

ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

สารนิพนธ์
ของ
อริสา ภูริวัฒน์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2553

ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

สารนิพนธ์
ของ
อริสา ภูริวัฒน์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2553
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

บทคัดย่อ
ของ
อริสา ภูริวัฒน์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2553

อริสา ภูริวัฒน์. (2553). ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและ หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 19 คน สม่ครใจเข้าร่วมโปรแกรม สุ่มอย่างง่าย ได้กลุ่มตัวอย่างในการทดลองจำนวน 12 คน เป็นนักเรียนชาย 8 คน หญิง 4 คน แบบแผนการทดลองเป็นแบบ Randomized Control Group Pretest-Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 และโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ สถิติ t – test แบบไม่อิสระต่อกัน

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยรวมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ด้านเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ ด้านเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ ด้านเป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต ด้านเป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง ด้านเป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

THE RESULT OF THE LEARNING GOAL SETTING DEVELOPMENT PROGRAM
APPLIED IN THE THIRD STUDENTS

AN ABSTRACT
BY
ARISA PHOORIWAT

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2010

Arisa Pooriwat. (2010). *The Result of the Learning Goal Setting Development Program Applied in The LowerThird Students*, Master's Project. M.Ed. (Guidance and Counseling Psychology). Bangkok: Graduate School, Srinakarinwirot University. Project Advisor: Dr.Monthira Charupheng.

The purpose of this study was to compare the goal setting of the lower third students before and after participating in the learning goal setting development program organized for the lower third level students (the third three-studying-year interval) at Saint Michael School in the second semester of the academic year BE. 2552. The subjects were 19 students having the score of the learning goal setting questionnaire lower the 25th percentile being easily sampled for 12 students as the experimental group comprising 8 male and 4 female students. The trial plan was designed in the Randomized Control Group Pretest-Posttest Design. The research instruments used for the study were the questionnaire and the program for developing the learning goal setting of the lower third level students (the third three-studying-year interval). The statistical analyses employed were dependent t-test.

The results of the study were as follows:

There were significant differences in goal setting of the lower third students before and after participating in the program at .01 level. Being analyzed in each aspect, the students' scores increased respectively in terms of operational goal setting, learning goal setting, future outcome goal setting, external rewarding or admiring goal setting and social acceptance goal setting significantly increased at .01 level.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการสอบได้
พิจารณาสารนิพนธ์ เรื่อง ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้น ที่ 3
ของ อริสา ภูริวัฒน์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....
(อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์
(อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี)

อนุมัติให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.องอาจ นัยพัฒน์)

วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2553

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงลงด้วยความกรุณาอย่างดียิ่งจาก อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ คอยติดตามติดตามความก้าวหน้าของงานวิจัย อย่างใกล้ชิด ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ และอาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี กรรมการสอบปากเปล่าสารนิพนธ์ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสณา จุฬรัตน์ และอาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี ที่ให้ความกรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขอขอบพระคุณท่านอธิการ รองอธิการฝ่ายบริหาร โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล และคณาจารย์ ในโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ลทุกท่าน ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย และนักเรียน โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ชั้นชั้นที่ 3 ที่เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมการวิจัย

ขอขอบพระคุณ เซอร์ ดร.โรส เลค เซอร์อาเดลา พิศุทธิ์สินธพ อธิการบดีวิทยาลัยเซนต์หลุยส์ คณาจารย์ และเพื่อนๆ ร่วมงานทุกคนที่คอยช่วยเหลืออำนวยความสะดวก และให้กำลังใจจนกระทั่ง งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบพระคุณ ดร.นงคราญ วงษ์ศรี ที่กรุณาให้ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะและติดตามความก้าวหน้าของงานวิจัยเสมอมา

สุดท้าย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบรรพคณาจารย์ทุกท่าน และคุณแม่เสมอใจ ภาวิวัฒน์ ที่ให้การสนับสนุนทางการศึกษา และขอขอบคุณเพื่อนๆ สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ที่ให้ความช่วยเหลือ แบ่งปันข้อมูลและคอยห่วงใยและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา ผู้วิจัยขออุทิศสิ่งดีงามแก่ผู้มีพระคุณทุกท่าน และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

อริสภา ภาวิวัฒน์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายในการวิจัย	6
ความสำคัญของการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย	8
สมมติฐานในการวิจัย	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน	10
ความหมายของเป้าหมาย	10
องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายในการเรียน	10
ความสำคัญของเป้าหมาย	11
คุณลักษณะของเป้าหมาย	12
ผลของการตั้งเป้าหมาย	13
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน	14
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายในชีวิต	19
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม	22
ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม	22
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม	22
ประเภทของกลุ่ม	25
จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม	28
คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มและประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม	29
ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม	32
ระยะเวลาและจำนวนครั้งในการร่วมกิจกรรมกลุ่ม	32
ลำดับขั้นการเรียนรู้ตามวิธีกระบวนการกลุ่ม	33
กิจกรรมที่ใช้ในกระบวนการกลุ่ม	35
การพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม	40

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย	42
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง	42
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	42
การเก็บรวบรวมข้อมูล	47
การดำเนินการทดลอง	47
การจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล	49
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	51
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผลข้อมูล	51
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	51
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	54
จุดมุ่งหมายของการวิจัย	54
สมมติฐานของการวิจัย	54
ขอบเขตของการวิจัย	54
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	54
การวิเคราะห์ข้อมูล	55
สรุปผลการวิจัย	55
อภิปรายผล	55
ข้อเสนอแนะ	61
บรรณานุกรม	63
ภาคผนวก	74
ภาคผนวก ก	75
ภาคผนวก ข	80
ภาคผนวก ค	144
ภาคผนวก ง	146
ภาคผนวก จ	153
ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์	167

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 กำหนดการจัดโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3	48
2 แบบแผนการพัฒนา One Group Pretest – Posttest Design	49
3 ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าระดับ ของการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (n = 12 คน)	52
4 คุณภาพของเครื่องมือ	145
5 คะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล กรุงเทพมหานคร	147
6 คะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล กรุงเทพมหานคร แยกเป็นรายด้าน	148

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย	8
2 แผนภาพแสดงการกำหนดซึ่งกันและกันของปัจจัยทางพฤติกรรม (B) สภาพแวดล้อม (E) และส่วนบุคคล (P) ซึ่งได้แก่ ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่นๆ มีผลต่อการเรียนรู้และการกระทำ	39
3 ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3	44
4 กราฟแสดงการเปรียบเทียบผลการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมเป็นรายด้าน	53

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

เด็กและเยาวชนเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าและเป็นกำลังสำคัญของการพัฒนาประเทศ ในอนาคต จึงควรได้รับการพัฒนาคุณภาพอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตและแสดงออก ซึ่งศักยภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์ ดังที่ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2549: ออนไลน์) ระบุว่า แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 – 2554) เน้นการพัฒนาเศรษฐกิจให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ และยึดกระบวนการพัฒนาแบบบูรณาการ เป็นองค์รวมที่มี “คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา” ต่อเนื่องจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 โดยวางแผนเป้าหมายการพัฒนาคุณภาพคน ให้คนไทยทุกคนได้รับการพัฒนาให้มีความพร้อม ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา คุณธรรม จริยธรรม อารมณ์ มีความสามารถในการแก้ปัญหา มีทักษะ ในการประกอบอาชีพ มีความมั่นคงในการดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี และอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

การพัฒนาการศึกษาที่มีความจำเป็นยิ่ง ดังคำกล่าวของปราโมทย์ ธรรมรัตน์ (2550) ที่ว่า “จุดประกายความคิด ติดไฟชีวิต ทำให้ได้คิด คิดได้ และมุ่งมั่นประสบความสำเร็จในชีวิต (Think Wap)” เมื่อเราเปลี่ยนแปลงความคิด พฤติกรรมก็เปลี่ยนแปลงตามความคิด เมื่อมีความคิดที่จะประสบความสำเร็จ ในชีวิต พฤติกรรมที่จะกระทำก็จะนำไปสู่ความสำเร็จ ความคิดเป็นฐานรากของพฤติกรรมมนุษย์ และ กลายเป็นอุปนิสัยที่นำไปสู่ความสำเร็จในชีวิต ซึ่งกลยุทธ์ที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด คือ การศึกษา ตัวอย่างกระบวนการทำให้เปลี่ยนแปลงความคิดสู่ความสำเร็จ การทำให้คิดได้ การศึกษา ตัวอย่างการดำเนินชีวิตของผู้ประสบความสำเร็จในชีวิต เป็นแรงจูงใจให้อยากประสบความสำเร็จ ตามแบบอย่างและสั่งการจิตใต้สำนึก ให้นำไปสู่ความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ คือ ต้องมีแรงจูงใจ ความเชื่อ ศรัทธา มีกำลังใจ มีเป้าหมาย ตั้งเป้าหมายในชีวิต (Goal) และแผนการดำเนินชีวิตที่ นำไปสู่ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ บันทึกติดตามความก้าวหน้าของการกระทำเพื่อนำไปสู่เป้าหมายของชีวิต การรู้จักควบคุมพวงมาลัยชีวิต (Life Monitoring) กล่าวคือ ต้องรู้จักเส้นทางชีวิตที่ถูกต้อง รู้จักบังคับ ทิศทางการดำเนินชีวิตให้สามารถหลบหลีกจากสิ่งกีดขวางปัญหาอุปสรรคชีวิต รู้จักต่อยอดเป้าหมาย ทิศทางการศึกษาและสาขาวิชาชีพ

จากบทความดังกล่าว การจัดการศึกษาโดยเฉพาะอย่างยิ่งในระดับมัธยมศึกษาเป็นระดับ ชั้นเรียนที่มีความสำคัญและมีผลต่อการพัฒนาประเทศ การปูพื้นฐานความรู้ที่ดีจะนำไปสู่การศึกษาใน ระดับสูงขึ้น หรือนำไปสู่การประกอบอาชีพที่มั่นคงต่อไป การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนระดับ มัธยมศึกษา จึงเป็นสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่นักเรียนจะต้องเรียนรู้ เพราะนอกจากเป็นการต่อยอด ทางการศึกษาแล้ว หลายคนอาจต้องการเรียนเพื่อเรียนต่อในมหาวิทยาลัย เพื่อนำความรู้ไปประกอบ อาชีพ เลื่อนสถานภาพทางสังคมและอาชีพ และมีนัยยะที่ตอบสนองความมุ่งหมายเฉพาะด้านทางสังคม

เศรษฐกิจเท่านั้น ดังบุษยามาส สินธุประมา (2549: 1) กล่าวว่า การศึกษามีจุดมุ่งหมาย เป็นการพัฒนาความเป็นมนุษย์ หรือธรรมชาติส่วนตัวของนักเรียนแต่ละคนให้เข้าถึงความมีอิสรภาพทางจิตวิญญาณ รู้จักคุณค่า ความหมายของชีวิต รู้จักธรรมชาติที่เป็นสากล รู้จักตนเอง เข้าใจคนอื่น และรู้วิธีการจัดการปัญหาต่างๆ เพราะเมื่อนักเรียนสำเร็จเป็นบัณฑิตไปแล้ว ไม่เพียงแต่ไปประกอบอาชีพเท่านั้น แต่ยังต้องไปสร้างครอบครัว และอยู่ร่วมกับ ผู้คนอีกจำนวนมากในสังคมด้วย ดังนั้น การเรียนในระดับมัธยมเพื่อเป็นพื้นฐาน ในการศึกษาต่อมหาวิทยาลัย จึงต้องเริ่มจากความตระหนักของนักเรียนว่าตนเองเข้ามาเรียนทำไม มีหน้าที่อย่างไร และกำลังมุ่งไปสู่อะไรสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่จะทำให้ชีวิตคนเรามีความก้าวหน้าคือ "การตั้งเป้าหมาย" เพราะเป้าหมายเปรียบเสมือนแสงเลเซอร์ที่จะนำทางเราไปสู่สิ่งที่เรา "ต้องการจะเป็น" หรือ "ต้องการจะมีได้" ใครก็ตามที่ยังไม่มีเป้าหมายในชีวิตคงไม่แตกต่างอะไรไปจากการเล่นฟุตบอลที่ไม่มีเสาประตู ชีวิตจะลอยไปลอยมาหาเป้าหมายไม่เจอ ชีวิตการเรียนแต่ละวันจะบอกไม่ได้ว่าทำไปทำไม มีประโยชน์อะไรต่อชีวิตในวันข้างหน้า โอกาสที่จะเก็บเกี่ยวประสบการณ์ต่างๆ อาจจะมีน้อยกว่าคนที่มีความหมายในชีวิต เพราะคนที่มีความหมายในชีวิต เขาจะทราบได้ทันทีว่าการเรียนในแต่ละวันนั้น จะต้องเก็บเกี่ยวประสบการณ์อะไรให้กับตนเอง ประสบการณ์ที่จะเก็บคือประสบการณ์ที่สอดคล้อง หรือสนับสนุนเป้าหมายชีวิต การตั้งเป้าหมายในการเรียนเหมือนกับการทำกิจกรรมอื่นๆ ในชีวิตอีกมากมาย คือ ต้องมีเป้าหมาย แต่นักเรียนจำนวนไม่น้อยยังไม่ทราบ หรือแม้แต่ไม่เคยคิดว่า เป้าหมายในชีวิตของตนคืออะไร และเป้าหมายในการเข้ามาเรียนในโรงเรียนคืออะไร เมื่อไม่มีเป้าหมายจึงไม่รู้ว่าจะวัดความสำเร็จได้อย่างไร

จากการเปลี่ยนแปลงของโลกที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว จึงเป็นเสมือนพลังผลักดันให้คน แต่ละคนต่างต้องตระหนักถึงความสำคัญของการเปลี่ยนแปลง อันทำให้เกิดการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอเพื่อให้ตนมีความพร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างไม่หยุดยั้ง ผู้ที่พัฒนาตนเอง ย่อมเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการเรียน การทำงาน ได้รับความยกย่อง สรรเสริญมากกว่าผู้ที่ทำงานอยู่ไปวันๆ โดยไม่สนใจที่จะพัฒนาความรู้และความสามารถของตนเอง ชอบทำงานตามคำสั่งที่ได้รับมอบหมายเท่านั้น สอดคล้องกับ บุษยามาส สินธุประมา (2549: 3) กล่าวว่า การทำให้ประสบผลสำเร็จในชีวิตนั้นต้องตระหนักอยู่เสมอว่า "ชีวิตเรา เราเป็นผู้เลือกที่จะลิขิตหรือเลือกเส้นทางในการดำเนินชีวิตเอง" เริ่มต้นค้นหว่าส่วนลึกๆ แล้วเราต้องการอะไร เป็นการตระหนักในเป้าหมายที่เราอยากจะมี และอยากจะเป็นในอนาคตข้างหน้า เช่น บางคนอยากมีความสุข บางคนอยากประสบความสำเร็จในการทำงาน บางคนอยากมีร้านเล็ก ๆ เป็นของตนเอง เป็นต้น

ดังนั้นเมื่อเราตระหนักแล้วว่าเป้าหมายหรือสิ่งที่เราต้องการจะไปนั้นคืออะไร เราควรสำรวจตนเอง ลึกลงไปอีกว่า ต้นเหตุที่จะทำให้ฝันหรือเป้าหมายของเราเกิดขึ้นมาได้ นั่นคืออะไร เช่น อยากมีความสุข แล้วความสุขจะเกิดขึ้นจากอะไร ความสุขอย่างหนึ่งนั่นก็คือ การเรียนต่อปริญญาเอก เป็นต้น และเมื่อคุณตระหนักแล้วว่าอะไรคือเหตุผลลึกๆ ของเป้าหมายที่กำหนดขึ้นแล้ว ขั้นตอนถัดไปก็คือ คุณควรคิดไตร่ตรองดูว่าจะทำอย่างไรให้ฝันนั้นเป็นจริง เช่น หากคุณคิดว่า การเรียนต่อปริญญาเอก อันนำมาซึ่งความภาคภูมิใจในส่วนลึกๆ ของคุณเองและคนรอบข้าง คุณก็ควรตระหนักไว้ก่อนว่าคุณมีความพร้อมในเรื่องเวลา และงบประมาณมากน้อยแค่ไหน หากคุณคิดว่าพร้อมแล้ว คุณก็ควรเริ่ม

คิดต่อไปว่า จะต้องทำอย่างไรบ้างในการเรียนต่อ นั่นก็คือ การตรวจสอบแหล่งที่เรียนให้เหมาะสมกับตนเองและติดต่อโรงเรียนเพื่อเข้ารับการทดสอบต่อไป

การทำให้สำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดขึ้น ไม่ใช่เรื่องง่าย จะต้องพบเจอกับปัญหา และอุปสรรคต่างๆ แต่ถ้ามีเป้าหมายที่ชัดเจน เราจะมีวินัยในตนเองที่จะต้องทำให้ได้ เพื่อไปสู่ชัยชนะที่วาดฝันไว้ ไม่ว่าจะเจอกับปัญหาและอุปสรรคใดๆ ก็ตาม อภรณ์ ภูวิทยาพันธ์ (2549: 1) กล่าวว่า การตั้งเป้าหมายจะเป็นพลังผลักดันให้คุณสร้างวินัยในการปฏิบัติตนให้พ้นฝ่าปัญหาที่เกิดขึ้น โดยการพิจารณาตนเองว่าต้องพัฒนาตนเองในเรื่องใดบ้าง เพื่อให้ศักยภาพเพียงพอที่จะทำให้เป้าหมายของตนเองบรรลุผลสำเร็จ หากคุณมีหัวใจพร้อมที่จะพัฒนาแล้วนั้น ย่อมจะทำให้คุณมีแรงฮึด มีพลังพอที่จะปรับปรุงตนเองอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ ไม่คิดย่อท้อหรือหมดหวังที่จะเห็นผลสำเร็จของความฝันนั้นๆ เช่น หากมีโอกาส เข้าเรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งพบว่า มีความรู้ในวิชาที่เรียนไม่เท่ากับเพื่อนๆ คนอื่นแล้ว ความรู้สึกที่จะเกิดขึ้นมีอยู่สองด้าน ด้านหนึ่งเป็นความรู้สึกทางลบคือจะเริ่มรู้สึกเบื่อ เซ็ง ไม่ชอบในสิ่งที่ตนเอง ได้เลือกไปแล้ว และความรู้สึกอีกด้านหนึ่งเป็นความรู้สึกในทางบวก ซึ่งตนเองต้องพยายามบอกตนเองเสมอว่า จะต้องพัฒนาความรู้ที่ยังขาดหายไปให้มีมากขึ้นให้จงได้ ความรู้สึกในทางบวกนี้จะเป็นพลังผลักดันให้หา หนทางและวิธีการต่างๆ นาๆ ที่จะปรับปรุงตนเองให้มีความรู้ และความสามารถมากยิ่งขึ้นต่อไป และเริ่มประเมินผลการปฏิบัติตนว่าประสบความสำเร็จไปมากน้อยแค่ไหนบ้าง ซึ่งตนเองจะต้องประเมินผลตนเองเป็นระยะอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ เป้าหมายในการเรียนของผู้เรียนมีผลต่อพฤติกรรมการเรียนของผู้เรียนเป็นอย่างมาก

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2542: 47) กล่าวว่า การพัฒนาเด็กให้เรียนรู้คุณค่าและความสำคัญในความเป็นมนุษย์ของตนเองและบุคคลอื่น จะทำให้เขาเกิดความตระหนักว่า ตนเองคือใคร สามารถเป็นอะไร และสามารถทำอะไรได้ ซึ่งการตระหนักในคุณค่าของตนเอง จะทำให้บุคคลมีเป้าหมายและมีความพยายามมุ่งมั่น พันฝ่าอุปสรรค จนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายนั้น สอดคล้องกับ จันทนา นนทิกกร (ธัญญาภรณ์ ธนพานิช. 2545: 15 – 16; อ้างอิงจาก จันทนา นนทิกกร) กล่าวว่า บุคคลที่มีเป้าหมายหรือมีสิ่งที่กำหนดล่วงหน้าไว้ชัดเจน ย่อมมีความตั้งใจและใช้ความพยายามอย่างจริงจังในการทำพฤติกรรมเพื่อการบรรลุเป้าหมายในอนาคต การประสบความสำเร็จในเป้าหมายที่ตั้งไว้ จึงทำให้บุคคลเกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองและเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

อภรณ์ ภูวิทยาพันธ์ (2549: 1) กล่าวว่า นักจิตวิทยาได้แบ่ง เป้าหมายในการเรียนออกเป็น 2 ลักษณะคือ เรียนเพื่อความรู้ (Learning Goal) และเรียนเพื่อผลตอบแทน (Performance Goal) เรียนเพื่อความรู้เป้าหมายในการเรียนของผู้เรียนในลักษณะนี้คือ ต้องการเรียนเพื่อได้รับความรู้ หรือทักษะและเทคนิคใหม่ๆ เป็นสำคัญ เรียนเพื่อผลตอบแทน เป้าหมายในการเรียนของผู้เรียนในลักษณะนี้คือ การเรียนเพื่อให้ได้รางวัล คะแนน คำชม การยอมรับ หรืออาจจะเรียนเพื่อไม่ต้องถูกทำโทษ ถูกหักคะแนน หรือไม่ได้รับการยอมรับ เป็นต้น ทั้ง 2 ลักษณะที่กล่าวมานี้ เป็นการเรียน เพื่อหวังผลตอบแทน เช่นเดียวกัน ในแต่ละชั้นเรียนจะมีผู้เรียน ซึ่งมีเป้าหมายในการเรียนทั้ง 2 ลักษณะปนกันอยู่ ครูผู้สอนควรจะศึกษาเรื่องเป้าหมายของผู้เรียนแต่ละคน และพยายามพัฒนาผู้เรียนที่มีเป้าหมาย ในการเรียน เพื่อหวังผลตอบแทนให้เปลี่ยนเป้าหมายเป็นการเรียน เพื่อความรู้โดย สร้างความสัมพันธ์

เพื่อแสดงให้เห็นให้ผู้เรียนเห็นว่า เขาจะสามารถนำเนื้อหาวิชาที่เรียนไปใช้ประโยชน์ได้อย่างไรบ้าง ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ใช้หลักและวิธีต่างๆ เพื่อสร้างความสนใจผู้เรียน ครูผู้สอนจะต้องมีความสนใจในวิชาที่ตนเองสอนอย่างจริงจัง เพื่อเป็นแบบอย่างแก่ผู้เรียน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้เรียนถึงประโยชน์ของวิชา มุ่งความสนใจให้ผู้เรียนมีเป้าหมายในการเรียน เพื่อหวังความรู้มากกว่าหวังผลตอบแทน กระตุ้นให้ผู้เรียนสามารถใช้ข้อผิดพลาดต่างๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนามากกว่าทำให้หมดกำลังใจ

พุทธทาสภิกขุ (2549: 18) นักวิชาการศึกษจำนวนมากได้ศึกษาค้นคว้าหาสาเหตุของความสำเร็จในการเรียน และวิธีการที่จะเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนการสอน เพื่อแก้ปัญหาทางการเรียนของนักเรียน ให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นและเพื่อให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียน เพราะความสำเร็จในการเรียนเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา ความสำเร็จในการเรียน คือ ความมุ่งมั่นให้บรรลุเป้าหมายในการเรียน โดยจะวางเป้าหมายของการเรียนให้ชัดเจน โดยเป้าหมายที่จะวางนั้น ต้องยิ่งใหญ่พอที่จะทำให้เกิดแรงกระตุ้น เกิดความพยายาม มีความมุ่งมั่น การที่จะทำให้เป้าหมายสำเร็จนั้น ควรมีเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายระยะยาวเพราะการเรียนมิใช่เพียงระยะเวลาเพียงวันหรือสองวัน แต่ระยะเวลาที่ใช้ในการเรียนเป็นปีๆ ขณะที่บางท่านอาจใช้เวลาถึงสามเท่าของหลักสูตรเลยก็ได้ และนักเรียนต้องเข้าใจระบบการเรียนก่อนว่า ในแต่ละวิชามีการอ่าน การทำความเข้าใจตามวัตถุประสงค์ของแต่ละวิชาที่ต้องศึกษา หลังจากนั้นต้องสำรวจว่านักเรียนมีเวลาว่างมากแค่ไหนในการอ่านหนังสือ

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงในทุกๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่เชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ และอยู่ในช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด ดังที่ อีริกสัน (สวรงค์ โคว์ตระกูล. 2548: 42 – 43; อ้างอิงจาก Erikson. 1968) ได้อธิบายในทฤษฎีจิตสังคมของ อีริกสัน ว่า วัยรุ่นช่วงอายุ 12 – 18 ปี ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา จะพัฒนาขึ้นความเป็นเอกลักษณ์กับความสับสนในบทบาท (Identity VS. Role Confusion) ระยะนี้ วัยรุ่นควรหาเอกลักษณ์ของตนเองได้ รู้ว่าตนเองคือใคร ต้องการอะไรในชีวิต ประกอบกับพัฒนาการทางด้านสติปัญญา ทำให้เด็กวัยรุ่นเริ่มคิดแบบผู้ใหญ่ ตั้งคำถามกับตัวเองได้ว่าถ้าโตเป็นผู้ใหญ่แล้วจะประกอบอาชีพอะไร อยากทราบว่าทักษะต่างๆ ที่ประสบมาตั้งแต่วัยเด็ก จะช่วยให้เรียนหรือประกอบอาชีพที่เขาปรารถนาได้หรือไม่ ข้อสำคัญที่สุด เด็กวัยนี้ ควรจะมีเอกลักษณ์ของตนเองได้ (Ego Identity) เพื่อที่จะได้มีความมั่นใจในตนเอง และรู้ว่าตนพร้อมที่จะก้าวไปสู่อนาคตของผู้ใหญ่ เตรียมอาชีพที่จะทำในอนาคต แต่หากเด็กไม่รู้ว่า ตนต้องการอะไรจะสับสนในบทบาท (Role Confusion) มักจะเลียนแบบผู้อื่น ซึ่งอาจเป็นสาเหตุให้เข้ากับกลุ่มเด็กเกเร หรือพวกที่ก่ออาชญากรรมได้ สอดคล้องกับ พรธณี ชูทัย เจนจิต (2545: 53 – 57,115) ที่กล่าวว่า หากวัยรุ่นมีพัฒนาการขึ้นความเป็นเอกลักษณ์กับความสับสนในบทบาทได้อย่างเหมาะสม จะสามารถเลือกวิชาเรียนหรือสายการเรียนต่อ ได้ตรงกับ ความสนใจและความต้องการของตนเอง มีเป้าหมายในอนาคต เมื่อต้องประสบปัญหาที่จะสามารถหาจุดยืนของตนเองได้ เพราะรู้ถึงความสามารถ เป้าหมาย และความต้องการของตนเอง แต่สำหรับวัยรุ่นที่มีพัฒนาการไม่เหมาะสมค้นหาตัวเองไม่พบ ก็จะทำให้เกิดความสับสน อาจรับบทบาทของคนอื่นๆ ในสังคมมาเป็นของตน ซึ่งไม่สอดคล้องกับตนเอง เมื่อต้องเลือกวิชาเรียนหรือสายการเรียน จะเลือกไม่ถูก เพราะไม่รู้ว่าตนเองต้องการอะไร จึงมักเลือกตามเพื่อนหรือเลือกตามผู้ปกครอง ไม่มีจุดยืนของ

ตนเอง เกิดการสับสนในบทบาททางเพศและอาชีพ ซึ่งครูควรจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้กับเด็กช่วงอายุ 12 – 18 ปี โดยกระตุ้นให้เด็กรู้จักการตั้ง เป้าหมาย ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญสำหรับคนที่กำลังหาเอกลักษณ์ของตนเอง เพราะถ้าเด็กสามารถหาเอกลักษณ์ได้ เขาก็จะมีเป้าหมายที่แน่ชัด จึงอาจกล่าวได้ว่า การค้นพบว่าตัวเองชอบอะไร ต้องการอะไร เป็นจุดสำคัญที่จะเริ่มต้นกำหนดเป้าหมายของชีวิตได้

จากการศึกษาของนันทนา วงษ์อินทร์ (2549: 79 – 81) พบว่า คุณลักษณะของวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จด้วย คุณลักษณะด้านการดำเนินชีวิตส่วนตัว คือ สุขภาพกาย สุขภาพจิตดี ควบคุมตนเองได้ ออกกำลังกายอยู่เสมอ มีความคิดเชิงบวก รักและภูมิใจในคุณค่าของตนเอง คุณลักษณะด้านการศึกษาคือ ตั้งใจเรียน ใฝ่รู้ใฝ่เรียน เห็นความสำคัญของการศึกษา ผลการเรียนรู้ในเกณฑ์ใช้ได้ และเรียนอย่างมีเป้าหมาย จากสภาพของนักเรียนดังที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า การให้บริการที่จัดให้นักเรียนได้มีการตั้งเป้าหมายในการเรียน จะเป็นการเสริมสร้างและสนับสนุนให้นักเรียนเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในทุกด้าน

ธีระชน พลโยธา (2549: 24 – 25) สรุปว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่มีความคิดเห็นในการเลือกศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยและเลือกเรียนสาขาวิชาที่เขาคิดว่า เมื่อสำเร็จการศึกษาไปประกอบอาชีพที่จะสามารถหารายได้ที่ดีให้แก่ตนเอง มากกว่าจะคำนึงถึงความเหมาะสมกับทักษะความสามารถที่แท้จริงของตนเอง ที่สอดคล้องกับทักษะเฉพาะของอาชีพที่สนใจ หรือความเหมาะสมกับอาชีพที่จะทำให้เขามีความสุขในชีวิตการทำงานได้ ดังนั้นอาจทำให้เกิดปัญหาตามมาหลายประการ อาทิ ในแต่ละปีจะมีนักศึกษาในมหาวิทยาลัยต่างๆ สมัครสอบคัดเลือกเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยใหม่ เพราะไม่พอใจในสาขาวิชาหรือมหาวิทยาลัยที่ตนเรียน นอกจากนี้บางคนยังเลือกเข้าเรียนในสาขาวิชาที่ไม่เหมาะสมกับตนเอง ทั้งในแง่ของสติปัญญาหรือสภาพเศรษฐกิจของครอบครัว บางคนเรียนเพื่อต้องการให้พ่อแม่ผู้ปกครองสมหวังหรือเรียนจบปริญญาตรีเพื่อให้พ้นข้อครหาจากสังคม ยิ่งไปกว่านั้นบางคนตัดสินใจศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นไปอีก โดยที่ยังไม่มีเป้าหมายในชีวิตที่แน่ชัด เกิดเป็นวัฏจักรที่ซ้ำซาก ยิ่งทำให้อ่อนแอไม่มีจุดหมายมากขึ้น

ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ครูประจำชั้นจำนวน 5 คน ครูผู้สอนประจำวิชาต่างๆ จำนวน 5 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 10 คน ของโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล เกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน พบว่า นักเรียนในช่วงชั้นที่ 3 ประสบปัญหาในการตั้งเป้าหมายในการเรียนดังต่อไปนี้ ไม่มีการตั้งเป้าหมายหรือวางแผนในการเรียนอย่างชัดเจน และไม่ประสบความสำเร็จในการกระทำต่างๆ ไม่มีความตั้งใจ มุ่งมั่นและไม่พยายามที่จะเรียนให้สำเร็จ ใช้วิธีการเดิมๆ ในการพัฒนาตนเอง หรือในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในด้านการเรียน และไม่สามารถที่จะเผชิญกับความผิดหวังที่อาจจะเกิดขึ้นในด้านการเรียนได้ ไม่มีการปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ต่างๆ ในด้านการเรียนได้เหมาะสมกับวิชา ที่เรียนคงใช้วิธีการเดิมๆ ในการเรียน ตัวอย่างเช่น การท่องจำ ไม่มีการจัดตารางเรียนอย่างเป็นระบบ

จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญในการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยส่งเสริมให้นักเรียนมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนโดยเริ่มจากเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายที่ง่ายก่อน และสอนให้นักเรียนคิดหาเหตุผลของการตั้ง เป้าหมายในการเรียนของนักเรียน

เพราะนักเรียนอยู่ในวัยที่มีความคิดและตัดสินใจได้เอง มีความรับผิดชอบ รู้จักใช้เหตุผลและเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้เร็ว อีกทั้งงานวิจัยนี้ได้นำกิจกรรมกลุ่มมาใช้ในการพัฒนา นักเรียนจะได้มีโอกาสเรียนรู้ในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้สร้างความเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เพื่อจะได้ตั้งเป้าหมายในการเรียนต่อไป

ความมุ่งหมายในการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ จะทำให้ทราบถึงพฤติกรรมที่แสดงถึงการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 และได้ทราบถึงผลการใช้โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ ในการตั้งเป้าหมายในการเรียน และคาดว่าจะประโยชน์ต่ออาจารย์แนะแนว อาจารย์ผู้สอน อาจารย์ประจำชั้น และผู้ที่ชำนาญในการใช้กิจกรรมกลุ่มตลอดจนบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำไปพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนให้แก่เยาวชนต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 จำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 121 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 19 คน สุ่มเจาะจงเข้าร่วมโปรแกรม สุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างในการทดลอง 12 คน เป็นนักเรียนชาย 8 คน หญิง 4 คน

1. ตัวแปรที่ศึกษา

1.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

1.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 หมายถึง การที่นักเรียนมีความมุ่งหมายที่จะกระทำสิ่งใด ๆ ในด้านการเรียนให้บรรลุผลตามที่ตั้งใจ ด้วยความมุ่งมั่นและพยายามทำพฤติกรรมใด

พฤติกรรมหนึ่ง เพื่อให้ประสบความสำเร็จในด้านการเรียน โดยมีเป้าหมายอย่างชัดเจนและคาดหวังว่าจะทำให้สำเร็จได้ โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1.1 เป้าหมายในด้านเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ ได้แก่ การทำงานเพราะไม่อยากให้ตนเองดูไม่ดี เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้ตนเองได้แสดงให้ผู้อื่นเห็นว่าตนเอง มีความสามารถและพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ทำให้ตนเองดูแย่ รู้สึกผ่อนคลายและภูมิใจที่ได้ทำงานที่ง่ายจนประสบความสำเร็จ มีความพยายามน้อยในการทำงาน ถ้างานที่ไม่ประสบความสำเร็จก็จะยกเลิกงานนั้นๆ และพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ตนเองเคยล้มเหลวมาก่อนในอดีต

1.2 เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ ได้แก่ เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้ตนเองเกิดการเรียนรู้ รู้สึกผิดหวังและเมื่อหนายถ้าต้องทำงานที่ง่าย ทุ่มความพยายามอย่างมากในการเรียนรู้ ถึงแม้ไม่ประสบความสำเร็จก็ไม่ยกเลิกที่จะทำงานชิ้นนั้น รู้สึกพอใจกับผลงานที่ตนเองทำ ถึงแม้ว่า งานที่ไม่ประสบความสำเร็จทั้งๆ ที่ได้พยายามอย่างเต็มที่แล้ว

1.3 เป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต ได้แก่ เชื่อว่า การมีผลเรียนที่ดีมีความสำคัญ เพราะทำให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ และมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการประสบความสำเร็จในอนาคต หรือมีความสำคัญและมีประโยชน์ในการใช้สมัครเข้าศึกษาต่อในสถาบันต่างๆ

1.4 เป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอก หรือได้รับการยกย่อง ได้แก่ เอาใจใส่ในการเรียนเพื่อต้องการได้รับการยกย่องทางสังคม หรือการได้รับเงิน และรางวัลต่างๆ จากบุคคลอื่น

1.5 เป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม ได้แก่ ทำการบ้าน เพื่อให้ครูพอใจ ต้องการให้ครูรัก พยายามหลีกเลี่ยงการเป็นคนเก่งหรือมีความสามารถ เพื่อให้เพื่อนพอใจหรือยอมรับ

2. โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 หมายถึง การใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยจัดเป็นกระบวนการในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และพัฒนาพฤติกรรมที่มีส่วนร่วมแก่นักเรียนที่มีกิจกรรมร่วมกันและช่วยให้นักเรียนคิดเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น เพื่อสามารถพัฒนาตนเองให้มีเป้าหมายในการเรียน ก่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และความรู้สึก โดยประกอบด้วยเทคนิคต่างๆ ดังต่อไปนี้ เกม การบรรยาย กรณีตัวอย่างการอภิปรายกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง โดยการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นช่วงชั้นที่ 3 แบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ ผู้วิจัยได้สนทนานำเข้าสู่เรื่อง และอธิบายจุดมุ่งหมายในการทำกิจกรรมชี้แจงกติกากฎเกณฑ์ และวิธีการดำเนินการตามที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจ ในสิ่งที่ต้องปฏิบัติ ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์ในการทำกิจกรรมและเตรียมพร้อมก่อนลงมือทำกิจกรรม

ขั้นที่ 2 ขั้นกิจกรรม ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง โดยมีการปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่ม มีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา และกระทำการสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกัน เป็นขั้นที่นักเรียนทำกิจกรรมร่วมกันและดำเนินการตามกิจกรรมที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ โดยการวางแผนงาน หาวิธีคิด และการแก้ไขปัญหาด้วยตัวนักเรียนเอง และต้องพยายามทำให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดโดยที่นักเรียนทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน เพื่อให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้สิ่งที่ต้องทำกิจกรรมที่กำหนด และพยายามทำให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

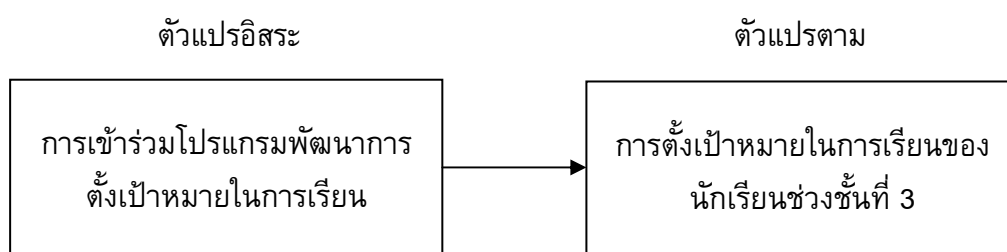
ขั้นที่ 3 วิเคราะห์และอภิปราย เป็นขั้นที่นักเรียนได้ระดมความคิดร่วมกัน อภิปรายกลุ่ม และมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างนักเรียนด้วยกัน โดยให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และวิเคราะห์พฤติกรรมแต่ละคนจากการร่วมกันทำกิจกรรมจนนักเรียนในกลุ่มเกิดความเข้าใจตรงกัน

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้ ให้นักเรียนร่วมกันสรุป และเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิกจนเกิดความเข้าใจตรงกัน แล้วนำสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมมาสรุปเป็นหลักการของตนเอง และสามารถนำหลักการนั้นมาประยุกต์ใช้ไปสู่การปฏิบัติจริง ในชีวิตประจำวัน จากนั้นผู้วิจัยกล่าวสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินผล ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนร่วมกันประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และได้รับข้อคิดจากการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยทำการประเมินผลนักเรียนทุกคนโดยการสังเกตความสนใจ และความร่วมมือของนักเรียนในการแสดงข้อคิดเห็นและการสรุปของกลุ่ม

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการวิจัย เรื่อง ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดัง แมร์ (Mair. 1984: 115 – 144) กล่าวว่า เป้าหมายที่ต่างกัน ทำให้บุคคลเอาใจใส่ หรือทุ่มเทความพยายามต่อการกระทำกิจกรรมต่างๆ (Personal Investment) ในระดับที่แตกต่างกัน ซึ่งเป้าหมายในการเรียนของ แมร์ แบ่งเป็น 5 ด้านคือ เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ เป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต เป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอก หรือได้รับการยกย่อง เป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังการทดลอง มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนเพิ่มขึ้น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 1.1 ความหมายของการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 1.2 องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 1.3 ความสำคัญของการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 1.4 คุณลักษณะของเป้าหมายในการเรียน
 - 1.5 ผลของการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 1.6 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 1.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่มกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 2.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.3 ประเภทของกลุ่ม
 - 2.4 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.5 คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มและประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.6 ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.7 เวลาและจำนวนครั้งในการร่วมกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.8 ลำดับขั้นของกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.9 เทคนิคที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 2.10 การพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน
 - 2.11 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายในการเรียน

1.1 ความหมายของเป้าหมาย

ความหมายของเป้าหมายได้มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

ราชบัณฑิตยสถาน (2546: 713) ให้ความหมายของเป้าหมายว่า หมายถึง บุคคล หรือ สิ่งที่ใช้เป็นเป้าหมายแห่งการโจมตี หรือเป็นศูนย์กลางแห่งความใส่ใจหรือสังเกต หรือเป็นความมุ่งหมายจะจง ให้ได้ตามเจตนา

คอกซ์ (ธนากร ศรีชาพันธ์. 2539: 11; อ้างอิงจาก Cox. 1994) ให้ความหมายของการ ตั้งเป้าหมายว่า ผู้ได้รับการฝึกเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการแสดงทักษะ จะมีโอกาสประสบความสำเร็จ มากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการฝึกการตั้งเป้าหมาย

เบอร์ตัน (สุพิตร สมานิติ. 2541: 1; อ้างอิงจาก Burton. 1992) ให้ความหมายของ เป้าหมายว่า เป็นอะไรก็ตามที่บุคคลพยายามจะทำให้สำเร็จ เป้าหมายสามารถกำหนดมาตรฐานเฉพาะ ซึ่งอาจจะเป็นสมมติฐานได้ว่า เป้าหมายจะเป็นสิ่งจูงใจให้บุคคลได้กระทำการต่างๆ ด้วยความตั้งอกตั้งใจ มุ่งมั่น และพยายามอย่างหนัก พร้อมทั้งจะพัฒนาวิธีการใหม่ๆ ในการแก้ปัญหา และพร้อมที่จะเผชิญ และต่อสู้กับความผิดหวังและความล้มเหลวที่อาจจะเกิดขึ้นทุกประการ

แบนดูรา (1986: 394) ให้ความหมายของการตั้งเป้าหมายว่า เป็นการกำหนดพฤติกรรม เป้าหมาย หรือการกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่บุคคลต้องการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะทำให้ทราบถึงพฤติกรรมที่จะต้องกระทำอย่างชัดเจน และใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินเปรียบเทียบ พฤติกรรมที่ได้กระทำจริงกับพฤติกรรมที่กำหนดไว้ว่า พฤติกรรมนั้นมีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเช่นใด เพื่อใช้เป็นข้อมูลย้อนกลับในการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองทั้งทางบวกและทางลบต่อไป

รูอิลาร์ด (Rouillard. 1995: 10) ให้ความหมายของเป้าหมายว่า เป็นผลสรุปที่เกิดจากความพยายามที่ชัดเจนของบุคคลนั้นๆ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า เป้าหมายในการเรียน หมายถึง การที่นักเรียนมีความ มุ่งหมายที่จะกระทำการใดๆ ในด้านการเรียนให้บรรลุผลตามที่ตั้งใจ ด้วยความมุ่งมั่น และพยายามทำ พฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง เพื่อให้ประสบความสำเร็จในด้านการเรียน โดยมีเป้าหมายอย่างชัดเจน และคาดหวังว่า จะทำให้สำเร็จได้ ได้แก่ มีการตั้งเป้าหมาย วางแผนในการเรียนอย่างชัดเจนแล้ว กระทำจนสำเร็จ มีความตั้งใจ มุ่งมั่นและพยายามอย่างหนักที่จะเรียนให้สำเร็จ มีวิธีการพัฒนาตนเอง ด้วยวิธีการใหม่ๆ ในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในด้านการเรียน พร้อมทั้งจะเผชิญกับความสำเร็จ หรือ ความผิดหวังที่อาจจะเกิดในด้านการเรียน มีการปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ ต่างๆ ในด้านการเรียนได้เหมาะสมกับวิชาที่เรียน

1.2 องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายในการเรียน

นักวิชาการได้กล่าวถึงองค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายในการเรียน ไว้ดังนี้

แมร์ (Maehr. 1984: 115 – 144) กล่าวว่า สภาพการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในห้องเรียนเกิด จากองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ คือ

1. การตระหนักรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับความเป็นไปได้ที่ตนจะกระทำกิจกรรม ในสถานการณ์ต่างๆ ได้ ซึ่งเป็นตัวกำหนดว่า บุคคลจะเลือกลงทุนหรือพยายามในการทำกิจกรรมต่างๆ มากหรือน้อย คือ ความรู้ของบุคคลเกี่ยวกับความเป็นไปได้ที่จะกระทำกิจกรรมนั้นได้สำเร็จ ตลอดจนผลที่จะได้รับการกระทำกิจกรรมนั้น คงไม่มีใครเลือกลงมือปฏิบัติกิจกรรมใดๆ ที่บุคคลไม่เคยมีโอกาที่จะประสบความสำเร็จในการกระทำกิจกรรมนั้นๆ มาก่อน แต่ถ้าผู้กระทำเชื่อว่า ผลที่จะได้รับเป็นสิ่งที่ไม่พึงพอใจ ผู้กระทำก็จะไม่เลือกลงมือปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ

2. ความเชื่อมั่นของนักเรียนเกี่ยวกับความสามารถของตนในการกระทำกิจกรรมในสถานการณ์ต่างๆ เมื่อไรที่บุคคลเกิดความสงสัยไม่แน่ใจในความสามารถที่จะทำงานให้ประสบความสำเร็จในสถานการณ์ใด บุคคลมักจะพยายามหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์นั้น ความเชื่อในความสามารถของบุคคลที่จะกระทำกิจกรรมต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จ (Self – Efficacy) บุคคลมีแนวโน้มที่จะลงทุนความพยายาม และความเอาใจใส่ ในการกระทำ เมื่อบุคคลเชื่อว่าเขามีความสามารถที่จะกระทำสิ่งนั้นให้สำเร็จได้นั้นแสดงว่าบุคคลนั้นมี Self – Efficacy สูง

3. การรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งเป้าหมายจะเป็นตัวกำหนดแนวทางให้นักเรียนกระทำกิจกรรมในสถานการณ์ต่างๆ แมรี่ และนักทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจสมัยใหม่เชื่อว่าพฤติกรรมส่วนใหญ่ของมนุษย์มีเป้าหมายเป็นตัวกำหนดแนวทางในการแสดงพฤติกรรม (Goal Directed) เช่น นักเรียนมีเหตุผลในการอ่านหนังสือที่แตกต่างกัน เพราะนักเรียนมีเป้าหมายในการอ่านหนังสือที่ต่างกัน เช่น ต้องการมีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาเพิ่มขึ้น ต้องการได้คะแนนสูงๆ ต้องการเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ต้องการเป็นคนเก่งในสายตาผู้อื่น ต้องการหลีกเลี่ยงจากการถูกมองว่า เป็นคนโง่ และไม่มีความสามารถ จากตัวอย่างแสดงว่านักเรียนตัดสินใจอ่านหนังสือ เนื่องจากมีเป้าหมาย หรือสิ่งดลใจที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับว่า นักเรียนมีเป้าหมายในการอ่านหนังสือเพื่ออะไร จากการศึกษาวิจัยพบว่า เป้าหมาย (Goal) ที่บุคคลสามารถอธิบายได้ว่า บุคคลจะเอาใจใส่ต่อการเรียน และตั้งใจเรียนมากน้อยอย่างไร พอจะสรุปได้ว่าเป้าหมายที่ต่างกัน ทำให้บุคคลเอาใจใส่ หรือทุ่มเทความพยายามต่อการกระทำกิจกรรมต่างๆ (Personal Investment) ในระดับที่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามเป้าหมายที่บุคคลตั้งไว้จะเกิดผลดีและมีประโยชน์ก็ต่อเมื่อเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้น มีลักษณะใกล้เคียงกับความสามารถของบุคคลนั้น โดยเป้าหมายต้องไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป เพื่อที่บุคคลจะได้มีโอกาสที่จะทำงานนั้นได้ และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

สรุปได้ว่า องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายในการเรียนคือ การตระหนักรู้เกี่ยวกับความเป็นไปได้ ความเชื่อมั่นเกี่ยวกับความสามารถของตนในการทำกิจกรรม ในสถานการณ์ต่างๆ และการรับรู้เกี่ยวกับเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งเป็นตัวกำหนดแนวทางให้นักเรียนกระทำกิจกรรมใน สถานการณ์ต่างๆ

1.3 ความสำคัญของการตั้งเป้าหมายในการเรียน

เป้าหมายมีความสำคัญหลายประการต่อการเรียน และการประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งมีผู้กล่าวถึงความสำคัญของเป้าหมาย ดังนี้

นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2533: 1) กล่าวว่า ชีวิตที่ประสบความสำเร็จ มักเป็นชีวิตที่มีการวางแผน เพราะสิ่งที่บุคคลได้กระทำลงไปในปัจจุบันล้วนมีผลต่ออนาคตของชีวิตเขาทั้งสิ้น บุคคลที่มีได้วางแผนชีวิต ปล่อยให้ทุกสิ่งขึ้นอยู่กับชะตากรรม จึงยากที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ เปรียบเสมือนเรือที่ปราศจากหางเสือและเป้าหมายที่จะเดินทางย่อมล่องลอยเปะปะไปอย่างไร้จุดหมาย และก็อาจจะถึงแก่กาลอับปางลงในที่สุด ดังนั้นชีวิตที่จะประสบความสำเร็จได้ จึงมักต้องมีเป้าหมาย มีการวางแผน และมีขั้นตอนที่จะดำเนินไปให้ถึงเป้าหมายนั้นๆ

ช่วงชีวิตของบุคคลที่ดูจะมีความสำคัญยิ่งในการวางแผนก็คือ ช่วงวัยรุ่นตอนปลาย เป็นช่วงที่บุคคลกำลังอยู่ในสภาวะที่คาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็กที่กำลังจะสิ้นสุดลงและความเป็นผู้ใหญ่ที่จะต้องจบการศึกษาและเข้าสู่โลกของงานอาชีพเยาวชนในขณะนี้ต้องเผชิญกับปัญหาหลายด้านและที่สำคัญที่สุด คือ จะจัดการอย่างไรกับชีวิตเมื่อจบการศึกษาลง ถ้าปราศจากการเตรียมตัวในการวางแผนเข้าสู่อาชีพที่ดีและรัดกุมแล้ว ย่อมเป็นของแน่นอนว่าเขาจะต้องเผชิญกับความสับสน ความวิตกกังวล อาจจะเข้าสู่อาชีพที่ไม่มีใจรัก ซึ่งก่อให้เกิดความไม่พึงพอใจในงานที่ทำตามมาเป็นอย่างมาก

ดังนั้นการสร้างเป้าหมายในการเรียน จึงเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อเสริมสร้างความพร้อมในการสร้างอนาคตของตนเองและของสังคมที่เขามีส่วนร่วมในเวลาเดียวกัน

1.4 คุณลักษณะของเป้าหมายในการเรียน

คุณลักษณะของเป้าหมาย มีลักษณะที่แตกต่างกัน ซึ่งคุณลักษณะจะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้น จึงได้มีผู้กล่าวถึงคุณลักษณะของการตั้งเป้าหมาย ดังนี้

แบนดูลา (Bandura. 1986: 393 – 395) กล่าวถึงคุณสมบัติของเป้าหมายว่า เป็นตัวกำหนดเงื่อนไขการกระทำพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการใช้ความพยายามและการจูงใจในการทำงาน ซึ่งเป้าหมายมีคุณลักษณะ ดังนี้

1. มีลักษณะเจาะจง คือ เป้าหมายที่กำหนดขึ้นมีความชัดเจน และชี้เฉพาะว่า พฤติกรรมใดที่บุคคลต้องทำและควรปฏิบัติอย่างไร ซึ่งเป้าหมายนี้ จะทำให้เกิดแรงกระตุ้น และชี้แนะในการทำพฤติกรรม ซึ่งส่งผลต่อความพอใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเองและการได้รับผลงานที่สูงกว่าการตั้งเป้าหมายทั่วไป

2. มีลักษณะท้าทาย ระดับของเป้าหมายมีผลต่อปฏิภิกิริยาของผู้ปฏิบัติ และจำนวนความพยายามที่ใช้ ถ้าหากบุคคลทำงานที่ทำสำเร็จตามเป้าหมาย เขาจะเกิดความพอใจและพยายามมากขึ้น เนื่องจากการตั้งเป้าหมายไว้สูง เขาก็จะยิ่งเพิ่มความพยายามมากขึ้นในการทำให้บรรลุเป้าหมาย อย่างไรก็ตามความสัมพันธ์ดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้ เมื่อบุคคลยอมรับเป้าหมาย และยืนหยัดในการทำตามเป้าหมายนั้น หากเป้าหมายที่กำหนดขึ้นไม่เหมาะสมกับความสามารถของบุคคลจะทำให้เกิดปฏิภิกิริยาที่แตกต่างกันออกไป โดยทั่วไปคนมักปฏิเสธเป้าหมายที่พิจารณาแล้วว่าตนเองทำไม่ได้และจะตั้งเป้าหมายที่มีความเหมาะสมหรือใกล้เคียงกับความสามารถของตนเองขึ้นมาแทนที่

3. มีระยะสั้น การตั้งเป้าหมายระยะสั้น มีผลต่อแรงจูงใจของบุคคลและความคาดหวังในความสามารถของตนเอง และความสนใจในกิจกรรม เพราะเป้าหมายระยะสั้นจะแสดงให้เห็นถึงผล

จากการตั้งเป้าหมายได้รวดเร็วกว่า และควบคุมการกระทำพฤติกรรมได้ใกล้ชิดกว่า จึงมีโอกาสำเร็จตามเป้าหมายในเวลาอันรวดเร็ว หากทำได้สำเร็จจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นการเสริมแรงและกระตุ้นให้ใช้ความพยายามอย่างต่อเนื่อง

4. สอดคล้องกับความเป็นจริง การตั้งเป้าหมายที่สอดคล้องกับความเป็นจริงจะทำให้บุคคลเกิดการเปรียบเทียบตนเอง เป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงความก้าวหน้าและประสิทธิภาพของงานที่ทำ หากประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ จะก่อให้เกิดแรงจูงใจ ทำให้มีความมุ่งมั่นและพยายามมากยิ่งขึ้น

ลือค และ เลแฮม (1985: 205 – 222) ได้ให้หลักสำคัญของการกำหนดเป้าหมาย 2 ประการ ดังนี้

1. การกำหนดเป้าหมายเฉพาะ จะเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้บุคคล มีพฤติกรรม การแสดงออกที่ดีกว่า สูงกว่าการกำหนดเป้าหมายทั่วไป การใช้ภาษา เพื่อกำหนดเป้าหมายว่า “ทำให้ดีที่สุด” จะมีความหมายและคุณค่ามากกว่าการที่ไม่ได้กำหนดเป้าหมายอะไรไว้เลย

2. การกำหนดเป้าหมายที่มีความยากกว่า (กำหนดให้ทำทักษะที่ยุ่ยากกว่า สูงกว่า แต่หากเป็นที่ยอมรับได้) จะช่วยทำให้ระดับของงานที่ได้สูงกว่าการกำหนดเป้าหมายของงานที่ต่ำกว่า และง่ายกว่า

ดังนั้นจากกล่าวสรุปได้ว่า การกำหนดเป้าหมายที่ดีนั้น หากได้มีการกำหนดเป็นระยะสั้น รวมกับระยะยาวเข้าไว้ด้วยกันจะส่งผลต่อการนำไปปฏิบัติได้ดีกว่าการกำหนดเป้าหมายที่เป็นช่วงระยะยาวหรือระยะสั้นแต่เพียงอย่างเดียว ผลดีของการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นแต่เพียงอย่างเดียวก็ คงเป็นเพราะได้รับ แรงเสริม และข้อมูลย้อนกลับในทันทีทันใด ขณะเดียวกันก็จะเป็นการช่วยเสริมความเชื่อมั่นในตนเองให้นักกีฬาได้เป็นอย่างดี (Weinberg; & Gould. 1995: 241 – 262)

1.5 ผลของการตั้งเป้าหมายในการเรียน

การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรมมีผลต่อแรงจูงใจ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และมีผลต่อความสนใจเพิ่มขึ้น (Bandura. 1986: 351 – 355) ดังนี้

1. ผลต่อแรงจูงใจ การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรม มักทำให้บุคคลมีแรงจูงใจ ที่กระทำพฤติกรรมเพิ่มขึ้น โดยมีแนวโน้มที่จะใช้ความพยายามในการกระทำเพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้มากขึ้น ซึ่งตามกระบวนการของการสร้างเป้าหมาย ได้แก่ การกำหนดเป้าหมายของตนเอง การประเมินตนเอง และการได้รับข้อมูลย้อนกลับ การสร้างเป้าหมายด้วยตนเอง เป็นกระบวนการที่บุคคลสร้างกฎเกณฑ์ขึ้นมา เพื่อประเมินการกระทำด้วยตนเอง จึงทำให้ได้เป้าหมายที่มีความเหมาะสม สอดคล้องกับความรู้ความสามารถของตน รวมทั้งรู้สึกว่าเป็นผู้กำหนดและตัดสินใจด้วยตนเอง ส่งผลต่อการยอมรับเป้าหมายและการใช้ความพยายามในการทำให้บรรลุเป้าหมายนั้น จึงทำให้มีความรับผิดชอบ ต่อเป้าหมายของตนเอง

2. ผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง การสร้างเป้าหมายสามารถพัฒนาการรับรู้ความสามารถของบุคคล โดยนำเป้าหมายมาเปรียบเทียบกับการกระทำพฤติกรรมของบุคคล จึงก่อให้เกิด

ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับความสามารถ การบรรลุเป้าหมายระยะสั้นแสดงให้เห็นว่า บุคคลมีความเชี่ยวชาญในเวลาอันสั้น จึงทำให้บุคคลรับรู้ว่าตนเอง มีความสามารถสูงขึ้น ส่งผลต่อการใช้ความพยายามในการทำงาน นอกจากนี้ หากบุคคลต้องเผชิญกับความแตกต่างระหว่างเป้าหมายที่ทำยากกับผลการกระทำของตน หากมีความมั่นใจในความสามารถของตนเอง จะส่งผลต่อการใช้ความพยายามมากขึ้น และทำงานจนบรรลุผลสำเร็จ

3. ผลต่อความสนใจในกิจกรรม การมีความสนใจในกิจกรรม สืบเนื่องมาจากบุคคลนั้น มีประสบการณ์ที่พอใจในการบรรลุตามเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ การตั้งเป้าหมายที่เปิดโอกาสให้บุคคลได้แสดงความสามารถ และใช้ความพยายามในการลดความไม่สอดคล้องระหว่างการกระทำกับเป้าหมาย จะมีผลต่อความสนใจในกิจกรรม

ล็อก และ เลธัม (Locke; & Latham. 1990: online) ได้อธิบายถึงอิทธิพลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อพฤติกรรมใน 4 ลักษณะ คือ

1. ทิศทาง การตั้งเป้าหมายทำให้บุคคลสามารถกำหนดทิศทางการกระทำได้สอดคล้องกับเป้าหมายที่ตั้งไว้

2. ความพยายาม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้พร้อมๆ กับการกำหนดทิศทางตามสัดส่วนที่บุคคลรับรู้ ว่าตนเองมีความต้องการในเป้าหมายเพียงใด นั่นคือ หากมีความต้องการบรรลุเป้าหมายที่ทำยาก จะต้องเพิ่มความพยายาม และความตั้งใจในการทำเป้าหมายมากกว่าเป้าหมายที่ง่าย หรือการไม่มีเป้าหมาย

3. ความคงทน เป็นระดับของความเพียรพยายามที่เพิ่มมากขึ้น เมื่อเวลาผ่านไป ดังนั้นความคงทนจึงเป็นการนำเอากลไกทั้ง 2 ส่วน คือ ทิศทางและความพยายามมารวมกัน

4. การพัฒนากลยุทธ์ จากกลไกทั้ง 3 ประการ คือ ทิศทาง ความพยายาม และความคงทนนั้น เป็นผลโดยตรงจากการตั้งเป้าหมาย ในขณะที่การพัฒนากลยุทธ์หรือวางแผน เพื่อให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จเป็นผลโดยทางอ้อมจากการตั้งเป้าหมาย กระบวนการพัฒนากลยุทธ์เป็นส่วนประกอบสำคัญของปัญญา ทำให้เกิดการพัฒนาทักษะหรือการแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์ เมื่อบุคคลตั้งเป้าหมายไว้แล้วเขาก็จำเป็นต้องวางแผนและจัดระบบการทำงาน

สรุปได้ว่า การตั้งเป้าหมายนั้นส่งผลต่อแรงจูงใจ ต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง และต่อความสนใจในกิจกรรม นอกจากนี้ อิทธิพลของการตั้งเป้าหมายยังมีผลต่อพฤติกรรมต่างๆ ทำให้เราสามารถกำหนดทิศทาง และการกระทำพฤติกรรมได้สอดคล้องกับเป้าหมาย โดยใช้ความพยายามและตั้งใจในการกระทำเป้าหมาย ขณะเดียวกันได้พัฒนากลยุทธ์หรือวางแผนเพื่อให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จ

1.6 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน

การตั้งเป้าหมายในการเรียน ได้มีนักวิชาการกล่าวถึง การตั้งเป้าหมายในการเรียนไว้ดังนี้

แมร์ (Maehr. 1984: 115 – 144) กล่าวว่า เป้าหมายที่ต่างกันทำให้บุคคลเอาใจใส่หรือทุ่มเทความพยายามต่อการกระทำกิจกรรมต่างๆ (Personal Investment) ในระดับที่แตกต่างกัน

อย่างไรก็ตามเป้าหมายที่บุคคลตั้งไว้จะเกิดผลดีและมีประโยชน์ก็ต่อเมื่อเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้นมีลักษณะใกล้เคียงกับความสามารถของบุคคลนั้น โดยเป้าหมายต้องไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป เพื่อที่บุคคลจะได้มีโอกาสที่จะทำงานนั้นได้ และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ได้แก่

1. เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ (Performance Goals) ในโรงเรียนเมื่อนักเรียนทำงานส่งครู นักเรียนมักได้รับทราบผลการเรียนรู้ จากครูเกี่ยวกับงานที่ทำต่อหน้าบุคคลอื่นเสมอ จากเหตุการณ์เหล่านี้ทำให้นักเรียนรู้สึกกังวล และให้ความสำคัญกับการถูกมองว่าเป็นคนเก่ง หรือคนไม่มีความสามารถในสายตาตัวเองและผู้อื่น และพยายามหลีกเลี่ยงจากการถูกมองว่าเป็นคนเก่ง หรือไม่มีความสามารถ นักเรียนที่ให้ความสำคัญหรือเป็นกังวลเกี่ยวกับการถูกมองจากบุคคลอื่นในลักษณะเช่นนี้ เป็นนักเรียนที่มีเป้าหมายชนิดที่เรียกว่า “เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ” ลักษณะบุคคลที่มี เป้าหมายประเภทนี้ ได้แก่

1.1 เชื่อว่า ความสามารถของบุคคลมีความคงที่ ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้น บุคคลที่เก่งไม่จำเป็นต้องขยัน

1.2 ประเมินผลงานที่ตนเองทำ โดยเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น เพราะไม่ยอมให้ตนเองดูไม่ดี

1.3 เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้ตนเองได้แสดงให้ผู้อื่นเห็นว่าตนเองมีความสามารถ และพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ทำให้ตนเองดูแย่

1.4 รู้สึกผ่อนคลายและภูมิใจที่ได้ทำงานที่ง่ายจนประสบความสำเร็จ

1.5 การเรียนรู้เกิดจากแรงจูงใจภายนอก โดยคาดหวังรางวัลจากบุคคลอื่น และพยายามหลีกเลี่ยงการถูกตำหนิ

1.6 มีความพยายามน้อยในการทำงาน

1.7 ใช้วิธีการเรียนรู้ที่ช่วยในการเรียนแบบท่องจำเท่านั้น

1.8 ต้องการทราบผลการเรียนรู้ที่เป็นสิ่งที่ดีเท่านั้น ไม่ต้องการทราบถึงข้อบกพร่องของตนเอง

1.9 ถ้างานที่ทำไม่ประสบความสำเร็จก็จะยกเลิกงานนั้นง่ายๆ และพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ตนเองเคยล้มเหลวมาก่อนในอดีต

1.10 คิดว่าครูผู้สอนคือผู้พิพากษาที่ทำหน้าที่เป็นผู้ให้รางวัลหรือให้การลงโทษ

1.11 คิดว่าความล้มเหลวเป็นตัวบ่งชี้ถึงความไม่เก่ง ไม่มีความสามารถ และเชื่อว่าความ ล้มเหลวนั้นจะเกิดขึ้นอีกในอนาคต

1.12 การมีเป้าหมายเชิงปฏิบัติการมักทำให้เกิดผลเสียมากมาย เช่น นักเรียนจะคิดว่า ครูจะมื่อคติกับนักเรียนบางคน และไม่มีความยุติธรรมในการให้คะแนน

2. เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ (Learning Goals) ลักษณะบุคคลที่มีเป้าหมาย เพื่อการเรียนรู้ ได้แก่

2.1 เชื่อความพยายามและการฝึกอบรมทำให้บุคคลมีความสามารถ และประสบความสำเร็จได้

2.2 เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้ตนเองเกิดการเรียนรู้

- 2.3 รู้สึกผิดหวังและเบื่อหน่ายถ้าต้องทำงานที่ง่าย
- 2.4 การเรียนรู้เกิดจากแรงจูงใจภายใน
- 2.5 พยายามหาวิธีการเรียนต่างๆ ที่ช่วยทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
- 2.6 ทุ่มหาความพยายามอย่างมากในการเรียนรู้ ถึงแม้ไม่ประสบความสำเร็จ ก็ไม่ยกเลิกที่จะทำงานชิ้นนั้น
- 2.7 ประเมินผลงานที่ทำโดยเปรียบเทียบกับตนเองว่ามีความก้าวหน้าไปมากน้อยอย่างไร
- 2.8 เชื่อว่า ความพยายามและการฝึกฝนทำให้บุคคลมีความสามารถ และประสบความสำเร็จได้
- 2.9 รู้สึกพอใจกับผลงานที่ตนเองทำ ถึงแม้ว่างานที่ทำจะไม่ประสบความสำเร็จ ทั้งๆ ที่ได้พยายามอย่างเต็มที่แล้ว
- 2.10 ต้องการทราบผลการเรียนรู้เพื่อเป็นข้อมูลในการปรับปรุงการเรียนรู้ให้ดีขึ้น
- 2.11 คิดว่าความผิดพลาดเป็นเรื่องปกติและมีประโยชน์ในกระบวนการเรียนรู้ และสามารถนำความผิดพลาดไปปรับปรุงการเรียนรู้ให้ดีขึ้น และความผิดพลาดเป็นตัวบ่งชี้ให้บุคคลเพิ่มความพยายามในการทำงานให้มากขึ้น

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ จะพยายามกระทำกิจกรรมต่างๆ ที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเรียนรู้ได้ดีขึ้น เช่น ตั้งใจเรียน ยอมรับข้อบกพร่องของตนเองได้ ไม่ท้อถอย ส่วนบุคคลที่มีเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ มีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่ทำให้บุคคลนั้น ประสบความล้มเหลว เพราะบุคคลเหล่านี้ต้องการให้ตัวเองดูดี มีความสามารถอยู่ตลอดเวลา และเชื่อว่าความสามารถมีความคงที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้นคนที่ประสบความสำเร็จก็จะล้มเหลวอีกในอนาคต จะเห็นได้ว่า บุคคลที่มีเป้าหมายเชิงปฏิบัติการเป็นลักษณะของบุคคลที่เราไม่พึงประสงค์ จะให้เกิดขึ้นกับบุคคลในสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับนักเรียนในโรงเรียน ดังนั้นในฐานะครูผู้สอนเราสามารถจัดการเรียนการสอนที่ช่วยในเรื่องดังกล่าวได้

3. เป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต (Internalized Future – Utility Goals) นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้จะมองการเรียนรู้เสมือนผลตอบแทนที่จะได้รับในระยะยาว เช่น นักเรียนส่วนใหญ่เชื่อว่า การมีผลเรียนที่ดีมีความสำคัญ เพราะทำให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ และมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการประสบความสำเร็จในอนาคต หรือมีความสำคัญและมีประโยชน์ในการใช้สมัครเข้าศึกษาต่อในสถาบันต่างๆ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้มีแนวโน้มที่จะเอาใจใส่ในการศึกษาอย่างสม่ำเสมอ และมักจะใช้เทคนิคการเรียนรู้ที่เป็นทั้งการเรียนรู้ที่มีความหมาย และการเรียนรู้ชนิดท่องจำ

4. เป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง (Extrinsic Reward or Recognition Goals) นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้ เอาใจใส่ในการเรียน เพื่อต้องการได้รับการยกย่องทางสังคม หรือการได้รับเงิน และรางวัลต่างๆ จากบุคคลอื่น งานวิจัยเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรม แสดงให้เห็นว่า การใช้สิ่งล่อภายนอก เช่น เงิน ขนม รางวัล และคำชมเชย สามารถช่วยให้นักเรียนที่ขี้เกียจ

ไม่สนใจเรียน หันมาเอาใจใส่ในการเรียนเพิ่มขึ้นได้ ถึงแม้ว่านักเรียนที่มีเป้าหมาย เพื่อต้องการรางวัล จากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง จะเอาใจใส่ในการเรียนรู้ แต่ระดับของการเอาใจใส่ในการเรียนก็ ไม่สูงหรือมีการเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง และมีความหมายมากเท่ากับนักเรียนที่มีเป้าหมาย เพื่อการเรียนรู้ และ เป้าหมายเพื่อผลตอบแทนในระยะยาว

5. เป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม (Social Solidarity Goals) นักเรียน ส่วนใหญ่ โดยเฉพาะนักเรียนในระดับประถมศึกษา ทำการบ้านเพื่อให้ครูพอใจ ต้องการให้ครูรัก สิ่ง เหล่านี้สามารถเกิดกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา และระดับวิทยาลัยได้เช่นกัน เพราะนักเรียนทราบว่า ครูเป็นผู้ควบคุมและให้เกรดนักเรียน นอกจากนี้ นักเรียนบางคนยังพยายามหลีกเลี่ยงการเป็นคนเก่ง หรือมีความสามารถ เพื่อให้เพื่อนพอใจหรือยอมรับ เพราะนักเรียนคิดว่าการเป็นคนไม่เก่งมักดูน่าสนใจ นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้จะตัดสินใจกระทำกิจกรรมที่เพื่อน ๆ หรือสังคมยอมรับเท่านั้น โดยไม่สนใจ ว่ากิจกรรมนั้นจะถูกต้องหรือเหมาะสมหรือไม่

สรุปว่า การแปลความหมายสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในห้องเรียนของนักเรียนแต่ละคน เกิดจาก องค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ คือ การตระหนักรู้ของนักเรียน ความเชื่อมั่นของนักเรียนเกี่ยวกับความ สามารถของตน การรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมาย และระดับความมากน้อยของการลงทุน หรือการทุ่มเทความพยายามในการกระทำกิจกรรมต่างๆ ของบุคคลเกิดจากองค์ประกอบทั้งสามนั่นเอง

แมกซ์คอมบส์ และ มาซาร์โน (McCombs & Mazano. 1990: 51 – 69) กล่าวถึง ทฤษฎี Phenomenological อธิบายการกำกับตนเองในด้านแรงจูงใจที่จำเป็นในการกำกับตนเอง ได้มา จากโครงสร้างความเป็นตนเองของผู้เรียน เมื่อผู้เรียนเข้าใจว่าตนเอง เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีความคิดสร้างสรรค์ มีความรับผิดชอบและมีความสามารถในการพัฒนาเป้าหมายการเรียนของตนเองได้

ออมรูด (Ormrod. 1995: online) ได้เปรียบเทียบลักษณะของผู้เรียนที่มีเป้าหมายใน การเรียน เพื่อความรู้ และเป้าหมายในการเรียนเพื่อหวังผลตอบแทน ดังนี้

ผู้เรียนที่มีเป้าหมายเรียนเพื่อความรู้

1. เชื่อว่าความสำเร็จจะเกิดขึ้นได้โดยอาศัยความพยายามและการฝึกหัด
2. เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้เกิดการเรียนรู้มากที่สุด
3. จะมีความรู้สึกเบื่อและผิดหวังต่องานที่ง่ายจนเกินไป
4. เชื่อว่าความพยายามเป็นสิ่งสำคัญ
5. เป็นผู้ที่มีรูปแบบแรงจูงใจจากภายใน
6. มีรูปแบบและยุทธวิธีการเรียนเพื่อให้เกิดความเข้าใจในเนื้อหาวิชา (เช่นการเรียน โดยรู้ความหมาย การขยายความ การเรียนด้วยความเข้าใจ)
7. ประเมินความสำเร็จโดยดูพัฒนาการของตนเอง
8. เชื่อว่า ข้อผิดพลาดต่างๆ เป็นสิ่งธรรมดาที่เกิดขึ้นได้เสมอ และพยายามใช้ ข้อผิดพลาดเพื่อการพัฒนาปรับปรุง
9. เมื่อพยายามเต็มที่แล้ว ผลที่ได้จะไม่ดีก็ไม่ผิดหวัง

10. เห็นความล้มเหลว คือ เครื่องหมายของการที่จะต้องใช้ความพยายาม ให้มากยิ่งขึ้น

11. เชื่อว่าครูผู้สอน คือ แหล่งข้อมูลที่จะให้คำแนะนำต่าง ๆ

ผู้เรียนที่มีเป้าหมายเรียนเพื่อหวังผลตอบแทน

1. เชื่อว่าความสำเร็จจะเกิดขึ้นได้เฉพาะบุคคลบางคนที่มีความสามารถพิเศษ
2. เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้แสดงความสามารถ และหลีกเลี่ยงงานที่จะก่อให้เกิดความไม่สำเร็จ

3. มีความพอใจต่องานที่ง่าย

4. ไม่เชื่อเรื่องความพยายามเพราะเชื่อว่า ความสำเร็จจะเกิดขึ้นกับคนบางคนที่มีความสามารถพิเศษเท่านั้น

5. เป็นผู้ที่มึนรูปแบบแรงจูงใจแบบภายนอก

6. มีวิธีการเรียนแบบท่องจำ

7. ประเมินความสำเร็จโดยเปรียบเทียบกับผู้อื่น

8. เชื่อว่าข้อผิดพลาด คือ ความล้มเหลว และแสดงถึงการไร้ซึ่งความสามารถ

9. พอใจผลของความสำเร็จเพียงอย่างเดียว

10. เห็นความล้มเหลว คือ เครื่องหมายของการไร้ความสามารถ และจะเป็นตัวทำนายถึงความล้มเหลวในอนาคต

11. เชื่อว่า ครูผู้สอน คือ ผู้ตัดสินที่จะให้รางวัลหรือการลงโทษ

ซิมเมอร์แมน (Zimmerman. 1998: 329) ได้อธิบายรายละเอียดของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง โดยทั่วไปแต่ละด้าน ดังนี้

1. การมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ด้านเมตาคognition ชั้น ผู้เรียนที่กำกับตนเองมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของตนเองโดยมีการวางแผน ตั้งเป้าหมาย จัดระบบตรวจสอบตนเอง และประเมินตนเองในระหว่างกระบวนการเรียนรู้

2. การมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ด้านแรงจูงใจ

3. การมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ด้านพฤติกรรม

ซิมเมอร์แมนได้วิเคราะห์ความแตกต่างของทฤษฎี ดังนี้คือ

1. กลยุทธ์การเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง คือ การกระทำและกระบวนการที่มุ่งให้ตนเองมีความรู้และทักษะเพิ่มขึ้น โดยเป็นไปตามวิธีการ เป้าหมาย และการรับรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้กำหนดด้วยตนเอง ส่วนกระบวนการกำกับตนเองนั้นเป็นกระบวนการที่ควบคุมให้ตนเอง เข้าสู่กระบวนการเรียนรู้ ผลจากกระบวนการเรียนรู้เป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับเป้าหมายที่ตั้งไว้ ผู้เรียนที่เรียนรู้โดยการกำกับตนเองจะมีความแตกต่างจากผู้อื่น 2 ประการ คือ มีความตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการกำกับตนเองกับผลลัพธ์การเรียนรู้ และมีการใช้กลยุทธ์ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเอง

2. มีวงจรการให้ข้อมูลป้อนกลับของตนเอง ทฤษฎีปัญญาทางสังคมมองวงจรควบคุมนี้ในลักษณะข้อมูลป้อนกลับทางบวกและทางลบ ทั้งพยายามหาทางลดความแตกต่างระหว่างเป้าหมายและผลลัพธ์ และพยายามเพิ่มเป้าหมายของตนเอง ให้สูงขึ้นเมื่อผลลัพธ์เป็นไปตามเป้าหมายขั้นแรก

3. มีกระบวนการด้านแรงจูงใจที่มีปฏิสัมพันธ์กัน ทฤษฎี Phenomenological มองว่าผู้เรียนถูกจูงใจให้กำกับตนเองจากลักษณะในภาพรวม ความภาคภูมิใจในตนเอง หรือการบรรลุเป้าหมายชีวิตของตนเองในอนาคต

ซิมเมอร์แมน ได้ให้คำจำกัดความทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาทางสังคมไว้ว่า การเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง คือ การที่ผู้เรียนใช้กลยุทธ์ เพื่อให้ตนเอง บรรลุเป้าหมายการเรียนรู้บนพื้นฐานของการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Zimmerman. 1998: 329) คำจำกัดความนี้ เน้นความสำคัญกับองค์ประกอบ 3 ส่วน คือ กลยุทธ์ การเรียนรู้ โดยการกำกับตนเอง (Self – Regulated Learning Strategies) การรับรู้ความสามารถของตนเองในทักษะที่จำเป็นต้องใช้เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย (Self- Efficacy) และการมีความผูกพันกับการเป้าหมายของการเรียน (Commitment to Academic Goals) ทั้งนี้ให้รวมถึงวิธีที่ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมอันเป็นกลยุทธ์ที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย โดยเชื่อว่า การจูงใจให้ผู้เรียนใช้กลยุทธ์ในการเรียน คือ การรับรู้ความสามารถของตนเองอย่างต่อเนื่องเรียน ดังนั้นการจะบอกว่าการกระทำใดเป็นการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ต้องรู้เป้าหมายการเรียนรู้ของผู้เรียน

ซิมเมอร์แมน และ มาตินเนซพอนส์ (Zimmerman; & Martinez-Pons. 1988: 614 – 628) ได้กล่าวถึงการกระทำที่มุ่งให้ตนเองมีความรู้ หรือเพิ่มพูนทักษะตามความต้องการ เป้าหมาย และการรับรู้ตนเองของผู้เรียน ซึ่งกลยุทธ์การเรียนรู้ที่ผู้เรียนใช้อยู่ตามธรรมชาติ นั้น มีในเรื่องของการตั้งเป้าหมายและการวางแผน (Goal and Goal Setting)

ศิริพร โอภาสวัตชัย (2543: 13) กล่าวถึงทฤษฎีควบคุมพฤติกรรม (Volitional control) อธิบายว่า การกำกับตนเอง หมายถึง การที่ผู้เรียนมีเป้าหมายของตนเอง และใช้กระบวนการจัดการกับประโยชน์ของตนเอง เพื่อให้ตนเองประสบความสำเร็จในการเรียนได้

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ จะพยายามกระทำกิจกรรมต่างๆ ที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเรียนรู้ได้ดีขึ้นและประสบความสำเร็จ มีความรับผิดชอบและมีความสามารถในการพัฒนาเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเองได้ มีวิธีการพัฒนาตนเองด้วยวิธีการใหม่ๆ ในการแก้ปัญหาต่างๆ ด้านการเรียน พร้อมทั้งจะเผชิญกับความล้มเหลวและความล้มเหลวที่อาจเกิดขึ้นในด้านการเรียน มีการปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ต่างๆ ในด้านการเรียนได้อย่างเหมาะสม

1.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายในชีวิต

งานวิจัยในประเทศ

สุธีรา นิมิตรนิวัฒน์ (2537: 84) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการตั้งเป้าหมายต่อความสนใจในกิจกรรมและผลสัมฤทธิ์ในวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 พบว่า กลุ่มนักเรียนที่มีการตั้งเป้าหมายระยะสั้น มีความสนใจในกิจกรรมและมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มนักเรียนที่มีการตั้งเป้าหมายระยะยาว

นวลศิริ เปาโรหิตย์ (จันทร์เพ็ญ ศรีอินทร์เขียว. 2542: 39; อ้างอิงจาก นวลศิริ เปาโรหิตย์. 2533) ได้ทำการวิจัยเรื่อง รูปแบบการวางแผนชีวิตและอาชีพ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต สำหรับนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยปิดของรัฐ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ปีการศึกษา 2531 สาขาศึกษาศาสตร์และสังคมศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยปิดของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด จำนวน 3 แห่ง มหาวิทยาลัยในกรุงเทพฯ คือ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้กลุ่มทดลอง 50 คน และกลุ่มควบคุม 50 คน มหาวิทยาลัยในต่างจังหวัด คือ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้กลุ่มทดลอง 50 คน และกลุ่มควบคุม 50 คน จุดมุ่งหมายของการวิจัย คือ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรม เห็นความสำคัญของการวางแผนชีวิตแก่นิสิตนักศึกษา ผลการทดลองพบว่า มีนักศึกษาที่เข้ารับการอบรม วางแผนชีวิตและอาชีพสามารถพัฒนาความคิดมุ่งอนาคต และวุฒิภาวะทางอาชีพ ได้สูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับการอบรม

ศิริพร โอภาสวัชชัย (2543: 144) ได้ศึกษาการมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้มีอิทธิพล ต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง อธิบายได้ว่าผู้ที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้มีลักษณะการเรียนรู้ ที่เน้นความเข้าใจเนื้อหาสาระและสื่อการสอน มีความต้องการที่จะเรียนแม้ผลการเรียนอาจไม่ดี เมื่อเผชิญความยากลำบากหรือความล้มเหลวผู้เรียนที่มุ่งเป้าหมายการเรียนรู้แบบนี้จะมีความเพียรพยายามมากขึ้น

ภัทรียา มาลาทอง (นันทน์ภัส ภาวะเกตุ. 2547: 24; อ้างอิงจาก ภัทรียา มาลาทอง. 2545) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้อย่างมีความสุขกับทัศนคติต่อวิชาชีพ ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 – 4 จำนวน 382 คน ผลการวิจัยพบว่า การตั้งเป้าหมายการเรียนรู้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

นันทน์ภัส ภาวะเกตุ (2547: 65) ได้ศึกษาความการพัฒนาโปรแกรมฝึกสร้างเป้าหมายชีวิตของเด็กในสถานสงเคราะห์ ผลการวิจัยพบหลังจากได้รับการฝึกด้วยโปรแกรมฝึกสร้างเป้าหมายชีวิต GSP กลุ่มทดลองมีคะแนนการสร้างเป้าหมายชีวิต สูงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญระดับ .01

ชูชีพ อ่อนโคกสูง และ อนุสรณ์ อรรถศิริ (2549: 53) ได้ศึกษาพลังความสามารถแห่งตน เป้าหมายในการเรียน ความเป็นไปได้ที่ทำกิจกรรมการเรียน และแรงจูงใจ ผลปรากฏว่า พลังความสามารถแห่งตน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับเป้าหมายในการเรียน และความเป็นไปได้ที่จะกระทำ กิจกรรมการเรียนของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญ นิสิตที่มีพลังความสามารถแห่งตนมาก จะมีเป้าหมายในการเรียนชัดเจน ในทางตรงข้ามหากพลังความสามารถแห่งตนต่ำก็จะมีเป้าหมายในการเรียนไม่ชัดเจน

จากงานวิจัยข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนมีความสัมพันธ์ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และยังส่งผลต่อการเรียนโดยการกำกับตนเอง นอกจากนี้ การตั้งเป้าหมายในการเรียนนั้น มีความสัมพันธ์กับพลังความสามารถแห่งตนอีกด้วย

งานวิจัยในต่างประเทศ

มอร์แกน (Morgan. 1985: online) ได้ศึกษาการตั้งเป้าหมายระยะสั้นรวมกับการเตือนตนเองอันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์และความสนใจในกิจกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 240 คน คัดเลือกจากนักเรียนที่มีคะแนนสูง ปานกลาง และต่ำ กลุ่มละเท่าๆ กัน โดยพิจารณาจากคะแนนที่ได้จากการสอบคัดเลือกเข้าเรียนของนักศึกษา ผู้วิจัยจัดกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ทุกกลุ่มจะได้รับการฝึกการเตือนตนเอง โดยกลุ่มที่ 1 ตั้งเป้าหมายระยะสั้น กลุ่มที่ 2 สอนการใช้เวลาในการเรียน กลุ่มที่ 3 ตั้งเป้าหมายระยะยาว กลุ่มที่ 4 เป็นกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่ตั้งเป้าหมายระยะสั้น มีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนตอนปลายปีดีกว่ากลุ่มที่สอนการใช้เวลาในการเรียน กลุ่มที่ตั้งเป้าหมายระยะยาว และกลุ่มควบคุม นอกจากนี้ กลุ่มที่ตั้งเป้าหมายระยะสั้นยังมีความสนใจในกิจกรรมสูงกว่าทุกกลุ่มอีกด้วย

มีค และคณะ (Meece; et al. 1988: 514 – 523) ที่ทำการวิจัยพบว่า ผู้เรียนที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่องาน มีรายงานกิจกรรมการกำกับตนเองมากกว่า จึงอาจกล่าวได้ว่า การมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้เป็นปัจจัยที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ โดยการกำกับทั้งในผู้เรียนในระดับมัธยมศึกษา และระดับอุดมศึกษา

แอบลาร์ด และ ลิพชูลท์ (Ablard; & Lipschultz. 1998: 94 – 101) ซึ่งทำการวิจัยในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา เกรด 11 พบว่า การมุ่งเป้าหมาย เพื่อการเรียนรู้เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง

คาล์ห์ และ เคลลี (Kahle; & Kelly. 1994: 115) ได้ศึกษาเรื่องการทำการบ้านของเด็กในวิชาคณิตศาสตร์เปรียบเทียบระหว่างวิธีการจัดการตนเองโดยให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายด้วยตนเองกับวิธีให้ผู้ปกครองควบคุมดูแลพฤติกรรมของเด็กในการทำการบ้าน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน เกรด 2 – 4 แบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 1 ฝึกให้กำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง กลุ่มทดลองที่ 2 ฝึกอบรม ผู้ปกครองให้คอยควบคุมการทำการบ้านของเด็กแล้วบันทึกในแบบบันทึก ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกใดๆ ใช้เวลาทดลอง 6 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 สามารถพัฒนาความถูกต้องของการบ้านมากขึ้นกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 ส่วนอัตราการทำการบ้านเสร็จสมบูรณ์เพิ่มขึ้นทั้งในกลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 ส่วนกลุ่มควบคุมไม่มีอัตราการเพิ่มขึ้นในการทำการบ้าน

อัลบายลี (Albaili. 1998: 195 – 203) ทำการวิจัยในนักศึกษาระดับวิทยาลัยในรัฐอาหรับเอมิเรต พบว่า นักศึกษาที่มีการมุ่งเป้าหมาย เพื่อผลงานมีการใช้กลยุทธ์แบบฝึกซ้ำ สูงกว่ากลยุทธ์แบบอื่นขณะที่นักศึกษาที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้มีการใช้กลยุทธ์การศึกษาแบบลงรายละเอียด สูงกว่า ซึ่งกล่าวได้ว่านักศึกษาที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อผลงานมีการใช้กลยุทธ์การเรียน เช่นเดียวกันกับนักศึกษาที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ แต่อาจจะใช้กลยุทธ์การเรียนที่แตกต่างออกไป

จากงานวิจัยข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า การตั้งเป้าหมาย เพื่อการเรียนรู้และการตั้งเป้าหมาย เพื่อผลงานเป็นปัจจัยที่เอื้อต่อการเรียนรู้และใช้กลยุทธ์ต่างๆ ในการเรียนเพื่อให้ประสบความสำเร็จ ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

2.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

คำว่า กิจกรรมกลุ่ม (Group Activity) ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

ซัลลิแวน (Sullivan. 1958: 7) ได้อธิบายลักษณะของกิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

1. สมาชิกวางแผนร่วมกับผู้นำกลุ่ม ซึ่งทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษาแก่กลุ่ม
2. สมาชิกทุกคนมีความรับผิดชอบงานกลุ่มร่วมกัน
3. สมาชิกได้ใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงานกลุ่มได้อย่างเต็มที่ บรรยากาศ

ในกลุ่มมีความเป็นกันเอง เป็นมิตรต่อกันและมีความเป็นประชาธิปไตย

เฮร์โรลด์ (Herrold. 1952: 492 – 504) ให้ความหมายการรวมกลุ่มไว้ว่า เป็นกระบวนการที่ทำให้ทุกคนมีโอกาสรวมกันเป็นกลุ่มเพื่อแก้ปัญหาหรือการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน

คมเพชร จัตรศุกกุล (2546: 6) ให้ความหมายกิจกรรมไว้ว่า หมายถึง การนำเอาประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคน และการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยส่วนรวม การปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม โดยวิธีการดังกล่าวนี้ ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคลทุกคน

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มหมายถึง กระบวนการที่ทำให้ทุกคนมีโอกาสรวมกันเป็นกลุ่ม และนำเอาประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน มีความรับผิดชอบร่วมกัน โดยใช้ความคิดสร้างสรรค์ในการทำงาน ให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคลทุกคน ตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

2.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

ทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานของ “กลุ่มสัมพันธ์” มีหลายทฤษฎี คาร์ท; และ แซนเดอร์; ซอร์; ฟอสท์ (Cartwright. 1968; Zander. 1971; & Foresyth. 1990) กล่าวไว้ดังนี้

1. ทฤษฎีสนาม (Field Theory) ของ เคิร์ต เลวิน (Kurt Lewin) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดที่สำคัญสรุปได้ ดังนี้

1.1 โครงสร้างของกลุ่ม จะเกิดการรวมกลุ่มของบุคคลที่มีลักษณะแตกต่างกัน

1.2 ในการรวมกลุ่มแต่ละครั้ง สมาชิกในกลุ่มจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันในรูปการกระทำ

(Act) ความรู้สึก (Feel) และความคิด (Think)

1.3 องค์ประกอบต่างๆ ดังกล่าวไว้ในข้อ 1.2 มีผลต่อโครงสร้างของกลุ่ม ซึ่งจะมีลักษณะแตกต่างกันออกไปตามลักษณะของสมาชิกในกลุ่ม

1.4 สมาชิกในกลุ่มจะมีการปรับตัวเข้าหากันและพยายามช่วยกันทำงาน ซึ่งการที่บุคคลพยายามปรับตัว จะก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน (Cohesion)

2. ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ (Interaction Theory) ของเบลล์ (Bales) โฮมาน (Homans) และไวท์ (Whyth) แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีนี้ คือ

2.1 ปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยการกระทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง (Activity)

2.2 ปฏิสัมพันธ์ คือ

2.2.1 ปฏิสัมพันธ์ทางร่างกาย (Physical interaction)

2.2.2 ปฏิสัมพันธ์ทางวาจา (Verbal interaction)

2.2.3 ปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์จิตใจ (Emotional interaction)

2.3 กิจกรรมต่างๆ กระทำผ่านการมีปฏิสัมพันธ์นี้ จะก่อให้เกิดอารมณ์ และความรู้สึก

(Sentiment)

3. ทฤษฎีระบบ (System theory) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดสำคัญ คือ

3.1 กลุ่มโครงสร้างหรือระบบซึ่งประกอบด้วยข้อกำหนดบทบาทหน้าที่ของสมาชิก และการแสดงบทบาทของสมาชิก อันถือว่าการลงทุน (Input) ทำให้ได้ผลลัพธ์ (Output) อย่างใดอย่างหนึ่ง

3.2 การแสดงบทบาทหน้าที่ของสมาชิก กระทำได้โดย ผ่านทางระบบสื่อสาร (Communication) ซึ่งเป็นเครื่องมือในการแสดงออก

4. ทฤษฎีสังคมมิติ (Sociometric orientation) ของโมเรโน (Moreno) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

4.1 ขอบเขตการกระทำของกลุ่มขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของสมาชิกในกลุ่ม ในการเลือกรูปแบบและวิธีการที่จะปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (Interpersonal choice)

4.2 เครื่องมือที่สามารถนำมาใช้ในการศึกษาความสัมพันธ์ได้ดี คือ การแสดงบทบาทสมมติ (Role playing) หรือการใช้เครื่องมือวัดสังคมมิติ (Sociometric test)

5. ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic orientation) ของ ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดที่สำคัญ คือ

5.1 เมื่อบุคคลอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม จะต้องอาศัยกระบวนการจูงใจ (Motivation process) ซึ่งอาจเป็นการให้รางวัล หรือการได้รับผลจากการทำงานในกลุ่ม

5.2 ในการรวมกลุ่ม บุคคลมีโอกาสดแสดงตนอย่างเปิดเผย หรือ พยายามป้องกันปิดบังตนเองโดยวิธีต่างๆ (Defense mechanism) การช่วยให้บุคคลแสดงออกตามความเป็นจริง โดยใช้วิธีการบำบัดทางจิต (Therapy) สามารถช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น

6. ทฤษฎีจิตวิทยาทั่วไป (General psychology) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดว่าการใช้หลักจิตวิทยาต่างๆ เช่น จิตวิทยาการรับรู้ การเรียนรู้ ความคิด ความเข้าใจ การให้แรงจูงใจ ฯลฯ สามารถช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของบุคคล

7. ทฤษฎีบุคลิกภาพของกลุ่ม (General Syntality Theory) ของแคทเทิล (Cattell) ทฤษฎีนี้อาศัยหลักการจากทฤษฎีการเสริมแรง (Reinforcement Theory) คือ กฎแห่งผล (Law of Effect) เพื่ออธิบายพฤติกรรมกลุ่ม แนวคิดทฤษฎีนี้ ประกอบด้วย

7.1 ลักษณะของกลุ่มโดยทั่วไปมี ดังนี้

7.1.1 กลุ่มแต่ละกลุ่มมีสมาชิก ซึ่งมีบุคลิกภาพเฉพาะตัว (Population traits) ซึ่งเป็นผลจากสมาชิกกลุ่มที่มีลักษณะแตกต่างกันออกไป บุคลิกภาพของกลุ่ม ได้แก่ ความสามารถของ กลุ่มที่มีอยู่ การกระทำของสมาชิกร่วมกัน การตัดสินใจ รวมทั้งพฤติกรรมหรือการแสดงออกของสมาชิก เป็นต้น

7.1.2 กลุ่มแต่ละกลุ่มมีโครงสร้างภายในเฉพาะตน (Characteristic of Internal Structure) ซึ่งหมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก และแบบแผนหรือลักษณะในการรวมกลุ่ม

7.2 พลันอันเกิดจากบุคลิกภาพของกลุ่ม (Dynamics of Syntality) หมายถึง การแสดง กิจกรรม หรือความร่วมมือของสมาชิกในกลุ่ม เพื่อจุดหมายอย่างใดอย่างหนึ่ง การกระทำของสมาชิก มีลักษณะ 2 ประการ คือ

7.2.1 ลักษณะที่ทำให้กลุ่มรวมกันได้ (Maintenance Synergy) หมายถึง ลักษณะ ของความร่วมมือในการกระทำกิจกรรมของสมาชิกแต่ละกลุ่ม เพื่อให้ความสัมพันธ์ของสมาชิกเป็นไป อย่างราบรื่นและก่อให้เกิดความสามัคคี ร่วมแรงร่วมใจเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน (Cohesion) ซึ่งทำให้ กลุ่มไม่แตกแยก หรือสมาชิกถอนตัวออกจากกลุ่ม

7.2.2 ลักษณะที่ทำให้กลุ่มประสบความสำเร็จ (Effective Synergy) หมายถึง กิจกรรมที่สมาชิกกระทำเพื่อให้กลุ่มบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

8. ทฤษฎีสัมฤทธิ์ผลของกลุ่ม (A Theory of achievement) ของ สตีวอกดิลล์ (Stogdill) ทฤษฎีนี้ อธิบายว่าสัมฤทธิ์ผลของกลุ่มโดยทั่วไปมี 3 ด้าน คือ

8.1 การลงทุนของสมาชิก (Member input) เมื่อบุคคลมารวมกลุ่มกันต่างคนต่างจะ แสดงออกและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมทั้งคาดหวังการตอบสนองตามความคิดเห็น และความเข้าใจ ของตน ซึ่งการกระทำต่างๆ ของสมาชิกกลุ่มถือเป็นการลงทุนของสมาชิกกลุ่ม

8.2 โครงสร้างและผลสัมฤทธิ์ของกลุ่ม

8.2.1 โครงสร้างอย่างเป็นทางการ (Formal Structure) คือ สิ่งที่คาดหวังจาก การมีปฏิสัมพันธ์ของสมาชิก เช่น การกำหนดตำแหน่งให้แก่สมาชิกแต่ละคนให้มีฐานะ (Status) และ หน้าที่ (Functions) ตามที่ควรจะเป็น เพื่อให้สมาชิกกระทำและตอบสนองตามที่คาดหวังไว้ และทำให้ ผลของการทำงานเป็นจริงขึ้นมาได้

8.2.2 โครงสร้างเกี่ยวกับบทบาทของสมาชิก (Role Structure) คือ โครงสร้าง ของกลุ่มที่เชื่อว่า จะมีอยู่ภายใต้ตัวสมาชิกแต่ละคน สมาชิกแต่ละคนจะมีอิทธิพลที่จะแสดงบทบาท ของตนได้อย่างเต็มที่บทบาทที่กล่าวถึง ได้แก่ ความรับผิดชอบ (Responsibility) และอำนาจ (Authority) ในการทำตามตำแหน่งและหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

8.2.3 ผลงานของกลุ่ม (Group Outputs) หรือสัมฤทธิ์ผลของกลุ่ม (Group Achievement) หมายถึง ผลที่ได้รับจากการลงทุนของสมาชิก ซึ่งได้แก่ การแสดงออก การปฏิสัมพันธ์ และการคาดหวัง โดยผ่านการแสดงออกตามโครงสร้าง และการกระทำของกลุ่ม ผลที่กลุ่มได้รับมี 3 ประการ คือ

8.2.3.1 ผลการทำงาน (Productivity) ซึ่งเกิดจากความคาดหวังหรือจุดมุ่งหมาย และการกระทำเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมาย

8.2.3.2 ขวัญกำลังใจของกลุ่ม (Group Morale) หากกลุ่มมีโครงสร้างและ กระบวนการที่ดี ขวัญและกำลังใจของกลุ่มจะมีมากขึ้น

8.2.3.3 ความสามัคคี หรือการยึดเหนี่ยวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน (Cohesion) เป็นผลที่เกิดขึ้นจากความพอใจของสมาชิกในการทำงานร่วมกัน

สัมฤทธิ์ผลของกลุ่มดังกล่าว เป็นผลที่เกิดขึ้นจากการลงทุนของสมาชิกแต่ละคน ใน กลุ่ม ซึ่งหมายถึง การแสดงออกของสมาชิกแต่ละคน การปฏิสัมพันธ์ของสมาชิก ความรับผิดชอบของ สมาชิกการใช้อำนาจของผู้นำ บทบาทหน้าที่ของสมาชิก ทั้งที่เป็นทางการและที่เป็นบทบาทเฉพาะตน การคิดและการตัดสินใจร่วมกันของสมาชิกกลุ่ม เป็นต้น

9. ทฤษฎีพื้นฐานความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Fundamental Interpersonal Relations Orientations) ทฤษฎีนี้อธิบายไว้ว่า สมาชิกกลุ่มทุกคน มีความต้องการที่จะเชื่อมโยงสัมพันธ์กับผู้อื่น ต้องการที่จะเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม/หมู่/คณะ (Inclusion) ต้องการที่จะได้รับการ ยอมรับนับถือและยกย่องจากผู้อื่น นอกจากนั้นยังต้องการที่จะเป็นที่รักของผู้อื่น (Affection) และในขณะเดียวกันก็ต้องการที่จะมีอำนาจเหนือผู้อื่น ควบคุมผู้อื่น (Control) บุคคลแต่ละคนมีรูปแบบหรือลักษณะเฉพาะ ในการปฏิสัมพันธ์ เชื่อมโยงและปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น ซึ่งหมายถึงสัมพันธ์นั้นอาจเป็นไปได้ในลักษณะที่เข้ากันได้ (Compatibility) หรือเข้ากันไม่ได้ (Incompatibility) ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์และการปรับตัวของสมาชิกในกลุ่ม

ทฤษฎีต่างๆ ดังกล่าว มีส่วนช่วยให้นักการศึกษา นักวิชาการ และบุคคลที่เกี่ยวข้องกับ วิทยาการกลุ่มสัมพันธ์พัฒนาขึ้นตามลำดับ การศึกษา “กลุ่ม” ในแง่พลวัตของกลุ่ม (Dynamics of a group) มีส่วนช่วยให้ได้ข้อมูลความรู้จำนวนมากตามมา เช่น เรื่องเกี่ยวกับธรรมชาติของสมาชิกกลุ่ม กระบวนการกลุ่ม ผู้นำและสมาชิกกลุ่ม พฤติกรรมของกลุ่ม เป็นต้น

2.3 ประเภทของกลุ่ม

เจน วอร์เตอร์ส (คมเพชร ฉัตรศุภกุล. 2546: 15 – 20; อ้างอิงจาก Warter. 1960: 10 – 15) ได้แบ่งกลุ่มออกเป็นลักษณะต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. กลุ่มปฐมภูมิและกลุ่มทุติยภูมิ (Primary and secondary groups)

1.1 กลุ่มปฐมภูมิ เป็นกลุ่มที่มีลักษณะการพบปะสังสรรค์กันอย่างเป็นกันเอง มีการพบปะกันระหว่างบุคคลต่อบุคคลอยู่เสมอและมีการร่วมมือกันทำงาน เช่น กลุ่มครอบครัว กลุ่มการเล่นของเด็กนักเรียนวัยรุ่น

1.2 กลุ่มทุติยภูมิ เป็นกลุ่มบุคคลที่มีความสนใจเป็นพิเศษร่วมกัน (Special interest groups) เช่น การรวมกลุ่มทางการเมือง ศาสนา กลุ่มวิชาชีพ เป็นต้น

2. กลุ่มทางสังคมและกลุ่มด้านจิตวิทยา (Sociogroups and psychogroups)

2.1 กลุ่มทางสังคม เป็นกลุ่มที่มีจุดมุ่งหมาย ไม่เกี่ยวข้องกับบุคคลแต่ละคน จุดมุ่งหมายส่วนใหญ่ในการรวมกลุ่ม คือ การทำงานบางอย่างร่วมกันหรือการแก้ปัญหาาร่วมกัน เช่น

กลุ่มกรรมกร คณะกรรมการวารสารโรงเรียน เป็นต้น กลุ่มด้านสังคมจะเข้ากลุ่มด้วยเหตุผลของการทำงาน (Reason of task)

2.2 กลุ่มทางจิตวิทยา เป็นกลุ่มที่มีความเกี่ยวข้องกับตัวบุคคลมากกว่ากลุ่มทางด้านสังคม การเข้ามารวมกลุ่มของสมาชิกนั้นมาด้วยตนเอง เพื่อจุดมุ่งหมายในการพบปะสมาชิกในกลุ่ม เช่น กลุ่มนักเรียนที่ชอบนั่งไต่ต้นไม้เพื่อพูดคุยกัน ซึ่งจะพูดอะไรก็ได้และไม่จำเป็นต้องเป็นการแก้ไขปัญหา ทุกคนมีความสุขเมื่อได้พบกัน ทำให้มีอารมณ์แจ่มใส ซึ่งกลุ่มทางด้านจิตวิทยาจะเข้ากลุ่มด้วยเหตุผลของสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Reason of interpersonal relations)

3. กลุ่มที่เป็นระเบียบและกลุ่มที่ไม่เป็นระเบียบ (Organized and unorganized Group)

3.1 กลุ่มที่เป็นระเบียบ กลุ่มประเภทนี้ สมาชิกแต่ละคนจะแสดงบทบาทแตกต่างกันออกไปแต่จะต้องสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายซึ่งตั้งเอาไว้ การจัดตั้งกลุ่มประเภทนี้อาจมีตั้งแต่การจัดในระดับไม่เคร่งครัดจนกระทั่งการจัดอย่างมีกฎเกณฑ์อย่างมากมายซึ่งกลุ่มประเภทนี้จะขาดความยืดหยุ่น

3.2 กลุ่มไม่มีระเบียบ กลุ่มประเภทนี้ สมาชิกมีอิสระจากสมาชิกอื่นๆ ในกลุ่มบุคคลทำหน้าที่เฉพาะอย่างและรู้ว่าบุคคลอื่นมีความคาดหวังในตนเองอย่างไร กลุ่มประเภทนี้ มีความยืดหยุ่นมาก สมาชิกแต่ละคนมีเสรีภาพที่จะพัฒนาบทบาทของตนเองเท่าที่ตนเองพอใจ ซึ่งบทบาทต่างๆ นั้น สร้างขึ้นด้วยตนเองเพื่อให้ผู้อื่นชอบ ให้เหมาะสมกับความสามารถและอารมณ์ของตนเอง

4. กลุ่มที่สมาชิกรู้สึกว่าคุณอยู่ในกลุ่มและกลุ่มที่สมาชิกรู้สึกว่าคุณอยู่นอกกลุ่ม (In Groups and out groups)

4.1 กลุ่มที่สมาชิกรู้สึกว่าคุณอยู่ในกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มจะรู้สึกภาคภูมิใจที่ได้เป็นสมาชิก อยากเป็นเจ้าของกลุ่ม มีความสุขที่ได้ทำงานร่วมกับบุคคลในกลุ่ม ดังนั้น บุคคลจึงมีความคิดเสมอว่า ตนเองอยู่ในกลุ่ม สมาชิกจะมีความเห็นอกเห็นใจ มีมิตรภาพที่ดีต่อเพื่อนร่วมงาน

4.2 กลุ่มที่สมาชิกรู้สึกว่าคุณอยู่นอกกลุ่ม สมาชิกมีความรู้สึกไม่ภาคภูมิใจที่ได้เป็นสมาชิก ไม่อยากเป็นสมาชิก ไม่มีความรู้สึกเป็นเจ้าของ ดังนั้น สมาชิกจึงมีความคิดว่า ตนเองไม่อยู่ในกลุ่ม

5. กลุ่มฝึกอบรม (T – Group or Training Group) กลุ่มชนิดนี้จะ เน้นให้สมาชิกทุกคน ได้มีโอกาสที่จะตระหนักถึงความรู้สึกที่เป็นอยู่ และการสร้างทักษะในการสร้างความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลการสื่อสารในด้านความหมาย ซึ่งจะทำให้สมาชิกสามารถดำเนินบทบาทของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

6. กลุ่มฝึกอบรมความรู้สึก (Sensitivity Training Group) กลุ่มชนิดนี้เป็นการฝึกหัดพัฒนาทักษะในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งต่างๆ เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น เช่น การรับรู้ความรู้สึกนึกคิดเหตุผลทั้งนี้ เป็นของตนเองและผู้อื่น เชื่อกันว่า การฝึกอบรมรับรู้ นี้ จะเป็นเครื่องส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง ปรับปรุงตนเอง รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้อื่น

7. กลุ่มฝึกอบรม ทักษะพื้นฐาน (BST – Group or Basic Skill Training Group) กลุ่มชนิดนี้บางครั้งเรียกว่า กลุ่มฝึกอบรมเพื่อนมนุษย์สัมพันธ์ (Training Human Relation Laboratory)

เป็นการสร้างสมาชิกในกลุ่มให้มีทักษะเบื้องต้นในด้านมนุษยสัมพันธ์ และสามารถพัฒนานำเอาทักษะนั้นไปใช้ได้

8. กลุ่มฝึกฝนโดยการทดลอง (Laboratory Training Group) กลุ่มชนิดนี้ เป็นโครงการสำหรับสมาชิกที่อยู่ประจำ โดยมุ่งจะก่อให้เกิดประสบการณ์ เพื่อเพิ่มพูนความเข้าใจ และทักษะของการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ เพิ่มความสามารถในการวิเคราะห์พฤติกรรมของบุคคล และกลุ่ม

9. กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) กลุ่มชนิดนี้เป็นกลุ่มที่เน้นความเจริญงอกงามส่วนบุคคล ช่วยให้ผู้บุคคลรู้จักตนเอง รู้จักสภาพความเป็นจริงของตนเอง อันจะช่วยให้เขาได้เกี่ยวข้องกับคนอื่นอย่างเปิดเผย และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเปิดเผย และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

10. กลุ่มทนทาน (Marathon Group) กลุ่ม ชนิดนี้มักจะมีการพบกันหลายช่วงเวลา ติดต่อกันไปโดยใช้เวลามากกว่า 12 ชั่วโมง ในแต่ละครั้งจากการพบปะติดต่อกันหลาย ๆ ครั้งนี้ จะทำให้สมาชิกในกลุ่มได้ค้นพบและศึกษาความคิดของตนเองและผู้อื่น และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ที่ดำเนินการตามแบบแผนในการปฏิสัมพันธ์กัน ความขัดแย้งมีอคติกัน และกลมเกลียวสามัคคีกัน

11. การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) เป็นการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติให้มีการยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเองและพยายามแก้ไขปัญหานั้นเสียก่อน ที่จะกลายเป็นปัญหารุนแรง นอกจากนี้ยังจะช่วยให้ผู้ที่มีปัญหาเรียนรู้ที่จะนำความคิดทั่วไปจากกลุ่มมาประยุกต์เข้าไปในชีวิตประจำวันได้

12. กลุ่มจิตบำบัด (Group Psychotherapy) เป็นรูปแบบหนึ่งของการแก้ไข โดยการพบปะพูดคุยกันในกลุ่มเล็กๆ ระหว่างคนไข้และผู้ให้การบำบัดรักษาติดต่อกันไป เป็นระยะเวลา ยาวนาน โดยมีความมุ่งหมายที่จะให้สมาชิกในกลุ่ม เกิดการหยั่งเห็น และเข้าใจสาเหตุของการเกิดปัญหาทางสังคม อารมณ์จิตใจ รวมทั้งมีความสามารถที่จะลดหรือแก้ปัญหาดังกล่าวข้างต้นได้

13. กิจกรรมกลุ่ม (Group Work) เป็นการนำเอาประสบการณ์ มาวางแผน และแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคน และการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยส่วนรวม ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดพัฒนาการในตัวบุคคลทุกคนและกลุ่มก็จะดำเนินไปด้วยความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย นอกจากนี้การทำกิจกรรมกลุ่มนั้น จะเกี่ยวข้องกับการรับรู้เรื่องความต้องการของบุคคลอื่น และทักษะในการแสดงออกถึง ความเข้าใจดังกล่าวแล้ว ในการสร้างความสัมพันธ์ กับบุคคลอื่น ซึ่งทั้งนี้จะขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมาย ในการจัดแต่ละครั้ง ด้วย (นิภา วิจิตรศิริ. 2525: 18 – 20)

สรุปได้ว่า กลุ่มมีหลายประเภทแบ่งออกเป็นลักษณะต่างๆ กลุ่มที่มีการพบปะสังสรรค์ อย่างเป็นกันเอง กลุ่มที่มีความสนใจเป็นพิเศษร่วมกัน กลุ่มที่มีจุดหมายในการทำงานบางอย่างร่วมกัน กลุ่มที่มาเพื่อพบปะสมาชิก กลุ่มที่เป็นระเบียบและกลุ่มที่ไม่เป็นระเบียบ โดยกลุ่มแต่ละกลุ่มมีจุดมุ่งหมายแตกต่างกัน

2.4 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

การที่กลุ่มคนมาอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มนั้นย่อมมีจุดมุ่งหมายในการอยู่ร่วมกัน ดังมีผู้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกลุ่ม ดังนี้

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546: 149-150) กล่าวถึง ความมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ ดังนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจตนเองและอย่างถูกต้อง โดยปกติทั่วไป อาจจะคิดว่าตนเองมีความเข้าใจในตนเอง ไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นชี้แจงว่าตนเป็นคนอย่างไร ในทางจิตวิทยาแล้วมนุษย์ย่อมเข้าใจตนเอง แต่บางด้านอาจจะไม่เข้าใจตนเอง ผิดพลาดได้ ทั้งนี้เพราะว่าแต่ละคนมีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมโดยใช้กลวิธีที่แตกต่างกันไป ด้วยเหตุนี้กิจกรรมก็อาจช่วยมนุษย์ได้ โดยเป็นกระจกเงาสะท้อนให้เห็นภาพของตนเองทุก ๆ ด้าน

2. เพื่อสร้างความเข้าใจในบุคคลอื่น มนุษย์มีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกัน อย่างมีความสุข ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งก็คือความเข้าใจในสมาชิกของกลุ่ม ความเข้าใจในบุคคลอื่น จะทำให้เกิดการยอมรับพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน ของสมาชิกจะเปิดโอกาสให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ลักษณะต่างๆ ของแต่ละคนเป็นอย่างดี

3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงาน ร่วมกันระหว่างสมาชิก ซึ่งนอกจากอาศัยความรู้ ความสามารถและประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนแล้ว สิ่งที่สำคัญและมีความหมายต่อความสำเร็จของกลุ่ม คือ ความร่วมมือซึ่งถ้าขาดความร่วมมือที่ดีจะทำให้การทำงาน ของกลุ่มไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่ม จึงมีจุดมุ่งหมายที่จะเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดี ให้แก่สมาชิกกลุ่มให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานร่วมกับผู้อื่น

ประนอม เดชชัย (2531: 101 – 102) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ ดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ คือ ความเข้าใจตนเอง และเข้าใจบุคคลในกลุ่มได้ เกิดการเรียนรู้ ของตนได้ดีขึ้น เช่น รู้ข้อบกพร่องของตนเอง หรือรู้ว่าตนเป็นอย่างไร เมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลในกลุ่ม เกิดความเข้าใจบุคคลอื่นในกลุ่ม โดยที่สมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ย่อมทำให้เกิดการเรียนรู้และรู้จักกันและกันได้ดี ทราบข้อดี ข้อเสียและข้อบกพร่อง ทั้งของตนเอง และคนอื่น อันจะเป็นแนวทางให้เกิดความรู้สึกเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน คิดช่วยเหลือกัน ตลอดจนการปรับตัวเข้าหากันด้วย

2. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจกระบวนการการทำงาน หรือแก้ปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ประสบการณ์ที่จัดในกิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการทำงานร่วมกันเพราะไม่มีมนุษย์ใดอยู่คนเดียวได้ โดยไม่ต้องพึ่งพาอาศัยกัน การฝึกกิจกรรมกลุ่มในการเรียนการสอน จะช่วยให้บุคคลเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการทำงาน และร่วมมือกันแก้ปัญหา

3. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกความรู้สึกทางคุณธรรมจริยธรรม ในระหว่างร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น ฝึกความรู้สึกอดทน ฝึกการยอมรับความคิดเห็นของส่วนรวม เป็นต้น สิ่งที่ได้มาจากกิจกรรมกลุ่มเหล่านี้ จะไปช่วยพัฒนาบุคคลและสังคมต่อไป

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคล ได้เรียนรู้ มีความเข้าใจในตนเอง และบุคคลอื่น และเกิดการยอมรับพฤติกรรมที่แต่ละบุคคลแสดงออกมา เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก โดยอาศัยความรู้ความสามารถ และประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคน ทำให้งานของกลุ่มประสบความสำเร็จ

2.5 คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มและประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มและประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

คมเพชร ฉัตรศุกกุล กล่าวว่า (2546: 20 – 24) เมื่อบุคคลได้ร่วมกิจกรรมกลุ่ม เราควรคาดหวังความสำเร็จอะไรบ้าง จากกิจกรรมนั้น ส่วนใหญ่แล้ว มักจะคาดหวังเฉพาะเรื่องความสำเร็จของกิจกรรม หรือเน้นเฉพาะเรื่องผลงานที่ปฏิบัติไปแล้วเท่านั้น เช่น ความสำเร็จในการจัดรายการ แสดงความสำเร็จในการจัดทำหนังสือประจำรุ่นหรือชัยชนะของการแข่งขันฟุตบอล ความจริงแล้ว การหา กิจกรรมกลุ่มนั้น ยังมีคุณค่าสำหรับสมาชิกในกลุ่มอีกมากมาย เพราะในขณะที่ดำเนินกิจกรรมกลุ่มนั้น บุคคลจะมีความเจริญงอกงามเพิ่มความมั่นใจในตนเอง มีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเองดีขึ้น เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เป็นต้น

1. คุณค่าในด้านการพัฒนาการ (Development Values) กิจกรรมกลุ่มสามารถสร้างพัฒนาการให้กับบุคคลในกลุ่มเป็นอย่างดี กิจกรรมแต่ละประเภทจะสนองความพึงพอใจของบุคคลแตกต่างกันไป คุณค่าด้านพัฒนาการที่จะเกิดขึ้น มีดังต่อไปนี้

1.1 การสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล นักจิตวิทยา ได้พยายามแยกแยะให้เห็นว่า มนุษย์มีความต้องการทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ถ้าบุคคลจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ อย่างมีความสุข เขาจะต้องได้รับการตอบสนองด้วยกิจกรรมกลุ่ม ดังจะอธิบายต่อไปนี้

1.1.1 ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความต้องการนี้ จะได้รับการตอบสนองอย่างสำเร็จ เมื่อบุคคลนั้นเป็นที่ยอมรับของกลุ่มว่าเป็นสมาชิกคนหนึ่ง ดังนั้นกลุ่มก็จะเป็นที่ปลอดภัยและอบอุ่นใจ เขาสามารถแสดงความรู้สึกนึกคิดได้เป็นอย่างดี เมื่อกลุ่มจะดำเนินกิจกรรมอะไรเขาก็จะเข้าร่วม ถ้าหากกิจกรรมได้รับความสำเร็จเขาก็จะเกิดความรู้สึกว่า เขาเป็นคนหนึ่งที่มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ และดำเนินการได้รับความสำเร็จ ซึ่งจะทำให้บุคคลเกิดความมั่นใจในตนเอง มีชื่อเสียงเกียรติยศ และเกิดคุณค่าแห่งตน ดังนั้น จึงเป็นการตอบสนองความต้องการอันลึกซึ้ง ในด้านการทำประโยชน์ต่อสังคม

1.1.2 ความต้องการความปลอดภัย ความต้องการประเภทนี้มีความสำคัญมาก บุคคลจะอยู่ในกลุ่มอย่างมีความสุขเมื่อเขารู้สึกอบอุ่นใจ รู้สึกว่ามีคนรักเขา ความปลอดภัยในด้านความรู้สึกเป็นที่ปรารถนาสำหรับทุกคน สำหรับเด็กวัยรุ่นบางคนถึงกับหนีออกจากบ้านไปคบเพื่อนวัยเดียวกัน เพราะเขาคิดว่าเขาจะมีความปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่ม

1.1.3 ความต้องการการยอมรับจากหมู่คณะ บุคคลอยู่รวมกลุ่มอย่างเป็นสุข ก็ต่อเมื่อกลุ่มให้การยอมรับการเป็นสมาชิก แต่ถ้าหากเมื่อใดก็ตามกลุ่มเกิดไม่ยอมรับขึ้นมา เขาจะมีปัญหาในการปรับตัวที่จะดำรงชีวิตอยู่กับกลุ่ม การที่สมาชิกแต่ละคนจะเป็นที่ยอมรับหรือไม่ ยอมรับขึ้นอยู่กับ

โอกาสที่แต่ละคนได้เกิดความสามารถ ซึ่งในที่นี้ไม่เฉพาะเจาะจงว่า จะเป็นความสามารถทางวิชาการเท่านั้น แต่รวมถึงความสามารถโดยทั่วไป

1.2 การสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม เมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เขาจะได้มีโอกาสเรียนรู้เป็นเรื่องการปฏิบัติตนในสังคม และในขณะที่เดียวกันเขาก็จะเรียนรู้เรื่องการควบคุม การแสดงออกทางด้านอารมณ์ด้วย ทั้งนี้เพราะเขาจะได้รับประสบการณ์จากสมาชิกแต่ละคน เนื่องจากบุคคลบางคนแสดงออกในทางที่ดีแต่สำหรับบางคนที่ไม่เหมาะสมตลอดจนการแสดงออกทางด้านอารมณ์อย่างไม่เหมาะสม เช่น โกรธโดยไม่มีเหตุผล สมาชิกคนอื่นก็จะไม่เอาเยี่ยงอย่าง เพราะจะได้มองเห็นว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี ดังนั้นจะเห็นได้ว่ากลุ่มสามารถให้ประสบการณ์ ทั้งทางด้านสังคมและอารมณ์ได้เป็นอย่างดี ซึ่งหมายถึงการสร้างพัฒนาการในตัวสมาชิกนั่นเอง

1.3 การพัฒนาการด้าน ทักษะคติ ความสนใจ ความสามารถ และปกติวิสัย ทางสังคม ในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม บุคคลจะต้องมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น มีความเคารพบุคคลอื่น จึงจะทำให้อยู่ร่วมกับกลุ่มได้ ถ้าหากไม่มีคุณสมบัติดังกล่าวแล้วจะทำให้ไม่สามารถปรับตัวได้กับสมาชิกในกลุ่ม

1.4 คุณค่าด้านอาชีพ กิจกรรมกลุ่มบางประเภทไม่ใช่จะให้ข้อเสนอแนะทางด้านอาชีพเท่านั้น แต่จะให้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์ต่ออาชีพต่างๆ เช่น ดนตรี ศิลปะ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น ความสำเร็จในการประกอบอาชีพของบุคคลจะขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในอดีต กล่าวคือ การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างประสบการณ์และอาชีพ ถ้าหากความสัมพันธ์นั้นเป็นไปได้อย่างดีก็ย่อมจะแสดงให้เห็นว่า มีโอกาสจะประกอบอาชีพได้ดี ดังนั้นจึงทำให้เห็นว่า ประสบการณ์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมกลุ่มโรงเรียน มีคุณค่าต่อการเลือกอาชีพของนักเรียน

1.5 ความเจริญงอกงามด้านความรู้สึกและทักษะ ในขณะที่นักเรียนได้มีโอกาสทำงานเป็นกลุ่มนั้นอาจจะได้รับความรู้และทักษะในบางประการ ตัวอย่างเช่น การพูดในที่สาธารณะ การอภิปรายกลุ่ม กฎระเบียบในการทำงานเป็นหมู่คณะ การประสานงาน เป็นต้น กลุ่มความสนใจที่นักเรียนเป็นสมาชิกอาจจะจะเป็นด้านการละคร การเขียน การกีฬา การถ่ายรูป ก็ย่อมจะทำให้นักเรียนมีทักษะเฉพาะอย่างดีขึ้น สรุปแล้วอาจกล่าวได้ว่า นักเรียนที่เข้ากลุ่มย่อมได้รับโอกาสอันดี และมีประโยชน์ต่อตนเองมากกว่านักเรียนที่ไม่เข้ากลุ่ม

2. คุณค่าในด้านการวินิจฉัย สำหรับผู้นำกลุ่ม เมื่อมีการทำกิจกรรมจะทำให้มีโอกาสที่จะสังเกตสมาชิกในกลุ่มแต่ละคน ทำให้ได้รับความเข้าใจเป็นอย่างดีในตัวนักเรียน ในกลุ่มที่ไม่เป็นพิธีรีตอง บุคคลที่ต้องการได้รับความช่วยเหลือจากการให้คำปรึกษา จะปรากฏออกมาให้เห็น เช่น นักเรียนหญิงที่ไม่สามารถจะติดต่อกับบุคคลอื่นในสังคม เด็กผู้ชายที่มีความก้าวร้าว และยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ทำให้กลุ่มไม่ยอมรับ เด็กบางคนที่ย้ายต้องการจะได้รับความช่วยเหลือในการพัฒนาทักษะบางประการ เด็กที่มีลักษณะดังกล่าวแล้ว อาจจะปรากฏออกมาให้เห็นอย่างชัดเจนในกลุ่ม ในขณะที่ถ้าหากว่าเขาอยู่ตามลำพัง เราอาจจะไม่สามารถวินิจฉัยได้เลยว่าเขาเป็นคนอย่างไร

ในการทำงานเป็นกลุ่มนั้น จะเปิดโอกาสให้บุคคลได้มีการประเมินค่าตนเอง ในสถานการณ์ทางสังคม บุคคลแต่ละคนเกิดความสำนึกในเรื่องความสามารถและขอบเขตของความสามารถ

ของตนเอง ตัวอย่างเช่น นักเรียนบางคน อาจจะมีความต้องการที่จะแสดงออกในด้านคำพูดให้ดีขึ้น ทั้งนี้เพื่อช่วยให้สามารถร่วมมือกับกลุ่มได้ดีขึ้น การได้รับตำแหน่งผู้นำจะทำให้มีทักษะ ในการติดต่อ สาสเหตุกับบุคคลอื่น เมื่อมีการแพ้ในการเลือกตั้ง อาจจะทำให้เขาต้องทำการวินิจฉัยถึงสาเหตุที่ไม่ได้ รับเลือก การอยู่ในตำแหน่งที่ต้องรับผิดชอบมากๆ จะแสดงให้เห็นถึงความเข้มแข็ง และความอ่อนแอ อุปนิสัยด้านความคิดของสมาชิกแต่ละคนเป็นสิ่งท้าทายให้กลุ่มเพื่อนร่วมงาน ดังนั้นในการร่วมกิจกรรม กลุ่มนักเรียนจะได้รับการชักนำให้มีการค้นพบตนเองและมีความเข้าใจในตนเอง

3. คุณค่าในด้านการบำบัด (Therapeutic Values) ในรวมกลุ่มของบุคคลนั้น จะมี คุณค่าต่อการบำบัดได้เป็นอย่างดี ในโรงพยาบาล คลินิก จะนำวิธีการทางกลุ่มไปใช้ในการรักษาคนไข้ โดยทำการบำบัดทางจิตวิทยากับคนไข้เป็นกลุ่ม (Group Psychotherapy) สำหรับในโรงเรียน นักเรียน ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน อาจจะได้รับความช่วยเหลือจากผู้ให้คำปรึกษาโดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) แต่สำหรับนักเรียนที่มีปัญหาเพียงเล็กน้อย ก็อาจจะได้รับประโยชน์จากการร่วม กิจกรรมกลุ่มโดยปกติทำให้สามารถแก้ปัญหาได้เช่นเดียวกัน เช่น นักเรียนที่มีปัญหาทางอารมณ์ เมื่อ เข้าไปทำงานในกลุ่มแล้วอาจจะสามารถทำงานกับเพื่อนได้ดีขึ้น รู้จักควบคุมอารมณ์ สร้างความพึงพอใจ จากการติดต่อกับผู้อื่นได้ มีการพัฒนานิสัยของตนเอง ทำให้เป็นคนที่มีอิสระในการทำงานตลอดจนค้นพบ ความสามารถพิเศษบางประการในตนเอง

4. ในการใช้กลุ่มเพื่อการบำบัดนั้น จะต้องมีการคัดเลือกบุคคลที่จะเป็นสมาชิก ซึ่ง สามารถแสดงปฏิสัมพันธ์อย่างสร้างสรรค์ ดังนั้นกลุ่มจะต้องมีความเหมาะสมกับบุคคล ในบางครั้งมี การคัดเลือกบุคคลอย่างไม่เหมาะสม เช่น กำหนดให้นักเรียนที่ไม่กล้าไปอยู่ในกลุ่มต้องทำกิจกรรมที่ ตัวเขาเอง ไม่เคยหวังว่าจะประสบความสำเร็จ ในกรณีเช่นนี้จะสร้างปัญหาให้แก่เด็ก แทนที่จะเป็นการรักษา บำบัดนักเรียนจะเกิดการปรับตัวแบบถอยหนี (Withdraw) นักเรียนที่ไม่กล้าจะต้องอยู่ในกลุ่มเล็กเสียก่อน เพราะเขาต้องการความอบอุ่น ความเป็นกันเอง เพราะจะช่วยให้เขากล้ามากขึ้น แต่ถ้าไปอยู่ในกลุ่มที่ มีการแข่งขันมากๆ เขาจะรู้สึกลำบากใจทันที

5. คุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชน (Values to the School and Community) นักเรียน ที่เข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มทั้งหลายเขาจะมีโอกาสในการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ ทำให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถมีคุณค่า สร้างประโยชน์ให้แก่โรงเรียน และชุมชนได้ เช่น นักเรียนที่ทำงานในสภานักเรียน กิจกรรมที่เขาปฏิบัติในสภานั้นย่อมจะมีส่วนแบ่งเบาภาระความรับผิดชอบของโรงเรียนไปได้บ้าง ผลงานที่ปรากฏออกมาก็เป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินงานในโรงเรียนด้วย ในทำนองเดียวกันประโยชน์ต่างๆ ที่โรงเรียนได้รับจากกิจกรรมกลุ่ม ก็จะส่งผลไปยังชุมชนที่นักเรียนอาศัยอยู่ ทำให้มีสถานภาพดีขึ้น ทั้งนี้เพราะว่า นักเรียนเองเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน สิ่งที่เขาปฏิบัติโรงเรียนอาจจะถูกนำไปปฏิบัติในสังคมนอกโรงเรียนด้วย เช่น นักเรียน เล่นกีฬาในโรงเรียน เขาอาจจะกลายเป็นนักกีฬาของชุมชน ซึ่งหมายความว่าชุมชนจะได้มีสมาชิกที่มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีความ อดทนเสียสละ รู้จักให้อภัยชุมชนก็จะมีสภาพดีขึ้นเพราะสมาชิกเป็นพลเมืองดีนั่นเอง

2.6 ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ชอร์ว (Shaw. 1971: 4) ได้กล่าวถึง ขนาดของกลุ่มแตกต่างกันออกไปว่า กลุ่มย่อยควรมีสมาชิก 10 คน เป็นอย่างมาก แต่ถ้ามีจำนวนสมาชิก 30 คนขึ้นไป จะจัดเป็นกลุ่มใหญ่ และถึงแม้ว่ากลุ่มจะมีสมาชิก 30 คน ก็อาจแบ่งเป็นกลุ่มย่อยได้ จำนวนสมาชิกไม่ได้เป็นปัญหาสำคัญ แต่ละองค์ประกอบอื่นๆ ซึ่งได้แก่ ความสัมพันธ์ของสมาชิกและความร่วมมือในการทำงานของสมาชิก จะมีความสำคัญต่อการทำงานของกลุ่มมากกว่า

ทิตนา แชมมณี (2545: 153) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มจะมีเท่าใดนั้น ขึ้นอยู่กับลักษณะและจุดประสงค์ของกิจกรรม กลุ่มขนาดเล็กมักจะประกอบด้วยสมาชิก 2 – 5 คน ขนาดใหญ่ประมาณ 10 – 20 คน แต่ขนาดที่นิยมคือ 6 – 8 คน

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546: 110 – 111) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มอาจจะเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งในการพิจารณาธรรมชาติของปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีสมาชิกมากเกินไป ความจำเป็นสมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่า จะได้รับผิตชอบทั้งหมดในขณะที่คนอื่นรู้สึกคับข้องใจที่ไม่มีงานทำ ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนเองอยู่ ขนาดของกลุ่มจึงไม่ควรเกิน 15 คน จะใหญ่เท่าใด ย่อมขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม แหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่ม และระดับวุฒิภาวะของบุคคลในกลุ่ม

กาญจนา ไชยพันธ์ (2549: 18) กล่าวว่า จำนวนสมาชิกของกลุ่มที่จะจัดเกี่ยวกับการช่วยในการทำงานหรือการเรียนการสอนที่เหมาะสม คือ 5 – 10 คน โดยครูควรเลือกให้เหมาะสมกับเนื้อหาวิชาและกิจกรรม โดยเฉพาะกลุ่มเล็กที่สมาชิกไม่เกิน 15 คน จะช่วยให้เกิดการเคลื่อนไหวได้ง่าย ถ้าสมาชิกมากเกินไป อาจมีผลต่อการแสดงความคิดเห็น และความต้องการได้ไม่ทั่วถึง รวมถึงสมาชิกไม่เกิดความสนใจ และอาจออกไปจากกลุ่ม

สรุปได้ว่า ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่มนั้น กลุ่มย่อย ควรมีขนาด 8 คนขึ้นไป โดยไม่ควรเกิน 15 คน ทั้งนี้ควรเลือกจัดให้เหมาะสมกับเนื้อหาและกิจกรรม เพื่อให้ทุกคนได้มีการแสดงความคิดเห็นและความต้องการอย่างทั่วถึง และเพื่อสมาชิกจะไม่ต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน

2.7 ระยะเวลาและจำนวนครั้งในการร่วมกิจกรรมกลุ่ม

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973: 105) กล่าวว่า การให้ทำกิจกรรมเป็นกลุ่ม ควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมมีน้อยอาจจะจัดสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ช่วงเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสำหรับเด็กประถมศึกษา ควรใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง เพราะเด็กอาจเกิดความเบื่อหน่ายได้

ทรอทเซอร์ (ซูชัย สมितिไกร. 2527: 18 – 19; อ้างอิงจาก Trotzer. 1977) ให้ความเห็นโดยสรุปได้ว่า ในการกำหนดระยะเวลาและความถี่ของการเข้ากลุ่มนั้น หากจัดทำกับสถานศึกษาจำเป็นต้องพิจารณาถึงการจัดเวลาเรียนของสถานศึกษานั้นด้วย เช่น ในโรงเรียนส่วนมากจะจัดเวลา เป็นคาบละ 50 นาที เป็นต้น ซึ่งจะช่วยให้สามารถกำหนดได้ว่า ควรใช้เวลาในการเข้ากลุ่มนานเท่าใด

สำหรับจำนวนครั้ง ในการเข้ากลุ่มขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่ม และธรรมชาติของสมาชิกกลุ่มแต่อย่างน้อยที่สุดควรเข้ากลุ่มไม่ต่ำกว่า 8 ครั้ง ถ้ามากกว่านี้ก็ยังเป็นการดี

สรุปได้ว่า ระยะเวลาและจำนวนครั้งในการจัดกิจกรรมกลุ่มนั้น ควรใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง ทั้งนี้ การกำหนดระยะเวลาและความถี่นั้นขึ้นอยู่กับสถานศึกษาและเป้าหมายของกลุ่ม ซึ่งการเข้ากลุ่มไม่ควรต่ำกว่า 8 ครั้ง

2.8 ลำดับขั้นการเรียนรู้ตามวิถีกระบวนการกลุ่ม

การจัดกิจกรรมกลุ่มนั้นจำเป็นต้องเรียนรู้ขั้นตอนของการเรียนรู้ตามวิถีกระบวนการกลุ่ม ซึ่งมีผู้กล่าวไว้ ดังนี้

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546: 27-28) ยังได้กล่าวถึง ระยะเวลาพัฒนาของกลุ่มว่าพฤติกรรมที่สมาชิกแสดงออกตอนเริ่มเข้ากลุ่มอาจแตกต่างจากภายหลังที่ได้รับเข้ากลุ่มเป็นเวลานานแล้ว ทั้งนี้ เพราะว่าการที่จะทำให้กลุ่มเป็นกลุ่มที่สมบูรณ์ขึ้น จะต้องอาศัยเวลาในการพัฒนา กลุ่ม ดังนั้น มักจะพบว่า กลุ่มจะต้องผ่านระยะต่างๆ 4 ระยะ คือ

1. ระยะที่บุคคลแต่ละคนมีการแข่งขัน และมีศูนย์กลางอยู่ที่ตนเอง (Individually centered, competitive phase)

2. ระยะของความขัดแย้ง และความคับข้องใจ (Frustration and conflict phase)

3. ระยะกลุ่มมีความสามัคคี (Group harmony phase)

4. ระยะที่มีผลงาน และยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง (Group centered productive phase)

ลำดับขั้นตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่ม

ผกา บุญเรือง (2525: 93 – 97) ได้กล่าวไว้ว่า การเรียนตามทฤษฎี ขบวนการกลุ่ม ดังกล่าวมาแล้วนี้แบ่งออกเป็น 4 ระยะดังนี้ คือ

1. ระยะการมีส่วนร่วม (Participation or Involvement Stage) การเรียนรู้จะเริ่มต้นจากการที่ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้เรียนรู้เป็นประสบการณ์ที่เต็มที่ไปด้วยการมีชีวิตชีวา ไร้ใจ ไม่เฉื่อยชา นอกจากนี้ การเรียนรู้จะเป็นประสบการณ์ที่มีคุณค่า และมีความหมายต่อตัวผู้เรียนมากขึ้น ถ้าผู้เรียนเข้ามามีบทบาท หรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ ในฐานะเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม ในระยะมีส่วนร่วมนี้ผู้เรียนจะเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่งในกลุ่ม และเป็นผู้ลงมือปฏิบัติหรือคิดค้นแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง อาจกล่าวได้ว่า ผลของการเรียนรู้จะเกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรง ซึ่งถ้าใครมีส่วนร่วมมากเท่าใดก็จะได้รับผลจากการเรียนรู้มากขึ้นเท่านั้น

2. ระยะวิเคราะห์ (Analysis Stage) เมื่อผู้เรียนมีส่วนร่วมในการกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง แล้วก็มาถึงระยะวิเคราะห์ในระยะนี้เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์ การเรียนรู้ที่ตนเอง (หมายถึง ระยะที่ถัดจากระยะแรก ซึ่งเป็นการเข้ามีส่วนร่วมแลกเปลี่ยนเสนอข้อเท็จจริงให้กันและกัน จนทุกคนในกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนั้นๆ อยู่ในระดับเดียวกัน หรือใกล้เคียงกัน ทุกๆ คน แล้วจึงมาวิเคราะห์ร่วมกัน) การวิเคราะห์ร่วมกัน จะช่วยทำให้นักเรียนมีความรู้กว้างขวาง

ยิ่งขึ้น เพราะว่า การวิเคราะห์ร่วมกันเป็นการกระจายแนวทัศนะของแต่ละคน จากความรู้ ความสามารถ จากภูมิหลังของแต่ละคนให้แต่ละคนแสดงต่อกลุ่มแล้ว ในตอนท้ายของระยะจะเป็นการรวมแนวทัศนะที่แตกต่างกันเข้าด้วยกัน แง่มุมบางแง่ คนอาจไม่เคยมองเห็น ก็จะได้รู้เห็นจากการกระจาย และรวมทัศนะของสมาชิกคนอื่นๆ นอกจากนี้ในระยะนี้ ยังทำให้ผู้เรียนสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตัวเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น

3. ระยะสรุปและประยุกต์หลักการ (Generalization and Application Stage) เมื่อผู้เรียน ค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเองในกลุ่มแล้ว ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบ และแนวคิดที่ได้แนวการแลกเปลี่ยน ความคิดเห็นกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่มเอามาสรุปเป็นหลักการของตนเองขึ้น จากการเรียนรู้นั้น นอกจากเราจะเรียนรู้ เพื่อแก้ปัญหาในปัจจุบันแล้ว เรายังเรียนรู้ เพื่อแก้ปัญหาและสร้างสรรค์สิ่งใหม่ขึ้นมาในอนาคตด้วย ดังนั้นในระยะสรุปและประยุกต์หลักการนี้ เป็นระยะที่เมื่อผู้เรียนได้เรียนรู้และเข้าใจหลักการของเรื่องใดเรื่องหนึ่งแล้ว เขาจะสามารถนำหลักการนั้นไปใช้ประโยชน์ทั้งในปัจจุบันและอนาคต การประยุกต์นั้นจะกระทำได้ใน 2 ลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อการปรับปรุงบุคลิกภาพ หรือการพัฒนาตนเอง เพื่อให้ตนเองมีความเหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น และการเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นการทำให้ตัวเอง มีการพัฒนาโดยส่วนตัวและมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหา เป็นการประยุกต์หลักการเพื่อใช้แก้ปัญหาต่างๆ ในปัจจุบันและอนาคต การแก้ปัญหาเป็นไปเพื่อการปรับปรุงและควบคุมธรรมชาติ อันจะทำให้สังคมดีกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้นประดิษฐ์สิ่งใหม่ๆ หรือวิธีการใหม่ๆ ขึ้น

4. ระยะประเมินผล (Evaluation Stage) จากหลักการที่กล่าวมาแล้วทั้งหมดจะเห็นได้ว่า การเรียนรู้เกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรง เกิดขึ้นโดยการที่ผู้เรียนเข้าไป มีส่วนร่วมกับสมาชิกอื่นๆ ในกลุ่ม ดังนั้นผู้เรียนย่อมจะทราบผลการเรียนของตน และของกลุ่มได้เป็นอย่างดีในการประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองและกลุ่ม จากการอภิปรายให้ข้อเสนอแนะและติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม การประเมินผลแบบนี้ผู้สอนจะมีส่วนน้อยมาก ซึ่งตรงกันข้ามกับการเรียนการสอน และการวัดผลแบบเดิมที่เราคุ้นเคย เพราะว่า หลักการของขบวนการกลุ่มมุ่งเน้นที่ประสบการณ์ส่วนตัวของบุคคลที่ได้จากกลุ่มคนที่ไม่ได้เข้ากลุ่มจะไม่มีวันที่จะเข้าใจประสบการณ์การเรียนรู้นั้น ได้อย่างถ่องแท้เท่ากับเจ้าตัวผู้เรียนเอง ได้เมื่อยึดหลักการเช่นนี้ในการประเมินผล ผู้เรียนจึงเป็นผู้ประเมินผลด้วยตัวเองและการประเมินของกลุ่มจะเป็นการยืนยันได้ทางหนึ่งให้ผู้สอนวางใจในการประเมินผลตัวเองของผู้เรียนได้ (ดังนั้นการกำหนดผลการเรียนจึงไม่ใช่การประเมินผลของผู้สอนแต่เพียงฝ่ายเดียวอีกต่อไป)

หลักการเรียนการสอนตามทฤษฎีขบวนการกลุ่มดังกล่าว จะส่งเสริมบรรยากาศแบบประชาธิปไตย ตลอดจนการพัฒนาคุณค่าความเป็นมนุษย์ คือ ส่งเสริมพัฒนาการของผู้เรียน และเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้เรียน ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับเนื้อหาวิชา มีโอกาสพัฒนาสติปัญญาและอารมณ์ ร่างกายและสังคม โดยวิธีที่เหมาะสมและเป็นจริงในชีวิตซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้การเรียนรู้เป็นสิ่งที่มีความหมายและใกล้เคียงกับความเป็นจริงยิ่งกว่าการเรียนการสอนแบบใด

2.9 กิจกรรมที่ใช้ในกระบวนการกลุ่ม

ในการดำเนินการกระบวนการกลุ่มนั้น ต้องใช้กิจกรรม เพื่อให้กลุ่มสามารถดำเนินการให้บรรลุตามเป้าหมาย โดยมีกิจกรรมต่างๆ ที่มีผู้กล่าวไว้ ดังนี้

วันทีย์ เหมาะผลดุงกุล (2535: 29) กล่าวว่า เกม เป็นกิจกรรมที่มีคุณค่าแก่เด็ก ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นกิจกรรมที่เด็กพอใจมาก ช่วยสร้างบรรยากาศที่ดีในการทำกิจกรรม ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี ทำให้การดำเนินกิจกรรมเป็นไปอย่างรวดเร็ว อีกทั้งยังช่วยผ่อนคลายความเครียดในการเล่น ทำให้เด็กสนใจและไม่เบื่อ

โคลัมบัส (Kolumbus. 1979: 141 – 149) ได้แบ่งเกมออกเป็น 6 ประเภทใหญ่ๆ ดังนี้

1. เกมฝึกกระทำ คือ การที่让孩子นำของเล่นต่างๆ มาเล่นอย่างมีกฎเกณฑ์ หรือกติกา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กได้พัฒนาประสาทสัมผัสระหว่างการชักล้ามเนื้อ และสายตา

2. เกมการศึกษา คือ เกมที่พัฒนาความผิดของเด็ก โดยต้องค้นหาเหตุผลจากการเล่นเกม

3. เกมฝึกทักษะร่างกาย หรือเกมพลศึกษามีมากมายหลายชนิด เช่น เกมผู้นำ เกมไล่จับ เป็นต้น

4. เกมการฝึกทักษะทางภาษา เป็นเกมที่อาศัยจินตนาการและใช้คำพูดโดย ไม่ต้องใช้วัสดุ เช่น เกมอะไรเอ่ย เป็นต้น

5. เกมทายบัตร เป็นเกมที่ช่วยให้เด็กแยกความเหมือนความต่าง ฝึกการจำ

6. เกมพิเศษ เช่น เกมหาสิ่งของ ซึ่งครูอาจจะจัดให้เด็กเป็นครั้งคราว

ประทีป แสงเปี่ยมสุข (2546: 4 – 5) ได้กล่าวถึง การจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลักทฤษฎี มีอยู่หลายวิธี ดังนี้

1. เกม (Game) เป็นวิธีการวิธีหนึ่ง ซึ่งนำมาใช้ในการสอนได้ดีโดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเอง และภายใต้ข้อตกลง หรือกติกาบางอย่างตามที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำ อย่างใดอย่างหนึ่ง อันจะมีผลออกมาในรูปของการแพ้ชนะ วิธีการนี้ทำให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียนด้วย

2. บทบาทสมมติ (Role – Playing) เป็นวิธีการอีกวิธีหนึ่งที่เริ่มได้รับความนิยมในการนำมาใช้ในการสอนวิธีการนี้ ยังมีลักษณะสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เรียนในสถานการณ์ที่สมมติขึ้นมานั้นแล้วให้ผู้เรียนเข้าสวมบทบาทนั้น และแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพประสบการณ์ และความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้ จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้ง และยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจและน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนอีกวิธีหนึ่ง ซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงนำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายกัน เพื่อ

สร้างความเข้าใจ และฝึกฝนหนทางแก้ไขปัญหานั้นวิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิดและพิจารณาข้อมูล ที่ตนได้รับมาอย่างถี่ถ้วน และการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งนำเอากรณีต่างๆ ซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาใช้จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง ซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนมากขึ้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองสถานการณ์จริงหรือสร้างสถานการณ์ ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง แล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้น และมีปฏิริยาโต้ตอบกัน จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งในสถานการณ์จริง ผู้เรียนอาจจะไม่แสดงออก อาจเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับจนเกินไป

5. การแสดง หรือการใช้ละคร (Acting or Dramatization) คือ วิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทตามที่เราเรียนหรือกำหนดไว้ โดยผู้เรียนจะต้องพยายามแสดงให้สมบทบาทตามที่กำหนดไว้ โดยไม่นำเอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกถึงของตนเข้าไปเกี่ยวข้อง วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียน ได้มีประสบการณ์ในการที่จะเข้าใจความรู้สึก เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่น ทำให้เกิดความเห็นอกเห็นใจกัน นอกจากนี้ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกัน จะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบ ในการเรียนรู้ร่วมกันและได้ฝึกการทำงานร่วมกันด้วย

6. การแบ่งกลุ่ม (Small Group) เป็นวิธีการที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคน ได้มีส่วนร่วมในการแสดงออก และช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้น

2.10 การพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน

ทฤษฎีพื้นฐานที่ใช้ในการวิจัย

ในการพัฒนานั้นมีแนวทางที่หลากหลาย แต่ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้การพัฒนา ที่กระบวนการทางปัญญา เพื่อให้ส่งผลต่อพฤติกรรมในการพัฒนาที่กระบวนการทางปัญญานั้น มีความเชื่อพื้นฐานที่ว่า กระบวนการทางปัญญามีผลต่อพฤติกรรม กระบวนการทางปัญญาสามารถปรับเปลี่ยนได้ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสามารถทำได้โดยการเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญา ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการปรับเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญาโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาทางสังคมของแบนดูรา

แนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Modification)

แคลิซ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2543: 3; อ้างอิงจาก Kalish. 1981) กล่าวว่า การปลูกฝังพฤติกรรมที่พึงประสงค์มีหลายวิธี แต่วิธีที่เป็นระบบและสามารถนำมาใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรม ได้อย่างมีประสิทธิภาพ คือ การปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) เพราะเป็นหลักการที่ครอบคลุมทั้งแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ การวางเงื่อนไข และแนวคิดทางจิตวิทยาต่างๆ ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้แนวคิดของการใช้หลักการ พฤติกรรมมาเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาพฤติกรรมนั้น มีอยู่ด้วยกัน 2 วิธี (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2543: 201) วิธีแรกคือ วิธีการควบคุมจากภายนอก (External Control) เป็นวิธีการพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลอื่นในกรณีที่สามารถควบคุมสภาพแวดล้อมได้ ก็สามารถพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลนั้นได้โดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขจัดการกระทำกับพฤติกรรมโดยตรง ด้วยการควบคุมสภาพแวดล้อมต่างๆ ให้ได้ เช่น

การเสริมแรงด้วยรางวัล หรือสิ่งของเพื่อเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ แต่ยังมีข้อจำกัดของวิธีการควบคุมจากภายนอก ซึ่งเห็นได้จากงานของ อิลลอนและ แอซริน (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2543: 201 ; อ้างอิงจาก Ayllon; & Azrin. 1965) ได้ศึกษาว่า หลังจากที่ทำให้การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรบุคคลจะแสดงพฤติกรรมเป้าหมายเพิ่มขึ้น แต่หลังจากที่ถอดถอนเบี้ยอรรถกรแล้วจะส่งผลให้พฤติกรรมลดลง เพราะเบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพมากในการเพิ่มพฤติกรรม แต่เนื่องจากการเสริมแรงไม่ได้เน้นที่กระบวนการฝึกให้เกิดพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเอง แต่เป็นการฝึกให้เกิดพฤติกรรมเป้าหมายด้วยการควบคุมจากภายนอก ทำให้บุคคลไม่ตระหนักถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเอง (โสภิตา ลิ้มวัฒนาพันธ์. 2538: 82) ดังนั้นวิธีหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการเพิ่มพฤติกรรมเป้าหมายคือ วิธีการควบคุมจากภายใน (Internal Control) หากต้องการจะพัฒนาพฤติกรรม ซึ่งไม่สามารถควบคุมสภาพแวดล้อมของบุคคลที่จะพัฒนาได้โดยตรงอาจเลือกวิธีการเปลี่ยนที่ความรู้สึก (Feeling) หรือที่กระบวนการทางปัญญา (Cognitive) เพื่อให้ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

แคชดิน (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2543: 308; อ้างอิงจาก Kalish. 1978) ได้เสนอหลักการพื้นฐานของแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไว้ว่า เป็นกระบวนการที่เปลี่ยนความคิด การตีความ การตั้งข้อสันนิษฐาน ให้ส่งผลไปสู่การเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก โดยนักปรับพฤติกรรมทางปัญญามีความเชื่อ ดังนี้ 1) กระบวนการทางปัญญานั้น มีผลต่อพฤติกรรม 2) กระบวนการทางปัญญาสามารถจัดให้มีขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ 3) พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป อาจจะเป็นผลเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางปัญญา

ดังนั้นจุดมุ่งหมายของนักปรับพฤติกรรมทางปัญญาจึงมุ่งเน้นที่การเปลี่ยนแปลงทางปัญญา เพื่อส่งผลให้พฤติกรรมภายนอกเปลี่ยนแปลง (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2543: 308; อ้างอิงจาก Mahoney. 1974) ทั้งนี้เพราะกระบวนการทางปัญญาและพฤติกรรม มีความสัมพันธ์กัน โดยคาลิช (Kalish. 1981) ได้เสนอความสัมพันธ์ของสิ่งเร้า กระบวนการทางปัญญา พฤติกรรมและผลกรรม ว่ามีลักษณะแบบปฏิสัมพันธ์กัน (Interaction) กล่าวคือ บุคคลแสดงพฤติกรรมภายนอกด้วยการชี้แนะ (Prompting) จากกระบวนการทางปัญญา และในขณะเดียวกันพฤติกรรมภายนอกก็มีอิทธิพลต่อกระบวนการทางปัญญา ดังแสดงให้เห็นถึงภาพสรุปความสัมพันธ์ของสิ่งเร้า กระบวนการทางปัญญา พฤติกรรม และผลกรรม ตัวแปรภายในบุคคล มีผลต่อพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก การปรับ พฤติกรรมดังกล่าว จึงเรียกได้ว่าการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Modification หรือ CBM) ซึ่งแนวคิดนี้บูรณาการมาจากแนวคิดของนักจิตวิทยาในกลุ่มพฤติกรรมปัญญานิยม และแนวของนักจิตวิทยาปัญญานิยม มีความเชื่อว่า พฤติกรรมภายนอกของบุคคลที่เปลี่ยนแปลงไปนั้น เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงปัญญาภายใน ดังนั้นแนวคิดพฤติกรรมปัญญานิยม จึงเชื่อว่า มีสิ่งที่อยู่ระหว่างสิ่งเร้า (S) กับพฤติกรรมภายนอก (B₂) ซึ่งได้แก่ ความคิดความเชื่อ ทศนคติ ความคาดหวัง ที่เป็นพฤติกรรมภายใน (B₁) โดยที่กระบวนการทางปัญญาเป็นตัวเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับพฤติกรรมภายนอกของบุคคล ดังนั้น ถ้าสามารถเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญาได้พฤติกรรม ภายนอกของบุคคลย่อมเปลี่ยนแปลง และพฤติกรรมจะพัฒนาไปมากน้อยเพียงใดนั้น ยังขึ้นกับผลกรรมที่บุคคลนั้นได้รับต่อการแสดงพฤติกรรมนั้นๆ ด้วย (ประทีป จินนี่. 2540)

แนวคิดที่ใช้ในการวิจัย มาโฮนี (ประเทือง ภูมิภักทราคม. 2540: 256; อ้างอิงจาก Mahoney. 1974) กล่าวว่า การตอบสนองของบุคคลนั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง แต่ทว่าขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม ที่รับรู้ตัวแปรทางปัญญาหรืออาจจะเรียกได้ว่า ตัวแปรที่อยู่ตรงกลางระหว่างสิ่งเร้าและการสนองตอบนั้นมีผล ต่อการสนองตอบของคนเราเป็นอย่างมาก นั่นคือ สิ่งเร้าเดียวกันอันอาจจะก่อให้เกิดการสนองตอบที่ต่างกัน ในขณะที่เดียวกันสิ่งเร้าที่ต่างกันอาจก่อให้เกิดการสนองตอบที่เหมือนๆ กัน ทั้งนี้ย่อมขึ้นอยู่กับเงื่อนไขในสภาพแวดล้อมนั้น นอกจากนี้ลักษณะของพฤติกรรมที่ถูกกระตุ้นทางสระก็อาจจะเกิดขึ้นโดยที่เราไม่สามารถสังเกตเห็นสิ่งเหล่านั้นได้ จากแนวความคิดที่ว่า ตัวแปรภายในบุคคล มีผลต่อพฤติกรรมที่บุคคลแสดงแก่การปรับพฤติกรรม โดยอาศัยแนวคิดดังกล่าว จึงเรียกว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Modification หรือ CBM) การปรับพฤติกรรมทางปัญญานี้ ดอบสัน (ประทีป จินี. 2540: 128; อ้างอิงจาก Dobson. 1998) ได้รวบรวมหลักพื้นฐานไว้ 3 ประเด็น คือ การเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาเพื่อให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นอยู่บนพื้นฐานความเชื่อ ดังต่อไปนี้

1. กระบวนการทางปัญญามีผลต่อพฤติกรรม
2. กระบวนการทางปัญญาสามารถปรับเปลี่ยนได้
3. การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสามารถกระทำได้โดยการเปลี่ยนกระบวนการทาง

ปัญญา

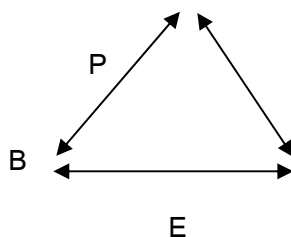
ซึ่งแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจะมุ่งที่การเปลี่ยนแปลงทางปัญญาเพื่อที่พฤติกรรมภายนอกจะเกิดการเปลี่ยนแปลง (ประเทือง ภูมิภักทราคม. 2540: 256; อ้างอิงจาก Mahoney. 1974) ส่วนเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้า กระบวนการทางปัญญา พฤติกรรมและอารมณ์ และผลกรรมนั้น แนวคิดของกลุ่มพฤติกรรมทางปัญญานิยมมีความเห็นตรงกันว่า การรับสิ่งเร้าเข้าไปจัดกระทำในกระบวนการทางปัญญา ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมและอารมณ์ต่อสิ่งเร้าเหล่านั้น ซึ่งอาจจะพิจารณาลักษณะความสัมพันธ์ของกระบวนการทางปัญญา พฤติกรรมและอารมณ์ ในลักษณะที่เป็น การมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน (Interaction) กล่าวคือ บุคคลแสดงพฤติกรรมภายนอกด้วยการชี้แนะ (Prompting) จากกระบวนการทางปัญญา และในขณะเดียวกัน พฤติกรรมภายนอกก็มีอิทธิพลต่อกระบวนการทางปัญญาด้วย โดยความเชื่อนี้ รวมเอาภาวะทางจิตใจ (Psychological Events) ไว้กับกระบวนการทางปัญญาและรวมภาวะทางสรีรวิทยา (Physiological) ไว้กับพฤติกรรมภายนอก จากแนวนี้ ถ้าการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมภายในหรือกระบวนการทางปัญญา ก็สามารถจะใช้วิธีการใดๆ ก็ได้แล้วแต่ผู้บำบัด ดังนั้น ตามแนวคิดนี้ วิธีในการเปลี่ยนพฤติกรรมภายในจึงเปิดกว้างมาก ซึ่งจะนำทฤษฎีการเรียนรู้มาใช้ หรือนำแนวคิดใดๆ มาใช้ก็ได้ เพราะถ้าสามารถทำให้กระบวนการทางปัญญาเปลี่ยนแปลงแล้ว ก็ส่งผลต่อพฤติกรรมภายนอกในที่สุด ความสัมพันธ์ของกระบวนการทางปัญญากับพฤติกรรมและอารมณ์ แบบมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction)

เอลลิส (สมโภชน์ เอี่ยมสุภามิต. 2541: 308; อ้างอิงจาก Ellis. 1979) ได้เสนอเทคนิควิธีการหลากหลายในการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญา ได้แก่ การใช้วิธีตั้งคำถามโดยยึดข้อมูล เชิงประจักษ์ และเหตุผลทางวิทยาศาสตร์ การบันทึกความคิดของตนเอง การใช้การบำบัด

โดยหนังสือ การใช้จินตนาการ การฝึกฝนคลาย การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ การฝึกทักษะ การเล่นบทบาทสมมติ และการใช้ตัวแบบ ซึ่งเป็นวิธีที่จะนำมาใช้จัดการกับความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม หรือเรียกว่าเป็นการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้นเอง ซึ่งทฤษฎีที่ผู้วิจัยสนใจนำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญา ได้แก่ การเรียนรู้จากการสังเกตในทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญางานสังคมของแบนดูรา ซึ่งผู้วิจัยจะได้นำเสนอต่อไปนี้

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Theory)

ตามแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม แบนดูรา เชื่อว่า พฤติกรรมของคนเรานั้นไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมแต่เพียงอย่างเดียว หากแต่จะต้องมีปัจจัยส่วนบุคคล (ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่น ๆ) ร่วมด้วย และการร่วมของปัจจัยส่วนบุคคลนั้น จะต้องร่วมกันในลักษณะที่กำหนดซึ่งกันและกัน (Reciprocal Determinism) กับปัจจัยทางด้านพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2541: 48)



ภาพประกอบ 2 แผนภาพแสดงการกำหนดซึ่งกันและกันของปัจจัยทางพฤติกรรม (B) สภาพแวดล้อม (E) และส่วนบุคคล (P) ซึ่งได้แก่ ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่น ๆ มีผลต่อการเรียนรู้และการกระทำ

ทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญางานสังคมของแบนดูรา ได้มุ่งเน้นว่า การเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญาส่งผลต่อพฤติกรรม โดย แบนดูรา ได้เสนอวิธีการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญาไว้หลายวิธี ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญา ด้วยการให้กลุ่มตัวอย่างเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของแบนดูรา โดยเชื่อว่าการเรียนรู้ส่วนใหญ่ของคนเรานั้น เกิดขึ้นจากการสังเกตจากตัวแบบ ซึ่ง ฟิชเชอร์ และ โจรอซ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2541: 50 – 51; อ้างอิงจาก Fischer; & Gochros. 1981) ได้สรุปหน้าที่ของตัวแบบออกเป็น 3 ลักษณะ คือ 1) ทำหน้าที่สร้างพฤติกรรมใหม่ 2) เสริมพฤติกรรมที่มีอยู่แล้วให้ดีขึ้น และ 3) ทำหน้าที่ยับยั้งการเกิดของพฤติกรรม

ซึ่งจะเห็นได้ว่า การพัฒนาให้เด็กตั้งเป้าหมายในการเรียนนั้นเป็นสิ่งสำคัญ ที่ต้องปลูกฝังหรือเสริมสร้างไว้ตั้งแต่วัยเด็ก เพื่อให้เขาได้รับประสบการณ์ที่เพียงพอเป็นพื้นฐานที่นำไปพัฒนาตนเองโดยในการปลูกฝังนั้น ควรให้เด็กได้มีความรู้ความเข้าใจ ตระหนักถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย ในการเรียน รวมทั้งมีการฝึกฝนและให้เด็กได้ปฏิบัติจริง และควรทำให้เหมาะสมกับวัย เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่เหมาะสมตามวัย และเกิดการพัฒนาตามลำดับ ในการฝึกอบรมหรือปลูกฝังนั้น ควรมีครูหรือผู้ใหญ่คอยดูแลชี้แนะแนวทางที่ถูกต้อง เด็กจะได้ยึดเป็นแนวทางในการปฏิบัติ

2.11 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

2.11.1 งานวิจัยในประเทศ

เรณูรัชต์ ประสิทธิเกตุ (2542: 49 – 50) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการประหยัดของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ประถม) ที่มีพฤติกรรมการประหยัดอยู่ระดับต่ำจำนวน 15 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร 59 คน พบว่า นักเรียนมีการประหยัดมากขึ้นหลังการเข้าร่วมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาการประหยัดของนักเรียนได้ ซึ่งคะแนนเฉลี่ยการประหยัดของนักเรียนเพิ่มมากขึ้นทุกด้าน การประหยัดเงิน การประหยัดเวลา และการประหยัดสิ่งของเครื่องใช้

คณางค์ คำคุณเอนก (2544: 45 – 46) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการทำงานกลุ่มของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบรมนิวาส กรุงเทพมหานคร จำนวน 18 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 9 คน พบว่า นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มผลของกิจกรรมกลุ่ม ทำให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในการทำงานกลุ่ม เป็นเพราะว่า กิจกรรมกลุ่มทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหา แสดงความคิดเห็น ได้อภิปราย และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน ส่งผลให้พัฒนาความคิด ความรู้สึกตนเองและตระหนักถึงความสำคัญของการทำงานกลุ่ม

เปรมใจ บุญประสพ (2545: 49) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านการตระหนักรู้ตนเองของนักเรียนวัยรุ่น โรงเรียนบ้านบางกะปิ สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน รวม 30 คน พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านการตระหนักรู้ตนเอง มีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านการตระหนักรู้ตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านการตระหนักรู้ตนเองสูงกว่า นักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านการตระหนักรู้ตนเอง อย่างมีนัยสำคัญ .05

2.11.2 งานวิจัยต่างประเทศ

เวนดี้ (Wendy. 2006: 359) ได้ศึกษาวิจัยผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการยอมรับตนเองในบทบาทของการบำบัด สำหรับผู้ที่มีแนวโน้มจะมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยง (Avoidant behaviors) และมีปัญหากังวลในตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ติดต่อเข้ามาทางศูนย์บำบัดทั้งทางไปรษณีย์ โทรศัพท์

เพื่อปรึกษาปัญหาการปรับตัวเข้ากับสังคม เป็นชาย 11 คน หญิง 11 คน จัดกิจกรรมทั้งหมด 10 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่นเพิ่มขึ้น อาการหลีกหนีสังคม และมีแนวโน้มจะลดลงหลังเมื่อกลับเข้าไปใช้ชีวิตในสังคม และเป็นการสนับสนุนการเตรียมการป้องกันให้กับบุคคลในสังคมมีอาการหลีกหนีสังคม

เบรนต์นิแกน (Brannigan. 2007: 61 – 62) ได้ศึกษาวิจัยโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มกับหลักทางจิตวิทยาการศึกษา เป็นรูปแบบในการพัฒนาความสามารถทางด้านวิชาการ ที่ Queensbury Middle School ซึ่งวัยรุ่นตอนกลางอายุระหว่าง 10 – 15 ปี เป็นช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านพัฒนาการต่างๆ มักคิดด้านลบกันตนเอง ซึ่งส่งผลให้เกิดความเครียดและขาดความมั่นใจในตนเอง รวมถึงการเรียนในระดับนี้ต้องสามารถอธิบายเกี่ยวกับการพัฒนาทางด้านวิชาการ เด็กวัยนี้ จะถูกคาดหวังและเกิดแรงกดดันทางสังคมในเรื่องการเรียน การออกแบบการวิจัยครั้งนี้ ส่งผลให้นักเรียนได้รู้การใช้ทักษะการสื่อสาร ทำอย่างไรจึงจะสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับครูและเพื่อนๆ การบริหารเวลาในการทำการบ้าน การสนับสนุนจากพ่อแม่ ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะกระตุ้นให้เด็กลดความกลัว มีความภาคภูมิใจในตนเอง และสามารถเรียนรู้อย่างมีความสุข พร้อมทั้งพัฒนาความสามารถด้านวิชาการให้สูงขึ้น

ซุง และ ไนล์ (Cheug; & Ngai. 2007: Online) ได้ทำการศึกษาวิจัยถึงประสิทธิภาพของใช้ กิจกรรมกลุ่มกับเด็กผู้กระทำผิดกฎหมายในประเทศฮ่องกง ในเด็กที่เป็นผู้กระทำผิดกฎหมาย มีความผูกพันกับครอบครัวในระดับต่ำ และมีความผูกพันกับเพื่อนในระดับสูง ซึ่งนักพัฒนาสังคมได้มีการพัฒนากิจกรรมกลุ่มที่เหมาะสมสำหรับเด็กที่ผู้กระทำความผิดกฎหมาย การทดสอบสมมติฐานได้จากการเก็บข้อมูลจากเด็กที่ผู้กระทำความผิดกฎหมายในประเทศฮ่องกง จำนวน 190 คน ซึ่งผลทางวิจัยพบว่าการพัฒนากิจกรรมกลุ่มมีผลต่อเด็กผู้กระทำผิดกฎหมาย ผู้ซึ่งใช้เวลาร่วมกับครอบครัวน้อย และหรือใช้เวลาส่วนมากกับเพื่อน สำหรับเด็กที่กระทำผิดทั่วไปกิจกรรมกลุ่มที่ได้พัฒนาขึ้นนั้น มีส่วนช่วยเป็นอย่างมากในการทำให้เด็กกระทำผิดกฎหมายน้อยลง

จากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถนำไปพัฒนาการเชิงพฤติกรรม ทำให้บุคคลได้เกิดการตระหนักรู้ตนเอง ความเข้าใจในการทำงานกลุ่ม มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหา แสดงความคิดเห็น มีเจตคติที่ดีในการดำรงชีวิตที่เหมาะสม ส่งผลให้พัฒนาความคิด ความรู้สึกตนเอง และตระหนักถึงความสำคัญของการทำงานกลุ่ม อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร คือ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 จำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 121 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 19 คน สุ่มครใจเข้าร่วมโปรแกรม สุ่มอย่างง่าย (Sample Random) ได้กลุ่มตัวอย่างในการทดลอง 12 คน เป็นนักเรียนชาย 8 คน หญิง 4 คน

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เครื่องมือ ดังนี้

1. แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
2. โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังต่อไปนี้

1.1 ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร ตำรา แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน และผู้วิจัยได้ศึกษาแนวการสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

1.2 ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากเอกสาร ตำรา แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียนมาสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน ให้ครอบคลุมตามนิยามศัพท์เฉพาะ

จำนวน 30 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ นำเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ตรวจสอบความถูกต้อง

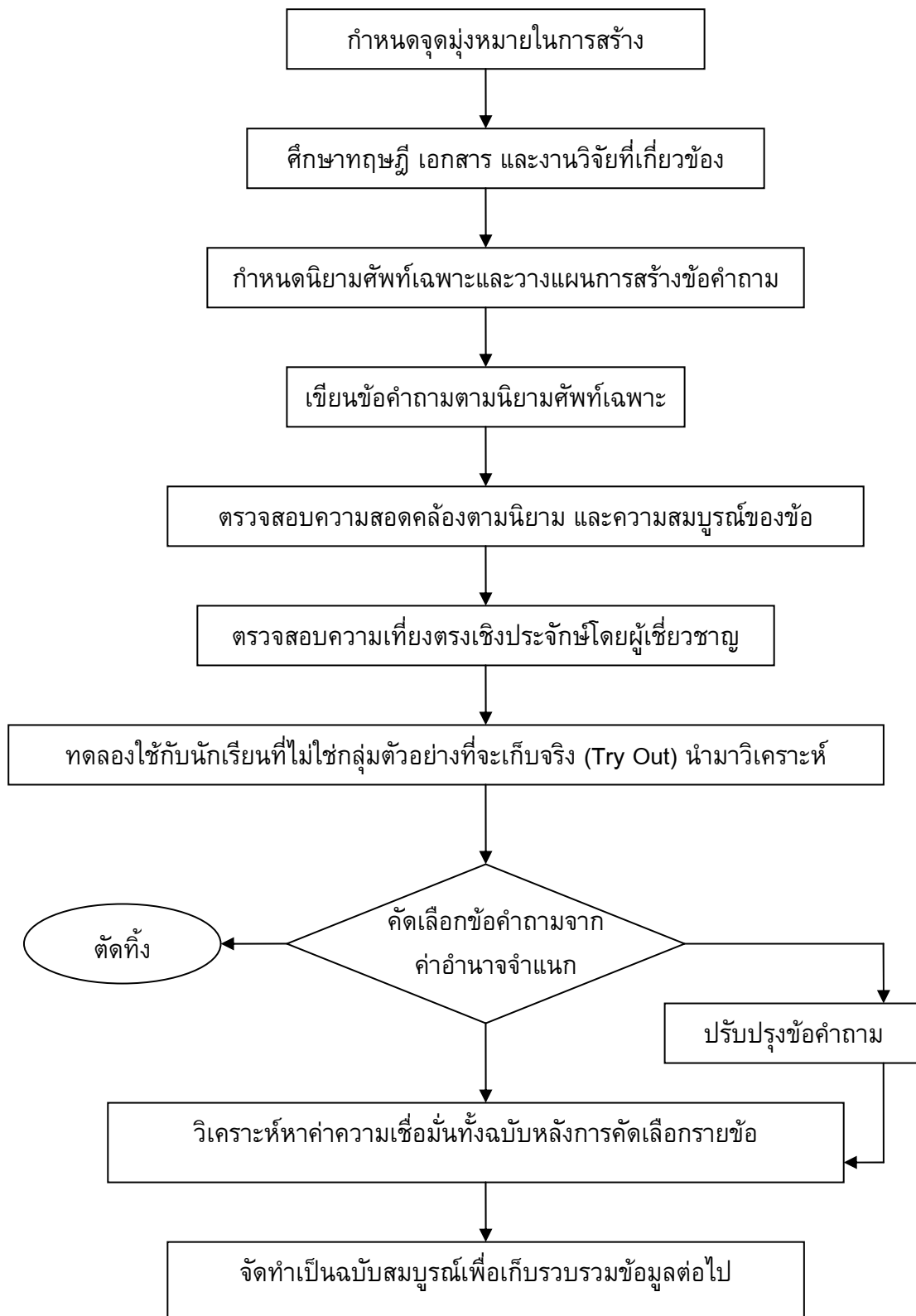
1.3 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่ผู้วิจัยได้รับแก้ไขใหม่ เสนอให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสณา จุฬรัตน์ และอาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยได้ค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะ (Item-Objective Congruency: IOC) ระหว่าง .67 – 1.00 และพิจารณาข้อความในแบบสอบถามเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา ภาษาที่ใช้ ความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

1.4 นำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนที่ได้รับการตรวจสอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะแล้วเสนออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อขอความเห็นชอบในการนำไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน แล้วนำมาตรวจวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (Discrimination) ได้ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ตั้งแต่ .211 – .547 แล้วจึงตัดข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกต่ำออก คงเหลือข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกที่เหมาะสมและครอบคลุมนิยามศัพท์เฉพาะ จำนวน 20 ข้อ

1.5 นำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน ในข้อ 1.4 จำนวน 20 ข้อ มาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตร สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach, 1990: 50) ได้ค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ .825

1.6 นำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนที่ได้หาค่าความเชื่อมั่น เรียบร้อยแล้ว ไปใช้ในการวิจัยต่อไป

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนตามขั้นตอน ดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ตัวอย่างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

1. ให้นักเรียนอ่านข้อความทีละข้ออย่างละเอียด และพิจารณาตอบตามความคิด ความรู้สึกที่เป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด แล้วโปรดทำเครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่องว่างทางขวามือ ช่องใดช่องหนึ่ง โดยแต่ละข้อให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ ถ้าต้องการเปลี่ยนคำตอบ ให้ขีดเครื่องหมายเท่ากับ (=) ทับเครื่องหมายเดิม แล้วจึงทำเครื่องหมายถูกลงในช่องคำตอบใหม่ที่ต้องการ ซึ่งแบบสอบถามตอนนี้ไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด นักเรียนสามารถแสดงความคิด ความรู้สึก ได้อย่างอิสระ คำตอบแบ่งออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด
เห็นด้วยค่อนข้างมาก	หมายถึง	ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมาก
ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	หมายถึง	ไม่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ไม่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

2. การตอบแบบสอบถามในครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบต่อการเรียนแต่อย่างใด คำตอบทั้งหมดจะเก็บไว้เป็นความลับที่จะนำมาใช้ในการวิจัยเท่านั้น

ผู้วิจัยขอขอบคุณนักเรียนที่ได้ให้ความร่วมมือด้วยดี

นางสาวอริสา ภูริวัฒน์
นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ลำดับที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย ค่อนข้างมาก	ค่อนข้าง ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
0	ฉันชอบการเรียนที่ทำให้ฉันได้ใช้ความคิดมากที่สุด				
00	ฉันรู้สึกดีถ้าฉันสามารถตอบคำถามได้คนเดียวในชั้น				
000	เหตุผลที่ฉันตั้งใจเรียนเพื่อทุกคนจะได้ไม่คิดว่าฉันรู้่น้อยกว่าคนอื่น				
0000	ฉันต้องแสดงให้เห็นว่าฉันเก่งกว่าทุกคนในห้องเรียน				

เกณฑ์การให้คะแนน

การให้คะแนนแต่ละข้อความมีน้ำหนักตั้งแต่ 1 – 4

		ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ	
ตอบช่องเห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	4	1	คะแนน
ตอบช่องเห็นด้วยค่อนข้างมาก	ให้	3	2	คะแนน
ตอบช่องไม่เห็นด้วย	ให้	2	3	คะแนน
ตอบช่องไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	1	4	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายคะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีเกณฑ์การพิจารณาโดยใช้คะแนนเฉลี่ย ดังนี้ (ชูชีพ อ่อนโคกสูงและอนุสรณ์ อรรถศิริ. 2549: 27)

คะแนนเฉลี่ย	3.25 – 4.00	หมายความว่า	มีเป้าหมายที่ชัดเจน
คะแนนเฉลี่ย	2.50 – 3.24	หมายความว่า	มีเป้าหมายในการเรียนค่อนข้างชัดเจน
คะแนนเฉลี่ย	1.75 – 2.49	หมายความว่า	มีเป้าหมายในการเรียนค่อนข้างไม่ชัดเจน
คะแนนเฉลี่ย	1.00 – 1.74	หมายความว่า	มีเป้าหมายในการเรียนไม่ชัดเจน

2. โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังต่อไปนี้

2.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน เอกสารเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม มาเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

2.2 ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แล้วนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ จุดมุ่งหมาย กิจกรรม เนื้อหา วิธีดำเนินการและการประเมินผล

2.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ เสนอให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พาสนา จุฬรัตน์ และอาจารย์ ดร. สกล วรเจริญศรี เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ จุดมุ่งหมาย กิจกรรม เนื้อหา วิธีดำเนินการและการประเมินผล จากนั้นผู้วิจัยจึงนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

2.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ที่ได้รับการตรวจสอบจากประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท และผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ แล้ว

นำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนโรงเรียนเซนต์หลุยส์ศึกษา ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง จำนวน 12 คน เพื่อตรวจสอบข้อบกพร่องของโปรแกรม ตลอดจนเพิ่มเติมเนื้อหาในกิจกรรมให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งก่อนนำไปใช้ทดลองจริง

โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ผู้วิจัยใช้เวลาในการทดลองเป็นเวลา 2 วัน ณ โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล กรุงเทพมหานคร

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลการวิจัย และการนำนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล

2. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ใช้สถานที่ในการดำเนินโปรแกรม ไปยังโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล

3. ดำเนินการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ดังมีรายละเอียด ดังนี้

3.1 นำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน ไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนที่คัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 คน เพื่อนำมาวิเคราะห์หาระดับการตั้งเป้าหมายในการเรียน

3.2 นำโปรแกรมพัฒนาการ ตั้งเป้าหมายในการเรียน ไปใช้ทดลองกับนักเรียนโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล

4. การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ระยะเวลาการทดลอง

ผู้วิจัยสุ่มอย่างง่าย เลือกนักเรียนที่มีคะแนนจากแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จัดเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 12 คน โดยกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จากนั้นเก็บคะแนนจากการตอบแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2. ระยะเวลาการทดลอง

ผู้วิจัยใช้โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จำนวน 12 กิจกรรม พัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนกลุ่มทดลอง จำนวน 12 คน เป็นเวลา 2 วัน ณ โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล กรุงเทพมหานคร

3. ระยะหลังการทดลอง

3.1 เมื่อสิ้นสุดการดำเนินโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน ฉบับเดียวกับที่ใช้ก่อนการทดลอง แล้วเก็บคะแนนที่ได้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

3.2 ผู้วิจัยนำคะแนนก่อนการทดลอง และคะแนนหลังการทดลอง ที่ได้จากการตอบแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน มาวิเคราะห์ตามสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป ซึ่งกำหนดการจัดโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีรายละเอียด แสดงใน ตาราง 1

ตาราง 1 กำหนดการจัดโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ลำดับที่	วัน / เดือน / ปี	เวลา	กิจกรรม		
1	เสาร์ที่ 13 มีนาคม พ.ศ. 2552	07.30-08.00	ลงทะเบียนนักเรียน		
		08.30-09.00	ปฐมนิเทศ		
		09.00-10.00	กิจกรรมละลายพฤติกรรม		
		10.00-11.00	กิจกรรมมารู้จักการสร้างเป้าหมายกันเถอะ		
		11.00-12.00	กิจกรรมตั้งเป้าหมายด้วยฝ้ายแฉะแนว		
		12.00-13.00	รับประทานอาหารกลางวัน		
		13.00-14.00	กิจกรรมความฝัน		
		14.00-15.00	กิจกรรมกรณีตัวอย่าง “การตั้งเป้าหมายในการเรียน		
		15.00-15.30	รับประทานอาหารว่าง		
		15.30-16.30	กิจกรรมสืบ สิบ		
		17	อาทิตย์ที่ 14 มีนาคม พ.ศ. 2552	08.00-09.00	กิจกรรมตัดต่อภาพ
		09.00-10.00		กิจกรรมอักษรที่มีความหมาย	
11.00-12.00	กิจกรรมภาษาสนุก				
12.00-13.00	รับประทานอาหารกลางวัน				
13.00-14.00	กิจกรรมอาชีพที่ฉันรัก				
14.00-15.00	สรุปสาระสำคัญของกิจกรรม				
15		16.00-17.00	ปัจฉิมนิเทศ รวมกันเป็นหนึ่งเดียว		
			ปิดค่ายการอบรม		
			กลับบ้าน บ้าย...บาย		

แบบแผนการทดลอง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองตามแผนการวิจัยแบบ One Group Pretest – Posttest Design (Campbell; & Russo. 1999: 83) ซึ่งมีแบบแผนการทดลอง ดังแสดงใน ตาราง 2

ตาราง 2 แบบแผนการพัฒนา One Group Pretest – Posttest Design

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
RE	T ₁	X	T ₂

ความหมายของสัญลักษณ์

RE	แทน	กลุ่มทดลอง
T ₁	แทน	การทดสอบก่อนการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน
X	แทน	การเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 3
T ₂	แทน	การทดสอบหลังการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน

4. การจัดการทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 การจัดการทำข้อมูล

เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมดแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีขั้นตอนการจัดกระทำข้อมูล ตามลำดับดังนี้

1. วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียน ก่อนและหลังการทดลอง เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 โดยใช้ t - test แบบไม่อิสระต่อกัน (ล้วน สายยศ; และ อังคณา สายยศ. 2540: 248)

4.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

4.2.1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่

4.2.1.1 ค่าเฉลี่ย (\bar{X})

4.2.1.2 ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน (Standard Deviation)

4.2.2 สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

4.2.2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนเป็นรายข้อ โดยใช้สถิติตามวิธีการ t- test เทคนิค 25 เปอร์เซนต์ กลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ (ล้วน สายยศ; และ อังคณา สายยศ. 2540: 246)

4.2.2.2 การวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach. 1970: 161) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543: 125 – 126)

4.2.3 สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน

เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียน ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง โดยใช้ t-test แบบไม่อิสระต่อกัน (ล้วน สายยศ; และ อังคณา สายยศ. 2540: 248)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผลข้อมูล

การวิเคราะห์และการแปลผลข้อมูลการวิเคราะห์ข้อมูล การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$\sum D$	แทน	ผลรวมของความแตกต่างจากการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง
$\sum D^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนความแตกต่างจากการทดสอบก่อนและหลังที่ทดลองแต่ละตัวยกกำลังสอง
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณา t – distribution

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยเสนอ ดังนี้

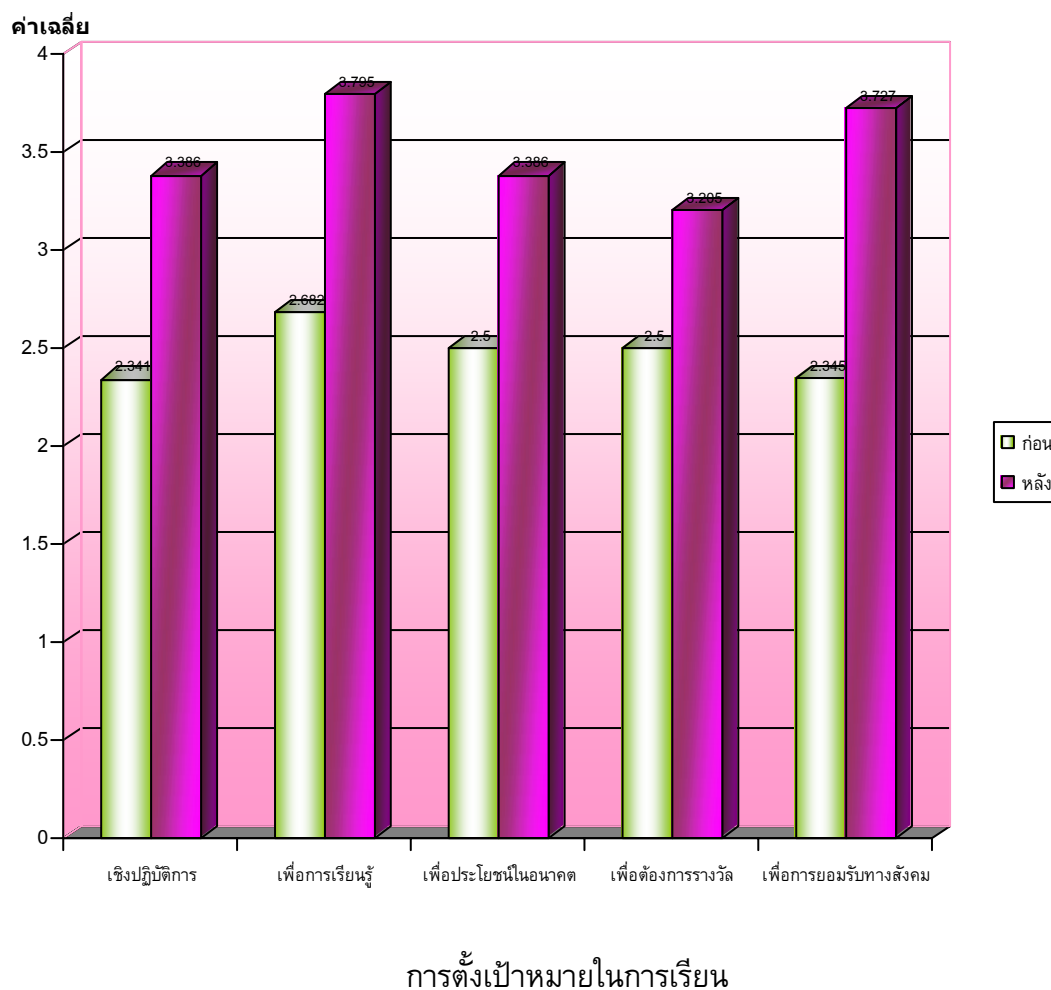
เปรียบเทียบระดับคะแนนเฉลี่ยของการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบระดับของการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าเฉลี่ย และค่าระดับ ของการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (n = 12 คน)

การตั้งเป้าหมายในการเรียน	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			$\sum D$	$\sum D^2$	t
	\bar{X}	S.D.	ระดับ	\bar{X}	S.D.	ระดับ			
เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ	2.341	0.407	ค่อนข้างไม่ชัดเจน	3.386	0.360	ชัดเจน	11.50	15.63	5.78**
เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้	2.682	0.372	ชัดเจน	3.795	0.384	ชัดเจน	12.25	17.69	6.77**
เป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต	2.500	0.194	ชัดเจน	3.386	0.303	ชัดเจน	9.75	10.56	6.71**
เป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง	2.500	0.652	ชัดเจน	3.205	0.669	ชัดเจน	7.75	13.44	2.62**
เป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม	1.705	0.568	ไม่ชัดเจน	3.795	0.332	ชัดเจน	23.00	50.25	12.42**
ภาพรวม	2.345	0.240	ค่อนข้างไม่ชัดเจน	3.513	0.162	ชัดเจน	12.85	15.98	16.35**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



ภาพประกอบ 4 กราฟแสดงการเปรียบเทียบผลการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมเป็นรายด้าน

จากตาราง 3 และภาพประกอบ 4 พบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยรวมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ด้านเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ ด้านเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ ด้านเป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต ด้านเป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง ด้านเป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 3 มีการสรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังนี้

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังเข้าร่วม โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน

สมมติฐานของการวิจัย

การเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 กลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนเพิ่มขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียน เซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 จำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 121 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียน เซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 19 คน สุ่มใจเข้าร่วมโปรแกรม สุ่มอย่างง่าย (Sample Random) ได้กลุ่มตัวอย่างในการทดลอง 12 คน เป็นนักเรียนชาย 8 คน หญิง 4 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
2. โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีขั้นตอนการจัดกระทำข้อมูล ตามลำดับ ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐานโดยนำข้อมูลไปหาค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน

ช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ t -test แบบไม่อิสระต่อกัน (ล้วน สายยศ; และ อังคณา สายยศ. 2540: 248)

สรุปผลการวิจัย

ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 จากการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปได้ ดังนี้

ผลการเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียน ก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน พบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยรวมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ด้านเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ ด้านเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ ด้านเป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต ด้านเป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง ด้านเป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

อภิปรายผล

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน ที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ผลจากการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน ซึ่งเป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 ภายหลังจากทดลองพบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยรวมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ด้านเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ ด้านเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ ด้านเป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต ด้านเป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง ด้านเป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม เพิ่มขึ้นตามลำดับ เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่ว่า “การเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 หลังการทดลอง มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนเพิ่มขึ้น” ที่เป็นเช่นนี้เพราะโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีเนื้อหาเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย ผลของการตั้งเป้าหมาย ฝึกให้นักเรียนได้ตั้งเป้าหมาย และกระทำให้บรรลุตาม

เป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ ได้รู้ถึงเป้าหมายในอนาคตของตนเองและวิธีการทำให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ โดยใช้เทคนิคของกิจกรรมกลุ่มที่สำคัญคือ เกม กรณีตัวอย่าง และการอภิปรายกลุ่ม นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมจึงเกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง โดยมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนเพิ่มขึ้น

จากการดำเนินการกิจกรรมกลุ่มผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการทำกิจกรรมกลุ่ม โดยให้นักเรียนได้ร่วมกันตั้งเป้าหมายของกลุ่มก่อนการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรม เมื่อเสร็จกิจกรรม นักเรียนจะสรุปและวิเคราะห์ถึงสาเหตุที่ตนกระทำได้สำเร็จหรือไม่สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ การดำเนินกิจกรรมยังเน้นให้นักเรียนมีความพยายามทำกิจกรรมนั้นๆ ให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้หากผลของการทำกิจกรรมนั้นยังไม่บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

นอกจากนี้ ในการทำกิจกรรมยังได้จัดให้มีการอภิปรายกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ประเภทของการตั้งเป้าหมาย ความสำคัญ คุณลักษณะ วิธีการตั้งเป้าหมาย ผลของการตั้งเป้าหมาย และขั้นตอนการตั้งเป้าหมาย จากการวิเคราะห์เนื้อเพลง เพื่อให้นักเรียนได้ร่วมกันวิเคราะห์ว่า บทเพลงที่ครูนำมาให้ นั้นมีการตั้งเป้าหมายชนิดใด ซึ่งเป็นการฝึกให้นักเรียนได้วิเคราะห์บทความและร่วมกันอภิปรายว่า ใครมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนด้านใด และในการตั้งเป้าหมายในแต่ละด้านดีหรือไม่ดี ซึ่งจากการทำกิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ทำให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายในการเรียนได้อย่างถูกต้อง และมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนที่ชัดเจนขึ้น

ผลการวิจัยครั้งนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวกับการใช้โปรแกรมเพื่อพัฒนาความสามารถของบุคคล ดังนี้ สุธีรา นิมิตรนิวัฒน์ (2537: 84) ที่ศึกษาผลของการฝึกตั้งเป้าหมายต่อความสนใจในกิจกรรมและผลสัมฤทธิ์ในวิชาคณิตศาสตร์ พบว่า การตั้งเป้าหมายมีผลต่อความสนใจในกิจกรรม และผลสัมฤทธิ์ในการเรียนเพิ่มขึ้น พิสมัย สังข์ทอง (2539: 89) ที่ศึกษาผลของความร่วมมือในการอ่าน โดยกลุ่มตั้งเป้าหมายร่วมกันที่มีต่อการอ่านเข้าใจความภาษาไทย พบว่า กลุ่มที่เรียนด้วยวิธีการร่วมมือในการอ่านโดยกลุ่มตั้งเป้าหมายร่วมกัน มีคะแนนสูงกว่ากลุ่มที่เรียนด้วยวิธีการสอนปกติ แสงอรุณ ประสพกาญจน์ (2542: 75) ที่ศึกษาผลของการฝึกการตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์ที่มีต่อการพัฒนาความคิดเชิงสร้างสรรค์สูงกว่าก่อนทดลอง สุพิชชา กลิ่นนุบหงา (2540: 75) ที่ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการแนะแนวแบบกลุ่มย่อยที่มีต่อการตระหนักรู้ในอนาคตของนักเรียน พบว่า ภายหลังจากทดลอง นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมแนะแนวแบบกลุ่มย่อย มีคะแนนการตระหนักรู้ในอนาคตสูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึก ประพฤติ ศิลพิพัฒน์ (2540: 81) ที่ศึกษาความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้ชุดกิจกรรมสร้างสิ่งประดิษฐ์ทางวิทยาศาสตร์ พบว่า นักเรียนที่เรียนด้วยชุดกิจกรรมสร้างสิ่งประดิษฐ์ทางวิทยาศาสตร์กับนักเรียนที่เรียนโดยครูผู้สอนสร้างสิ่งประดิษฐ์ทางวิทยาศาสตร์ มีความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์แตกต่างกัน นิชลักษณ์ สุขสวัสดิ์ (2546: 94) ซึ่งทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยจัดการเรียนรู้ เชิงประสบการณ์ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน พบว่า กลุ่มทดลอง มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรม มอร์แกน (Morgan. 1985: 89) ศึกษาการตั้งเป้าหมายระยะสั้นรวมกับการเตือนตนเอง อันมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ และความสนใจในกิจกรรม พบว่า กลุ่มที่ตั้งเป้าหมายระยะสั้น มีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนตอนปลายภาค

ดีกว่ากลุ่มที่สอนการใช้เวลาในการเรียน กลุ่มที่ตั้งเป้าหมายระยะยาวและกลุ่มควบคุม นอกจากนี้ กลุ่มที่ตั้งเป้าหมายระยะสั้นยังมีความสนใจในกิจกรรมสูงกว่าทุกกลุ่มอีกด้วย

จะเห็นว่างานวิจัยดังกล่าว เป็นงานวิจัยที่ใช้โปรแกรมเพื่อพัฒนาความสามารถด้านต่างๆ เช่น การตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์ พัฒนาการเรียนรู้ทางการเรียนวิทยาศาสตร์ การพัฒนาการเรียนโดยกลุ่มตั้งเป้าหมายร่วมกัน การตระหนักในอนาคตและพัฒนาการตั้งเป้าหมายต่อความสนใจในกิจกรรม เป็นต้น

จากการที่ผู้วิจัยได้สร้างโปรแกรมขึ้นโดยใช้ทฤษฎีต่างๆ มาเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรม กล่าวคือ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ของ แบนดูรา (Bandura. 1986: 394) ซึ่งใช้แนวความคิด 3 ประการ คือการเรียนรู้โดยการสังเกต การกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นกรอบในการทำกิจกรรมและใช้ทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ (Operant Conditioning Theory) ของ สกินเนอร์ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2549: 33 – 36; อ้างอิงจาก Skinner. 1953) เรื่องการเสริมแรงมาใช้ในการฝึกกิจกรรมเพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมเป้าหมาย โดยมีขั้นตอนการฝึก 4 ขั้นตอน คือ ขั้นเตรียมความพร้อม ขั้นฝึกการตั้งเป้าหมาย ขั้นการประเมินตนเอง และขั้นการให้ข้อมูลป้อนกลับ เมื่อกลุ่มได้ทำกิจกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น ผู้วิจัยได้ชี้ให้นักเรียนเห็นถึงพฤติกรรมที่จะทำให้เกิดการตั้งเป้าหมายในการเรียนด้านต่างๆ และพิจารณาว่าพฤติกรรมของตนเอง ตรงกับการตั้งเป้าหมายด้านใด และเน้นให้นักเรียนได้วิเคราะห์ถึงพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดการตั้งเป้าหมายในแต่ละด้าน ด้านใดควรพัฒนาให้เกิดขึ้นบ้าง และด้านใดไม่ควรพัฒนาให้เกิดขึ้น นอกจากนี้ยังให้การเสริมแรงทางบวก ซึ่งเป็นการเสริมแรงทางสังคมแล้วแต่กรณี วิธีการฝึกเน้นการสร้างเป้าหมายด้วยตนเอง จากการทำกิจกรรมต่างๆ ที่จัดขึ้น โดยคำนึงถึงวัยของเด็ก ความรู้ ความสามารถ สติปัญญา และสภาพความเป็นจริงของนักเรียน จึงเกิดผลตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลจากการวิจัยครั้งนี้พบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนในแต่ละด้านมีคะแนนเพิ่มขึ้น เนื่องจากการฝึกด้วยโปรแกรมการตั้งเป้าหมายในการเรียน ผู้วิจัยได้สร้างบรรยากาศ ความสนุกสนาน และความเป็นกันเอง ใช้วิธีการจูงใจให้เกิดการกระทำพฤติกรรมเป้าหมาย โดยผู้วิจัยกระตุ้นให้นักเรียนได้ใช้ความคิดอย่างอิสระ เปิดโอกาสให้ทำกิจกรรมด้วยความสมัครใจ ตามความรู้ ความสามารถของตนเอง ให้การเสริมแรงตามความเหมาะสมและให้คำแนะนำที่ก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง จึงทำให้นักเรียนเกิดความไว้วางใจ และให้ความร่วมมือในการฝึกกิจกรรมเป็น อย่างดี นอกจากนี้ ในการทำกิจกรรมแต่ละครั้ง ผู้วิจัยให้นักเรียนได้สรุปผลที่ได้จากการทำกิจกรรม และผู้วิจัยได้สรุปสิ่งที่ได้รับจากการทำกิจกรรมอีกครั้ง เพื่อให้นักเรียนได้รู้ถึงความพยายามในการทำกิจกรรม การประสบความสำเร็จ การล้มเหลว ในการทำกิจกรรม จึงทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้อย่างถูกต้องตามกระบวนการ สามารถกำหนดทิศทางในการกระทำพฤติกรรมเป้าหมายได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมกับความรู้ ความสามารถ ความถนัดของตนเอง การได้ประเมินตนเองทุกครั้งที่ทำกิจกรรม และการได้รับข้อมูลป้อนกลับโดยเร็ว จะก่อให้เกิดความพึงพอใจ และเพิ่มการใช้ความพยายามที่มีอยู่อย่างเต็มที่ มีผลทำให้เกิดการพัฒนาความสามารถของตนเองในการตั้งเป้าหมายการเรียนที่สูงขึ้นกว่าเดิม ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของ แบนดูรา (Bandura. 1986: 393) ที่ว่าการให้บุคคลได้มีโอกาสในการกำหนดเป้าหมายหรือตัดสินใจด้วยตนเอง

จะส่งผลต่อการยอมรับเป้าหมาย และการใช้ความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายที่ตนตั้งขึ้น และ แมร์ (Maehr, 1984: 114) กล่าวว่า เป้าหมายที่ต่างกันทำให้บุคคลเอาใจใส่ หรือทุ่มเทความพยายามต่อการกระทำกิจกรรมต่างๆ (Personal Investment) ในระดับที่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามเป้าหมายที่บุคคลตั้งไว้จะเกิดผลดีและมีประโยชน์ก็ต่อเมื่อเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้น มีลักษณะใกล้เคียงกับความสามารถของบุคคลนั้น

นอกจากนี้ ในขณะที่ดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยยังมีข้อค้นพบจากการสังเกตว่า การเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งแรกๆ นักเรียนส่วนใหญ่ยังไม่กล้าแสดงออก และเกี่ยงให้เพื่อนออกมาแนะนำเสนอหน้าชั้นเรียน แต่ในกิจกรรมครั้งที่ 3 เป็นต้นไป นักเรียนเริ่มให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี กล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าออกมาพูดถึงเป้าหมายที่ตนเองตั้งขึ้น มีการระดมสมองตั้งเป้าหมายของกลุ่มรวมทั้งร่วมกันสรุปสิ่งที่ตนเองเรียนรู้ และร่วมกันศึกษาผลของการตั้งเป้าหมายก่อนและหลังการทำกิจกรรม ในทุกๆ กิจกรรม ผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตว่า อาจเนื่องมาจาก การที่นักเรียนได้รับการฝึกโปรแกรมการตั้งเป้าหมายในการเรียน ด้วยการทำกิจกรรมร่วมกันในบรรยากาศที่สนุกสนาน จึงเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ทำให้กลุ่มนักเรียนเกิดความกระตือรือร้นและมีความพร้อมในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ดังจะเห็นได้จากการประเมินผลภายหลังการใช้โปรแกรม กลุ่มนักเรียนมีความพึงพอใจในการทำกิจกรรมมาก โดยเฉพาะกิจกรรมสืบ สืบ นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความพยายาม ความสามัคคี การมีสมาธิในการทำกิจกรรม ให้บรรลุเป้าหมาย และความรู้สึกของความล้มเหลวในการทำกิจกรรม ความท้อแท้ และเมื่อนักเรียนมีความสามัคคี พยายาม มีสมาธิ ร่วมมือร่วมใจ ไม่สนใจอุปสรรครอบข้าง จนกระทั่งทำให้บรรลุเป้าหมายได้ นักเรียนได้ออกมาแนะนำเสนอความรู้สึกในขณะที่ทำกิจกรรม ที่มีทั้งความท้อแท้ โกรธ ผิดหวัง และเมื่อได้รับกำลังใจจากเพื่อน จากครู จึงได้มีแรงสู้ต่อและร่วมกันตั้งเป้าหมายที่จะทำให้บรรลุความสำเร็จได้ มีความสุขและภาคภูมิใจที่สุดเมื่อสามารถทำได้สำเร็จ นักเรียนจึงเห็นประโยชน์ของการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ สามารถตั้งเป้าหมายในการเรียนได้และนักเรียนยังให้ข้อเสนอแนะที่ต้องการให้กลุ่มเพื่อนได้เข้าร่วมกิจกรรมด้วย ต้องการให้จัดกิจกรรมแบบนี้บ่อยๆ แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมที่สร้างขึ้นนี้ ทำให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายในการเรียนได้สูงขึ้น คือ ภายหลังการทดลองนักเรียนมีคะแนนการตั้งเป้าหมายการเรียนเพิ่มขึ้นทุกคน โดยเฉพาะสมาชิกที่มีค่าคะแนนก่อนการทดลองสูงกว่าคนอื่นๆ จากการสังเกตพฤติกรรมในระหว่างการทดลอง พบว่า นักเรียนเหล่านี้ มีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรมตั้งแต่เริ่มต้น กล้าแสดงความคิดเห็น มีความตั้งใจ และมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทุกครั้ง จึงทำให้สามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่าสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

หลังจากการฝึกด้วยโปรแกรมที่สร้างขึ้น นักเรียนมีการตั้งเป้าหมายในระดับสูง สามารถอธิบายด้วยขั้นตอนการฝึก 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมความพร้อม ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียน ได้เรียนรู้การสร้างเป้าหมาย และการกระทำพฤติกรรมเป้าหมายจากการสังเกตตัวแบบ โดยให้สมาชิกนำเสนอสิ่งที่ได้บันทึกไว้ในสมุดบันทึกพฤติกรรมและสังเกตตนเอง ครั้งละ 2 คน ทำให้กลุ่มทดลองได้เรียนรู้จากการสังเกตพฤติกรรมของเพื่อนในกลุ่ม ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของ แบนดูรา (Bandura, 1986: 394) ที่ว่า มนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้จากตัวแบบ สอดคล้องกับงานวิจัยของสุนันท์ ปรีชาชัยสุรัตน์

(2542: 86) ที่ทดลองใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของนักเรียน พบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะมีพฤติกรรม เชิงจริยธรรมทางสังคมสูงกว่านักเรียนที่มุ่งสู่อุณหภูมิต่ำ

2. ขั้นฝึกตั้งเป้าหมาย ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกตั้งเป้าหมาย กล่าวคือ ในการกำหนดเป้าหมาย ทุกครั้งจะต้องคำนึงถึงคุณลักษณะของเป้าหมาย ตามแนวคิดของ แบนดูรา (Bandura. 1986: 353) คือ มีความเจาะจง ทำทลายความสามารถ มีระยะเวลาสั้นและสอดคล้องกับความเป็นจริงของตนเอง และแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ แมร์ (Maehr. 1984: 114) ที่ว่า เป้าหมายที่บุคคลตั้งไว้จะเกิดผลดีและมีประโยชน์ก็ต่อเมื่อเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้น มีลักษณะใกล้เคียงกับความสามารถของบุคคลนั้น โดยเป้าหมาย ต้องไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป เพื่อที่บุคคลจะได้มีโอกาสที่จะทำงานนั้นได้ และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ได้แก่ เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ เป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต เป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง เป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุธีรา นิมิตรนิวัฒน์ (2537: 84) ที่ศึกษาผลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อความสนใจกิจกรรม และผลสัมฤทธิ์ในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มควบคุมงานวิจัยของ รูทคอฟฟ์ และ บิลริงตัน (Rothkopf, & Billington. 1979: 105) ที่ศึกษาผลการตั้งเป้าหมายระยะสั้นที่มีผลต่อการเรียนรู้ข้อมูลโดยตรวจสอบจากเวลาและการเคลื่อนไหวของดวงตา โดยผู้วิจัยจับนักเรียนเข้ากลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ตั้งเป้าหมายจดจำการเรียนทุก 5 ข้อ กลุ่มที่ 2 ตั้งเป้าหมายจดจำการเรียน 10 ข้อ และกลุ่มที่ 3 ไม่ตั้งเป้าหมาย ผลการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 ใช้เวลามากกว่ากลุ่มที่ 3 ในการมองดูบทความซึ่งเกี่ยวข้องกับเป้าหมาย และใช้เวลาน้อยกว่าในการมองดูเนื้อหาที่ไม่เกี่ยวข้องกับเป้าหมาย จึงแสดงให้เห็นว่า การตั้งเป้าหมายระยะสั้น ทำให้ผู้รับการทดลองมีทิศทางและมีความตั้งใจในการทำเป้าหมายมากกว่ากลุ่มที่ไม่มีการตั้งเป้าหมาย

3. ขั้นประเมินตนเอง ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกทักษะการตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง ด้วยการเปรียบเทียบคะแนนที่ได้รับจากการทำกิจกรรมกับคะแนนเป้าหมายที่เขาตั้งขึ้นมา หากทำได้เท่ากับหรือสูงกว่าคะแนนเป้าหมาย ย่อมแสดงว่า เขาทำได้บรรลุเป้าหมาย แต่ถ้าทำได้ต่ำกว่า แสดงว่า ยังไม่บรรลุเป้าหมาย จึงต้องใช้ความพยายามให้มากขึ้นกว่าเดิมการที่กลุ่มทดลองได้มีการประเมินตนเองทุกครั้งที่ทำกิจกรรม จะทำให้เขาได้รับข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับความสามารถของตนเองอย่างรวดเร็ว ซึ่งข้อมูลนี้จะบ่งบอกถึงการรับรู้ตนเองและนำมาซึ่งความพึงพอใจ และกระตุ้นให้เกิดความพยายามมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ คาล์ห์ และ เคลลี (Kahle; & Kelley. 1994: 115) ที่ศึกษาเรื่องการทำการบ้านของเด็กโดยเปรียบเทียบระหว่างวิธีการจัดการตนเองโดยให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายกับวิธีให้ผู้ปกครองควบคุมดูแลพฤติกรรมของเด็กในการทำการบ้าน พบว่า กลุ่มที่ฝึกกำหนดเป้าหมายด้วยตนเองสามารถพัฒนาความถูกต้องของการทำการบ้าน พบว่า กลุ่มที่ฝึกกำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง สามารถพัฒนาความถูกต้องของการทำการบ้านมากกว่ากลุ่มที่ผู้ปกครองควบคุม

4. ขั้นให้ข้อมูลป้อนกลับ นักเรียนจะได้รับข้อมูลสะท้อนกลับ โดยผู้วิจัยในลักษณะการใช้คำพูด เพื่อช่วยปรับปรุงพฤติกรรมเป้าหมายให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น จึงทำให้กลุ่มทดลองรับรู้ความสามารถของตนเองว่า ทำผลงานได้ในระดับใด ดีหรือไม่ดี การได้รับรู้ข้อบกพร่องของตัวเอง จึง

กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ที่จะปรับปรุงตนเอง และเพิ่มความพยายาม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายมากขึ้น ดังนั้น การได้รับข้อมูลป้อนกลับจึงทำให้กลุ่มทดลองได้ทราบการกระทำของตนในเวลารวดเร็ว สอดคล้องกับงานวิจัยของ แบนดูรา และ เคอร์วอร์น (Bandura; & Cervone. 1983: 1017) ที่ได้ศึกษาผลของการตั้งเป้าหมายที่เจาะจงระยะสั้นร่วมกับการให้ข้อมูลป้อนกลับซึ่งมีผลต่อปฏิกริยาต่อตนเองและจิตใจในการทำงาน การวิจัยจัดให้นักเรียนทำกิจกรรมในการออกกำลังกาย พบว่า นักเรียนกลุ่มตั้งเป้าหมายระยะสั้น และได้รับข้อมูลป้อนกลับมีแรงจูงใจในการออกกำลังกาย มีความพอใจในตนเอง และมีความพยายามมากกว่ากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับงานวิจัยของ ชุงค์ และ ไรต์ (Schunk; & Rice. 1991: 81) ที่ได้ศึกษาผลของการตั้งเป้าหมายโดยการให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับความก้าวหน้าของเป้าหมายที่ตั้งไว้ ที่มีต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการอ่านเข้าใจความ และทักษะในการอ่านเข้าใจความ พบว่า กลุ่มที่มีการให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับความก้าวหน้าของเป้าหมาย มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการอ่านเข้าใจความสูงกว่ากลุ่มควบคุม

จะเห็นได้ว่า ขั้นตอนดำเนินการฝึกสร้างเป้าหมายในการเรียนมีความต่อเนื่องกันและจะต้องทำควบคู่กันไป โดยกลุ่มทดลองได้เรียนรู้และมีส่วนร่วมทุกขั้นตอน ดังนั้น เมื่อเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง จึงทำให้มีทิศทางในการตั้งเป้าหมายในการเรียน ก่อให้เกิดการจูงใจและเพิ่มความพยายามในการกระทำพฤติกรรมมากขึ้น กลุ่มทดลองจึงเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทิศทางบวก คือ คະแนนในการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูง สอดคล้องกับ รัญญาภรณ์ ธนพานิช (2545: 16) ที่สรุปลักษณะของผู้ที่มีเป้าหมายชีวิตไว้ว่า บุคคลที่มีเป้าหมายจะมีความตั้งใจและใช้ความพยายามทำพฤติกรรมเพื่อบรรลุเป้าหมายในอนาคต เป้าหมายจึงมีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมของบุคคล คาล์ห์ และ เคลลี (Kahle, & Kelly. 1994: 115) ได้ศึกษา การทำการบ้านของเด็กในวิชาคณิตศาสตร์เปรียบเทียบระหว่างวิธีการจัดการตนเอง โดยให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายด้วยตนเองกับวิธีให้ผู้ปกครองควบคุมดูแลพฤติกรรมของเด็กในการทำการบ้าน พบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 สามารถพัฒนาความถูกต้องของการบ้านมากขึ้นกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 ส่วนอัตราการทำการบ้านเสร็จสมบูรณ์เพิ่มขึ้นทั้งในกลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 ส่วนกลุ่มควบคุม ไม่มีอัตราการเพิ่มขึ้นในการทำการบ้าน

ผลการวิจัยครั้งนี้ ทำให้สรุปได้ว่า การที่กลุ่มทดลอง มีคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนเพิ่มขึ้นกว่าก่อนทดลอง เป็นผลมาจากได้รับการฝึกด้วยโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ดังนั้น โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนที่สร้างขึ้น จึงเป็นโปรแกรมที่มีคุณภาพ สามารถใช้เป็นต้นแบบ เพื่อพัฒนานักเรียนให้ตั้งเป้าหมายในการเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อย่างไรก็ดี การวิจัยครั้งนี้ได้แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 3 โดยใช้เนื้อหาและกิจกรรมที่ไม่ซ้ำกัน แต่พัฒนาอย่างต่อเนื่อง จะทำให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายในการเรียนได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยหลายเรื่อง การตั้งเป้าหมายในการเรียนอย่างเหมาะสมสามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นกับนักเรียน ได้แก่ นวลศิริ เปาโรหิตย์ (จันทร์เพ็ญ ศรีอินทร์เขียว. 2542: 39; อ้างอิงจาก นวลศิริ เปาโรหิตย์. 2533) ได้ศึกษา รูปแบบการวางแผนชีวิตและอาชีพ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต สำหรับนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยปิดของรัฐ พบว่า มีนักศึกษาที่เข้ารับการอบรมวางแผนชีวิตและอาชีพสามารถพัฒนาความคิดมุ่งอนาคต และวุฒิภาวะทางอาชีพ ได้สูงกว่านักศึกษา

ที่ไม่ได้รับการอบรม ศิริพร โอภาสวัฑชัย (2543: 144) ได้ศึกษา การมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง อธิบายได้ว่าผู้ที่มีการมุ่งเป้าหมาย เพื่อการเรียนรู้มีลักษณะการเรียนรู้ที่เน้นความเข้าใจเนื้อหาสาระและสื่อการสอน มีความต้องการที่จะเรียน แม้ผลการเรียนอาจจะไม่ดี เมื่อเผชิญความยากลำบาก หรือความล้มเหลวผู้เรียนที่มุ่งเป้าหมายการเรียนแบบนี้จะมีความเพียรพยายามมากขึ้น นันทน์ภัส ภาวะเกตุ (2547: 65) ได้ศึกษา การพัฒนาโปรแกรมฝึกสร้างเป้าหมายชีวิตของเด็ก ในสถานสงเคราะห์ พบว่า หลังจากได้รับการฝึกด้วยโปรแกรมฝึกสร้างเป้าหมายชีวิต GSP กลุ่มทดลอง มีคะแนนการสร้างเป้าหมายชีวิต สูงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญระดับ .01 ชูชีพ อ่อนโคกสูง และอนุสรณ์ อรรถศิริ (2549: 53) ได้ศึกษา พลังความสามารถแห่งตน เป้าหมายในการเรียน ความเป็นไปได้ที่ทำกิจกรรมการเรียน และแรงจูงใจ พบว่า พลังความสามารถแห่งตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเป้าหมายในการเรียนและความเป็นไปได้ที่จะกระทำกิจกรรมการเรียนของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญ นิสิตที่มีพลังความสามารถแห่งตนมาก จะมีเป้าหมายในการเรียนชัดเจน ในทางตรงข้ามหากพลังความสามารถแห่งตนต่ำ ก็จะมีเป้าหมายในการเรียนไม่ชัดเจน แอบลาร์ด และ ลิพซูลท์ (Ablard; & Lipschultz. 1998: 94 – 101) ได้ศึกษา นักเรียนระดับมัธยมศึกษา เกรด 11 พบว่า การมุ่งเป้าหมาย เพื่อการเรียนรู้เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง มีด และคณะ (Meece; et al. 1988: 514 – 523) พบว่า ผู้เรียนที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่องาน มีรายงานกิจกรรมการกำกับตนเองมากกว่า จึงอาจกล่าวได้ว่า การมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้เป็นปัจจัยที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ โดยการกำกับทั้งในผู้เรียนในระดับมัธยมศึกษาและระดับอุดมศึกษา อัลบายลี (Albaili. 1998: 195 – 203) ได้ศึกษา นักศึกษาระดับวิทยาลัยในรัฐอาหรับเอมิเรต พบว่า นักศึกษาที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อผลงานมีการใช้กลยุทธ์แบบฝึกซ้ำ สูงกว่ากลยุทธ์แบบอื่นขณะที่นักศึกษาที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ มีการใช้กลยุทธ์การศึกษาแบบลงรายละเอียดสูงกว่า ซึ่งกล่าวได้ว่านักศึกษาที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อผลงาน มีการใช้กลยุทธ์การเรียน เช่นเดียวกันกับนักศึกษาที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ แต่อาจจะใช้กลยุทธ์การเรียนที่แตกต่างออกไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

- 1.1 ผู้ที่จะนำโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ควรศึกษารายละเอียดของโปรแกรมให้เข้าใจก่อนนำไปใช้ เพื่อให้สามารถใช้โปรแกรมได้บรรลุตามวัตถุประสงค์
- 1.2 สถานที่ในการฝึก ควรจะเป็นห้องที่มีความเป็นส่วนตัวพอสมควร เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดสมาธิและเกิดความสนใจในกิจกรรมที่จัด
- 1.3 โรงเรียน อาจนำโปรแกรมการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ไปใช้พัฒนานักเรียนในช่วงชั้นต่าง ๆ โดยปรับปรุงเนื้อหาของกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัย และสภาพของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม

1.4 ควรมีการติดตามผลนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 หลังจากสิ้นสุดการทดลอง ต่อเนื่องเดือนละ 1 ครั้ง ติดต่อกัน 1 ภาคการศึกษา หรือติดต่อกันทุกๆ 4 เดือน

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนระหว่างนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ในช่วงวัยเดียวกัน

2.2 ควรศึกษาเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนในแต่ละช่วงชั้น

2.3 ควรศึกษาความคงทนของพฤติกรรมและติดตามผลอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเดือนละ 1 ครั้ง

2.4 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการตั้งเป้าหมายในการเรียน หรือตัวแปรอื่นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับการตั้งเป้าหมายในการเรียน เช่น ลักษณะมุ่งอนาคตความเชื่ออำนาจภายในตน ตัวแบบทางสังคม เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสูงงษ์. (2528). *จิตวิทยาการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ศรีเดชาการพิมพ์.
- กาญจนา ไชยพันธ์. (2549). *กระบวนการกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- คนางค์ คำณูเอนก. (2544). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบรมนิวาส*. สารนิพนธ์ กศม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร
- คมเพชร ฉัตรศุกกุล. (2546). *กิจกรรมกลุ่มโรงเรียน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.
- แคทลียา แสนนางชน. (2549). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการงานที่เกี่ยวข้องกับการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนาหลวง*. สารนิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จรรยา ทองถาวร. (2530). *จิตวิทยาพัฒนาการ*. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- จันทร์เพ็ญ ศรีอินทร์เขียว. (2542). *การกำหนดเป้าหมายชีวิตของแรงงานสตรีโสดในภาคอุตสาหกรรมจังหวัดสุพรรณบุรี*. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (ประชากรศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- จินตนา อินทรไทย. (2525). *ความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัวและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ฉลอง ภิรมย์รัตน์. (2531). *จิตวิทยาสังคม*. กรุงเทพฯ: ประจักษ์การพิมพ์.
- ชมพูนุช พงษ์ศิริ. (2535). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในหอผู้ป่วย การปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลไทยกรุงเทพมหานคร*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชไมพร สุธรรมวงศ์. (2542). *คู่มือกำเนินการกิจกรรมกลุ่มย่อย*. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- ชูชัย สมितिไกร. (2528). *กิจกรรมกลุ่มสำหรับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (Group Activities for Group Counseling)*. เชียงใหม่: ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชูชีพ อ่อนโคกสูง; และ อนุสรณ์ อรรถศิริ. (2549). *ความสัมพันธ์ระหว่างพลังความสามารถแห่งตน เป้าหมาย และความเป็นไปได้ที่จะกระทำกับแรงจูงใจในการเรียน*. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จิตติพร คล้ายพันธ์. (2538). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อเจตคติต่อการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาลศรีบุญยานุสรณ์*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ณัศวดี จันทร์ฟอง. (2549). *องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านการเรียนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญของนักเรียนในระดับช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนมัธยมประชาชนิเวณเขตจตุจักรกรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ณัฐฐนิช พงษ์สุวรรณ. (2547). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสุรนารีวิทยา จังหวัดนครราชสีมา*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และ เพ็ญแข ประจันปัจนิก. (2520). *จริยธรรมของเยาวชน รายงานการวิจัยฉบับที่ 21*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เดือนเพ็ญ ทองน่วม. (2546, มิถุนายน). การรับรู้ความสามารถแห่งตน เป้าหมายการศึกษา และการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง. *วารสาร สอ. ประเทศไทย*. 6(1): 92 – 106.
- ทองเรียน อมรัชกุล. (2523). *กิจกรรมกลุ่มโรงเรียน*. พิษณุโลก: แผนกเอกสารและการพิมพ์.
- ทิตนา แคมมณี. (2545). *กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการทำงานและการจัดการเรียนการสอน*. กรุงเทพฯ: นิซินแอดเวอร์ไทซิงกรุ๊ป.
- ชนากร ศรีชาพันธ์. (2539). *ผลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิส*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ธัญญาภรณ์ ธนพานิช. (2545). *ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อลักษณะมุ่งอนาคตของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาให้คำปรึกษา). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ธีระชน พลโยธา. (2549). การพัฒนาการตระหนักรู้ตนเองในการเตรียมตัวประกอบอาชีพของนิสิตสาขาจิตวิทยา โดยให้บริการข้อสนเทศทางอาชีพ. *วารสารมนุษยศาสตร์ปริทรรศน์*. 28: 24 – 25.
- นภาพร ปรีชาสามารถ. (2545). *จิตวิทยาการปรับพฤติกรรมในชั้นเรียน*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2533). *คู่มือฝึกอบรมการวางแผนชีวิตและอาชีพ*. กรุงเทพฯ: ทบวงมหาวิทยาลัย. ----- (2535). *อาชีพศึกษา*. ใน *สารานุกรมศึกษาศาสตร์ ฉบับเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ ในมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 5 รอบ*. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นันทนาวงษ์อินทร์. (2549). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของวัยรุ่น*. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นันทน์ภัส การะเกตุ. (2547). *การพัฒนาโปรแกรมฝึกสร้างเป้าหมายชีวิตของเด็กในสถานสงเคราะห์*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาเพื่อการพัฒนามนุษย์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต. ถ่ายเอกสาร.

- นิชลักษณ์ สุขสวัสดิ์. (2546). ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปากพอง จังหวัดนครศรีธรรมราช. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- เนตรชนก พุ่มพวง. (2546). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนราชวินิตบางแก้ว อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประทีป แสงเปี่ยมสุข. (2546). กระบวนการกลุ่มภาคปฏิบัติ : มิติหนึ่งของการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ. กรุงเทพฯ: ปกรณ์ศิลป์ พรินติ้ง.
- ประทีป อึ้งทรงธรรม. (2542, ตุลาคม). การเปลี่ยนแปลงของสังคมกับการพัฒนาเด็กไทย. *การศึกษาปฐมวัย*. 1(4): 9 – 17.
- ประเทือง ภูมิภักทราคม. (2540). การปรับปรุงพฤติกรรม : ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพฯ: โอเดียน สโตร์.
- ประพุดดี ศิลพิพัฒน์. (2542). การศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมสร้างสิ่งประดิษฐ์ในค่ายวิทยาศาสตร์ ที่มีต่อความสามารถในการสร้างสิ่งประดิษฐ์และความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สาขาวิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประภักดี กันหาชิน. (2544). ผลกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปฏิบัติตนกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสุวิทย์เสริญสุรณ กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประสาธ อิศรปริดา. (2523). *ธรรมชาติและกระบวนการเรียนรู้*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ปราณี พรธณวิเชียร. (2534, มิถุนายน). ทำอย่างไรไม่ไร้เพื่อน. *วารสารสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล*. 3(1): 76 – 78.
- ปราณี รามสูต. (2528). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์รุ่งวัฒนา
- ปราโมทย์ ธรรมรัตน์. (2550, มกราคม – กุมภาพันธ์). ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาประเทศตามนโยบายเศรษฐกิจพอเพียง และคุณธรรม นำความรู้ด้วยศาสตร์แห่งความสำเร็จ และต่อยอดด้วยคลังความรู้โลก. *วารสารประชาคมวิจัย*. 12(71): 40 – 46.
- ปิยกาญจน์ กิจอุดมทรัพย์. (2539). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักศึกษาหลักสูตรวิชาชีพพระยาศน์ วิทยาลัยสารพัดช่าง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เปรมใจ บุญประสพ. (2545). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านการตระหนักรู้ตัวเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ผกา บุญเรือง. (2525). *กิจกรรมกลุ่มโรงเรียน Group Work in School*. ชลบุรี: ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชลบุรี.
- ฝ่ายข่าวการศึกษา. (2548). *การเลือกเรียนต่อในระดับอุดมศึกษาของนักเรียน ม.6 : สวนดุสิตโพล*. สืบค้นเมื่อ 21 กันยายน 2548, จาก http://dusitpoll.dusit.ac.th/2548/2548_001.html
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2542). *พฤติกรรมกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.
- พรรณี ชูทัย เจนจิต. (2532). *ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรม : จิตวิทยาเพื่อการแนะแนว*. กรุงเทพฯ: สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย.
- . (2545). *จิตวิทยาการเรียนการสอน*. กรุงเทพฯ: เสริมสิน พีเพรส ชีสเท็ม.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2530). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เจริญผล.
- . (2523). *เครื่องมือและวิธีการเก็บข้อมูลสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เจริญผล.
- พันทิพา อุตัยสุข. (2525). *เอกสารการสอนชุดวิชาพื้นฐานการศึกษา หน่วยที่ 1–10*. สุโขทัยธรรมมาธิราช. กรุงเทพฯ: รุ่งศิษย์การพิมพ์.
- พัฒนา พลอยประไพ. (2541). *การกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ*. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พิสมัย สังข์ทอง. (2539). *ผลของการร่วมมือในการอ่านโดยกลุ่มตั้งเป้าหมายร่วมกันที่มีต่อการอ่านเข้าใจความภาษาไทย*. ค.ม. (สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พุทธทาสภิกขุ. (2549). *เป้าหมายของชีวิต*. กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.
- ไพศาล หวังพานิช. (2526). *การวัดผลการศึกษา*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ภัทรสิรินันท์ เสวตไอยาราม. (2549). *องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนพูลเจริญวิทยาคม อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ*. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ภัทรา พาชัยยุทธ. (2547). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเป็นผู้นำของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม จังหวัดสระบุรี*. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ภัทรภรณ์ สังข์ทอง. (2550). *พัฒนาการของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่างกัน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา นนทบุรี เขต 1*. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ภทรียา มาลาทอง. (2545). ความสัมพันธ์ระหว่างการตั้งเป้าหมายการเรียน การเรียนอย่างมีความสุข กับทัศนคติต่อวิชาชีพการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (การพยาบาลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- รัตนา ศิริพานิช. (2530). ปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาไทยศูนย์รังสิตมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ: สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์.
- เรณูรัชต์ ประสิทธิ์เกตุ. (2542). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการประหยัดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม). ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ลดาวัลย์ พรอนันตชัย. (2548). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติต่อการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 2 ที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน โรงเรียนวัดสร้อยทอง เขตบางซื่อ กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ล้วน สายยศ; และ อังคณา สายยศ. (2543). การวัดด้านจิตพิสัย. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาสน์.
- วัฒนา เตชะโกมล. (2541). ปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วิชัย วงษ์ใหญ่. (2542). กระบวนทัศน์ใหม่ : การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาศักยภาพของบุคคล. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538, กุมภาพันธ์-มีนาคม). ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมาย : เรื่องง่ายๆ ที่บางครั้งก็พลาดได้. *ข่าวสารการวิจัยทางการศึกษา*. 18(3): 8 – 11.
- วิลาสลักษณ์ ชิวาลลี. (2542). ผลของรางวัลภายนอกและการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อแรงจูงใจภายในของนักเรียน. *รายงานการวิจัย*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการทุกช่วงวัย (เล่ม 1) : แนวคิดทฤษฎี-วัยเด็กตอนกลาง*. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริพร โอภาสวัตรชัย. (2543). ผลการจัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรคัดสรรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สาขาวิชาหลักสูตรการสอน). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ศุภาวดี บุญญวงค์. (2527). *ตำรากิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ศุภชาติ บุญญวงษ์. (2529). รายงานการวิจัยเรื่องการแก้ปัญหาการปรับตัวของนิสิตในหอพักด้วยการให้
คำปรึกษารายกลุ่ม. สงขลา: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา.
- สมบุญวัลย์ สัตยารักษ์วิทย์. (2550). การพัฒนาตนเองสู่ความสำเร็จ. สืบค้นเมื่อ 24 กันยายน 2550,
จาก <http://www.dpu.ac.th/artsciences/ge139/office/attach/1180407666.doc>
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2543). *ทฤษฎีและการปรับพฤติกรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- . (2549). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2549). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและ
สังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554)*. สืบค้นเมื่อ 24 กันยายน 2548, จาก
<http://www.nesdb.go.th/Default.aspx?tabid=139>
- สิริวรรณ ฉันทะสานนท์. (2541). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม
ด้านความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์.
สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. (2532). *การใช้เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มเพื่อเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษาและแนะแนว).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุทธิลักษณ์ ชนะสุข. (2547). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนการดำเนินชีวิตของนักศึกษาระดับ
ปริญญาตรี คณะบริหารธุรกิจ วิทยาลัยปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุธีรา นิมิตินิวัฒน์. (2537). *ผลของการตั้งเป้าหมายต่อความสนใจกิจกรรมและผลสัมฤทธิ์ในวิชาคณิตศาสตร์
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุนันท์ ปรีชาชัยสุรัตน์. (2542). *การใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคม
ของนักเรียนที่มุ่งอนาคตแตกต่างกัน*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุพิชชา กลิ่นบุบหงา. (2540). *ผลของการใช้โปรแกรมการแนะแนวแบบกลุ่มย่อยที่มีต่อการตระหนัก
ในโอกาสของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุพิตร สมหาโต. (2541, กันยายน – ธันวาคม). *การกำหนดเป้าหมาย (Goal-Setting)*. *ศึกษาศาสตร์
ปริทัศน์*. 13(3): 1 – 12.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2548). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สุรางค์ จันทน์เอม. (2525). *จิตวิทยาพัฒนาการ*. กรุงเทพฯ: อักษรบัณฑิต.
- สุวิทย์ มูลคำ; และ อรทัย มูลคำ. (2545). *19 วิธีการเรียนรู้เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะ*. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- แสงเดือน ทวีสิน. (2545). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ: ไทยเส็ง.
- แสงอรุณ ประสพกาญจน์. (2542). *ผลของการฝึกตั้งเป้าหมายเชิงสร้างสรรค์ที่มีต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- โสภา ชูพิชัยกุล. (2529). *ความรู้เบื้องต้นทางจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ: ศ.ส.
- อรัญญา วันกิ่ง. (2546). *ผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ด้านการจัดการอารมณ์ของตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบุรีรัมย์พิทยาคม จังหวัดบุรีรัมย์*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อัจฉรา วงศ์วัฒนามงคล. (2533). *ตัวแปรทางพฤติกรรมศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาต่อในระดับบัณฑิตศึกษา*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อัจฉรา สุขารมณ; และ อรพินท์ ชูชม. (2530). *การศึกษาเปรียบเทียบนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าระดับความสามารถกับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปกติ*. รายงานวิจัยฉบับที่ 39. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- อารีย์ เศรษฐชัย. (2520). *ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ความรู้สึกรับผิดชอบ และความเชื่อมั่นในตนเองของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัย พยาบาล สภาอากาศไทย*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เอกรัตน์ ควรสิริ. (2542). *การเปรียบเทียบความสามารถในการเสิร์ฟแบดมินตันระหว่างกลุ่มที่ฝึกสมาธิและกลุ่มที่มีการตั้งเป้าหมาย*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- Ablard, K.E.; & Lipschultz, R.E. (1998). Self Regulated Learning in High Achievement Students : Relations to Advance Reasoning, Achievement Goals and Gender. *Journal of Education Psychology*. 90 : 94 –101.
- Albaili, M.A. (1998). Goal Orientation, Cognitive Strategies and Academic Achievement among United Arab Emirates College Students. *Educational Psychology*. 18(2): 195 – 203.
- Allport, G. W. (1974). *Attitude Reading in Attitude Theory and Measurement*. Edited by Martin, Fishbein. New York: John Wiley and Sons.

- Anderson, M.J. (1995). Effects of Classroom Social Climate on Individual Learning. *American Education Research Journal*. 7(1): 15 – 33.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action : A Social Cognitive Theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Bandura, A.; & Cervone, D. (1983). Self-Evaluative and Self Efficacy Mechanisms Covering the Motivational Effects of Goal Systems. *Journal of Personality and Social Psychology*. 45: 1017 – 1038.
- Burton, D. (1992). The Jekyll / Hyde Nature of Goal : Reconceptualizing Goal Setting in Sport. in *Advance in Support Psychology*. Illinois: Champaign.
- Cattell, R. B. (1970). *Personality and Motivation : Structure and Measurement*. New York: Harcourt, Brace, Word.
- Cheung, C.K; & Ngai, S.S Z. (2007, Spring). *Effective group work with delinquents in Hong Kong*. Retrieved July 2008, from <http://www.proquest.umi.com>
- Cogan, M. L. (1975). Studies of Teacher Behavior. *The Journal of Experimental Education*. 26: 135 – 139.
- Friedman, M.; & Roseman, R.H. (1974, February). Behavior Pattern and Comary Angiographic Pinddings. *Journal of the American Medical Association*.
- Good, Carter V.; et al. (1973). *Dictionary of Education*. New York: McGraw-Hill.
- Human, Kinetics; Locke, E. D.; & Latham, G. P. (1985). The Application of Goal Setting to Sport. *Journal of Sport Psychology*. 7(205): 222.
- Hurd, Donal Fugene. (1971,May). The Relationship of Effective Variables to College Achievement. *Dissertation Abstracts International*. 11: 3795 – A.
- Jones, Harold E. (1970). *Mental Health and human Relations in Education*. New York: Harper and Brother Publishers.
- Kahle, A. L.; & Kelly, M.L. (1994). Children's Homework Problems : A Comparison of Goal Setting and Parent Training. *Journal of Applied Behavior Analysis*. 275 – 290.
- Lawrens. (1976). Student Perceptonal of the Classroom Learning Environment in Biology, Chemistry and Physics. *Journal of Research in Science Teaching*. 418.
- Layman, Barbara Jean. (1975, May). Perception of College Environment at Okalahoma State University by Incoming Freshman Students. *Dissertation Abstracts International*. 36(11): 7210 – A.
- Lloyd, M.A. (1985). *Adolescence*. New York: Harper & Row, Publishers.

- Locke, Edwin A.; & Latham, Gary P. (1990). *A Theory of Goal Setting and Task Performance*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Locke; & Latham. (1990). *A Theory of Goal Setting & Task Performance*. Retrieved April, 15 2010, from <http://www.garfield.library.upenn.edu/classics1992/A1992JE41500001.pdf>.
- Maehr, M. L. (1984). Meaning and Motivation : Toward a Theory of Personal Investment. in *Research on Motivation in Education : Student Motivation*. New York : Academic Press.
- McClelland, David C. (1961). *The Achieving Society*. New York: Van Nostrand.
- McComb, B. L.; & Mazano, R.J. (1990). Putting the Self in Self – Regulated Learning : The Self as Agent in Integrating will and Skill. *Educational Psychologist*. 25: 51 – 69.
- Meece, J. L.; Blumenfld, P.C.; & Holyle, R.H. (1988). Students' Goal Orientations and Cognitive Engagement in Classroom Activities. *Journal of Educational Psychology* 90: 514 – 523.
- Moos, R.H. (1978, April). Classroom Social Climate and Student Absence and Grade. *Journal of Education Psychology*. 70(4): 263 – 269.
- Morgan, M. (1985). Reward-Induced Decrements and Increments in Intrinsic Motivation. *Review of Educational Research*. 54(1): 5 – 30.
- Morris, Charles G. (1996). *Understanding Psychology*. 3 ed. New York: Prentice-Hal.
- Ormrod, Jeanne E. (1995). *Educational Psychology : Principles and Applications*. New Jersey: Prentice – Hall.
- Piaget, J. B. (1969). *The Psychology of Child*. New York: Weaver, Helen Basic Book.
- Rokeach, M. (1970). *Beliefs, Attitudes and Value*. San Francisco: Jossey – Bass.
- Rothkopf, E. G.; & Billington, M. J. (1979). Goal-Guided Learning from Text : Interring a Descriptive Processing Model from Inspection Times and Eye Movements. *Journal of Educational Psychology*. 310 – 327.
- Rouillard, Larrie A. (1995). *Goals and Goal Setting : Planning to Succeed*. London: Kogan Page.
- Samuel, William. (1981). *Personality : Searching for the Sources of Human Behavior*. New York: McGraw-Hill.
- Schunk, D. H.; & Rich. (1991). Learning Goal and Progress Feedback During Reading Comprehension Instruction. *Journal of Reading Behavior*. 23: 351 – 364.
- Symond, P.M. (1973). *Psychology of Parent-Child Relationship*. New York: Appleton Century Croft.
- Weinberg, R.S.; & Gould, D. (1995). Introduction to Psychological Skills Training. in *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. 241 – 262.

- Wendy, A. (2006, July). A Preliminary Investigation of the Use of Acceptance and Commitment Therapy in Group Treatment for Social Phobia. *Dissertation Abstracts International*. 6 (3)
- Withall, J. (1979, March). The Development of A Technique for the Measurement of Social – Emotional Climate in Classroom. *The Journal of Experimental Education*. 347.
- Wood, Robert E.; & Locke, Edwin A. (1987). The Relation of Self-Efficacy and Grade Goals to Academic Performance. *Educational and Psychological Measurement*. 47:1013 – 1024.
- Yamane, T. (1967). *Statistic and Introductory Analysis*. New York: Harper and Row.
- Zimmerman, B.J. (1998). Developing Self – Fulfilling Cycle of Academic Regulation : An Analysis of Exemplary Instructional Models. in *Self – Regulated Learning from Teaching to Self – Reflective Practice*. 1 – 19. New York: The Guilford Press.
- Zimmerman, B.J.; & Martinez, Pons M. (1988). Construct Validation of a Strategy Model of Student Self – Regulated Learning. *Journal of Education Psychology*. 80: 284 – 290.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

- รายนามผู้เชี่ยวชาญ
- หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญ
- หนังสือขออนุญาตพัฒนาเครื่องมือการวิจัย
- หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลการวิจัย

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์

ข้าราชการบำนาญ

คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุฬรัตน์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์

อาจารย์ประจำ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา

คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์ ดร. สกล วรเจริญศรี

อาจารย์ประจำ ภาควิชาการแนะแนว

คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ที่ ศธ 0519.12/ 111) 6

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๑๕ กุมภาพันธ์ 2553

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์

เนื่องด้วย นางสาวอริสา ภูริวัฒน์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2” โดยมี อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม เป้าหมายในการเรียน และ โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวอริสา ภูริวัฒน์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒน์กุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 081-4390-516



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ ศร 0519.12/1417

วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ 2553

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวอริสา ภูริวัฒน์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2” โดยมี อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสณา จุลรัตน์ และ อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามเป้าหมายในการเรียน และ โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวอริสา ภูริวัฒน์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

กุมภาพันธ์ 2553

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล

เนื่องด้วยนางสาวอริสา ภูริวัฒน์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2” โดยมีอาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 ตอบแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนและการสร้างโปรแกรมการพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน ในเดือนมีนาคม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอริสา ภูริวัฒน์ ได้เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5730

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 1-4390516

ภาคผนวก ข

- แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียน
- โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
- สมุดบันทึกการตั้งเป้าหมาย

ชื่อ - นามสกุล ชั้น

แบบสอบถามเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

คำชี้แจง : ให้นักเรียนอ่านข้อความที่ละข้อ อย่างละเอียด และพิจารณาตอบตามความคิด ความรู้สึกที่เป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด แล้วโปรดทำเครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่องว่างทางขวามือช่องใดช่องหนึ่ง โดยแต่ละข้อให้ตอบเพียงคำตอบเดียวและตอบให้ครบทุกข้อ ถ้าต้องการเปลี่ยนคำตอบให้ขีดเครื่องหมายเท่ากับ (=) ทับเครื่องหมายเดิม แล้วจึงทำเครื่องหมายถูกลงในช่องคำตอบใหม่ที่ต้องการ ซึ่งแบบสอบถามตอนนี้ไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด นักเรียนสามารถแสดงความคิด ความรู้สึกได้อย่างอิสระ คำตอบแบ่งออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด
เห็นด้วยค่อนข้างมาก	หมายถึง	ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมาก
ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	หมายถึง	ไม่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ไม่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย ค่อนข้างมาก	ค่อนข้าง ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	ฉันชอบทำงานที่ทำให้ฉันประสบความสำเร็จได้ง่าย				
2	ฉันชอบทำงานที่แสดงให้เห็นว่าฉันเก่ง				
3	เหตุที่ฉันไม่เข้าไปมีส่วนร่วมในชั้นเรียนเพราะไม่ต้องการถูกมองว่าโง่เขลา				
4	ฉันไม่ชอบทำงานที่ยุ่งยากซับซ้อน				
5	ความสำเร็จของฉันขณะนี้ส่งผลต่อเป้าหมายในอนาคต				
6	ผลการเรียนที่ดีไม่มีความสำคัญสำหรับฉันในอนาคต				
7	การเป็นนักเรียนที่มีความสามารถและทักษะไม่มีความสำคัญต่อการประสบความสำเร็จในชีวิต				
8	ผลการเรียนที่ดีมีความสำคัญต่อความสำเร็จในการประกอบอาชีพ				
9	ฉันเชื่อว่าความพยายามและการฝึกฝนทำให้บุคคลมีความสามารถและประสบความสำเร็จได้				
10	ฉันเชื่อว่าการจะประสบความสำเร็จไม่จำเป็นต้องพยายามและฝึกฝน				
11	ฉันชอบการเรียนที่ทำให้ฉันได้ใช้ความคิดมากที่สุด				

ข้อ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย ค่อนข้างมาก	ค่อนข้าง ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
12	ฉันรู้สึกไม่พอใจกับผลงานที่ทำแล้วไม่ประสบความสำเร็จ things ที่ได้พยายามแล้ว				
13	ฉันตั้งใจทำการบ้านเพราะฉันต้องให้คุณครูชมเชย				
14	ฉันตั้งใจเรียนไม่ใช่เพื่อต้องการได้รับคำชมจากเพื่อน				
15	ฉันต้องการสอบให้ได้คะแนนดีกว่าเพื่อนเพื่อจะได้รับคำ ชมจากครูและเพื่อนๆในห้อง				
16	ฉันไม่ต้องการรางวัลเมื่อฉันสอบได้คะแนนดีที่สุดในชั้น เรียน				
17	ฉันพยายามหลีกเลี่ยงการตอบคำถามในห้องเรียนเพราะ ไม่ต้องการให้เพื่อนยอมรับในตัวฉัน				
18	การที่ฉันไม่ตั้งใจเรียนในชั้นเรียนเพราะต้องการให้เพื่อน มองว่าฉันโง่				
19	ฉันพยายามไม่ทำการบ้านส่งครูเพราะไม่ต้องการให้ เพื่อนๆยอมรับในตัวฉัน				
20	ฉันไม่ต้องการให้เพื่อนมองเห็นว่าเป็นคนฉลาด				

คู่มือการใช้โปรแกรม

โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

คำชี้แจง : โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 เป็นโปรแกรมที่สร้างขึ้น สำหรับพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 กิจกรรมทั้งหมดมี 12 กิจกรรม ใช้เวลากิจกรรมละ 1 ชั่วโมง ในแต่ละกิจกรรมประกอบด้วยชื่อกิจกรรม วัตถุประสงค์ เนื้อหาของกิจกรรม เวลา สื่ออุปกรณ์ วิธีดำเนินการ แบบแสดงความคิดเห็นและการประเมินผล ลักษณะของข้อคำถามในแบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม เป็นข้อคำถามปลายเปิด ซึ่งผู้ตอบสามารถตอบได้โดยไม่มีข้อจำกัด ในการดำเนินการทั้ง 4 ขั้นตอน บางครั้งอาจมีความคาบเกี่ยวกัน แต่ก็จะมีครบทุกขั้นตอน ซึ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้และให้เหตุผลในการตั้งเป้าหมายของตนเอง เพื่อให้สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

หลักการและเหตุผล

โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 เป็นโปรแกรมที่สร้างขึ้น เพื่อพัฒนาให้นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ได้พัฒนาศักยภาพของตนเอง ให้มีความมุ่งมั่นที่จะกระทำการสิ่งใดๆ ในด้านการเรียนให้บรรลุผลตามที่ตั้งใจ ด้วยความมุ่งมั่น และพยายามทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง เพื่อให้ประสบความสำเร็จในด้านการเรียน โดยมีเป้าหมายอย่างชัดเจน และคาดหวังว่าจะทำให้สำเร็จได้ ได้แก่ มีการตั้งเป้าหมาย วางแผนในการเรียนอย่างชัดเจนแล้ว กระทำจนสำเร็จ มีความตั้งใจ มุ่งมั่น และพยายามอย่างหนักที่จะเรียนได้สำเร็จ มีวิธีการพัฒนาตนเองด้วยวิธีการใหม่ๆ ในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในด้านการเรียน พร้อมทั้งจะเผชิญกับความสำเร็จหรือความผิดหวังที่อาจจะเกิดขึ้น ในด้านการเรียน มีการปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ต่างๆ ในด้านการเรียนได้เหมาะสมกับวิชาที่เรียน ซึ่งบุคคลที่มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนจะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตมากกว่าบุคคลที่ไม่มีเป้าหมายในการเรียน ซึ่งเมื่อบุคคลกระทำเป้าหมายได้สำเร็จ จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และรับรู้ถึงความสามารถของตนเองด้วย จึงทำให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างสมศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ต่อไป

วัตถุประสงค์ของโปรแกรม

1. เพื่อพัฒนาให้เป็นโปรแกรมต้นแบบสำหรับนักเรียนในช่วงชั้นที่ 3
2. เพื่อเสริมสร้างทักษะในการตั้งเป้าหมายในการเรียนให้แก่เด็กนักเรียนในช่วงชั้นที่ 3
3. เพื่อสร้างความตระหนักและเห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมายในการเรียน
4. เพื่อจูงใจให้เกิดการกระทำพฤติกรรมเป้าหมายในการเรียนที่เหมาะสม

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

1. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตั้งเป้าหมายในการเรียนได้อย่างเหมาะสม
2. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตระหนักถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายในการเรียน
3. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถควบคุมตนเองให้กระทำพฤติกรรมเป้าหมายได้

ข้อเสนอแนะในการใช้โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

1. ก่อนดำเนินการฝึกทุกครั้ง ผู้ฝึกควรจะศึกษากิจกรรมแต่ละกิจกรรมโดยละเอียด
2. เตรียมสื่อ อุปกรณ์ให้พร้อม
3. ควรจัดบรรยากาศในห้องเรียนให้มีความสนุกสนาน ผ่อนคลาย ไม่ตึงเครียด
4. ให้การเสริมแรง เมื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมประสบความสำเร็จในเป้าหมายที่ตั้งไว้
5. ผู้ฝึกควรเปิดใจให้กว้างและกระตุ้นเด็กให้ตั้งเป้าหมายในการเรียนได้อย่างถูกต้อง
6. ขั้นตอนการฝึก ใช้เวลา 1 ชั่วโมง สามารถยืดหยุ่นได้ แต่ต้องมีครบทั้ง 4 ขั้นตอน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนมีแนวทางในการดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. ขั้นเตรียมความพร้อม ขั้นนี้ผู้ฝึก จะต้องจัดเตรียมกิจกรรมสำหรับการฝึกและให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ เพื่อสร้างให้เกิดความรู้อและความเข้าใจ ก่อนฝึกขั้นต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที
2. ขั้นฝึกสร้างเป้าหมาย ขั้นนี้ผู้ฝึก จะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ฝึกทักษะการกำหนดเป้าหมายในการเรียน และคิดค้นวิธีการที่จะทำให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยให้คิดการณ์ล่วงหน้า คือ ให้กำหนดคะแนนเป้าหมายที่คาดว่า จะทำได้จากการทำกิจกรรมแต่ละครั้ง ให้เหตุผลของการตั้งเป้าหมาย และให้ใช้ความพยายาม เพื่อกระทำให้บรรลุเป้าหมายนั้นใช้เวลา ประมาณ 30 นาที
3. ขั้นประเมินตนเอง ขั้นนี้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะได้ประเมินตนเอง โดยการเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตั้งไว้กับเป้าหมายการกระทำแล้ว บันทึกลงในแบบบันทึกการสร้างเป้าหมายในการเรียน ใช้เวลาประมาณ 15 นาที
4. ขั้นให้ข้อมูลป้อนกลับ เป็นขั้นที่ผู้ฝึกจะให้ข้อมูลสะท้อนกลับจากการสังเกตพฤติกรรม ในระหว่างการฝึกและประเมินจากผลงานที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำได้ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รับรู้ ความสามารถของตนเองและเกิดแนวทางในการปรับเปลี่ยนเป้าหมายที่เหมาะสม ใช้เวลาประมาณ 10 นาที

กำหนดการจัดโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ลำดับที่	วัน / เดือน / ปี	เวลา	กิจกรรม
	เสาร์ที่ 13 มีนาคม	07.30-08.00	ลงทะเบียนนักเรียน
	พ.ศ. 2552	08.30-09.00	ปฐมนิเทศ
1		09.00-10.00	กิจกรรมละลายพฤติกรรม
2		10.00-11.00	กิจกรรมมารู้จักการสร้างเป้าหมายเถอะ
3		11.00-12.00	กิจกรรมตั้งเป้าหมายด้วยใจแน่วแน่
		12.00-13.00	รับประทานอาหารกลางวัน
4		13.00-14.00	กิจกรรมความฝัน
5		14.00-15.00	กิจกรรมกรณีตัวอย่าง “การตั้งเป้าหมายในการเรียน”
		15.00-15.30	รับประทานอาหารว่าง
6		15.30-16.30	กิจกรรม สิบ สิบ
7	อาทิตย์ ที่ 14 มีนาคม	08.00-09.00	กิจกรรม ตัดต่อภาพ
8	พ.ศ. 2552	09.00-10.00	กิจกรรมอักษรนี้มีความหมาย
9		11.00-12.00	กิจกรรมภาษาสนุก
		12.00-13.00	รับประทานอาหารกลางวัน
10		13.00-14.00	กิจกรรมอาชีพที่ฉันรัก
11		14.00-15.00	สรุปสาระสำคัญ
12		16.00-17.00	ปัจฉิมนิเทศ
			ปิดค่ายการอบรม
			กลับบ้าน บ้าย...บาย

โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่	สิ่งที่พัฒนา	จุดมุ่งหมาย	กิจกรรม	เทคนิค
1	สร้างความคุ้นเคยระหว่างนักเรียนและผู้วิจัย	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนให้รู้จักคุ้นเคยกันและสร้างบรรยากาศความเป็นกันเองในการเข้าร่วมการทดลอง 2. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงจุดมุ่งหมายและบทบาทของตนเองในการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนา 3. เพื่อให้นักเรียนทราบถึงความหมายประโยชน์ และความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย 4. เพื่อให้นักเรียนสามารถอธิบายพฤติกรรมที่แสดงถึงการตั้งเป้าหมาย 	<p>กิจกรรม ปฐมนิเทศ “ส่งต่อมัลย์สัมพันธ์”</p>	<p>กิจกรรม กลุ่ม</p>
2	พัฒนาการสร้างเป้าหมายในการเรียน	<ol style="list-style-type: none"> 1. บอกประโยชน์ของการสร้างเป้าหมายในการเรียนได้ 2. บอกวิธีการกระทำเพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายได้ 3. บอกลักษณะของผู้ที่มีเป้าหมายและไม่มีเป้าหมายได้ 	<p>กิจกรรม “มารู้จักการสร้างเป้าหมายกันเถอะ”</p>	<p>กิจกรรม กลุ่ม</p>
3	เรียนรู้ขั้นตอนการตั้งเป้าหมาย การกำหนดเป้าหมาย เปรียบเทียบเป้าหมาย การทำเพื่อให้ได้รับรางวัลหรือคำชมเชย	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนระบุขั้นตอนการฝึกการตั้งเป้าหมายได้ 2. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการกำหนดเป้าหมายจากการทำกิจกรรมได้ 3. เพื่อให้นักเรียนเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตั้งไว้กับเป้าหมายการกระทำได้ 4. เพื่อให้นักเรียนรู้ถึงการกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้ได้รางวัลหรือคำชมเชย 	<p>กิจกรรม ตั้งเป้าหมาย ด้วยใจแน่ว แน่น</p>	<p>กิจกรรม กลุ่ม</p>

ครั้งที่	สิ่งที่พัฒนา	จุดมุ่งหมาย	กิจกรรม	เทคนิค
4	นักเรียนได้รู้ว่าสิ่งที่ฝันของพวกเขาคือเป้าหมายในอนาคตของเขา นั่นเอง เข้าใจเป้าหมายด้านต่างๆ และการตั้งเป้าหมาย	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความต้องการของตนเอง 2. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงการตั้งเป้าหมาย 3. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจเป้าหมายด้านต่างๆ 	ความฝัน	อภิปรายกลุ่ม
5	การที่นักเรียนได้ทราบถึงเป้าหมายและพฤติกรรมในการเรียนด้านต่างๆ ทำให้นักเรียนสามารถที่จะตั้งเป้าหมายที่ถูกต้องให้กับตนเองได้	<ol style="list-style-type: none"> 1. ให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายในการเรียนได้อย่างถูกต้อง 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกพฤติกรรมของเป้าหมายแต่ละด้านได้ 	การตั้งเป้าหมายในการเรียน	กรณีตัวอย่าง
6	การที่จะทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จตามเป้าหมายนั้น บุคคลต้องมีความมุ่งมั่น เพียรพยายาม โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนรู้ เป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนฝึกทักษะความเพียรในการกระทำให้สำเร็จตามเป้าหมาย 2. เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าความพยายามและการฝึกฝนทำให้บุคคลมีความสามารถและประสบความสำเร็จ 3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึงการทำงานที่ไม่ประสบความสำเร็จถ้าไม่พยายาม 	กิจกรรม “สิบ สิบ”	กิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่	สิ่งที่พัฒนา	จุดมุ่งหมาย	กิจกรรม	เทคนิค
7	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เกิดการวางแผนและพยายามทำงานที่ยากให้สำเร็จ ให้บรรลุตามเป้าหมายเพื่อพัฒนาเป้าหมายด้านการเรียนรู้	1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการวางแผนในการทำงานให้บรรลุเป้าหมาย 2. เพื่อเป็นนักเรียนพยายามทำงานที่ยากให้สำเร็จ	กิจกรรม “ตัดต่อภาพ”	กิจกรรม กลุ่ม
8	เพื่อพัฒนาเป้าหมายด้านการเรียนรู้และเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ	1. เพื่อให้นักเรียนสามารถประเมินความก้าวหน้าของตนเองได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถเปรียบเทียบผลงานของตัวเองที่ทำแบบตั้งใจและไม่ตั้งใจ	กิจกรรม “อักษรนี้มี ความหมาย”	กิจกรรม กลุ่ม
9	เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายด้านการเรียนรู้	เพื่อให้นักเรียนเกิดความพึงพอใจในผลงานที่ตนเองทำถึงแม้งานที่ทำจะไม่ประสบความสำเร็จทุกอย่างที่ได้พยายามอย่างเต็มที่	กิจกรรม “ภาษาสนุก ”	กิจกรรม กลุ่ม
10	เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต	เพื่อให้นักเรียนทราบว่าผลการเรียนมีผลต่อการประสบความสำเร็จในอนาคต	กิจกรรม “อาชีพที่ฉันรัก”	กิจกรรม กลุ่ม
11	สรุปสาระสำคัญและประโยชน์ของกิจกรรมโปรแกรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน	1. เพื่อทำการสรุปสาระสำคัญและประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมได้ 2. เพื่อให้มีแนวทางในการประยุกต์ความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน 3. บอกวิธีการปฏิบัติตนเพื่อไปสู่เป้าหมายได้	กิจกรรม “สรุปสาระสำคัญของกิจกรรม”	การระดมสมอง
12	ประเมินผลและแลกเปลี่ยนความรู้สึกหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างนักเรียนกับผู้วิจัย	1. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกเครือข่ายนักอนุรักษ์ 2. เพื่อให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้สึกหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ระหว่างนักเรียนกับผู้วิจัย	กิจกรรม ปัจฉิมนิเทศ “รวมกันเป็นหนึ่ง”	กิจกรรม กลุ่ม

โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 1

หัวข้อเรื่อง : ปฐมนิเทศ : การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการเรียน

ชื่อกิจกรรม : ส่งต่อมาลัยสัมพันธ์

เนื้อหา

1. โปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนให้กับนักเรียนในช่วงชั้นที่ 3 ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างทักษะในการตั้งเป้าหมายในการเรียน และให้นักเรียนได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมายในการเรียน และเป็นการจูงใจให้เกิดการกระทำพฤติกรรมเป้าหมายในการเรียนที่เหมาะสม

2. กิจกรรมมีทั้งหมด 12 กิจกรรมตามรายชื่อ ดังต่อไปนี้

กิจกรรมครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

กิจกรรมครั้งที่ 2 มารูจักการสร้างเป้าหมายในการเรียนกันเถอะ

กิจกรรมครั้งที่ 3 การทดลองฝึกสร้างเป้าหมายที่ดีกว่า

กิจกรรมครั้งที่ 4 ความฝัน

กิจกรรมครั้งที่ 5 การตั้งเป้าหมายในการเรียนจะเป็นทิศทางนำไปสู่ความสำเร็จ

กิจกรรมครั้งที่ 6 ความเพียรพยายาม

กิจกรรมครั้งที่ 7 ร่วมด้วยช่วยกันเพื่อให้เป้าหมายไปสู่ความสำเร็จ

กิจกรรมครั้งที่ 8 อักษรนี้มีความหมาย

กิจกรรมครั้งที่ 9 ภาษาสนุก

กิจกรรมครั้งที่ 10 อาชีพที่ฉันรัก

กิจกรรมครั้งที่ 11 สรุปสาระสำคัญ

กิจกรรมครั้งที่ 12 ปัจฉิมนิเทศ

3. วิธีดำเนินกิจกรรม

3.1 จัดกิจกรรม ในวันเสาร์และอาทิตย์ เป็นเวลา 2 วัน เวลา 8.30 – 12.00 นาฬิกา และ 13.00 – 16.00 นาฬิกา 12 ชั่วโมง

3.2 การดำเนินกิจกรรม ในการเริ่มกิจกรรมทุกครั้ง จะเริ่มโดยผู้เข้าร่วมกิจกรรมนำเสนอข้อมูลในสมุดบันทึกเป้าหมายและสังเกตพฤติกรรมตนเอง ครั้งละ 2 คน โดยไม่ซ้ำกัน

3.3 วิธีฝึก ในกิจกรรมครั้งที่ 3 ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำแบบประเมินตนเองก่อนทดลองฝึกสร้างเป้าหมายในการเรียน เพื่อให้ทราบความสามารถทางการเรียน และตั้งเป้าหมายในการเรียนในสิ่งที่ตนเองจะทำด้วยตนเอง

4. ข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรม

- ต้องเริ่มกิจกรรมและเลิกตรงเวลา
- ต้องมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
- ต้องนำเสนอบันทึกพฤติกรรมที่ทำเพื่อให้ไปสู่เป้าหมายนั้น
- ต้องพยายามเข้าร่วมกิจกรรมให้ครบทุกครั้ง

5. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมนี้ คือ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตั้งเป้าหมายในการเรียน มีความมุ่งมั่นที่จะกระทำให้สำเร็จ ในด้านการเรียนให้บรรลุผลตามที่ตั้งใจ ด้วยความมุ่งมั่นและพยายามทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง เพื่อให้ประสบความสำเร็จในด้านการเรียน โดยมีเป้าหมายอย่างชัดเจนและคาดหวังว่าจะทำให้สำเร็จได้ ได้แก่ มีการตั้งเป้าหมาย วางแผนในการเรียนอย่างชัดเจนแล้วกระทำให้สำเร็จ มีความตั้งใจ มุ่งมั่นและพยายามอย่างหนักที่จะเรียนได้สำเร็จ มีวิธีการพัฒนาตนเองด้วยวิธีการใหม่ๆ ในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในด้านการเรียน พร้อมทั้งจะเผชิญกับความสำเร็จหรือความผิดหวังที่อาจจะเกิดขึ้นในด้านการเรียน มีการปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ต่างๆ ในด้านการเรียนได้เหมาะสมกับวิชาที่เรียน

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน ให้รู้จักคุ้นเคยกัน และสร้างบรรยากาศความเป็นกันเองในการเข้าร่วมการทดลอง
2. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงจุดมุ่งหมาย และบทบาทของตนเองในการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนา
3. เพื่อให้นักเรียนทราบถึงความหมาย ประโยชน์ และความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย
4. เพื่อให้นักเรียนสามารถอธิบายพฤติกรรมที่แสดงถึงการตั้งเป้าหมาย

เทคนิคการใช้

1. เกมส่งต่อมัลย์สัมพันธ์
2. สมุดบันทึกเป้าหมายและการสังเกตพฤติกรรมตนเอง
3. แบบสำรวจความพร้อมในการทำกิจกรรม
4. การเสริมแรง

ขนาดของกลุ่ม

12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. จานรอง 2 ใบ
2. หนึ่งสติ๊ก 20 เส้น ต่อหนึ่งกลุ่ม
3. นกหวีดเป่าสัญญาณ
4. หลอดกาแฟ
5. แบบสำรวจความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรม
6. สมุดบันทึกเป้าหมายและสังเกตพฤติกรรมตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยการใช้เกม ซึ่งมีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับนักเรียนและแนะนำตัวเอง

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

ผู้วิจัยให้นักเรียนสร้างความคุ้นเคยด้วยกิจกรรม "มัลลัสัมพันธ์" โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยอธิบายเกม ให้ทุกคนฟัง

1.1 กติกา

1.1.1 เมื่อได้ยินสัญญาณนกหวีด ให้คนที่อยู่หัวแถวเอามือจับหนึ่งสติ๊กร้อยเข้าไปในหลอดกาแฟที่คาบไว้ในปากแล้วส่งต่อให้คนถัดไป

1.1.2 ห้ามเอามือจับหนึ่งสติ๊ก และหลอดกาแฟ

1.1.3 หากทำหนึ่งสติ๊กหล่นพื้นเสีย 1 คะแนน โดยต้องพยายามส่งต่อหนึ่งสติ๊ก 20 เส้น เท่ากับ 20 คะแนน

1.1.4 การส่งต่อหลอดกาแฟ คนสุดท้ายต้องคาบหลอดกาแฟที่ร้อยหนึ่งสติ๊กค่อยๆ ปลดปล่อยลงในจานปลายแถว ให้อยู่ในจานรองให้เรียบร้อย

1.1.5 เมื่อได้ยินสัญญาณนกหวีด ให้ทุกคนหยุดทำกิจกรรมนี้

1.1.6 กลุ่มใดได้คะแนนมากที่สุดถือว่าชนะ

2. ให้สมาชิกทั้งหมดแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6 คน

3. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่ม จับกลุ่มของตัวเองไว้ และตั้งแถวหน้ากระดาน

4. จัดหนังสือ 20 เส้น วางลงในจานรอง และนำไปตั้งไว้ที่หัวแถวของแต่ละกลุ่ม และวางจานรองเปล่าไว้ที่ปลายแถวของแต่ละกลุ่ม

5. แจกหลอดกาแฟ ให้กับสมาชิกทุกกลุ่มทุกๆ คน คนละ 1 อัน

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยแจกสมุดบันทึกเป้าหมายและสังเกตพฤติกรรมตนเอง จากนั้นอธิบายวิธีการบันทึก โดยให้เริ่มจดบันทึกการกระทำพฤติกรรมเป้าหมายและสังเกตพฤติกรรมตนเอง ตั้งแต่ครั้งที่ 1 และนำเสนอข้อมูลที่ได้นบันทึกไว้ในครั้งที่ 3 ถึง 10 ครั้งละ 2 คน

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่มีต่อกิจกรรม “มาลัยสัมพันธ์”

3. และให้นักเรียนเขียนข้อคิดและประโยชน์ที่ได้จากกิจกรรม “มาลัยสัมพันธ์”

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

ผู้วิจัยสรุปข้อคิดเห็นของนักเรียน และชี้แจงเกี่ยวกับโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมาย ดังนี้

1. ผู้วิจัยอธิบายถึงความหมายและลักษณะของพฤติกรรมที่ตั้งเป้าหมาย

2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีการ และบทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติในการเข้าร่วมโปรแกรมเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในครั้งนี้

3. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย เกี่ยวกับรายละเอียดต่างๆ ที่ผู้วิจัยได้ชี้แจงไปแล้ว โดยให้นักเรียนยกมือขึ้นถามทีละคน และในขณะที่เพื่อนพุดก็ให้เกียรติเพื่อนด้วยการตั้งใจฟังและผู้วิจัยอธิบายเพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการณ์เข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน ความสนใจในการให้ความร่วมมือ และการแสดงความคิดเห็น

2. สังเกตการซักถามของนักเรียนเกี่ยวกับความหมายของการตั้งเป้าหมาย สามารถสรุปพฤติกรรมที่แสดงถึงการตั้งเป้าหมาย

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 2

หัวข้อเรื่อง : การสร้างเป้าหมาย

ชื่อกิจกรรม : มารู้จักการสร้างเป้าหมายกันเถอะ

แนวคิด

การที่นักเรียนได้เห็นตัวแบบจากเพลงดอกหญ้าในป่าปูน และให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมร่วมกันวิเคราะห์สิ่งที่ได้เรียนรู้จากตัวแบบ

จุดมุ่งหมาย

1. บอกประโยชน์ของการสร้างเป้าหมายในการเรียนได้
2. บอกวิธีการกระทำเพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายได้
3. บอกลักษณะของผู้ที่มีเป้าหมายและไม่มีเป้าหมายได้

เทคนิคการใช้

การทำกิจกรรมกลุ่ม

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. เอกสารเพลงดอกหญ้าในป่าปูน
2. ตัวแบบเพลง
3. แบบประเมินพฤติกรรมและแนวทางในการพัฒนาตนเอง
4. แบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายถึงกิจกรรมที่ร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยแจกกระดาษเนื้อเพลงดอกหญ้าในป่าปูนให้นักเรียนแต่ละคน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนวิเคราะห์เนื้อเพลงว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนมีประโยชน์อย่างไร และวิธีการที่ทำให้บรรลุเป้าหมายทำอย่างไร
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม และพูดคุยถึงความคิดเห็นของแต่ละคน และสรุปออกมาเป็นความคิดของกลุ่ม

4. ให้แต่ละกลุ่มบอกลักษณะของผู้ที่มีเป้าหมายและไม่มีเป้าหมาย

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นครึ่งวงกลม
2. ผู้วิจัยให้ตัวแทนแต่ละกลุ่ม ออกมานำเสนอแนวความคิดของกลุ่ม
3. ให้นักเรียนร่วมกันยกตัวอย่างการตั้งเป้าหมาย

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อสรุปเป็นแนวทางการนำไปประยุกต์ใช้ โดยทำแบบประเมินพฤติกรรม และแนวทางในการพัฒนาตนเองและแบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม

2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน

การตั้งเป้าหมายเป็นการตั้งเพื่อให้เกิดความตระหนักในการมีเป้าหมาย ขั้นตอนการตั้งเป้าหมายเริ่มจากการกำหนดเป้าหมาย การประเมินเป้าหมายด้วยตนเอง การให้ข้อมูลป้อนกลับ เป้าหมายที่ตั้งขึ้นจะมีลักษณะเจาะจง และท้าทาย มีระยะเวลาและสอดคล้องกับความเป็นจริงที่ตนเองคาดว่า จะทำได้สำเร็จและให้เหตุผลในการตั้งเป้าหมาย

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบบันทึกการตั้งเป้าหมายในการเรียน และแบบประเมินตนเอง เพื่อหาแนวทางในการพัฒนาด้านการเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม
3. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรม

เนื้อร้อง
เพลงดอกหญ้าในป่าปูน

ขับร้องโดย ต่าย อรทัย

หัวใจติดดิน	สวมกางเกงยีนส์เก่าเก่า	ใส่เสื้อตัวร้อยเก่าเก่า
กอดกระเป่า	ใบเดียวติดกาย	กราบลาแม่พ่อ
หลังจากเรียนจบม. ปลาย	ลาทุ่งดอกกุณไสว	มาอาศัยขายคาป่าปูน
เอาแรงเป็นทุน	สู้งานเงินเดือนต่ำต่ำ	เก็บเงินเข้าเรียนภาคค่ำ
ก่อความหวัง	บนทางเปื้อนฝุ่น	สังคมเมืองไทย
ขาดแคลนน้ำใจเจือจุน	ใช้ความอดทนเต็มทุน	ให้ยีนส์ไหวทุกวัน
อยู่เมืองสวรรค์	แต่เป็นคนชั้นติดดิน	เป็นผู้รับใช้จนชิน
หู่ไต่ยีนแต่คำสั่งงาน	แต่ยังยิ้มได้	เพราะใจเหมือนดอกหญ้าบาน
ถึงอยู่ในที่ต่ำชั้น	แต่ก็บานได้ตลอดเวลา	
หัวใจติดดิน	สวมกางเกงยีนส์เก่าเก่า	ใส่เสื้อตัวร้อยเก่าเก่า
แต่ใจสาวป่ด้อยราคา	หวังไว้วันหนึ่ง	เรียนจบชั้นที่เฝ้าที่รอมมา
จะสวมมงกุฎดอกหญ้า	ถ่ายรูปปริญญา	หวนมาบ้านเรา

แบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม

ครั้งที่ 2

1. สรุปการตั้งเป้าหมายจากเพลงดอกหญ้าในป่าปูน

.....

.....

.....

.....

2. บอกลักษณะของผู้ที่มีเป้าหมายและผู้ที่ไม่มีความหมายในการเรียน

.....

.....

.....

.....

4. บอกลักษณะผู้ที่มีการควบคุมตนเองเพื่อให้ไปสู่เป้าหมาย

.....

.....

.....

.....

5. ได้ข้อคิดเพื่อนำไปสู่การตั้งเป้าหมายในการเรียนของตนเองดังนี้

.....

.....

.....

.....

6. จงบอกความรู้สึกที่มีต่อกิจกรรมนี้

.....

.....

.....

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 3

หัวข้อเรื่อง : การทดลองฝึกสร้างเป้าหมายที่ดีกว่า

ชื่อกิจกรรม : ตั้งเป้าหมายด้วยใจแน่วแน่

แนวคิด

นักเรียนได้เรียนรู้ขั้นตอนการตั้งเป้าหมาย และวิธีการกำหนดเป้าหมายเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้กับเป้าหมายที่ตนเองกระทำได้

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้นักเรียนระบุขั้นตอนการฝึกการตั้งเป้าหมายได้
2. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการกำหนดเป้าหมายจากการทำงานกิจกรรมได้
3. เพื่อให้นักเรียนเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตั้งไว้กับเป้าหมายการกระทำได้
4. เพื่อให้นักเรียนรู้ถึงการกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้ได้รางวัลหรือคำชมเชย

เทคนิคการใช้ : เกม

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. กระดาษ
2. ปากกา
3. แบบบันทึกการสร้างเป้าหมายในการเรียน
4. สมุดบันทึกเป้าหมายในการเรียน

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินการโดยมีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายถึงกิจกรรมที่ร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
2. เกมตั้งเป้าหมายด้วยใจแน่วแน่ คือ เรียงคำลำดับตัวอักษรเพื่อฝึกการกำหนดเป้าหมาย และพยายามปฏิบัติให้บรรลุเป้าหมาย แล้วเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตั้งขึ้นกับเป้าหมายที่กระทำได้จริง มีกติกาการเล่น ดังนี้

2.1 มีแต่ละทีมจะได้รับปากกาที่มีสีแตกต่างกัน

2.2 ฟลิปชาร์ดแต่ละอันมีหัวข้อระบุไว้ ได้แก่ ชื่อประเทศ ชื่อแม่น้ำ ชื่อสัตว์ ชื่ออุปกรณ์

ในครัว

2.3 ให้เวลาทีมละ 3 นาทีในการให้ทีมต่างๆ เขียนรายชื่อของสิ่งต่างๆ ตามหัวข้อ โดยพยัญชนะต้นของสิ่งนั้นๆ จะต้องไม่ซ้ำกันกับที่มีอยู่แล้วในแต่ละชาร์ด ทีมหนึ่งๆ จะสามารถเขียนบนชาร์ดได้ครั้งละ 1 ชื่อ เท่านั้นแล้วไปเขียนที่ชาร์ด อื่นๆ ต่อไป

2.4 การนับคะแนน 1 ชื่อต่อ 1 คะแนน

1 – 5 คะแนน ได้ยางลบ

6 คะแนน ได้สมุด

7 คะแนน ได้สมุด 1 เล่ม ยางลบ 1 ก้อน

8 คะแนน ได้กระเป่าใส่ CD

9 คะแนน ได้ปากกา

10 คะแนน ได้ปากกาและกระเป่า CD

3. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 2 คน นำเสนอข้อมูลในสมุดบันทึกการทำพฤติกรรมเป้าหมายและสังเกตพฤติกรรมตนเองและสมาชิกร่วมกันแสดงความคิดเห็นและแก้ไขปัญหาในการทำพฤติกรรมเป้าหมายที่เพื่อนนำเสนอ

4. ผู้วิจัยกล่าวคำชมเชย ให้คำแนะนำและมอบรางวัลให้แก่ผู้นำเสนอบันทึก

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยอธิบายขั้นตอนและวิธีการฝึกตั้งเป้าหมาย ซึ่งจะต้องทำตลอดโปรแกรมนี้ คือ กำหนดเป้าหมาย ปฏิบัติกิจกรรม ประเมินเป้าหมายตนเองและให้ข้อมูลป้อนกลับโดยผู้วิจัย

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกปฏิบัติกิจกรรม โดยใช้เกมตั้งเป้าหมายด้วยใจแน่วแน่ เป็นเกมเรียงคำลำดับอักษร เพื่อฝึกการกำหนดเป้าหมาย และพยายามกระทำให้บรรลุเป้าหมายแล้วเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตั้งขึ้นกับเป้าหมายการกระทำ เพื่อสร้างความเข้าใจ และรับรู้ความสามารถตนเอง และให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตามขั้นตอนที่ได้อธิบายไปแล้ว

3. ผู้วิจัยแจกแบบบันทึกการตั้งเป้าหมาย เพื่อให้บันทึกคะแนนเป้าหมาย

4. นักเรียนกำหนดคะแนนเป้าหมายที่คาดว่าจะทำได้ และบันทึกลงในแบบ บันทึกการสร้างเป้าหมายที่แจกให้

5. ให้แต่ละทีม เขียนคำตามหัวข้อที่กำหนดจนหมดเวลา แล้วดูคะแนนที่ทำได้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึกคะแนนที่ทำได้ดีที่สุด

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนหนึ่งเป็นเครื่องวงกลม
2. ผู้วิจัยให้ตัวแทนแต่ละคน เปรียบเทียบคะแนนเป้าหมายที่ตั้งไว้กับคะแนนที่ได้จริง แล้วตัดสินว่า ตนเองทำได้หรือไม่ได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้
3. ร่วมแสดงความคิดเห็นว่า ได้เรียนรู้อะไรจากการทำกิจกรรมในประเด็นการตั้งเป้าหมาย วิธีการทำให้เป้าหมายสำเร็จ ปัญหา อุปสรรคที่ไม่สำเร็จตามเป้าหมาย การใช้ความพยายาม

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อสรุปแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้
2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน.

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. สังเกตการณ์สรุปของนักเรียน

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 4

หัวข้อเรื่อง : การแสดงเป้าหมายของนักเรียน

ชื่อกิจกรรม : ความฝัน

แนวคิด

การที่นักเรียนได้เขียนบรรยายถึงความฝันที่ตนเองฝันว่า ต่อไปข้างหน้า อยากรับอะไร อยากรับทำอะไร ทำให้นักเรียนได้รู้ว่าสิ่งที่ฝันของพวกเขา คือ เป้าหมายในอนาคตของเขานั่นเอง

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ นักเรียน เข้าใจความต้องการของตนเอง
2. เพื่อให้ นักเรียน เข้าใจถึงการตั้งเป้าหมาย
3. เพื่อให้ นักเรียน เข้าใจเป้าหมายด้านต่างๆ

เทคนิคการใช้ : อภิปรายกลุ่ม : การจัดอันดับความคิด

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. กระดาษ
2. ปากกา
3. เอกสารเรื่องการตั้งเป้าหมาย

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายถึงกิจกรรมที่ร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยแจกใบงานเป้าหมายชีวิต ให้นักเรียนแต่ละคนเขียนถึงความฝันของตัวเองที่ตัวเองอยากจะเป็น
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนลองคิดหาเหตุผลว่าทำไมตนเองถึงมีความต้องการเป็นอย่างที่ตนเองฝัน
3. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้วิธีการ จับ 1 – 2 ผู้วิจัยแจกเอกสารให้แต่ละกลุ่ม
 - กลุ่มที่ 1 เรื่อง ประเภทของการตั้งเป้าหมาย
 - กลุ่มที่ 2 เรื่อง ความสำคัญ คุณลักษณะ และผลของการตั้งเป้าหมาย
4. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม สรุป ความรู้เป็น mind mapping และส่งตัวแทนกลุ่มออกมา

นำเสนอ

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนหนึ่งเป็นเครื่องวงกลม
2. ผู้วิจัยให้ตัวแทนแต่ละกลุ่ม ออกมานำเสนอแนวความคิดของกลุ่ม
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นในการทำกิจกรรม “ความฝัน”
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนแสดงความคิดเห็นในเรื่องการตั้งเป้าหมายในการเรียน ตามเอกสารที่แจกไป

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อสรุปเป็นแนว ทางในการนำไปประยุกต์ใช้
2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยเชื่อมโยงแนวคิดของ Roger เกี่ยวกับตัวตน หากคนเรารู้จักตัวตนที่แท้จริงของตนเองย่อมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของตนเองได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม (ใบความรู้ที่ 3)

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. สังเกตการณ์สรุปของนักเรียน

ใบความรู้ กลุ่มที่ 1

เรื่อง ประเภทของเป้าหมาย

แมร์ (Maehr. 1984: 115 – 144) กล่าวว่า เป้าหมายที่ต่างกัน ทำให้บุคคลเอาใจใส่ หรือทุ่มเทความพยายามต่อการกระทำกิจกรรมต่างๆ (Personal Investment) ในระดับที่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตาม เป้าหมายที่บุคคลตั้งไว้จะเกิดผลดีและมีประโยชน์ก็ต่อเมื่อเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้น มีลักษณะใกล้เคียงกับความสามารถของบุคคลนั้น โดยเป้าหมายต้องไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป เพื่อที่บุคคลจะได้มีโอกาสที่จะทำงานนั้นได้ และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ได้แก่

1. เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ (Performance Goals) ในโรงเรียน เมื่อนักเรียนทำงานส่งครู นักเรียนมักได้รับทราบผลการเรียนรู้ จากครูเกี่ยวกับงานที่ทำต่อหน้าบุคคลอื่นเสมอ จากเหตุการณ์เหล่านี้ ทำให้นักเรียนรู้สึกกังวลและให้ความสำคัญกับการถูกมองว่าเป็นคนเก่งหรือคนไม่มีความสามารถในสายตาตัวเองและผู้อื่น และพยายามหลีกเลี่ยงจากการถูกมองว่าเป็นคนเก่ง หรือไม่มีความสามารถ นักเรียนที่ให้ความสำคัญหรือเป็นกังวลเกี่ยวกับการถูกมองจากบุคคลอื่นในลักษณะเช่นนี้ เป็นนักเรียนที่มีเป้าหมายชนิดที่เรียกว่า “เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ” ลักษณะบุคคลที่มีเป้าหมายประเภทนี้ ได้แก่

1.1 เชื่อว่า ความสามารถของบุคคลมีความคงที่ ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้นบุคคลที่เก่งไม่จำเป็นต้องขยัน

1.2 ประเมินผลงานที่ตนเองทำ โดยเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น เพราะไม่อยากให้ตนเองดูไม่ดี

1.3 เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้ตนเองได้แสดงให้ผู้อื่นเห็นว่า ตนเองมีความสามารถ และพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ทำให้ตนเองดูแย่

1.4 รู้สึกผ่อนคลายและภูมิใจที่ได้ทำงานที่ง่ายจนประสบความสำเร็จ

1.5 การเรียนรู้เกิดจากแรงจูงใจภายนอก โดยคาดหวังรางวัลจากบุคคลอื่น และพยายามหลีกเลี่ยงการถูกตำหนิ

1.6 มีความพยายามน้อยในการทำงาน

1.7 ใช้วิธีการเรียนรู้ที่ช่วยในการเรียนแบบท่องจำเท่านั้น

1.8 ต้องการทราบผลการเรียนรู้ที่เป็นสิ่งที่ดีเท่านั้น ไม่ต้องการทราบถึงข้อบกพร่องของตนเอง

1.9 ถ้างานที่ไม่ประสบความสำเร็จก็จะยกเลิกงานนั้นง่ายๆ และพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ตนเองเคยล้มเหลวมาก่อนในอดีต

1.10 คิดว่าครูผู้สอนคือผู้พิพากษาที่ทำหน้าที่เป็นผู้ให้รางวัลหรือให้การลงโทษ

1.11 คิดว่าความล้มเหลวเป็นตัวบ่งชี้ถึงความไม่เก่ง ไม่มีความสามารถ และเชื่อว่าความล้มเหลวนั้น จะเกิดขึ้นอีกในอนาคต

1.12 การมีเป้าหมายเชิงปฏิบัติการมักทำให้เกิดผลเสียมากมาย เช่น นักเรียนจะคิดว่า ครูจะมีอคติกับนักเรียนบางคน และไม่มีความยุติธรรมในการให้คะแนน

2. เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ (Learning Goals) ลักษณะบุคคลที่มีเป้าหมาย เพื่อการเรียนรู้ได้แก่

2.1 เชื่อความพยายาม และการฝึกอบรมทำให้บุคคลมีความสามารถ และประสบความสำเร็จได้

2.2 เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้ตนเองเกิดการเรียนรู้

2.3 รู้สึกผิดหวังและเบื่อหน่ายถ้าต้องทำงานที่ง่าย

2.4 การเรียนรู้เกิดจากแรงจูงใจภายใน

2.5 พยายามหาวิธีการเรียนต่างๆ ที่ช่วยทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

2.6 ทุ่มเทความพยายามอย่างมากในการเรียนรู้ ถึงแม้ไม่ประสบความสำเร็จก็ไม่ยกเลิกที่จะทำงานชิ้นนั้น

2.7 ประเมินผลงานที่ทำโดยเปรียบเทียบกับตนเองว่า มีความก้าวหน้าไปมากน้อยอย่างไร

2.8 เชื่อว่า ความพยายามและการฝึกฝน ทำให้บุคคลมีความสามารถ และประสบความสำเร็จได้

2.9 รู้สึกพอใจกับผลงานที่ตนเองทำ ถึงแม้ว่างานที่ทำจะไม่ประสบความสำเร็จทุกอย่างที่ได้พยายามอย่างเต็มที่แล้ว

2.10 ต้องการทราบผลการเรียนรู้เพื่อเป็นข้อมูลในการปรับปรุงการเรียนรู้ให้ดีขึ้น

2.11 คิดว่าความผิดพลาดเป็นเรื่องปกติและมีประโยชน์ในกระบวนการเรียนรู้ และสามารถนำความผิดพลาดไปปรับปรุงการเรียนให้ดีขึ้น และความผิดพลาด เป็นตัวบ่งชี้ให้บุคคลเพิ่มความพยายามในการทำงานให้มากขึ้น

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ จะพยายามกระทำกิจกรรมต่างๆ ที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเรียนรู้ได้ดีขึ้น เช่นตั้งใจเรียน ยอมรับข้อบกพร่องของตนเองได้ ไม่ทอดย ส่วนบุคคลที่มีเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ มีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่ทำให้บุคคลนั้น ประสบความล้มเหลว เพราะบุคคลเหล่านี้ ต้องการให้ตัวเองดูดี มีความสามารถอยู่ตลอดเวลา และเชื่อว่า ความสามารถ มีความคงที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้นคนที่ประสบความสำเร็จก็จะล้มเหลวอีกในอนาคต จะเห็นได้ว่า บุคคลที่มีเป้าหมายเชิงปฏิบัติการเป็นลักษณะของบุคคลที่เราไม่พึงประสงค์จะให้เกิดขึ้นกับบุคคลในสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับนักเรียนในโรงเรียน ดังนั้นในฐานะครูผู้สอน เราสามารถจัดการเรียนการสอนที่ช่วยในเรื่องดังกล่าวได้

3. เป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต (Internalized Future – Utility Goals) นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้จะมองการเรียนรู้เสมือนผลตอบแทนที่จะได้รับในระยะยาว เช่น นักเรียนส่วนใหญ่เชื่อว่า การมีผลเรียนที่ดีมีความสำคัญ เพราะทำให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ และมีทักษะที่จำเป็น

สำหรับการประสบความสำเร็จในอาชีพ หรือมีความสำคัญและมีประโยชน์ในการใช้สมัครเข้าศึกษาต่อในสถาบันต่างๆ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้มีแนวโน้มที่จะเอาใจใส่ในการศึกษาอย่างสม่ำเสมอ และมักจะใช้เทคนิคการเรียนรู้ที่เป็นทั้งการเรียนรู้ที่มีความหมาย และการเรียนรู้ ชนิดท่องจำ

4. เป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง (Extrinsic Reward or Recognition Goals) นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้อาใจใส่ในการเรียนเพื่อต้องการได้รับการยกย่องทางสังคม หรือการได้รับเงิน และรางวัลต่างๆ จากบุคคลอื่น งานวิจัยเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรม แสดงให้เห็นว่า การใช้สิ่งล่อภายนอก เช่น เงิน ขนมหางวัล และคำชมเชย สามารถช่วยให้นักเรียนที่ขี้เกียจ ไม่สนใจเรียนหันมาเอาใจใส่ในการเรียนเพิ่มขึ้นได้ ถึงแม้ว่านักเรียนที่มีเป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง จะเอาใจใส่ในการเรียนรู้ แต่ระดับของการเอาใจใส่ในการเรียนก็ไม่สูงหรือมีการเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง และมีความหมายมากเท่ากับนักเรียนที่มีเป้าหมาย เพื่อการเรียนรู้ และเป้าหมายเพื่อผลตอบแทนในระยะยาว

5. เป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม (Social Solidarity Goals) นักเรียนส่วนใหญ่ โดยเฉพาะนักเรียนในระดับประถมศึกษา ทำการบ้านเพื่อให้ครูพอใจ ต้องการให้ครูรัก สิ่งเหล่านี้ สามารถเกิดกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา และระดับวิทยาลัยได้เช่นกัน เพราะนักเรียนทราบว่า ครูเป็นผู้ควบคุมและให้เกรดนักเรียน นอกจากนี้นักเรียนบางคนยังพยายามหลีกเลี่ยงการเป็นคนเก่ง หรือมีความสามารถ เพื่อทำให้เพื่อนพอใจหรือยอมรับ เพราะนักเรียนคิดว่า การเป็นคนไม่เก่ง มักดูน่าสนใจ นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้จะตัดสินใจกระทำกิจกรรมที่เพื่อน ๆ หรือสังคมยอมรับเท่านั้น โดยไม่สนใจว่า กิจกรรมนั้นจะถูกต้องหรือเหมาะสมหรือไม่

ใบความรู้ กลุ่มที่ 2

เรื่อง ความสำคัญ คุณลักษณะ และผลของการตั้งเป้าหมาย

ความสำคัญของเป้าหมาย

ชีวิตที่ประสบความสำเร็จ มักเป็นชีวิตที่มีการวางแผนเพราะสิ่งที่คุณคิดได้กระทำลงไปในปัจจุบัน ล้วนมีผลต่ออนาคตของชีวิตเขาทั้งสิ้น บุคคลที่มีได้วางแผนชีวิต ปล่อยให้ทุกสิ่งขึ้นอยู่กับชะตากรรม จึงยากที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ เปรียบเสมือนเรือที่ปราศจากหางเสือและเป้าหมายที่จะเดินทาง ย่อมล่องลอยเปะปะไปอย่างไร้จุดหมายและก็อาจจะถึงแก่กาลอับปางลงในที่สุด ดังนั้นชีวิตที่จะประสบความสำเร็จได้ จึงต้องมีเป้าหมาย มีการวางแผนและมีขั้นตอนที่จะดำเนินไปให้ถึงเป้าหมายนั้นๆ

ช่วงชีวิตของคุณที่ดูจะมีความสำคัญยิ่งในการวางแผนก็คือ ช่วงวัยรุ่นตอนปลาย เป็นช่วงที่คุณกำลังอยู่ในสถานะที่คาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็กที่กำลังจะสิ้นสุดลง และความเป็นผู้ใหญ่ที่จะต้องจบการศึกษาและเข้าสู่โลกของงานอาชีพ เยาวชนในขณะนี้ต้องเผชิญกับปัญหาหลายด้าน และที่สำคัญที่สุด คือ จะจัดการอย่างไรกับชีวิตเมื่อจบการศึกษาลง ถ้าปราศจากการเตรียมตัวในการวางแผน เข้าสู่อาชีพอย่างดีและรัดกุมแล้ว ย่อมเป็นของแน่นอนว่าเขาจะต้องเผชิญกับความสับสน ความวิตกกังวล อาจจะเข้าสู่อาชีพที่ไม่มีใจรัก ซึ่งก่อให้เกิดความไม่พึงพอใจในงานที่ทำตามมาเป็นอย่างมาก

ดังนั้นการสร้างเป้าหมายในการเรียน จึงเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อเสริมสร้างความพร้อมในการสร้างอนาคตของตนเองและของสังคมที่เขามีส่วนร่วมในเวลาเดียวกัน

คุณลักษณะของเป้าหมาย

แบนดูรา (ภักธีรยา มาลาทอง. 2545: 26; อ้างอิงจาก Bandura. 1986) กล่าวถึงคุณสมบัติของเป้าหมายว่า เป็นตัวกำหนดเงื่อนไขการกระทำพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการใช้ความพยายามและการจูงใจในการทำงาน ซึ่งเป้าหมายมีคุณลักษณะ ดังนี้

1. มีลักษณะเจาะจง คือ เป้าหมายที่กำหนดขึ้นมีความชัดเจนและชี้เฉพาะว่าพฤติกรรมใดที่คุณต้องทำและควรปฏิบัติอย่างไร ซึ่งเป้าหมายนี้จะทำให้เกิดแรงกระตุ้นและชี้แนะในการทำพฤติกรรม ซึ่งส่งผลต่อความพอใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเองและการได้รับผลงานที่สูงกว่าการตั้งเป้าหมายทั่วไป

2. มีลักษณะท้าทาย ระดับของเป้าหมายมีผลต่อปฏิกริยาของผู้ปฏิบัติและจำนวนความพยายามที่ใช้ ถ้าหากบุคคลทำงานที่ท้าทายสำเร็จตามเป้าหมาย เขาจะเกิดความพอใจและพยายามมากขึ้น เนื่องจากการตั้งเป้าหมายไว้สูง เขาก็จะยิ่งเพิ่มความพยายามมากขึ้นในการทำให้บรรลุเป้าหมาย อย่างไรก็ตามความสัมพันธ์ดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้ เมื่อบุคคลยอมรับเป้าหมายและยึดมั่นในการทำตามเป้าหมายนั้น หากเป้าหมายที่กำหนดขึ้นไม่เหมาะสมกับความสามารถของบุคคล จะทำให้เกิดปฏิกริยา

ที่แตกต่างกันออกไป โดยทั่วไปคนมักปฏิเสธเป้าหมายที่พิจารณาแล้วว่าตนเองทำไม่ได้และจะตั้ง เป้าหมายที่มีความเหมาะสมหรือใกล้เคียงกับความสามารถของตนเองขึ้นมาแทนที่

3. มีระยะสั้น การตั้งเป้าหมายระยะสั้นมีผลต่อแรงจูงใจของบุคคลและความคาดหวังในความสามารถของตนเอง และความสนใจในกิจกรรม เพราะเป้าหมายระยะสั้น จะแสดงให้เห็นถึงผลจากการตั้งเป้าหมายได้รวดเร็วกว่า และควบคุมการกระทำพฤติกรรมได้ใกล้ชิดกว่า จึงมีโอกาสทำให้สำเร็จตามเป้าหมายในเวลาอันรวดเร็ว หากทำได้สำเร็จจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นการเสริมแรงและกระตุ้นให้ใช้ความพยายามอย่างต่อเนื่อง

4. สอดคล้องกับความเป็นจริง การตั้งเป้าหมายที่สอดคล้องกับความเป็นจริง จะทำให้บุคคลเกิดการเปรียบเทียบตนเอง เป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงความก้าวหน้าและประสิทธิภาพของงานที่ทำ หากประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้จะก่อให้เกิดแรงจูงใจ ทำให้มีความมุ่งมั่นและพยายามมากยิ่งขึ้น

ลิวค และ เลธัม (สุพิตร สมานิตโต. 2541: 1 – 2; อ้างอิงจาก Locke; & Latham. 1985) ได้ให้หลักสำคัญของการกำหนดเป้าหมาย 2 ประการ ดังนี้

1. การกำหนดเป้าหมายเฉพาะจะเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมการแสดงออกที่ดีกว่า สูงกว่าการกำหนดเป้าหมายทั่วไป การใช้ภาษาเพื่อกำหนดเป้าหมายว่า “ทำให้ดีที่สุด” จะมีความหมายและคุณค่ามากกว่าการที่ไม่ได้กำหนดเป้าหมายอะไรไว้เลย

2. การกำหนดเป้าหมายที่มีความยากกว่า (กำหนดให้ทำทักษะที่ยุ่ยากกว่า สูงกว่า แต่หากเป็นที่ยอมรับได้) จะช่วยทำให้ระดับของงานที่ได้สูงกว่าการกำหนดเป้าหมายของงานที่ต่ำกว่า และง่ายกว่า

การกำหนดเป้าหมายที่ดีนั้น หากได้มีการกำหนดเป็นระยะสั้น รวมกับระยะยาวเข้าไว้อย่างต่อเนื่องกัน จะมีผลต่อการนำไปปฏิบัติได้ดีกว่าการกำหนดเป้าหมายที่เป็นช่วงระยะยาวหรือระยะสั้นแต่เพียงอย่างเดียว ผลดีของการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นแต่เพียงอย่างเดียวก็จะเป็นเพราะได้รับแรงเสริมและข้อมูลย้อนกลับในทันทีทันใด ขณะเดียวกันก็จะเป็นการช่วยเสริมความเชื่อมั่นในตนเองให้นักกีฬาได้เป็นอย่างดี (สุพิตร สมานิตโต. 2541: 1 – 2; อ้างอิงจาก Weinberg. 1993)

ผลของการตั้งเป้าหมาย

การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรมมีผลต่อแรงจูงใจ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และมีผลต่อความสนใจเพิ่มขึ้น (นันทน์ภัส การะเกตุ. 2547: 16; อ้างอิงจาก Bandura. 1986) ดังนี้

1. ผลต่อแรงจูงใจ การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรม มักทำให้บุคคลมีแรงจูงใจที่กระทำพฤติกรรมเพิ่มขึ้น โดยมีแนวโน้มที่จะใช้ความพยายามในการกระทำเพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้มากขึ้น ซึ่งตามกระบวนการของการสร้างเป้าหมาย ได้แก่ การกำหนดเป้าหมายของตนเอง การประเมินตนเอง และการได้รับข้อมูลย้อนกลับ การสร้างเป้าหมายด้วยตนเองเป็นกระบวนการที่บุคคลสร้างกฎเกณฑ์ขึ้นมา เพื่อประเมินการกระทำด้วยตนเอง จึงทำให้ได้เป้าหมายที่มีความเหมาะสม สอดคล้อง

กับความรู้ความสามารถของตน รวมทั้งรู้สึกว่าเป็นผู้กำหนดและตัดสินใจด้วยตนเอง ส่งผลต่อการยอมรับเป้าหมายและการใช้ความพยายามในการทำให้บรรลุเป้าหมายนั้น จึงทำให้มีความรับผิดชอบต่อเป้าหมายของตนเอง

2. ผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง การสร้างเป้าหมายสามารถพัฒนาการรับรู้ความสามารถของบุคคล โดยนำเป้าหมายมาเปรียบเทียบกับการกระทำพฤติกรรมของบุคคล จึงก่อให้เกิดข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับความสามารถ การบรรลุเป้าหมายระยะสั้น แสดงให้เห็นว่า บุคคลมีความเชี่ยวชาญในเวลาอันสั้น จึงทำให้บุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงขึ้น ส่งผลต่อการใช้ความพยายามในการทำงาน นอกจากนี้ หากบุคคลต้องเผชิญกับความแตกต่างระหว่างเป้าหมายที่ท้าทายกับผลการกระทำของตน หากมีความมั่นใจในความสามารถของตนเองจะส่งผลต่อการใช้ความพยายามมากขึ้นและทำงานจนบรรลุผลสำเร็จ

3. ผลต่อความสนใจในกิจกรรม การมีความสนใจในกิจกรรมสืบเนื่องมาจากบุคคลนั้นมีประสบการณ์ที่พอใจในการบรรลุตามเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ การตั้งเป้าหมายที่เปิดโอกาสให้บุคคลได้แสดงความสามารถและใช้ความพยายามในการลดความไม่สอดคล้องระหว่างการกระทำกับเป้าหมาย จะมีผลต่อความสนใจในกิจกรรม

ล็อก และ เลธัม (Locke; & Latham. 1990: online) ได้อธิบายถึงอิทธิพลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อพฤติกรรมใน 4 ลักษณะ คือ

1. ทิศทาง การตั้งเป้าหมายทำให้บุคคลสามารถกำหนดทิศทางการกระทำได้สอดคล้องกับเป้าหมายที่ตั้งไว้

2. ความพยายาม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้พร้อมๆ กับการกำหนดทิศทางตามสัดส่วนที่บุคคลรับรู้ว่าคุณมีความต้องการในเป้าหมายเพียงใด นั่นคือ หากมีความต้องการบรรลุเป้าหมายที่ท้าทาย จะต้องเพิ่มความพยายามและความตั้งใจในการทำเป้าหมายมากกว่าเป้าหมายที่ง่ายหรือการไม่มีเป้าหมาย

3. ความคงทน เป็นระดับของความเพียรพยายามที่เพิ่มมากขึ้นเมื่อเวลาผ่านไป ดังนั้นความคงทนจึงเป็นการนำเอากลไกทั้ง 2 ส่วน คือ ทิศทางและความพยายามมารวมกัน

4. การพัฒนากลยุทธ์ จากกลไกทั้ง 3 ประการ คือ ทิศทาง ความพยายาม และความคงทนนั้น เป็นผลโดยตรงจากการตั้งเป้าหมาย ในขณะที่การพัฒนากลยุทธ์หรือวางแผน เพื่อให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จเป็นผล โดยทางอ้อมจากการตั้งเป้าหมาย กระบวนการพัฒนากลยุทธ์เป็นส่วนประกอบสำคัญของปัญญา ทำให้เกิดการพัฒนากิจกรรมหรือการแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์ เมื่อบุคคลตั้งเป้าหมายไว้แล้วเขาก็จำเป็นต้องวางแผนและจัดระบบการทำงาน

ใบความรู้ กลุ่มที่ 3 เรื่อง “บุคลิกภาพแห่งตน”

โรเจอร์ส อธิบายว่า “ตัวตน” ของบุคคลสามารถแบ่งออกเป็นลักษณะต่างๆ ได้แก่ มโนภาพแห่งตน หรือความคิดรวบยอดของตน หรือตัวตนตามที่มองเห็น (Self-Concept) เป็นส่วนที่ตนมองเห็นภาพของตนเอง ที่บุคคลมีการรับรู้และมองเห็นตนเองในหลายแง่หลายมุม เช่น “ฉันเป็นคนเก่ง” “ฉันเป็นคนสวย” “ฉันเป็นคนอากัปกิริยาดี” “ฉันเป็นคนขี้อาย” เป็นต้น

สิ่งที่บุคคลมองเห็นตัวเองนี้อาจไม่ตรงกับที่ผู้อื่นมองเห็น หรือรับรู้ก็ได้ เช่น ผู้ที่เห็นแก่ตัว และชอบเอาเปรียบผู้อื่น หรือผู้ที่มีความทะเยอทะยานสูง อาจไม่ทราบว่า ตนเป็นคนเช่นนั้น

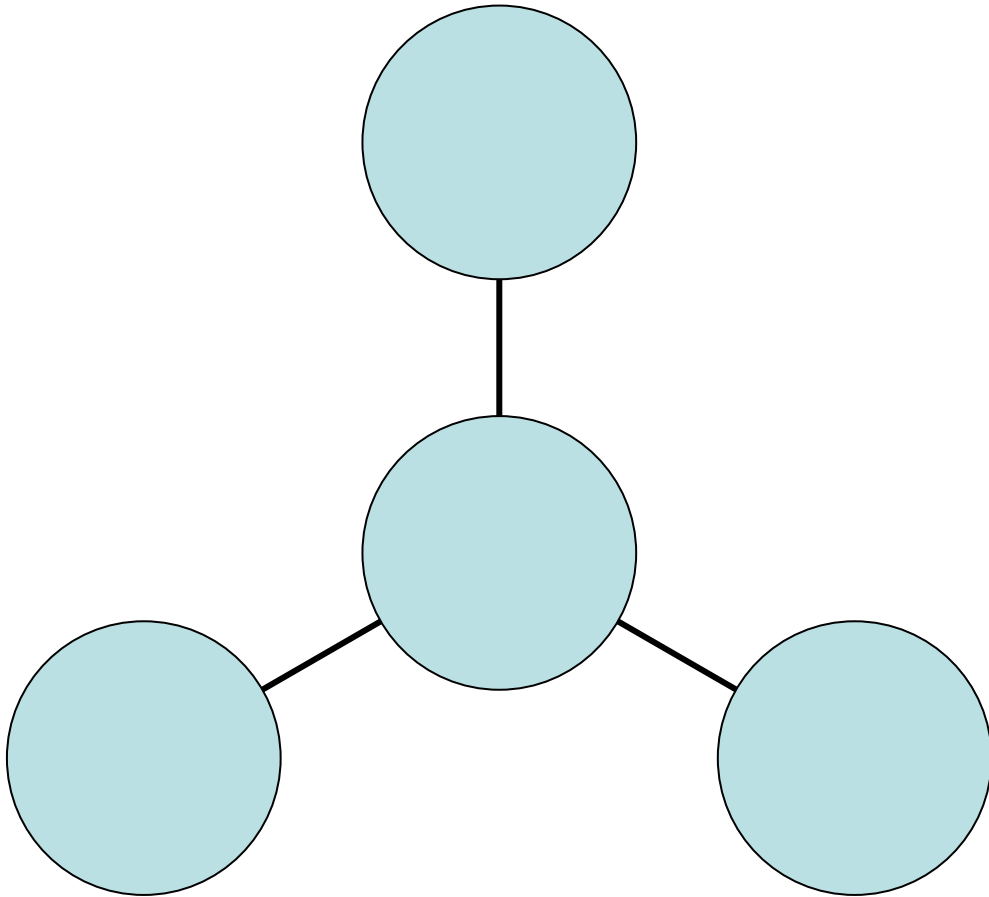
ตัวตนแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ตัวตนที่เป็นจริง กับตัวตนตามอุดมคติ

1. ตัวตนตามที่เป็นจริง (Real Self) เป็นลักษณะของบุคคลที่เป็นไปตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ซึ่งบุคคลอาจรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ได้ เช่น “เป็นคนเรียนเก่ง” “เป็นคนสวย” “เป็นคนร่าเริง” ฯลฯ และพบว่าบ่อยครั้งที่บุคคล จะมองไม่เห็นในส่วนที่เป็นตัวตนที่แท้จริงของตนเลย ซึ่งจะนำไปสู่ปัญหาต่างๆ ตามมา เช่น แดงกวาง มองเห็นว่าเธอเป็นคนเรียนเก่ง กว่าเพื่อนๆ ทั้งๆ ที่ในความเป็นจริงแล้ว เธอไม่ได้เป็นเช่นนั้นเลย เธอจึงทำตัวดูถูกเพื่อนๆ ที่เรียนไม่เก่ง และเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เธอไม่ค่อยมีเพื่อนเท่าที่ควร เป็นต้น

2. ตัวตนตามอุดมคติ (Ideal Self) หมายถึง ภาพที่ตนเองอยากจะเป็น ซึ่งหมายถึงบุคคลยังไม่สามารถเป็นได้ในสภาวะปัจจุบัน เช่น “น้องแดงอยากเป็นทั้งคนเก่งและคนสวยเหมือนพี่ปุย” เป็นต้น (<http://www.nam-liez.spaces.live.com/blog/cns!AAAE2AC207C0F15D!877.entry?sa>)

ใบงาน

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม สรุป ความรู้จากในความรู้ที่ได้รับเป็น mind mapping พร้อมทั้ง ตกแต่งให้สวยงาม และส่งตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอ



โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 5

หัวข้อเรื่อง : การตั้งเป้าหมายในการเรียนจะเป็นทิศทางนำไปสู่ความสำเร็จ

ชื่อกิจกรรม : กรณีตัวอย่างเรื่อง” การตั้งเป้าหมายในการเรียน”

แนวคิด

การที่นักเรียนได้ทราบถึงเป้าหมายในการเรียนประเภทต่างๆ ทำให้นักเรียนสามารถที่จะตั้งเป้าหมายที่ถูกต้องให้กับตนเองได้

จุดมุ่งหมาย

1. ให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายในการเรียนได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกพฤติกรรมของเป้าหมายแต่ละด้านได้

เทคนิคการใช้ : กรณีตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. เอกสารกรณีตัวอย่างจำนวน 2 เรื่อง
2. ใบงาน เรื่องในห้องเรียน
3. ปากกา

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยการใช้กรณีตัวอย่างเรื่อง "ในห้องเรียน"

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับนักเรียนและทบทวนกิจกรรมที่เราได้ทำไปแล้ว

ผู้วิจัยอธิบายถึงกิจกรรมที่ร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ให้นักเรียนนั่งเป็นครึ่งวงกลม
2. ผู้วิจัยอธิบายกติกาและขั้นตอนการทำกิจกรรม ดังนี้
 - 2.1 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนเป็น 3 กลุ่ม
 - 2.2 ผู้วิจัยแจกกรณีตัวอย่างเรื่อง "ในห้องเรียน" ให้นักเรียนอ่าน
 - 2.2 ให้นักเรียนเขียนลงในใบงานคน บุคคลในกรณีศึกษา มีการตั้งเป้าหมายในการหรือไม่ และเป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดี
 - 2.3 ให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอและถามความเห็นของเพื่อนอีกกลุ่มว่าเห็นด้วยกับที่กลุ่มคิดไว้หรือไม่

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นในการทำกรณีศึกษา โดยนักเรียนคิดว่า สมชาย สมคิด และสมศักดิ์ มีเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ และเป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดีอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อสรุปเป็นแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้
2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับกรณีศึกษา เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมาย

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและความร่วมมือในการทำกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตการณ์สรุปร่วมกันของนักเรียน
3. สรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็น และผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับการที่ได้รับจากการเข้ากิจกรรม " การตั้งเป้าหมายในการเรียน "

กรณีศึกษา “ในห้องเรียน”

สมชาย สมคิด และสมศักดิ์ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ทั้ง 2 คน เรียนแผนกวิชา ชั้นเดียวกัน สมชายไม่ชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์ แต่จำเป็นต้องเรียนเพราะเป็นวิชาบังคับ ขณะที่เรียนเขามีความรู้สึกเบื่อ เขาเรียนวิชานี้เพียงเพื่อให้สอบผ่าน คือได้เกรด C เท่านั้น ส่วนสมคิด มีความรู้สึกชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ขณะที่เรียนเขาพยายามทำความเข้าใจ เพราะเขาเห็นความสำคัญว่า วิชาคณิตศาสตร์สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ รวมทั้ง เขาต้องการเรียนต่อในระดับปริญญาตรี ซึ่งจะต้องใช้พื้นฐานความรู้ในวิชาคณิตศาสตร์เป็นสำคัญ ดังนั้น เขาจึงพยายามมาก

สมศักดิ์ ชอบวิชาคณิตศาสตร์และสามารถตอบคำถามของครูได้ทุกครั้ง แต่สมศักดิ์พยายามหลีกเลี่ยงในการตอบคำถามในห้องเรียน หากครูถาม สมศักดิ์จะแก้มองบิดเสมือ เพราะเขาต้องการให้เพื่อนในกลุ่มของเขายอมรับ

ใบงานกลุ่มที่ 1

นักเรียนคิดว่า สมชายมีเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ และเป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดี
อย่างไร อธิบาย

กรณีศึกษา “ในห้องเรียน”

สมชายและสมคิดเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ทั้ง 2 คน เรียนแผนกวิชา ชั้นเดียวกัน สมชายไม่ชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์ แต่จำเป็นต้องเรียนเพราะเป็นวิชาบังคับ ขณะที่เรียนเขามีความรู้สึกเบื่อ เขาเรียนวิชานี้เพียงเพื่อให้สอบผ่าน คือได้เกรด C เท่านั้น ส่วนสมคิดมีความรู้สึกชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ขณะที่เรียนเขาพยายามทำความเข้าใจ เพราะเขาเห็นความสำคัญว่า วิชาคณิตศาสตร์สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ รวมทั้ง เขาต้องการเรียนต่อในระดับปริญญาตรี ซึ่งจะต้องใช้พื้นฐานความรู้ในวิชาคณิตศาสตร์เป็นสำคัญ ดังนั้นเขาจึงพยายามมาก

สมศักดิ์ ชอบวิชาคณิตศาสตร์และสามารถตอบคำถามของครูได้ทุกครั้ง แต่สมศักดิ์พยายามหลีกเลี่ยงในการตอบคำถามในห้องเรียน หากครูถาม สมศักดิ์จะแก้มองบิดเสมือ เพราะเขาต้องการให้เพื่อนในกลุ่มของเขาอมรับ

ใบงานกลุ่มที่ 2

นักเรียนคิดว่าสมคิดมีเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ และเป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดีอย่างไร อธิบาย

กรณีศึกษา “ในห้องเรียน”

สมชายและสมคิดเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ทั้ง 2 คน เรียนแผนกวิชา ชั้นเดียวกัน สมชายไม่ชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์ แต่จำเป็นต้องเรียนเพราะเป็นวิชาบังคับ ขณะที่เรียนเขามีความรู้สึกเบื่อ เขาเรียนวิชานี้เพียงเพื่อให้สอบผ่าน คือได้เกรด C เท่านั้น ส่วนสมคิดมีความรู้สึกชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ขณะที่เรียนเขาพยายามทำความเข้าใจ เพราะเขาเห็นความสำคัญว่าวิชาคณิตศาสตร์สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ รวมทั้ง เขาต้องการเรียนต่อในระดับปริญญาตรี ซึ่งจะต้องใช้พื้นฐานความรู้ในวิชาคณิตศาสตร์เป็นสำคัญ ดังนั้นเขาจึงพยายามมาก

สมศักดิ์ ชอบวิชาคณิตศาสตร์และสามารถตอบคำถามของครูได้ทุกครั้ง แต่สมศักดิ์พยายามหลีกเลี่ยงในการตอบคำถามในห้องเรียน หากครูถาม สมศักดิ์จะแกล้งตอบผิดเสมอ เพราะเขาต้องการให้เพื่อนในกลุ่มของเขาอมรับ

ใบงานกลุ่มที่ 3

นักเรียนคิดว่าสมศักดิ์มีเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ และเป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดีอย่างไร อธิบาย

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 6

หัวข้อเรื่อง : ความเพียรพยายาม

ชื่อกิจกรรม : สิบ สิบ

แนวคิด

การที่จะทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จตามเป้าหมายนั้น บุคคลต้องมีความมุ่งมั่นเพียรพยายาม โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใด

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้นักเรียนฝึกทักษะความเพียรในการกระทำให้สำเร็จตามเป้าหมาย
2. เพื่อให้นักเรียนรู้ว่าความพยายามและการฝึกฝนทำให้บุคคลมีความสามารถและประสบความสำเร็จ
3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึงการทำงานที่ไม่ประสบความสำเร็จถ้าไม่พยายาม

เทคนิคการใช้ : กิจกรรมกลุ่ม

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. การ์ดตัวเลข จำนวน 20 แผ่น
2. สมุด
3. ปากกา

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายถึงกิจกรรมที่ร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
2. เกม สิบ สิบ คือ เกมตัวเลข ให้นักเรียนบอกตัวเลข แถวละ 6 ตัว จำนวน 10 แถว

วิธีการเล่น ดังนี้

2.1 คนสุดท้ายอ่านตัวเลขจากการ์ดที่ละแถว และบอกต่อมาเรื่อย ๆ จนถึงคนหน้าสุด
คนหน้าสุดทำหน้าที่จด

2.2 เมื่อครบรอบหมดเวลา นักเรียนต้องหยุดบอกและหยุดจดทันที

2.3 ผู้จดทำหน้าที่ขานเลขกับอาจารย์ หากถูกอาจารย์จะบอก OK หากผิดอาจารย์

จะบอกผ่าน

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยอธิบายขั้นตอนและวิธีการเล่นเกม
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกปฏิบัติกิจกรรม โดยใช้เกม สิบ สิบ ตั้งเป้าหมายในการเล่นแต่ละครั้งว่าจะต้องทำตัวเลขให้ได้กี่แถว

3. ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปและประชุมกลุ่มเพื่อประเมินผลการทำงานของกลุ่มและตั้งเป้าหมายกลุ่ม ทุกๆ 5 รอบ (1 รอบ = การเล่น 5 ครั้ง)

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนหนึ่งเป็นเครื่องวงกลม
2. ร่วมแสดงความคิดเห็นว่า ได้เรียนรู้อะไรจากการทำกิจกรรมในประเด็นการตั้งเป้าหมาย

วิธีการทำให้เป้าหมายสำเร็จ ปัญหา อุปสรรคที่ไม่สำเร็จตามเป้าหมาย การใช้ความพยายาม

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อสรุปแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้

ไปประยุกต์ใช้

2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็น และผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยเปรียบเทียบให้นักเรียนเห็นถึงผลของความพยายาม และการไม่พยายามทำสิ่งที่ยากให้สำเร็จ

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. สังเกตการณ์สรุปของนักเรียน

การ์ดตัวเลข

5	6	2	4	7	9
2	1	0	5	5	3
7	3	1	6	9	4
5	0	9	6	4	8
4	0	0	5	3	7
3	4	2	5	8	7
4	2	1	6	3	9
4	1	4	3	2	8
8	4	8	3	2	6
0	3	4	6	3	0

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 7

หัวข้อเรื่อง : ร่วมแรงร่วมใจเพื่อให้เป้าหมายสำเร็จ

ชื่อกิจกรรม : ตัดต่อภาพ

แนวคิด

เป็นกิจกรรมที่สร้างขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เกิดการเรียนรู้และยอมรับเป้าหมายที่กลุ่มตั้งขึ้นมา การปรึกษาหารือและมีเป้าหมายร่วมกัน จะทำให้ผลงานออกมาดี มีประสิทธิภาพและช่วยให้ความมั่นใจในการกำหนดเป้าหมายด้วยตนเองต่อไป

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการวางแผนในการทำงานให้บรรลุเป้าหมาย
2. เพื่อเป็นนักเรียนพยายามทำงานที่ยากให้สำเร็จ

เทคนิคการใช้ : กิจกรรมกลุ่ม

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. ชิ้นส่วนภาพ
2. แบบบันทึกการสร้างเป้าหมายในการเรียน
3. แบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม
4. สก๊อตเทป

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้เข้าร่วมกิจกรรม กล่าวคำสัญญาเกี่ยวกับตัวเองพร้อมกัน ดังนี้ “ฉันตั้งใจทำกิจกรรม และประเมินตนเองด้วยความซื่อสัตย์ 100%
2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกจำนวน 2 คน นำเสนอข้อมูลจากสมุดบันทึกเป้าหมายและสังเกตพฤติกรรมตนเอง จากนั้นให้สมาชิกร่วมกันวิเคราะห์การทำพฤติกรรมเป้าหมายที่เพื่อนนำเสนอ
3. ผู้วิจัยกล่าวชื่นชมให้กำลังใจและมอบรางวัลให้แก่ผู้นำเสนอบันทึก

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยแบ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็น 2 กลุ่ม โดยการจับฉลาก
2. ผู้วิจัยชี้แจงการปฏิบัติกิจกรรมสร้างเป้าหมายในการเรียน โดยให้เล่นเกม “ต่อภาพ” มีภาพให้กลุ่มละ 20 ภาพ ให้แข่งขันระหว่างกลุ่ม ใช้เวลา 5 นาที ต่อภาพให้ได้มากที่สุดและเร็วที่สุด 1 ภาพเท่ากับ 1 คะแนน ในขณะที่เล่นให้นึกถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้และให้ใช้ความพยายามทำให้ได้ตามเป้าหมาย
3. สมาชิกทั้ง 2 กลุ่ม ร่วมกันกำหนดคะแนนเป้าหมายกลุ่ม และบันทึกไว้ในแบบบันทึกการสร้างเป้าหมายที่แจกให้
4. ปฏิบัติกิจกรรม โดยให้ทั้ง 2 กลุ่ม เข้าแถวเป็น 2 แถว แข่งขันกันต่อภาพกลุ่มใดต่อได้หมดก่อนให้ร้องว่าไชโยพร้อมกัน จากนั้นนั่งลงทั้งกลุ่ม
5. หมดเวลา นับคะแนนที่ทำได้และบันทึกไว้ในแบบบันทึกการสร้างเป้าหมายในการเรียน

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นครึ่งวงกลม
2. นักเรียนได้ร่วมแสดงความคิดเห็นว่า ได้เรียนรู้อะไรจากการทำกิจกรรมในประเด็นการตั้งเป้าหมาย วิธีการทำให้เป้าหมายสำเร็จ ปัญหา อุปสรรคที่ไม่สำเร็จตามเป้าหมาย เหตุผลที่ทำให้เกิดความพยายาม
3. นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่า หากนักเรียนยอมแพ้ ทำงานไม่บรรลุเป้าหมายจะรู้สึกอย่างไร และเมื่อบรรลุเป้าหมายรู้สึกอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรม เพื่อสรุปแนวทางการนำไปประยุกต์ใช้
2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน และเปรียบเทียบให้เห็นถึงผลของการทำเพื่อให้ได้รับของรางวัลหรือคะแนนกับทำเพื่อพัฒนาให้ตนเองเกิดความรู้มากขึ้นความรู้สึกต่างกันอย่างไรร

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. สังเกตการณสรุปของนักเรียน

แบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม
ครั้งที่

1. การเล่นเกม ทำให้เกิดการเรียนรู้ ดังนี้

.....
.....
.....

2. บอกระยะของการตั้งเป้าหมาย

.....
.....
.....

3. การตั้งเป้าหมายทำได้ยากหรือไม่ เพราะอะไร

.....
.....
.....

4. บอกรีธีการที่ทำให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

.....
.....
.....

5. เพราะอะไรจึงพยายามทำให้บรรลุตามเป้าหมาย

.....
.....
.....

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 8

หัวข้อเรื่อง : เป้าหมายที่ดีที่สุด

ชื่อกิจกรรม : อักษรนี้มีความหมาย

แนวคิด

1. การสร้างเป้าหมายต้องคำนึงถึงคุณลักษณะของเป้าหมาย เป้าหมายที่กำหนดต้องมีลักษณะเจาะจง ทำความยากความสามารถ มีระยะเวลาและสอดคล้องกับความเป็นจริง ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการสร้างเป้าหมายในการเรียนได้ทุกเรื่อง การสร้างเป้าหมายด้วยตนเอง จะทำให้บุคคลเกิดการรับรู้ความสามารถของตน เห็นคุณค่าและมีความรับผิดชอบต่อเป้าหมายที่ตนเองตั้งขึ้นมา

2. การตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง เป็นกิจกรรมที่สร้างขึ้น เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้กำหนดเป้าหมายเกี่ยวข้องกับการเรียนของตนเอง ตามการรับรู้ความสามารถของตน ให้นักเรียนคำศัพท์ภาษาอังกฤษ ที่ขึ้นต้นด้วยตัว a ให้ได้มากที่สุด ภายในเวลา 10 นาที ให้คะแนนคำละ 1 คะแนน ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถประเมินความก้าวหน้าของตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถเปรียบเทียบผลงานของตัวเอง ที่ทำแบบตั้งใจและไม่ตั้งใจ

เทคนิคการใช้ : กิจกรรมกลุ่ม

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. แบบฝึกตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง
2. แบบบันทึกการสร้างเป้าหมายในการเรียน

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์
2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกทุกคนบันทึกเป้าหมายที่คาดว่าจะสำเร็จในสมุดบันทึกเป้าหมาย

และสังเกตพฤติกรรมตนเอง

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการสร้างเป้าหมายในการเรียนและชี้แจงการปฏิบัติกิจกรรมเกม “อักษรที่มีความหมาย” กติกา เขียนคำภาษาอังกฤษ ที่ขึ้นต้นด้วยตัวอักษร a m และ o ให้ได้มากที่สุด ภายในเวลา 10 นาที กำหนดคะแนนคำละ 1 คะแนน

2. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกำหนดคะแนนเป้าหมายด้วยตนเองและบันทึกไว้ พร้อมทั้งให้เหตุผลในการตั้งเป้าหมาย

3. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมอ่านคำสั่ง และเริ่มจับเวลา เมื่อหมดเวลาให้สลับกันตรวจและให้คะแนน

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนหนึ่งเป็นเครื่องวงกลม

2. นักเรียนได้ร่วมแสดงความคิดเห็นว่า ได้เรียนรู้อะไรจากการทำกิจกรรมในประเด็นการตั้งเป้าหมาย การทำไม่สำเร็จในครั้งแรกเพราะอะไร และมีวิธีการทำให้เป้าหมายสำเร็จอย่างไร ปัญหาอุปสรรคที่ทำไม่สำเร็จตามเป้าหมาย เหตุผลที่ทำให้เกิดความพยายาม

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตั้งไว้กับเป้าหมายที่ทำได้จริง

2. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกเล่าถึงความรู้สึกที่ทำไม่ได้และได้ตามเป้าหมาย

3. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกเล่าวิธีการที่ทำให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จได้

4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน และเปรียบเทียบให้นักเรียนเห็นถึงการทำให้คนอื่นเห็นว่าเราเก่ง กับการทำเพื่อการพัฒนาตนเองโดยการเปรียบเทียบผลงานของตนเอง ครั้งแรกกับครั้งสุดท้าย

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

2. สังเกตการณ์สรุปของนักเรียน

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 9

หัวข้อเรื่อง : เป้าหมายส่งเสริมการเรียนรู้

ชื่อกิจกรรม : ภาษาสนุก

แนวคิด

1. การสร้างเป้าหมายเป็นกระบวนการในการกำกับตนเอง เพื่อให้กระทำพฤติกรรมตามที่ต้องการ ได้ด้วยตนเอง การเรียนหนังสือเป็นหน้าที่ที่นักเรียนต้องรับผิดชอบและจะต้องบังคับตนเองให้ทำการบ้าน อ่านหนังสือสอบ

2. กิจกรรม ภาษาสนุก เป็นกิจกรรมที่สร้างขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ฝึกการตั้งเป้าหมายที่ส่งเสริมการเรียนรู้ตามการรับรู้ความสามารถแห่งตน ให้เขียนคำคล้องจอง คำสองพยางค์ขึ้นไปให้ได้มากที่สุด ภายในเวลา 10 นาที ให้คะแนนคำที่เขียนถูกต้อง คำละ 1 คะแนน

จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้นักเรียนเกิดความพึงพอใจในผลงานที่ตนเองทำถึงแม้งานที่ทำจะไม่ประสบความสำเร็จ ทั้งๆ ที่ได้พยายามอย่างเต็มที่

เทคนิคการใช้ : กิจกรรมกลุ่ม

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. แบบฝึกกิจกรรมเกม “ภาษาเก่ง”
2. แบบบันทึกเป้าหมายในการเรียน
3. แบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์
2. ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ทบทวนเป้าหมายของตนเองที่ตั้งไว้
3. ผู้วิจัยขอให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมพยายามทำคะแนนของตนเองให้ดีที่สุด

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยทบทวนความรู้เกี่ยวกับการสร้างเป้าหมายในการเรียน และชี้แจงการปฏิบัติกิจกรรม “ภาษาสนุก” กติกา เขียนคำคล้องจองตั้งแต่ 2 พยางค์ขึ้นไป ให้ได้มากที่สุด ภายในเวลา 10 นาที ให้คะแนนคำที่เขียนถูกต้อง คำละ 1 คะแนน
2. ผู้วิจัยแจกแบบฝึกกิจกรรม
3. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกำหนดคะแนนเป้าหมายบันทึกไว้ พร้อมทั้งให้เหตุผลการตั้ง เป้าหมายจะต้องคำนึงถึงการตั้งเป้าหมายที่สอดคล้องกับความเป็นจริง สามารถทำได้สำเร็จ แล้วบันทึกไว้ในแบบบันทึกการสร้างเป้าหมายที่แจกให้
4. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมอ่านคำสั่ง และเริ่มจับเวลา ขณะที่ทำกิจกรรมให้นักถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้และใช้ความพยายามทำให้ได้ตามเป้าหมาย เมื่อหมดเวลาให้วางปากกา และสลับกันตรวจ

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนหนึ่งเป็นครั้งวงกลม
2. นักเรียนได้ร่วมแสดงความคิดเห็นว่า ได้เรียนรู้อะไรจากการทำกิจกรรมในประเด็นการตั้งเป้าหมาย วิธีการทำให้เป้าหมายสำเร็จ ปัญหา อุปสรรคที่ไม่สำเร็จตามเป้าหมาย เหตุผลที่ทำให้เกิดความพยายาม

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตั้งไว้กับเป้าหมายที่ทำได้จริง
2. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกเล่าถึงความรู้สึกที่ทำได้และไม่ได้ตามเป้าหมาย
3. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกเล่าวิธีการที่ทำให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จได้
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน และให้นักเรียนเกิดความพึงพอใจในผลงานที่ตนเองทำถึงแม้งานที่ทำจะไม่ประสบความสำเร็จทั้งที่ได้พยายามอย่างเต็มที่

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. สังเกตการณสรุปของนักเรียน

แบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม
ครั้งที่ 9

1. บอกประโยชน์การฝึกเล่นเกม ตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง ภาษาสนุก

.....

.....

.....

.....

2. บอกวิธีการที่ทำกิจกรรมสำเร็จตามเป้าหมาย

.....

.....

.....

.....

3. ให้ออกลักษณะของผู้ที่มีพฤติกรรมการเรียนดีและไม่ดี

.....

.....

.....

.....

4. บอกความรู้สึกที่มีต่อกิจกรรมนี้ และข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

5. ให้เขียนข้อคิดและข้อเตือนใจตัวเองเกี่ยวกับเรื่องเรียน

.....

.....

.....

.....

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมาย

ครั้งที่ 10

หัวข้อเรื่อง : เป้าหมายในการประกอบอาชีพ

ชื่อกิจกรรม : อาชีพที่ฉันรัก

แนวคิด

อาชีพมีอิทธิพลต่อการเรียน ต่อการดำเนินชีวิต การประกอบอาชีพ ทำให้บุคคลเกิด ทัศนคติภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า การเลือกอาชีพที่เหมาะสม ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของบุคคลความสุขในการทำงานมีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิต กล่าวคือ การประกอบอาชีพเป็นแห่งที่มาของรายได้ การมีเป้าหมายในการประกอบอาชีพในอนาคต จะทำให้บุคคลมีแนวทางในการศึกษา และมีเหตุผลในการตั้งเป้าหมาย เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายนั้น (ทัศนีย์ กम्मลาพันธ์. 2546: 15)

จุดมุ่งหมาย : เพื่อให้นักเรียนทราบว่าผลการเรียนมีผลต่อการประสบความสำเร็จในอาชีพ

เทคนิคการใช้ : กิจกรรมกลุ่ม

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. แบบฝึกกิจกรรมเกม “อาชีพที่ฉันรัก”
2. แบบบันทึกเป้าหมายในการเรียน

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยแจกใบงานอาชีพที่ฉันรัก ให้นักเรียน
2. ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรมต่างๆ ที่ทำมาแล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยชี้แจงการทำกิจกรรม “อาชีพที่ฉันรัก” กติกา ให้เขียนอาชีพที่ตนเองอยากจะเป็นในอนาคตและบอกว่าจำเป็นต้องทำอย่างไรถึงจะบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้
2. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกมาบอกถึงอาชีพที่ตนเองรัก และวิธีทำให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ให้เพื่อนฟัง
3. เพื่อนๆ ร่วมกันให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการทำให้บรรลุตามเป้าหมาย

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนหนึ่งเป็นครึ่งวงกลม
2. นักเรียนได้ร่วมแสดงความคิดเห็นว่า ได้เรียนรู้อะไรจากการทำกิจกรรมในประเด็นการตั้งเป้าหมาย วิธีการทำให้เป้าหมายสำเร็จ ปัญหา อุปสรรคที่ไม่สำเร็จตามเป้าหมาย เหตุผลที่ทำให้เกิดความพยายาม

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกเล่าวิธีการที่ทำให้เป้าหมายบรรลุผลสำเร็จได้
2. ผู้วิจัยตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้คิดถึงอาชีพของตนเองในอนาคต และร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยระบุอาชีพที่ตนเองสนใจมาคนละ 1 อาชีพ
3. ผู้วิจัยสรุปให้นักเรียนเห็นว่าการเรียนในปัจจุบันส่งผลต่ออนาคตอย่างไร

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. สังเกตการณสรุปของนักเรียน

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมาย

ครั้งที่ 11

หัวข้อเรื่อง : สารสำคัญ

ชื่อกิจกรรม : สรุปสารสำคัญของกิจกรรม

แนวคิด

สรุปสารสำคัญและประโยชน์ของกิจกรรมโปรแกรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน เป้าหมายที่ต่างกันทำให้บุคคลเอาใจใส่หรือ ทุ่มเหตความพยายามต่อการกระทำกิจกรรมต่างๆ (Personal Investment) ในระดับที่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามเป้าหมายที่บุคคลตั้งไว้จะเกิดผลดีและมีประโยชน์ก็ต่อเมื่อเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้นมีลักษณะใกล้เคียงกับความสามารถของบุคคลนั้น โดยเป้าหมายต้องไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป เพื่อที่บุคคลจะได้มีโอกาสที่จะทำงานนั้นได้ และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ได้แก่

1. เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ (Performance Goals) เป็นนักเรียนที่มีเป้าหมายชนิดที่เรียกว่า “เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ” ลักษณะบุคคลที่มีเป้าหมายประเภทนี้ ได้แก่

1.1 เชื่อว่าความสามารถของบุคคลมีความคงที่ ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้นบุคคลที่เก่งไม่จำเป็นต้องขยัน

1.2 ประเมินผลงานที่ตนเองทำ โดยเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น เพราะไม่ยอมให้ตนเองดูไม่ดี

1.3 เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้ตนเองได้แสดงให้ผู้อื่นเห็นว่าตนเองมีความสามารถและพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ทำให้ตนเองดูแย่

1.4 รู้สึกผ่อนคลายและภูมิใจที่ได้ทำงานที่ง่ายจนประสบความสำเร็จ

1.5 การเรียนรู้เกิดจากแรงจูงใจภายนอก โดยคาดหวังรางวัลจากบุคคลอื่น และพยายามหลีกเลี่ยงการถูกตำหนิ

1.6 มีความพยายามน้อยในการทำงาน

1.7 ใช้วิธีการเรียนรู้ที่ช่วยในการเรียนแบบท่องจำเท่านั้น

1.8 ต้องการทราบผลการเรียนรู้ที่เป็นสิ่งที่ดีเท่านั้น ไม่ต้องการทราบถึงข้อบกพร่องของตนเอง

1.9 ถ้างานที่ไม่ประสบความสำเร็จก็จะยกเลิกงานนั้นง่ายๆ และพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ตนเองเคยล้มเหลวมาก่อนในอดีต

1.10 คิดว่าครูผู้สอนคือผู้พิพากษาที่ทำหน้าที่เป็นผู้ให้รางวัลหรือให้การลงโทษ

1.11 คิดว่าความล้มเหลวเป็นตัวบ่งชี้ถึงความไม่เก่ง ไม่มีความสามารถ และเชื่อว่าความล้มเหลวนั้นจะเกิดขึ้นอีกในอนาคต

1.12 การมีเป้าหมายเชิงปฏิบัติการมักทำให้เกิดผลเสียมากมาย เช่น นักเรียนจะคิดว่าครูจะมีอคติกับนักเรียนบางคน และไม่มีความยุติธรรมในการให้คะแนน

2. เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ (Learning Goals) ลักษณะบุคคลที่มีเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ได้แก่

2.1 เชื่อความพยายามและการฝึกอบรม ทำให้บุคคลมีความสามารถ และประสบความสำเร็จได้

2.2 เลือกทำงานที่เปิดโอกาสให้ตนเองเกิดการเรียนรู้

2.3 รู้สึกผิดหวังและเบื่อหน่ายถ้าต้องทำงานที่ง่าย

2.4 การเรียนรู้เกิดจากแรงจูงใจภายใน

2.5 พยายามหาวิธีการเรียนต่างๆ ที่ช่วยทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

2.6 ทุ่มเทความพยายามอย่างมากในการเรียนรู้ ถึงแม้ไม่ประสบความสำเร็จ ก็ไม่ยกเลิกที่จะทำงานชิ้นนั้น

2.7 ประเมินผลงานที่ทำโดยเปรียบเทียบกับตนเองว่า มีความก้าวหน้าไปมากน้อยอย่างไร

2.8 เชื่อว่า ความพยายามและการฝึกฝน ทำให้บุคคลมีความสามารถ และประสบความสำเร็จได้

2.9 รู้สึกพอใจกับผลงานที่ตนเองทำ ถึงแม้ว่างานที่ทำจะไม่ประสบความสำเร็จทุกอย่างที่ได้พยายามอย่างเต็มที่แล้ว

2.10 ต้องการทราบผลการเรียนรู้เพื่อเป็นข้อมูลในการปรับปรุงการเรียนรู้ให้ดีขึ้น

2.11 คิดว่าความผิดพลาดเป็นเรื่องปกติและมีประโยชน์ในกระบวนการเรียนรู้ และสามารถนำความผิดพลาดไปปรับปรุงการเรียนให้ดีขึ้น และความผิดพลาดเป็นตัวบ่งชี้ ให้บุคคลเพิ่มความพยายามในการทำงานให้มากขึ้น

3. เป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต (Internalized Future – Utility Goals) นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้จะมองการเรียนรู้เสมือนผลตอบแทนที่จะได้รับในระยะยาว

4. เป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง (Extrinsic Reward or Recognition Goals) นักเรียนที่มีเป้าหมายประเภทนี้อาจสนใจในการเรียนเพื่อต้องการได้รับการยกย่องทางสังคม หรือการได้รับเงิน และรางวัลต่างๆ จากบุคคลอื่น

5. เป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม (Social Solidarity Goals) นักเรียนส่วนใหญ่ โดยเฉพาะนักเรียนในระดับประถมศึกษา ทำการบ้านเพื่อให้ครูพอใจ ต้องการให้ครูรัก

ความสำคัญของเป้าหมาย

ชีวิตที่ประสบความสำเร็จ มักเป็นชีวิตที่มีการวางแผนเพราะสิ่งที่คุณคิดได้กระทำลงไปในปัจจุบัน ล้วนมีผลต่ออนาคตของชีวิตเขาทั้งสิ้น บุคคลที่มีได้วางแผนชีวิต ปล่อยให้ทุกสิ่งขึ้นอยู่กับชะตากรรม จึงยากที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ เปรียบเสมือนเรือที่ปราศจากหางเสือและเป้าหมายที่จะเดินทาง ย่อมล่องลอยเปะปะไปอย่างไร้จุดหมายและก็จะถึงแก่กาลอับปางลงในที่สุด ดังนั้นชีวิตที่จะประสบความสำเร็จได้ จึงมักต้องมีเป้าหมาย มีการวางแผนและมีขั้นตอนที่จะดำเนินไปให้ถึงเป้าหมายนั้นๆ

ดังนั้นการสร้างเป้าหมายในการเรียน จึงเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อเสริมสร้างความพร้อมในการสร้าง อนาคตของตนเองและของสังคมที่เขามีส่วนร่วมในเวลาเดียวกัน

คุณลักษณะของเป้าหมาย

แบนดูรา (ภัทรียา มาลาทอง. 2545: 26; อ้างอิงจาก Bandura. 1986) กล่าวถึงคุณสมบัติ ของเป้าหมายว่าเป็นตัวกำหนดเงื่อนไขการกระทำพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการใช้ความพยายามและการจูงใจ ในการทำงาน ซึ่งเป้าหมายมีคุณลักษณะ ดังนี้

1. มีลักษณะเจาะจง คือ เป้าหมายที่กำหนดขึ้นมีความชัดเจนและชี้เฉพาะว่าพฤติกรรมใด ที่บุคคลต้องทำและควรปฏิบัติอย่างไร

2. มีลักษณะท้าทาย ระดับของเป้าหมายมีผลต่อปฏิภิกิริยาของผู้ปฏิบัติและจำนวนความ พยายามที่ใช้

3. มีระยะสั้น การตั้งเป้าหมายระยะสั้นมีผลต่อแรงจูงใจของบุคคลและความคาดหวังใน ความสามารถของตนเองและความสนใจในกิจกรรม

4. สอดคล้องกับความเป็นจริง การตั้งเป้าหมายที่สอดคล้องกับความเป็นจริง จะทำให้ บุคคลเกิดการเปรียบเทียบตนเอง

ลือค และ เลธรัม (สุพิตร สมานิติ. 2541: 1 – 2; อ้างอิงจาก Locke; & Latham. 1985) ได้ให้หลักสำคัญของการกำหนดเป้าหมาย 2 ประการ ดังนี้

1. การกำหนดเป้าหมายเฉพาะจะเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมการแสดงออก ที่ดีกว่า สูงกว่าการกำหนดเป้าหมายทั่วไป

2. การกำหนดเป้าหมายที่มีความยากกว่า จะช่วยทำให้ระดับของงานที่ได้สูงกว่าการกำหนด เป้าหมายของงานที่ต่ำกว่าและง่ายกว่า

การกำหนดเป้าหมายที่ดีนั้น หากได้มีการกำหนดเป็นระยะสั้น รวมกับระยะยาวเข้าไว้ด้วยกัน ต่อเนื่องกัน จะมีผลต่อการนำไปปฏิบัติได้ดีกว่าการกำหนดเป้าหมายที่เป็นช่วงระยะยาวหรือระยะสั้น แต่เพียงอย่างเดียว ผลดีของการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นแต่เพียงอย่างเดียว ก็คงเป็นเพราะได้รับ แรงเสริม และข้อมูลย้อนกลับในทันทีทันใด ขณะเดียวกันก็จะเป็นการช่วยเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ให้หนักก็ว่าได้เป็นอย่างดี (สุพิตร สมานิติ. 2541: 1 – 2; อ้างอิงจาก Weinberg. 1993)

ผลของการตั้งเป้าหมาย

การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรมมีผลต่อแรงจูงใจ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และมีผลต่อความสนใจเพิ่มขึ้น (นันทน์ภัส การะเกตุ. 2547: 16; อ้างอิงจาก Bandura. 1986) ดังนี้

1. ผลต่อแรงจูงใจ การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรม มักทำให้บุคคลมีแรงจูงใจที่กระทำพฤติกรรมเพิ่มขึ้น โดยมีแนวโน้มที่จะใช้ความพยายามในการกระทำเพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้มากขึ้น

2. ผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง การสร้างเป้าหมายสามารถพัฒนาการรับรู้ความสามารถของบุคคล โดยนำเป้าหมายมาเปรียบเทียบกับการกระทำพฤติกรรมของบุคคล จึงก่อให้เกิดข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับความสามารถ

3. ผลต่อความสนใจในกิจกรรม การมีความสนใจในกิจกรรมสืบเนื่องมาจากบุคคลนั้นมีประสบการณ์ที่พอใจในการบรรลุตามเป้าหมายที่ตนตั้งไว้

ล็อก และ เลธัม (Locke; & Latharn. 1990: online) ได้อธิบายถึงอิทธิพลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อพฤติกรรมใน 4 ลักษณะ คือ

1. ทิศทาง
2. ความพยายาม
3. ความคงทน
4. การพัฒนากลยุทธ์ จากกลไกทั้ง 3 ประการ คือ ทิศทาง ความพยายาม และความคงทนนั้นเป็นผลโดยตรงจากการตั้งเป้าหมาย

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อทำการสรุปสาระสำคัญและประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมได้
2. เพื่อให้มีแนวทางในการประยุกต์ความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน
3. บอกวิธีการปฏิบัติตนเพื่อไปสู่เป้าหมายได้

เทคนิคการใช้ : การระดมสมอง

ขนาดของกลุ่ม : 12 คน

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

แบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรมที่ทำมาตั้งแต่ครั้งที่ 1
2. ทบทวนสิ่งที่นักเรียนทุกคนได้รับ
3. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเตรียมตอบคำถาม

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยตั้งคำถามนำ เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ร่วมกันทบทวนความรู้ที่ได้รับจากการฝึกตลอดโปรแกรม
2. ผู้เข้าร่วมกิจกรรม สรุปสาระสำคัญที่ได้รับจากการฝึกกิจกรรม และการนำไปใช้ ในชีวิตประจำวัน

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำแบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม ครั้งที่ 10 – 11

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. วิจัยสรุปสาระสำคัญในภาพรวมและบอกประโยชน์ของกิจกรรมอีกครั้ง
2. ผู้วิจัยสรุปผลจากการสังเกตพฤติกรรมและให้คำแนะนำในการให้เหตุผลในการสร้างเป้าหมายที่เหมาะสมเป็นรายบุคคล

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. สังเกตการณ์สรุปของนักเรียน

แบบแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม
ครั้งที่ 10 – 11

1. บอกประโยชน์การฝึกเล่นเกม “อาชีพที่ฉันรัก”

.....
.....
.....
.....

2. คิดว่าการสร้างเป้าหมายเป็นสิ่งที่ยากหรือไม่ยาก เพราะอะไร

.....
.....
.....
.....

3. เป้าหมายในชีวิตของฉันคือ

.....
.....
.....
.....

4. ฉันสามารถสร้างเป้าหมายชีวิตเรื่องอื่นๆ ได้ เช่น

.....
.....
.....
.....

5. เขียนคติเตือนใจ หรือความฝันที่ตั้งไว้เกี่ยวกับความต้องการในอาชีพนักเรียนมาอย่างน้อย

3 ข้อ

.....
.....
.....
.....

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ครั้งที่ 12

หัวข้อเรื่อง : ปัจฉิมนิเทศ

ชื่อกิจกรรม : รวมกันเป็นหนึ่ง

แนวคิด : เนื้อเพลงสัญญาใจ

จุดมุ่งหมาย

1. ทำการประเมินผลการฝึกโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน
2. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ครั้งที่ 2
3. เพื่อให้เกิดความผูกพันต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน

เทคนิคการใช้ : ทำแบบวัดสรุปเนื้อหา

ขนาดของกลุ่ม -

เวลา : 1 ชั่วโมง

สื่อและอุปกรณ์

1. แบบประเมินผลหลังการใช้โปรแกรม
2. แบบวัดการสร้างเป้าหมายในชีวิต
3. เนื้อเพลงสัญญาใจ

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยดำเนินกิจกรรมโดยมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยเตรียมแบบประเมินผลหลังการฝึกการใช้โปรแกรม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ประเมินว่าครบถ้วนตามวัตถุประสงค์ของโปรแกรมที่สร้างขึ้นหรือไม่

2. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยเล่นเกมรวมกันเป็นหนึ่ง

ขั้นที่ 2 ขั้นการมีส่วนร่วม

1. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม นำเสนอปัญหาอุปสรรค ต่อการเข้าร่วมโปรแกรม กิจกรรมเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ และซักถามข้อสงสัยต่างๆ

2. ผู้วิจัยสรุปโครงการตามวัตถุประสงค์

ขั้นที่ 3 ขั้นการวิเคราะห์

ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำแบบประเมินผลภายหลังการใช้โปรแกรมกิจกรรมเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ และทำแบบวัดการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ ครั้งที่ 2

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุปและการประยุกต์หลักการ

1. ผู้วิจัยกล่าวแสดงความขอบคุณผู้เข้าร่วมกิจกรรม และขอให้นำความรู้ไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง เพื่อการพัฒนาตนเอง

2. ผู้วิจัยกล่าวปิดการดำเนินกิจกรรม และร้องเพลงสัญญาใจ

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

2. แบบประเมินผลหลังการฝึกโปรแกรม

3. จากแบบวัดการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้

สมุดบันทึกเป้าหมายและสังเกตพฤติกรรม

ชื่อ ชื่อสกุล

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

บันทึกการสร้างเป้าหมาย	บันทึกการสังเกตตนเอง
วันที่	ฉันสังเกตตนเองแล้วพบว่า
เป้าหมายของฉันคือ	ฉันทำได้เพราะ
มีวิธีการนำไปสู่เป้าหมายดังนี้	ฉันทำไม่ได้เพราะ
รางวัลที่ให้กับตัวเองเมื่อทำเป้าหมายสำเร็จ	สรุปว่าทำได้หรือไม่ได้ตามเป้าหมาย

แบบสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม

โดยผู้วิจัย

ครั้งที่

คนที่	การมีส่วนร่วม			การตอบคำถาม			การแสดงออก			ความพยายามมุ่งมั่น			หมายเหตุ
	เกณฑ์	3	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1	

ข้อสังเกตเพิ่มเติม

.....

เกณฑ์การให้คะแนน มาก เท่ากับ 3 ปานกลาง เท่ากับ 2 น้อย เท่ากับ 1

ภาคผนวก ค

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

ตาราง 4 ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ
นักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	0.360
2	0.472
3	0.223
4	0.289
5	0.360
6	0.472
7	0.364
8	0.415
9	0.547
10	0.417
11	0.435
12	0.391
13	0.211
14	0.225
15	0.392
16	0.543
17	0.407
18	0.513
19	0.528
20	0.483

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.825

ภาคผนวก ง

คะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมของกลุ่มทดลอง

ตาราง 5 คะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน
 ชั้นที่ 3 โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล กรุงเทพมหานคร

คนที่	คะแนนก่อนการทดลอง	คะแนนหลังการทดลอง
1	2.55	3.65
2	2.55	3.75
3	2.05	3.50
4	2.65	3.30
5	2.40	3.40
6	2.45	3.70
7	1.85	3.70
8	2.40	3.50
9	2.30	3.45
10	2.15	3.40
11	2.55	3.75
12	2.45	3.30
รวม	2.36	3.53

ตาราง 6 คะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน
 ชั้นที่ 3 โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล กรุงเทพมหานคร แยกเป็นรายด้าน

คนที่	เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ	
	ก่อน	หลัง
1	2.50	2.75
2	2.75	3.50
3	1.50	3.50
4	2.75	3.75
5	2.75	2.75
6	2.00	3.75
7	2.00	3.25
8	2.00	3.50
9	2.50	3.75
10	2.50	3.50
11	2.75	3.50
12	2.50	3.25
คะแนนเฉลี่ย	2.38	3.40

ตาราง 6 (ต่อ)

คนที่	เป้าหมายการเรียนรู้	
	ก่อน	หลัง
1	2.50	4.00
2	2.50	4.00
3	2.75	3.75
4	3.00	4.00
5	3.25	2.75
6	2.75	4.00
7	2.00	4.00
8	3.00	3.75
9	2.25	3.50
10	3.00	4.00
11	2.50	4.00
12	2.50	4.00
คะแนนเฉลี่ย	2.67	3.81

ตาราง 6 (ต่อ)

คนที่	เพื่อผลประโยชน์ในอนาคต	
	ก่อน	หลัง
1	2.50	3.25
2	2.50	3.50
3	2.50	3.00
4	2.50	3.75
5	2.50	3.00
6	3.00	3.00
7	2.25	3.50
8	2.50	3.75
9	2.25	3.75
10	2.50	3.25
11	2.50	3.50
12	2.50	3.50
คะแนนเฉลี่ย	2.50	3.40

ตาราง 6 (ต่อ)

คนที่	เพื่อรางวัล	
	ก่อน	หลัง
1	2.50	4.50
2	2.75	3.50
3	2.00	4.00
4	2.50	3.00
5	2.00	2.75
6	3.00	3.25
7	1.50	2.00
8	2.75	3.00
9	3.00	2.75
10	1.75	3.50
11	2.75	3.50
12	3.75	3.00
คะแนนเฉลี่ย	2.52	3.23

ตาราง 6 (ต่อ)

คนที่	ยอมรับทางสังคม	
	ก่อน	หลัง
1	2.75	4.00
2	2.25	4.25
3	1.50	3.25
4	2.50	4.00
5	1.50	4.00
6	1.50	4.00
7	1.50	4.00
8	1.75	3.75
9	1.50	3.50
10	1.00	3.25
11	2.25	4.25
12	1.00	3.75
คะแนนเฉลี่ย	1.75	3.83

ภาคผนวก จ

ภาพกิจกรรม

ภาพกิจกรรม บ.จ.ม.บ.อ.บ.๒๒๓

โปรแกรมการพัฒนาการ
ตั้งเป้าหมายในการเรียนของ
นักเรียนช่วงชั้นที่ 3

กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศ : การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการ
เรียน
ชื่อกิจกรรม ส่งต่อมัลลัสัมพันธ์



เป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนให้รู้จักคุ้นเคยกัน
และสร้างบรรยากาศความเป็นกันเองในการเข้าร่วมการทดลอง

กิจกรรมที่ 2 การสร้างเป้าหมาย

ชื่อกิจกรรม **มารู้จักการสร้างเป้าหมายกันเถอะ**



นักเรียนได้เห็นตัวแบบจากเพลงดอกหญ้าในป่าปูน และให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมร่วมกันวิเคราะห์สิ่งที่ได้เรียนรู้จากตัวแบบ

กิจกรรมที่ 3 การทดลองฝึกสร้างเป้าหมายที่ดีกว่า ชื่อกิจกรรม ตั้งเป้าหมายด้วยใจแน่วแน่



นักเรียนได้เรียนรู้ขั้นตอนการตั้งเป้าหมาย และวิธีการกำหนด
เป้าหมาย
เปรียบเทียบเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้กับเป้าหมายที่ตนเองกระทำได้

กิจกรรมที่ 4 การแสดงเป้าหมายของนักเรียน

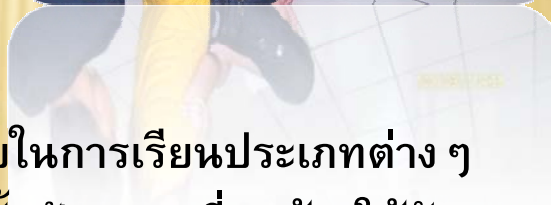
ชื่อกิจกรรม ความฝัน



นักเรียนได้เขียนบรรยายถึงความฝันที่ตนเองฝันว่าต่อไปข้างหน้า
 อยากเป็นอะไรอยากทำอะไร ทำให้นักเรียนได้รู้ว่าสิ่งที่ฝันของพวกเขา
 เขา คือเป้าหมายในอนาคตของเขานั่นเอง

**กิจกรรมที่ 5 การตั้งเป้าหมายในการเรียนจะเป็น
ทิศทางนำไปสู่ความสำเร็จ**

ชื่อกิจกรรม “กรณีตัวอย่างเรื่อง” การตั้งเป้าหมายในการเรียน”



**นักเรียนได้ทราบถึงเป้าหมายในการเรียนประเภทต่าง ๆ
ทำให้นักเรียนสามารถที่จะตั้งเป้าหมายที่ถูกต้องให้กับ
ตนเองได้**

กิจกรรมที่ 6 ความเพียรพยายาม

ชื่อกิจกรรม
ฉอปปอปปอ

สิบ สิบ
ยก ยก



การที่นักเรียนจะทำการต่าง ๆ ให้สำเร็จตามเป้าหมายนั้น ต้องมีความ
มุ่งมั่นเพียรพยายาม โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใด

กิจกรรมที่ 7 **ร่วมแรงร่วมใจเพื่อให้เป้าหมาย**
 วัตถุประสงค์ วัตถุประสงค์เพื่อเพิ่มพูนทักษะ
สำเร็จ
 ชื่อกิจกรรม **ตัดต่อภาพ**
 วัตถุประสงค์



นักเรียนได้เกิดการเรียนรู้และยอมรับเป้าหมายที่กลุ่มตั้งขึ้นมา การปรึกษาหารือและมีเป้าหมายร่วมกัน จะทำให้ผลงานออกมาดี มีประสิทธิภาพและช่วยให้เกิดความมั่นใจในการกำหนดเป้าหมายด้วยตนเองต่อไป

กิจกรรมที่ 8 เป้าหมายที่ดีที่สุด
 ชื่อกิจกรรม อักษรนี้มีความหมาย
 นักเรียนมีความหมาย



นักเรียนได้กำหนดเป้าหมายเกี่ยวข้องกับการเรียนของตนเองตาม
 การรับรู้ความสามารถของตน โดยให้นักเรียนคำศัพท์ภาษาอังกฤษ
 ที่ขึ้นต้นด้วยตัว a ให้ได้มากที่สุด ภายในเวลา 10 นาที ให้คะแนนคำ
 ละ 1 คะแนน

กิจกรรมที่ 9 เป้าหมายส่งเสริมการเรียนรู้ บูธอบรม ล. เกษตรทวิชัยเขตบึงฉลือ ชื่อกิจกรรม ภาษาสนุก ลอ บอ บ ๒๒๓๓ บจกขกข



ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ฝึกการตั้งเป้าหมายที่ส่งเสริมการเรียนรู้ตามการรับรู้ความสามารถแห่งตน ให้เขียนคำคล้องจอง คำสองพยางค์ขึ้นไป ให้ได้มากที่สุด ภายในเวลา 10 นาที

กิจกรรมที่ 10 เป้าหมายในการประกอบอาชีพ
 ชื่อกิจกรรม อาชีพที่ฉันรัก



การประกอบอาชีพเป็นแห่งที่มาของรายได้ การมีเป้าหมายในการประกอบอาชีพในอนาคตจะทำให้นักเรียนมีแนวทางในการศึกษา และมีเหตุผลในการตั้งเป้าหมาย เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายนั้น

กิจกรรมที่ 11 สารสำคัญ

ชื่อกิจกรรม สารสำคัญของกิจกรรม



นักเรียนได้ สารสำคัญและประโยชน์ของกิจกรรม
โปรแกรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน

กิจกรรมที่ 12 ปัจฉิมนิเทศ
มอบใบชม จร กอชททพมช
ชื่อกิจกรรม ร่วมกันเป็นหนึ่ง
มอบใบชม วัตถุประสงค์กิจกรรม



นักเรียน ร่วมทำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ครั้งที่ 2 มอบ
ของที่ระลึก
และถ่ายภาพร่วมกัน

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวอริสา ภูริวัฒน์
วันเดือนปีเกิด	10 ตุลาคม พ.ศ. 2507
สถานที่เกิด	อำเภอบ้านค่าย จังหวัดระยอง
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	11/1 หมู่ 4 ตำบลบ้านค่าย อำเภอบ้านค่าย จังหวัดระยอง
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	เลขาคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ กรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2521	มัธยมศึกษาตอนต้น จาก โรงเรียนรัตนราษฎร์บำรุง อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี
พ.ศ. 2525	มัธยมศึกษาตอนปลาย สายวิทยาศาสตร์ จาก โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2544	ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) เกียรตินิยมอันดับ 1 วิชาเอกการศึกษาปฐมวัย จาก มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จังหวัดนครปฐม
พ.ศ. 2552	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร

ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

สารนิพนธ์
ของ
อริสา ภูริวัฒน์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2553

ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

สารนิพนธ์
ของ
อริสา ภูริวัฒน์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2553
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

บทคัดย่อ
ของ
อริสา ภูริวัฒน์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2553

อริสา ภูริวัฒน์. (2553). ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ก่อนและ หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ภาคเรียนที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 19 คน สุ่มครึ่งใจเข้าร่วมโปรแกรม สุ่มอย่างง่าย ได้กลุ่มตัวอย่างในการทดลองจำนวน 12 คน เป็นนักเรียนชาย 8 คน หญิง 4 คน แบบแผนการทดลองเป็นแบบ Randomized Control Group Pretest-Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 และโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ สถิติ t – test แบบไม่อิสระต่อกัน

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยรวมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ด้านเป้าหมายเชิงปฏิบัติการ ด้านเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ ด้านเป้าหมายเพื่อผลประโยชน์ในอนาคต ด้านเป้าหมายเพื่อต้องการรางวัลจากภายนอกหรือได้รับการยกย่อง ด้านเป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

THE RESULT OF THE LEARNING GOAL SETTING DEVELOPMENT PROGRAM
APPLIED IN THE THIRD STUDENTS

AN ABSTRACT
BY
ARISA PHOORIWAT

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2010

Arisa Pooriwat. (2010). *The Result of the Learning Goal Setting Development Program Applied in The LowerThird Students*, Master's Project. M.Ed. (Guidance and Counseling Psychology). Bangkok: Graduate School, Srinakarinwirot University. Project Advisor: Dr.Monthira Charupheng.

The purpose of this study was to compare the goal setting of the lower third students before and after participating in the learning goal setting development program organized for the lower third level students (the third three-studying-year interval) at Saint Michael School in the second semester of the academic year BE. 2552. The subjects were 19 students having the score of the learning goal setting questionnaire lower the 25th percentile being easily sampled for 12 students as the experimental group comprising 8 male and 4 female students. The trial plan was designed in the Randomized Control Group Pretest-Posttest Design. The research instruments used for the study were the questionnaire and the program for developing the learning goal setting of the lower third level students (the third three-studying-year interval). The statistical analyses employed were dependent t-test.

The results of the study were as follows:

There were significant differences in goal setting of the lower third students before and after participating in the program at .01 level. Being analyzed in each aspect, the students' scores increased respectively in terms of operational goal setting, learning goal setting, future outcome goal setting, external rewarding or admiring goal setting and social acceptance goal setting significantly increased at .01 level.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการสอบได้
พิจารณาสารนิพนธ์ เรื่อง ผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้น ที่ 3
ของ อริสา ภูริวัฒน์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....
(อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์
(อาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี)

อนุมัติให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.องอาจ นัยพัฒน์)

วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2553

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงลงด้วยความกรุณาอย่างดียิ่งจาก อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ คอยติดตามติดตามความก้าวหน้าของงานวิจัย อย่างใกล้ชิด ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ และอาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี กรรมการสอบปากเปล่าสารนิพนธ์ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุฬรัตน์ และอาจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี ที่ให้ความกรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขอขอบพระคุณท่านอธิการ รองอธิการฝ่ายบริหาร โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล และคณาจารย์ ในโรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ลทุกท่าน ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย และนักเรียน โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล ชั้นปีที่ 3 ที่เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมการวิจัย

ขอขอบพระคุณ เซอร์ ดร.โรส เลค เซอร์อาเดลา พิศุทธิ์สินธพ อธิการบดีวิทยาลัยเซนต์หลุยส์ คณาจารย์ และเพื่อนๆ ร่วมงานทุกคนที่คอยช่วยเหลืออำนวยความสะดวก และให้กำลังใจจนกระทั่ง งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบพระคุณ ดร.นงคราญ วงษ์ศรี ที่กรุณาให้ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะและติดตามความก้าวหน้าของงานวิจัยเสมอมา

สุดท้าย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบรรพคณาจารย์ทุกท่าน และคุณแม่เสมอใจ ภาวิวัฒน์ ที่ให้การสนับสนุนทางการศึกษา และขอขอบคุณเพื่อนๆ สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ที่ให้ความช่วยเหลือ แบ่งปันข้อมูลและคอยห่วงใยและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา ผู้วิจัยขออุทิศสิ่งดีงามแก่ผู้มีพระคุณทุกท่าน และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

อริสภา ภาวิวัฒน์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายในการวิจัย	6
ความสำคัญของการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย	8
สมมติฐานในการวิจัย	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน	10
ความหมายของเป้าหมาย	10
องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายในการเรียน	10
ความสำคัญของเป้าหมาย	11
คุณลักษณะของเป้าหมาย	12
ผลของการตั้งเป้าหมาย	13
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน	14
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายในชีวิต	19
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม	22
ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม	22
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม	22
ประเภทของกลุ่ม	25
จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม	28
คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มและประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม	29
ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม	32
ระยะเวลาและจำนวนครั้งในการร่วมกิจกรรมกลุ่ม	32
ลำดับขั้นการเรียนรู้ตามวิธีกระบวนการกลุ่ม	33
กิจกรรมที่ใช้ในกระบวนการกลุ่ม	35
การพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียน	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม	40

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย	42
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง	42
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	42
การเก็บรวบรวมข้อมูล	47
การดำเนินการทดลอง	47
การจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล	49
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	51
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผลข้อมูล	51
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	51
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	54
จุดมุ่งหมายของการวิจัย	54
สมมติฐานของการวิจัย	54
ขอบเขตของการวิจัย	54
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	54
การวิเคราะห์ข้อมูล	55
สรุปผลการวิจัย	55
อภิปรายผล	55
ข้อเสนอแนะ	61
บรรณานุกรม	63
ภาคผนวก	74
ภาคผนวก ก	75
ภาคผนวก ข	80
ภาคผนวก ค	144
ภาคผนวก ง	146
ภาคผนวก จ	153
ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์	167

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 กำหนดการจัดโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3	48
2 แบบแผนการพัฒนา One Group Pretest – Posttest Design	49
3 ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าระดับ ของการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (n = 12 คน)	52
4 คุณภาพของเครื่องมือ	145
5 คะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล กรุงเทพมหานคร	147
6 คะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเซนต์ไมเกิ้ล กรุงเทพมหานคร แยกเป็นรายด้าน	148

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย	8
2 แผนภาพแสดงการกำหนดซึ่งกันและกันของปัจจัยทางพฤติกรรม (B) สภาพแวดล้อม (E) และส่วนบุคคล (P) ซึ่งได้แก่ ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่นๆ มีผลต่อการเรียนรู้และการกระทำ	39
3 ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3	44
4 กราฟแสดงการเปรียบเทียบผลการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมเป็นรายด้าน	53