

กรอบความคิด การสนับสนุนทางสังคม กับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนนครสวรรค์

Mindset, Social Support and Grit of High-School Students, Nakhonsawan School.

วิรัชต์ตา ปานดิษฐ์¹ เฉลิมขวัญ สิงห์วี² พนมพร พุ่มจันทร์³

Wiratta Pandit¹ Chalermkwan Singhwee² Panomporn Phoomchan³

¹ นิสิตหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

¹ Student (M.S) Community Psychology, Department of Psychology, Faculty of Social Science, Kasetsart University,

Corresponding author, E-mail: wirat.pann@gmail.com

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

² Lecturer, Ph.D. Assistance Professor, Department of Psychology,

Faculty of Social Science, Kasetsart University, E-mail: chalermkwan.s@ku.th

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พ.ต.หญิง ดร. ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

³ Lecturer, Ph.D. Major Assistance Professor, Department of Psychology,

Faculty of Social Science, Kasetsart University, E-mail: panomporn.p@ku.th

Received: July 16, 2020; Revised: June 24, 2021; Accepted: July 11, 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษา 1) เพื่อศึกษาระดับของกรอบความคิด การสนับสนุนทางสังคม และความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกรอบความคิดกับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ จำนวน 358 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ สถิติที่ใช้ คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

ผลการวิจัย พบว่า 1) กรอบความคิดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ แบ่งเป็นกรอบความคิดแบบเติบโต อยู่ในระดับสูง กรอบความคิดแบบยึดติด อยู่ในระดับปานกลาง การสนับสนุนทางสังคม และความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อยู่ในระดับสูง 2) กรอบความคิดแบบเติบโต มีความสัมพันธ์กับความเพียรของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกรอบความคิดแบบยึดติดไม่มีความสัมพันธ์กับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

โรงเรียนนครสวรรค์ 3) การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: กรอบความคิด, การสนับสนุนทางสังคม, ความเพียร

Abstract

The objectives of this research were to study: 1) to study the level of mindset, social support and grit of high-school students of Nakhonsawan school, 2) to study the relationship between mindset and grit of high-school students of Nakhonsawan school, 3) to study the relationship between social support and grit of high-school students of Nakhonsawan school. The sample were 358 the students in high-school of Nakhonsawan school. The data were collected by questionnaires, assigned to groups using simple random sampling and analyzed by a statistical package program. The statistical methods used for analysis were mean, standard deviation and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient

The results as follows: 1) mindset of high-school students of Nakhonsawan school divided into growth mindset was at the high level and fixed mindset was at the average, social support and grit of the students were at the high level, 2) growth mindset was related to grit at the statistics significance at .01 level and fixed mindset wasn't related to grit, 3) social support was related to grit at the statistics significance at .01 level.

Keywords: Mindset, Social Support, Grit

บทนำ

การศึกษา คือ หนึ่งในสิทธิขั้นพื้นฐานที่คนไทยได้รับการสนับสนุนจากทางภาครัฐในการให้ความสำคัญกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในทุก ๆ ช่วงวัย เนื่องจากเป็นหนึ่งในหลักการสำคัญที่ถูกระบุไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) ที่กล่าวถึงการพัฒนาโดย “ยึดคนเป็นศูนย์กลางพัฒนา” พร้อมมุ่งสร้างคุณภาพชีวิตและสุขภาวะที่ดีสำหรับคนไทย เพื่อพัฒนาคนให้มีความเป็นคนที่สมบูรณ์ มีวินัย ใฝ่รู้ มีความรู้ มีทักษะ มีความคิดสร้างสรรค์ เป็นต้น ซึ่งการพัฒนาทักษะความรู้ความสามารถนี้ จะมุ่งเน้นไปที่การพัฒนาที่เหมาะสมกับช่วงวัยเพื่อวางรากฐานให้เป็นคนที่มีคุณภาพในอนาคต และการพัฒนาจะต้องสอดคล้องกับความต้องการของตลาดแรงงานและทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต ให้มีความพร้อมในการต่อยอดเพื่อพัฒนาทักษะในทุกด้าน รวมถึงการยกระดับคุณภาพของการศึกษาสู่ความเป็นเลิศในทุกระดับและการยกระดับของการเรียนรู้ โดยเน้นการพัฒนาคุณภาพการศึกษาขั้นพื้นฐาน การปรับระบบการเรียนการสอน และการพัฒนาครูทั้งระบบ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2560)

ประเทศไทยเป็นอีกหนึ่งประเทศที่ให้ความสำคัญกับการศึกษาในฐานะที่เห็นว่าเป็นกลไกหลักอีกหนึ่งกลไกที่สำคัญสำหรับการพัฒนาประเทศ เพราะหลังจากที่แผนการศึกษาแห่งชาติฉบับเดิมสิ้นสุดลง กระทรวงศึกษาธิการโดยสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษาได้จัดทำแผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579 ขึ้น โดยเป็นการวางกรอบเป้าหมายของการศึกษาและกำหนดทิศทางการจัดการศึกษาของประเทศ เพื่อให้คนไทยทุกคนสามารถเข้าถึงการศึกษาได้อย่างเท่าเทียมและเสมอภาคสำหรับการศึกษาที่มีคุณภาพ รวมถึงพัฒนาระบบการศึกษาให้มีประสิทธิภาพ พัฒนา

กำลังคนให้มีศักยภาพที่สอดคล้องกับความต้องการของตลาดแรงงานและการพัฒนาประเทศ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2560)

อย่างไรก็ตาม หากเรามุ่งแต่การพัฒนาการศึกษาเพียงอย่างเดียว โดยไม่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาผู้เรียนให้มีความสามารถและมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ การพัฒนานี้ก็คงจะไม่ประสบความสำเร็จได้ตามที่คาดหวัง โดยครอบครัวหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอาจเริ่มจากการให้ความสำคัญกับการพัฒนาความเพียรในผู้เรียน เพราะว่าความเพียรนี้ถือได้ว่าเป็นคุณลักษณะที่จะช่วยให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จ ซึ่งก็จะต้องมีทั้งความเพียรทางด้านความคิดหรือความหลงใหล และมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย (Passion) มีความเพียรทางด้านพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความพยายาม ความอดทน และมุมานะอดทน (Perseverance) ซึ่งนักเรียนที่มีความเพียรนี้จะเป็นนักเรียนที่มีความหลงใหลและมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย และมีความมุมานะในการเรียนอย่างสม่ำเสมอ อีกทั้งนักเรียนที่มีความเพียรในระดับที่สูงก็จะมีความอดทนต่องานยากลำบาก และค่อย ๆ ฝ่าฟันไปได้ดีกว่าผู้ที่มีความเพียรอยู่ในระดับที่ต่ำกว่า (Duckworth et al., 2007) จึงทำให้นักเรียนที่มีความเพียร มักเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการเรียน

นอกจาก ความเพียรในตัวผู้เรียนซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียนแล้ว อีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญไม่น้อยไปกว่ากันก็คือ การมีกรอบความคิดที่ดีต่อตนเองและการเรียน ซึ่งจะส่งผลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรม การเรียน โดยถ้านักเรียนมีกรอบความคิดที่ดีนี้ นักเรียนจะเชื่อว่า ความฉลาดและความสามารถสร้างได้ด้วยการเรียนรู้ และจะให้ความสำคัญกับความพยายาม (พวงชมพู โจนส์, 2559) นักเรียนจึงมีความกระตือรือร้น ใส่ใจกับสิ่งที่เรียน สนุกกับการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง แต่ถ้านักเรียนมีกรอบความคิดที่ไม่ดี ก็จะทำให้เรียนขาดโอกาสในการเรียนรู้ เพราะจะเชื่อว่าความฉลาดหรือทักษะต่าง ๆ นั้นไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ทำให้มีความตั้งใจในการทำสิ่งต่าง ๆ น้อยกว่าผู้อื่น (Dweck, 2012) ซึ่งกรอบความคิดนี้จะเป็นสิ่งที่ทำให้นักเรียนมีพลังในการทำตามเป้าหมายของตนเอง จนสามารถบรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้ ถึงแม้จะต้องพบเจอกับปัญหาหรืออุปสรรค

นอกเหนือจากการมีกรอบความคิดที่ดีแล้ว การสนับสนุนทางสังคมที่เหมาะสมและต่อเนื่อง โดยเฉพาะจากครอบครัว เพื่อน และคุณครูที่นักเรียนได้รับก็เป็นสิ่งหนึ่งที่มีความสำคัญและจำเป็นสำหรับนักเรียนในช่วงวัยนี้ เนื่องจากเป็นสิ่งที่ทำให้นักเรียนรับรู้ได้ถึงความรัก ความเอาใจใส่ ความห่วงใยจากบุคคลใกล้ชิด รู้สึกได้ถึงการยอมรับและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม โดยการสนับสนุนทางสังคมที่นักเรียนได้รับการตอบสนองในรูปแบบของการให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ นี้ จะทำให้นักเรียนรับรู้ถึงความมั่นคงและมีคุณค่าในตนเอง สามารถเผชิญและตอบสนองต่อปัญหาต่าง ๆ ได้ ซึ่งสิ่งนี้จะทำให้นักเรียนมีกำลังใจในการตั้งใจในการศึกษาเล่าเรียนและการปรับตัวในอนาคต เพื่อเตรียมพร้อมที่จะเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบในด้านต่าง ๆ ที่เพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้การจัดประสบการณ์ต่าง ๆ ให้กับนักเรียนเพิ่มเติมก็เป็นเหมือนการเตรียมความพร้อม สร้างความมั่นใจ ความสามารถประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริงได้ให้แก่กันได้ (มนัสพันธ์ หัตถศักดิ์, 2564) ซึ่งสิ่งนี้ทำให้เห็นได้ว่า การที่นักเรียนได้รับการสนับสนุน และการเตรียมความพร้อมจากทุกภาคส่วนที่ดำเนินการร่วมกันนั้น ย่อมทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จและการประกอบอาชีพในอนาคต

จากการศึกษาเอกสาร ข้อมูล ตลอดจนงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาในเรื่อง “กรอบความคิด การสนับสนุนทางสังคม และความเพียรในการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์” เพราะว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นช่วงวัยที่จะต้องมีการเตรียมตัวสำหรับการเข้ารับการศึกษาที่สูงขึ้นในระดับอุดมศึกษา และเตรียมพร้อมสำหรับการเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งจะมีความรับผิดชอบและการเปลี่ยนแปลงอีกหลายอย่างที่จะเกิดขึ้น หากนักเรียนมีกรอบความคิดที่ดี ร่วมกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่ดี นอกจากส่งผลต่อความเพียรของนักเรียนแล้ว ก็อาจส่งผลต่อมุมมองและการปรับตัวในการใช้ชีวิตของนักเรียนสำหรับสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยเช่นกัน

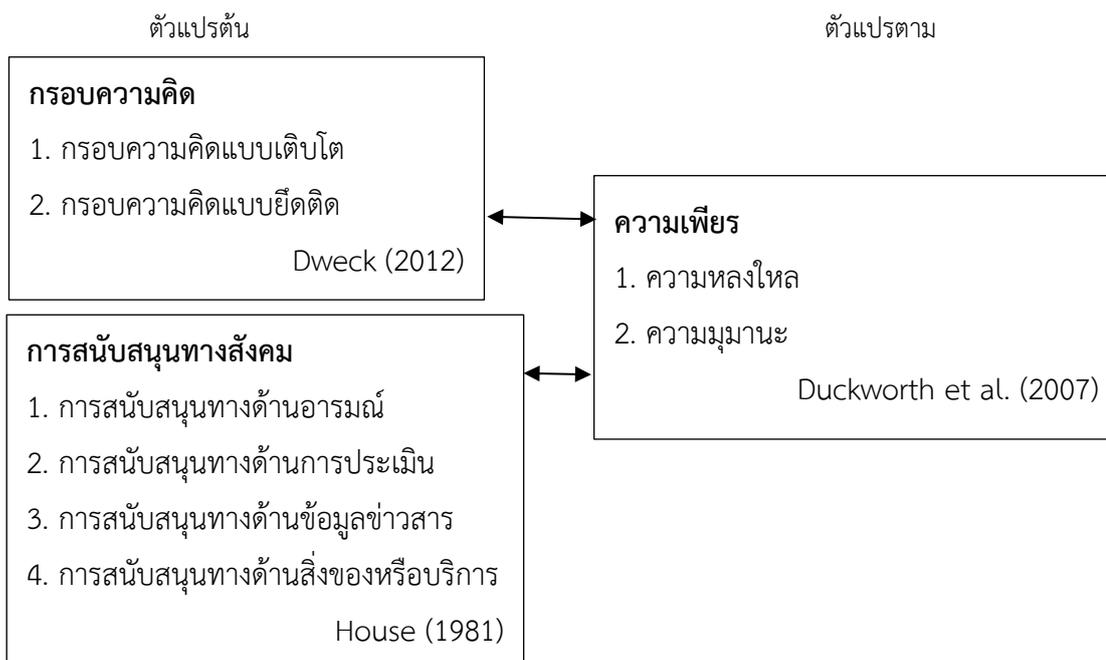
วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับของกรอบความคิด การสนับสนุนทางสังคม และความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกรอบความคิดกับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์

สมมติฐานการวิจัย

1. กรอบความคิดมีความสัมพันธ์กับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์
2. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์

กรอบแนวคิด



วิธีการวิจัย

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ ประจำปีการศึกษา 2562 จำนวน 1,906 คน

จากการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้ จากสูตร Yamane (1967) ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 331 คน นำมาคำนวณหาสัดส่วนโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Proportional Stratified Random Sampling) แยกตามระดับชั้นเรียน แบ่งออกเป็น นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 105 คน นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 106 คน และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 120 คน หลังจากนั้น ทำการสุ่ม

ตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ตามสัดส่วนจำนวนกลุ่มตัวอย่าง และเพื่อความถูกต้องแม่นยำและความน่าเชื่อถือของข้อมูล จึงได้สุ่มตัวอย่าง จำนวน 358 คน ซึ่งมากกว่าขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณไว้

เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้ 1) ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของนักเรียน 2) แบบสอบถามเกี่ยวกับกรอบความคิด 3) แบบสอบถามเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม และ 4) แบบสอบถามเกี่ยวกับความเพียร โดยมีรายละเอียดการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

1. การตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม (Validity) โดยการนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอต่อประธานที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ และผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของคำถาม ได้ค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (IOC) อยู่ในช่วง 0.67-1.00 จากนั้นผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขในด้านภาษา และความชัดเจน

2. การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) โดยการนำแบบสอบถามที่ผ่านการทดสอบความเที่ยงตรง มาทำการทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มที่จะศึกษา จำนวน 30 คน (Try Out) และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ความเชื่อมั่นด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ Cronbach (Cronbach's Reliability Coefficient Alpha) โดยวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นแยกแต่ละด้าน ได้ค่าความเชื่อมั่น ดังนี้

2.1 กรอบความคิดแบบเติบโต มีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ .842 และกรอบความคิดแบบยึดติด มีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ .626

2.2 การสนับสนุนทางสังคม มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .935 เมื่อวิเคราะห์แยกแต่ละด้าน ได้ค่าความเชื่อมั่น ดังนี้ การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ มีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ .763 การสนับสนุนทางด้านการประเมิน มีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ .718 การสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร มีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ .810 และการสนับสนุนทางด้านสิ่งของและบริการ มีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ .826

2.3 ความเพียร มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .936 เมื่อวิเคราะห์แยกแต่ละด้าน ได้ค่าความเชื่อมั่น ดังนี้ ด้านความหลงใหล มีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ .892 และด้านความมุ่งมั่น มีค่าความเชื่อมั่น ทั้งฉบับเท่ากับ .878

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตในการดำเนินการเก็บข้อมูลจากภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนนครสวรรค์ จากนั้นนำแบบสอบถามที่เสร็จสมบูรณ์แล้ว ไปแจกกลุ่มตัวอย่างร่วมกับอาจารย์ประจำวิชาแนะแนวการศึกษาตามจำนวนที่ได้คำนวณตามสัดส่วนไว้ พร้อมเก็บรวบรวมแบบสอบถามที่ได้รับการตอบกลับและตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดมาบันทึกแบบลงรหัส แล้วนำมาวิเคราะห์ และประมวลผลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ โดยการใช้หลักสถิติในการวิเคราะห์ ดังต่อไปนี้ ค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้ในการแปลความหมายระดับตัวแปร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) แสดงลักษณะการกระจายของข้อมูล โดยกำหนดเกณฑ์ในการแปลผลในแต่ละด้าน ออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับต่ำ ระดับปานกลาง ระดับสูง และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ

เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ใช้หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างกรอบความคิดกับความเพียร และการสนับสนุนทางสังคมกับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ (Level of Significance) ที่ยอมรับอย่างน้อยที่สุดที่ .05

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยนำเสนอตามวัตถุประสงค์ โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาระดับของกรอบความคิด การสนับสนุนทางสังคม และความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์

ผลการวิเคราะห์ระดับของกรอบความคิดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ พบว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีกรอบความคิดแบบเติบโต อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 33.18) และกรอบความคิดแบบยึดติด อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 24.90) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับกรอบความคิดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำแนกรายด้าน (n = 358)

กรอบความคิด	\bar{X}	S.D.	ระดับกรอบความคิด
กรอบความคิดแบบเติบโต	33.18	3.88	สูง
กรอบความคิดแบบยึดติด	24.90	5.58	ปานกลาง

ผลการวิเคราะห์ระดับของการสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ พบว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 123.44) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 31.60) การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 29.25) การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 29.92) และการสนับสนุนทางด้านสิ่งของและบริการ อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 32.66) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับการสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำแนกรายด้าน (n = 358)

การสนับสนุนทางสังคม	\bar{X}	S.D.	ระดับการสนับสนุนทางสังคม
ด้านอารมณ์	31.60	4.60	สูง
ด้านการประเมิน	29.25	5.08	ปานกลาง
ด้านข้อมูลข่าวสาร	29.92	4.98	สูง
ด้านสิ่งของและบริการ	32.66	4.20	สูง
การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม	123.44	16.15	สูง

ผลการวิเคราะห์ระดับของความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ พบว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความเพียรในการเรียนโดยรวม อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 79.66) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านความหลงใหล อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 41.57) และด้านความมุ่งมั่น อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 38.08) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายด้าน (n = 358)

ความเพียร	\bar{X}	S.D.	ระดับความเพียร
ด้านความหลงใหล	41.57	5.54	สูง
ด้านความมุ่งมั่น	38.08	5.88	สูง
ความเพียรโดยรวม	79.66	10.38	สูง

ตอนที่ 2 การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกรอบความคิดกับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า กรอบความคิดแบบเติบโต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า กรอบความคิดแบบเติบโต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับด้านความหลงใหล และความมุ่งมั่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กรอบความคิดแบบยึดติด ไม่มีความสัมพันธ์กับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า กรอบความคิดแบบยึดติด ไม่มีความสัมพันธ์กับด้านความหลงใหล แต่กรอบความคิดแบบยึดติดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับด้านความมุ่งมั่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างกรอบความคิดของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์กับความเพียร (n = 358)

กรอบความคิด	ความเพียร					
	ความหลงใหล		ความมุ่งมั่น		โดยรวม	
	r	p	r	p	r	p
กรอบความคิดแบบเติบโต	.63**	.00	.55**	.00	.65**	.00
กรอบความคิดแบบยึดติด	-.05	.40	.13*	.02	.05	.36

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 3 การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า การสนับสนุนทางสังคมทุกด้าน ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน การสนับสนุนทางสังคมข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนทางสังคมด้านสิ่งของและบริการ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเพียรทุกด้าน ได้แก่ ด้านความหลงใหล และด้านความมุ่งมั่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ กับความเพียร (n = 358)

การสนับสนุนทางสังคม	ความเพียร				โดยรวม	
	ความหลงใหล		ความมุ่งมั่น		r	p
	r	p	r	p		
ด้านอารมณ์	.40**	.00	.45**	.00	.47**	.00
ด้านการประเมิน	.32**	.00	.44**	.00	.42**	.00
ด้านข้อมูลข่าวสาร	.46**	.00	.50**	.00	.53**	.00
ด้านสิ่งของและบริการ	.48**	.00	.36**	.00	.46**	.00
โดยรวม	.48**	.00	.51**	.00	.55**	.00

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ระดับของกรอบความคิด การสนับสนุนทางสังคม และความเพียรของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ มีรายละเอียดดังนี้

1.1 นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีกรอบความคิดแบบเติบโต อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 33.18) และกรอบความคิดแบบยึดติด อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 24.90)

1.2 นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 123.44)

1.3 นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความเพียรในการเรียนโดยรวม อยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 79.66)

2. กรอบความคิดแบบเติบโต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ขณะที่กรอบความคิดแบบยึดติด ไม่มีความสัมพันธ์กับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์

3. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

1. จากผลการวิจัยระดับของกรอบความคิด พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีกรอบความคิดแบบเติบโตโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 33.18$) และมีกรอบความคิดแบบยึดติดอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 24.90$) โดยกรอบความคิดแบบเติบโตและกรอบความคิดแบบยึดติดเป็นกระบวนการทางความคิดที่ส่งผลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรมที่แตกต่างกัน ในด้านกรอบความคิดแบบเติบโต ซึ่งอยู่ในระดับสูงนั้น นักเรียนจะมีความเชื่อในตนเองว่า ถ้ามีความพยายามก็จะสามารถทำสิ่งต่าง ๆ สำเร็จได้ และความสามารถหรือความฉลาดที่ตนมีสามารถพัฒนาให้ดีขึ้นได้ จึงพร้อมที่จะรับฟังและนำคำแนะนำที่ได้รับมาพัฒนาตนเอง และยังมองว่า ความผิดพลาดเป็นบทเรียนที่ทำให้เกิดการเรียนรู้

ในด้านกรอบความคิดแบบยึดติด อยู่ในระดับปานกลาง โดยนักเรียนมองว่า ความฉลาดหรือความสามารถของบุคคล เช่น ภาษา กีฬา ศิลปะ เป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด เป็นความสามารถเฉพาะบุคคล การเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ จึงไม่ส่งผลต่อความฉลาด หากมีอะไรผิดพลาดขึ้น ก็มองว่าเป็นเพราะตนเองไม่มีความถนัดหรือไม่มีความสามารถในเรื่องนั้น โดยกรอบความคิดของนักเรียนนั้นมักจะสะท้อนออกผ่านทางกรกระทำและความสนใจของนักเรียน สอดคล้องกับ

งานวิจัยของ จุฬาลักษณ์ ทิพวัน และวราพร เอรารธรรม์ (2563) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาตัวชี้วัดกรอบความคิดแบบเติบโต สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยพบว่า นักเรียนที่มีกรอบความคิดแบบเติบโต จะมีตัวบ่งชี้ที่สะท้อนถึงความชอบและความสนใจของตนเอง คือ นักเรียนที่ชอบความท้าทาย มีตัวบ่งชี้ยอมรับความเสี่ยง รับรู้ว่างานท้าทายเป็นโอกาสในการเรียนรู้การเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ นักเรียนที่มีความเพียรพยายามในการเรียนรู้ จะมีตัวบ่งชี้ถึงความมุ่งมั่นในการเรียนรู้ การใช้ความพยายาม นักเรียนที่กล้าเผชิญปัญหา มีตัวบ่งชี้พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรค การวิเคราะห์สาเหตุของความล้มเหลว มุ่งแก้ไขความผิดพลาด นักเรียนที่ชอบเรียนรู้จากคำวิพากษ์วิจารณ์ มีตัวบ่งชี้รับฟังการวิพากษ์วิจารณ์ ปรับปรุงและพัฒนา เป็นต้น

2. จากผลการวิจัยระดับของการสนับสนุนทางสังคม พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 123.44$) ทั้งนี้ เนื่องมาจากนักเรียนได้รับการดูแล เอาใจใส่ และมีคนรอบข้างคอยให้กำลังใจและห่วงใย รวมถึงการให้การสนับสนุนในสิ่งที่นักเรียนต้องการ ทั้งจากครอบครัว เพื่อน และครูอย่างสม่ำเสมอ เวลาที่นักเรียนพบเจอกับปัญหาอุปสรรคจึงช่วยทำให้นักเรียนมีกำลังใจ และมีความมั่นใจกลับมาเหมือนเดิมทุกครั้ง หรือหากนักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ก็จะได้รับคำแนะนำ คำตักเตือน เพื่อให้เข้าไปปรับปรุง ซึ่งงานวิจัยของ กัญญ์สิริ จันทร์เจริญ และสุกัญญา นัครามนตรี (2559) พบว่า นักศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 นี้ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับสูง และการสนับสนุนทางสังคมนี้มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษา ในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลมีจิตใจที่มั่นคง ช่วยลดแรงกดดันและความเครียด ทำให้บุคคลมีความต้องการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจากการได้รับการดูแล การเอาใจใส่

3. จากผลการวิจัยระดับของความเพียร พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความเพียรในการเรียนโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 79.66$) ทั้งนี้ เนื่องมาจากนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์รับรู้ได้ว่าการเรียนเป็นสิ่งที่มีความหมาย เป็นประโยชน์กับชีวิตและความก้าวหน้าในอนาคต จึงมีความตั้งใจที่ศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น หากผิดหวังก็ไม่ได้ทำให้หมดกำลังใจในการเรียนและพร้อมที่จะสร้างกำลังใจให้ตัวเองกลับมามุ่งมั่นได้เหมือนเดิม นักเรียนจึงมีพฤติกรรมในการเรียนไปในทิศทางที่ดี ซึ่งแนวคิดของ Duckworth et. al. (2007) เสนอไว้ว่า ความเพียร (Grit) คือ คุณลักษณะที่จะช่วยให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จ ประกอบไปด้วย ความเพียรทางด้านความคิด ซึ่งเป็นการมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย (Passion) และความเพียรในด้านพฤติกรรม ซึ่งเป็นความพยายาม ความอดทน (Perseverance) โดยบุคคลที่มีความเพียรในระดับสูงจะมีความอดทนต่อความยากลำบาก และค่อย ๆ ฝ่าฟันงานนั้นไปได้ดีกว่าบุคคลที่มีความเพียรในระดับต่ำ และจากงานวิจัยของ เบญจรัตน์ จงจำรัสพันธ์ (2559) พบว่า บุคคลที่มีความเพียรในระดับที่สูง เมื่อเกิดความเครียดจะรับรู้ได้ว่าตนเองมีความหวังและสุขภาวะองค์รวมสูงกว่าบุคคลที่มีความเพียรอยู่ในระดับปานกลางและระดับต่ำ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าความเพียรมีส่วนในการช่วยลดความเครียดและมีแนวโน้มช่วยให้บุคคลมีความหวัง และรับรู้ถึงเป้าหมายของตนเองได้

4. กรอบความคิดแบบเติบโตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกรอบความคิดแบบยึดติดไม่มีความสัมพันธ์กับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์รายด้านพบว่า กรอบความคิดแบบเติบโตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความหลงใหลในการเรียนและความมุ่งมั่นอดสาหะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกรอบความคิดแบบยึดติดไม่มีความสัมพันธ์กับความหลงใหลในการเรียน แต่มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความมุ่งมั่นอดสาหะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งอาจเป็นเพราะว่า สำหรับนักเรียนที่มีกรอบความคิดแบบเติบโตนั้น มักจะเป็นนักเรียนที่มีเจตคติที่ดีต่อตนเองและเป้าหมายที่ตัวเองตั้งไว้ เช่น ด้านการเรียน นักเรียนจะเชื่อว่าตนเองมีความรู้ จึงมีความอดทน มีความพยายามในการเรียนรู้ ถ้าเรื่องใดเป็นเรื่องที่

นักเรียนยังไม่รู้หรือว่าไม่ถนัด นักเรียนก็พร้อมที่จะมีการพัฒนาตนเอง ไม่ปิดกั้นโอกาสในการเรียนรู้ของตนเอง ส่วนนักเรียนที่มีกรอบความคิดแบบยึดติดนั้นก็ไม่ได้หมายความว่านักเรียนกลุ่มนี้จะไม่มีความเพียรในการเรียน เพียงแต่ว่านักเรียนอาจมีความรู้สึกไม่ชื่นชอบเวลาที่ต้องเรียนวิชายาก ๆ หรือว่าไม่ถนัด และมองว่าตนเองไม่มีความรู้ ความสามารถมากพอที่จะเรียนวิชานั้นได้ ทำให้นักเรียนอาจปิดกั้นโอกาสในการเรียนรู้ของตนเอง เวลาทำอะไรก็อาจจะลงมือทำหรือแสดงออกถึงความตั้งใจได้ไม่เต็มที่ เพราะกลัวความผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้นตามมา ซึ่งถ้านักเรียนกลุ่มนี้สามารถสร้างแรงจูงใจต่อเป้าหมายในการเรียนขึ้นมาได้ นักเรียนก็จะมี ความเพียรในการเรียนที่เพิ่มขึ้น ซึ่งในบางครั้งเราก็อาจจะมีการจัดกิจกรรมหรือการแลกเปลี่ยน พูดคุยกับนักเรียนเพื่อให้นักเรียนได้มองเห็นศักยภาพของตัวเอง มองเห็นโอกาสต่าง ๆ ในการพัฒนาตนเองที่มากขึ้นกว่าเดิม สอดคล้องกับงานวิจัยมูทิตา อุดทน, วรากร ทรัพย์วิระปรกรณ์ และจุฑามาศ แหนจอน (2561) ซึ่งพบว่า ผลจากการทดลองใช้โปรแกรมการพัฒนากรอบความคิดเติบโตนั้นสามารถพัฒนาให้นักเรียนมีกรอบความคิดเติบโตดีขึ้นและดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม โดยนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนากรอบความคิดเติบโตมีคะแนนกรอบความคิดเติบโตสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมภายหลังสิ้นสุดการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Dweck (2012) ที่พบว่า คนที่มีกรอบความคิดแบบเติบโต (Growth mindset) จะเป็นคนที่มีความกระตือรือร้น สนุกกับการแก้ไขปัญหา การเรียนรู้ และการพัฒนาสิ่งใหม่ ๆ ที่ท้าทาย ซึ่งมักจะประสบความสำเร็จกับสิ่งที่ทำ ขณะที่คนที่มีกรอบความคิดแบบยึดติด (Fixed mindset) จะเป็นคนที่มีโอกาสในการประสบความสำเร็จน้อยกว่า เพราะมีความเชื่อที่ว่า ทักษะ ความสามารถของบุคคลเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ ทำให้ความตั้งใจในการทำสิ่งต่าง ๆ ของคนกลุ่มนี้ต่ำกว่าอีกกลุ่ม

5. การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความเพียรโดยรวมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์รายด้าน พบว่า การสนับสนุนทางสังคมทุกด้าน มีความสัมพันธ์กับความหลงใหล และความมุ่งมั่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นเพราะว่าการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลดีต่อนักเรียนมากที่สุด ส่วนหนึ่งควรมาจากบุคคลที่มีความใกล้ชิดกับนักเรียนที่จะคอยให้กำลังใจ ให้คำปรึกษา คำแนะนำต่าง ๆ รวมถึงการสนับสนุนด้านการเรียนและอุปกรณ์ในเรื่องการเรียนต่าง ๆ แก่นักเรียนด้วยความหวังดี เพราะจะทำให้นักเรียนรู้สึกได้ว่าตัวเองได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง ในยามเวลาที่นักเรียนประสบกับปัญหาหรือมีความกังวลในเรื่องการเรียน นักเรียนก็จะไม่รู้สึกโดดเดี่ยว และรับรู้ได้ว่ามีบุคคลที่พร้อมรับฟัง และให้การสนับสนุน ทำให้นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อตนเองและการเรียน มีพฤติกรรมที่มุ่งมั่นและกระตือรือร้นในการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเทอดพงษ์ แต่งไทย (2564) ศึกษาถึงผลของการปรึกษาทฤษฎีเล่าเรื่องต่อความเครียดเชิงวิชาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความเครียดเชิงวิชาการต่ำกว่านักเรียนนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของธีระพงษ์ จันทร์ยาง (2560) ที่พบว่า ปัจจัยด้านผู้เรียน ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกรณีศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

แนวทางในการพัฒนา ส่งเสริม และสนับสนุนให้นักเรียนมีกรอบความคิดที่ดี และมีความเพียร การปรับมุมมองความคิดในบางเรื่องเป็นสิ่งที่นักเรียนสามารถเริ่มทำได้ตั้งแต่ตัวเอง บุคคลใกล้ชิดหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอาจเริ่มจากการพัฒนาและส่งเสริมความเพียรของนักเรียน ร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมอย่างต่อเนื่อง โดยอาจดำเนินการได้ ดังนี้

1. การส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนเลือกอ่านหนังสือตามความสนใจ เช่น การอ่านหนังสือเกี่ยวกับทางด้านจิตวิทยา ความเพียร ความสำเร็จต่าง ๆ เพื่อนำคำแนะนำ วิธีคิด วิธีปฏิบัติตัวในสถานการณ์ต่าง ๆ นำไปเริ่มฝึกเริ่มปรับใช้ได้ด้วยตนเอง
2. การฝึกวางกรอบความคิดใหม่ รู้จักการทบทวนปัญหา อุปสรรค และหาแนวทางแก้ไขจากข้อผิดพลาดต่าง ๆ โดยไม่ยึดติดกับผลหรือวิธีการที่ได้ว่าจะต้องเป็นไปในรูปแบบนั้นแต่เพียงอย่างเดียว
3. การสร้างสภาพแวดล้อมหรืออยู่กับบรรยากาศที่ส่งเสริมให้เกิดความเพียร ส่งเสริมให้นักเรียนอยู่ในสถานการณ์ที่ปลอดภัย รู้สึกผ่อนคลาย ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนเกิดการพัฒนาลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ และเต็มใจที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ
4. การจัดกิจกรรมหรือมีวิธีการสื่อสารที่ทำให้นักเรียนรับรู้ได้ว่าตนเองก็มีความรู้ ความสามารถในการเรียนไม่ต่างจากคนอื่น ๆ เพื่อให้นักเรียนค่อย ๆ เปิดมุมมองความคิดตัวเอง และยอมรับการเรียนรู้ด้วยความเต็มใจ พร้อมทั้งจะพัฒนาให้ตนเองได้เรียนรู้ในสิ่งที่ตนเองยังไม่มี ความถนัด โดยไม่ปิดกั้นโอกาสในการเรียนรู้ของตนเอง หากนักเรียนรู้สึกไม่ชื่นชอบหรือไม่สนใจเวลาเรียนวิชาใด ก็อาจมีการจัดกิจกรรมหรือมีเทคนิคในการเรียนใหม่ ๆ มาช่วยในการจดจำเนื้อหาของวิชาเรียนนั้น ๆ
5. การพูดคุยเกี่ยวกับการเรียน รวมถึงการแบ่งปัน และแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการเรียนระหว่างกัน เช่น ระหว่างเรียนเคยเจออะไรมาบ้าง หรือเคยทำกิจกรรมอะไรที่รู้สึกว่ามีส่วนช่วยให้ประสบความสำเร็จหลายอย่างในปัจจุบัน
6. สนับสนุนให้นักเรียนมีการเรียนรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติจริง หรือการทำซ้ำ จนทำให้การเรียนรู้ที่เกิดจากความเข้าใจด้วยตัวของนักเรียนเอง และจะทำให้นักเรียนทราบถึงเป้าหมายที่แท้จริงของการเรียนรู้ ทำให้รู้จักการวางแผน มีความอดทน เพียรพยายาม และเห็นถึงความสำคัญของการพัฒนาตนเอง
7. ให้การสนับสนุนในรูปแบบของการให้คำแนะนำ การสนับสนุนในเรื่องของอุปกรณ์การเรียน การให้ความรักและกำลังใจกับนักเรียน รวมถึงการเป็นผู้ให้คำปรึกษาในการใช้ชีวิต พร้อมสนับสนุนหากนักเรียนมีความประสงค์ที่อยากจะออกไปหาประสบการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้นักเรียนได้มีแรงจูงใจในการเรียน อยากเพิ่มศักยภาพและทักษะในการใช้ชีวิต ขณะที่ทางโรงเรียนก็สามารถสนับสนุนเพิ่มเติมแก่นักเรียนเกี่ยวกับการหาข้อมูลสนับสนุนสำหรับการศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัย หรือการประกอบอาชีพในอนาคต เพื่อให้นักเรียนได้ตัดสินใจเลือกเรียนได้เหมาะสมกับสายอาชีพที่ต้องการทำงาน
8. การกำหนดความคาดหวัง หรือการบอกให้นักเรียนทราบถึงความคาดหวังที่มี ในบางครั้งสิ่งนี้จะส่งผลต่อการตั้งเป้าหมายของนักเรียน แต่สิ่งหนึ่งที่ต้องพึงระวัง คือ การไม่กดดันนักเรียนว่าจะต้องได้ผลลัพธ์ตามที่คาดหวังไว้เสมอไป เพราะในบางครั้งการคาดหวังของพ่อแม่หรือผู้ปกครองก็เป็นสิ่งที่ช่วยให้นักเรียนมีความเพียรและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีได้ เพราะจะทำให้เด็กมีความตั้งใจที่จะทำตามเป้าหมายอย่างเต็มความสามารถ เพื่อให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองภาคภูมิใจ
9. การเปิดโอกาสและให้การสนับสนุนในด้านการเรียน ให้นักเรียนมีโอกาสในการตัดสินใจและทำสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง และตรงกับความสนใจของนักเรียนอย่างแท้จริงนั้น จะทำให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อการเรียน และมีความตั้งใจในการเรียน เพื่อให้เป็นไปตามเป้าหมายของตนเองได้อย่างที่มุ่งหวัง
10. ผู้ปกครอง สามารถนำข้อมูลจากผลการวิจัยที่ได้นี้ ไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนา ส่งเสริม และให้การสนับสนุนกับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนรับรู้ได้ถึงความรู้และความหวังโยจากบุคคลใกล้ชิด และมีพฤติกรรมทางการเรียนที่พึงประสงค์

11. สถานศึกษา หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยไปใช้เพื่อเป็นข้อมูลในการประกอบการพิจารณาเพื่อกำหนดแนวทางในการพัฒนาผู้เรียน และการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความเพียร ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์นี้ต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

เพื่อให้ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ได้อย่างกว้างขวางมากขึ้น ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบความเพียรกับปัจจัยส่วนบุคคลด้านอื่นเพิ่มเติม เช่น ลักษณะบุคลิกภาพ รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู ลักษณะแผนการเรียน เป็นต้น
2. ควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมกับนักเรียนในแผนการเรียนที่ต่างกัน หรือนักเรียนจากโรงเรียน หรือจังหวัดอื่น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนานักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาได้อย่างครอบคลุม
3. ควรมีการศึกษาวิจัยกับนักเรียนในระดับอาชีวศึกษา หรือระดับอุดมศึกษา เพื่อเปรียบเทียบว่าเมื่อกลุ่มประชากรต่างกัน ผลของการวิจัยจะมีความเหมือนหรือแตกต่างกันในแง่ใดบ้าง และใช้เป็นข้อมูลและแนวทางสำหรับสถาบันการศึกษาต่าง ๆ
4. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพิ่มเติม เพราะข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์จะทำให้เราเข้าใจข้อมูลเชิงลึกของแต่ละตัวแปร และเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาส่งเสริมคุณภาพของนักเรียนต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กัญญ์สิริ จันทร์เจริญ และสุกัญญา นัครามนตรี. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้*. 3 (2). 85-99.
- จุฬาลักษณ์ ทิพวัน และวราพร เอรารวรรณ์. (2563). การพัฒนาตัวบ่งชี้กรอบความคิดเติบโต สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. *วารสารการวัดผลการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*. 26 (2). 119-133.
- เทอดพงษ์ แดงไทย. (2564). ผลการปรึกษาทฤษฎีเล่าเรื่องต่อความเครียดเชิงวิชาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 38 (103). 184-194.
- ธีระพงษ์ จันทร์ยาง. (2560). การศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนกรณีศึกษา. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 34 (95). 47-58.
- เบญจรัตน์ จงจำรัสพันธ์. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างความหวังและสุขภาวะองค์รวม โดยมีความเพียรและความเครียดเป็นตัวแปรกำกับ. วิทยานิพนธ์ (จิตวิทยา) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พวงชมพู โจนส์. (2559). การสร้างกระบวนการทางความคิด (Mindset) สำหรับบุคลากรในสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษา. *วารสารธุรกิจปริทัศน์*. 8 (1). 1-9.
- มนัสนันท์ หัตถศักดิ์. (2564). ความต้องการจำเป็นในการเรียนรู้การจัดการชั้นเรียนของนิสิต คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 38 (103). 227-236.
- มุกิตา อุดทน, วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์ และจุฑามาศ แหนจอน. (2561). ผลของโปรแกรมการพัฒนากรอบความคิดเติบโตในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วารสารการวัดผลการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*. 24 (2). 182-194.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักนายกรัฐมนตรี. (2560). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564). สืบค้นเมื่อ 28 สิงหาคม 2561 จาก http://www.nesdb.go.th/ewt_news.php?nid=6420.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579. บริษัท พรินทวามกราฟฟิค จำกัด. กรุงเทพฯ.

Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: perseverance and passion for long-term goals. *J Pers Soc Psychol*. 92 (6). 1087-1101. Doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087

Dweck, C. S. (2012). *Mindset: How You Can Fulfil Your Potential*. Constable & Robinson Limited.

House. (1981). *Work Stress and Social Support*. Massachusetts: Addison-Wesley.

Yamane, T. (1967). *Statistics: An Introductory Analysis*. 4th. New York: Harper and Roe.