

## การเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม THE ENHANCEMENT OF ACADEMIC GOALS OF ADOLESCENT STUDENTS THROUGH GROUP COUNSELING

อชิรญา จตุรภัทรไพบูรณ์<sup>1</sup> สกล วรเจริญศรี<sup>2</sup> พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์<sup>3</sup>

Achiraya Jaturapatpaiboon<sup>1</sup>, Skol Voracharoensri<sup>2</sup>, Patcharaporn Srisawat<sup>3</sup>

Corresponding author, e-mail: mellmell2506@gmail.com

Received: June 06, 2020; Revised: June 21, 2020; Accepted: July 9, 2020

### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น 2) เพื่อเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม และ 3) เพื่อเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ใช้ศึกษาเป้าหมายทางการศึกษาเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนสามพรานวิทยา และโรงเรียนกำแพงแสนวิทยา จำนวนทั้งสิ้น 486 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบหลายชั้นตอนจากประชากร ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ 2 ใช้ในการทดลอง เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา จำนวน 16 คน ที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง มีคะแนนเป้าหมายทางการศึกษาตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง จากนั้นผู้วิจัยได้คัดเลือกเข้ากลุ่ม โดยการสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับสลาก เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและควบคุมกลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น และการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยที่ไม่เป็นอิสระจากกัน และการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยที่เป็นอิสระจากกัน ผลการวิจัยพบว่า 1) เป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านความมุ่งมั่นมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ( $M = 3.78$ ) รองลงมาคือ ด้านความเชื่อในความสามารถของตนเอง ( $M = 3.64$ ) และด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน ( $M = 3.60$ ) ตามลำดับ 2) หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเป้าหมายทางการศึกษาเพิ่มสูงขึ้นกว่าคะแนนก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 3) หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**คำสำคัญ:** เป้าหมายทางการศึกษา นักเรียนวัยรุ่น การให้คำปรึกษากลุ่ม

<sup>1</sup>นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>2</sup>รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>3</sup>รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

## ABSTRACT

The purposes of this research were as follows: to 1) to study the academic goals of adolescent students; 2) to compare the academic goals of adolescent students in the experimental group, before and after group counseling; and 3) to compare the academic goals of adolescent students between the experiment group and control group. The sample group in this the study of academic goals were 486 adolescent students at Watraikhing Witthaya School, Samphran Witthaya School, and Kampaengsaenwittaya School, who were selected by multi-stage sampling. The sample in this experiment consisted of 16 students at Watraikhing Witthaya School and used purposive sampling to assess their academic goals. The mean was below the twenty-fifth percentile in order to voluntarily participate in the experiment. The participants were divided into two groups, the experimental and the control group, with eight members in each. The research instruments used in this study were the academic goals of the students, which were also examined in group counseling program. The statistical analyses employed were descriptive statistics, with a t-test for the dependent and independent samples. The results of the research were as follows: 1) the academic goals of the adolescent students were at a high level. The factors of each are as follows, in descending order: commitment (M = 3.78), self-efficacy (M = 3.64) and goal setting in studying (M = 3.60); 2) after group counseling, the academic goals among the adolescent students in the experimental group significantly increased at a level of .01; and 3) adolescent students in the experimental group had significantly increased academic goals compared to the control group, after group counseling and at a level of .01.

**Keywords:** Academic Goals, Adolescent Students, Group Counseling

## บทนำ

ในยุคสังคมปัจจุบันเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านสังคม สิ่งเหล่านี้กำลังสร้างความเปลี่ยนแปลงให้กับคนทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะนักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในกลุ่มที่กำลังพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ นักเรียนที่เริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเป็นวัยที่จำเป็นต้อง จุดประกายความคิด ทำให้คิดได้ คิดเป็น เนื่องจากความคิดเป็นรากฐานของพฤติกรรมทั้งปวง เมื่อนักเรียนวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงความคิดและความรู้สึก พฤติกรรมย่อมเกิดการเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย ซึ่งนักเรียนวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในการเรียนย่อมมีความคิดและมีแรงจูงใจที่อยากให้ตนเองประสบความสำเร็จ โดยนักเรียนวัยรุ่นมีความเชื่อมั่นและความศรัทธาในเป้าหมายของตนเอง ทำให้มีกำลังใจในการทำเป้าหมายในการเรียนให้สำเร็จ โดยมีการ

วางแผนชีวิต การบันทึกติดตามความก้าวหน้าทางการเรียนของตนเอง ควบคุมตนเองและดำเนินชีวิตเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จทางการเรียนตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ (Pramote Tammarate, 2007, p.40-46) การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาจึงมีความสำคัญที่ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีการคิดทบทวนและค้นหาเป้าหมายทางการศึกษาของตนเอง เพื่อให้วัยรุ่นมีการคิดวางแผนและดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่กำหนดไว้ โดยอยู่บนพื้นฐานของความเป็นไปได้และนักเรียนวัยรุ่นสามารถปฏิบัติได้จริงในทิศทางบวก ซึ่ง โรเจอร์ (Rogers อ้างอิงจาก Siruan Kaeokangwan, 2011, p.147) มีความเชื่อว่าบุคคลย่อมมีความตระหนักรู้และมีความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตตามเป้าหมายของตนเอง โดยบุคคลมีการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพมาตั้งแต่กำเนิด ซึ่งล็อก และลาแทม (Locke; & Latham. 1968 อ้างอิง

จาก Jirapom Tangkittipaporn, 2013, p.147) กล่าวว่าบุคคลที่มีแรงจูงใจในการทำงานอย่างและการได้รับข้อมูลย้อนกลับที่เหมาะสม ย่อมทำให้บุคคลมีการตั้งเป้าหมายและรับรู้ว่าการปฏิบัติตนในการทำงานอย่างไร จึงจะประสบความสำเร็จ ทำให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง มีความมุ่งมั่นตั้งใจในการทำตามเป้าหมายให้สำเร็จ โดยไม่ท้อแท้ต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น ซึ่งล็อก (Locke) ได้สรุปองค์ประกอบของเป้าหมายไว้ 4 องค์ประกอบ ประกอบด้วย เป้าหมายมีความยากและความเฉพาะเจาะจง (Difficulty and Specificity) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) ความมุ่งมั่นหรือพันธะผูกพัน (Commitment) และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) (Snyder; & Lopez, 2002, pp. 305-306) ส่วนเป้าหมายทางการศึกษาก็เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ นักเรียนสำรวจถึงความต้องการและค้นหาเป้าหมายทางการศึกษาของตนเอง ซึ่งนักเรียนที่ทราบตนเองว่ามีความถนัดอะไร ต้องการศึกษาต่อด้านไหน ถ้านักเรียนวัยรุ่นก็มีเป้าหมายทางการศึกษาอย่างชัดเจน ย่อมทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีการวางแผนการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นจากแนวคิดของล็อก 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal setting in studying) ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียนนี้ จะรวบรวมองค์ประกอบด้านยากและความเฉพาะเจาะจง การให้ข้อมูลย้อนกลับไว้ด้วยกัน 2) ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) และ 3) ด้านความมุ่งมั่น (Commitment)

นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาและสัมภาษณ์ครูแนะแนวที่โรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 9 จังหวัดนครปฐม พบว่านักเรียนวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจะมีความสับสนในตนเอง ไม่รู้ว่าตนเองมีความสนใจในเรื่องใด ทำให้นักเรียนมีความสนใจตามเพื่อนสนิท และเลือกสายการเรียนตามเพื่อน เมื่อนักเรียนวัยรุ่นเรียนชั้น

มัธยมศึกษาตอนปลาย ทำให้เรียนไม่เข้าใจ เรียนไม่รู้เรื่อง ทำให้นักเรียนวัยรุ่นไม่มีความสุขในการเรียน ก่อให้เกิดการไม่ยอมมาโรงเรียน ถึงขั้นที่ต้องเข้าพบครูแนะแนวเพื่อย้ายสายการเรียนหรือลาออกจากโรงเรียนเพื่อไปศึกษาต่อในสายอาชีพ ซึ่งสอดคล้องกับ (Kriengsak Chareonwongsak, 2009, online) ได้อธิบายเกี่ยวกับประเด็นปัญหาของวัยรุ่นที่เป็นไปในทิศทางเดียวกันว่า นักเรียนขาดความกระตือรือร้นในการเรียน มีความเฉื่อยช้า เบื่อหน่ายง่าย และขาดเป้าหมายในการดำเนินชีวิตและสถานการณ์การโตเรียนในปัจจุบัน ทำให้นักเรียนวัยรุ่นได้มีประสบการณ์ที่ตื่นเต้นในการทำผิดกฎระเบียบของโรงเรียน ซึ่งการโตเรียนเป็นสิ่งที่นักเรียนวัยรุ่นไม่ควรกระทำเด็ดขาด เนื่องจากทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำลง ส่งผลให้ไม่สามารถเลือกเรียนในสายวิชาตามที่ตนเองต้องการได้ ทำให้นักเรียนลาออกจากโรงเรียนในที่สุด ส่งผลให้นักเรียนมีโอกาสเข้าสู่อบายมุขได้ง่าย สร้างความเดือดร้อนต่อตนเองและผู้อื่น (The story of mistake in a teenager, 2016, online)

การเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษา สามารถดำเนินการได้หลายวิธี และวิธีหนึ่งที่ช่วยเสริมสร้างเป้าหมายได้ คือการให้คำปรึกษากลุ่ม เพราะเป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มจัดขึ้น เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิกกลุ่มที่มีปัญหาล้ำคล้ายคลึงกัน โดยผู้ให้คำปรึกษากลุ่มมีการสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและเป็นกันเอง เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปิดใจพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน ก่อให้เกิดความเข้าใจและยอมรับซึ่งกันและกัน นำไปสู่การปรับปรุงพัฒนาตนเองให้มีเป้าหมายทางการศึกษาเพิ่มสูงขึ้น (Siribsn SaiKosum, 2010, p.45-46) ดั่งงานวิจัยของนริศรา คิดเห็น. (Narisara Khidhen, 2014, p.88) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น จำนวน 6 คน ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนวัยรุ่นมีการกำกับตนเองโดยรวมและรายด้าน ประกอบด้วย การสังเกตตนเอง การตัดสินใจของตนเอง และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองเพิ่มสูงขึ้นอย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากงานวิจัยข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มมีส่วนช่วยพัฒนา นักเรียนวัยรุ่นให้มีเป้าหมายทางการศึกษาที่สูงขึ้นได้

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา เป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น และทำการ เสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นชั้น มัธยมศึกษาตอนต้นซึ่งเป็นช่วงวัยที่ต้องวางแผน ตัดสินใจ ในการเลือกแผนการเรียนให้ตรงตามความต้องการ และ เหมาะสมกับตนเอง โดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่มแบบ ผสมผสานหลายทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่ม ไปด้วยกัน เพื่อพัฒนาเป้าหมายทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่นให้มีเป้าหมายในการเรียน มีความเชื่อมั่นใน ความสามารถของตนเอง และมีความมุ่งมั่นในการทำ เป้าหมายทางการศึกษาให้ประสบความสำเร็จต่อไป

### กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดของล็อก (Locke, 1968 อ้างอิงจาก Wanlapa Sabaiying, 1999: 23) ที่ได้ กำหนดองค์ประกอบของเป้าหมายไว้ 3 ด้าน คือ ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน ด้านความเชื่อความสามารถของตนเอง และด้านความมุ่งมั่น นำมาใช้เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษา

#### ตัวแปรจัดกระทำ

การให้คำปรึกษากลุ่ม

#### ตัวแปรตาม

เป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ภาพประกอบ กรอบแนวคิดการวิจัย

### สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีคะแนน เป้าหมายทางการศึกษาเพิ่มสูงขึ้นหลังเข้าร่วมการให้ คำปรึกษากลุ่ม
2. นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมการให้ คำปรึกษามีคะแนนเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่า นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุม

### วิธีดำเนินการวิจัย

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**ประชากร** ที่ใช้ในการศึกษาในงานวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา ตอนต้น ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนใน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 9 จังหวัดนครปฐม 29 โรงเรียน จำนวน 17,877 คน (Office of the Basic Education Commission, 2019, online)

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาเป้าหมายทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่น
2. เพื่อเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม
3. เพื่อเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

## กลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 9 จังหวัดนครปฐม โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนสามพรานวิทยา และโรงเรียนกำแพงแสนวิทยา จำนวน 486 คน โดยผู้วิจัยใช้การสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) จากประชากรโดยมีขั้นตอนการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1.1 กำหนดประชากรที่เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 9 จังหวัดนครปฐม จำนวนทั้งสิ้น 29 โรงเรียน ซึ่งมีจำนวน 17,877 คน

1.2 สุ่มตัวอย่างครั้งที่ 1 ด้วยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเลือกโรงเรียนด้วยการจับสลากมาจำนวน 3 โรงเรียนที่เป็นหน่วยของประชากร ประกอบด้วย โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนสามพรานวิทยา และโรงเรียนกำแพงแสนวิทยา

1.3 จากนั้นดำเนินการสุ่มตัวอย่างครั้งที่ 2 ด้วยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเลือกนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมาได้ จำนวน 486 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองเป็นนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 โดยผู้วิจัยใช้การสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) จากนักเรียนที่มีคะแนนเป้าหมายทางการศึกษาตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมการให้คำปรึกษาเพื่อเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษา โดยมีขั้นตอนการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนสามพรานวิทยา และโรงเรียนกำแพงแสนวิทยา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 ตอบแบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษา และเก็บคืนมาได้ 486 คน

2.2 สุ่มตัวอย่างครั้งที่ 1 ด้วยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเลือกโรงเรียนในการทดลอง ด้วยการจับสลากมา จำนวน 1 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา

2.3 จากนั้นดำเนินการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากนักเรียนที่มีคะแนนเป้าหมายทางการศึกษาตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมการให้คำปรึกษาเพื่อเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาได้ตามวันและเวลาที่กำหนดไว้ จำนวน 16 คน แล้วดำเนินการสุ่มเข้ากลุ่ม แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม จำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม จำนวน 8 คน

## ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น คือ การให้คำปรึกษากลุ่ม
2. ตัวแปรตาม คือ เป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

## วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำแบบเสนอโครงการวิจัยเพื่อขอการรับรองพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และเมื่อผู้วิจัยได้รับหนังสือรับรองพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยตามที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด โดยกลุ่มตัวอย่างมีสิทธิในการถอนตัวจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบเหตุผลล่วงหน้า

2. ผู้วิจัยขอหนังสือขอความร่วมมือเพื่อการวิจัยจากทางบัณฑิตวิทยาลัยของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนสามพรานวิทยา และโรงเรียนกำแพงแสนวิทยา จังหวัดนครปฐม จำนวน 486 คน เพื่อให้ให้นักเรียนวัยรุ่นตอบแบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น จากนั้นผู้วิจัยทำการเก็บแบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นตามวันและเวลาที่กำหนดไว้

3. ผู้วิจัยขอหนังสือขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย จากทางบัณฑิตวิทยาลัยของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา จังหวัดนครปฐม เพื่อให้ให้นักเรียนวัยรุ่นชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้เข้าร่วม การเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ตามวันและเวลาที่กำหนดไว้

4. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนวัยรุ่นออกเป็น 2 กลุ่ม คือ นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน ที่ได้เข้าร่วมการ ให้คำปรึกษากลุ่ม และนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน ที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติ จากนั้น ผู้วิจัยให้นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำ แบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ในระยะก่อนการทดลอง

5. ผู้วิจัยทำการใช้การเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม ตามวันและเวลาที่กำหนดไว้

6. ผู้วิจัยทำการเก็บแบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง

7. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในระยะก่อนและหลังการให้ คำปรึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาทำการ วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น มีลักษณะแบบมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ จำนวน 28 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่าง 0.67-1.00 มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.27-0.74 มีค่า ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.87 และการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อ เสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น แบ่งเป็น 8 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที มีค่าดัชนีความสอดคล้อง เท่ากับ 1.00

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ในกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน (t-test for Dependent Samples)

3. การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย แบบเป็นอิสระจากกัน (t-test for Independent Samples)

### ผลการวิจัย

1. การศึกษาเป้าหมายทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่น ดังตาราง 1

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเป้าหมาย ทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น (n=486)

เป้าหมายทางการศึกษา	M	S.D.	ระดับ
การตั้งเป้าหมายทางการเรียน	3.60	0.63	มาก
ความเชื่อในความสามารถของ ตนเอง	3.64	0.62	มาก
ความมุ่งมั่น	3.78	0.56	มาก
<b>เป้าหมายทางการศึกษา</b>	<b>3.67</b>	<b>0.51</b>	<b>มาก</b>
<b>โดยรวม</b>			

จากตาราง 1 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นมีค่าเฉลี่ย เป้าหมายทางการศึกษาโดยรวมเท่ากับ 3.67 ส่วนมาตรฐาน เท่ากับ 0.51 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ความมุ่งมั่นมีค่าเฉลี่ยสูงสุด (M=3.78 S.D.=0.56) รองลงมาคือ ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (M= 3.64 S.D.=0.62) และการตั้งเป้าหมายทางการเรียนมี ค่าเฉลี่ยต่ำสุด (M=3.60 S.D.=0.63) ตามลำดับ

2. การเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียน วัยรุ่นกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังตาราง 2

ตาราง 2 การเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม (n=8)

เป้าหมายทางการศึกษา	ก่อน		หลัง		MD	t	p
	การทดลอง		การทดลอง				
	M	S.D.	M	S.D.			
การตั้งเป้าหมายทางการเรียน	2.69	0.29	4.09	0.33	1.40	8.02**	.00
ความเชื่อในความสามารถของตนเอง	2.52	0.13	3.47	0.56	0.95	4.15**	.00
ความมุ่งมั่น	2.81	0.42	3.78	0.59	0.97	3.21**	.00
<b>เป้าหมายทางการศึกษาโดยรวม</b>	<b>2.82</b>	<b>0.35</b>	<b>3.78</b>	<b>0.41</b>	<b>0.96</b>	<b>4.05**</b>	<b>.00</b>

\*\*p&lt;.01

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองหลังการให้คำปรึกษากลุ่มมีค่าเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษาโดยรวม และทุกด้าน ประกอบด้วย การตั้งเป้าหมายทางการเรียน ความเชื่อในความสามารถของตนเอง และความมุ่งมั่นเพิ่มสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. การเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังตาราง 3

ตาราง 3 การเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (n=16)

เป้าหมายทางการศึกษา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		MD	t	p
	M	S.D.	M	S.D.			
การตั้งเป้าหมายทางการเรียน	4.09	0.33	2.56	0.37	1.53	8.68**	.00
ความเชื่อในความสามารถของตนเอง	3.47	0.56	2.32	0.43	1.15	4.57**	.00
ความมุ่งมั่น	3.78	0.59	2.69	0.48	1.09	4.06**	.00
<b>เป้าหมายทางการศึกษาโดยรวม</b>	<b>3.78</b>	<b>0.41</b>	<b>2.52</b>	<b>0.38</b>	<b>1.26</b>	<b>6.39**</b>	<b>.00</b>

\*\*p&lt;.01

จากตาราง 3 พบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษา โดยรวมและทุกด้าน ประกอบด้วย การตั้งเป้าหมายทางการเรียน ความเชื่อในความสามารถของตนเอง และความมุ่งมั่นสูงกว่านักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### สรุปผลการวิจัย

1. นักเรียนวัยรุ่นมีค่าเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ความมุ่งมั่นมีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ความเชื่อในความสามารถของตนเอง และการตั้งเป้าหมายทางการเรียน

2. นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองหลังการให้คำปรึกษากลุ่มมีค่าเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษาเพิ่ม

สูงขึ้นกว่าก่อนการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม ค่าเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่านักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## อภิปรายผล

1. การศึกษาเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนวัยรุ่นมีค่าเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้เพราะมนุษย์ทุกคนต้องการที่จะประสบความสำเร็จ บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ มีผลการเรียนที่ดี ได้ศึกษาต่อในสายการเรียนที่ตนเองต้องการ ได้ทำงานที่ตนเองชอบหรือสนใจ และมีอนาคตที่ดี จากมุมมองของผู้วิจัยสอดคล้องกับทฤษฎีของเมอร์เรย์ (Siruan Kaekangwan, 2011, 161) ได้อธิบาย ความต้องการ 20 ประการของมนุษย์หนึ่งในนั้นคือ ด้านใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement) การที่มนุษย์อยากทำงานที่ยากท้าทายสมรรถภาพ อยากจัดการกับสิ่งของและผู้คน อยากทำอะไรได้เร็วและดีด้วยตนเอง อยากเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ แข่งกับผลงานเก่า ๆ ของตนเอง และผลงานของตนกับผู้อื่น มีความนับถือตนเองสูง อยากใช้สมรรถนะแห่งตนเพื่อพิสูจน์ตนเองและผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับ สกอล วรเจริญศรี (Skol Voracharoenstri, 2013, 49) ได้ศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ต่อความสำเร็จในการดำเนินชีวิตของนิสิตปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า นักศึกษาวัยรุ่นมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ต่อความสำเร็จในการดำเนินชีวิตด้านแรงจูงใจ ด้านการกระตือรือร้นในการรับรู้ และด้านการรับผิดชอบในตนเองในระดับสูง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับทฤษฎีการตั้งเป้าหมายของ ลีออค และลาแทม (Snyder; & Lopez. 2002: 304; citing Locke; & Latham. 1990) ที่กล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต บุคคลย่อมมีความปรารถนาที่จะตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยบุคคลมีความผูกพันต่อเป้าหมายของตนเอง โดยมีการเห็นคุณค่าในสิ่งที่ตนเองกระทำ โดยมีความมุ่งมั่นตั้งใจในการทำเป้าหมาย โดยการแสดงออกทางพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งบุคคลที่ได้รับข้อมูลย้อนกลับหรือการเสริมแรงเชิงบวกย่อมมีขวัญและกำลังใจในการตั้งใจทำเป้าหมายที่เกิดขึ้นให้สำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดี

2. การเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษาโดยรวมและรายด้าน ประกอบด้วย การตั้งเป้าหมายทางการเรียน ความเชื่อในความสามารถของตนเอง และความมุ่งมั่นสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ว่าหลังการให้คำปรึกษานักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายการศึกษาสูงกว่านักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุม ทั้งนี้เป็นเพราะ เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นวิธีการที่ทำให้นักเรียนวัยรุ่นได้ทบทวนเป้าหมายทางการศึกษาของตนเอง มองเห็นภาพเป้าหมายได้อย่างชัดเจนมากขึ้น โดยใช้เทคนิค WDEP ของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตัวเองในด้านการเรียนและวางแผนด้านการเรียน อีกทั้งใช้เทคนิคที่ตัดแปลงมาจากเส้นทางชีวิต (Time Line Technique) ให้สมาชิกกลุ่มได้เห็นถึงอุปสรรคและจุดเด่นของตนเองในการไปสู่เป้าหมายทางการเรียน ใช้เทคนิคแผนชีวิตให้สมาชิกกำหนดความต้องการหรือเป้าหมายทางการเรียนที่จะไปสู่สายการเรียนที่ต้องการ และใช้เทคนิคซิกแซก (Teaching The Zig-Zag Technique) ช่วยให้สมาชิกได้สำรวจความคิดและความรู้สึกของตนเองที่มีต่ออุปสรรคและความพยายามในการไปสู่สายการเรียนที่ต้องการ เพื่อให้พัฒนาเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มช่วยเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในกลุ่มทดลองได้ ซึ่งสอดคล้องกับ รุ่งอโณทัย บุญประเสริฐ (Rungnotai Boonprasunt, 2016, p.95) ที่ได้ทำการศึกษาการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อความทะเยอทะยานทางบวกของนักเรียนวัยรุ่น ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีความทะเยอทะยานทางบวกประกอบด้วย ด้านมิตรสัมพันธ์ และด้านอำนาจสูงกว่านักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถพิจารณาเป็นรายด้านได้ดังนี้

2.1 การตั้งเป้าหมายทางการเรียน ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนวัยรุ่นกลุ่ม



ทดลองมีค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายทางการเรียนเพิ่มสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ การเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยเทคนิค WDEP ในทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบ เผชิญความจริง (Reality Group Counseling) เพื่อให้ สมาชิกกลุ่มได้วางแผนทางการเรียนได้อย่างเหมาะสม โดยสมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่มีความต้องการมีสมาธิในการ เรียนมากขึ้น จำสูตรคณิตศาสตร์ได้ มีทักษะการฟังพูด อ่านเขียนภาษาอังกฤษได้ดีขึ้น และมีผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียนเพิ่มสูงขึ้น โดยสมาชิกกลุ่มได้ช่วยกันหาแนวทาง ปฏิบัติ โดยการตั้งใจเรียนในชั้นเรียนให้มากขึ้น มีการ แสวงหาความรู้ออนไลน์เพื่อพัฒนาความรู้ทางวิชา คณิตศาสตร์และวิชาภาษาอังกฤษ รวมถึงดูหนังที่เป็น ภาษาอังกฤษ เพื่อฝึกทักษะทางภาษาของตนเอง โดยสมาชิกกลุ่มมีการประเมินพฤติกรรมตนเองด้วยการ อ่านหนังสือบททบทวนบทเรียนให้มากขึ้น พยายามจำสูตร คณิตศาสตร์และคำศัพท์ภาษาอังกฤษให้ได้ และสมาชิก กลุ่มมีการวางแผนโดยการไม่พูดคุยกับเพื่อนในขณะที่ กำลังเรียนอยู่ ทำงานส่งตรงตามเวลาที่กำหนด และขยัน ทบทวนบทเรียน เพื่อให้ตนเองสามารถเข้าสู่สายการเรียน ที่กำหนดไว้ ดังคำกล่าวของพัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (Patcharaporn Srisawat, 2018, p.193-194) ที่กล่าวว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเป็นการ ที่สมาชิกกลุ่มเชื่อว่าพฤติกรรมที่แสดงออกมา ไม่ได้ทำให้ สมาชิกกลุ่มได้ในสิ่งที่ต้องการ แต่สมาชิกกลุ่มสามารถ เลือกที่จะกระทำ เพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตนเองต้องการ โดยใช้เทคนิค WDEP เพื่อสำรวจความต้องการของสมาชิก กลุ่ม (Want) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจเป้าหมาย ทางการเรียนของตนเอง จากนั้นมีการสำรวจทิศทางหรือ แนวทางและการปฏิบัติ (Direction and Doing) โดยให้ สมาชิกกลุ่มแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อนำไปสู่เป้าหมาย ทางการเรียนในปัจจุบัน ต่อมามีการประเมินผล (Evaluation) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มประเมินพฤติกรรมของตนเอง และมีการวางแผน (Planning) เพื่อวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เป้าหมายให้ชัดเจนขึ้น รวมถึงการใช้เทคนิคตัวแบบ

(Modeling Technique) ในทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบการรู้คิด-พฤติกรรม (Cognitive-Behavior Group Counseling) ด้วยการให้สมาชิกอ่านใบงานตัวแบบของ การเลือก ซึ่งสมาชิกกลุ่มมีการแสดงความคิดเห็นว่าบุคคล ที่มีชื่อเสียงทางการเรียน เป็นบุคคลรู้จักตนเอง ย่อมมี เป้าหมายในการเรียนอย่างชัดเจน ทำให้มีการตัดสินใจ เรียนในคณะวิชาที่เหมาะสมกับตนเอง จึงทำให้บุคคล สามารถประสบความสำเร็จทางการเรียนได้ และสามารถ ประกอบอาชีพที่ตนเองถนัดได้อย่างหลากหลาย แต่ใน ขณะเดียวกัน บุคคลที่มีชื่อเสียงทางการเรียนที่เคยหนีออกจากบ้านและทะเลาะวิวาทในโรงเรียน ทำให้โดนไล่ออกจากโรงเรียน ต้องทำงานในสถานทีอโคจร ถูกนายจ้าง ลวนลามและถูกชักชวนให้ใช้สารเสพติด จนติดสารเสพติดในที่สุด ทำให้สมาชิกกลุ่มคิดว่าตนเองอยากมีอนาคต ที่สดใส ต้องมีเป้าหมายทางการเรียนที่ชัดเจน สอดคล้อง กับพัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (Patcharaporn Srisawat, 2018, p.159) ที่กล่าวถึงเทคนิคตัวแบบไว้ว่า เทคนิคตัวแบบโดย ให้บุคคลที่มีชื่อเสียงทั้งในด้านบวกและด้านลบ จะช่วยให้ สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ ตัวแบบที่มีความหลากหลาย ย่อมทำให้ สมาชิกกลุ่มมีการเลียนแบบตัวแบบที่มีชื่อเสียงด้านบวก แต่ในขณะเดียวกันสมาชิกกลุ่มก็จะไม่ปฏิบัติตามตัวแบบ ที่มีชื่อเสียงทางลบ

## 2.2 ความเชื่อในความสามารถของตนเอง

ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียน วัยรุ่นกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการความเชื่อความสามารถ ในตนเองเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้เกิดจากการเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่นมีการใช้เทคนิคได้แย่งความเชื่อที่ไม่ สมเหตุสมผล (Disputing Irrational Belief) ในทฤษฎี การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ พฤติกรรมซึ่งผู้วิจัยให้สมาชิกทำใบงานการไปสู่เป้าหมาย คณะและวิทยาลัยในฝัน จากนั้นผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มเล่า เรื่องราวในใบงาน ส่วนใหญ่สมาชิกกลุ่มพูดว่าตนเองเป็น คนความจำไม่ดี ไม่ชอบอ่านหนังสือ ติดโทรศัพท์ และ ติดละคร จึงเชื่อว่าตนเองไม่มีความสามารถเพียง

พอที่จะสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ ผู้วิจัยจึงทำการโต้แย้งความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล ถ้าสมาชิกกลุ่มความจำไม่ได้เพราะอะไรถึงจำคำศัพท์ภาษาเกาหลีได้ ถ้าสมาชิกกลุ่มไม่ชอบอ่านหนังสือแต่เพราะอะไรถึงอ่านนิยายวัยใสได้ และถ้าสมาชิกกลุ่มติดโทรศัพท์และติดละครอยู่ตลอดเวลาเพราะอะไรตอนเรียนหรือการให้คำปรึกษากลุ่มถึงไม่ใช้โทรศัพท์หรือดูละคร จึงทำให้สมาชิกกลุ่มมีความเชื่อสมเหตุผลมากขึ้นว่าตนเอง จำคำศัพท์ได้ อ่านหนังสือได้ ไม่ติดโทรศัพท์และติดละครตลอดเวลา ซึ่งสมาชิกกลุ่มช่วยกันสรุปได้ว่าตนเองมีความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล ทำให้สมาชิกกลุ่มเชื่อมั่นในความสามารถและจุดเด่นของตนเองเพิ่มมากขึ้น และหลีกเลี่ยงไม่แสดงพฤติกรรมออกมาตามความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล ดังที่ พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (Patcharaporn Srisawat, 2018, p.175) ที่กล่าวว่า การโต้แย้งกับความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล ทำให้สมาชิกกลุ่มได้ตรวจสอบความรู้สึกที่ต่ำต้อยด้อยค่าของตนเอง โดยมุ่งความสนใจไปที่การโต้แย้งต่อความไม่มีเหตุผลให้สมาชิกกลุ่มมีความเชื่อที่สมเหตุผลมากขึ้น นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการเขียนกฎให้ตนเอง (Writing You Own Rules Technique) ในการใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิด-พฤติกรรม (Cognitive Behavioral Group Counseling) เพื่อเป็นแนวทางในการควบคุมตนเองด้านการเรียน โดยสมาชิกกลุ่มเขียนกฎให้ตนเองว่าตั้งใจเรียนในขณะที่ครูสอน โดยไม่พูดคุยกับเพื่อนในขณะที่เรียนอยู่ ไม่แอบเล่นโทรศัพท์ในเวลาเรียน และไม่แอบหลับในเวลาเรียน จะทำการบ้านและทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง ซึ่ง พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (Patcharaporn Srisawat, 2018, p.162) ได้กล่าวถึง การเขียนกฎให้ตนเองเปรียบเสมือนการทำสัญญาเงื่อนไขกับพฤติกรรมที่ได้แสดงออกมา เมื่อสมาชิกกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสมาชิกกลุ่มย่อมได้รับคำชมเชยและกำลังใจจากผู้วิจัย ทำให้สมาชิกกลุ่มมีแนวโน้มจะปฏิบัติตามกฎของตนเองเพิ่มขึ้น

2.3 ความมุ่งมั่น ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการ

ความมุ่งมั่นเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้เกิดจากการเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นมีการใช้เทคนิคแผนชีวิต (Action Planner) โดยให้สมาชิกกลุ่มทำใบงานเรื่องแผนชีวิตในการเรียน ซึ่งสมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นว่าอยากเข้าใจเนื้อหาที่เรียนมากขึ้น อยากส่งงานตรงตามเวลาที่กำหนดไว้ อยากมีเกรดเฉลี่ยมากกว่า 3.50 ขึ้นไป ซึ่ง สกล วรเจริญศรี (Skol Voracharoensri 2017, p.156) กล่าวว่า เทคนิคแผนชีวิตทำให้สมาชิกกลุ่มได้คิดและพิจารณาเกี่ยวกับความต้องการหรือเป้าหมายของตนเองในชีวิต และผู้วิจัยยังใช้เทคนิคการสอนแบบซิกแซก (Teaching The Zig-Zag Technique) โดยผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มสำรวจอุปสรรคของสมาชิกกลุ่ม พบว่า สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่ไม่สามารถจดจำสูตรวิชาคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ได้ จำศัพท์ภาษาอังกฤษไม่ได้ และออกเสียงภาษาอังกฤษผิด ทำให้สมาชิกกลุ่มท้อแท้ในการเรียน จึงทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลง และไม่สามารถเข้าสายการเรียนตามที่ต้องการได้ จากนั้นผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความพยายามเข้าสู่สายการเรียนที่ตนเองต้องการ พบว่าสมาชิกกลุ่มจะตั้งใจท่องจำสูตรคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ให้มากขึ้น เพื่อให้ตนเองจำสูตรคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ให้ได้ และท่องศัพท์ภาษาอังกฤษบ่อย ๆ ฟังเพลงภาษาอังกฤษ และดูละครเป็นภาษาอังกฤษ จะช่วยให้จำคำศัพท์และสามารถออกเสียงภาษาอังกฤษได้ ซึ่งเทคนิคการสอนแบบซิกแซก ทำให้สมาชิกกลุ่มได้ทำการสำรวจตนเองด้านอุปสรรคและความพยายามของตนเองมาเปรียบเทียบกัน เพื่อสร้างความเชื่อมั่นและมุ่งมั่นตั้งใจต่อเป้าหมายทางการศึกษาอย่างเป็นระบบ (Windy Dryden. 1998: 148)

3. การเปรียบเทียบเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ว่านักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีเป้าหมายทางการศึกษาเพิ่มสูงขึ้นทั้งนี้เป็นเพราะ ผู้วิจัยได้ให้การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเทคนิค (Technical Eclecticism)

โดยใช้เทคนิคทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม และทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม โดยผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพที่อบอุ่นและเป็นกันเองต่อสมาชิกกลุ่ม ทำให้สมาชิกกลุ่มมีแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเป้าหมายทางการศึกษากันอย่างสนุกสนาน มีการแบ่งปันและแลกเปลี่ยนเรื่องราวและประสบการณ์ร่วมกัน จากที่นักเรียนวัยรุ่นมีเป้าหมายทางการศึกษาที่ไม่ชัดเจน ไม่เชื่อว่าตนเองมีความสามารถในการเข้าสายการเรียนที่ตนเองต้องการได้ ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงความคิดของตนเอง โดยมีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาที่ชัดเจนขึ้น ซึ่งนักเรียนวัยรุ่นบางคนอยากเรียนสายสามัญ ในขณะที่นักเรียนวัยรุ่นบางคนก็อยากเรียนสายอาชีพ ตามที่ตนเองมีความสนใจและมีความถนัด ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีความมุ่งมั่นตั้งใจพยายามโดยไม่ท้อแท้ต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น ส่งผลให้นักเรียนมีเป้าหมายทางการศึกษาที่ดีขึ้น ดังคำกล่าวของนาครอส และนิวแมน (Narcross; & Newman. 1992: 585-611) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาที่ผสมผสานแนวคิดที่มีความหลากหลาย โดยเลือกใช้เทคนิคที่สามารถเชื่อมโยงเรื่องราวที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มได้ ในขณะที่มารควิส ฮัสตัน และทูซี่ (Marquis; Hudson; & Tursi. 2010: 67-68) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเทคนิค โดยใช้เทคนิคที่หลากหลาย สามารถจัดการความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มที่แตกต่างกันให้มีการปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น ดังคำกล่าวของสกอล วรเจริญศรี (Skol Voracharoensri, 2017, p.16) ที่กล่าวว่า จุดมุ่งหมายในการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นการสร้างบรรยากาศที่เอื้อให้สมาชิกกลุ่มมีความเจริญงอกงาม ทำให้มีความเข้าใจและยอมรับซึ่งกันและกัน มีการเปลี่ยนแปลงมุมมองใหม่และกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาได้อย่างชัดเจนมากขึ้น อีกทั้ง ทรอตเซอร์ (Trotzer, 2006 อ้างอิงจาก Patcharaporn Srisawat, 2018, p.1) ได้อธิบายว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็น

กระบวนการในการช่วยเหลือกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาคล้ายกัน มาร่วมกันหาแนวทางในการแก้ปัญหาในบรรยากาศที่อบอุ่น มีการยอมรับ และเปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนได้ร่วมกันหาวิธีการแก้ไขปัญหาที่ดีที่สุดของตนเอง โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นผู้มีความรู้ความสามารถ และประสบการณ์ในการให้คำปรึกษา เป็นผู้เอื้ออำนวยให้กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มบรรลุเป้าหมายที่กลุ่มกำหนดไว้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของนริศรา คิดเห็น (Narisara Khidhen, 2014, p.88) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น จำนวน 6 คน ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนวัยรุ่นมีการกำกับตนเองโดยรวม และรายด้าน ประกอบด้วย การสังเกตตนเอง การตัดสินใจ และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. สำหรับผู้ที่สนใจจะนำการให้คำปรึกษากลุ่มนี้ไปใช้ควรได้รับการฝึกอบรม ฝึกฝนทักษะการให้คำปรึกษา เนื่องจากในการให้คำปรึกษานี้มีเทคนิคเฉพาะ และต้องอาศัยความชำนาญ ดังนั้นผู้ที่สนใจควรปรึกษากับผู้ที่มีความเชี่ยวชาญโดยตรง
2. ในการใช้การให้คำปรึกษานี้ ผู้ที่นำไปใช้ควรมีการใช้ภาษาหรือการสื่อสารต่าง ๆ ที่ให้นักเรียนวัยรุ่นในเข้าใจง่ายขึ้น เนื่องจากบางใบงานมีการใช้ภาษาที่เป็นทางการ จึงควรมีการปรับเปลี่ยนภาษาให้สอดคล้องกับนักเรียนวัยรุ่น

#### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการใช้วิธีการเก็บข้อมูลคุณภาพแบบการสัมภาษณ์เพิ่มเติม จะทำให้เข้าใจตัวแปรด้านความเชื่อในความสามารถของตนเองได้ลึกซึ้งมากขึ้น เพราะการใช้แบบสอบถามอาจจะได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งตรงตามความคิด ความรู้สึก

2. ควรเพิ่มระยะติดตามผล จนถึง การเลือกแผนการเรียนเพื่อศึกษาความคงทนของการเปลี่ยนแปลงเป้าหมายทางการศึกษา โดยการเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม

3. การให้คำปรึกษากลุ่มโดยปกติจะเป็นการเผชิญหน้ากัน แต่บางครั้งเกิดสถานการณ์ฉุกเฉิน จึงควรมีการศึกษาการเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบออนไลน์อย่างเต็มรูปแบบ

ให้ความอนุเคราะห์ให้ผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ขอขอบคุณนักเรียนโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนสามพรานวิทยา และโรงเรียนกำแพงแสนวิทยาที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี และผู้วิจัยขอขอบคุณนักเรียนโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยาที่ให้ความร่วมมือในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

### กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนสามพรานวิทยา และโรงเรียนกำแพงแสนวิทยาที่

### บรรณานุกรม

- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2552). สร้างแรงบันดาลใจให้ลูกใช้ชีวิตอย่างมีค่า, สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2562. จาก <http://www.anant.com/index.php?lay=show&ac=article&id=41613&Ntype=6>.
- จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์. (2556). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นริศรา คิดเห็น. (2557). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).
- ปราโมทย์ ธรรมรัตน์. (2550, มกราคม - กุมภาพันธ์). ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาประเทศตามนโยบายเศรษฐกิจพอเพียง และคุณธรรม นำความรู้ด้วยศาสตร์แห่งความสำเร็จ และต่อยอดด้วยคลังความรู้โลก. *วารสารประชาคมวิจัย*. 12(71), 40-46.
- พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์. (2561). *การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling)*. กรุงเทพฯ: แดเน็กซ์อินเตอร์คอร์ปอเรชั่น จำกัด.
- พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์ วิไลลักษณ์ ลังกา กัมปนาท บริบูรณ์ และครรชิต แสนอุบล (2561). การพัฒนารูปแบบการป้องกันการข่มเหงรังแกในโรงเรียน. *วารสาร Veridian E-Journal, Silpakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์และศิลปะ*. 11(1), 3653-3667.
- รุ่งอโณทัย บุญประเสริฐ. (2559). *การให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อความทะเยอทะยานทางบวกของนักเรียนวัยรุ่น*. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).
- เรืองราวความผิดพลาดในช่วงวัยรุ่น. (2559). สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2562, จาก <https://www.bateylink.org/%E0%B9%80%E0%B8%A3%E0%B8%B7%E0%B9%88%E0%B8%AD%E0%B8%87%E0%B8%A3%E0%B8%B2%E0%B8%A7%E0%B8%84%E0%B8%A7%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B8%9C%E0%B8%B4%E0%B8%94%E0%B8%9E%E0%B8%A5%E0%B8%B2%E0%B8%94%E0%B9%83%E0%B8%99/>
- วัลภา สบายยิ่ง. (2542). *ปัจจัยด้านการตั้งเป้าหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเอง และบุคลิกภาพที่ส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานของผู้จำหน่ายตรง*. (วท.ด.), กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2554). *ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ: รู้เขารู้เรา*. กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.

สกล วรเจริญศรี. (2556). *การศึกษาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ต่อความสำเร็จในการดำเนินชีวิตของนิสิตปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สกล วรเจริญศรี. (2560). *Creative Techniques and Activities for Adolescent Group Counseling เทคนิคเชิงสร้างสรรค์และกิจกรรมสำหรับการให้คำปรึกษากลุ่มวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ProTexts.com.

สำนักคณะกรรมการการศึกษาธิการขั้นพื้นฐาน. (2562). สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2562. จาก <https://www.obec.go.th/>

Locke, Edwin A., & Latham, Gary P. (1990). *A Theory of Goal Setting & Task Performance*. New Jersey: Prentice Hall.

Marquis, Andre; Hudson, Deburah; & Tursi, Mike. (2010). *Perceptions of Counseling integration: A survey of Counselor Educators*. *Counselor Preparation and Supervision*. 2(1), 67-68.

Narcross; & Newman. (1992). *Integrative Psychotherapy Constructing Your Own Integrative Approach to Therapy*. 585-611.

Snyder, C. R.; & Lopez, Shane J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. Madison: Oxford University Press. 305-306.