

ผลของโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์
จังหวัดกำแพงเพชร

The Effects of the Seven Habits Program for Developing, Learning Goal
Setting of Seventh Grade Students at Khlongkhungratransan School
in Kamphaeng Phet Province

อาทิตยา หลับภา, มนัสนันท์ หัตถศักดิ์

Arthittaya Lubbha, Manasanan Hatthasak

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Education and Guidance Psychology, Faculty of Education Kasetsart University

E-mail: arthittaya.lu@ku.th

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัดกำแพงเพชร

เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 299 คน ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่าง ด้วยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) จากห้องเรียน 2 ห้องที่ไม่มีความแตกต่างกันของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน จากนั้นใช้การสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) เป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้อง จำนวน 33 คน และกลุ่มควบคุม 1 ห้อง จำนวน 36 คน นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรม 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน 2) แบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน 3) แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียน เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมแต่ละครั้ง 4) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และต่อผู้วิจัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) การทดสอบค่าสถิติ Parametric Statistics Paired – Sample t – test และ Parametric Statistics Independent – Sample t – test

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ภายหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: อุปนิสัย 7 ประการ, การตั้งเป้าหมายในการเรียน, นักเรียน

Abstract

The purpose of this research were: to study the effects of the seven habits program for developing, learning goal setting of seventh grade students at Khlongkhungratransan school in Kamphaeng Phet province.

This research was the quasi experimental research. The populations were 299 students of seventh grade in the second semester, academic year 2021 at Khlongkhungratransan School in Kamphaeng Phet province. The researcher selected the sample group by cluster sampling from two classes that scores were not different by using learning goal setting test. Then random assignment was used; one was an experimental group consisting of 33 students and the other was a control group consisting of 36 students. The experimental group participated in the program for 10 sessions, 50 minutes per each session. The instruments used in this research were: 1) the seven habits program for developing, learning goal setting, 2) learning goal setting test, 3) the student's self-report in each session, 4) the student's opinion questionnaire toward the seven habits program for developing, learning goal setting of seventh grade students and the researcher. Mean, standard deviation, Parametric Statistics Paired-Sample t-test and Parametric Statistics Independent-Sample t-test were utilized for analyzing data.

The research results found that:

1. The post-test scores from the learning goal setting test of the experimental group students, who used the seven habits program for developing, learning goal setting, were significantly higher than their pre-test scores at the .05 level of statistical significance.

2. The post-test scores from the learning goal setting test of the experimental group students, who used the seven habits program for

developing, learning goal setting, were significantly higher than the posttest scores of the control group at the .05 level of statistical significance.

Keywords: Seven Habits, Learning Goal Setting, Student

1. บทนำ

ทรัพยากรมนุษย์ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการพัฒนาองค์กร เช่นเดียวกับการที่เด็กในวันนี้จะกลายเป็นประชากรที่สำคัญของประเทศในวันหน้า ดังประโยคที่ว่า “เด็กคืออนาคตของชาติ” ซึ่งการที่จะสร้างทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพขึ้นมาในสังคมได้นั้น หนึ่งในปัจจัยสำคัญก็คือ การศึกษา ดังนั้นการศึกษาจึงมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้ทรัพยากรมนุษย์เพิ่มขีดความสามารถของตน เพื่อจะได้เติบโตมาเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ และกลายเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีประสิทธิภาพ พร้อมขับเคลื่อนประเทศชาติให้มีคุณภาพต่อไป (ธาดา รัชกิจ, 2562)

การศึกษาเป็นกระบวนการที่สำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ (มุฮัมมัด หะยีอัมเสะ, 2554: 1-7) และแผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579 ที่ให้ความสำคัญด้านการศึกษา (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2560: 75-82) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระดับมัธยมศึกษาซึ่งเป็นระดับชั้นที่มีความสำคัญและมีผลต่อการพัฒนาประเทศ การปูพื้นฐานความรู้ที่ดีจะนำไปสู่การศึกษาในระดับสูงขึ้น การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่ง ที่นักเรียนจะต้องเรียนรู้ เพราะนอกจากเป็นการต่อยอดทางการศึกษาแล้วหลายคนอาจต้องการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา เพื่อนำความรู้ไปประกอบอาชีพและเลื่อนสถานภาพทางสังคม (รดารัตน์ ยุยมิมัย และประยุทธ ไทยธานี, 2561: 74-82) นักเรียนที่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ชัดเจนตรงตามความเป็นจริงและเหมาะสมกับตนเองมีโอกาที่จะประสบความสำเร็จได้มากกว่านักเรียนที่ไม่มีการวางแผนที่ชัดเจนและปล่อยชีวิตไปเรื่อย ๆ (ธัญดา โสมรัตนานนท์ และมนัสนันท์ หัตถศักดิ์, 2560: 72-83) การตั้งเป้าหมายจึงเป็นพลังผลักดันให้มีศักยภาพเพียงพอที่จะทำให้เป้าหมายนั้นบรรลุผลสำเร็จ หากบุคคลมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือในการทำสิ่งต่างๆอย่างชัดเจนแล้ว จะส่งผลให้ทำงานได้อย่างมีแบบแผนและดำเนินไปสู่เป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ ซึ่งในชีวิตประจำวันของคนเรานั้นจะเห็นว่าทั้งคนที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ ทั้งนี้อาจขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ แต่ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งซึ่งมีอิทธิพลมากต่อความสำเร็จในการศึกษา คือการตั้งเป้าหมายในการเรียน (พาสนา นิยมบัตร์เจริญ, 2551: 8-27) คนที่ประสบความสำเร็จมักจะเป็นคนที่มีเป้าหมายในการเรียนการทำงาน และมีเป้าหมายในชีวิต

เราทุกคนสามารถเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เป็นคนที่มีนิสัยในแบบที่เราต้องการได้ โดยมีแนวคิดพื้นฐานคือ “เปลี่ยนแปลงสิ่งเล็ก ๆ” และ “เปลี่ยนแปลงตัวตน” (ฉัตรชัย ตวงรัตนพันธ์, 2564 อ้างถึง James Clear, 2561) จากการศึกษาเรื่องอุปนิสัย 7 ประการ ได้แก่ อุปนิสัยการเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า อุปนิสัยการเริ่มต้นด้วยจุดมุ่งหมายในใจ อุปนิสัยการทำตามลำดับความสำคัญ อุปนิสัยการคิดแบบชนะ – ชนะ อุปนิสัยการเข้าใจผู้อื่นก่อนจะให้อื่นเข้าใจเรา อุปนิสัยการประสานพลัง และอุปนิสัยการปล่อยใจให้คมอยู่เสมอ ของ Stephen R. Covey วนิดา สิงห์น้อย (2558: 48-50) กล่าวว่า คนเราสามารถพัฒนาตนเองได้ ซึ่งต้องเริ่มจากการเปลี่ยนกรอบความคิด อาจจะเป็นเรื่องที่ยากที่สุด แต่หากลองพยายามฝึกฝนแล้วก็คงจะเปลี่ยนตัวตนให้เป็นคนใหม่ที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีประสิทธิภาพได้ไม่ยากนัก ดังกล่าวไว้ในงานของ Covey (1989) ซึ่งได้เขียนหนังสือ “7 Habits of Highly Effective People” โดยกล่าวถึงการสร้างคุณลักษณะและปัจจัยพื้นฐานของความสำเร็จในชีวิต สร้างเป็นหลักการเพื่อให้ประพฤติปฏิบัติจนเป็นนิสัย ปัญหาที่สำคัญของพนักงานองค์กรก็คือ พนักงานมักไม่รู้เป้าหมายขององค์กร ไม่รู้ว่าองค์กรกำลังจะไปทิศทางไหน อย่างไร ซึ่งทำให้ไม่เกิดการขับเคลื่อนไปข้างหน้า เช่นเดียวกับนักเรียนที่ไม่รู้เป้าหมายในการเรียน ก็จะไม่สามารถขับเคลื่อนตนเองให้ไปสู่การเรียนที่ประสบความสำเร็จได้ ในทางกลับกัน ถ้านักเรียนมีการตั้งเป้าหมายในการเรียน จะส่งผลให้นักเรียนมีโอกาสในการประสบผลสำเร็จ เป็นบุคคลที่มีคุณภาพและเป็นประโยชน์ต่อสังคม

อชิรญา จตุรภัทรไพบูลย์ (2563: 38-50) ได้กล่าวว่า นักเรียนวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจะมีความสับสนในตนเอง ไม่รู้ว่าตนเองมีความสนใจในเรื่องใด ทำให้นักเรียนมีความสนใจและเลือกสายการเรียนตามเพื่อน ทำให้เรียนไม่เข้าใจ เรียนไม่รู้เรื่อง และไม่มีความสุขในการเรียน ดังนั้น อุปนิสัย 7 ประการ และการตั้งเป้าหมายในการเรียนจึงมีความสำคัญที่จะทำให้นักเรียนได้สำรวจถึงความต้องการและค้นหาเป้าหมายในการเรียนตนเอง

จากการปฏิบัติหน้าที่สอนในรายวิชาการกิจกรรมแนะแนว โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ พบว่า นักเรียนบางส่วนไม่มีเป้าหมายในการเรียน จากการสอบถามนักเรียน นักเรียนไม่รู้ว่าเรียนจบแล้วจะไปทำอะไร รวมถึงไม่รู้ว่าเรียนไปเพื่ออะไร ทำให้นักเรียนบางคนมาเรียนบ้าง ไม่มาเรียนบ้าง เรียนจบบ้าง เรียนไม่จบบ้าง ดังสถิติการติดตามผลการศึกษาต่อของนักเรียน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของการใช้โปรแกรมตามแนวคิดอุปนิสัย 7 ประการ ซึ่งเป็นการนำแนวคิดของ Stephen R. Covey มาประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัดกำแพงเพชร ซึ่งจะทำให้ นักเรียนมีอุปนิสัยที่ดีในการพัฒนาตัวเองไปสู่เป้าหมายในชีวิตต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ ที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัดกำแพงเพชร

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาผลของโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัดกำแพงเพชร เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งมีการวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง (Pretest-Posttest Control Group Design)

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 7 ห้องเรียน โดยแต่ละห้องเรียนมีนักเรียนประมาณ 45 คน ซึ่งมีการจัดชั้นเรียนแบบคละระดับความสามารถ รวมนักเรียนทั้งสิ้น 299 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 2 ห้อง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 33 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 36 คน กลุ่มละ 1 ห้องเรียน โดยวิธีได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการด้วยวิธีการให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 7 ห้องเรียน ทำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน และสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) จากห้องเรียน 2 ห้องที่ไม่มีความแตกต่างกันของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน จากนั้นใช้การสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) เป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้อง และกลุ่มควบคุม 1 ห้อง โดยดำเนินการทดลองตามขั้นตอน ดังนี้

3.1 ขั้นตอนการศึกษา เอกสาร ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมากำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย รวมถึงการออกแบบเครื่องมือและการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย โดยเน้นศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา ดังต่อไปนี้

1. แนวคิดทฤษฎีและกระบวนการตั้งเป้าหมายของ Lock and Latham และ Bandura

2. แนวคิดของทฤษฎีอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงของ Stephen R. Covey

3.2 สร้างเครื่องมือในการทดลอง มีการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้วยการให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน พิจารณาความตรงตามเนื้อหา พบว่ามีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67-1.00

เครื่องมือในการทดลอง จำแนกได้ 2 ประเภท คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1) โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที มีรายละเอียดของโปรแกรมแต่ละครั้งประกอบด้วย 1) ชื่อกิจกรรม 2) แนวคิดหลัก 3) วัตถุประสงค์ 4) เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม 5) ขั้นตอน การดำเนินกิจกรรม 6) สื่อ/อุปกรณ์ และ 7) การประเมินผล

2) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 3 ชุด ดังนี้

(1) แบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน

(2) แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เมื่อเสร็จสิ้นโปรแกรมการทดลองแต่ละครั้ง

(3) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรม อุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และต่อผู้วิจัย

3.3 ดำเนินการทดลองโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการ ตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยดำเนินการกับนักเรียนกลุ่มทดลอง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง โดยดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากคณบดีคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัดกำแพงเพชร เพื่อขออนุญาตในการ ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลซึ่งมีนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นกลุ่ม ตัวอย่างและขออนุญาตในการใช้สถานที่ในการดำเนินการทดลอง

2. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการ ตั้งเป้าหมายในการเรียน ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการ ตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากการที่นักเรียนทำแบบวัดการตั้งเป้าหมายใน การเรียนทั้งระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

3. ผู้วิจัยดำเนินการนำโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการ ตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยดำเนินการกับนักเรียนกลุ่มทดลอง ห้อง ม.1/2 ในคาบวิชา ซ้อมเสริม ผู้วิจัยเริ่มทดลองโปรแกรมฯ ตั้งแต่วันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2565 ถึงวันที่ 18 มีนาคม 2565 รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมให้ ได้รับการเรียนการสอนตามปกติในคาบวิชาซ้อมเสริมโดยครูที่ปรึกษาและครูประจำวิชา

4. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน และทำแบบบันทึกการเรียนรู้เมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง

โปรแกรมฯ ในแต่ละครั้ง เพื่อผู้วิจัยจะได้นำมาสรุปเนื้อหา และทราบถึงสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้ในแต่ละครั้ง

5. เมื่อผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยนำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนการทดลอง มาวัดกับนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง (Post-test) รวมทั้งให้นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน และต่อผู้วิจัย

6. นำคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน และทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม รวมทั้งนำข้อมูลจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ในแต่ละครั้งของนักเรียนกลุ่มทดลองมาสรุปเนื้อหา

7. นำข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน และต่อผู้วิจัย มาสรุปเนื้อหาและสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ

8. เมื่อดำเนินการทดลองเสร็จแล้ว ผู้วิจัยได้สอบถามความสนใจของนักเรียนกลุ่มควบคุม ดังนี้

8.1 ความสนใจในการเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน

8.2 การยินดีเข้าร่วมโปรแกรมฯ ที่ผู้วิจัยจัดให้ภายหลัง เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองแล้ว

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้สถิติพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล

หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง และหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) จากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน และต่อผู้วิจัย

2. สถิติสำหรับการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัด โดยใช้วิธีหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

3. ทดสอบความแตกต่างของคะแนน ต่อไปนี้

1) ทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกันโดยใช้สถิติพารามेटริก (Parametric Statistics) Paired-Sample t-test

2) ทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้สถิติพารามेटริก (Parametric Statistics) Paired-Sample t-test

3) ทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมซึ่งเป็นอิสระต่อกัน โดยใช้สถิติพารามेटริก (Parametric Statistics) Independent-Sample t-test

4. สรุปเนื้อหา (Summary Content) ต่อไปนี้

1) สรุปเนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนในแต่ละครั้ง โดยทำการสรุปและประเมินสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนแต่ละครั้งด้วยการบรรยาย

2) สรุปเนื้อหาจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน และต่อผู้วิจัย ด้วยการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และสรุปข้อคิดเห็นอื่น ๆ เพื่อประเมินสิ่งที่นักเรียนได้จากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ด้วยการบรรยาย

4. สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัดกำแพงเพชร ผลจากการวิจัย พบว่า

1. โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น เมื่อนำมาใช้กับนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน สามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ภายหลังจากทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ที่ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อนำมาใช้กับนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน สามารถพัฒนาการ

ตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ภายหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired-Sample t-test)

กลุ่มทดลอง (n=33)	ค่าเฉลี่ย	ค่า เบี่ยงเบน มาตรฐาน	ผลต่าง ของ คะแนน	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐานของ ผลต่างคะแนน	t	p
ก่อนการทดลอง	3.28	0.36	-0.51	0.25	-11.912	.001*
หลังการทดลอง	3.79	0.31				

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางพบว่า ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent-Sample t-test)

กลุ่ม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	t	p
กลุ่มทดลอง	33	3.79	0.31	3.523	.001*
กลุ่มควบคุม	36	3.44	0.51		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง พบว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. อภิปรายผลการวิจัย

การเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัดกำแพงเพชร

พบว่าภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลการทดลองดังกล่าวแสดงว่า โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน สามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ได้ดังนี้

โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนสามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนได้จริง โดยในการสร้างโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดเกี่ยวกับอุปนิสัย 7 ประการ (7 Habits) ตามแนวคิดของ Stephen R. Covey มาประยุกต์ใช้เป็นกระบวนการพัฒนาเป็นโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ ซึ่งประกอบด้วย อุปนิสัยการเป็นผู้มีความคิดก้าวหน้า อุปนิสัยการเริ่มต้นด้วยจุดมุ่งหมายในใจ อุปนิสัยการทำตามลำดับความสำคัญ อุปนิสัยการคิดแบบชนะ – ชนะ อุปนิสัยการเข้าใจผู้อื่นก่อนจะให้อื่นเข้าใจเรา อุปนิสัยการประสานพลัง และอุปนิสัยการปล่อยใจให้คนอื่นอยู่เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของทิพวรรณ ดอนดี (2550) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความฉลาดในการเอาชนะอุปสรรคของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า

1. หลังการทดลองนักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. หลังการทดลองนักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงมีความฉลาดในการเอาชนะอุปสรรคสูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. หลังการทดลองนักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. หลังการทดลองนักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงมีความฉลาดในการเอาชนะอุปสรรคสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

และการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดของ Lock and Latham (1990) และ Bandura (1986) อธิบายการตั้งเป้าหมายในการเรียนไว้ว่า เป็นการคาดหวังผลการกระทำในอนาคตและกระบวนการตั้งเป้าหมายจะมีผลทำให้บุคคลเกิด

แรงจูงใจในการทำพฤติกรรมต่าง ๆ การตั้งเป้าหมายเป็นส่วนสำคัญของแรงจูงใจ และกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ ซึ่งจะให้แนวทางสำหรับการตัดสินใจว่าจะใช้ความพยายาม มากน้อยเพียงใด โดยมีองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ คือ 1) การรู้จักตนเองและเข้าใจตนเอง 2) การกำหนดเป้าหมาย 3) การวางแผนปฏิบัติ 4) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผน และ 5) การได้รับข้อมูลป้อนกลับ

จากผลการศึกษาครั้งนี้ โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมาย ในการเรียน สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้นักเรียนรู้จักตนเองมากขึ้น สามารถระบุถึงสิ่งที่ต้องการบรรลุในการเรียน และกำหนดวิธีการบรรลุตามเป้าหมาย รวมถึงมีความตั้งใจ มีความพยายามที่จะไปสู่เป้าหมาย สามารถนำข้อมูลหรือความคิดเห็นจากผู้อื่นมาใช้ในการแก้ปัญหา เพื่อปรับปรุง การกระทำของตนเองให้เป็นไปตามเป้าหมายในการเรียนที่ตนเองตั้งไว้ให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของวิไลวรรณ เพชรเศรษฐ์ (2561) ได้ศึกษาผลการใช้ชุด กิจกรรมแนะแนวโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนขจรเกียรติศึกษา จังหวัดภูเก็ต ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่าก่อน ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทาง การศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่ม ทดลองมีคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่าของนักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการศึกษาโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการ เรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองขลุงราษฎร์รังสรรค์ จังหวัด กำแพงเพชร ควรส่งเสริมให้บุคลากรทางการศึกษานำโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ไปใช้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการสำหรับนักเรียน โดยผู้ใช้ต้องศึกษาและทำความเข้าใจวิธีการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน เพื่อที่จะ สามารถนำไปพัฒนานักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

6. ข้อเสนอแนะ

6.1 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. โปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน สามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้ ดังนั้นจึง ควรส่งเสริมให้นำโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ไปใช้ พัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนต่อไป ซึ่งการนำโปรแกรมไปใช้อาจปรับเปลี่ยนกิจกรรม

การเรียนรู้ได้ตามความเหมาะสมของนักเรียนและตามความเหมาะสมของสถานการณ์ในปัจจุบัน

2. จากการทำกิจกรรมพบว่า การจัดกิจกรรมให้นักเรียนจับคู่เพื่ออภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันมีความสำคัญ ดังนั้นผู้นำโปรแกรมฯ ไปประยุกต์ใช้ควรให้ความสำคัญและมีการเตรียมวิธีการในการจับคู่ให้กับนักเรียนได้มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างทั่วถึงซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลซึ่งกันและกัน ทำให้นักเรียนได้รับประโยชน์ตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่จัดขึ้น

6.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. นำโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนไปทำการศึกษาแก่นักเรียนมัธยมศึกษาระดับชั้นเดียวกันที่มีบริบทคล้ายกันในโรงเรียนอื่น ๆ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายในการเรียน

2. การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำกรอบแนวคิดอุปนิสัย 7 ประการ มาใช้ในการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากผลการวิจัยพบว่า สามารถช่วยให้นักเรียนได้พัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนได้ จึงควรนำกรอบแนวคิดอุปนิสัย 7 ประการ ไปใช้ในการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ในการวิจัยครั้งต่อไป

3. ควรศึกษาเพื่อติดตามผลหลังการเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักเรียนที่ผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมอุปนิสัย 7 ประการ เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน เพื่อศึกษาความคงทนของพฤติกรรมและผลของการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

- ฉัตรชัย ตวงรัตนพันธ์. (2564). **มาบ่มเพาะสร้างนิสัยดี ๆ กัน**. เข้าถึงได้จาก <http://www.bangkokbiznews.com/blog/detail/652010> (สืบค้นเมื่อ 3 กรกฎาคม 2564).
- ทิพวรรณ ดอนดี. (2550). ผลของโปรแกรมพัฒนาอุปนิสัย 7 ประการของผู้มีประสิทธิผลสูงที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความฉลาดในการเอาชนะอุปสรรคของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย. **การค้นคว้าแบบอิสระวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา**. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ธัญรดา โสมรัตนานนท์ และมนัสนันท์ หัตถศักดิ์. (2560). ผลของโปรแกรมพลังสุขภาพจิตที่มีผลต่อการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสิรินธร จังหวัดสุรินทร์. **วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์**, 3(1), 72-83.

- ธาดา รัชกิจ. (2562). การศึกษา (Education) สำคัญอย่างไรกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. เข้าถึงได้จาก <https://th.hrnote.asia/orgdevelopment/190625-education-for-hrd/> (สืบค้นเมื่อ 3 กันยายน 2564).
- พาสนา นิยมบัตรเจริญ. (2551). ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว**. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- มูฮำมัด หะยีอัมสะ. (2555). ผลของการใช้นวัตกรรมคุณลักษณะศึกษาด้านการเรียนรู้ที่มีต่อพฤติกรรมและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการออกแบบระบบการเรียนการสอน**. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- รดารัตน์ ยุมิย์ และประยูทธ ไทยธานี. (2563). ผลของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. **วารสารราชพฤกษ์**, 18(1), 74-82.
- วนิดา สิงห์น้อย. (2558). พัฒนาการพัฒนาองค์กรจากภายในสู่ภายนอก. **นิตยสาร สสวท**, 43(194), 48-50.
- วิไลวรรณ เพชรเศรษฐ์. (2561). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนขจรเกียรติศึกษา จังหวัดภูเก็ต. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์**. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2560). **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564)**. กรุงเทพฯ.
- อชิรญา จตุรภัทรไพบุลย์. (2563). การเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม. **วารสารวิจัยทางการศึกษา**, 15(2), 38-50.
- Bandura, A. (1986). **Social foundations of thought and action: A social cognitive theory**. New Jersersy: Academic Press.
- Covey S.R. (1989). **The 7 Habits of Highly Effective People**. New York: Free Press: A Division of Simmons and Schuster, Inc.
- Locke, A. E., and Latham, P. G. (1990). **A Theory of Goal Setting and Task Performance**. Englewood Cliffs: Prentice Hall.