

การเสริมสร้างความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นด้วยการ ปรึกษาทฤษฎีเผชิญความจริง

THE ENHANCEMENT OF JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS' CAREER CHOICE ABILITY THROUGH REALITY COUNSELING THEORY

คมชาญ ทรงโฉม^{1*}, เพ็ญนภา กุลภาดล², ณัฐกฤตา งามมีฤทธิ³

Komchan Songchom^{1*}, Pennapha Koolnaphadol², Nattkrita Ngammeerith³

¹นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

²สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

³สาขาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

¹Student (B.Sc.) Counseling Psychology, Faculty of Education, Burapha University, Thailand

²Department of Research and Applied Psychology, Faculty of Education, Burapha University, Thailand

³Department of Research and Applied Psychology, Faculty of Education, Burapha University, Thailand

*Corresponding author, e-mail: komchan.sc@gmail.com

Received: October 29, 2023; Revised: November 01, 2023; Accepted: November 10, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล 2) เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 1) แบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพ จำนวน 28 ข้อ ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.95 2) โปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเลือกอาชีพ ตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีความสนใจที่จะเข้าร่วมโครงการวิจัย และมีคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพจากการทำแบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพต่ำสุด 20 คน ผู้วิจัยใช้ตารางเลขสุ่มผ่านระบบคอมพิวเตอร์ แบ่งตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที และกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง (ใช้ชีวิตตามปกติ) สถิติที่ใช้ในการวิจัย วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า คะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนที่ได้รับ การปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริง ระยะทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียน

ที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ความสามารถในการเลือกอาชีพ, การปรึกษาเผชิญความจริง, นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

ABSTRACT

The purpose of this quasi-experimental research was 1) study the effects of the reality theory counseling on the enhancement of junior high school students' career choice ability. 2) To compare the career choice scores of junior high school students through online counseling with reality theory between the experimental group and the control group. The instruments were 1) Measuring career choice ability, a total of 28 items, the confidence value was 0.95; 2) Online-counseling with Reality theory program for enhancing junior high school students' career choice ability. The sample in this research were Thai students, who have been studying junior high school in district of the secondary education area 18 who are willing to participate in the research project. The sample used in this research was 20 students who have lowest scores of career choice ability form measurement, using a random number table through a computer system, into the experimental group and control group, 10 students per group. The experimental group received 10 sessions of counseling for 60 minutes while the controlled group did not (live a normal life). The data collection was divided into three phrases; the pre-test, post-test, and follow up phases, and analyzed by using repeated measures analysis of variance: one between-subjects variable and one within-subjects variable. The research results showed that the career choice ability of junior high school students through online counseling with reality theory during post-test and follow up phases are higher than the pre-test period at .05 significance level and the experimental group had higher scores on career choice ability than the control group was statistically significant at the .05 level

Keywords: Career Choice Ability; Reality Theory; Junior High School

บทนำ

การดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันบุคคลจำเป็นต้องประกอบอาชีพ เพื่อหารายได้ที่จะนำไปใช้สำหรับการดำรงชีวิตของตนเองรวมถึงการเลี้ยงดูครอบครัว อาชีพจึงเป็นส่วนสำคัญต่อการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขจากความสมดุลของโลกทั้งสามที่เหมาะสมกับแต่ละบุคคล ประกอบไปด้วยโลกของงาน โลกส่วนตัว และโลกของครอบครัว (Hoppock, 1997; อ่างถึงใน ดวงมณี จงรักษ์, 2556) แต่อย่างไรก็ตามไม่ใช่ทุกคนที่จะมีอาชีพที่เหมาะสมกับในส่วนของโลกของงาน เนื่องจากอาชีพแต่ละอาชีพมีลักษณะที่แตกต่างกัน ทั้งในด้านความรู้ ความสามารถ ทักษะที่จำเป็นต่อการประกอบอาชีพแตกต่างกันออกไปตามแต่ละบริบท หากไม่สามารถประกอบอาชีพดังที่หวังหรือเลือกมา จะก่อให้เกิดผลเสียหลายประการ เช่น ประกอบอาชีพไม่สำเร็จต้องประกอบอาชีพอื่น ทำให้เสียเวลาและค่าใช้จ่ายไปโดยเปล่าประโยชน์ หางานทำยาก หางานทำไม่ได้ไม่ยอมทำอาชีพตามที่ได้รับการศึกษา หรืออาชีพที่ประกอบอยู่ไม่เข้าใกล้ความสำเร็จ

เพ็ญญา กุลนาคดล (2563) อธิบายว่า ความสามารถในการเลือกอาชีพทำให้รู้จักตัวตนของตนเอง รู้จักงาน หรืออาชีพที่ต้องการจะเลือก และสามารถวางแผนรวมไปถึงสามารถปฏิบัติตามแผน เพื่อประสบความสำเร็จในอาชีพนั้น ๆ ได้ ซึ่งจะประกอบด้วยกันทั้งหมด 4 ด้าน คือ ความมุ่งมั่นในการเลือกอาชีพ การสนับสนุนของครอบครัว เหตุผลในการเลือก

อาชีพ และความรอบรู้อาชีพ เมื่อบุคคลสามารถรับรู้เข้าใจในตนเองได้ครบทั้ง 4 ด้านแล้ว จะส่งผลให้สามารถเลือกอาชีพได้อย่างเหมาะสมและสามารถประกอบอาชีพให้ประสบความสำเร็จ ไม่เพียงแค่ว่าตนเองต้องการประกอบอาชีพอะไร แต่รับรู้ว่าคุณมีความสามารถเพียงพอต่อการประกอบอาชีพเหล่านั้นได้ ส่งผลให้เกิดประโยชน์กับตนเอง ต่อครอบครัว และต่อสังคม เนื่องจากการมีรายได้มาใช้จ่ายสิ่งต่าง ๆ จะช่วยขับเคลื่อนเศรษฐกิจเป็นการหมุนเวียนการเงินภายในประเทศ การลดภาระของทางรัฐบาลจากการที่อัตราการว่างงานลดน้อยลง จึงทำให้สภาพสังคมดีมีคุณภาพอยู่ที่ดี แต่หากไม่สามารถประกอบอาชีพได้จะทำให้ภาระทางสังคมเพิ่มขึ้น

ปัจจุบันประเทศไทยมีจำนวนผู้ว่างงานที่อยู่ในเกณฑ์สูง สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2566) ได้สรุปผลการสำรวจภาวะการทำงานของประชากร ประจำเดือนกรกฎาคม 2566 พบว่าผู้ว่างงาน 4.68 แสนคน ในจำนวนผู้ว่างงานที่เคยทำงานมาก่อนนั้นมีการลาออกเองสูงถึง 1.94 แสนคน ซึ่งความไม่สอดคล้องของตัวตนของบุคคลกับการประกอบอาชีพนับเป็นส่วนหนึ่งของสาเหตุ การลาออกจากการงาน มีอิทธิพลมาจากปัจจัยต่าง ๆ อันเกี่ยวกับการทำงาน โดยรวมจะเรียกว่า “Dissatisfiers” คือ การไม่พอใจในสภาพที่เป็นอยู่และตัดสินใจหางานใหม่ กล่าวได้ว่า การได้งานที่ไม่สอดคล้องกับความต้องการของบุคคลและความสามารถในการเลือกอาชีพส่งผลต่อการลาออก อีกทั้งการศึกษาของ ภารดี พูลประภาเยี่ยมเจริญ (2562) กล่าวถึงผลกระทบจากการว่างงาน ว่าทำให้รายได้ลดลง ส่งผลให้เกิดความเครียด สับสน อารมณ์ด้านลบต่าง ๆ และอาจนำไปสู่ปัญหาทางสังคมในด้านอื่น ๆ เช่น การใช้ความรุนแรง ยาเสพติด ปัญหาต่าง ๆ ที่จะมีจำนวนมากขึ้นในสังคม ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจ เนื่องจากจำนวนผู้ว่างงานที่มากขึ้น ทำให้สินค้าและบริการลดลงส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจในอนาคต

บุคคลที่มีอายุอยู่ในช่วง 12-15 ปี ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น นั้นเป็นช่วงวัยที่ควรส่งเสริมความรู้สึกรัก ใจดี อารมณ์ การช่วยให้เด็กสามารถพัฒนาการคิดวิเคราะห์ควบคุมอารมณ์ เข้าใจความรู้สึก ซึ่งจะนำไปสู่การสร้างเอกลักษณ์ของตนเอง เพ็ญภา กุลนภาดล (2565) กล่าวว่า เอกลักษณ์ที่สำคัญของบุคคลในช่วงวัยรุ่น คือ การมีเอกลักษณ์ทางอาชีพ (Career Identity) หมายถึง การที่นักเรียนสามารถทำความเข้าใจว่าตนเองมีลักษณะที่เหมาะสมกับอาชีพใด ในด้านบุคลิกภาพ ลักษณะ และความเป็นตัวตนของนักเรียน สอดคล้องกับ กมลชนก วงวาฬ (2562) ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะหลังจากศึกษาการเสริมสร้างการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาด้วยรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ ว่าควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นจะทำให้เกิดประโยชน์ต่อนักเรียน

วิธีการช่วยเหลือนักบุคคลให้มีความสามารถในการเลือกอาชีพ วิธีนี้ได้แก่ปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งเป็นทฤษฎีที่มีแนวคิดสอดคล้องกับความสามารถในการเลือกอาชีพ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2547) อธิบายว่า ธรรมชาติของมนุษย์ในทฤษฎีการปรึกษาเผชิญความจริง บุคคลนั้นมีความต้องการจะสร้างเอกลักษณ์ที่สำเร็จ ซึ่งตรงกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ต้องการเอกลักษณ์ในอาชีพในอนาคต กล่าวได้ว่า สามารถใช้การปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงในการค้นหาเอกลักษณ์ที่สำเร็จได้ และสามารถใช้เพื่อหาเอกลักษณ์ในอาชีพก็สามารถเป็นได้เช่นกัน เพราะเอกลักษณ์ในอาชีพเป็นส่วนหนึ่งของเอกลักษณ์ของบุคคลนั้น ๆ ดังนั้นการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงจะช่วยให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นประสบความสำเร็จในการเลือกอาชีพของตนเองได้ผ่านการปรึกษา กระบวนการขั้นตอนและเทคนิคที่ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถเข้าใจตนเอง จนสามารถดำเนินการเปลี่ยนแปลงหรือเลือกเส้นทางที่ตนเองด้วยตนเองตามความต้องการของตน

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการเสริมสร้างความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นด้วยการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง โดยนำหลักการการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อช่วยให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นได้เสริมสร้างความสามารถในการเลือกอาชีพของตนเอง มีอาชีพที่ตนเองต้องการและเหมาะสม ซึ่งผู้วิจัยเชื่อว่าเป็นวิธีการนี้จะช่วยพัฒนาความสามารถในการเลือกอาชีพของเด็กนักเรียน พัฒนาความคิด

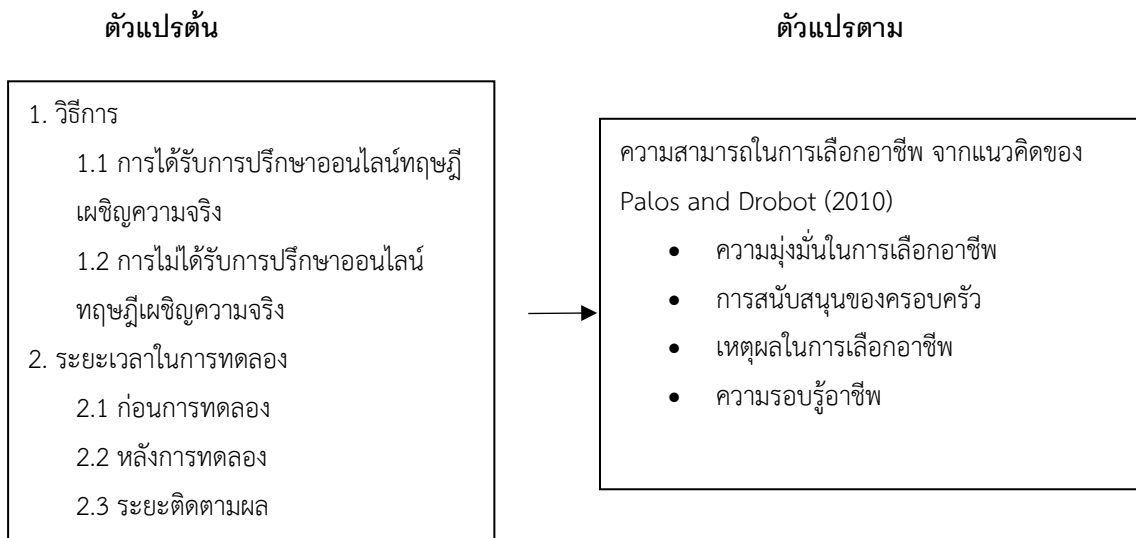
ความเชื่อ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่นำไปสู่อาชีพ และยังเชื่อว่างานวิจัยชิ้นนี้จะเป็นประโยชน์กับเด็กนักเรียน วิทยุรุ่น ครูแนะแนว และประชาชนทั่ว ๆ ไป ให้สามารถนำองค์ความรู้ไปสร้างเสริมความสามารถในการเลือกอาชีพแก่บุตรหลานได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ ทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล
2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ ทฤษฎีเผชิญความจริงกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเกี่ยวกับเอกสาร แนวคิด ที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเลือกอาชีพตามแนวคิดของ Palos and Drobot (2010) ซึ่งประกอบด้วย 1. ความมุ่งมั่นในการเลือกอาชีพ 2. การสนับสนุนของครอบครัว 3. เหตุผลในการเลือกอาชีพ และ 4. ความรอบรู้อาชีพ โดยแบ่งเป็นข้อคำถาม จำนวน 28 ข้อคำถาม และมาตรวัดเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง มีความสามารถในการเลือกอาชีพในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง มีความสามารถในการเลือกอาชีพในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร (Population) คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตโรงเรียนพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษาเขต 18 จำนวน 49,905 คน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18, 2563)

ตัวอย่าง (Sample) คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตโรงเรียนพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 18 ที่มีคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพต่ำสุด 20 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ความสามารถในการเลือกอาชีพ ประกอบด้วย

วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi experimental research) แบ่งตัวอย่างที่ได้จากกลุ่มประชากรที่มีลักษณะตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ การศึกษาและวิจัยครั้งนี้มีขั้นตอนการได้มาดังนี้

1. ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตในการดำเนินการเก็บข้อมูลต่อผู้อำนวยการประจำโรงเรียน และผู้ที่มีอำนาจเกี่ยวข้องในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการทำวิจัย
2. ผู้วิจัยคัดเลือกตัวอย่างและดำเนินการพิทักษ์สิทธิของตัวอย่าง โดยมีการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ของการปรึกษาวิธีการ ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโครงการวิจัยอย่างละเอียดให้กับตัวอย่าง และตัวอย่างมีสิทธิในการยกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการยกเลิกนี้จะไม่ส่งผลกระทบต่อ ตัวอย่าง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย ทำแบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพ โดยคำนวณมาจากสูตรของ Yamane (1973) ได้จำนวน 397 คน ในงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูล จำนวน 400 คน
4. ผู้วิจัยทำการคัดเลือกนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยคัดเลือกนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีความสมัครใจในการเข้าร่วม และมีคะแนนแบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพที่มีค่าคะแนนต่ำสุด จำนวน 20 คน จากหลักการของ Schumacker & Lomax (2010) ที่ว่าควรมีขนาดตัวอย่าง 10-20 เท่าของจำนวนตัวแปรสังเกตที่สังเกตได้ ผู้วิจัยจึงแบ่งตัวอย่างเป็นนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง 10 คน และนักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงจำนวน 10 คน โดยกลุ่มควบคุมจะได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง หลังจากที่ถูกทดลองทั้งหมดได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงเสร็จสิ้น

	B ₁	B ₂	B ₃
A ₁	G ₁	G ₁	G ₁
A ₂	G ₂	G ₂	G ₂

A ₁	แทน	กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง
A ₂	แทน	กลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง
B ₁	แทน	ระยะก่อนทดลอง
B ₂	แทน	ระยะหลังทดลอง
B ₃	แทน	ระยะติดตามผล

G₁ แทน คะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง

G₂ แทน คะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของกลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง

ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง

1. ระยะก่อนทดลอง

1.1 ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าและรวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นด้วยการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง

1.2 ผู้วิจัยคัดเลือกตัวอย่างจากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีค่าคะแนนความสามารถเลือกอาชีพมาเรียงคะแนนจากน้อยไปหามาก และสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการปรึกษาออนไลน์แบบรายบุคคล จำนวน 20 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงจำนวน 10 คน และกลุ่มที่ไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงจำนวน 10 คน และคะแนนครั้งนี้เป็นคะแนนในระลอกก่อนการทดลอง (Pre – test)

2. ระยะทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการใช้กระบวนการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงที่สร้างและผ่านการปรับปรุงแก้ไขกับกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง จำนวน 10 คน จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที โดยเป็นการปรึกษาออนไลน์รายบุคคล และในการทดลองสำหรับกลุ่มที่ไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงจะไม่มีการทำอะไรทั้งสิ้น ซึ่งผู้วิจัยจะมีการเก็บข้อมูลจากประสบการณ์ของกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง โดยเก็บระหว่างการทดลองและหลังการทดลอง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นความจริงในทุกมิติที่กลุ่มทดลองได้แสดงออก ทั้งในด้านความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ข้อมูลที่เก็บนี้จะนำไปใช้ในการอภิปรายผล

3. ระยะหลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มที่ไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงทำแบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพฉบับเดิม เพื่อเป็นการวัดหลังการทดลอง (Post – test) จากนั้นนำผลการวัดมาวิเคราะห์เปรียบเทียบกับการทำแบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพก่อนการทดลองด้วยวิธีการทางสถิติ

4. ระยะติดตามผล

ภายหลังจากเสร็จสิ้นการปรึกษา เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ ผู้วิจัยดำเนินการประเมินผลการทดลองด้วยการให้นักเรียนทำแบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพทั้ง 2 กลุ่ม และสัมภาษณ์เชิงลึกกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อดูการเปลี่ยนแปลงความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพที่สร้างขึ้นและพัฒนาโดย เพ็ญภา กุลนภาดล (2563) ผู้วิจัยนำแบบวัดความสามารถในการเลือกอาชีพที่ผ่านการตรวจสอบจากเจ้าของ เพ็ญภา กุลนภาดล ไปทดลองกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับตัวอย่าง จำนวน 30 คน ข้อคำถามมีทั้งหมด 42 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น (Reliability) .91 จากนั้นทำการตัดข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกไม่ถึง 0.40 ตามเกณฑ์อ้างอิงของ Hinkle, et al. (1998; อ้างถึงใน สมโภชน์ อเนกสุข, 2553) เพื่อให้แบบวัดมีความน่าเชื่อถือ ได้ข้อคำถาม จำนวน 28 ข้อ และมีค่าความเชื่อมั่น (Reliability) .95

2. โปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเลือกอาชีพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นและพัฒนาตามแนวคิดทฤษฎีเผชิญความจริง ที่ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบคุณภาพของเนื้อหา วัตถุประสงค์ ความเหมาะสมของกระบวนการและข้อบกพร่องต่าง ๆ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. เเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated-measures analysis of variance: One between-subjects variance and one within-subjects variance) ของ Howell เมื่อพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธีของนิวแมน-คูลส์ (Newman-keuls procedure)

สรุปผลการวิจัย

ตารางที่ 2 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มทดลอง

Source of Variation	df	SS	MS	F	p
Between Subject	9	1367.47			
interval	2	5666.07	2833.03	31.13*	.00
error	18	1637.93	90.10		
total	29	8671.47			

* p<.05

จากตารางที่ 2 พบว่าคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนข้างต้น แสดงว่าต้องมีระยะเวลาการทดลองอย่างน้อย 1 คู่ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้วิจัยจึงทำการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพเป็นรายคู่โดยวิธีของนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls procedure) โดยเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของกลุ่มทดลองเป็นรายคู่ระหว่างระยะหลังการทดลองกับระยะก่อนการทดลอง ระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลกับระยะหลังการทดลอง แสดงผลดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยวิธีการทดสอบ แบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls procedure)

\bar{X}	ระยะก่อนการทดลอง	ระยะหลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
	89.100	118.000	118.500
89.100	-	28.90*	29.40*
118.000	-	-	0.50
118.500	-	-	-
r		2	3
$q_{95}^{(r,18)}$		2.97	3.61
$q_{95}^{(r,18)} \sqrt{\frac{90.996}{18}}$		6.68	8.18

จากตารางที่ 3 พบว่าคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาตามโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระยะดับ .05 จำนวน 2 คู่ คือ 1. คะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระยะดับ .05 และ 2. คะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพ ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระยะดับ .05 ส่วนคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่มีความแตกต่างกัน

แสดงว่าคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพของกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะ ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระยะดับ .05 และไม่พบความแตกต่างในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

จากผลวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยสามารถสรุปผลการวิจัยไว้ ดังนี้

1. ความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระยะดับ .05
2. ความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียนไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระยะดับ .05

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ได้ดังนี้

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

อภิปรายผลได้ว่า โปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นได้เป็นอย่างดี ส่งผลให้นักเรียนมีคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพที่มากกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง โดยจะเน้นไปที่ความสามารถในการเลือกอาชีพ

ทั้ง 4 ด้านในด้านความมุ่งมั่น ความรอบรู้ การสนับสนุนของครอบครัว และเหตุผลในการเลือกอาชีพ เนื่องจากเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกอาชีพของนักเรียนตรงกับงานวิจัยของ เพ็ญญา กุลนาคด (2563) ที่มีองค์ประกอบความสามารถในการเลือกอาชีพทั้ง 4 ด้าน คือ ความมุ่งมั่น ความรอบรู้ การสนับสนุนของครอบครัว และเหตุผลในการเลือกอาชีพเหมือนกัน ผลการศึกษาความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนไทย จากข้อมูลจากกลุ่มนักเรียนและกลุ่มผู้ปกครองมีความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนไทยแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน อีกทั้งยังตรงกับผลวิจัยของ Palos and Drobot (2010) ที่ได้ศึกษาวิจัยองค์ประกอบในการเลือกประกอบอาชีพในวัยรุ่น และพบว่าองค์ประกอบหลัก คือ ตัวบุคคล ในด้านความรู้ ความเชื่อส่วนบุคคล และสิ่งแวดล้อม ความพร้อมและการสนับสนุนของผู้ปกครอง และยังตรงกับการวิจัยของ Kirdök O. (2018) ที่ศึกษาความยากลำบากในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมตอนปลาย พบว่าความยากลำบากในการเลือกอาชีพจะน้อยเมื่อนักเรียนสามารถควบคุมอำนาจภายในได้ดีกว่า หมายถึง เชื่อในความสามารถของตนเอง ไม่เชื่ออำนาจภายนอก เช่น โชคชะตากำหนด

วัตถุประสงค์ที่ 2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริงกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ไม่ได้รับการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

อภิปรายผลได้ว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ทฤษฎีเผชิญความจริง หลังได้รับโปรแกรมการปรึกษานอกจากจะมีคะแนนความสามารถในการเลือกอาชีพสูงขึ้นกว่าในระยะก่อนทดลองแล้ว ยังมีความมั่นใจในการเลือกอาชีพและกำลังใจเพิ่มมากขึ้นอีกด้วย เห็นได้จากนักเรียนทุกคนบอกความรู้สึกหลังการให้การปรึกษาว่าตนเองได้รู้จักตนเองผ่านการทำกิจกรรมในครั้งต่าง ๆ มากขึ้น มีความรอบรู้ถึงอาชีพที่ตนเองเลือกว่าเป็นอย่างไร เป็นอาชีพแบบไหน รับรู้ถึงด้านที่ไม่เคยรู้ในอาชีพเหล่านั้น รู้ถึงสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เลือกอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ และวิธีการที่จะช่วยให้ไปสู่อาชีพเหล่านั้นได้โดยง่าย นักเรียนกลุ่มทดลองพร้อมที่จะปรับความคิด พัฒนาตนเองให้เหมาะสมและพร้อมสำหรับการเลือกอาชีพในอนาคตที่อาจเปลี่ยนแปลงไปจากปัจจุบันที่เป็นอยู่ เห็นได้จากการที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริงที่ผู้วิจัยให้นักเรียนทำในแต่ละครั้ง เช่น เมื่อนักเรียนไม่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวนักเรียนจะทำอย่างไร นักเรียนกลุ่มทดลองจะขอพูดคุยใช้ความจริงใจ ใช้หลักเหตุ และผลเพื่อนำมาพิจารณาว่าสิ่งที่นักเรียนได้เลือก หากไม่สำเร็จนักเรียนบางคนจะขอลองทำไปถึงที่สุดก่อนถ้าอาชีพที่เลือกไว้ก่อนหน้าไม่สำเร็จก็จะเลือกอาชีพที่อยู่ในดวงใจและสามารถเป็นไปได้จริงในอันดับถัดไป ซึ่งนักเรียนมองเห็นหลักความเป็นจริง และผลที่จะตามมาจากสิ่งที่ตนเลือก ซึ่งชี้ให้เห็นว่าการปรึกษาทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถช่วยให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นฝ่าฟันอุปสรรคในด้านความรู้ ความมุ่งมั่น การสนับสนุนของครอบครัว และมีเหตุผลในการเลือกอาชีพได้ สอดคล้องกับอัจฉรา อินโต (2560) ที่ศึกษาการพัฒนาการรับรู้ความสามารถในการเลือกอาชีพด้วยการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค พบว่าการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีผลทำให้การรับรู้ความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาสูงขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. หากต้องการนำโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์ด้วยทฤษฎีเผชิญความจริง ผู้ที่จะนำไปใช้ควรมีความรู้ในการให้การปรึกษา เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับโปรแกรมการปรึกษาออนไลน์

2. โปรแกรมนี้เหมาะสำหรับตัวอย่างที่เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น หากมีการนำไปใช้กับตัวอย่างอื่น ควรพิจารณารายละเอียดของเนื้อหาโปรแกรมเพิ่มเติม เพื่อให้เหมาะสมกับตัวอย่างที่นำไปใช้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการพิจารณาการให้การปรึกษาออนไลน์แบบกลุ่ม เนื่องจากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมักให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน หากได้ทำการปรึกษาออนไลน์แบบกลุ่ม อาจทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ
2. ควรให้การปรึกษากับผู้ปกครองเพื่อช่วยเหลือและสนับสนุนในการเลือกอาชีพกับบุตรหลานในปกครอง เนื่องจากผู้ปกครองสามารถสนับสนุนในด้านข้อมูล การให้กำลังใจ และสังคมในปัจจุบันผู้ปกครองยังคงมีผลต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

บรรณานุกรม

- กมลชนก วงวาฬ. (2562). *การเสริมสร้างการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาด้วยรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ*. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยบูรพา,
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2547). *ทฤษฎีการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ: บริษัทพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2556). *ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: สยามคอมสงเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- เพ็ญญา กุลนภาดล. (2563). *การเสริมสร้างความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนไทยด้วยรูปแบบการเรียนรู้ผ่านแอปพลิเคชัน*. มหาวิทยาลัยบูรพา,
- เพ็ญญา กุลนภาดล. (2565). *การให้การปรึกษาวัยรุ่น Adolescent Counseling*. รูปแบบการเรียนรู้ผ่านแอปพลิเคชัน. มหาวิทยาลัยบูรพา,
- ภาวดี พูลประภาเยี่ยมเจริญ. (2562). สัมมาทิฐิ: พื้นฐานการพัฒนาตนให้สามารถพึ่งตนเองได้. *วารสารธรรมวิชัย*. 2(2). 391-406
- สมโภชน์ อเนกสุข. (2553). *วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย*. Statistical methods for research: ภาคทฤษฎีวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา 169 ถนนลงหาดบางแสน ตำบลแสนสุข อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี.
- สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18. (2563). *สรุปข้อมูลทางการศึกษา*.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2566). *สรุปผลการดำเนินงานของประชากร เดือนกรกฎาคม*. In.
- อัจฉรา อินโต. (2560). *การพัฒนาการรับรู้ความสามารถในการเลือกอาชีพของนักเรียนด้วยการปรึกษาคู่คิดเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค*. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยบูรพา,
- Kirdök, O. (2018). High School Students' Career Decision-making Difficulties According to Locus of Control. *Universal Journal of Educational Research*, 6(2), 242-248.
- Palos, R., & Drobot, L. (2010). The impact of family influence on the career choice of adolescents. *Procedia social and behavioral sciences*, 2(2), 3407-3411.
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2010). *Structural equation modeling*. New York: Routledge.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: an introductory analysis*. New York : Harper&Row.