

ผลการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างกิริททางการเรียน  
ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

The Results of Using Group Counseling Program to Enhance Academic Grit  
of Nakhon Ratchasima Rajabhat Students

วิกานดา ชัยรัตน์<sup>1\*</sup> เศรษฐวัฒน์ โชควรรกุล<sup>2</sup>  
Wikanda Chairat<sup>1\*</sup> Settawat Choworakul<sup>2</sup>

(วันที่รับบทความ: 19 ธันวาคม 2568, วันที่แก้ไขบทความ: 17 กุมภาพันธ์ 2569, วันที่ตอบรับตีพิมพ์ : 23 กุมภาพันธ์ 2569)

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการเสริมสร้างกิริททางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา และศึกษาประสบการณ์เชิงจิตใจของนักศึกษาภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานวิธี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 16 คน ซึ่งคัดเลือกแบบเจาะจงจากผู้ที่มีความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 และแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบวัดความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจำนวน 11 ครั้ง และแบบสัมภาษณ์ กึ่งโครงสร้าง การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที (Independent Sample t-test) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณใช้การสังเคราะห์ประเด็นตามกรอบแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของโคลบ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีระดับกิริทหรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ประสบการณ์เชิงจิตใจของนักศึกษาภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสะท้อนว่าการพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนเกิดจากกระบวนการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ โดยมีด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้าได้รับการพัฒนาผ่านการสำรวจตนเอง การให้ความหมายต่อเป้าหมาย และแรงจูงใจภายใน มิติด้านความขยันหมั่นเพียรพัฒนาผ่านการเรียนรู้จากความผิดพลาด การฝึกทักษะ และการเผชิญอุปสรรคอย่างต่อเนื่อง สะท้อนว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกลไกที่มีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา

**คำสำคัญ:** การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม; ความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน; ประสบการณ์เชิงจิตใจ

<sup>1-2</sup> คณะครุศาสตร์ สาขาจิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

<sup>1-2</sup> Faculty of Education in Counseling Psychology and Guidance Program, Nakhon Ratchasima Rajabhat University, Thailand

\*Corresponding author e-mail: dr.settawat@gmail.com

## ABSTRACT

This study aimed to examine the effects of a group counseling program on enhancing academic grit among students at Nakhon Ratchasima Rajabhat University and to explore students' psychological experiences after participation in the program. A mixed-methods research design was employed. The participants consisted of 16 undergraduate students selected through purposive sampling from those whose academic grit scores were below the 25<sup>th</sup> percentile. The participants were randomly assigned into an experimental group and a control group, with eight students in each group. The research instruments included the Academic Grit Scale, an 11-session group counseling program, and a semi-structured interview. Quantitative data were analyzed using mean, standard deviation, and independent sample t-test, while qualitative data were analyzed through thematic synthesis based on Kolb's Experiential Learning Theory. The results revealed that students in the experimental group who participated in the group counseling program demonstrated significant higher levels of academic grit than those in the control group at the 0.1 level. In addition, the analysis of students' psychological experiences indicates that the development of grit occurred through experiential learning processes. Passion was fostered through self-exploration, meaning-making toward academic goals, and intrinsic motivation, whereas perseverance was strengthened through learning from mistakes, continuous skill practice, and persistent engagement with academic challenges. Overall, the findings suggest that group counseling serves as an effective mechanism for enhancing academic grit among undergraduates' students in higher education.

**Keywords:** Group Counseling; Academic Grit; Psychological Experience

## บทนำ

การพัฒนาผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 เผชิญความท้าทายจากเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี ความกดดันทางวิชาการ และบริบททางสังคมและเศรษฐกิจที่ไม่แน่นอน ส่งผลให้ความสำเร็จทางการเรียนรู้ได้อาศัยเพียงความสามารถทางสติปัญญา แต่ต้องอาศัยคุณลักษณะทางจิตวิทยา เช่น การกำกับตนเอง ความมุ่งมั่น และความเพียรในการเผชิญอุปสรรค (Trilling & Fadel, 2009) โดยเฉพาะในระดับอุดมศึกษา ผู้เรียนต้องเผชิญแรงกดดันด้านผลสัมฤทธิ์และการเตรียมความพร้อมสู่การประกอบอาชีพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยในประเทศไทยที่พบปัญหาความเครียด ความเบื่อหน่าย และภาวะการหมดไฟทางการเรียน ส่งผลต่อแรงจูงใจและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (สรียา โชติธรรม, 2561; โสธิดา ภูงูธรรม และคณะ, 2564)

แนวคิดความมุ่งมั่นพากเพียรหรือ กริท (Grit) เป็นคุณลักษณะทางจิตวิทยาที่อธิบายความสำเร็จระยะยาวของผู้เรียน โดยประกอบด้วยความปรารถนาอย่างแรงกล้าและความขยันหมั่นเพียร ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนยืนหยัดต่ออุปสรรคและคงความมุ่งมั่นต่อเป้าหมายได้อย่างต่อเนื่อง (Duckworth et al., 2007; Duckworth,

2016) การวิจัยนี้ใช้คำว่า กริท(Grit) แบบทับศัพท์เพื่อคงความหมายเชิงแนวคิดตามกรอบทฤษฎีของ Duckworth เพื่อลดความคลาดเคลื่อนจากการแปล และสอดคล้องกับการใช้คำในวรรณกรรมวิชาการสากล ผู้วิจัยจึงขอแปลความหมายภาษาไทยว่า ความมุ่งมั่นพากเพียร งานวิจัยทั้งในและต่างประเทศชี้ว่ากริท หรือ ความมุ่งมั่นพากเพียรสามารถพัฒนาได้ผ่านการเรียนรู้จากประสบการณ์และการสะท้อนตนเอง (Eskreis-Winkler et al., 2014) รวมถึงมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับผลสัมฤทธิ์และการปรับตัวทางการเรียนในบริบทไทย (ธนพจน์ โพธิ์สมศรี, 2562; มณฑกานต์ เมฆรา, 2561; นลิน มนต์ไพบูลย์, 2564) อย่างไรก็ตาม งานวิจัยในประเทศไทยส่วนใหญ่มุ่งศึกษาเชิงโครงสร้างหรือการวัดระดับกริท หรือความมุ่งมั่นพากเพียรมากกว่าการพัฒนาแนวทางเชิงกระบวนการเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะดังกล่าวโดยตรง แม้ว่าจะมีหลักฐานเชิงประจักษ์ว่า ผู้เรียนที่มีความมุ่งมั่นพากเพียรสูงมีพฤติกรรมการเรียนรู้และการปรับตัวที่เหมาะสมกว่า (วิกานดา ชัยรัตน์ และเศรษฐวัฒน์ โชควรรกุล, 2568) จึงยังคงปรากฏช่องว่างด้านการออกแบบกระบวนการพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรในบริบทการศึกษา

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการทางจิตวิทยาที่ส่งเสริมการตระหนักรู้ตนเอง การปรับตัว และการเรียนรู้ผ่านปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการสะท้อนประสบการณ์ (Corey & Corey, 2016; Yalom & Leszcz, 2020) จากช่องว่างดังกล่าว การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษา โดยใช้การวิจัยแบบผสมวิธี และอาศัยกรอบทฤษฎีการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของโคลบในการอธิบายการเปลี่ยนแปลง เชิงจิตใจควบคู่กับผลการวิจัยเชิงปริมาณ เพื่อขยายการอธิบายความมุ่งมั่นพากเพียรจากคุณลักษณะเชิงโครงสร้างไปสู่กระบวนการเรียนรู้ที่สามารถพัฒนาได้อย่างเป็นระบบ

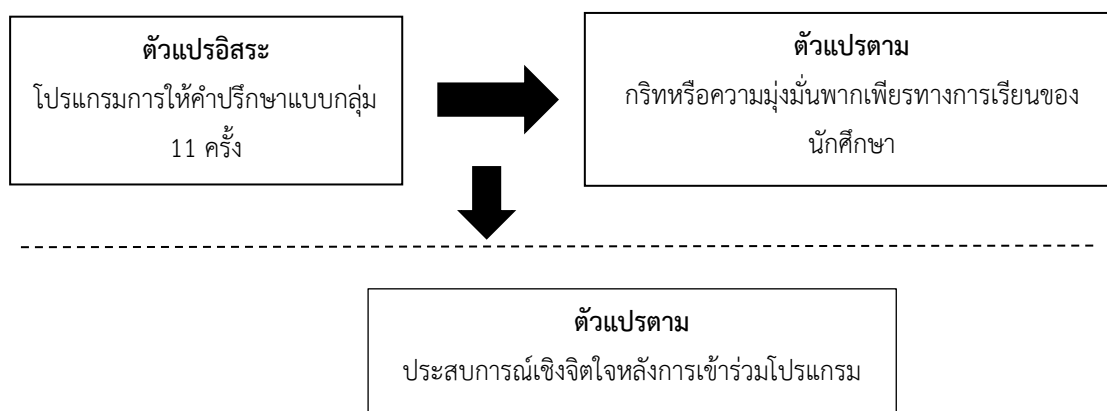
## วัตถุประสงค์เพื่อการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างกริทหรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
2. เพื่อศึกษาประสบการณ์เชิงจิตใจที่เกิดขึ้นภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

### กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้กำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยตามลักษณะการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) โดยแบ่งการศึกษาออกเป็น 2 ระยะ ได้แก่ การเก็บข้อมูลเชิงปริมาณและการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ส่วนการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณมุ่งศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างกริท หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษา โดยกำหนดให้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นตัวแปรอิสระ และกริท หรือ ความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษาเป็นตัวแปรตาม ซึ่งประเมินจากคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ส่วนการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพมุ่งศึกษาประสบการณ์เชิงจิตใจของนักศึกษาภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของโคลบเป็นกรอบในการอธิบายกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน ได้แก่ การรับประสบการณ์ การ

สะท้อนคิด การสร้างความคิดรวบยอด และการนำไปใช้จริง เพื่ออธิบายการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นควบคู่กับผลการวิจัยเชิงปริมาณ ดังภาพที่ 1'



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) โดยมุ่งศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างกิริท หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน และศึกษาประสบการณ์เชิงจิตใจภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยมีขั้นตอนและองค์ประกอบระเบียบวิธีวิจัยดังนี้

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ปีการศึกษา 2567 จำนวน 11,534 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 16 คน ได้จากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยคัดเลือกผู้ที่มีคะแนนความมุ่งมั่นพากเพียรต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 และ มีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน โดยใช้เกณฑ์กำหนดขนาดของสมาชิกในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของคอเรย์และคณะ (Corey; et al. 2014: 154; อ้างถึงใน ฐริเดช พาหุยุทธ์. 2560: 157) ขนาดของกลุ่มที่มีสมาชิก จำนวน 8 คน มีความเหมาะสม เพราะสมาชิกมีโอกาสในการมีส่วนร่วมและมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันเพื่อเกิดความกลมเกลียวภายในกลุ่ม และเกิดประสิทธิผลต่อหัวข้อเรื่องของการปรึกษาแบบกลุ่ม

### 2. เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมครั้งนี้ มีดังนี้

2.1 แบบวัดกิริทหรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนหรือ กิริท (Grit) ตามแนวคิดทฤษฎีความมุ่งมั่นพากเพียรของดักเวิร์ธ (Duckworth) แบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ตามแบบของ

Likert มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Objective Congruence: IOC) จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน อยู่ระหว่าง 0.60-1.00 (Cronbach,1970) มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.96

2.2 รูปแบบโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างกริท หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน เนื้อหาประกอบด้วย ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศ และการสร้างสัมพันธภาพ ครั้งที่ 2 รักและศรัทธาต่อสาขาที่เรียน (ทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง) ครั้งที่ 3 เอาใจใส่ต่อการเรียน (ทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง) ครั้งที่ 4 ความหวังและภาพอนาคต (พฤติกรรมความรู้คิด) ครั้งที่ 5 เป้าหมายของความสำเร็จ (ทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง) ครั้งที่ 6 แรงจูงใจพร้อมกับการฝึกฝน (ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม) ครั้งที่ 7 ความตั้งใจแน่วแน่มุ่งสู่ความสำเร็จ (ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม) ครั้งที่ 8 อุปสรรคมีไว้พุ่งชน (ทฤษฎีการหาคำตอบ) ครั้งที่ 9 สถานีของความพยายาม (ทฤษฎีเผชิญความจริง) ครั้งที่ 10 ความอดทนสู่ความสำเร็จ (ยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง และทฤษฎีเผชิญความจริง) และครั้งที่ 11 ปัจฉิมนิเทศ โดยค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) อยู่ในระหว่าง 0.80 - 1.00 ที่ผ่านการตรวจโปรแกรมจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน โดยรายละเอียดของรูปแบบโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น ผู้วิจัยมีการชี้แจงวัตถุประสงค์เพื่อนำเข้าสู่รูปแบบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพเพื่อสร้างความคุ้นเคยและไว้วางใจระหว่างสมาชิกกลุ่มและชี้แจงวัตถุประสงค์ของโปรแกรมจิตวิทยา รวมถึงบทบาทหน้าที่ของผู้วิจัย กฎระเบียบ การสร้างข้อตกลง

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการ เป็นขั้นตอนที่มีการกำหนดกิจกรรมเพื่อช่วยให้สมาชิกได้ตรวจตนเอง การตั้งเป้าหมายและการสร้างแรงจูงใจ เพื่อค้นหาเกี่ยวกับความต้องการของตนเอง รวมถึงวิธีการใช้แนวทางช่วยให้ค้นหาวิธีการเปลี่ยนแปลง โดยนำแนวคิดทฤษฎีการให้คำปรึกษามาดูรวมการให้มีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างกริท หรือความมุ่งมั่นพากเพียร (Grit) ทางการศึกษา

ขั้นที่ 3 ขั้นยุติกลุ่ม เป็นการกำหนดวิธีการในการสรุปกระบวนการและสิ่งที่สมาชิกได้เรียนรู้กลุ่มหรือการร่วมกันกำหนดหัวข้อในการแลกเปลี่ยนกันในครั้งต่อไป

2.3 แบบสอบถามประสบการณ์เชิงจิตใจ ตามทฤษฎีการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของโคลบ จำนวน 4 ข้อ โดยค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) สอดคล้องอยู่ในระหว่าง 0.80 - 1.00 ที่ผ่านการตรวจโปรแกรมจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาระยะที่ 1 การศึกษาผลการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ

3.1 ผู้วิจัยสุ่มแบบเจาะจงกับนักศึกษาที่มีคะแนนกริท หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 และสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มทดลอง และสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีการแจ้งพิทักษ์สิทธิตามจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ที่ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา เลขที่ 150/2567 ผู้วิจัยได้ขอความยินยอมจากผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยสมัครใจ (informed Consent) หลังจากชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอน และสิทธิในการถอนตัวจากการวิจัย ทั้งนี้ ข้อมูล

ของผู้เข้าร่วมถูกเก็บรักษาเป็นความลับโดยใช้รหัสแทนชื่อและนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น และให้นักศึกษาทำแบบวัดความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนก่อนการทดลอง (Pretest)

3.2 ผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างกริธ หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนให้กับกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน จำนวน 11 ครั้งๆ ละ 60 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแต่อย่างใด และดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างกริธ หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนเสร็จสิ้น จึงให้กลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน ทำแบบวัดกริธ หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน (Posttest) อีกครั้งหนึ่ง

การศึกษาระยะที่ 2 การศึกษาประสบการณ์เชิงจิตใจภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ

3.3 ผู้วิจัยดำเนินการใช้เครื่องมือแบบกึ่งโครงสร้างเพื่อสัมภาษณ์เป็นรายบุคคล เพื่อยืนยันผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

#### 4. สถิติที่ใช้ในการวิจัย

4.1 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ

4.2 การทดสอบค่าที (Independent Sample t-test) สองกลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน

4.3 การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

### ผลการวิจัย (Research Result)

1. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรกริธ หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนในภาพรวมและจำแนกตามองค์ประกอบก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง แสดงดังตารางต่อไปนี้

ตาราง 1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วม ภายในกลุ่มทดลองและภายในกลุ่มควบคุม

| กลุ่ม        | n | $\bar{x}$ | SD    | t      | df | Sig. |
|--------------|---|-----------|-------|--------|----|------|
| ระหว่างกลุ่ม |   |           |       |        |    |      |
| ก่อนทดลอง    |   |           |       |        |    |      |
| กลุ่มทดลอง   | 8 | 3.59      | 0.166 | -0.610 | 14 | .551 |
| กลุ่มควบคุม  | 8 | 3.64      | 0.187 |        |    |      |

| กลุ่ม              | n | $\bar{x}$ | SD    | t         | df | Sig. |
|--------------------|---|-----------|-------|-----------|----|------|
| <b>หลังทดลอง</b>   |   |           |       |           |    |      |
| กลุ่มทดลอง         | 8 | 4.33      | 0.103 | 9.201***  | 14 | .000 |
| กลุ่มควบคุม        | 8 | 3.77      | 0.139 |           |    |      |
| <b>ภายในกลุ่ม</b>  |   |           |       |           |    |      |
| <b>กลุ่มควบคุม</b> |   |           |       |           |    |      |
| ก่อนทดลอง          | 8 | 3.64      | 0.187 | 2.004     | 14 | .085 |
| หลังทดลอง          | 8 | 3.77      | 0.139 |           |    |      |
| <b>กลุ่มทดลอง</b>  |   |           |       |           |    |      |
| ก่อนทดลอง          | 8 | 3.59      | 0.166 | 18.727*** | 14 | .000 |
| หลังทดลอง          | 8 | 3.64      | 0.187 |           |    |      |

\*\*\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .001$

จากตาราง 1 พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองไม่แตกต่างกัน สะท้อนถึงความเท่าเทียมของกลุ่มตัวอย่าง ภายหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ( $t = 9.20$ ) นอกจากนี้ พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนก่อนและหลังการทดลองภายในกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน ขณะที่กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ( $t = 18.727$ ) แสดงให้เห็นถึงประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างกริธ หรือความมุ่งมั่นพากเพียรไม่แตกต่างกันทางการเรียน

**ตาราง 2** การเปรียบเทียบคะแนนกริธ หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของกลุ่มทดลอง จำแนกตามองค์ประกอบ ( $n = 8$ )

| องค์ประกอบของความมุ่งมั่น<br>พากเพียรทางการเรียน | ก่อนทดลอง<br>$\bar{x}$ (SD) | หลังทดลอง<br>$\bar{x}$ (SD) | t         | df | Sig. |
|--------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------|----|------|
| ด้านความปรารถนาอย่าง<br>แรงกล้า (Passion)        | 3.66 (0.201)                | 4.38 (0.134)                | 10.089*** | 14 | .000 |
| ด้านความขยันหมั่นเพียร<br>(Perseverance)         | 3.50 (0.288)                | 4.28 (0.116)                | 6.138***  | 14 | .000 |

\*\*\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .001$

จากตารางที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนกริธ หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของกลุ่มทดลองจำแนกตามองค์ประกอบของกริธ (Grit) หรือความมุ่งมั่นพากเพียร พบว่า คะแนนทั้งด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้า(Passion) และด้านความขยันหมั่นเพียร (Perseverance) ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยองค์ประกอบด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้ามีค่าการเปลี่ยนแปลงสูงกว่าด้านความขยันหมั่นเพียร

## 2. ผลการวิเคราะห์ประสบการณ์เชิงจิตใจของนักศึกษากลุ่มทดลองภายหลังการเข้ารับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสนทนากลุ่มเพื่อสะท้อนประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จำนวน 8 คน พบว่า การพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของผู้เข้าร่วมโปรแกรมเกิดขึ้นผ่านการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ตามแนวคิดของโคลบ อย่างเป็นลำดับและมีการเชื่อมโยงโดยตรงกับองค์ประกอบกริทธิ หรือความมุ่งมั่นพากเพียร ได้แก่ ด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้า (Passion) และความขยันหมั่นเพียร (Perseverance) ดังต่อไปนี้

2.1 การได้รับประสบการณ์จากการเข้าร่วมกลุ่มการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มการรับประสบการณ์พบว่า มีการเชื่อมโยงกับด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้า (Passion) โดยผู้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้มีการสะท้อนว่า กระบวนการกลุ่มทำให้ได้เผชิญกับประสบการณ์จริงและตระหนักถึงเป้าหมายทางการเรียน ดังสมาชิกกล่าวว่า “การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มทำให้เราได้เจอสถานการณ์จริง ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อน ทำให้รู้ว่าปัญหาทางการเรียนของเราคืออะไร และอยากพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น” และกระบวนการกลุ่มช่วยให้สมาชิกได้มีการค้นหาแนวทางการพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียร ดังที่สมาชิกกล่าวว่า “เป็นประสบการณ์ที่ไม่เคยได้รับมาก่อน ทำให้ระดมความคิดที่หลากหลายมากขึ้น และเริ่มคิดจริงจังกับเป้าหมายทางการเรียนของตนเอง”

2.2 การทบทวนประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการเชื่อมโยงกับด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้า (Passion) กับความขยันหมั่นเพียร (Perseverance) โดยพบว่า การทบทวนประสบการณ์ช่วยให้ผู้เข้าร่วมโปรแกรมได้มีการประเมินตนเองดังสมาชิกกล่าวว่า “การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถย้อนกลับไปทบทวนเหตุการณ์ที่ทำให้เราเห็นว่าที่ผ่านมาเราทำอะไรได้ดี และอะไรที่ยังคงต้องปรับปรุงเพื่อนำไปวางแผนพัฒนาต่อไป” เห็นความก้าวหน้าและเรียนรู้จากความสำเร็จและความผิดพลาดดังสมาชิกกล่าวว่า “กลุ่มช่วยให้เราได้เห็นความก้าวหน้าของตัวเอง ทำให้รู้สึกภูมิใจในความพยายามที่ผ่านมา และมีกำลังใจที่ไม่สามารถยอมแพ้”

2.3 การสรุปจากประสบการณ์เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเชื่อมโยงกับด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้า (Passion) ผู้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถสังเคราะห์ประสบการณ์และการสะท้อนคิดไปสู่การกำหนดเป้าหมาย การวางแผนการเรียน ดังสมาชิก กล่าวว่า “กระบวนการกลุ่มช่วยให้เราตั้งเป้าหมายได้ชัดเจนมากขึ้น รู้ว่าต้องเริ่มจากอะไร วางแผนอย่างไรและประเมินความคืบหน้าของตัวเอง” และการพัฒนาทักษะที่จำเป็น เช่น การบริหารเวลาการสื่อสารและการแก้ปัญหา ดังสมาชิกได้กล่าวว่า “ได้ทบทวนการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพการบริหารเวลาและการจัดลำดับความสำคัญเป็นสิ่งสำคัญในการทำงานและการใช้ชีวิตประจำวัน” สอดคล้องกับสมาชิกอีกคนกล่าวว่า “ประสบการณ์การปรึกษาแบบกลุ่มทางการเรียนช่วยพัฒนาทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น รู้จักการแก้ปัญหาาร่วมกัน ฝึกทักษะการสื่อสารที่ชัดเจนและมีประสิทธิภาพด้วย รวมถึงเปิดรับมุมมองที่หลากหลาย นอกจากนี้ ยังเสริมสร้างทักษะการบริหารเวลาและการวางแผนซึ่งทั้งหมดนี้เป็นประโยชน์ในการจัดการเรื่องต่างๆ ในชีวิตประจำวันและการทำงาน”

2.4 การวางแผนการปฏิบัติหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เชื่อมโยงกับความขยันหมั่นเพียร (Perseverance) โดยผู้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้มีการสะท้อนถึงการนำแผนและแนวคิดไปใช้คิดการเผชิญอุปสรรคและการไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก ดังสมาชิกกล่าวว่า “*ได้นำสิ่งที่ได้จากการปรึกษาแบบกลุ่มไปใช้จริง เช่น การแบ่งเป้าหมายระยะสั้นและระยะยาว การวางแผน การทำตามแผน และการปรับแผนเมื่อเจออุปสรรค*” โดยผู้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้มีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นตัวบ่งชี้สำคัญของความสำคัญของความมุ่งมั่นพากเพียรด้านความขยันหมั่นเพียรดังสมาชิกกล่าวว่า “*การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้เกิดความตั้งใจและฝึกรับผิดชอบกับงานมากขึ้น แม้จะเจอปัญหาที่พยายามหาวิธีแก้ไข และพัฒนาตัวเองต่อไป*”

กล่าวโดยสรุป จากคำพูดของสมาชิกสะท้อนให้เห็นว่าการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตามวงจรของโคลบเป็นกลไกสำคัญที่ส่งเสริมการพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน โดยความปรารถนาอย่างแรงกล้าเกิดจากการตระหนักรู้เป้าหมายและคุณค่าของการเรียน และด้านความขยันหมั่นเพียร (Perseverance) พัฒนาผ่านการเรียนรู้จากความผิดพลาด การลงมือปฏิบัติจริงและไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

## อภิปรายผล

### 1. ผลการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ผลการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาในกลุ่มทดลองที่ได้รับการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีคะแนนกริทธิ หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ขณะที่กลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการพัฒนาไม่ปรากฏการณ์เปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจน ผลการวิจัยดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างกริทธิหรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม และสะท้อนกับบริบทการพัฒนา นักศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาที่มุ่งเน้นการพัฒนาความเพียร ความตั้งใจ และการรับมือกับอุปสรรคอย่างยั่งยืน และสอดคล้องกับองค์ประกอบความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน ซึ่งได้รับการยืนยันเชิงโครงสร้างแล้วว่า มีความเหมาะสมตามทฤษฎี (วิกานดา ชัยรัตน์ และเศรษฐวัฒน์ โชควรรกุล, 2568) โดยการเปลี่ยนแปลงระดับความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนสามารถอธิบายได้จากการออกแบบโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีความเป็นระบบ ส่งผลให้การเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลองมีความน่าเชื่อถือทางวิชาการ โดยกระบวนการให้จากการออกแบบคำปรึกษาแบบกลุ่มได้บูรณาการทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาที่หลากหลายและเหมาะสมกับบริบทการพัฒนา นักศึกษา โดยเปิดโอกาสให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการสำรวจตนเอง ทั้งการเปิดพื้นที่ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้นผ่านกิจกรรมการสะท้อนตนเอง การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการกำหนดเป้าหมายทางการเรียนร่วมกัน ซึ่งช่วยกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจภายใน ความรับผิดชอบต่อตนเอง และการเปลี่ยนแปลงด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมสอดคล้องกับแนวคิดของ Duckworth (2007) ที่ชี้ว่าความมุ่งมั่นพากเพียรเป็นคุณลักษณะที่สามารถพัฒนาได้ผ่านการฝึกฝนอย่างตั้งใจ มีเป้าหมายและได้รับการสนับสนุนที่เหมาะสม ดังนั้น บริบทของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจึงเอื้ออำนวยต่อการสร้างแรงบันดาลใจและความมุ่งมั่นในระยะยาวได้ นอกจากนี้ บรรยากาศของ

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเน้นความอบอุ่น การยอมรับและความเข้าใจซึ่งกันและกัน และยังช่วยให้สมาชิกกลุ่มกล้าเปิดเผยตนเองและสำรวจปัญหาทางการเรียนอย่างลึกซึ้ง นำไปสู่การค้นพบแนวทางการแก้ปัญหาและการพัฒนาตนเองอย่างเป็นรูปธรรม สอดคล้องกับแนวคิดของจันท์เพ็ญ ภูโสภา (2566) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยส่งเสริมบรรยากาศแห่งความไว้วางใจและการเรียนรู้ร่วมกัน ขณะเดียวกัน เพ็ญภา กลุณชาติ (2565) กล่าวว่า กระบวนการปรึกษาจะต้องให้วัยรุ่นตัดสินใจ และมีส่วนร่วมในกระบวนการให้การปรึกษา วัยรุ่นจึงมีความรู้สึกถึงความรับผิดชอบในการปรึกษาและมีการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการพัฒนาใดๆ จึงไม่มีการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน องค์ประกอบด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้า (Passion) ประกอบด้วย 5 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ ความรักและศรัทธา ความเอาใจใส่ การกำหนดเป้าหมาย ความคาดหวัง และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ผลการเปลี่ยนแปลงอาจเนื่องมาจากกิจกรรมที่ออกแบบ ได้อย่างสอดคล้องกับตัวบ่งชี้ ทางด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน การสะท้อนตนเองถึงความหวังในอนาคต ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากกลุ่มทดลองได้รับการพัฒนาทักษะและคุณลักษณะด้านความมุ่งมั่นพากเพียร โดยผ่านกระบวนการให้คำปรึกษาที่มีการวางแผนอย่างเป็นระบบ โดยใช้แนวทางการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานระหว่างทฤษฎีกับเทคนิคเชิงประสบการณ์ (Experiential Techniques) ในกระบวนการให้คำปรึกษา ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้ใช้เทคนิคและกิจกรรมที่ผู้วิจัยได้บูรณาการองค์ความรู้จากหลายทฤษฎี เช่น ทฤษฎีการปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ทฤษฎีเผชิญความจริง ที่ช่วยให้นักศึกษาได้ค้นพบความหมายและคุณค่าของการเรียน กล่าวได้ว่า กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถกระตุ้นแรงบันดาลใจภายใน และช่วยให้นักศึกษากลุ่มทดลองค้นพบความหมายและคุณค่าของการเรียนผ่านกิจกรรมที่เชื่อมโยงเป้าหมายส่วนบุคคลกับคุณค่าชีวิตสามารถกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจน สอดคล้องกับ แนวคิดของ Duckworth et al. (2007) อธิบายว่า “Passion เป็นความหลงใหลในระยะยาวต่อเป้าหมายที่ตนเองให้คุณค่า โดยการทุ่มเทจะเป็นตัวผลักดันให้บุคคลพากเพียรแม้เผชิญกับอุปสรรค สอดคล้องกับงานวิจัยของ Eskreis-Winkler et al. (2014) ที่พบว่า การพัฒนาความปรารถนาอย่างแรงกล้า (Passion) สามารถทำได้โดยการช่วยให้บุคคลค้นพบความหมายและคุณค่าในสิ่งที่ทำ รวมทั้งการเชื่อมโยงเป้าหมายระยะสั้นกับเป้าหมายระยะยาวที่มีความหมายต่อชีวิต นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ Duckworth (2016) ที่กล่าวว่า การพัฒนาความปรารถนาอย่างแรงกล้า (Passion) ต้องอาศัยการค้นพบความสนใจที่แท้จริง การพัฒนาความสนใจให้ลึกซึ้ง และการเชื่อมโยงงานกับเป้าหมายที่มีความหมายที่สูงกว่า และ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฐิริเดช พาหุยุทธ์ (2560) ภายหลังการทดลองโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเชิงรุก พบว่า การเผชิญปัญหาเชิงบวกมีการเชื่อมโยงกับเป้าหมาย แรงจูงใจภายใน ความภาคภูมิใจในตนเอง และการเติบโตทางจิตใจ กล่าวโดยสรุป กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถเสริมสร้างความปรารถนาอย่างแรงกล้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากช่วยให้นักศึกษาค้นพบคุณค่าในตนเอง และสามารถสร้างแรงบันดาลใจจากภายในได้ และองค์ประกอบด้านความขยันหมั่นเพียรประกอบด้วย 4 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ ความอดทน ความพยายาม ความตั้งใจแน่วแน่ และความสามารถในการเผชิญอุปสรรค รูปแบบโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการออกแบบให้ผู้เข้าร่วมทดลองได้ฝึกฝนคุณลักษณะความมุ่งมั่นพากเพียร โดยกิจกรรมอุปสรรคมีไว้พุ่งชน เป็นการใช้ทฤษฎีการปรึกษาการเน้นหาคำตอบ เป็นการฝึกให้เกิดกระบวนการคิดแก้ปัญหาทางการเรียนเชิงรุก โดยใช้เทคนิคคำถามยกเว้น (Exception-Oriented Questions) เปิดโอกาสให้สำรวจพฤติกรรม



หลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สอดคล้องกับ ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์ (2561) กล่าวว่า การเรียนรู้เชิงประสบการณ์เป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน โดยนำความรู้ต่างๆ มาเชื่อมโยงกับความรู้เพื่อให้เกิดความหมาย โดยมีประเด็นรายละเอียดดังนี้

2.1.1 การศึกษาประสบการณ์เชิงจิตใจของนักศึกษาภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน แสดงให้เห็นถึงพลังของกระบวนการกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาคุณลักษณะสำคัญทางการเรียนรู้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อดำเนินการตามกรอบทฤษฎีการเรียนรู้ของโคลบ ซึ่งมุ่งเน้นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์อย่างเป็นวงจรโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่พัฒนาขึ้นได้นำวงจรการเรียนรู้ 4 ขั้นตอนของโคลบมาประยุกต์ใช้อย่างเป็นระบบ เริ่มจากขั้นการรับประสบการณ์เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกเข้าร่วมกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ส่งเสริมการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมส่งผลต่อการพัฒนาความรักและศรัทธาในการเรียน สอดคล้องกับตัวบ่งชี้ทางด้านความปรารถนาอย่างแรงกล้า กระบวนการกลุ่มเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับสมาชิกคนอื่นที่ช่วยเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการลดความรู้สึกโดดเดี่ยวที่ไม่ได้เผชิญปัญหาโดยลำพัง ส่งผลให้เกิดความมุ่งมั่นไม่ยอมแพ้ในการเผชิญความยากลำบากสอดคล้องกับองค์ประกอบความมุ่งมั่นพากเพียรด้านความขยันหมั่นเพียร สอดคล้องกับงานวิจัยของ Mahmoud Suhaila Banat et al. (2020) ที่พบว่า โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยเพิ่มความสามารถในการสร้างมิตรภาพระหว่างนักเรียนซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่เอื้อต่อการพัฒนาทักษะทางสังคมและประสบการณ์เชิงบวกในการเรียนรู้การเผชิญอุปสรรคทางการเรียนด้วยความมุ่งมั่นในการพัฒนาทักษะการปรับตัวเพื่อจุดประกายแรงบันดาลใจในการสร้างความเข้มแข็งทางใจและการปลุกพลัง ความมุ่งมั่นพากเพียรของสมาชิกเพื่อนำไปสู่ขั้นการทบทวนประสบการณ์ ที่ช่วยให้สมาชิกได้ไตร่ตรองถึงประสบการณ์ที่ได้รับ กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อประเมินความก้าวหน้าของตนเองของการกำหนดเป้าหมายและเรียนรู้ถึงความพยายามและอดทนต่ออุปสรรคทางการเรียนเพื่อนำไปสู่ขั้นการสรุปประสบการณ์การต่อยอดความรู้เรื่องความมุ่งมั่นพากเพียรของการมองเห็นคุณค่าต่อการมีเป้าหมายทางการเรียน และพัฒนาการสร้างความเข้มแข็งใจให้เหมาะสมกับตนเอง กล่าวได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการนี้ที่ช่วยให้สมาชิกวิเคราะห์และสังเคราะห์เป็นความเข้าใจเชิงมนทัศน์เกี่ยวกับความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน ผ่านการเรียนรู้โดยกระบวนการสร้างสัมพันธ์ภาพ การระดมความคิด และการแลกเปลี่ยนวิธีการก้าวข้ามอุปสรรคได้ ช่วยให้นักศึกษาเข้าใจหลักการของการสร้างความรักศรัทธา การกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับ Setiyowati et al. (2023) พบว่า การปรับโครงสร้างความคิดผ่านกระบวนการกลุ่มช่วยสร้างความมั่นใจให้กับผู้เรียน ความมั่นใจนี้เป็นปัจจัยสำคัญที่สนับสนุนให้ผู้เรียนสามารถสร้างความเข้าใจเชิงมนทัศน์และพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อนำไปสู่ขั้นการวางแผนถึงแนวทางการเสริมสร้างความมุ่งมั่นพากเพียรของการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนำไปปฏิบัติจริง โดยกำหนดแนวทางการกล้าเผชิญกับความยากลำบากทางการเรียน ซึ่งเป็นมิติสำคัญของความขยันหมั่นเพียร (Perseverance) สอดคล้องกับ Ismail Ay & Seyma Ozeken (2024) ที่พบว่า การฝึกปฏิบัติผ่านกระบวนการกลุ่มช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการให้คำปรึกษาของตนเอง และส่งเสริมการพัฒนาทั้งทักษะทางวิชาชีพและความสัมพันธ์ส่วนตัว ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับการทดลองปฏิบัติและการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริง การผสมผสานแนวคิดของโคลบเข้ากับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้สร้าง

สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่มีพลัง เอื้อให้นักศึกษาได้พัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนอย่างเป็นองค์รวม ทั้งในมิติของความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะเรียนรู้และความขยันหมั่นเพียรในการฝ่าฟันอุปสรรค กระบวนการกลุ่มยังเสริมแรงให้สมาชิกได้เห็นแบบอย่างแลกเปลี่ยนกลยุทธ์ และสนับสนุน ซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้การพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนเกิดขึ้นได้อย่างลึกซึ้งและยั่งยืน จากการวิเคราะห์ประสบการณ์เชิงจิตใจของนักศึกษาจะเห็นได้ว่าทฤษฎีการเรียนรู้ของโคลบสามารถเชื่อมโยงกับการเสริมสร้างความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนได้อย่างลงตัว วงจรการเรียนรู้ที่เริ่มจากประสบการณ์ผ่านการสะท้อนคิด การสร้างแนวคิดไปสู่การทดลองปฏิบัติ สอดคล้องกับธรรมชาติของการพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียร ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่ต้องอาศัยทั้งการเรียนรู้เชิงทฤษฎีและการฝึกฝนในสถานการณ์จริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อได้รับการเสริมพลังจากกระบวนการกลุ่มทำให้นักศึกษาสามารถพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะเป็นรากฐานสำคัญสำหรับความสำเร็จทางการศึกษาและการพัฒนาตนเองในระยะยาว

2.2 ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างกริธา หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดที่ว่า การเรียนรู้ผ่านปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการสะท้อนประสบการณ์ร่วมช่วยเสริมสร้างการตระหนักรู้ตนเอง แรงจูงใจ และความเข้มแข็งภายในของผู้เรียน เมื่อเปรียบเทียบกับวิธีการพัฒนาในรูปแบบรายบุคคลหรือ การจัดกิจกรรมเชิงบรรยาย โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีข้อดีในด้านการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์เรียนรู้จากความหลากหลายของมุมมอง และได้รับแรงสนับสนุนทางอารมณ์จากเพื่อนร่วมกลุ่ม ซึ่งเอื้อต่อการพัฒนาความมุ่งมั่นและความเพียรอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ การดำเนินกิจกรรมแบบกลุ่มยังช่วยเพิ่มประสิทธิภาพด้านทรัพยากรและเวลาเมื่อเทียบกับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล

อย่างไรก็ตาม วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มยังมีข้อจำกัดเมื่อเปรียบเทียบกับวิธีการอื่น โดยเฉพาะในประเด็นความแตกต่างระหว่างบุคคล ผู้เรียนบางรายอาจไม่กล้าเปิดเผยประสบการณ์หรือความรู้สึกเชิงลึกในบริบทกลุ่ม ส่งผลให้การพัฒนาไม่เกิดขึ้นอย่างเต็มที่เมื่อเทียบกับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล นอกจากนี้ กระบวนการกลุ่มอาจได้รับอิทธิพลจากพลวัตของกลุ่ม เช่น บทบาทผู้นำหรือแรงกดดันทางสังคม ซึ่งอาจส่งผลต่อระดับการมีส่วนร่วมของสมาชิกบางคน เมื่อเปรียบเทียบกับวิธีการฝึกทักษะเชิงพฤติกรรมหรือการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านสื่อดิจิทัล โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอาจต้องอาศัยผู้ดำเนินกลุ่มที่มีทักษะเฉพาะและสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อความปลอดภัยทางจิตใจ จึงจะสามารถเกิดผลลัพธ์ที่มีประสิทธิภาพได้อย่างแท้จริง

นอกจากนี้ การวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดที่ควรพิจารณา ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจากสถาบันอุดมศึกษาเพียงแห่งเดียว ซึ่งอาจมีบริบทการเรียนรู้ที่แตกต่างจากสถาบันอื่น การวัดกริธา หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนอาศัยแบบวัดการประเมินตนเอง ซึ่งอาจได้รับอิทธิพลจากอคติในการตอบแบบสอบถาม และการประเมินผลของโปรแกรมเป็นการวัดผลในระยะสั้นจากคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม จึงยังไม่สามารถอธิบายความคงทนของผลการพัฒนาในระยะยาวได้อย่างชัดเจน

## ข้อเสนอแนะการวิจัย

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 สถาบันอุดมศึกษาสามารถนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไปใช้เป็นกลไกเชิงรุกทางการพัฒนาความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษา โดยเฉพาะกลุ่มที่ขาดความมุ่งมั่นหรือเผชิญภาวะการหมดไฟทางการเรียน ทั้งนี้ สามารถบูรณาการสะท้อนคิด การตั้งเป้าหมาย และการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง เข้ากับรายวิชาและกิจกรรมพัฒนานักศึกษา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในระยะยาว

### 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาติดตามผลหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มระยะยาว 6 เดือน เพื่อประเมินความคงทนของกริท หรือความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียน โดยช่วยให้เป็นข้อมูลเชิงประจักษ์สำหรับการกำหนดนโยบายพัฒนานักศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่มุ่งเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ของผู้เรียน

2.2 ควรศึกษาเชิงสหสัมพันธ์ระหว่างกริท หรือความมุ่งมั่นพากเพียรและตัวแปรทางจิตวิทยาอื่นๆ เช่น ความฉลาดทางอารมณ์ กรอบความคิดแบบเติบโต ความสามารถในการกำกับตนเอง เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลเชิงนโยบายในการออกแบบการเรียนรู้และการแนะแนวที่ตอบสนองการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน

## องค์ความรู้ใหม่

ข้อค้นพบองค์ความรู้ใหม่ ความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาเป็นผลลัพธ์ของกระบวนการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ที่เกิดขึ้นภายในกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยประสบการณ์เชิงจิตใจทำหน้าที่เป็นกลไกสำคัญที่เชื่อมโยงต่อการพัฒนาความปรารถนาอย่างแรงกล้าและความขยันหมั่นเพียร และสามารถขยายกรอบการอธิบายความมุ่งมั่นพากเพียรจากคุณลักษณะเชิงโครงสร้างสู่มิติของการออกแบบเชิงกระบวนการที่สามารถนำไปใช้ในการกำหนดนโยบายและพัฒนาหลักสูตรระดับอุดมศึกษาอย่างยั่งยืน

## เอกสารอ้างอิง

- จันทร์เพ็ญ ภูโสภาก. (2566). *ทฤษฎีการให้คำปรึกษา*. ตักสิลาการพิมพ์.
- ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์. (2561). *80 นวัตกรรมการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ* (พิมพ์ครั้งที่ 8). พิษณุโลก: ดิไซน์แอนด์ปริ้นต์.
- ธนพจน์ โพสมักร. (2562). การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างความมุ่งมั่นพากเพียร (Grit) ของนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ กระทรวงวัฒนธรรม. *วารสารราชพฤกษ์*, 17(1), 59-65.
- นลิน มนัสโพบูลย์. (2564). *การศึกษาและพัฒนาความเพียรของนักศึกษาวิทยาลัยดุริยางคศิลป์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ณัฐวรรณ เปาอินทร์. (2562). *ประสบการณ์ทางจิตใจเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของผู้รับบริการ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เพ็ญนภา กลุณภาดล. (2565). *การให้การปรึกษาวัยรุ่น (Adolescent Counseling)* (พิมพ์ครั้งที่ 5 ปรับปรุงครั้งที่ 4). สำนักงานหอสมุดแห่งชาติ.
- ภริเดช พาหุยุทธ์. (2560). *การศึกษาและพัฒนากิจกรรมเผชิญปัญหาเชิงบวกของนักเรียนวัยรุ่น โดยการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงรุก*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิกานดา ชัยรัตน์ และ เศรษฐวัฒน์ โชควรรกุล. (2566). ผลการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดสถานะของภาระทางปัญญาของนักศึกษา: การวิจัยแบบผสมวิธี. *วารสารการบริหารการปกครองและนวัตกรรมท้องถิ่น*, 7(3), 117–134.
- วิกานดา ชัยรัตน์ & เศรษฐวัฒน์ โชควรรกุล. (2568). การศึกษาองค์ประกอบความมุ่งมั่นพากเพียรทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา. *วารสารการบริหารการปกครอง และนวัตกรรมท้องถิ่น*, 9(3), 119–140.
- สรียา โชติธรรม. (2561). โมเดลเชิงสาเหตุของความสำเร็จของนักศึกษาระดับปริญญาตรีทางภาคเหนือที่มีความมุ่งมั่นพากเพียร (GRIT) เป็นตัวกลาง. *วารสารการศึกษามหาวิทยาลัยนเรศวร*, 20(4), 230-239.
- โสธิดา ผูกฐธธรรม, ดวงพร ทองงาม, มานี ปิยะอนันต์, พิชญา ตันติเศรณี และ ฉันทพร ตีรพลกุล. (2564). ความสัมพันธ์ระหว่างความวิริยะอุตสาหะกับความเป็นมืออาชีพทางการแพทย์ในนักศึกษาแพทย์และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 16(1), 81-96.
- อัฐณญา แพทย์ศาสตร์ & หทัยชนก อินลพ. (2566). การพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษา คณะครุศาสตร์. *วารสารวิจัยรำไพพรรณี*, 17(1), 110-119.
- Cronbach, L. J. (1970). *Essentials of Psychological Testing* (3<sup>rd</sup> ed.). Harper & Row.
- Duckworth, A.L., Peterson, C., Matthews, M.D., & Kelly, D.R. (2007). Grit: Perseverance And Passion for Long-term Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101.
- Duckworth, A. (2016). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. Scribner.
- Dweck, C., Walton, G. M., & Cohen, G. L. (2011). *Academic Tenacity: Mindsets and Skills that Promote Long-term Learning*. Bill & Melinda Gates Foundation.
- Eskreis-Winkler, L., Duckworth, A. L., Shulman, E.P., & Beal, S. (2014). The Grit Effects: Predicting Retention in the Military, the Workplace, School, and Marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(2), 267-285.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Prentice Hall.

- Mahmoud, S. B., Musa, H. A., Hamdan, N. A., & Wafa, Y. S. (2020). The Effectiveness of a Group Counseling Program in Enhancing the Ability to form Friendship Among Academically Talented Students. *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, 8(2), 701-710.
- Setiyowati, H. D., Dantes, N., & Dwiarwati, K. A. (2023). The Effectiveness of Group Counseling Cognitive Restructuring Techniques to Increase the Self-Confidence of Students. *Bisma: The Journal of Counseling*, 7(1), 25-33.
- Trilling, B., & Fadel, C. (2009). *21<sup>st</sup> Century Skills: Learning for Life in our Times*. Jossey- Bass.
- Yalom, I.D., & M. (2020). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy* (6<sup>th</sup>.ed.). Basic Books.
- Yeager, D. S., Johnson, R., Spitzer, B., & Dweck, C. S. (2012). *Implicit Theories of Personality and the Transition to High School: Longitudinal Effects on Stress, Health and Academic Performance*. Unpublished Manuscript, Stanford University.