

ผลของกิจกรรมแนะแนว ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค
เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี

The Effect of Guidance Activities on Ability of Adversity Quotient
to Develop Self-Regulated in Learning of Upper Primary School
Students Prasanmit School Pathumthani Province

เสาวนีย์ ทองเกลี้ยง, มนัสนันท์ หัตถศักดิ์, กรกฏา นุกคิม

Saowanee Thongklieng, Manasanan Hatthasak, Karakada Nugkim

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Education and Guidance Psychology, Kasetsart University

E-mail: saowanee.th@ku.th

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) สร้างกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี 2) เปรียบเทียบการกำกับตนเองด้านการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี จำนวน 10 คน โดยผู้วิจัยใช้การเลือกแบบเจาะจง เข้าร่วมกิจกรรม 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ กิจกรรมแนะแนว ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล 1) แบบวัดการกำกับตนเองด้านการเรียน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .87 2)แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนเมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมแต่ละครั้ง และ 3)แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ

ได้รับบทความ: 3 พฤษภาคม 2565; แก้ไขบทความ: 17 พฤษภาคม 2565; ตอรับตีพิมพ์: 18 พฤษภาคม 2565

Received: May 3, 2022; Revised: May 17, 2022; Accepted: May 18, 2022

กิจกรรมแนะแนวและต่อผู้วิจัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าสถิติ Wilcoxon Signed Ranks Test

ผลการวิจัยพบว่า

กิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียน ส่งผลต่อคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียน สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียน ช่วยให้นักเรียนมีการพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนได้

คำสำคัญ: แนะแนว, ความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค, กำกับตนเอง

Abstract

This research article Its objectives are: 1) To create guidance activities for the ability to face and overcome obstacles to develop self-direction in learning of high school students Prasarnmit School Pathum Thani Province 2) to compare the self-direction in learning before and after participating in the guidance activities the ability to face and overcome obstacles to develop self-direction in learning of students in the upper grades Prasarnmit School PathumThani Province.

This research is a quasi-experimental research. The sample group consisted of students in Prasarnmit School in the second semester of the academic year 2021. PathumThani Province, consisting of 10 people. The researcher used a specific selection. Participated in the activity 10 times, 50 minutes each time. The instrument used in the experiment was a guidance activity. the ability to face and overcome obstacles to develop self-direction in learning of students in the upper grades Prasarnmit School PathumThani Province. Data Collection Tools 1) Development of Self-Directed Learning measure has a confidence value of .87 2) A student's learning record form at the end of each activity. and 3) a questionnaire on the opinions of students towards the guidance activities and towards the researcher. The data were

analyzed using averages. standard deviation statistical test Wilcoxon Signed Ranks Test)

The research results finds that:

1. After the experiment, the students in the experimental group had higher scores on the Academic Self-Regulatory Scale than before participating in the guidance activities. the ability to face and overcome obstacles to develop self-direction in learning statistically significant at the .05 level 2) The students in the experimental group were of the opinion that participating in the guidance activities the ability to face and overcome obstacles to develop self-direction in learning Help students develop self-directed learning.

Keywords: Guidance, Adversity Quotient, Self-Regulated

1. บทนำ

ประเทศไทยให้ความสำคัญกับการศึกษาอย่างมาก เนื่องจากเป็นรากฐานของการพัฒนาประเทศในทุก ๆ ด้าน การศึกษาไทยมีประวัติการพัฒนามายาวนานซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงวิวัฒนาการการเรียนการสอนในประเทศไทยและได้รับการปฏิรูปอยู่หลายครั้งเพื่อให้ประชาชนได้เข้าถึงการศึกษาและมีความสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบัน เพื่อนำพาประเทศและประชาชนไปสู่ความเจริญในทุกด้าน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2564: 1-4) ดังนั้นรัฐบาลจึงมีนโยบายในการจัดการศึกษาตามแผนยุทธศาสตร์ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ มีเป้าหมายการพัฒนาที่สำคัญเพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ โดยคนไทยมีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีหลักคิดที่ถูกต้อง มีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 มีนิสัยรักการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต สู่การเป็นคนไทยที่มีทักษะสูง (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2561: 8-9)

สอดคล้องกับแผนพัฒนาการแนะแนวการศึกษาขั้นพื้นฐาน ฉบับที่ 1 (พ.ศ. 2561 – 2565) ที่กล่าวถึงวิสัยทัศน์ของการแนะแนว ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีสมรรถนะด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคมมีสุขภาวะที่ดี และทักษะที่สำคัญจำเป็นในศตวรรษที่ 21 ซึ่งกิจกรรมแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่ส่งเสริมความสามารถของ

ผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งครูผู้สอนทุกคนต้องทำหน้าที่แนะแนวให้คำปรึกษาด้านชีวิต การศึกษาต่อ และการพัฒนาตนเองสู่โลกอาชีพและการมีงานทำ (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2561: 21) มีนักการศึกษาหลายท่านที่ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการแนะแนวของครูเพื่อพัฒนาผู้เรียน เช่น วชิรวิทย์ มาลาทองและจิตตินันท์ บุญสิทธิกุล (2558: 1, 108-1, 119) ผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนประเทืองทิพย์วิทยาและ มัทนา เกษมจิตต์, กรกฏา นักคัม และ มฤษณ์ แก้วจินดา (2564: 213-225) ผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวตามตัวแบบ เพื่อพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (แขวงบางบอน เขตบางบอน กรุงเทพมหานคร) เป็นต้น

ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ที่สำคัญที่จะทำให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จได้เป็นอย่างดี คือ ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (Adversity quotient) หรือ AQ เป็นทฤษฎีที่ Dr. Paul G. Stoltz คิดค้นขึ้น หลักการของทฤษฎีนี้คือการเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยการทำให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้อย่างไม่ท้อแท้หรือหยุดยั้งกลางทาง แม้จะเหนื่อยยากแค่ไหนก็จะต้องไม่ล้มเลิกจนกว่าจะพบกับความสำเร็จ (กรมสุขภาพจิตออนไลน์, 2561) มีนักการศึกษาหลายท่านที่ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เช่น วรฐา นพพรเจริญกุล (2562: 681-693) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 และ จริญญา ประสิทธิ์สุนทรและมนัสนันท์ หัตถศักดิ์ (2561: 45-55) ผลของโปรแกรมความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย เป็นต้น

นอกจากทักษะความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคแล้ว เด็กในวัยประถมศึกษาตอนปลายจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาทักษะที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือ ทักษะการกำกับตนเองในการเรียนรู้ เป็นพฤติกรรมที่มีความสำคัญในการเรียนรู้ของนักเรียนในศตวรรษที่ 21 เช่นเดียวกัน กระบวนการของการกำกับตนเองในการเรียนรู้ เป็นพฤติกรรมที่มีฐานความคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคม ประกอบด้วย การกำกับตนเอง และการเรียนรู้ การกำกับตนเอง คือ พฤติกรรมการควบคุมความคิด ความรู้สึกและการกระทำของตนเองด้วยความตั้งใจและฝึกฝน กระบวนการกำกับตนเอง ประกอบด้วย 3 กระบวนการ ดังนี้ คือ 1) กระบวนการสังเกตตนเอง 2) กระบวนการตัดสินตนเอง 3) กระบวนการแสดง

ปฏิริยาต่อตนเอง การดำเนินการของกระบวนการย่อยดังกล่าวเป็นปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน (Bandura, 1986: 169-171)

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะสร้างกิจกรรมแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี เพื่อพัฒนาให้นักเรียนสามารถกำกับตนเองด้านการเรียนให้ประสบความสำเร็จตามที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ มีความอดทน และพากเพียรไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เพื่อสามารถดำรงชีวิตอยู่ในยุคสมัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างเหมาะสม และเกิดความสุขในชีวิตแห่งตนต่อไปในระยะยาว

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อสร้างกิจกรรมแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี
2. เพื่อเปรียบเทียบการกำกับตนเองด้านการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) ซึ่งการวิจัยกึ่งทดลองมีลักษณะคล้ายการวิจัยเชิงทดลอง แต่การวิจัยกึ่งทดลองไม่มีการสุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่ม การวิจัยกึ่งทดลองพยายามออกแบบการวิจัยให้เกิดความเที่ยงตรงภายในโดยวิธีการสร้างการควบคุมประเภทต่าง ๆ เพื่อจัดอิทธิพลของตัวแปรภายนอกต่าง ๆ แบบการวิจัยกึ่งทดลองมีหลายประเภท แบบการวิจัยกึ่งทดลองที่นิยมใช้ ได้แก่ การวิจัยที่มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โดยในการทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยใช้รูปแบบที่มีกลุ่มทดลองเดียว ซึ่งมีการวัดตัวแปรตามก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนโรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี ที่ศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 ระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย จำนวน 30 คน โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี จำนวน 10 คน โดยผู้วิจัยใช้การเลือกแบบเจาะจง โดยดำเนินการทดลองตามขั้นตอน ดังนี้

3.1 ขั้นตอนการศึกษาเอกสาร ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมากำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย รวมถึงการออกแบบเครื่องมือและการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย โดยเน้นศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมแนะแนว ความสามารถสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค
2. การกำกับตนเองด้านการเรียน

3.2 สร้างเครื่องมือในการทดลอง มีการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ประกอบด้วยนายณวิช นวชีวินมัย ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการเรียนรู้ การปรึกษารายบุคคล การให้คำปรึกษากลุ่ม นางสาวนาฏศิลป์ ศษประเสริฐ ผู้เชี่ยวชาญด้านการแนะแนว และนางชัชชญา นุสนทรา ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาเด็กประถมศึกษา

เครื่องมือในการทดลอง จำแนกได้ 2 ประเภท คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง
 - 1) กิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี
 - 2) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 3 ชุด ดังนี้
 - (1) แบบวัดการกำกับตนเองด้านการเรียน
 - (2) แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่มีต่อ กิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย
 - (3) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย และต่อผู้วิจัย

3.3 ดำเนินการทดลองกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี จำนวน 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้สถิติพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูลหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการกำกับตนเองระหว่างก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้สถิติการทดสอบที่ชนิดกลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกัน Non Parametric Statistics (Wilcoxon Signed Ranks Test)

3. สรุปเนื้อหา ต่อไปนี้

1) สรุปเนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โดยการสรุปและประเมินสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้ง มาประมวลผลและเรียบเรียงนำเสนอด้วยการบรรยาย

2) สรุปข้อมูลจากการแสดงความคิดของกลุ่มทดลองที่มีต่อแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย และต่อผู้วิจัยด้วยการหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสรุปข้อคิดเห็นอื่น ๆ เพื่อประเมินสิ่งที่นักเรียนได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม มาประมวลผลและเรียบเรียงนำเสนอด้วยการบรรยาย

4. สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี ผลจากการวิจัย พบว่า

1. กิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญ และฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ที่ผ่านการตรวจสอบความตรงจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อนำมาใช้กับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ทำให้นักเรียนได้เรียนรู้ เข้าใจ และตระหนักถึงความสำคัญของการกำกับตนเองด้านการเรียน และช่วยให้นักเรียนได้พัฒนาตนเองด้านการวางแผนทางการเรียน และมีกระบวนการในการกำกับตนเองให้เป็นไปตามแผนที่ได้วางไว้ ซึ่งส่งผลให้นักเรียนประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกิจกรรมอื่น ๆ ในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. กิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ที่ผ่านการตรวจสอบความตรงจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อนำมาใช้กับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความ

สามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย มีคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง

กลุ่มทดลอง (n=10)	คะแนนจากแบบวัด การกำกับตนเองด้านการเรียน	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
ค่าเฉลี่ย	2.88	3.27
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	0.48	0.37

จากตารางพบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองด้านการเรียน มีค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลอง เท่ากับ 2.88 และ 3.27 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานก่อนและหลังการทดลอง 0.48 และ 0.37 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และผลการทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สถิติ Non Parametric Statistics (Wilcoxon Signed Ranks Test)

กลุ่มทดลอง	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	Z	p
ก่อนทดลอง	10	2.88	0.48	-2.807	.05*
หลังทดลอง	10	3.27	0.37		

* มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง พบว่า ผลการวิเคราะห์คะแนนโดยการทดสอบด้วยสถิติ Non Parametric Statistics (Wilcoxon Signed Ranks Test) พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนแบบวัดการกำกับตนเอง หลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

5. อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย พบว่า กิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค สามารถพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี ให้สูงขึ้นได้ ทั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยนำเสนอได้ดังนี้

ผลการศึกษาครั้งนี้อธิบายได้ว่ากิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายได้จริง โดยการสร้างกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ผู้วิจัยใช้องค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคตามแนวคิดของ Paul G. Stoltz (1997) ซึ่งมีทั้งหมด 4 องค์ประกอบ คือ การควบคุม (Control) การรับรู้สาเหตุและความรับผิดชอบ (Origin and ownership) การความเข้าใจ (Reach) และความอดทน (Endurance = E) อีกทั้งผู้วิจัยได้นำองค์ประกอบของการกำกับตนเอง ประกอบด้วย 3 ด้าน 1) การสังเกตตนเอง (Self-observation) 2) การตัดสินตนเอง (Self-judgment) และ 3) การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self-reaction) กล่าวคือ นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค สามารถพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี ได้เรียนรู้ ได้ฝึกเกี่ยวกับการควบคุมตนเอง การระบุสาเหตุ การมีความรับผิดชอบต่อปัญหา และอุปสรรคที่เกิดขึ้น ได้ไตร่ตรอง ทบทวน ในสิ่งที่ตนเองกระทำอยู่ โดยวิเคราะห์ว่าสิ่งที่ตนกระทำอยู่นั้นถูกต้องหรือไม่ มีข้อดี ข้อเสียอย่างไร และสามารถหาวิธีปรับปรุงแก้ไขอย่างไร ให้สามารถควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาได้อย่างเหมาะสมและสร้างสรรค์ สามารถนำแนวทางไปใช้ให้เกิดประโยชน์และประสบความสำเร็จในการเรียนต่อไปได้ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้มีความสอดคล้องกับผลการวิจัยของจินดา น้าเจริญ (2556: 108-115) ที่ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย" ของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลอง เป็นผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการ

ปฏิบัติการสอนก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และติดตามผลแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และวรวิฐา นพพรเจริญกุล (2562: 681-693) ได้ศึกษา เรื่องผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญ และฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่า 1) หลังจากได้รับโปรแกรม พัฒนาทักษะมุ่งอนาคตในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมี คะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากผลการศึกษากิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ควรส่งเสริมให้บุคลากรทางการศึกษานำกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ไปใช้เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมแนะแนวหรือโครงการ สำหรับนักเรียน โดยผู้ใช้ต้องศึกษาและทำความเข้าใจวิธีการพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียน เพื่อที่จะสามารถนำไปพัฒนานักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

6. ข้อเสนอแนะ

6.1 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

ในการนำกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียน ประสานมิตร จังหวัดปทุมธานีไปใช้นั้น ผู้สอนควรตระหนักและให้ความสำคัญกับการสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียนในกิจกรรมครั้งแรก เพื่อทำให้นักเรียนกล้าแสดงความคิดเห็น ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมอย่างเต็มที่ ส่งผลให้นักเรียนได้รับประโยชน์และความรู้ในการพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

6.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย

โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี ไปทดลองใช้กับเนื้อหาวิชาอื่น ๆ เพื่อให้ได้ข้อสรุปของผลการวิจัยที่กว้างขวางมากยิ่งขึ้น

2. ควรศึกษากิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ที่มีบริบทด้านอื่น ๆ เช่น ด้านความรับผิดชอบ ด้านการฝึกซ้อมกีฬาหรือกิจกรรมอื่น ๆ เพื่อทำให้เห็นมุมมองเกี่ยวกับการกำกับตนเองของนักเรียนในด้านที่หลากหลาย

3. ควรศึกษาเพื่อติดตามผลหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี ที่ผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมกิจกรรมแนะแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี เพื่อดูความคงทนของพฤติกรรมและพัฒนาการของการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต ออนไลน์. (2561). **ชีวิตดีได้ด้วย AQ**. <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=28163>. (Accessed 30 April 2022).
- จรัญญา ประสิทธิ์สุนทร และมนัสนันท์ หัตถศักดิ์. (2561). ผลของโปรแกรมความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย. **วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี**, 29(1), 45-55.
- จินดา น้ำเจริญ. (2556). การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย. **ปริญญานิพนธ์ สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย**. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มัทนา เกษมจิตต์ กรกฎา นักคัมและมฤษณ์ แก้วจินดา. (2564). ผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวตามตัวแบบ เพื่อพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (แขวงบางบอน เขตบางบอน กรุงเทพมหานคร). **วารสารวิชาการ มจรบุรีรัมย์**, 6(2) 213-225.
- วชิรวิทย์ มาลาทองและจิตตินันท์ บุญสุธิกุล. (2558). ผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพของนักเรียน

- ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนประเทืองทิพย์วิทยา. วารสารสาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์และศิลปะ. มหาวิทยาลัยศิลปากร, 8(1), 1: 108-1: 119.
- วรวิฐา นพพรเจริญกุล. (2562). ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5. วารสารมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์และศิลปะ. มหาวิทยาลัยศิลปากร, 12(3), 681-693.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. (2564). รายงานการศึกษาไทย พ.ศ. 2562-2564 (Education in Thailand 2019-2021). บริษัท พริกหวานกราฟฟิค จำกัด. กรุงเทพฯ.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2561). ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561-2580 (ฉบับประกาศราชกิจจานุเบกษา). กรุงเทพฯ.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2561). แผนพัฒนาการแนะแนวและแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (พ.ศ. 2561-2565) ตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561- 2580). กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์อักษรไทย (น.ส.พ.ฟ้าเมืองไทย).
- Bandura,A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive Theory. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Stoltz, P. G. (1997). Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities. New York: John Wiley & Sons, Inc.