

อิทธิพลของอัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี

INFLUENCE OF SELF-CONCEPT, SELF-REGULATION, AND SOCIAL SUPPORT ON CAREER MATURITY OF ACADEMIC DISTINCTION AWARD STUDENTS

มุกิตา เสตะจิต* งามลัมัย ผิวเหลือง
Muthita Setajit*, Ngamlamai Piolueang

สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
Community Psychology, Faculty of Social Sciences, Kasetsart University.

*Corresponding author, E-mail: Muthita_fah@yahoo.com

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาอัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี และ 2) ศึกษาอิทธิพลร่วมของปัจจัยส่วนบุคคล อัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ นิสิตเรียนดี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จำนวน 594 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการศึกษาพบว่า 1) นิสิตเรียนดีมีอัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และวุฒิภาวะทางอาชีพอยู่ในระดับสูง 2) การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า เพศ ชั้นปี สถานภาพการครองคู่ของบิดามารดา อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง การกำกับตนเองด้านพฤติกรรม การกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อม การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการ ร่วมกันมีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 และสามารถร่วมกันอธิบายได้ ร้อยละ 45.9 ($R^2 = .459$) และตัวแปรที่สามารถพยากรณ์วุฒิภาวะทางอาชีพได้ดีที่สุด คือ ชั้นปี โดยนิสิตศึกษาชั้นปีที่สูงขึ้น จะมีวุฒิภาวะทางอาชีพสูงขึ้นด้วย

คำสำคัญ: อัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง การสนับสนุนทางสังคม วุฒิภาวะทางอาชีพ

Abstract

The objectives of this study were the following: 1) to study self-concept, self-regulation, social support, and career maturity of academic distinction award students, and 2) to study the influence of self-concept, self-regulation, and social support on career maturity of academic distinction award students. Data were collected from 594 academic distinction award students at Kasetsart University by using questionnaires, and were analyzed by using statistical methods; percentage, mean, standard deviation, and stepwise multiple regression analysis.

The results were as follows: firstly, self-concept, self-regulation, social support, and career maturity among those academic distinction award students were at the high level. Secondly, results from stepwise multiple regression analysis indicated that; independent variables, including sex, year of study, marital status of parent, self-concept in self-ability dimension, self-regulation in behavioral dimension, self-regulation in environmental dimension, social support in appraisal dimension, social support in information dimension, and social support in instrumental dimension had influenced on career maturity with the statistical significance level at .001, and could predict it at 45.9 percents ($R^2 = .459$). Especially, year of study was the best predictor among those factors analyzed; that is the higher year of study, the higher career maturity.

Keywords: Self-Concept, Self-Regulation, Social Support, Career Maturity

บทนำ

จากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเศรษฐกิจและความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ทำให้ทรัพยากรมนุษย์เป็นปัจจัยหนึ่งที่ต้องคัดหรือหน่วยงานต่างๆ ให้ความสำคัญในการหาคนเก่ง ดี และมีความสามารถเข้ามาทำงาน จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ [1] พบว่า ในปี 2556 มีผู้ว่างงานระดับอุดมศึกษา 1.16 แสนคน จากจำนวนผู้ว่างงาน 3.47 แสนคน และปัญหาส่วนใหญ่ที่บังเกิดขึ้นจากการทำงาน คือ การได้รับมอบหมายงาน ไม่ตรงกับหน้าที่ปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมองค์กรไม่ได้ และการทำงานไม่ตรงกับสายที่เรียน

บุคคลในระดับอุดมศึกษาถือว่าอยู่ในช่วงระหว่างระยะการสำรวจถึงระยะเริ่มต้นประกอบอาชีพ ซึ่งบุคคลที่อยู่ในระยะนี้ควรมีความพร้อมที่จะเข้าสู่อาชีพ ค้นพบตนเอง ค้นพบอาชีพที่มีความเหมาะสมกับความสามารถและความถนัดของตนเอง เพิ่มพูนความรู้และทักษะที่จำเป็นต่อการทำงาน ตัดสินใจเลือกอาชีพ และปรับตัวให้เข้ากับอาชีพที่ตนเองเลือกได้ ลักษณะดังกล่าวเรียกว่า ภาวะทางอาชีพ โดยบุคคลจะผสมผสานอัตมโนทัศน์หรือความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเอง ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อม

รอบตัวไปกับกระบวนการเรียนการสอนทั้งทางด้านความรู้ทางวิชาการ ด้านสังคม และคุณธรรมจริยธรรม จนเกิดภาวะทางอาชีพ ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีความพร้อมเข้าสู่โลกของการทำงานได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้บุคคลจำเป็นต้องมีการสำรวจตนเอง หาแรงจูงใจ และมีการวางแผนเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้และทักษะต่างๆ โดยผ่านกระบวนการคิดด้วยตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ถือเป็นการกำกับตนเอง [2] โดยบุคคลที่มีการกำกับตนเองจะมีความพร้อมและความกระตือรือร้นที่จะดำเนินการตามเป้าหมายให้ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง นอกจากนี้การได้รับการสนับสนุนทางสังคมเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อภาวะทางอาชีพ เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมจะช่วยให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่า มีกำลังใจในการทำสิ่งต่างๆ และยังช่วยให้บุคคลได้รับข้อมูลที่ทันสมัยและเป็นประโยชน์ต่อตนเองและอาชีพ ส่งผลให้สามารถนำความรู้ความสามารถที่ตนเองมีมาต่อยอดและพัฒนาให้พร้อมต่อการประกอบอาชีพต่อไปได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

การมีภาวะทางอาชีพจึงจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับบุคคลที่จะเข้าสู่องค์กร เพราะโดยทั่วไปองค์กรมักจะต้องการคนเก่ง และมีฝีมือเข้ามาร่วมงาน หากนิสิตเรียนดีมีภาวะทางอาชีพ

ที่เหมาะสมจะส่งผลให้เป็นทรัพยากรมนุษย์ที่เป็นที่ต้องการขององค์กรและตลาดแรงงาน เพราะการมีวุฒิภาวะทางอาชีพจะช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง เข้าใจโลกของอาชีพ และสามารถตัดสินใจเลือกอาชีพได้เหมาะสมกับตนเอง การพัฒนาวุฒิภาวะทางอาชีพจึงถือเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะช่วยให้บุคคลสามารถสร้างตัวเลือก สร้างความพร้อม และสามารถตัดสินใจเลือกอาชีพได้ นอกจากนี้การมีวุฒิภาวะทางอาชีพยังถือเป็นคุณสมบัติที่สำคัญต่อการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น และเป็นรากฐานสำคัญของความสุขและความสำเร็จ [3]

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาอัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี เนื่องจากผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นสิ่งที่ใช้กำหนดโอกาสในการศึกษาต่อและการเข้าทำงานได้ส่วนหนึ่ง เพื่อนำเสนอต่อหน่วยงานของมหาวิทยาลัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนานิสิต และอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ รวมถึงการพัฒนาการเรียนการสอน ซึ่งจะช่วยให้นิสิตสามารถค้นพบตนเอง และวางแผนอาชีพของตนเอง ให้นิสิตมีความพร้อมที่จะก้าวเข้าสู่อาชีพ และเป็นที่ต้องการของตลาดแรงงาน อันเป็นชื่อเสียงของมหาวิทยาลัย และเป็นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ไปสู่การพัฒนาประเทศต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลร่วมของปัจจัยส่วนบุคคล อัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี

สมมติฐานงานวิจัย

ปัจจัยส่วนบุคคล อัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม ร่วมกันมีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี

ขอบเขตการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ คือ นิสิตเรียนดี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน หมายถึง นิสิตที่มีระดับคะแนนเฉลี่ย 3.50 ขึ้นไป และสอบผ่านทุกรายวิชา ณ ปีการศึกษา 2555 จำนวน 1,783 คน

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์

อัตมโนทัศน์ เป็นการรับรู้ของบุคคลที่มีต่อตนเอง ซึ่งอาจนำไปสู่พฤติกรรมของบุคคล โดยบุคคลที่มีการรับรู้ตนเองอย่างเหมาะสมจะส่งผลให้เกิดการคิดและแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม Byrne [4] กล่าวว่า อัตมโนทัศน์มีอิทธิพลต่อการศึกษา และการศึกษามีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างอัตมโนทัศน์กับความสำเร็จ การที่บุคคลมีอัตมโนทัศน์ในทางบวก แสดงว่าบุคคลเข้าใจและรับรู้ตนเองได้อย่างดี มีผลให้บุคคลสามารถพัฒนาตนเองไปในทางที่ต้องการ ประสบความสำเร็จ และสามารถเลือกอาชีพได้ตรงความต้องการของตน ซึ่งเป็นหนึ่งในองค์ประกอบของวุฒิภาวะทางอาชีพ ตามแนวคิดของ Super [5] ดังนั้น ถ้าบุคคลมีอัตมโนทัศน์ในเชิงบวกก็อาจส่งผลให้บุคคลมีวุฒิภาวะทางอาชีพได้ ผู้วิจัยจึงเห็นว่า นิสิตเรียนดีที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยถือเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่เป็นที่ต้องการของตลาดแรงงานในปัจจุบัน ดังนั้นการที่นิสิตเรียนดีมีความเข้าใจและรับรู้ตนเองได้อย่างเหมาะสมนั้น จะส่งผลให้มีการเลือกอาชีพได้อย่างเหมาะสมกับความรู้ความสามารถ และตรงตามความต้องการของตนเอง ผู้วิจัยจึงใช้แนวคิดของ Strang [6] ซึ่งแบ่งอัตมโนทัศน์

ออกเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่ อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับอารมณ์ อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้ทางสังคม และอัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับตนในอุดมคติ

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเอง

การกำกับตนเอง เป็นการมีส่วนร่วมของบุคคลในการควบคุม และปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้ได้รับความรู้ ทักษะ ตลอดจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ การกำกับตนเองจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในการเรียน การทำงาน และการใช้ชีวิต โดยผู้วิจัยใช้แนวคิดของ Zimmerman [7] ซึ่งแบ่งการกำกับตนเองออกเป็น 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การกำกับตนเองภายใน การกำกับตนเองด้านพฤติกรรม และการกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อม เนื่องจากการเรียน และการทำงานให้ประสบความสำเร็จได้นั้น บุคคลจำเป็นต้องมีการกำกับตนเองเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ ความสามารถ และทักษะต่างๆ เพื่อนำมาใช้พัฒนาตนเองให้พร้อมต่อการประกอบอาชีพ ดังนั้น ถ้านิสิตเรียนดีมีการกำกับตนเอง จะทำให้นิสิตสามารถเลือกและวางแผนเข้าสู่อาชีพต่อไปในอนาคตได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม

การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับการปฏิบัติจากสมาชิกภายในครอบครัว และภายนอกครอบครัว ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกอบอุ่นมั่นคง มีคุณค่า เกิดกำลังใจในการเรียน และการดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยผู้วิจัยใช้แนวคิดของ House [8] ซึ่งแบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ การสนับสนุนทางสังคม

ด้านการประเมิน การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการ เนื่องจากนิสิตเรียนดีที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอาจต้องพบกับปัญหาหรืออุปสรรคในการเรียนและการเตรียมตัวออกไปประกอบอาชีพ ถ้าหากนิสิตเรียนดีได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากภายในและภายนอกครอบครัวอย่างเหมาะสม จะทำให้นิสิตเกิดกำลังใจในการเรียน สามารถเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น และประสบความสำเร็จในการเรียน และการทำงานได้อย่างดี

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวุฒิภาวะทางอาชีพ

วุฒิภาวะทางอาชีพ เป็นความพร้อมของบุคคลในการเลือกอาชีพ ซึ่งอาชีพที่เลือกต้องใช้ข้อมูลของตนเองในการตัดสินใจ มีความสอดคล้องกับความสามารถของตน มีความเป็นไปได้ และมีความคงที่ในช่วงเวลาหนึ่ง โดยผู้วิจัยใช้แนวคิดของ Super [5] ซึ่งแบ่งวุฒิภาวะทางอาชีพออกเป็น 5 องค์ประกอบ ได้แก่ วุฒิภาวะทางอาชีพด้านการมีส่วนร่วมเกี่ยวข้องกับการเลือกอาชีพ วุฒิภาวะทางอาชีพด้านกรมีข้อมูลและการวางแผนเกี่ยวกับอาชีพ วุฒิภาวะทางอาชีพด้านกรมีความคงที่ในอาชีพที่ตนพอใจ วุฒิภาวะทางอาชีพด้านการมองเห็นภาพรวมของตนเองอย่างชัดเจน และวุฒิภาวะทางอาชีพด้านการเลือกอาชีพที่ตนพึงพอใจอย่างมีหลักการ เนื่องจากนิสิตเรียนดีอยู่ในช่วงของการสำรวจตนเอง และยังเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของการเลือกอาชีพ หากนิสิตมีวุฒิภาวะทางอาชีพ จะเป็นบุคคลที่มีความเข้าใจในกระบวนการเลือกอาชีพ มีความสามารถในการค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพ รับทราบข้อมูลตามความเป็นจริง รู้จักตนเองและโลกของงานตามความเป็นจริง และมีอิสระในการเลือกอาชีพ [9] ส่งผลให้นิสิตสามารถเลือกประกอบอาชีพได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมกับตนเองมากที่สุด

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยเห็นว่า อัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม เป็นตัวแปรที่ทำให้ นิสิตเรียนดี มีความเข้าใจในตนเอง และอาชีพ สามารถประมวลบุคลิกลักษณะของตนเองและอาชีพได้อย่างเหมาะสม มีความกระตือรือร้นและพยายามเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ และทักษะต่าง ๆ ตลอดจนการได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและอาชีพ ส่งผลให้นิสิตเรียนดีสามารถหาข้อมูล วางแผน และตัดสินใจเลือกอาชีพได้ตรงตามความสนใจและความสามารถของตนเอง และมีความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อม เป็นบุคคลที่มีวุฒิภาวะทางอาชีพ และเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่เป็นที่ต้องการของตลาดแรงงานต่อไปในอนาคต

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นิสิตเรียนดี ปีการศึกษา 2555 จำนวน 1,783 คน จากนั้นคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้โปรแกรม Power Analysis and Sample Size (PASS) และใช้เทคนิคการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ (Proportional Stratified Random Sampling) ตามคณะที่ศึกษาได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 642 คน จากนั้นใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลาก เพื่อให้ได้รายชื่อ นิสิตเรียนดีที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในแต่ละคณะ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลโดยติดต่อผ่านหน่วยทะเบียนและประมวลผลของแต่ละคณะ เพื่อขอให้ช่วยประสานในการเก็บข้อมูล และแบ่งการเก็บข้อมูลเป็น 2 ช่องทาง คือ 1) นำแบบสอบถามไปฝากหน่วยทะเบียนและประมวลผล และ 2) ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามด้วยตนเอง พร้อมทั้งเก็บรวบรวมและตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม ใช้ระยะเวลา

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นเวลา 3 เดือน คือ เดือนมกราคม ถึง มีนาคม พ.ศ. 2557 ผู้วิจัยเก็บข้อมูลได้ 594 คน คิดเป็นร้อยละ 92.52

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือวิจัย คือ แบบสอบถาม สร้างขึ้นจากการศึกษาทบทวนแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีข้อคำถามแบบเติมข้อความลงในช่องว่าง แบบตรวจรายการ และมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ และผ่านการทดสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และความเชื่อมั่น (Reliability) โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 5 ตอน ได้แก่ 1) แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล 2) แบบสอบถามเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .810 3) แบบสอบถามเกี่ยวกับการกำกับตนเอง มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .885 4) แบบสอบถามเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .899 และ 5) แบบสอบถามเกี่ยวกับวุฒิภาวะทางอาชีพ มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .956

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของ นิสิตเรียนดีที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตเรียนดี ปีการศึกษา 2555 จำนวน 594 คน พบว่า นิสิตเรียนดีที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 67.8) ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 4 (ร้อยละ 45.6) มีรายรับต่อเดือน 4,001-6,000 บาท (ร้อยละ 31.8) รายรับที่ได้ส่วนใหญ่มาจากผู้ปกครอง (ร้อยละ 78.4) พักอาศัยอยู่บ้านบิดามารดาหรือญาติ (ร้อยละ 46.1) ส่วนใหญ่บิดา

มารดาอาศัยอยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 83.3) การศึกษาของบิดาอยู่ในระดับตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป (ร้อยละ 52) การศึกษาของมารดาอยู่ในระดับตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป (ร้อยละ 48) บิดาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย (ร้อยละ 43.6) มารดาประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย

(ร้อยละ 40.9) ส่วนใหญ่มีรายได้รวมครอบครัว 10,001-40,000 บาท (ร้อยละ 32.7) บทบาทการเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่ไม่เป็นสมาชิกองค์กรการบริหารนิสิต (ร้อยละ 74.6) และมีเป้าหมายหลังจบการศึกษา คือ ศึกษาต่อและทำงาน (ร้อยละ 42.9)

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับตัวแปรของนิสิตเรียนดีที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

(n = 594)

ตัวแปร	ส่วนเบี่ยงเบน		
	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	มาตรฐาน (S.D.)	ระดับ*
อัตมโนทัศน์	3.73	.30	สูง
- ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง	3.98	.43	สูง
- ด้านการรับรู้เกี่ยวกับอารมณ์	2.84	.60	ปานกลาง
- ด้านการรับรู้ทางสังคม	4.02	.44	สูง
- ด้านการรับรู้เกี่ยวกับตนในอุดมคติ	4.10	.54	สูง
การกำกับตนเอง	3.46	.55	สูง
- การกำกับตนเองภายใน	3.27	.70	ปานกลาง
- การกำกับตนเองด้านพฤติกรรม	3.52	.62	สูง
- การกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อม	3.60	.66	สูง
การสนับสนุนทางสังคม	3.91	.41	สูง
- การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์	3.98	.57	สูง
- การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน	3.97	.53	สูง
- การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร	3.92	.52	สูง
- การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการ	3.79	.55	สูง
วุฒิภาวะทางอาชีพ	3.88	.50	สูง
- ด้านการมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเลือกอาชีพ	3.57	.69	สูง
- ด้านการมีข้อมูลและการวางแผนเกี่ยวกับอาชีพ	3.79	.66	สูง
- ด้านการมีความคงที่ในอาชีพที่ตนพอใจ	3.98	.56	สูง
- ด้านการมองเห็นภาพรวมของตนเองอย่างชัดเจน	4.17	.51	สูง
- ด้านการเลือกอาชีพที่ตนพึงพอใจอย่างมีหลักการ	3.91	.59	สูง

*เกณฑ์การให้คะแนน 1.00 - 1.80 ระดับต่ำมาก 1.81 - 2.60 ระดับต่ำ 2.61 - 3.40 ระดับปานกลาง 3.41 - 4.20 ระดับสูง 4.21 - 5.00 ระดับสูงมาก

จากการวิเคราะห์ข้อมูลของตัวแปรของนิสิตเรียนดีที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ในตารางที่ 1 พบว่า นิสิตเรียนดีที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีอัตมโนทัศน์อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.73$) การกำกับตนเองอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.46$) การสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.91$) และวุฒิภาวะทางอาชีพอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.88$)

การทดสอบสมมติฐาน

จากการทดสอบความสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระที่จะนำไปวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

พบว่า ตัวแปรอิสระมีความสัมพันธ์กันทั้งเชิงบวกและเชิงลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 แต่ตัวแปรอิสระทั้งหมดมีความสัมพันธ์กันเอง (Multicollinearity) ไม่เกิน .80 [10] ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้นำตัวแปรอิสระทั้งหมด ได้แก่ ปัจจัย ส่วนบุคคล อัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม มาใช้ในการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัยต่อไป

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของตัวแปรพยากรณ์ที่มีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี*

ตัวแปร	b	SEb	Beta	t	p-value
1. การกำกับตนเองด้านพฤติกรรม (SRbeh)	.170	.034	.217	5.029	.000
2. การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน (SSapp)	.105	.044	.116	2.401	.017
3. ชั้นปี (Y)	.156	.021	.251	7.249	.000
4. อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง (SCcan)	.204	.049	.171	4.199	.000
5. การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการ (SSinstru)	.128	.034	.140	3.766	.000
6. เพศ (S) (ชาย = 1, หญิง = 0)	.147	.037	.138	3.952	.000
7. การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร (SSinfo)	.113	.043	.119	2.658	.008
8. สถานภาพการครองคู่ของบิดามารดา (StaPa) (อยู่ด้วยกัน = 1, แยกกันอยู่/หม้าย/หย่าร้าง = 0)	-.125	.048	-.088	-2.577	.010
9. การกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อม (SRenvi)	.063	.030	.085	2.103	.036
ค่าคงที่	.440	.204		2.151	.032
R = .677 R² = .459 R²_{adj} = .448 F = 44.332 Sig = .000					

* กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 2 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เพื่อพยากรณ์ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี โดยใช้ตัวแปรอิสระหรือตัวแปรพยากรณ์ คือ ปัจจัยส่วนบุคคล อัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง

และการสนับสนุนทางสังคม พบว่า การกำกับตนเองด้านพฤติกรรม ชั้นปี อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการ และเพศ มีอิทธิพลทางบวกต่อวุฒิภาวะทาง

อาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร มีอิทธิพลทางบวกต่ออูฐภาวะทางอาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน และการกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลทางบวกต่ออูฐภาวะทางอาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสถานภาพการครองคู่ของบิดามารดา มีอิทธิพลทางลบต่ออูฐภาวะทางอาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

$$CMsum = .440 + .170(SRbeh) + .105(SSapp) + .156(Y) + .204(SCcan) + .128(SSinstru) + .147(S) + .113(SSinfo) - .125(StaPa) + .063(SRenvi)$$

จากตารางที่ 2 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์คะแนนมาตรฐาน (Beta) สามารถพยากรณ์อูฐภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี พบว่า ตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในการพยากรณ์อูฐภาวะทางอาชีพได้ดีที่สุด คือ ชั้นปี (Beta = .251) รองลงมา คือ การกำกับตนเองด้านพฤติกรรม (Beta = .217) อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง (Beta = .171) การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการ (Beta = .140) เพศ (Beta = .138) การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร (Beta = .119) การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน (Beta = .116) สถานภาพการครองคู่ของบิดามารดา (Beta = -.088) และการกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อม (Beta = .085) ตามลำดับ

สรุปและอภิปรายผล

ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลทั่วไป อัตมโนทัศน์ การกำกับตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และอูฐภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี และได้นำเสนอผลการวิจัยโดยใช้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) สรุปได้ดังนี้

ผลการวิจัยพบว่า นิสิตเรียนดีมีอัตมโนทัศน์อยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เนื่องจากเนื่องมาจากนิสิตเรียนดี

โดยตัวแปรทั้ง 9 ตัว ร่วมกันพยากรณ์อูฐภาวะทางอาชีพได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายได้ร้อยละ 45.9 ($R^2 = .459$)

เมื่อนำตัวแปรที่สามารถร่วมกันพยากรณ์อูฐภาวะทางอาชีพโดยรวมของนิสิตเรียนดีมาเขียนสมการ จะได้สมการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของอูฐภาวะทางอาชีพ ซึ่งเป็นสมการพยากรณ์ ดังนี้

มีการรับรู้เกี่ยวกับตนเองว่าตนมีความต้องการอย่างไร รู้ว่าตนเองมีความสามารถมากน้อยแค่ไหน และรู้ว่าต้องปฏิบัติตนในสังคมอย่างไรส่งผลให้นิสิตมีการรับรู้และการแสดงออกถึงความสามารถของตนเองได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้ นิสิตอาจได้รับการพัฒนาอัตมโนทัศน์ที่ดีมาตั้งแต่วัยเด็ก เนื่องจากสังคมสมัยใหม่ ผู้ปกครองมักจะให้เด็กได้ลองเรียนรู้และทำกิจกรรมหลายๆอย่าง เพื่อให้เด็กได้ค้นพบตนเองว่าตนเองชอบหรือถนัดสิ่งใด นอกจากนี้ ครูอาจารย์และมหาวิทยาลัยยังมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนิสิต เนื่องจากมหาวิทยาลัยเป็นสถานที่ที่นิสิตจะได้ฝึกการเรียนรู้ด้านการเรียนและการใช้ชีวิตอยู่ในสังคม ซึ่งสอดคล้องกับลัดดาวัลย์ พุทธรักษา [11] กล่าวว่า อัตมโนทัศน์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และสถาบันที่มีส่วนในการพัฒนาอัตมโนทัศน์และส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จทางการเรียน คือ ครอบครัว และสถาบันการศึกษา การกำกับตนเองอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เนื่องจากเนื่องมาจากการได้รับรางวัลเรียนดี นิสิตจะต้องมีคุณลักษณะตามเกณฑ์ของมหาวิทยาลัย นั่นคือนิสิตต้องมีระดับคะแนนเฉลี่ยเฉพาะปีการศึกษา

ตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป และสอบได้ทุกรายวิชา ดังนั้นนิสิตเรียนดีจึงต้องมีวิถีปฏิบัติตนเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้และความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ นิสิตจะต้องมีความขยัน อดทน และเอาใจใส่ต่อการเรียนเพิ่มขึ้น และมากกว่าบุคคลอื่น นิสิตเรียนดีจึงต้องใช้ทักษะการกำกับตนเอง เพื่อแสดงถึงความตั้งใจ เอาใจใส่ อดทน และมีวินัยในการบังคับตนเองทั้งร่างกายและอารมณ์ในการกระทำหรือแสดงพฤติกรรม เพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ และทักษะต่าง ๆ ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับอัจฉรา สุขสำราญ [12] กล่าวว่า นักศึกษาที่มีการกำกับตนเองในการเรียนที่ดี จะเป็นผู้ที่มีความมั่นใจ อดทน กระตือรือร้น และมีความพากเพียรพยายามในการเรียนรู้สูง ส่งผลให้ประสบความสำเร็จในเป้าหมายที่เรียนรู้นั้นสูง และสอดคล้องกับงานวิจัยของปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ [13] ผลการวิจัยพบว่า ผู้เรียนที่มีการใช้กลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนรู้ ส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าผู้เรียนที่ไม่ได้ใช้กลวิธีการกำกับตนเอง

การสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากนิสิตเรียนดีได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เพื่อน และทางมหาวิทยาลัยอย่างเต็มที่ นิสิตได้รับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนและการใช้ชีวิต ได้รับการประเมินย้อนกลับ ทั้งในเรื่องการเรียนและการทำงานอย่างสม่ำเสมอจากครอบครัวและอาจารย์ นิสิตจึงสามารถนำข้อดีและข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นมาปรับปรุงและพัฒนาการเรียนการทำงานของตนเองให้ดีขึ้น นอกจากนี้ นิสิตกับครอบครัวและเพื่อนยังมีความสนิทสนม ความเอาใจใส่ห่วงใยซึ่งกันและกัน ซึ่งถือเป็นกำลังใจและแรงผลักดันให้กระทำสิ่งต่างๆ ได้เป็นอย่างดี ส่วนทางมหาวิทยาลัยก็มีการจัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกและบริการต่างๆ ไว้ให้กับนิสิตอย่างเพียงพอ การสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นสิ่งที่มาเติมเต็ม ทำให้รู้สึกอุ่นใจ ช่วยส่งเสริมให้การเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และยังคงช่วย

ให้นิสิตสามารถปรับตัวในเรื่องของการเรียนและการใช้ชีวิตได้เป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับนุชจิรา สุมณฑา [14] กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคมจะทำให้บุคคลเกิดความมั่นคง รู้สึกมั่นใจในตนเอง ถ้าที่จะเผชิญความเครียด และปรับตัวได้ดี การช่วยจัดหาข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำ ตลอดจนแนวทางเลือกที่เหมาะสมจะทำให้บุคคลรู้สึกปลอดภัยในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

วุฒิภาวะทางอาชีพอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจาก นิสิตเรียนดีมีการสำรวจและค้นพบแล้วว่าอาชีพใดที่มีความเหมาะสมกับความรู้ความสามารถและความถนัดของตนเอง ทำให้นิสิตมีเป้าหมายทางอาชีพที่ค่อนข้างชัดเจน และสามารถใช้ความรู้ความสามารถของตนเอง ประกอบกับข้อมูลทางอาชีพมาใช่วางแผน เพื่อเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง และสภาพแวดล้อม มีความคงที่ในการตัดสินใจเลือกอาชีพ และการฝึกฝนเพิ่มทักษะทางอาชีพให้กับตนเอง เพื่อเตรียมความพร้อมเข้าสู่อาชีพที่ตนเองเลือกไว้ในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดพัฒนาการด้านอาชีพของ Super [5] โดยนิสิตในระดับมหาวิทยาลัยอยู่ในพัฒนาการขั้นการสำรวจระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของการเลือกอาชีพ (ช่วงอายุ 18-21 ปี) ระยะเวลาเป็นระยะที่บุคคลพิจารณาเลือกอาชีพจากสภาพความเป็นจริงมากขึ้น โดยจะพิจารณาจากลักษณะของตนเอง ลักษณะของงานอาชีพ และโอกาสที่จะได้งานทำ นอกจากนี้ ยังเป็นระยะที่บุคคลเตรียมตัวเข้าสู่โลกของงาน โดยพยายามหาประสบการณ์จากการฝึกงาน หรือพยายามศึกษาวิชาพื้นฐานในการประกอบอาชีพนั้นๆ เพื่อเตรียมตัวให้พร้อมในการทำงาน และสอดคล้องกับวิชชุดา นาคเถื่อน [15] กล่าวว่า การเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับความรู้ความสามารถ ความถนัด ความสนใจ และบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล มีความสำคัญต่อการทำงานในอนาคต

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพมีจำนวน 9 ตัวแปร ได้แก่ เพศ ชั้นปี สถานภาพการครองคู่ของบิดามารดา อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง การกำกับตนเองด้านพฤติกรรม การกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อม การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการแสดงให้เห็นว่า

(1) เพศ มีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพ โดยนิสิตเรียนดีเพศชายมีวุฒิภาวะทางอาชีพมากกว่านิสิตเรียนดีเพศหญิง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก นิสิตเพศชายมีลักษณะเด่นของความเป็นชาย โดย Barzins, Willing and Watter วิเคราะห์ได้องค์ประกอบของลักษณะความเป็นชาย คือ ความเป็นผู้นำ บุคลิกภาพเข้มแข็ง ความเป็นอิสระพึ่งตนเอง พึ่งพอใจในตนเอง มั่นใจในตนเอง มีแบบอย่างเฉพาะตัว มีอำนาจการตัดสินใจด้วยปัญญา และมีเลือดนักสู้ [16] ลักษณะเหล่านี้ อาจส่งผลให้นิสิตเพศชายมีความสามารถในการประมวลบุคลิกลักษณะและความสามารถของตนเอง มีอิสระในการเลือกอาชีพด้วยตนเอง มีความมั่นใจว่าความรู้ความสามารถของตนเองนั้นเพียงพอ และพร้อมที่จะประกอบอาชีพที่ตนเองเลือกไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ จีรวรรณ เจียมรัตน์ และงามลย์ ผิวเหลือง [17] ได้ศึกษาวุฒิภาวะทางอาชีพเกษตรกรของนิสิตชั้นปีที่ 4 ของคณะในกลุ่มเกษตรศาสตร์ พบว่า นิสิตเพศชายมีวุฒิภาวะทางอาชีพเกษตรกรมากกว่า นิสิตเพศหญิง

(2) ชั้นปี มีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิตเรียนดีมีชั้นปีสูงขึ้น จะส่งผลให้วุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตสูงขึ้นด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการเรียนในชั้นปีที่สูงขึ้น ส่งผลให้นิสิต ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ เพิ่มมากขึ้น ทั้งความรู้จากในและนอกห้องเรียน

โดยนิสิตจะได้เรียนวิชาภาคมากขึ้น ทำให้นิสิตได้เรียนรู้และทำความเข้าใจกับวิชาที่เรียน เพื่อนำความรู้ที่ได้มาวางแผนประกอบกรตัดสินใจในอาชีพ และเพื่อฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ความสามารถเพียงพอที่จะไปประกอบอาชีพในอนาคต สอดคล้องกับงานวิจัยของกิ่งแก้ว พูลคลองตัน [18] ได้ศึกษาเปรียบเทียบวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน พบว่า นักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่างกัน จะมีวุฒิภาวะทางอาชีพแตกต่างกัน โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 มีวุฒิภาวะทางอาชีพสูงกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 เนื่องจากการศึกษาเป็นตัวการหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีวุฒิภาวะทางอาชีพสูงขึ้น

(3) สถานภาพการครองคู่ของบิดามารดา มีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี โดยนิสิตเรียนดีที่บิดามารดาแยกกันอยู่/หย่าร้าง/หย่าร้าง จะมีวุฒิภาวะทางอาชีพสูงกว่านิสิตเรียนดีที่บิดามารดาอาศัยอยู่ด้วยกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก สถานภาพที่ไม่ได้อยู่ด้วยกันของบิดามารดาส่งผลให้บิดาหรือมารดาที่อยู่กับนิสิตจำเป็นต้องดำรงครอบครัวให้อยู่ในสังคมต่อไปได้โดยส่งผลกระทบต่อ นิสิตให้น้อยที่สุด บิดาหรือมารดาที่ยังอยู่กับนิสิตจึงต้องทำหน้าที่เป็นทั้งพ่อและแม่ และให้การสนับสนุนในสิ่งที่ลูกชอบอย่างเต็มที่ สอดคล้องกับศรีนันท์ กิตติสุขสถิต [19] กล่าวว่า การเจริญเติบโตภายใต้บรรยากาศครอบครัวที่เข้มแข็ง ทั้งการส่งเสริมและสนับสนุนสวัสดิการทางด้านการศึกษาและสังคมที่พร้อมและพอเพียง ทำให้เด็กที่มีการเจริญเติบโตภายใต้ครอบครัวแม่หรือพ่อคนเดียวได้รับผลกระทบน้อยมาก อีกทั้งการที่นิสิตต้องอาศัยอยู่กับบิดาหรือมารดาเพียงลำพัง อาจทำให้นิสิตต้องขยัน และมีความรับผิดชอบต่อตนเองเพิ่มขึ้น นิสิตจึงต้องพยายามที่จะค้นคว้าหาข้อมูลทางอาชีพด้วยตนเอง ส่งผลให้นิสิตสามารถวางแผนและเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับตนเองได้

(4) อัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถตนเอง มีอิทธิพลทางบวกต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิตเรียนดีมีอัตมโนทัศน์ด้านการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถตนเองสูง จะส่งผลให้วุฒิภาวะทางอาชีพสูงขึ้นด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนิสิตเรียนดีมีการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง รู้ว่าตนเองมีความสามารถในด้านใด นิสิตจึงสามารถเลือกอาชีพได้ตามความสนใจและความถนัดของตนเอง ส่งผลให้นิสิตเกิดความสนใจและความพยายามที่จะศึกษาหาข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพ เพื่อเพิ่มพูนความรู้และทักษะความสามารถของตนเองให้พร้อมที่จะเข้าสู่อาชีพที่เลือกไว้ สอดคล้องกับตามพงษ์ วงษ์จันทร์ [20] กล่าวว่า การรับรู้ความสามารถของตน ช่วยบุคคลให้ตัดสินใจแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนสูงมักจะเป็นคนที่มีความตั้งใจ ความสนใจในการเรียนหรือการทำงานสูง มีความกระตือรือร้น มุ่งมั่นที่จะเรียนหรือทำงานให้สำเร็จบรรลุตามเป้าหมาย โดยมีความพยายามและไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก

(5) การกำกับตนเองด้านพฤติกรรมมีอิทธิพลทางบวกต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิตเรียนดีมีการกำกับตนเองด้านพฤติกรรมสูง จะส่งผลให้วุฒิภาวะทางอาชีพสูงขึ้นด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนิสิตเรียนดีมีการกำกับตนเองด้านพฤติกรรม นั่นคือมีกลวิธีที่จะช่วยให้ได้มาซึ่งความรู้และทักษะต่างๆ เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับ Schunk & Zimmerman [21] กล่าวว่า บุคคลที่มีการกำกับตนเอง จะมีเป้าหมายที่เจาะจง และสามารถเชื่อมกับเป้าหมายระยะยาวอย่างเป็นลำดับขั้น เป้าหมายที่เป็นลำดับขั้นจะทำให้ผู้เรียนมีทักษะในการประเมินมาตรฐานของตนเอง จนกระทั่งเป้าหมายบรรลุผล ดังนั้นนิสิตเรียนดีจึงมีความกระตือรือร้นและความพยายามที่จะแสวงหาข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพจากแหล่งข้อมูลต่างๆ รวมถึงการเข้าค่ายหรือ

เข้ารับการฝึกอบรมที่เกี่ยวข้องกับอาชีพที่สนใจ เพื่อค้นหาอาชีพที่มีความเหมาะสมกับความสามารถและความรู้ความสามารถของตนเอง และมีการวางแผนฝึกฝนเพิ่มทักษะให้พร้อมสำหรับการประกอบอาชีพตามที่ตนเองเลือกไว้ สอดคล้องกับสุภาพรณ โครตจรัส [22] กล่าวว่า ผู้เรียนที่มีทักษะการกำกับตนเองสูง จะเป็นคนที่มีความมั่นใจกระตือรือร้นและความเพียรพยายามในการเรียนรู้สูง ส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและประสบความสำเร็จ

(6) การกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลทางบวกต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิตเรียนดีมีการกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อมสูง จะส่งผลให้วุฒิภาวะทางอาชีพสูงขึ้นด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการปฏิบัติตนให้มีความพร้อมที่จะเข้าสู่การประกอบอาชีพ นิสิตจำเป็นต้องมีการกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อม นั่นคือ นิสิตจะต้องมีการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมต่อการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง ซึ่งอาจหมายถึงการอ่านหนังสือในที่ที่มีแสงสว่างเพียงพอ การไม่เล่นโทรศัพท์ขณะอ่านหนังสือ หรือการนั่งทำงานในที่ที่ไม่มีเสียงรบกวน รวมถึงการค้นหาข้อมูลทางอาชีพจากบุคคลที่มีความรู้และประสบการณ์เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ถือเป็นการจัดการสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการเรียนรู้ เพราะสภาพแวดล้อมที่ดีจะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับวิชิต เทพประสิทธิ์ [23] กล่าวว่า สภาพแวดล้อมการเรียนรู้เป็นตัวกระตุ้นผู้เรียน ให้มีความสนใจและเกิดแรงจูงใจในการเรียน ซึ่งนำไปสู่การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ดังนั้นนิสิตที่มีการกำกับตนเองด้านสิ่งแวดล้อมจะสามารถจัดการกับสิ่งแวดล้อมให้ส่งเสริมต่อการได้รับข้อมูลข่าวสารเพื่อนำมาวางแผนเลือกอาชีพ ตลอดจนฝึกฝนทักษะความสามารถให้พร้อมสำหรับการเข้าสู่อาชีพที่เลือกไว้ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

(7) การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน มีอิทธิพลทางบวกต่อภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิตเรียนดีได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินสูง จะส่งผลให้ภาวะทางอาชีพสูงขึ้นด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก นิสิตเรียนดีได้รับข้อมูลย้อนกลับ เพื่อนำไปใช้ในการประเมินตนเองอย่างสม่ำเสมอ ไม่ว่าจะเป็นการเรียน การทำงาน การนำเสนอผลงาน หรือการสอบ นิสิตจะได้รับการประเมินจากอาจารย์ผู้สอนและเพื่อน ทำให้ นิสิตทราบว่าสิ่งที่ได้กระทำไปนั้นมีข้อดีหรือข้อผิดพลาดอย่างไร เพื่อนำข้อมูลที่ได้กลับไปแก้ไขและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น การสนับสนุนด้านการประเมินโดยการให้ข้อมูลย้อนกลับ จึงส่งผลให้นิสิตรู้จักตนเองมากขึ้น ทำให้ทราบว่าจะทำงานหรืออาชีพแบบใดที่นิสิตมีความถนัด หรืองานที่เราถนัด เราสามารถทำมันได้ดีมากน้อยเพียงใด เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องในสิ่งที่ปฏิบัติ รวมถึงการปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมให้ถูกต้องเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับจังกวรรณ มุสิกทอง [24] กล่าวว่า การให้ข้อมูลย้อนกลับเป็นสิ่งสำคัญและเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ของนักศึกษาได้เป็นอย่างดี โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับควรชื่นชมการกระทำที่ดี และชี้ให้ผู้เรียนเห็นในการกระทำที่ไม่เหมาะสม พร้อมแนะแนวทางการแก้ไข เพื่อให้มีพัฒนาการที่ดีขึ้น และครูผู้สอนควรให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างสม่ำเสมอ

(8) การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร มีอิทธิพลทางบวกต่อภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิตเรียนดีได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารสูง จะส่งผลให้ภาวะทางอาชีพสูงขึ้นด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก นิสิตเรียนดีได้รับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการประกอบอาชีพอย่างสม่ำเสมอและเพียงพอ ทั้งจากบุคคลและสื่อต่างๆ ทำให้นิสิตสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนและตัดสินใจ เพื่อเตรียมความพร้อม

สำหรับการเลือกและการประกอบอาชีพต่อไปในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับเกษม รุจิเรจ [25] กล่าวว่า การนำข้อมูลหลายๆ ด้านที่เกี่ยวกับอาชีพที่จะเลือกมาพิจารณาอย่างละเอียดรอบคอบ จะส่งผลให้สามารถตัดสินใจเลือกอาชีพได้เหมาะสมกับความสามารถของตนเองมากที่สุด

(9) การสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการ มีอิทธิพลทางบวกต่อภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิตเรียนดีได้รับการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการสูง จะส่งผลให้ภาวะทางอาชีพสูงขึ้นด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนิสิตเรียนดีมีความพร้อมทางด้านการเงิน ส่งผลให้นิสิตสามารถใช้จ่ายเงินในการหาซื้อหนังสือ เรียนพิเศษ เข้าค่าย หรือเข้ารับการอบรมต่างๆ เพื่อค้นหาและเพิ่มพูนความรู้ตลอดจนทักษะต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพที่ตนเองถนัดและสนใจเพิ่มเติมได้ นอกจากนี้ยังได้รับการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยและคณะในส่วนของห้องเรียน ห้องสมุด และศูนย์การเรียนรู้ที่เฉพาะเจาะจงกับการเรียนของนิสิตแต่ละคณะ นิสิตจึงได้ทดลองใช้และทดสอบความรู้ความสามารถที่เรียนมา เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับออกไปประกอบอาชีพ อีกทั้งยังมีวิชาชีพงาน ซึ่งเป็นวิชาที่ให้เวลานิสิตออกไปเรียนรู้การทำงาน ในสถานที่จริง นิสิตจะได้ทราบว่าตนเอง มีความถนัดและมีความรู้ความสามารถที่เหมาะสมกับอาชีพหรือไม่ เพื่อให้ นิสิตได้นำความรู้และประสบการณ์ที่ได้กลับมาทบทวน ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาตนเองให้พร้อมที่จะออกไปสู่โลกของการทำงานที่แท้จริง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

(1) จากผลการวิจัยสามารถนำไปพัฒนานิสิตเรียนดีพิเศษให้มีภาวะทางอาชีพเพิ่มขึ้นได้ โดยทางคณะหรือมหาวิทยาลัยควรมีการแนะแนวให้นิสิตได้สำรวจตนเองจากการทำงานต่างๆ เช่น งานอดิเรก หรือการทำงานพิเศษ เพื่อหา

ความชอบและความเหมาะสมกับงานนั้นๆ นอกจากนี้ควรมีการสนับสนุนและจัดกิจกรรมที่เน้นให้นิสิตเรียนดีพิเศษหญิงได้มีส่วนร่วม เช่น การจัดการแข่งขันทางวิชาการแขนงต่างๆ หรือจัดการแข่งขันกีฬา เป็นต้น เพื่อให้นิสิตได้ทดลองเข้าร่วมกิจกรรมที่หลากหลาย และนำประสบการณ์ที่ได้มาเป็นแนวทางในการค้นหาและตัดสินใจเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับตนเอง

(2) จากผลการวิจัย พบว่า ตัวแปรที่พยากรณ์วุฒิภาวะทางอาชีพได้ดีที่สุดคือ ชั้นปี ดังนั้น มหาวิทยาลัยสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการจัดหลักสูตรการเรียนการสอน เพื่อเพิ่มวุฒิภาวะทางอาชีพแก่นิสิต อาจมีการสอดแทรกและเชื่อมโยงเนื้อหาเกี่ยวกับอาชีพเข้าสู่บทเรียน การให้นิสิตได้ฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง หรือการได้ฝึกทำงานในสถานที่จริง เพื่อให้นิสิตได้ค้นหาและรู้จักตนเองว่าตนเองมีความถนัดและความสามารถในด้านใด เพื่อนำไปประกอบการวางแผนและตัดสินใจให้สามารถเลือกอาชีพได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม อีกทั้งยังนำข้อมูลและความรู้ที่ได้ไปฝึกฝนเพื่อเพิ่มพูนทักษะความสามารถให้พร้อมกับการออกไปประกอบอาชีพในอนาคต

(3) จากผลการวิจัยที่พบว่า การกำกับตนเอง มีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ดังนั้น ควรส่งเสริมและสนับสนุนให้นิสิตเรียนดี มีการตั้งเป้าหมายที่มีความเฉพาะเจาะจง เพราะการตั้งเป้าหมายจะทำให้ นิสิตมีการควบคุมและกำกับพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามที่ตนตั้งไว้ นอกจากนี้บุคคลรอบข้าง ควรให้แรงเสริมกับนิสิตเมื่อมีการกระทำได้ตามเป้าหมาย เช่น การให้คำชม หรือของรางวัลต่างๆ ซึ่งจะทำให้ นิสิตมีความพยายามที่จะควบคุมและกำกับพฤติกรรมของตนเองต่อไป ส่งผลให้นิสิตประสบความสำเร็จในการเลือกและการวางแผนอาชีพ

(4) จากผลการวิจัยที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพของนิสิตเรียนดี ดังนั้นทุกๆ ภาคส่วน ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว อาจารย์ เพื่อน หรือมหาวิทยาลัย ควรให้การสนับสนุนอย่างเพียงพอและสม่ำเสมอ ซึ่งอาจทำได้โดย ทางคณะหรือมหาวิทยาลัย อาจมีการจัดแหล่งเรียนรู้ไว้สำหรับการทำงานหรือการทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมให้นิสิตได้เรียนรู้และเข้าถึงข้อมูลที่เป็นประโยชน์ นอกจากนี้ ครอบครัว อาจารย์ และเพื่อนๆ ควรให้ข้อมูล คำปรึกษา ตลอดจนกำลังใจ เพื่อให้นิสิตเรียนดีมีความพร้อมและความมั่นใจในการเรียน และการวางแผนอาชีพต่อไป

ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

(1) ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆ ที่อาจจะมีผลต่อวุฒิภาวะทางอาชีพเพิ่มเติม เช่น บุคลิกภาพ การอบรมเลี้ยงดู ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นต้น เพื่อจะสามารถนำไปพัฒนาวุฒิภาวะทางอาชีพได้เหมาะสมยิ่งขึ้น

(2) ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ ให้ได้รายละเอียดลึกลงไป อาจเน้นการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล และตัวแปรต่างๆ เพิ่มเติม เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความละเอียดและแม่นยำ สามารถนำไปเป็นแนวทางในการวิเคราะห์ และพัฒนาวุฒิภาวะทางอาชีพได้ดียิ่งขึ้น

(3) ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มประชากรในแต่ละระดับการศึกษา เช่น ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลาย ปวช. ปวส. ระดับปริญญาตรี เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่จะนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาวุฒิภาวะทางอาชีพ และพัฒนาการศึกษาให้มีความเหมาะสมต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- [1] สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2555). *สรุปผลการสำรวจภาวะการทำงานของประชากร (เดือนเมษายน พ.ศ. 2556)*. สืบค้นเมื่อ 11 กรกฎาคม 2556, จาก <http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/files/lfs56/reportApril.pdf>
- [2] เนาวรัตน์ เลิศมณีพงศ์. (2555). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการกำกับตนเองในการทำปริญญานิพนธ์ของนิสิตบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- [3] ไพบุลย์ บุญล้อม; และ วรากร ทรัพย์วิระปรกรณ์. (2555, พฤษภาคม-ตุลาคม). การพัฒนาวุฒิภาวะทางอาชีพด้วยการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทางอาชีพแบบกลุ่ม สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา. *วารสารการศึกษาและพัฒนาสังคม*. 8(1): 47-60.
- [4] Byrne, B.M. (1984). The General/Academic Self-Concept Nomological Network: A Review of Construct Validation Research. *Review of Educational Research*. 54: 427-429.
- [5] Super, D.E.; Crites, J.O.; and Hummel, R.C. (1957). *Vocational Development: A Framework for Research*. New York: Bureau of Publications.
- [6] Strang, R. (1957). *The Adolescent Views Himself*. New York: McGraw-Hill.
- [7] Zimmerman, B.J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*. 81(3): 329-339.
- [8] House, J.S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Massachusetts: Addison-Wesley.
- [9] Barlett, W.E. (1971). Vocational Maturity: Its Past Present and Future Development. *Journal of Vocational Behavior*. 1: 217-229.
- [10] ประยูรศรี บุตรแสนคม. (2555, กรกฎาคม-ธันวาคม). การคัดเลือกตัวแปรพยากรณ์เข้าในสมการถดถอยพหุคูณ. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 17(1): 43-60.
- [11] ลัดดาวัลย์ พุทธรักษา. (2543). *ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์หลายมิติกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร. วิชานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- [12] อัจฉรา สุขสำราญ. (2546). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการกำกับตนเองในการเรียนของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1. วิชานิพนธ์ วท.ม. (พยาบาลสาธารณสุข)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- [13] ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ. (2554, กันยายน-ธันวาคม). ผลของโปรแกรมการฝึกกำกับตนเองและการจัดลำดับความสำคัญของเป้าหมายที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การกำกับตนเองในการเรียนรู้และแรงจูงใจในการเรียนของนิสิตระดับปริญญาบัณฑิต. *วารสารวิธีวิทยาการวิจัย*. 24(3): 279-305.
- [14] นุชจิรา สุมณฑา. (2549). *ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน. วิชานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาชุมชน)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- [15] วิชุดา นาคเถื่อน. (2551). การศึกษาภาวะทางอาชีพของนักศึกษาสาขาวิชาการบัญชี คณะบริหารธุรกิจ วิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ. สืบค้นเมื่อ 12 เมษายน 2558, จาก www.northbkk.ac.th/research/themes/downloads/abstract/Abstract_51_04.pdf
- [16] ปรีชา อรุณสวัสดิ์. (2531). บุคลิกภาพความเป็นชายและความเป็นหญิง. สืบค้นเมื่อ 22 เมษายน 2558, จาก www.watpon.com/test/m&f.htm
- [17] จีรวรรณ เจียมรัตน์; และ งามลมัย ผิวเหลือง. (2552, มกราคม-มิถุนายน). อิทธิพลของค่านิยมในการทำงานเกษตร ความเชื่ออำนาจควบคุมตนเอง และความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคที่มีต่อภาวะทางอาชีพเกษตรของนิสิตชั้นปีที่ 4 ของคณะในกลุ่มเกษตรศาสตร์. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*. 35(1): 117-130.
- [18] กิ่งแก้ว พูลคลองตัน. (2524). การเปรียบเทียบบุคลิกภาวะทางอาชีพของนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรีที่มีภูมิหลังต่างกัน. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- [19] ศิริพันธ์ กิตติสุขสถิต. (2549). ครอบครัวแม่หรือพ่อคนเดียว: วิฤทธิความมั่นคงที่หลีกเลี่ยงได้. ใน *เอกสารการประชุมวิชาการประจำปีครั้งที่ 2*. หน้า 1-4. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- [20] ตามพงษ์ วงษ์จันทร์. (2554). *รู้ตน ช่วยคนพัฒนา*. สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2558, จาก www.stou.ac.th/offices/Oes/Oespage/Guide/career/career_page2/box004.html
- [21] Schunk, D.H.; and Zimmerman, B.J. (1998). *Self-Regulated Learning: From Teaching to Self-Reflective Practice*. New York: Guilford Press.
- [22] สุภาพรณ โคตรจรัส. (2553). การกำกับตนเองในการเรียน. สืบค้นเมื่อ 19 กันยายน 2556, จาก www.stjohn.ac.th/University/Guidance/gan-gum-gab-ton-eng.htm
- [23] วิชิต เทพประสิทธิ์. (2549). การยศาสตร์กับการจัดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ในห้องเรียนคอมพิวเตอร์. สืบค้นเมื่อ 28 เมษายน 2558, จาก www.gotoknow.org/posts/46080.htm
- [24] จงกลวรรณ มุสิกทอง. (2556). การให้ข้อมูลย้อนกลับ. สืบค้นเมื่อ 20 เมษายน 2558, จาก www.ns.mahidol.ac.th/english/th/departments/MN/th/km/56/km_feedback.html
- [25] เกษม รุจิเรจ. (2555). การตัดสินใจเลือกอาชีพ. สืบค้นเมื่อ 5 มิถุนายน 2558, จาก <http://dnfe5.nfe.go.th/ilp/42033/42033-4.htm>