แผนภาพ ภาพประกอบของชุดวิชาต่างๆ และในขณะที่เรียนเสริม นักศึกษาสามารถจดบันทึกสาระสำคัญๆ ได้ การเข้ารับการสอนเสริมจึงส่งผลให้นักศึกษาเข้าใจในเนื้อหาวิชาที่ตนได้ลงทะเบียนเรียนมากขึ้น ได้ซักถามข้อคำถามต่างๆ จากอาจารย์ผู้สอนถึงสิ่งที่ตนเองสงสัยในเอกสารการสอน มีงานวิจัยพบว่า การเข้ารับการสอนเสริม มีความสำคัญกับความสำเร็จในการศึกษาของนักศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ดังที่ ปิยฉัตร สมบัติศิรินันท์ และคนอื่นๆ (2541) ศึกษาพบว่า การเข้ารับการสอนเสริมช่วยให้เข้าใจและตอบปัญหาข้อสงสัยให้กระจ่างชัดยิ่งขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยสถาบันและสารสนเทศ กองแผนงาน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2543: 31) ศึกษาพบว่า การเข้ารับการสอนเสริมทำให้เข้าใจเนื้อหาวิชาที่เรียนมากขึ้น จำเป็นต้องเข้ารับการสอนเสริมเนื่องจากเนื้อหายากต่อการเข้าใจ หรือเป็นวิชาที่ต้องมีการฝึกปฏิบัติ การสอนเสริมมีประโยชน์ช่วยตอบปัญหาข้อสงสัยให้กระจ่างชัดยิ่งขึ้น มนต์ผกา เกียรติภักติกุล และคนอื่นๆ (2542: 2-3) ศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ไม่เคยเข้ารับการสอนเสริมเลยได้คะแนนเฉลี่ยสะสมตลอดหลักสูตรต่ำกว่า 2.50 นักศึกษาที่เคยเข้ารับการสอนเสริมบ้างเป็นบางครั้ง ได้คะแนนเฉลี่ยสะสมตลอดหลักสูตร 3.00-3.49 และนักศึกษาที่เข้ารับการสอนเสริมเป็นส่วนใหญ่ได้คะแนนเฉลี่ยสะสมตลอดหลักสูตร 3.50 ขึ้นไป ดุสิต เวชกิจ และคนอื่นๆ (2551) ได้เปรียบเทียบผลการศึกษาระดับ H พบว่า นักศึกษาที่รับการสอนเสริมปกติ มีจำนวนมากที่สุด รองลงมาเป็นกลุ่มที่รับการสอนเสริมแบบ e-Tutorial ผลการศึกษาระดับ S พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ ทั้งกลุ่มที่รับการสอนเสริมปกติ กลุ่มที่รับการสอนเสริมแบบ e-Tutorial และกลุ่มที่ไม่รับการสอนเสริมมีผลการศึกษายู่ในระดับ S มีจำนวนมาก

ที่สุด โดยกลุ่มที่รับการสอนเสริมแบบ e-Tutorial มีจำนวนมากที่สุด รองลงมาคือ กลุ่มที่รับการสอนเสริมแบบปกติ และกลุ่มที่ไม่รับการสอนเสริม และผลการศึกษาระดับ U นั้น พบว่า นักศึกษากลุ่มที่ไม่รับการสอนเสริมมีจำนวนมากที่สุด รองลงมาเป็นกลุ่มที่รับการสอนเสริมแบบปกติ และกลุ่มที่รับการสอนเสริมแบบ e-Tutorial

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้ารับการสอนเสริม สามารถ สรุปได้ว่า การเข้ารับการสอนเสริม ช่วยทำให้นักศึกษาเข้าใจเนื้อหาในบทเรียนมากยิ่งขึ้น ในการไปเข้ารับการสอนเสริม นั้น นักศึกษาจะต้องวางแผนเกี่ยวกับ วัน เวลา สถานที่ ที่นักศึกษาจะไปเข้ารับการสอนเสริม วางแผนในการอ่านเอกสารการสอนล่วงหน้า วางแผนในการเตรียมคำถามเกี่ยวกับการศึกษาจากเอกสารการสอนที่นักศึกษาไม่เข้าใจ โดยการเตรียมคำถามสำหรับถามอาจารย์ผู้สอนในวันที่นักศึกษาไปเข้ารับการสอนเสริม หรืออาจจะต้องวางแผนในการฝากภารกิจหน้าที่การทำงาน หน้าที่ครอบครัว เพื่อให้ตนได้รับความสะดวกในการไปเข้ารับการสอนเสริม การเข้ารับการสอนเสริมมาก จึงน่าจะเป็นสถานการณ์ทางสังคมที่ร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของพฤติกรรมกรวางแผนชีวิตที่ดี ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จึงคาดว่า นักศึกษาที่มีการเข้ารับการสอนเสริมมาก เป็นผู้ที่มียุติกรรมกรวางแผนชีวิตที่ดีมากกว่านักศึกษาที่มีการเข้ารับการสอนเสริมน้อยการวัดการเข้ารับการสอนเสริมในงานวิจัยที่ผ่านมา ปิยฉัตร สมบัติศิรินันท์ และคนอื่นๆ (2541: 73) สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการสอนเสริม จำนวน 8 ข้อ เป็นคำถามแบบมาตรประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ “มากที่สุด” ถึง “น้อยที่สุด” สำหรับด้านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ นั้น ได้ผ่านการทดลองใช้เครื่องมือ นำผลมาปรับปรุงเครื่องมือ และผ่านการตรวจสอบจากที่ปรึกษาโครงการวิจัย มนต์ผกา เกียรติภักติกุล และคนอื่นๆ (2542: 2-3) สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการเข้าและไม่เข้ารับการสอนเสริม ประกอบด้วยคำถาม จำนวน 16 ข้อ มีทั้งคำถามแบบให้เติมคำตอบในช่องว่าง ให้เลือกตอบ 1 ข้อ และให้เลือกตอบได้หลายคำตอบตามที่ต้องการ และให้เลือกตอบจากการได้รับบริการ 3 ระดับ จาก ตามกำหนด ค่าซ้ำ ไม่ได้รับ สำหรับด้านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ นั้น ได้ผ่านการทดลองใช้เครื่องมือ นำผลมาปรับปรุงเครื่องมือ ชาตรี วงศ์มาสา และรุจิ อมฤตย์ (2543: 36) สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการสอนเสริมของ มสธ. เป็นคำถามแบบให้เลือกตอบ 3 ระดับ และสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการเข้าและไม่เข้ารับการสอนเสริม มีทั้งคำถามแบบให้เลือกตอบ ให้จัดอันดับสาเหตุที่สำคัญ 4 อันดับแรก โดยเลือกจากตัวเลขข้อความที่กำหนดให้ และแบบมาตรประเมินค่า 3 ระดับ ตั้งแต่ ยาก ปานกลาง และง่าย และแสดงจำนวนครั้งที่เคยเข้ารับการสอนเสริม จาก 1 ครั้ง 2 ครั้ง 3 ครั้ง และสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการของนักศึกษาที่มีต่อการจัดสอนเสริม มีทั้งคำถามแบบให้เติมคำตอบในช่องว่าง

ให้จัดอันดับสาเหตุที่สำคัญ 4 อันดับแรก โดยเลือกจากตัวเลขข้อความที่กำหนดให้ สำหรับด้านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ นั้น ได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ ผ่านการทดลองใช้เครื่องมือ นำผลมาปรับปรุงเครื่องมือ

แบบวัดในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวัดพฤติกรรมเกี่ยวกับการเข้ารับการสอนเสริม ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช โดยเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ในลักษณะของความต้องการในการเข้ารับการสอนเสริม ความเหมาะสมของสถานที่สอนเสริม ความเหมาะสมของอาจารย์สอนเสริม วันเวลาที่จัดสอนเสริม ความเพียงพอต่อชุดวิชาที่จัดสอนเสริม ประโยชน์ที่ได้จากการเข้ารับการสอนเสริม ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนในสาขาวิชาเดียวกัน หรือกับอาจารย์ที่มาสอนเสริม ตลอดจนความรู้ที่ได้รับในด้านการศึกษาจากอาจารย์สอนเสริม ที่เอื้ออำนวยต่อการสำเร็จการศึกษาของนักศึกษา

การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง การมีแบบอย่างที่ดี การเข้ารับการสอนเสริม มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับพฤติกรรม ส่งผลให้ผู้ที่ได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างมาก ผู้ที่มีแบบอย่างที่ดีมาก และผู้ที่มีการเข้ารับการสอนเสริมมาก มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ สูงกว่าผู้ที่ได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างน้อย ผู้ที่มีแบบอย่างที่ดีน้อย และผู้ที่มีการเข้ารับการสอนเสริมน้อย การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง การมีแบบอย่างที่ดี การเข้ารับการสอนเสริม จึงอาจเป็นสถานการณ์ทางสังคมที่ร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดี ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จึงคาดว่า นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างมาก มีแบบอย่างที่ดีมาก และมีการเข้ารับการสอนเสริมมาก เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดีมากกว่า นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างน้อย มีแบบอย่างที่ดีน้อย และมีการเข้ารับการสอนเสริมน้อย

2.2 ปัจจัยด้านจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

2.2.1 ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถในการคาดการณ์ไกลถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับตนเองในอนาคต แล้วนำมาพิจารณาวางแผนเพื่อให้การดำเนินชีวิตเป็นไปได้อย่างดี ซึ่งกระบวนการวางแผนนั้น ได้ผ่านการคิดคำนึงถึงผลดีและผลเสียที่จะเกิดตามมาไม่ว่าจะเกิดขึ้นในอดีต ปัจจุบัน หรืออนาคต และบุคคลได้เลือกปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้องดีงาม เหมาะสมซึ่งสอดคล้องกับธรรมชาติ สภาพแวดล้อม และบุคคลรอบข้างของตนเอง โดยการดำเนินชีวิตที่ดีนั้น บุคคลความสามารถควบคุมตนเอง ให้เป็นผู้รู้จักอดได้ รอได้ ในทุกๆ สถานการณ์ได้อย่างเป็นเลิศ

ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) ให้ความสำคัญของการมุ่งอนาคตว่า การมุ่งอนาคตเป็นความสามารถในการคาดการณ์ไกลและเล็งผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และสามารถวางแผนปฏิบัติเพื่อรองรับผลดี หรือป้องกันผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ การที่บุคคลมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะส่งผลให้บุคคลทำงานอย่างขยันขันแข็งในปัจจุบัน เพื่อที่จะรองรับผลที่ดีในอนาคต ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์กับความเข้าใจในการทำงาน กล่าวคือ ถ้าแต่ละขั้นตอนในการทำงานนั้นมีผลต่อความสำเร็จ หรือความก้าวหน้าของบุคคลในอนาคต ความสำเร็จในแต่ละขั้นจะเป็นแรงจูงใจให้คนพยายามทำงานในขั้นต่อไปให้สำเร็จเพื่อบรรลุเป้าหมายขั้นสุดท้าย และขณะเดียวกันความล้มเหลวของการทำงานในขั้นตอนต้นๆ ก็จะทำให้คนไม่สามารถทำงานในขั้นต่อไปได้ ดังนั้น ถ้าลักษณะของงานอาชีพใดๆ ที่มีลักษณะการทำงานที่เป็นขั้นตอนอย่างต่อเนื่อง และความสำเร็จในขั้นตอนต้นจะช่วยให้บุคคลบรรลุเป้าหมายขั้นสุดท้ายได้ก็จะสามารถทำให้ผู้กระทำพฤติกรรมนั้น ใ้ความพยายามในการทำงาน เพื่อที่จะให้เกิดผลดีในอนาคต ซึ่งก็เป็นการฝึกให้คนรู้จักการมุ่งอนาคตนั่นเอง และดวงเดือน พันธุมนาวิน และคนอื่นๆ (2540) ได้รายงานในการวิจัยมหภาค พบว่า ผู้ที่มุ่งปัจจุบันไม่มุ่งอนาคตขาดการวางแผนชีวิต มองเห็นชีวิตไร้จุดหมายจนอาจเกิดความวิตกกังวล สุขภาพจิตเสื่อม เมื่อขาดที่พึ่งยึดเหนี่ยว ขาดกำลังใจ เมื่อเกิดปัญหาหรือความเครียดก็อาจจะรับมือหรือจัดการกับปัญหานั้นไม่ได้ หรือได้อย่างไม่เหมาะสมนำไปสู่ปัญหาทางพฤติกรรมได้

มิงานวิชัย พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง มีความสำคัญกับพฤติกรรมของบุคคล ดังที่ เทพวรรณ สิงหนุต (2540) ศึกษาพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น (ค่า $r = .41$) และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 (ค่า $r = .51$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ นภา ปิยะศิรินนท์ (2541: 5) ศึกษาพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคต-ควบคุมตน เป็นตัวทำนายที่สำคัญของความตั้งใจที่จะไปเลือกตั้งในอนาคตของนักศึกษาสถาบันราชภัฏ ชั้นปีที่ 1-4 ในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดใกล้เคียง อย่างชัดเจน อารมณ์ สนานภู (2541: 130,136) ศึกษาพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการประหยัดทรัพยากรของนักศึกษาในสถาบันราชภัฏ และลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 กับตัวแปรตามทั้ง 4 ตัวแปร คือ พฤติกรรมการประหยัดทรัพยากร พฤติกรรมการประหยัดเวลา พฤติกรรมการประหยัดพลังงานและวัสดุ และพฤติกรรมการประหยัดค่าใช้จ่าย ชนม์นิภา วรกวิน และลินดา สุวรรณดี (2547: 337) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการเป็นเอดส์ ของนักศึกษาชายในสถาบันอุดมศึกษา จำนวน 1,939 คน พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคต

ควบคุมตน เป็นตัวแปรที่สำคัญ ลำดับที่ 1 ที่สามารถทำนายความแปรปรวนของทัศนคติต่อพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อโรคเอดส์ด้านตัวบุคคลได้ 19.90% และพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน เป็นตัวแปรที่สำคัญ ลำดับที่ 1 ที่สามารถทำนายความแปรปรวนของทัศนคติต่อพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อโรคเอดส์ ด้านวิธีการได้ 16.10% จิตนา ต้นสุวรรณนนท์ ปิ่นกนก วงศ์ปิ่นเพชร และธัญญา ลีศัตบุรุษ (2553: 127) ศึกษาเกี่ยวกับ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญาของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 481 คน พบว่าการควบคุมตน ($\beta = 0.210$) เป็นตัวแปรที่มีความสำคัญ ลำดับที่ 2 จากตัวแปร ด้านปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยทางสังคมที่สำคัญ จำนวน 4 ตัวแปร ที่สามารถทำนายพฤติกรรมการบริโภคสื่อด้วยปัญญาของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร ได้ ร้อยละ 40 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.001

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง สามารถสรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับพฤติกรรมของบุคคล ส่งผลให้ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูง มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ สูงกว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองต่ำ ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง จึงอาจเป็นปัจจัยจิตลักษณะที่ร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดี ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จึงคาดว่า นักศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูง เป็นผู้ที่มีการวางแผนชีวิตที่ดีมากกว่านักศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองต่ำ

การวัดพฤติกรรมการมุ่งอนาคตควบคุมตนเองในงานวิจัยที่ผ่านมา จิตนา บิลมาศ และคนอื่นๆ (2529) เป็นบุคคลท่านแรกที่ได้สร้างแบบวัดมุ่งอนาคตควบคุมตนเองในกลุ่มข้าราชการพลเรือน เป็นการวัดทั้งลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน มีเนื้อหาเกี่ยวกับการแสดงนิสัยของบุคคลว่าจะเสียสละความสุขเล็กน้อย เพื่อผลที่ได้ที่ยิ่งใหญ่กว่าในอนาคต และเป็นการแสดงนิสัยของบุคคลนั้นว่าสามารถ อดได้ รอได้ ควบคุมพฤติกรรมตนเอง วางแผน และดำเนินการไปสู่เป้าหมายที่ตนต้องการมากน้อยเพียงใด แบบวัดแบ่งออกเป็นลักษณะมุ่งอนาคต 10 ข้อ ความสามารถในการควบคุมตน 10 ข้อ รวมเป็น 20 ข้อ เป็นแบบวัดเชิงประมาณค่ารวม ให้เลือกตอบออกมาเป็นคะแนน จะแสดงลักษณะมุ่งอนาคต และควบคุมตนจากน้อยถึงมาก มีมาตรวัด 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” มีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .93 ต่อมา บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) ได้สร้างแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน โดยดัดแปลงมาจากแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนของ จิตนา บิลมาศ และคนอื่นๆ (2529)

มาปรับปรุงใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นข้าราชการรุ่นใหม่ ลักษณะแบบวัดเกี่ยวกับนิสัยส่วนตัวของผู้ตอบเกี่ยวกับผลงานและอนาคต การวางแผนการทำงาน การประหยัด เป็นต้น มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า 6 หน่วย ตั้งแต่ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” มีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .78 ชวนชัย เชื้อสาธุชน (2546) ได้แก้ไขและดัดแปลงจากแบบวัดของดวงเดือน พันธุมนาวิน และคนอื่นๆ (2536) จำนวน 10 ข้อ แต่ละข้อเป็นข้อความประกอบมาตราประเมิน 6 หน่วย ตั้งแต่ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .71 และบุภาพรรณ ดวงอินตา (2549) ได้ทำการวิจัยเพื่อสร้างแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 ที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชน จำนวน 746 คน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏว่า ประการแรก แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเที่ยงของแบบวัด เท่ากับ .84 ประการที่สอง แบบวัดการควบคุมตน จำนวน 24 ข้อ ค่าความเที่ยงของแบบวัด เท่ากับ .82

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน ของชวนชัย เชื้อสาธุชน (2546) มาใช้

2.2.2 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

ความหมายของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง ความปรารถนา หรือความต้องการของบุคคลที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดในชีวิตให้ประสบความสำเร็จ หรือบรรลุวัตถุประสงค์ที่วางไว้ ด้วยความทะเยอทะยาน มุมานะบากบั่น ฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ โดยไม่ย่อท้อ อุดหนุน มีการวางแผนในด้านการศึกษา อาชีพ และครอบครัว โดยตั้งระดับความหวังไว้สูง และพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ และมีการเปรียบเทียบกับมาตรฐานที่ได้ตั้งไว้ ถ้าผลงานสูงกว่ามาตรฐานหรือเท่าเกณฑ์มาตรฐานก็ถือว่าประสบผลสำเร็จตามความคิดของตน ถ้าไม่ประสบผลสำเร็จก็จะเกิดความวิตกกังวลใจ แต่ก็ไม่ย่อท้อพร้อมที่จะทำใหม่ให้ประสบผลสำเร็จดังตามวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้

ความสำคัญของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เจียรนัย ทรงชัยกุล (2534: 490-491) กล่าวถึง ความสำคัญของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สรุปได้ว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เปรียบเสมือนเป็นพลังผลักดันให้บุคคลก้าวไปข้างหน้าและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เพื่อความเป็นเลิศที่แท้จริงในสิ่งที่ทำ ดังนั้นถ้าบุคคลใดมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงเขาย่อมมีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จ และผลิตผลงานที่ได้มาตรฐานอันดีเยี่ยม บุคคลเช่นนี้ ยินดีที่จะทำงานหนัก ใฝ่ความพยายามและความสามารถอย่างเต็มที่ ชอบทำงานที่มีเป้าหมายและท้าทายพอสมควร มีความมุ่งมั่น ตั้งใจจริง และอดทนทำงานในความรับผิดชอบจนกว่าจะแล้วเสร็จ มีความทะเยอทะยาน และมุ่งหวังที่จะผลิตผลงานให้บรรลุมาตรฐานแห่งความเป็นเลิศ รวมทั้งหมั่นปรับปรุงตนเองและพยายาม

ปฏิบัติงานให้บังเกิดผลที่ดีขึ้นอยู่เสมอ ดังนั้น เมื่อบุคคลเช่นนี้อยู่ในวัยเรียนเขาก็จะประสบผลสำเร็จในการเรียนสูงกว่าเพื่อนร่วมชั้นคนอื่นๆ ทั้งๆ ที่มีระดับสติปัญญาใกล้เคียงกัน และเมื่ออยู่ในวัยทำงานบุคคลเช่นนี้จะปฏิบัติงานได้ผลดีกว่าและมีความเจริญก้าวหน้ามากกว่าเพื่อนร่วมงานคนอื่นๆ ทั้งๆ ที่ได้รับการฝึกฝนอบรมมาคล้ายคลึงกัน ถ้าประเทศใดมีประชากรเป็นจำนวนมากที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง ย่อมจะส่งผลให้ประเทศมีความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ และมีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว รวมทั้งมีวัฒนธรรมและอารยธรรมอันรุ่งโรจน์ เป็นต้น มีรายงานวิจัย พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสำคัญกับพฤติกรรมของ

บุคคล ดังที่ บราวน์ (Broen, 1963 อ้างถึงใน ทวีศักดิ์ จินดานุรักษ์ 2539: 62)

ศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยมอนทานา พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีความสัมพันธ์กับสติปัญญา ความถนัดทางการเรียน และมีความสัมพันธ์กับเกรดเฉลี่ยด้วย อารมน์ สนานภู (2541: 130,135) ศึกษาพบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการประหยัดทรัพยากรของนักศึกษาในสถาบันราชภัฏ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 กับตัวแปรตามทั้ง 4 ตัวแปร คือ พฤติกรรมการประหยัดทรัพยากร พฤติกรรมการประหยัดเวลา พฤติกรรมการประหยัดพลังงานและวัสดุ และพฤติกรรมการประหยัดค่าใช้จ่าย ไฮน์ (Hines, 1973: 313-317) ได้ศึกษาเรื่อง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การประกอบอาชีพ และการเปลี่ยนแปลงการใช้แรงงาน ในประเทศนิวซีแลนด์ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ประกอบการ วิศวกร พนักงานบัญชี และผู้จัดการระดับกลาง จำนวน 315 คน ปรากฏว่า บุคคลที่มีการยอมรับการเอาข้อมูลย้อนกลับมาใช้ในการพัฒนาธุรกิจของตนเองอยู่เสมอ นั้น เป็นผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และมีการตระหนักถึงความสำคัญและประโยชน์ของข้อมูลย้อนกลับอย่างดี (Raynor, 1978) พบว่า คนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะทำงานให้เกิดผลสำเร็จในปัจจุบัน เพื่อส่งผลถึงอนาคตได้ดีกว่าคนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ ในขณะที่ จาร์ดีน และไวน์ฟิลด์ (Jardine and Winefield, 1981 citing in Buys & Winefield 1982: 118-127) ก็ได้วิจัย พบว่า บุคคลซึ่งมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง สามารถควบคุมการแสดงออกเมื่อต้องการพบกับผลสัมฤทธิ์ที่ไม่อาจควบคุมได้ ขณะที่ผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำไม่สามารถควบคุมการแสดงออกของตนได้ (Hines, 1973: 313-317, Raynor, 1978, Jardine and Winefield, 1981 citing in Buys & winefield 1982: 118-127 อ้างถึงใน โกศล มีคุณ และณรงค์ เทียมเมฆ 2545: 47) พรชัย หนูแก้ว (2549: 85-87) ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยเชิงสาเหตุด้านจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการมีวินัย ของนักศึกษาสถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง จำนวน 756 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับเจตคติต่อการเรียน ($r_{xy} = .408$) เป็นตัวแปร ที่มีความสำคัญกับพฤติกรรมการมีวินัยของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.01 และพบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับเหตุผลเชิงจริยธรรม ($r_{xy} = .480$) เป็นตัวแปรที่มีความสำคัญกับพฤติกรรมการมีวินัยของ

นักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 และพบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ($\beta = .163$) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมวิธีวินัยที่เป็นการสร้างเงื่อนไข เป็นลำดับที่ 5 จากตัวแปรที่มีอิทธิพล ทั้งหมดจำนวน 6 ตัวแปร โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ 0.63

ลลิตา สาสาข (2550: 95) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการสำเร็จการศึกษา ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 780 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาตามเวลาหลักสูตร จำนวน 374 คน และกลุ่มนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาหลังเวลาหลักสูตร จำนวน 406 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และความเชื่อมั่นในตนเอง ส่งผลต่อการสำเร็จการศึกษาตามเวลาหลักสูตร ของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ.05 โดยที่นักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และมีความเชื่อมั่นในตนเองสูง มีโอกาสสำเร็จการศึกษาตามเวลาหลักสูตรมากกว่านักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ และมีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำอยู่ .94 เท่า และ 1.06 เท่า ตามลำดับ นีออน พินประดิษฐ์ และคนอื่นๆ (2550: 76) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพหุปัญญาของนักศึกษาชั้นปีที่ 3-4

มหาวิทยาลัยขอนแก่น จำนวน 500 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นตัวแปรที่มีความสำคัญ เป็นลำดับที่ 2 จาก 3 ตัวแปร ที่มีอิทธิพลทางตรงต่อพหุปัญญา สำหรับตัวทำนายชุดที่ 3 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีความสำคัญเป็นลำดับที่ 3 ร่วมกับตัวแปรที่สำคัญอีก 2 ตัวแปร รวมเป็น 3 ตัวแปร ที่สามารถทำนายพหุปัญญาได้ ร้อยละ 32.8 ในกลุ่มตัวอย่างรวม และร้อยละ 25.9 ในกลุ่มนักศึกษาชาย ส่วนในกลุ่มนักศึกษาหญิง ทำนายได้ ร้อยละ 38.0

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สามารถสรุปได้ว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับพฤติกรรม ส่งผลให้ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ สูงกว่า ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จึงอาจเป็นปัจจัยจิตลักษณะที่ร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของพฤติกรรมกรรมวิธีวางแผนชีวิตที่ดี ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จึงคาดว่า นักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมกรรมวิธีวางแผนชีวิตที่ดีมากกว่า นักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

การวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในงานวิจัยที่ผ่านมา บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) ได้สร้างแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ โดยดัดแปลงมาจากแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ เฮอร์แมน (Hermans, 1970: 353-363) จำนวน 20 ข้อ ลักษณะแบบวัดเกี่ยวกับความมุ่งมั่นในการทำงาน ความสามารถของคนในการอดทนทำงานให้สำเร็จ การรู้จักกำหนดเป้าหมายในการทำงาน เป็นต้น มีลักษณะเป็นประโยชน์ประกอบมาตรวัด 6 ระดับ จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงที่สุด” ค่าความเชื่อมั่น

แบบสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .84 ทวีศักดิ์ จินดานุรักษ์ (2539) ได้สร้างแบบวัดแรงงูใจ ไฟล์สัมฤทธิ์ โดยยึดลักษณะของผู้ที่มีแรงงูใจ ไฟล์สัมฤทธิ์สูง 10 ประการของ เฮอร์แมน (Hermans, 1970) โดยเขียนข้อคำถามให้เหมาะสมกับนักศึกษาในระบบการศึกษาทางไกล ลักษณะของแบบวัด เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 40 ข้อ ค่าความเที่ยง 0.75 นีออน พิณประดิษฐ์ และคนอื่นๆ (2546) ได้สร้างแบบวัดแรงงูใจ ไฟล์สัมฤทธิ์ โดยดัดแปลงมาจากแบบวัดแรงงูใจ ไฟล์สัมฤทธิ์ ของ บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) มาปรับปรุงใช้วัดเกี่ยวกับความต้องการที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้สำเร็จ ไปได้ด้วยดี ได้ผลเป็นเยี่ยมโดยทุ่มเทความพยายาม ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มีข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” ชวนชัย เชื้อสาธุชน (2546) ได้แก้ไขและดัดแปลงจากแบบวัดความมุ่งมั่นในการทำงานของ บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) โดยการให้อาจารย์รายงานปริมาณความปรารถนาหรือความมุ่งมั่น จำนวน 10 ข้อ แต่ละข้อเป็นข้อความ ประกอบมาตราประเมิน 6 หน่วย ตั้งแต่ “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .83 ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแบบวัดแรงงูใจ ไฟล์สัมฤทธิ์ ของชวนชัย เชื้อสาธุชน (2546) มาใช้

2.2.3 สุขภาพจิตกับพฤติกรรมการวางแผนชีวิต

ความหมายของสุขภาพจิต สุขภาพจิต หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุข มีความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจที่มั่นคงเข้มแข็ง ปราศจากความวิตกกังวล ยอมรับสภาพความเป็นจริง ได้ มีเหตุผล ปรับตัวเข้ากับทุกสภาวะแวดล้อมได้เป็นอย่างดี พร้อมทั้งจะเผชิญปัญหาสถานการณ์ และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างเหมาะสม และเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ สามารถควบคุมสติของตนเองได้ พยายามหาทางแก้ปัญหาได้ด้วยการคิดหลายแง่มุมทำให้สามารถดำรงชีวิตประจำวันตามบทบาทหน้าที่ของตนเองได้อย่างเหมาะสม และอยู่ในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นปกติสุขความสำคัญของสุขภาพจิต ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2528: 28) กล่าวว่า สุขภาพจิต เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้จิตลักษณะอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมของบุคคลได้มาก ถ้าสุขภาพจิตของบุคคลดีอาจทำให้สุขภาพจิตแสดงพฤติกรรมที่ปรารถนาได้มาก ถ้าสุขภาพจิตเสื่อมอาจทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่ไม่ปรารถนาได้มาก กฤษณา ศักดิ์ศรี (2530: 422-423) กล่าวถึงความสำคัญของสุขภาพจิต ดังนี้ 1) ด้านการศึกษา ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีย่อมมีจิตใจปลอดโปร่งสามารถศึกษาได้สำเร็จ 2) ด้านอาชีพ-การงาน ผู้มีสุขภาพจิตดีย่อมมีกำลังใจต่อสู้อุปสรรคไม่ท้อแท้เบื่อหน่ายงาน 3) ด้านชีวิตครอบครัว คนในครอบครัวสุขภาพจิตดี ครอบครัวก็สงบสุข 4) ด้านเพื่อนร่วมงาน ผู้มีสุขภาพจิตดีย่อมไม่เป็นที่รังเกียจ ปรับตัวกับผู้อื่นได้ดี 5) ด้านสุขภาพร่างกาย ถ้าสุขภาพจิตดี ร่างกายก็สดชื่น หน้าตาขี้มยิ้ม สมองแจ่มใส เป็นที่สบายใจแก่ผู้พบเห็น อยากคบหาสมาคมด้วย สุชาดา จันทรเอน (2543: 47-48) กล่าวถึง ความสำคัญของสุขภาพจิตว่า การดำรงชีวิต

ในสังคม คนเราจำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับผู้อื่นตลอดเวลา ถ้าหากเรามีสุขภาพจิตดี เรา
ย่อมจะเป็นที่พึ่งพาแก่ผู้อื่นได้ดี และถ้าเรามีความจำเป็นเราก็จะไปพึ่งพาผู้อื่น หรือขอความ
ช่วยเหลือจากผู้อื่นได้ดี ถ้าหากสุขภาพจิตเสื่อม เราจะกลายเป็นภาระให้แก่ผู้อื่นดูแล และต้องพึ่ง
ผู้อื่นตลอดเวลา หากสุขภาพจิตเสื่อมอย่างรุนแรงอาจจะเป็นภัยแก่สังคมได้ด้วย เช่น อาจจะก่อการ
ทะเลาะวิวาท การมีอารมณ์พลุ่งพล่านโดยไม่มีสาเหตุ ถ้ารายที่รุนแรงมากอาจจะก่อให้เกิด
อาชญากรรมต่างๆ ขึ้นก็ได้ นับเป็นการสูญเสียทางสังคมอย่างยิ่ง อีริก เบอร์น (Eric Beam อ้างถึงใน
อารีย์ พันธมณี 2546: 300) กล่าวถึงลักษณะของคนที่มีสุขภาพจิตดี เสนอว่า บุคคลมีทัศนคติในการ
มองชีวิตได้ 4 แบบ คือ 1) I am O.K. You are O.K. บุคคลที่มีทัศนคติในการมองชีวิตแบบนี้ จะเป็น
คนที่เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถปรับตัว และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ 2) I
am O.K. You are not O.K. เป็นทัศนคติในการมองชีวิตของบุคคล บุคคลที่คิดว่าตนเองดีอยู่แต่ผู้เดียว
คนอื่นผิด และใช้ไม่ได้ คนประเภทนี้จะปรับตัวเข้ากับผู้อื่นลำบาก เพราะจะเข้าทำนองที่ว่า โลกนี้
เป็นของข้าแต่เพียงผู้เดียว ประเภทข่มขู่คนอื่น 3) I am not O.K. You are O.K. คนที่มีทัศนคติแบบ
นี้ จะเป็นผู้ที่รู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย ตนเองไม่มีคุณค่า ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นพวกที่ไม่
ยอมรับ และเข้าใจตนเอง เห็นแต่คุณค่าของผู้อื่น ประเภทนี้จะเป็นพวกปรับตัวไม่ได้เช่นกัน มีปม
ด้อย 4) I am not O.K. You are not O.K. บุคคลประเภทนี้ จัดว่ามีทัศนคติในการมองชีวิตในแง่ร้าย
ที่สุด เพราะไม่เห็นคุณค่าของตนเอง และผู้อื่น ไม่ไว้วางใจใคร ไม่เห็นความสำคัญของการมีชีวิตอยู่
เป็นพวกที่มีปัญหาทางสุขภาพจิตได้ง่ายที่สุด คนที่มีสุขภาพจิตตามแนวความคิดของเบอร์น คือ คน
ที่มีทัศนคติในการมองชีวิตแบบ I am O.K. You are O.K. บุคคลประเภทนี้ เมื่อเผชิญกับปัญหาชีวิต
ก็จะสามารถฟันฝ่าไปได้ด้วยอารมณ์ที่มั่นคง เพราะต้องยอมรับว่าการดำเนินชีวิตของมนุษย์ไม่
ราบรื่นเสมอไป สภาพการณ์ต่างๆ ในสังคมสามารถก่อให้เกิดความเครียด ความเศร้าหมอง ความ
ผิดหวังและความทุกข์ได้ตลอดเวลา

มีรายงานวิจัย พบว่า สุขภาพจิต มีความสำคัญกับพฤติกรรมของบุคคล ดังที่
วิรัตน์ ปานศิลา (2542) ซึ่งศึกษานักบุคลากรสาธารณสุขระดับตำบลภาคเหนือในประเทศไทย พบว่า
ผู้ที่มีสุขภาพจิตในการทำงานดีมักเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการทำงานสูงกว่าผู้ที่มีสุขภาพจิตในการ
ทำงานน้อย อุทัยรัตน์ เนียรเจริญสุข (2544) ที่ศึกษาพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรมผลิต
เครื่องประดับ พบว่า พนักงานที่มีสุขภาพจิตดี สติปัญญาดี ประสิทธิภาพทางสังคมสูง มีพฤติกรรม
การทำงานดีกว่าพนักงานที่มีสุขภาพจิตต่ำ สติปัญญาดำ ราบดี และคณะ (Raffety, Smith & Ptaced,
1977 อ้างถึงใน โกศล มีคุณ และณรงค์ เทียมเมฆ 2545: 45-46) ได้วิจัยกับนักศึกษาระดับปริญญาตรี
ที่มหาวิทยาลัยวอชิงตัน โดยสนใจความวิตกกังวล 2 แบบ คือ แบบเหนื่อยล้า (debilitative) กับแบบ
คล่องตัวกระฉับกระเฉง (facilitative) ซึ่งได้พบว่า นักศึกษาที่มีความวิตกกังวลสูงแบบเหนื่อยล้า

มีคะแนนสอบไล่ต่ำ เครียดสูง จัดการกับปัญหาได้น้อยกว่า ขณะที่นักศึกษาที่มีความวิตกกังวลแบบคล่องตัวกระตือรือร้นมาก และจัดการปัญหาได้ดีกว่าผู้ที่มีความวิตกกังวลแบบดั่งกล่าวต่ำ ซึ่งความวิตกกังวลในการศึกษาดังกล่าว คือ ลักษณะที่แสดงถึงสุขภาพจิตนั่นเอง พรชัย หนูแก้ว (2549: 85-87) ศึกษาเกี่ยวกับ ปัจจัยเชิงสาเหตุด้านจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการมีวินัย ของนักศึกษาศาสนาบ้านราชัญญหมู่บ้านจอมบึง จำนวน 756 คน พบว่า สุขภาพจิตกับวิธีชาวพุทธ ($r_{xy} = -.272$) และความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนของสถาบันกับสุขภาพจิต ($r_{xy} = -.276$) เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทางลบ และพบว่า สุขภาพจิต ($\beta = -.056$) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการมีวินัย ที่เป็นการสร้างเงื่อนไข เป็นลำดับที่ 6 จากตัวแปร ที่มีอิทธิพล ทั้งหมดจำนวน 6 ตัวแปร โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ 0.63 และพบอีกว่า สุขภาพจิต ($\beta = -.090$) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการมีวินัย ที่เป็นกระบวนการทางระเบียบ เป็นลำดับที่ 5 จากตัวแปรที่มีอิทธิพล ทั้งหมดจำนวน 6 ตัวแปร โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ 0.47 นิตยา ทรัพย์วงศ์เจริญ (2549: 74) ที่ศึกษาพบว่า พยาบาลที่มีสุขภาพจิตดี ส่งผลให้เป็นผู้ที่มีความตั้งใจที่จะเปลี่ยนสายงานน้อย เรวดี อุทธา (2549: 71) ที่ศึกษาพบว่า พยาบาลวิชาชีพที่มีพฤติกรรมบริการสู่ความเป็นเลิศสูง คือ พยาบาลที่มีลักษณะทางจิตดีมาก ญัฐวดี อรินทร์ (2553: 83,93) ที่ศึกษาเรื่อง ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจที่จะขอรับความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต จากนักวิชาชีพสุขภาพจิต ของนิสิตมหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ จำนวน 300 คน พบว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของความตั้งใจที่จะขอรับความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตจากนักวิชาชีพสุขภาพจิต ของนิสิตมหาวิทยาลัย มีตัวแปรในโมเดล ได้แก่ ระดับปัญหาสุขภาพจิต ทักษะการขอรับความช่วยเหลือ ด้านสุขภาพจิต การรับรู้ตราบปจากการขอรับความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต ทักษะการขอรับความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต จากนักวิชาชีพสุขภาพจิต และความตั้งใจที่จะขอรับความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตจากนักวิชาชีพสุขภาพจิต โมเดลที่สร้างขึ้น มีความสอดคล้องค่าไคสแควร์ เท่ากับ 3.34 ที่องศาอิสระเท่ากับ 3 ($P=.32$) ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 1.00 ค่าความคลาดเคลื่อน (RMSEA) เท่ากับ .023 และค่า Comparative Fit Index (CFI) เท่ากับ 1.00 จากข้อค้นพบนี้ ชี้ให้เห็นว่าในบริบทสังคมไทย นิสิตที่มีปัญหาสุขภาพจิตยังมีทัศนคติทางลบ และรู้สึกว่ามีตราบปหากต้องขอรับความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตจากนักวิชาชีพสุขภาพจิต และพบว่า แหล่งขอรับความช่วยเหลือเมื่อเกิดปัญหาสุขภาพจิต นิสิตเลือกปรึกษาพ่อแม่เป็นลำดับ 1 ในความถี่มากที่สุด ร้อยละ 50 และส่วนใหญ่เลือกปรึกษานักวิชาชีพไว้ในอันดับที่ 5 ร้อยละ 48.3

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต สามารถสรุปได้ว่า สุขภาพจิต มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับพฤติกรรม ส่งผลให้ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีมากกว่า

มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ สูงกว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีน้อยกว่า สุขภาพจิต จึงอาจเป็นปัจจัยจิตลักษณะที่ร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดี ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จึงคาดว่า นักศึกษาที่มีสุขภาพจิตดี มากกว่า เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดีมากกว่านักศึกษาที่มีสุขภาพจิตดีน้อยกว่า

การวัดสุขภาพจิตในงานวิจัยที่ผ่านมา บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) ได้พัฒนา แบบวัดสุขภาพจิต จาก จินตนา บิลมาศ และคนอื่น ๆ (2529) เพื่อใช้ศึกษาการเสริมสร้างจิตลักษณะ เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการทำงานราชการ แบ่งเป็น 2 ตอน โดยตอนที่ 1 เป็นข้อความในประโยค แสดงถึงความรู้สึกของผู้ถูกศึกษา เกี่ยวกับสภาพการทำงานที่เบี่ยงเบนไปจากปกติ เช่น หมดกำลังใจ รำคาญ ความเครียด ความกลัว ความวิตกกังวล ความหงุดหงิด แบบวัดเป็นประโยคประกอบ มาตรวัด 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” จนถึง “ไม่จริงเลย” ส่วนในตอนที่ 2 ของแต่ละประโยค จะถาม ถึงความถี่ของการเกิดความรู้สึกเช่นนั้นในตัวผู้ถูกศึกษา โดยมีมาตรประเมินค่า 4 หน่วย ค่าความ เทียง .78 ดวงเดือน พันธมนาวิน และคนอื่นๆ (2536) สร้างแบบวัดสุขภาพจิต ซึ่งเป็นแบบวัดที่ แสดงถึงปริมาณความวิตกกังวลที่เหมาะสม ความตื่นตื้นที่เหมาะสม ไม่โกรธง่ายจนเกินไป และ การมีสมาธิ เป็นแบบมาตรประเมินรวมค่า ประกอบด้วยข้อความ 10 ข้อความ แต่ละข้อความมี มาตรวัด 6 ระดับ จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริงเลย” ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด เท่ากับ .76 ถินดา สุวรรณ (2543) สร้างแบบวัดแบบสุขภาพจิต เป็นแบบวัดมุ่งถามเกี่ยวกับอาการทางกาย และอารมณ์ เช่น ความวิตกกังวล ความอดทน ความกลัว นอนไม่หลับ เป็นต้น เป็นแบบวัดมาตรประเมินรวมค่า ประกอบด้วยข้อความ 10 ข้อความ แต่ละข้อความมีมาตรวัด 6 หน่วย จาก “จริงที่สุด” ถึง “ไม่จริง เลย” ค่าความเที่ยง เท่ากับ .82 อภิชัย มงคล และคนอื่นๆ (2547) ได้ทำวิจัยเรื่อง การพัฒนาและ ทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับใหม่ 2 ฉบับ คือ ฉบับสมบูรณ์ (54 ข้อ) และฉบับสั้น (15 ข้อ) เป็นแบบมาตรประเมินรวมค่า 4 หน่วย ตั้งแต่ “ไม่เลย” ถึง “มากที่สุด” ประกอบด้วย 4 มิติ (สภาพจิตใจ สมรรถภาพของจิตใจ คุณภาพของจิตใจ ปัจจัยสนับสนุน) และ 15 มิติย่อย การศึกษา ความพึงพอใจในการประเมินสุขภาพจิตระหว่างฉบับสมบูรณ์ และฉบับสั้น พบว่า อยู่ในระดับเกือบดี (kappa statistics 0.63, $p < 0.001$) ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย เป็นเครื่องมือที่มีความน่าเชื่อถือในการ ประเมินสุขภาพจิตของประชากรไทย ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยทั้งฉบับสมบูรณ์ และฉบับสั้น เป็นเครื่องมือที่ง่ายต่อการนำไปใช้ควรส่งเสริมให้ทำการวิจัยต่อไป เพื่อพิจารณาว่าดัชนีชี้วัด สุขภาพจิตคนไทย สามารถใช้เป็นเครื่องมือในการคัดกรองผู้ป่วยทางคลินิกได้ด้วย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดสุขภาพจิตของ ดวงเดือน พันธมนาวิน และคนอื่นๆ (2536) มาใช้

ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สุขภาพจิต มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับพฤติกรรม ส่งผลให้ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูง ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และผู้ที่มีสุขภาพจิตดีมากกว่า มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ สูงกว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองต่ำ ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ และผู้ที่มีสุขภาพจิตดีน้อยกว่า ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สุขภาพจิต จึงเป็นปัจจัยทางจิตลักษณะ ที่อาจร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของพฤติกรรมการวางแผนชีวิตที่ดี ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จึงคาดว่า นักศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และมีสุขภาพจิตดีมากกว่า เป็นผู้ที่มียุทธศาสตร์การวางแผนชีวิตที่ดีกว่า นักศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองต่ำ มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ และมีสุขภาพจิตดีน้อยกว่า

3. พฤติกรรมการวางแผนชีวิตกับความสำเร็จในการศึกษา

3.1 ความหมายของความสำเร็จในการศึกษา

ความสำเร็จในการศึกษา หมายถึง ระยะเวลาที่นักศึกษาใช้ในการศึกษาจนสำเร็จการศึกษา โดยนับตั้งแต่ภาคการศึกษาแรกที่สมัครเข้าศึกษา จนถึงภาคการศึกษาที่สำเร็จการศึกษา ทั้งนี้ต้องไม่เกินสามเท่าของหลักสูตรที่มหาวิทยาลัยกำหนด และต้องสอบได้จำนวนชุดวิชาครบถ้วนตามโครงสร้างหลักสูตร และข้อกำหนดอื่นๆ ของสาขาวิชา คือปริญญาตรีศึกษาไม่น้อยกว่า 12-24 ชุดวิชา ซึ่งมีระยะเวลาศึกษาครบตามระเบียบ และข้อบังคับของมหาวิทยาลัย ไม่มีความประพฤติเสื่อมเสีย ไม่มีภาระหนี้สินต่อมหาวิทยาลัย

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จในการศึกษา

มีงานวิจัย พบว่า ความสำเร็จในการศึกษา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของบุคคล ดังที่ ทวีศักดิ์ จินดานุรักษ์ (2539: 145–152) ซึ่งศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พบว่า ตัวแปรที่มีผลต่อการเรียนสำเร็จและไม่สำเร็จของกลุ่มสังคมศาสตร์และกลุ่มวิทยาศาสตร์ ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ อายุ การวางแผนการเรียน สภาพทางเศรษฐกิจ ภาระการทำงาน และความสัมพันธ์ของงานกับสาขาวิชาที่เรียน สมศักดิ์ มีทรัพย์หลาก (2541) ที่ศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการสำเร็จการศึกษาทางตรง คือ พื้นความรู้เดิมที่ศึกษาก่อนเข้ารับการศึกษ และปัจจัยที่ส่งผลต่อการสำเร็จการศึกษาทางอ้อม คือ อายุ ของนักศึกษา รายได้ของนักศึกษา ความมีวินัยในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และระบบการบริการ

ของมหาวิทยาลัย และในระหว่างที่เป็นนักศึกษาจะต้องมีการวางแผนการเรียนที่ดีควบคู่กันไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ บุญทิพย์ สิริรังศรี (2540) ศึกษาบัณฑิตพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พบว่า คุณลักษณะของผู้ที่จะสำเร็จการศึกษาได้นั้น จะต้องเป็นผู้มีความรับผิดชอบสูงเป็นอันดับแรก รองลงมาต้องมีความเพียรมานะอดทน และเป็นนักวางแผนที่ดีทั้งก่อนเข้าศึกษาและระหว่างการศึกษา ปัจจัยส่งเสริมความสำเร็จทางการศึกษาที่สำคัญอันดับแรก คือ การให้กำลังใจ และการให้คำปรึกษาแนะนำจากอาจารย์ประจำและอาจารย์สอนเสริม รองลงมาเป็นเพื่อนร่วมสถาบัน ครอบครัว ผู้ร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา ตามลำดับ และงานวิจัยของ ดร.ชนิ บุญเหมือนใจ (2550) ที่ศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พบว่า ปัจจัยภูมิหลังส่วนบุคคลปัจจัยด้านกลยุทธ์การเรียนรู้ทางไกล และปัจจัยด้านแรงจูงใจ มีความสัมพันธ์กับระยะเวลาในการศึกษาจนสำเร็จการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยประกอบด้วยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับระยะเวลาในการศึกษาจนสำเร็จการศึกษา ดังนี้ พื้นฐานความรู้เดิม ($r = 0.244$) ประสบการณ์การทำงาน ($r = -0.348$) การวางแผนการเรียน ($r = -0.224$) การศึกษาสื่อสิ่งพิมพ์ ($r = -0.118$) การเตรียมตัวและการสอบ ($r = -0.129$) การใช้สื่อเสริม ($r = 0.173$) แรงจูงใจส่วนตัว ($r = -0.206$) และแรงจูงใจด้านอาชีพ ($r = -0.386$) ลลิตา สาสาข (2550) ศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการสำเร็จการศึกษาตามเวลาหลักสูตร มี 5 ปัจจัย ได้แก่ อายุ พื้นฐานความรู้เดิม และสาขาวิชารัฐศาสตร์ ส่งผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และความเชื่อมั่นในตนเอง ส่งผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จในด้านการศึกษามาสามารถสรุปได้ว่า ความสำเร็จในการศึกษามีความสัมพันธ์ในทางบวกกับพฤติกรรม ผู้ที่สำเร็จการศึกษาจึงน่าจะเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมวางแผนชีวิตที่ดีที่สำคัญทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว พฤติกรรมวางแผนชีวิตทั้ง 3 ด้านจึงอาจเป็นปัจจัยที่ร่วมเป็นสาเหตุหนึ่งของความสำเร็จในการศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้จึงคาดว่าพฤติกรรมวางแผนชีวิตที่ดีทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านครอบครัว มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการศึกษา

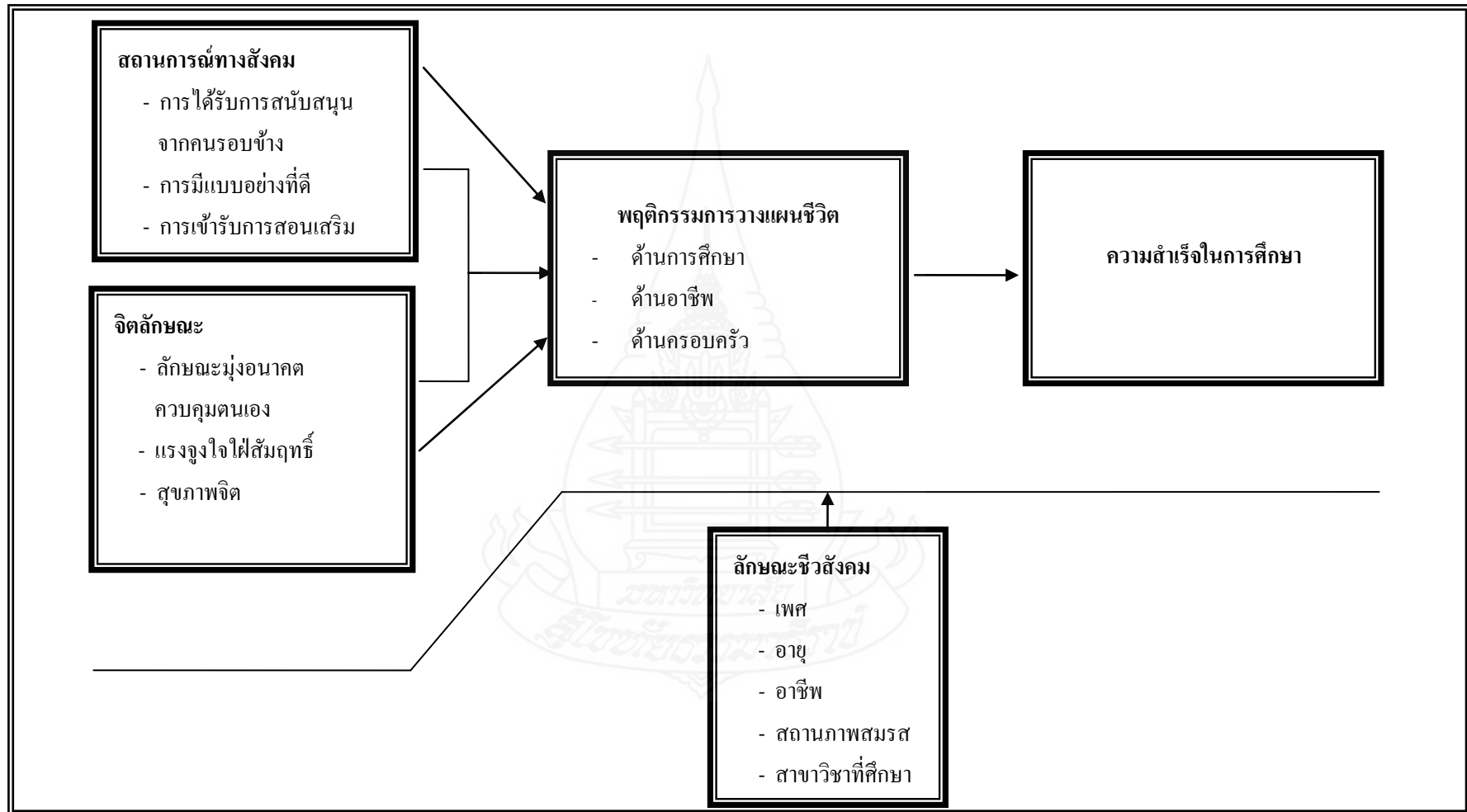
3.3 การวัดความสำเร็จในการศึกษา

การวัดความสำเร็จในการศึกษาในงานวิจัยที่ผ่านมา ทวีศักดิ์ จินดานุรักษ์ (2539) สร้างแบบสำรวจและแบบวัด จำนวน 6 แบบวัด มีลักษณะเป็นแบบมาตรวัดแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ แบบสำรวจลักษณะและวิธีการอ่าน ค่าความเที่ยง .84 แบบสำรวจการเตรียมตัวและการสอบ ค่าความเที่ยง .81 แบบสำรวจการวางแผนการเรียน ค่าความเที่ยง .94 แบบสำรวจจุดมุ่งหมายในการเรียน ค่าความเที่ยง .97 แบบวัดความมีวินัยในตนเอง ค่าความเที่ยง .83 แบบวัด

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ค่าความเที่ยง .75 ต่อมา สมศักดิ์ มีทรัพย์หลาก (2541) สร้างแบบสอบถาม จำนวน 2 ชุด ชุดแรกเป็นแบบสอบถามซึ่งใช้ในการรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษา หรือบัณฑิต โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 5 ส่วน ส่วนแรกเป็นข้อมูลสถานภาพโดยทั่วไปของ บุคคล ส่วนที่สองเป็นข้อมูลด้านการวางแผนการเรียน ส่วนที่สามเป็นข้อมูลวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ส่วนที่สี่เป็นข้อมูลการวัดความมีวินัยในตนเอง ส่วนที่ห้าเป็นข้อมูลด้านระบบการบริการของ มหาวิทยาลัย แบบสอบถามที่ใช้วัดคุณสมบัติของตัวแปรเป็นแบบมาตราประมาณค่า (rating scale) โดยในแต่ละข้อคำถามของข้อมูลให้มาตรงแตกต่างกัน 1-5 มาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .86 ชุดที่สองเป็นแบบสอบถามซึ่งใช้รวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาที่กำลังศึกษาในปัจจุบัน โดยแบ่ง แบบสอบถามออกเป็น 5 ส่วนเช่นเดียวกับแบบสอบถามของบัณฑิต แต่จะแตกต่างในส่วนเพิ่มเติม เฉพาะสาเหตุของการที่ยังไม่สำเร็จการศึกษา และความตั้งใจที่จะศึกษาต่อให้สำเร็จหรือไม่ สำหรับ กรณีของนักศึกษาที่หมดสถานภาพไปแล้ว ก็จะใช้แบบสอบถามชุดที่สองนี้เช่นกัน โดยส่วน เพิ่มเติมจะเป็นข้อมูลสาเหตุที่ทำให้นักศึกษาต้องหมดสภาพการเป็นนักศึกษาไปแล้ว ค่า สัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .86 ครรชนี บุญเหมือนใจ (2550) สร้างแบบสอบถาม (Questionnaire) แบบมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ จาก “มากที่สุด” ถึง “น้อยที่สุด” โดยประกอบด้วยคำถาม 5 ตอน ตอนที่หนึ่ง เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ตอนที่สอง เป็นคำถามเกี่ยวกับความสำเร็จ การศึกษาของบัณฑิต ตอนที่สาม เป็นคำถามเกี่ยวกับการวางแผนการเรียน การศึกษาสื่อสิ่งพิมพ์ การใช้สื่อเสริม การเตรียมตัวและการสอบ ตอนที่สี่ เป็นคำถามเกี่ยวกับแรงจูงใจส่วนตัวและ แรงจูงใจด้านอาชีพ ตอนที่ห้า เป็นคำถามเกี่ยวกับปัญหาที่บัณฑิตประสบขณะเรียน มสธ. ในด้าน การลงทะเบียนเรียน เอกสารการสอน การรับฟังรายการวิทยุกระจายเสียง การรับชมรายการวิทยุ โทรทัศน์ การบริการและการติดต่อกับมหาวิทยาลัย และการสอบ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .84

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวัดความสำเร็จในการศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ในลักษณะของข้อคำถามให้เลือกตอบ เกี่ยวกับการลงทะเบียนและผลการศึกษา

4. กรอบแนวคิดของการวิจัย



ภาพที่ 2.2 แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

5. สมมติฐานการวิจัย

5.1 นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างมาก มีแบบอย่างที่ดีมาก และมีการเข้ารับการสอนเสริมมาก เป็นผู้ที่มีการวางแผนชีวิตที่ดีกว่านักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างน้อย มีแบบอย่างที่ดีน้อย และมีการเข้ารับการสอนเสริมน้อย

5.2 นักศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และมีสุขภาพจิตดีมากกว่า เป็นผู้ที่มีการวางแผนชีวิตที่ดีกว่านักศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองต่ำ มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ และมีสุขภาพจิตดีน้อยกว่า

5.3 นักศึกษาที่มีความพร้อมทางจิตลักษณะ ความพร้อมในสถานการณ์ทางสังคม และลักษณะทางชีวสังคมมากกว่า มีการวางแผนชีวิตที่ดีกว่านักศึกษาประเภทตรงข้าม

5.4 กลุ่มตัวแปรจิตลักษณะกับกลุ่มตัวแปรสถานการณ์ทางสังคม 3 ตัวแปร (การได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง การมีแบบอย่างที่ดี และการเข้ารับการสอนเสริม) และกลุ่มตัวแปรจิตลักษณะ 3 ตัวแปร (ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และสุขภาพจิต) ร่วมกันทำนายพฤติกรรมการวางแผนชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ได้มากกว่ากลุ่มตัวแปรใดกลุ่มหนึ่งเพียงกลุ่มเดียว โดยตั้งเกณฑ์ความต่างไว้ที่ ร้อยละ 5

5.5 พฤติกรรมการวางแผนชีวิต มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

