



การเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้กิจกรรมแนะแนว  
ENHANCEMENT OF GROWTH MINDSET OF JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS BY  
USING GUIDANCE ACTIVITIES

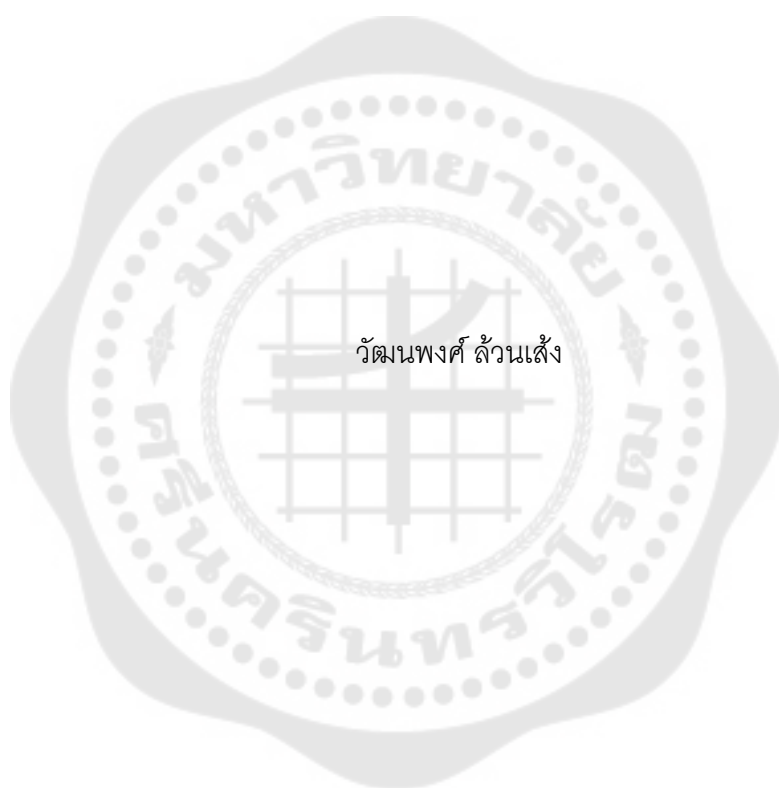


วัฒนพงศ์ ล้วนเส้ง

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2564

การเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้กิจกรรมแนะแนว



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ปีการศึกษา 2564  
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ENHANCEMENT OF GROWTH MINDSET OF JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS BY  
USING GUIDANCE ACTIVITIES



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of MASTER OF EDUCATION  
(Master of Education (Guidance Psychology))  
Faculty of Education, Srinakharinwirot University

2021

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้กิจกรรมแนะแนว

ของ

วัฒนพงศ์ ล้วนเส้ง

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

ที่ปรึกษาหลัก

ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)

(รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร)

ที่ปรึกษาร่วม

กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี)

(รองศาสตราจารย์ ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์)

|                      |  |
|----------------------|--|
| ชื่อเรื่อง           | การเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้กิจกรรมแนะแนว |
| ผู้วิจัย             | วัฒน์พงศ์ ล้วนเลี้ยง   |
| ปริญญา               | การศึกษามหาบัณฑิต  |
| ปีการศึกษา           | 2564   |
| อาจารย์ที่ปรึกษา     | รองศาสตราจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง   |
| อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม | รองศาสตราจารย์ ดร. สกล วรเจริญศรี  |

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อ 1) ศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และ 2) เปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาชุดความคิดแบบเติบโต เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี จำนวน 1,395 คน และกลุ่มที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง มีเกณฑ์การคัดเลือกโดยเลือกนักเรียนที่ทำแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของชั้นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น มีคะแนนเฉลี่ยชุดความคิดแบบเติบโตตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และ มีความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่าย เข้ากลุ่ม แบ่งเป็นจำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง 25 คน และ กลุ่มควบคุม 25 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .94 และกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโต ที่ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำทางเดียว ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตโดยรวมก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองภาพรวมอยู่ในระดับมาก หลังการติดตามผลอยู่ในระดับมาก และ 2) นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวมีชุดความคิดแบบเติบโตสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมแนะแนวสามารถเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตให้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นได้

คำสำคัญ : ชุดความคิดแบบเติบโต, กิจกรรมแนะแนว, นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

|                |  |
|----------------|--|
| Title          | ENHANCEMENT OF GROWTH MINDSET OF JUNIOR<br>HIGH SCHOOL STUDENTS BY USING GUIDANCE ACTIVITIES |
| Author         | WATTANAPONG LOUNSANG   |
| Degree         | MASTER OF EDUCATION  |
| Academic Year  | 2021   |
| Thesis Advisor | Associate Professor Dr. Monthira Jarupeng  |
| Co Advisor     | Associate Professor Dr. Skol Voracharoensri  |

The purposes of this research are as follows to: 1) study the growth mindset of junior high school students; and 2) compare the growth mindset of of junior high school students before after and follow-up participating in guidance activities. The subjects were divided into two groups: : the first group were grade seven to nine students in Chonradsadornumrung School included 1,395 students obtained and the second group were used to enhance their growth mindset, were students who were studying in grade seven to nine at the school which obtained from with measure growth mindset scores from the 25th percentile and willing to participate in the experiment, then randomly divided into 2 groups, namely the experimental group of 25 people and control group 25 people The research instruments were the growth mindset of junior high school students questionnaires with a reliability of .94 and guidance activities for enhancing the growth mindset and scrutinized by experts. The statistics used to analyze the data were mean, standard deviation and a repeated one-way anova. The research results were as follows: (1) the growth mindset of junior high school students pre-test were at average level post-test were at well follow-up were at well and (2) the growth mindset of the experimental group after the experiment was higher than before the experiment at a significantly increased level of .01. and follow-up no different a significantly It has been shown that guidance activities can enhance growth mindset of junior high school students.

Keyword : growth mindset, guidance activities, junior high school students

## กิตติกรรมประกาศ

ปริญญาบัตรฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความเมตตากรุณา ทั้งในส่วนของความเอาใจใส่ และข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับการพัฒนา ปรับปรุง แก้ไขข้อคิดเห็นจาก คณะกรรมการผู้ควบคุมปริญญาบัตร ขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง และ รองศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี ที่ได้ให้ความเมตตากรุณาเป็นที่ปรึกษาและให้คำแนะนำในการ จัดทำปริญญาบัตรฉบับนี้ด้วยความเอาใจใส่ รวมทั้ง

ขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิวัฒน์ เมฆขจร รองศาสตราจารย์ ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ และ อาจารย์ ดร.อสมมา คัมภีรานนท์ ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะต่างๆเพิ่มเติม รวมไปถึงชี้แนะ แหล่งความรู้แก่ผู้วิจัย ทำให้ปริญญาบัตรฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น รวมไปถึง

ขอขอบคุณ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสงอุบล อาจารย์ ดร.ทรงวุฒิ อยู่เยี่ยม อาจารย์ ภณิษา อุดมเลิศปรีชา อาจารย์ กิตติรัตน์ เกษตรสุนทร และ อาจารย์ อรรถชัย เขี่ยมอักษร ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะ ในการพัฒนาปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ รวมทั้ง แพทย์หญิงสุรีพร ภัทรสุวรรณ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทันตแพทย์หญิงณปภา เขี่ยมจิรกูล ที่ให้ข้อเสนอแนะสำหรับโครงการวิจัยใน มนุษย์ อาจารย์ วัชรสินธุ์ เพ็งบุบผา และ อาจารย์ อากร พุทธิรักษา ที่ให้คำปรึกษา แนะนำแนวทาง ตลอดจนให้ความช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูลจนสำเร็จลุล่วง ตลอดจน

ขอขอบคุณ คณาจารย์และกรรมการบริหารหลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ได้กรุณาประสิทธิ์ประสาทความรู้ต่างๆให้แก่ ผู้วิจัย ตลอดจนให้กำลังใจและความช่วยเหลือในการศึกษาครั้งนี้

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการ ดร.รุ่งทิพย์ พรหมศิริ พี่ๆเพื่อนๆกลุ่มงานแนะแนว และ กลุ่ม บริหารงานวิชาการ โรงเรียนชลราษฎรอำรุง นักเรียนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกคนรวมไปถึงบุคคลอีกหลาย ท่านที่ไม่ได้กล่าวนามไว้ ณ ที่นี้และได้ให้ความช่วยเหลือ ตลอดเป็นกำลังใจให้กับผู้วิจัยมาโดยตลอด

สุดท้ายนี้ ขอขอบพระคุณที่เกิดจากปริญญาบัตรฉบับนี้น้อมรำลึกถึงพระคุณของบิดา มารดา และ ครู อาจารย์ ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ และช่วยเหลือจนผู้วิจัยประสบความสำเร็จ

วัฒนพงศ์ ล้วนเลี้ยง

## สารบัญ

|   | หน้า |
|---|------|
| บทคัดย่อภาษาไทย .....   | ง    |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....  | จ    |
| กิตติกรรมประกาศ.....  | ฉ    |
| สารบัญ .....  | ช    |
| บทที่ 1 บทนำ.....   | 1    |
| ภูมิหลัง .....  | 1    |
| คำถามการวิจัย.....  | 5    |
| ความมุ่งหมายในการวิจัย .....  | 5    |
| ความสำคัญในการวิจัย .....   | 6    |
| ขอบเขตของการวิจัย .....   | 7    |
| ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....  | 7    |
| ระยะที่ 1 การศึกษาชุดความคิดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น.....              | 7    |
| กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....  | 7    |
| กลุ่มตัวอย่าง.....  | 7    |
| ระยะที่ 2 การเปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น.....   | 7    |
| ตัวแปรที่ศึกษา .....  | 7    |
| นิยามศัพท์เฉพาะ.....  | 7    |
| กรอบแนวคิดในการวิจัย .....  | 9    |
| สมมุติฐานการวิจัย.....  | 9    |
| บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....                                   | 10   |
| 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset)..... | 10   |



|   |    |
|---|----|
| 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว .....                         | 10 |
| 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset).....   | 11 |
| 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว .....                         | 21 |
| บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....   | 38 |
| การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....   | 38 |
| ระยะที่ 1 การศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น .....      | 38 |
| การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....   | 38 |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล .....   | 40 |
| ระยะที่ 2 การเปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น .....    | 41 |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล .....   | 44 |
| การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล .....                                    | 46 |
| บทที่ 4.....  | 49 |
| ผลการดำเนินการวิจัย .....   | 49 |
| ระยะที่ 1 ผลการศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตโดยรวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น .. | 50 |
| ระยะที่ 2 ผลการเปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง  |    |
| หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล.....  | 52 |
| บทที่ 5.....  | 53 |
| สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....                                     | 53 |
| สรุปผลการวิจัย.....   | 53 |
| อภิปรายผลการวิจัย .....   | 55 |
| ข้อเสนอแนะ .....  | 59 |
| ข้อเสนอแนะทั่วไป.....   | 59 |
| ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป .....  | 60 |

บรรณานุกรม ..... 61

ประวัติผู้เขียน..... 65



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ภูมิหลัง

ชุดความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) เป็นหนึ่งในจิตวิทยาเชิงบวกซึ่งเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดจิตวิทยา วงการศึกษา โดย Dweck Carol S (2006) ได้ทำการศึกษาวิจัยมากกว่า 40 ปี ในประเทศไทย Mindset บัญญัติเป็นภาษาไทยคือ กรอบคิดหรือ ชุดความคิด และให้คำจำกัดความดังนี้ “กรอบแนวทางของชุดความคิด ความเชื่อ ค่านิยมหลัก ความคาดหวัง ซึ่งบ่งชี้พฤติกรรมหรือท่าทีเชิงมโนทัศน์ของบุคคลให้ยอมรับหรือตอบโต้เหตุการณ์ที่เผชิญหน้า ตามความคิด ความเชื่อที่บุคคลยึดติดเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ที่ผ่านมาจนยากที่จะเปลี่ยนแปลง” (ราชบัณฑิตยสภา, 2558, น. 2) และ Dweck Carol S (2006) ได้เสนอผลการวิจัยเรื่อง ชุดความคิดที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนาความสำเร็จในชีวิตของบุคคล Dweck Carol S (2006) สรุปว่าชุดความคิดติดยึดเป็นชุดความคิดที่ส่งผลต่อพฤติกรรม เจตคติ และมุมมองที่แตกต่างกันของบุคคล ชุดความคิดติดยึดมี 2 ลักษณะ คือ ชุดความคิดติดยึดฝั้งแน่น (Fixed Mindset) และ ชุดความคิดติดยึดเติบโต (Growth Mindset) ชุดความคิดติดยึดฝั้งแน่น เป็นชุดความคิดแบบดั้งเดิมคือความเชื่อที่ลึกซึ้งฝั้งแน่นว่าลักษณะนิสัย สติปัญญา ความฉลาด ความคิดสร้างสรรค์ (รวมเรียกว่า พรสวรรค์) นั้น บุคคลมีติดตัวมาอย่างแน่นอน ผู้ที่มีชุดความคิดติดยึดเช่นนี้ต้องพากเพียรรักษาคุณภาพความเก่งไว้ เลือกกระทำสิ่งที่ปลอดภัย ไม่สู้เสี่ยงเพื่อความสำเร็จในชีวิต ชุดความคิดแบบเติบโต เป็นชุดความคิดที่ปรับเปลี่ยนได้ บุคคลกลุ่มนี้เชื่อว่า สติปัญญา ความสามารถพื้นฐาน (basic abilities) ของมนุษย์ เป็นคุณสมบัติที่พัฒนาได้ด้วยการฝึกฝน เรียนรู้อย่างจริงจัง ดังสำนวนที่ว่า “พรแสวง” ผู้ที่มีกรอบคิดติดยึดแบบนี้ เมื่อเผชิญอุปสรรคยอมไม่ยอมจำนน ถือว่าเป็นการทำทนายให้ทำงานมากขึ้นเพื่อก้าวข้ามความล้มเหลวไปสู่ความสำเร็จ ในทางการศึกษา แนวคิดเกี่ยวกับกรอบคิดติดยึดมีความหมายลึกซึ้งกว่าความเชื่อ มีรากฐานมาจากค่านิยม วิถีชีวิต และความคาดหวังต่อผลสัมฤทธิ์ของการศึกษา นำไปสู่พฤติกรรม การปฏิบัติ การเลือก และการตัดสินใจในกระบวนการการศึกษา เช่น ชุดความคิดคิดที่ว่า นโยบายการศึกษาต้องเริ่มจากส่วนกลางสู่ท้องถิ่น มุมมองว่าผู้สอนเก่งกว่าผู้เรียน ค่านิยมของผู้ปกครองต่อคุณภาพของสถานศึกษา

ในประเทศสหรัฐอเมริกา แบล็คเวลและคณะ (ซินดา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแท้, 2560, น.5 อ้างถึงใน Blackwell;Trzesniewski;Dweck.2007: 246-263) ได้ศึกษาการจัดกระบวนการเรียนรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองในเรื่องของเชาวน์ปัญญา ผลการศึกษาพบว่า ชุดความคิดจำกัดส่งผล

ให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลง ขณะที่ชุดความคิดแบบเติบโต ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น และทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจเพิ่มขึ้นสอดคล้องกับการศึกษาของ คิง คณะ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแฉ่ม, 2560, น.5 อ้างถึงใน King .2012:705-709) ที่ศึกษาในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในประเทศฟิลิปปินส์ถึงความเชื่อเกี่ยวกับเชาวน์ปัญญาของตนว่า มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักเรียนอย่างไร ผลปรากฏว่า ความเชื่อที่ว่าความสามารถทางเชาวน์ปัญญาของตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในขณะที่ความเชื่อที่ว่าเชาวน์ปัญญาของตนสามารถเปลี่ยนแปลงได้ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กล่าวคือนักเรียนที่มีชุดความคิดจำกัดมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ในขณะที่นักเรียนที่มีชุดความคิดแบบเติบโตมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงความสามารถในการเรียนรู้ก็มีความเกี่ยวข้องกับแรงจูงใจของผู้เรียน และชุดความคิดแบบเติบโตก็มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้และแรงจูงใจของผู้เรียนด้วย ดังเห็นได้จากการศึกษาของ ไฮโมวิตซ์และคณะ คณะ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแฉ่ม , 2560, น.7 อ้างถึงใน Haimovitz; Wormington; Corpus .2011:747-752) ที่ชี้ให้เห็นว่า นักเรียนที่มีแรงจูงใจลดลง เมื่อเรียนในระดับสูงขึ้นไปมักมีความเชื่อว่า เชาวน์ปัญญาของตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และส่งผลให้เด็กกลุ่มนี้ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่ากลุ่มที่มีแรงจูงใจสูง ซึ่งมีความเชื่อต่อเชาวน์ปัญญาของตนว่าเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้ ซึ่งสอดคล้องกับข้อค้นพบของ เยอร์เจอร์และดเวค คณะ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแฉ่ม, 2560, น.7 อ้างถึงใน Yeager and Dweck.2012:302-314) ที่ได้สรุปว่า ผู้ที่มีชุดความคิดเติบโตมีแนวโน้มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นเมื่อมีการเลื่อนชั้นเรียน ชุดความคิดแบบเติบโตไม่เพียงมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ แต่ยังมี ความสำคัญต่ออารมณ์และสุขภาพจิตของมนุษย์อีกด้วยเช่นเดียวกับการศึกษาของ โชเดออร์คณะ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแฉ่ม, 2560, น.7 อ้างถึงใน Schroder.2014) ที่ได้ศึกษานักศึกษาระดับปริญญาตรี ในประเทศสหรัฐอเมริกา ผลการศึกษาปรากฏว่า ผู้ที่มีชุดความคิดแบบเติบโตมี ลักษณะอาการทางจิตเวช เช่น ภาวะซึมเศร้า น้อยกว่าผู้ที่มีชุดความคิดจำกัด ชุดความคิดแบบเติบโตเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของคน ไม่ใช่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้เท่านั้น แต่ยังเกี่ยวข้องกับความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างราบรื่น อันเนื่องมาจากการมีสุขภาพจิตและการปรับตัวที่มีประสิทธิภาพ

ประกอบกับผลการวิจัยด้านการศึกษาระดับโลก Visible Learning ปี 2011 ของ John Hattie ที่รวบรวมผลการวิจัยกว่า 56,700 เรื่องและ การวิเคราะห์ห่อภิมาณ (meta-analysis) 1,000 เรื่อง เข้าสู่กระบวนการสังเคราะห์อย่างเป็นระบบ จากผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาที่มีค่าขนาดของผล (Effect size) สูงสุดคือ การให้นักเรียนตั้งเป้าหมาย

ในการเรียนรู้ สอดคล้องกับ การพัฒนาชุดความคิดแบบเติบโตที่นักเรียนได้ตั้งเป้าหมายให้กับตนเอง เชื่อว่าตนเองสามารถที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิมได้ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน; ศูนย์จิตวิทยาการศึกษา มูลนิธิยุวสถิรคุณ, 2558, น. 2-4) โดยเฉพาะนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งอยู่ในช่วงของการเข้าสู่วัยรุ่น พัฒนาการในช่วงนี้จะก้าวกระโดดอย่างรวดเร็วในทุกๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา สมอจะพัฒนาเต็มที่ เริ่มมีเหตุผลมากขึ้น เข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรมได้มากขึ้น ช่วงอายุ 13- 15 ปี เป็นช่วงที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พัฒนาการทางเพศเริ่มเด่นชัด ฮอโมนเพศเริ่มทำงาน เริ่มสนใจเพศตรงข้าม การค้นหาอัตลักษณ์ของตนเองและแสวงหาพื้นที่ในการถูกยอมรับจากกลุ่มสังคม โดยเฉพาะอารมณ์และการแสดงออกทางอารมณ์ไม่คงที่ เมื่อมีสถานการณ์ปัญหาเข้ามาวัยรุ่นมักถอยหนี ไม่เผชิญหน้ากับความเป็นจริง และจากการไปสัมภาษณ์นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้คำถามประเมินสถานการณ์ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่หมดความสนใจในชั้นเรียนและกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และผลการเรียนจากรายงานผลการเรียนประจำปีลดลง จากคำถามท้ายกิจกรรม “อยากบอกอะไรครูแนะแนว” ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลายคนเชื่อว่า ความเก่ง ความฉลาดมีมาตั้งแต่กำเนิด พวกเขามองว่าปัญหาด้านการเรียนคือเรื่องยุ่งยากซับซ้อนและทุกครั้งที่พวกเขาเหล่านั้นพลาดจากการสอบนั่นคือพวกเขาล้มเหลว และเมื่อเกิดความล้มเหลวจะทำให้ภาพลักษณ์ของตนเองที่คนรอบข้างมองดูไม่ดี กล่าวคือ ชุดความคิดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโน้มเอียงไปยังชุดความคิดแบบตายตัว เป็นส่วนใหญ่ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ที่ส่งผลต่อการประสบความสำเร็จในชีวิตและพฤติกรรมบ่งชี้ทางอ้อมที่ปรากฏให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นเชื่อว่าความฉลาดเป็นสิ่งที่ตายตัว เมื่อเจอความผิดพลาดผิดหวัง ล้มเหลว มักถอยหนีหรือเลิกล้มความตั้งใจง่าย ในหลายรายเชื่อว่าความพยายามไม่มีประโยชน์ ไม่สนใจเรียนรู้จากคำวิพากษ์วิจารณ์และรู้สึกอายโกรธมากหากได้รับข้อมูลป้อนกลับจากเพื่อนหรือครูผู้สอน รู้สึกกลัวเมื่อเพื่อนในชั้นเรียนหรือร่วมชั้นเรียนประสบความสำเร็จในเรื่องการเรียน กีฬา แม้กระทั่งการเล่นเกมส์ นักเรียนกลุ่มนี้จึงมีชุดความคิดแบบตายตัวเป็นความเชื่อพื้นฐานมากกว่าชุดความคิดแบบเติบโตเป็นสาเหตุให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีมุมมองต่อตนเองแตกต่างกัน

การเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนั้น ให้มีความสำคัญกับการเรียนรู้ ความพยายาม การเผชิญหน้ากับปัญหา การเรียนรู้จากคำวิพากษ์วิจารณ์ การหาตัวแบบและสร้างแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น ซึ่งในปัจจุบันสามารถบูรณาได้หลากหลายวิธีโดยคำนึงถึงพัฒนาการและความเหมาะสมของแต่ละช่วงวัย เช่น

การจัดกิจกรรมที่เน้นกระบวนการมากกว่าผลลัพธ์ การใช้เกมคอมพิวเตอร์ การใช้กิจกรรมกลุ่ม การให้แรงเสริม การให้ความรู้ด้านศักยภาพสมอง การใช้สถานการณ์จำลอง การเรียนรู้จากตัวแบบและกำกับการเรียนรู้ เป็นต้น กิจกรรมจึงต้องมีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียน สมาชิกและครูผู้สอน เป็นพื้นที่ปลอดภัยทางความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ร่วมไปถึงการแสดงออกทางพฤติกรรม ไม่ถูกตัดสิน ความสัมพันธ์ของผู้เรียน สมาชิกและครูผู้สอนจึงเน้นไปในบรรยากาศชั้นเรียนแบบอำนาจร่วม เคารพความแตกต่างหลากหลายของผู้เรียน เชื่อในศักยภาพของมนุษย์ที่สามารถพัฒนาตนเองของผู้เรียนได้สูงสุดแตกต่างกัน ประกอบกับผลการวิจัยของ วิไลวรรณ เพชรเศรษฐ์ (2561:1) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ชุดความคิดแบบเติบโตเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ชุดความคิดแบบเติบโตเพื่อพัฒนาการ ตั้งเป้าหมายทางการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่ม ทดลอง มีคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่าของนักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 และ นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าชุดกิจกรรมแนะแนวมีความเหมาะสมอยู่ใน ระดับ มากที่สุด ดังนั้นการจัดกิจกรรมแนะแนวจึงเป็นการดำเนินการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ที่สนองตอบความต้องการส่วนบุคคล อันสอดคล้องกับบริบททางสังคมในยุคปัจจุบัน โดยมุ่งเน้น ช่วยให้ผู้เรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้มีการเปลี่ยนแปลงตนเองทั้งด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะ พิสัย มีความสามารถในการปรับตัวอยู่ในโลกแห่งการเปลี่ยนแปลงได้ นอกจากนี้ อาภา ถนัดช่าง และเรียม ศรีทอง (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน,2558, น.2 อ้างถึงใน อาภา ถนัดช่างและเรียม ศรีทอง.2545:92-93) ได้เสนอความคิดว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของบริการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมุ่งหมายให้ผู้รับบริการได้ปฏิบัติการ เสริมสร้างพฤติกรรม ทั้งการพิจารณาเลือกใช้ข้อมูล การปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อ เจตคติ ผูก ทักษะหรือเสริมทักษะที่จำเป็นให้ดีขึ้น ผู้วิจัยในฐานะครูผู้สอนชั้นมัธยมศึกษา ได้มีโอกาสพูดคุย สัมภาษณ์นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในช่วงสถานการณ์การจัดการเรียนการสอนภายใต้ สถานการณ์โรคระบาด พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นเป้าหมายการเรียน ไม่เข้าเรียนแต่อยากได้คะแนนสอบสูง ให้ค่านิยมกับเกรดและลำดับที่ มองว่าความพยายามไม่ได้ช่วยอะไรผู้อื่นไม่ได้ มองว่าการเรียนออนไลน์เป็นปัญหา ชีวิตวัยรุ่นล้มเหลว สถิติปัญญาของตนเองไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และการศึกษาผลการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้สำรวจชุดความคิดของนักเรียนชั้น

มัธยมศึกษาตอนต้นพบว่า นักเรียนมีความคิดความเชื่อพื้นฐานแนวเอียงไปยังชุดความคิดแบบตายตัว คิดเป็นร้อยละ 25

จากการสัมภาษณ์ การศึกษาผลการวิจัยและผลการสำรวจชุดความคิดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ทำให้ผู้วิจัยสนใจในการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้กิจกรรมแนะแนว ซึ่งต้องอาศัยการบูรณาการเทคนิคทางการแนะแนว ได้แก่ การอภิปราย การอภิปรายกลุ่ม การทนายปริศนา การเล่นเกม บทสนทนา การทดลองเปลี่ยนบทบาท การฝึกหัด การเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ การจินตนาการการใช้สถานการณ์จำลอง การใช้นิทาน การใช้เพลงดนตรีและสื่อวีดิทัศน์ การกำกับตนเอง การตั้งคำถาม การสะท้อนความรู้สึก การถอดบทเรียน กลุ่มสัมพันธ์ เป็นต้น ซึ่งวิธีการในการจัดกิจกรรมแนะแนวอย่างหลากหลายที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สามารถที่จะพัฒนานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นให้สำเร็จ การศึกษาภาคบังคับมีพื้นฐานต่อยอดในการวางเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเองสู่การวางแผนอาชีพ กำกับตนเองในการเรียนรู้ สร้างเส้นทางการศึกษาต่อจากความพยายาม การก้าวข้ามปัญหา มองความล้มเหลวเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติการเรียนรู้ สนใจในข้อมูลย้อนกลับเพื่อการพัฒนาตนเอง หาตัวแบบและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของบุคคลรอบข้าง เชื้อในศักยภาพของตนเอง เป็นบุคคลที่ยึดถือชุดความคิดแบบเติบโตที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาตนเอง นอกจากนี้ยังเป็นแนวทางให้ผู้ปกครอง ครูประจำวิชา เป็นแนวทางในการเสริมสร้างและบูรณาการการเรียนรู้ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นให้เติบโตเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าของประเทศตามยุทธศาสตร์ชาติต่อไป

### คำถามการวิจัย

1. ชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี เป็นอย่างไร
2. การเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี โดยใช้กิจกรรมแนะแนว เป็นอย่างไร

### ความมุ่งหมายในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
2. เพื่อเปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อน

การทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

### ความสำคัญในการวิจัย

ผลการวิจัยจะทำให้ได้แนวทางการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้กิจกรรมแนะแนวซึ่งเป็นการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญที่จะสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ดังนี้

#### ความสำคัญในเชิงวิชาการ

1. ได้ข้อมูลเกี่ยวกับชุดความคิดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นประโยชน์ในการศึกษาผู้เรียนรายบุคคลต่อไป
2. ได้ข้อมูลผลการวิเคราะห์ชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล ซึ่งเป็นประโยชน์ในการวิเคราะห์เปรียบเทียบผลการใช้กิจกรรมแนะแนว
3. ได้ข้อมูลจากการถอดบทเรียน และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนในการส่งเสริม พัฒนา ช่วยเหลือ รวมไปถึงการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวในอนาคต

#### ความสำคัญในเชิงปฏิบัติ

1. เป็นทิศทางให้นักเรียน ผู้ปกครอง ครู ผู้บริหารและตลอดจนผู้มีส่วนได้เสียทุกคนได้กำหนดนโยบายและบรรยากาศในชั้นเรียน ข้อตกลงร่วมกันทั้งในเรื่อง หลักสูตรการแนะแนวตามสถานการณ์ปัจจุบัน การจัดกิจกรรมแนะแนว การออกแบบหน่วยการเรียนรู้ เทคนิคทางการแนะแนว ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เป็นระบบ
2. สามารถนำ แผนการกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นไปใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนว
3. เป็นแนวทางที่จะช่วยให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงความคิดความเชื่อพื้นฐานเกิดการเข้าใจตนเอง มองเห็นความสำคัญของการเรียนรู้โดยใช้ความพยายามฝ่าฟันปัญหา มองอุปสรรคเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ไม่ใช่ความล้มเหลวและเสาะหาวิธีการเรียนรู้ ตั้งเป้าหมายการเรียนรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ



## ขอบเขตของการวิจัย

### ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

#### ระยะที่ 1 การศึกษาชุดความคิดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี จำนวน 36 ห้อง รวม 1,395 คน

### กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

#### กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3

โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี จำนวน 36 ห้อง รวม 1,395 คน

#### ระยะที่ 2 การเปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี จำนวน 50 คน ที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยชุดความคิดแบบเติบโต ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา สมัครเข้าร่วมวิจัยด้วยความสมัครใจ และทำการการสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็นจำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง 25 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน

### ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น ได้แก่ กิจกรรมแนะแนว
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ชุดความคิดแบบเติบโต

### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ชุดความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) หมายถึง ความคิด ความเชื่อ ที่ส่งผลให้นักเรียนมีมุมมองต่อตนเองแตกต่างกัน ทั้งในเรื่องภาพลักษณ์ การใช้ความพยายาม การเรียนรู้ ตลอดจนการปรับตัวต่อสถานการณ์อันนำไปสู่การพัฒนาตนเองและประสบความสำเร็จในด้านต่าง ๆ ได้แก่ มองเห็นความสำคัญของการเรียนรู้โดยใช้ความพยายามฝ่าฟันปัญหา มองอุปสรรคเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ไม่ใช่ความล้มเหลวและเสาะหาวิธีการเรียนรู้ ตั้งเป้าหมายการเรียนรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพตนเองได้อย่างเต็มที่ เป็นองค์ประกอบซึ่งจำแนกตามแนวคิดของ ไนเจล ไฮล์มส์ (2006) ได้ดังนี้

1.1 ชอบและยอมรับความท้าทาย (Embrace challenge) ได้แก่ เชื่อว่าปัญหาหรืออุปสรรคเป็นเสมือนความท้าทาย มีกำลังใจในการเผชิญหน้ากับทุกสถานการณ์ เกิดความสนุกที่จะเรียนรู้ รู้ว่าเสี่ยงแต่ยังลงมือทำ ยอมรับทุกผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ไม่หลีกเลี่ยงความท้าทาย

1.2 กล้าเผชิญกับความล้มเหลว (Persist in the face of setback) ได้แก่ เชื่อว่าความผิดพลาดหรือความล้มเหลวเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตคนเรา กล้าคิดกล้าทำ เรียนรู้พัฒนาตนเองจากข้อผิดพลาด มุ่งมั่นต่อไปแม้จะพบกับความล้มเหลว ไม่ยอมแพ้

1.3 มองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรอบรู้ (See effort as the path to mastery) ได้แก่ เชื่อว่าความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความเชี่ยวชาญ ใช้ความพยายามในการแก้ปัญหาให้ความสำคัญกับการลงมือทำ เน้นกระบวนการเรียนรู้มากกว่าผลสำเร็จ

1.4 เรียนรู้จากคำวิจารณ์ (Learn from Criticism) ได้แก่ สนใจข้อมูลป้อนกลับในเชิงลบที่เป็นประโยชน์ ใช้ข้อมูลป้อนกลับมาปรับปรุงงาน การใช้ข้อมูลป้อนกลับพัฒนาตนเองเชิงสร้างสรรค์

1.5 หาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น (Find lessons and inspiration in the success of other) ได้แก่ การค้นหาแหล่งข้อมูลที่สนใจ การหาตัวแบบ การเรียนรู้จากตัวแบบ การสร้างแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของตัวแบบ

1.6 เชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ (The belief intelligence can be changed substantially) ได้แก่ ให้ความสำคัญกับความพยายามในการเปลี่ยนแปลงตนเองเอง ไม่ยึดติดกับความเก่ง พัฒนาตนเองสม่ำเสมอ ประารถนาที่จะเรียนรู้ตลอดชีวิต

2. กิจกรรมแนะแนว หมายถึง วิธีการที่เอื้อให้นักเรียนเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง เรียนรู้ที่จะเข้าใจผู้อื่น ยอมรับผู้อื่น ท่ามกลางความหลากหลายของบุคคลและสังคม เลือกใช้ข้อมูลปรับเปลี่ยนชุดความคิด สามารถตั้งเป้าหมายการเรียนรู้อันนำไปสู่การวางแผนการศึกษา ตลอดจนการปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยใช้เทคนิคการจัดประสบการณ์ในกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน ได้แก่ การพัฒนาชีวิตส่วนตัวและสังคม ทักษะการเรียนรู้ การแก้ไขปัญหาและการปรับตัว แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ตามแนวคิดของ กาญจนวัลย์ (2556) ได้แก่ ขั้นนำ ชั้นกิจกรรมการเรียนรู้ ขั้นสรุป ซึ่งจำแนกได้ดังนี้

2.1 ขั้นนำ หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ครูใช้ในการดำเนินกิจกรรมเพื่อเตรียมตัวผู้เรียนก่อนเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ เป็นการทบทวนความรู้เดิม และถ้อยแถลงการเรียนรู้ไปยังประสบการณ์ใหม่ ทั้งยังเป็นการเร้าความสนใจของผู้เรียน เพื่อจะเชื่อมโยงเข้าสู่หน่วยการเรียนรู้จะทำให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น

2.2 ชั้นกิจกรรมการเรียนรู้ หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่นำเนื้อหาสาระการเรียนรู้ถ่ายทอดในรูปแบบของกิจกรรมโดยให้รูปแบบการเรียนรู้ที่หลากหลายเพื่อให้ผู้เรียนเกิดองค์ความรู้

ความเข้าใจ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของหน่วยการเรียนรู้ อันจะนำไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้

2.3 **ขั้นสรุป** หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ครูหรือนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนรู้ใน หน่วยการเรียนรู้ดังกล่าว ประเมินความรู้อันเกี่ยวข้องการจัดกิจกรรมและหลังการจัดกิจกรรม ตลอดจนเชื่อมโยงประสบการณ์ ความเชื่อเดิม กับ ประสบการณ์ ความเชื่อใหม่ของผู้เรียนเข้าด้วยกัน

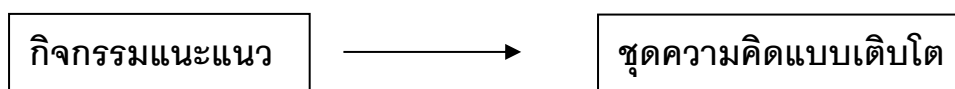
3. **นักเรียน** หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 12 ปีขึ้นไป ซึ่งกำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี

### กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการวิจัยเรื่องการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้กิจกรรมแนะแนว ผู้วิจัยได้นำแนวคิดชุดความคิดแบบเติบโตของไนเจล โฮล์มส์ (2006) ประกอบด้วย 6 คุณลักษณะองค์ประกอบซึ่งได้แก่ องค์ประกอบด้านที่ 1 ชอบและยอมรับความท้าทาย องค์ประกอบที่ 2 กล้าเผชิญกับความล้มเหลว องค์ประกอบที่ 3 มองหนทางไปสู่ความรอบรู้ องค์ประกอบที่ 4 เรียนรู้จากคำวิจารณ์ องค์ประกอบที่ 5 หาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น องค์ประกอบที่ 6 เชื่อว่าความสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดของ กาญจนวัลย์ (2556) ในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโต 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นนำ ขั้นกิจกรรมการเรียนรู้ ขั้นสรุป แนวคิดดังกล่าวสามารถสรุปเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม



### สมมุติฐานการวิจัย

นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวมีชุดความคิดแบบเติบโตก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล แตกต่างกัน

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

#### 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset)

- 1.1 ความหมายของชุดความคิด
- 1.2 ประเภทของชุดความคิด
- 1.3 ความสำคัญของชุดความคิดแบบเติบโต
- 1.4 แนวคิดการพัฒนาชุดความคิดแบบเติบโต
- 1.5 การประเมินชุดความคิดแบบเติบโต
- 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดความคิดแบบเติบโต

#### 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

- 2.1 ความหมาย ความสำคัญ และหลักการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 2.2 การจัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมแนะแนว
- 2.3 เทคนิคการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

## 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset)

### 1.1 ความหมายของชุดความคิด

คำว่า Mindset ในประเทศไทยมีผู้ให้ความหมายไว้หลากหลาย ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้คำว่า “ชุดความคิด” และได้มีผู้ให้ความหมาย ชุดความคิด ไว้ดังต่อไปนี้

บุญเกียรติ โชควัฒนา (บุญเกียรติ, 2554) ได้ให้ความหมายของคำว่ากระบวนการทางความคิดไว้ว่า คือ สิ่งที่ได้พบ สิ่งที่ได้สัมผัส สิ่งที่ได้รับรู้และมักจะยึดติดอยู่ ไม่ค่อยเปลี่ยนแปลง ถ้ามีชุดความคิดที่เป็นบวกและดีควรเก็บไว้ แต่ถ้ามีชุดความคิดที่เป็นลบและมีผลต่อตนเองและผู้อื่นในทางที่ไม่ดีควรปรับเปลี่ยน

ราชบัณฑิตยสภา (ราชบัณฑิตยสภา, 2558) ได้บัญญัติคำว่า Mindset เป็นภาษาไทยไว้ในพจนานุกรมศัพท์ศึกษาศาสตร์ร่วมสมัย คือ กรอบคิดหรือชุดความคิดและให้คำจำกัดความดังนี้ “กรอบ แนวทางของชุดความคิด ความเชื่อ ค่านิยมหลัก ความคาดหวัง ซึ่งบ่งชี้พฤติกรรมหรือท่าทีเชิงมนทัศน์ของบุคคลให้ยอมรับหรือตอบโต้เหตุการณ์ที่เผชิญหน้า ตามความคิด ความเชื่อที่บุคคลยึดติดและเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ที่ผ่านมามากมายที่จะเปลี่ยนแปลง สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานและศูนย์จิตวิทยาการศึกษา มูลนิธิยุวสถิรคุณ (2558, น.6) ให้ความหมายชุดความคิด คือ กลุ่มของความเชื่อหรือวิธีการคิดที่ส่งผลต่อพฤติกรรม มุมมองและทัศนคติ

ชัชวาล ศิลปะกิจ;รสสุคนธ์ ชมชื่น;อรวรรณ ศิลปะกิจ (2558, น.168) กล่าวสรุปว่า ชุดความคิดเป็นความเชื่อเกี่ยวกับคุณลักษณะพื้นฐานของตนเองที่ส่งผลต่อพฤติกรรม ชนิตา รุ่งเรือง;เสรี ชัดเข้ม (2559, น.1) กล่าวสรุปว่า ชุดความคิด เป็นความเชื่อของมนุษย์ที่มีต่อลักษณะและคุณลักษณะของตนเอง

คารอล ดเวค (Dweck Carol S, 2006, น. 17) ให้ความหมายชุดความคิด (Mindset) ไว้ว่า เป็นความเชื่อของมนุษย์ที่มีต่อลักษณะ (Characteristics) และคุณลักษณะ (Traits) ของตนเอง เช่น เชาวน์ปัญญา ความสามารถ และบุคลิกภาพ

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ชุดความคิด หมายถึง ความคิด ความเชื่อ ที่ส่งผลให้นักเรียนมีมุมมองต่อตนเองแตกต่างกัน ทั้งในเรื่องภาพลักษณ์ การใช้ความพยายาม การเรียนรู้

ตลอดจนการปรับตัวต่อสถานการณ์อันนำไปสู่การพัฒนาตนเองและประสบความสำเร็จในด้านต่าง ๆ ได้แก่ มองเห็นความสำคัญของการเรียนรู้โดยใช้ความพยายามฝ่าฟันปัญหา มองอุปสรรคเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ไม่ใช่ความล้มเหลวและเสาะหาวิธีการเรียนรู้ ตั้งเป้าหมายการเรียนรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพตนเองได้อย่างเต็มที่

## 1.2 ประเภทของชุดความคิด

คารอล ดเวค (Dweck Carol S, 2006, น. 17-18) ได้มีการพัฒนาแนวคิดเรื่อง ชุดความคิดโดย Dweck ได้ แบ่งชุดความคิดออกเป็น 2 ประเภท คือ ชุดความคิดเติบโต (Growth Mindset) และ ชุดความคิดจำกัด (Fixed Mindset) ที่อธิบายความเชื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมในลักษณะที่แตกต่างกัน

คารอล ดเวค (ศุนย์วิชาการและบริการวิชาการด้านเด็ก เยาวชนและครอบครัว คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2560, น.31 อ้างถึงใน Dweck, 2006) ยังได้สรุปความแตกต่างระหว่างคนที่มีชุดความคิดแบบเติบโต คนที่มีชุดความคิดแบบติด ซึ่งมีด้วยกัน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการตั้งเป้าหมาย คนที่มีชุดความคิดแบบติดจะตั้งเป้าหมายแบบมุ่งเน้นผลงาน (performance goals) เป็นหลัก ลงมือกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อแสดงความสามารถ และหลีกเลี่ยงการถูกวิพากษ์วิจารณ์จากบุคคลอื่น ในขณะที่คนที่มีชุดความคิดแบบเติบโต จะตั้งเป้าหมายแบบมุ่งเน้นการเรียนรู้ (mastery goals) โดยจะลงมือทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ด้านการตอบสนองต่อความท้าทาย คนที่มีชุดความคิดแบบติดจะตัดสินใจเผชิญหน้าต่อสิ่งที่ท้าทายก็ต่อเมื่อรู้สึกว่าเขามีความสามารถในเรื่องนั้น และมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในเรื่องนั้น แต่จะหลีกเลี่ยงการตอบสนองต่อความท้าทายที่เขาไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง ในขณะที่คนที่มีชุดความคิดแบบเติบโตจะกล้าตอบสนองต่อความท้าทายใหม่ ๆ และจะเปิดรับความท้าทายใหม่ ๆ ที่ช่วยทำให้เขามีความรู้เพิ่มมากขึ้น ด้านการให้สาเหตุความล้มเหลว คนที่มีชุดความคิดแบบติดจะให้สาเหตุของความล้มเหลวมาจากการขาดความสามารถในเรื่องนั้น ๆ ของตนเอง ในขณะที่คนที่มีชุดความคิดแบบเติบโตจะให้สาเหตุของความล้มเหลวเมื่อการกระทำนั้นไม่ก่อให้เกิดการเรียนรู้หรือยังไม่ได้พยายามมากพอ และด้านการเรียนรู้ ด้วยตนเอง คนที่มีชุดความคิดแบบเติบโตเมื่อได้รับคำแนะนำ คำวิจารณ์ที่จะช่วยให้ได้ปรับปรุงตนเอง ได้ลองแก้ปัญหาใหม่ ๆ ดังนั้นในกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองจะมีการวางแผนพัฒนาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้มากที่สุด และทำได้ดีกว่าคนที่มีชุดความคิดแบบติด

แบล็คเวลและคณะ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดรัมย์, 2560, น.3 ; อ้างถึงใน Blackwell; Trzesniewski; Dweck, 2007: 246-263) ได้นำเสนอทฤษฎีความเชื่อส่วนบุคคล

(Implicit theory) ซึ่งแบ่งความเชื่อออกเป็น 2 ประเภท คือ 1) ความเชื่อที่ว่า เชาวน์ปัญญาหรือความสามารถของคนเปลี่ยนแปลงได้ (Incremental theory) และ 2) ความเชื่อที่ว่า เชาวน์ปัญญาหรือความสามารถของคนเปลี่ยนแปลงไม่ได้

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ประเภทชุดความคิด สามารถแบ่งออกได้ 2 ประเภท คือ ชุดความคิดแบบเติบโตและชุดความคิดแบบตายตัว ซึ่งชุดความคิดแบบเติบโต มีความคิดความเชื่อว่าคุณคนสามารถพัฒนาความฉลาดของตนเองหากอาศัยความพยายามและเรียนรู้จากความล้มเหลว มองอุปสรรคว่าเป็นความท้าทายให้เรียนรู้ ใช้คำวิจารณ์ให้เป็นประโยชน์ และมองหาต้นแบบเพื่อสร้างแรงบันดาลใจไปยังเป้าหมาย ในทางกลับกันบุคคลที่มีชุดความคิดแบบตายตัวจะมีความคิด ความเชื่อยึดติดกับความเชื่อเดิมของตนเอง มองว่าคุณคนเกิดมาพร้อมพรสวรรค์และความฉลาดติดตัวมาตั้งแต่กำเนิด ยากที่จะเปลี่ยนแปลงได้ หากบุคคลมีความคิด ความเชื่อโน้มเอียงไปยังชุดความคิดแบบใดก็จะแสดงออกทางพฤติกรรมเช่นนั้น

### 1.3 ความสำคัญของชุดความคิดแบบเติบโต

เมอร์ฟีและดเวค (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม, 2560, น.9 ; อ้างถึงใน Murphy & Dweck, 2015) กล่าวว่า ชุดความคิดเติบโต เป็นความเชื่อที่มีต่อลักษณะและคุณลักษณะของตนเองว่า สามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้ ทั้งด้านเชาวน์ปัญญา ทักษะ ความสามารถ และบุคลิกภาพ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงหรือการพัฒนานี้สามารถเกิดขึ้นได้โดยอาศัยความพยายาม การเรียนรู้ และการฝึกฝน ทั้งนี้ ชุดความคิดเติบโตจะนำไปสู่การจูงใจให้ผู้ที่มีความคิดประเภทนี้แสวงหาโอกาสในการพัฒนาตนเองตลอดเวลา ในขณะที่ ชุดความคิดจำกัด เป็นความเชื่อที่มีต่อลักษณะและคุณลักษณะของตนเองว่า ไม่อาจเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาได้ หรือหากพัฒนาได้ก็เกิดขึ้นเฉพาะในช่วงต้นของชีวิต เนื่องจากศักยภาพหรือความสามารถต่าง ๆ เป็นผลมาจากพันธุกรรมหรือสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม, 2560, น.9 ; อ้างถึงใน Dweck, 2006) อย่างไรก็ตาม แม้ว่าชุดความคิดเติบโตและชุดความคิดจำกัดจะเป็นความเชื่อที่แตกต่างกัน แต่ก็พบว่า แต่ละคนสามารถมีชุดความคิดต่อลักษณะหรือคุณลักษณะของตนเองในแต่ละด้านที่แตกต่างกันได้ (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม, 2560, น.9 ; อ้างถึงใน Dweck, 2006; Yeager & Dweck, 2012) กล่าวคือ บางคนอาจมีชุดความคิดเติบโตเกี่ยวกับเชาวน์ปัญญาแต่อาจมีชุดความคิดจำกัดเกี่ยวกับบุคลิกภาพหรือทักษะทางดนตรีของตนก็เป็นได้

บุคคลที่มีชุดความคิดแตกต่างกันจะมีคุณลักษณะที่แตกต่างกันหลายประการ เช่น รูปแบบการเรียนรู้เป้าหมายในชีวิต พฤติกรรมที่แสดงออกเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ท้าทายหรือเมื่อเกิดปัญหา และปฏิกิริยาเมื่อพบกับความล้มเหลว ซึ่งความแตกต่างของการตอบสนองต่อ

สิ่งต่างๆ นี้ จะส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง อันจะนำไปสู่การประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ ทั้งการเรียน การทำงาน รวมถึงการใช้ชีวิตของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน(ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม ,2560, น.9 ;อ้างถึงใน Esparza et al., 2014; Lee et al., 2012; Mangels et al., 2006; Miele, Son, & Metcalfe, 2013; Yan,Thai, & Bjork, 2014)

บุคคลที่มีชุดความคิดเติบโตมักจะทำให้ความสำคัญต่อการแสวงหาแนวความคิดใหม่ รวมทั้งมีความพยายามและฝึกฝนตนเองอย่างหนัก เพื่อให้ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.9 ;อ้างถึงใน Chan, 2012; O'Rourke, 2014) ในขณะที่บุคคล ที่มีชุดความคิดจำกัดมักมีความเชื่อว่า การใช้ความพยายามสะท้อนถึงการด้อยความสามารถ เพราะหากเป็นผู้ที่มีความสามารถแล้วไม่จำเป็นต้องอาศัยความพยายามในการทำสิ่งต่างๆ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.9 ;อ้างถึงใน Chan, 2012; Lee et al., 2012) ด้วยเหตุนี้ ผู้ที่มีชุดความคิดจำกัดจึงมักหลีกเลี่ยงที่จะใช้ความพยายามในการจัดการหรือแก้ไขปัญหาต่าง ๆ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.4 ;อ้างถึงใน Lee et al., 2012) รวมทั้งมีความวิตกกังวลกับการพิสูจน์ว่า ตนเองมีคุณลักษณะที่ดีเพียงพอหรือไม่ หรือมีความสามารถมากน้อยเพียงใด (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.4 ;อ้างถึงใน Lee et al., 2012; Mangels et al., 2006; Murphy & Dweck, 2015) ซึ่งแตกต่างจากผู้ที่มีชุดความคิดเติบโตที่ไม่วิตกกังวลกับภาพลักษณ์เหล่านี้ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.4 ;อ้างถึงใน Murphy & Dweck, 2015) แมนเจล (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.9 ;อ้างถึงใน Mangels et al. 2006) ได้ศึกษาความเชื่อเกี่ยวกับเชาวน์ปัญญาที่มีผลต่อการเรียนรู้ผ่านการวัดคลื่นไฟฟ้าสมองสัมพันธ์กับเหตุการณ์ (Event-Related Potentials: ERPs) ในนักศึกษาระดับปริญญาตรี ผลการศึกษาปรากฏว่ากลุ่มที่มีชุดความคิดจำกัดมักมีความกังวลเกี่ยวกับการพิสูจน์ความสามารถของตนเอง ในขณะที่การศึกษาของMurphy and Dweck ในปี ค.ศ. 2015 ปรากฏว่า ผู้ที่มีชุดความคิดเติบโต มักไม่ให้ความสำคัญต่อการพยายามรักษาภาพลักษณ์ของตนมากนัก แต่จะให้ความสำคัญกับสิ่งที่ก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้มากกว่าบุคคลที่มีชุดความคิดแตกต่างกันจะมีมุมมองต่อความพยายามแตกต่างกัน ส่งผลให้มีพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งท้าทายที่แตกต่างกันออกไปด้วย ผู้ที่มีชุดความคิดเติบโตมักมีการแสวงหาสิ่งที่ท้าทาย เนื่องจากมีความเชื่อว่าการทำในสิ่งที่ท้าทายเป็นเสมือนโอกาสในการเรียนรู้ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.4 ;อ้างถึงใน Lee et al., 2012) ขณะที่บุคคลที่มีชุดความคิดจำกัด มีความเชื่อว่า สถานการณ์ที่ท้าทายเป็นเสมือนบททดสอบหรือเป็นการประเมินความฉลาดหรือความสามารถของตนเอง (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.4 ;อ้างถึงใน Lee et al., 2012; O'Rourke, 2014) ดังนั้น จึงพยายามหลีกเลี่ยงความท้าทายและการ



เปลี่ยนแปลงต่าง ๆ รวมถึงมีแนวโน้มในการแสวงหาเฉพาะสิ่งที่ง่าย ๆ และจะหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่อาจก่อให้เกิดความผิดพลาด(ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.4 ;อ้างถึงใน Chan, 2012;Lee et al., 2012) ทั้งนี้ ในการที่จะจัดการกับสถานการณ์ที่มีความท้าทายได้ดีนั้น ต้องมีแรงจูงใจเพื่อให้สามารถเอาชนะอุปสรรคได้

เมยลี่;ซัน;แมคคาฟี (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.9 ;อ้างถึงใน Miele, Son, and Metcalfe.2013) ได้เสนอแนะว่า เด็กมักมีการใช้ชุดความคิดเกี่ยวกับเขาวงกตปัญญาของตนในการสร้างแรงจูงใจ นอกจากนี้ การศึกษาของ ยาน;ไท;บโจก (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม ,2560, น.4 ;อ้างถึงใน Yan, Thai, and Bjork.2014) ยังแสดงให้เห็นว่า ผู้ที่มีชุดความคิดแตกต่างกันจะมีลักษณะแรงจูงใจที่แตกต่างกัน กล่าวคือ คนที่มีชุดความคิด เดิบโต จะมีแรงจูงใจภายในขณะที่ผู้ที่มีชุดความคิดจำกัด จะมีแรงจูงใจภายนอกเป็นตัวผลักดันพฤติกรรม เช่น รางวัล เป็นต้น

ผู้ที่มีชุดความคิดเดิบโตกับผู้ที่มีชุดความคิดจำกัดมีความแตกต่างกันอีกประการหนึ่ง คือ มุมมองต่อความผิดพลาดหรือความล้มเหลว และการปรับตัว (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม ,2560, น.4 ;อ้างถึงใน Morser et al. (2011) ศึกษาความใส่ใจกับความผิดพลาดและการปรับตัวด้วยวิธีการวัดคลื่นไฟฟ้าสมองสัมพันธ์กับเหตุการณ์ ในนักศึกษาระดับปริญญาตรี ปรากฏว่า ผู้ที่มีชุดความคิดเดิบโตมีการตระหนักและให้ความสนใจกับความผิดพลาด รวมทั้งมีการพัฒนาตนเอง ภายหลังจากที่ผิดพลาดได้มากกว่าผู้ที่มีชุดความคิดจำกัด ซึ่งคล้ายคลึงกับผลการศึกษาของ สคูเดออร์ (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.5 ;อ้างถึงใน Schoder et al. 2014) ที่ได้ศึกษาผลของชุดความคิดต่อการควบคุมทางปัญญา (Cognitive control) ด้วยการวัดคลื่นไฟฟ้าสมองสัมพันธ์กับเหตุการณ์ในนักศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งผลปรากฏว่า กลุ่มที่มีชุดความคิดเดิบโตมีความสนใจต่อสิ่งเร้า ในขณะที่กลุ่มที่มีชุดความคิดจำกัดจะสนใจที่ผลลัพธ์ ซึ่งไม่มีผลต่อความสามารถในการปรับตัว แตกต่างจากกลุ่มที่มีชุดความคิดเดิบโตที่มีการปรับตัวได้ดีกว่า นอกจากนี้ ผลจากการศึกษาของ คิง (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.5 ;อ้างถึงใน King (2012) ยังแสดงให้เห็นว่าชุดความคิดเดิบโต มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปรับตัวที่เหมาะสม ขณะที่ชุดความคิดจำกัดมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม

แม้ว่าการศึกษาของ มัวเซอและสคูเดอ (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.5 ;อ้างถึงใน Morser et al. 2011;Schoder et al. 2014) จะมีกระบวนการวิจัยที่คล้ายคลึงกัน แต่ก็มี ความแตกต่างในประเด็นที่ศึกษา กล่าวคือ มัวเซอ (ซินิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.5 ;อ้างถึงใน Morser et al.) สนใจในมิติทางด้านสังคมควบคู่กับด้านประสาทวิทยาศาสตร์ แต่การศึกษาของ

สคูเดอร์ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแจ้ง, 2560, น.5 ;อ้างถึงใน Schoder et al.) มุ่งเน้นอธิบายความแตกต่างของชุดความคิดในด้านการทำงานของกระบวนการทางปัญญา อย่างไรก็ตาม การศึกษาทั้งสองเรื่องก็สามารถอธิบายถึงการปรับตัวของคนที่มีความคิดที่แตกต่างกัน ในการเผชิญกับความล้มเหลวด้วยวิธีการด้านประสาทวิทยาศาสตร์ได้เป็นอย่างดี ดเวค (Dweck .2006;2012) ได้สรุปถึงลักษณะที่แตกต่างกันของผู้ที่มีความคิดเติบโตและผู้ที่มีความคิดจำกัดด้วยแผนภาพ โดยแสดงให้เห็นว่า ผู้ที่มีความคิดแตกต่างกันเมื่อพบกับสิ่งท้าทาย หรืออุปสรรคจะมีมุมมองและการแสดงพฤติกรรมแตกต่างกัน รวมถึงมีความพยายามแตกต่างกันออกไป อีกทั้งเมื่อพบกับคำวิพากษ์วิจารณ์หรือเมื่อเห็นว่าผู้อื่นประสบความสำเร็จ ผู้ที่มีความคิดเติบโตจะมีมุมมองและการแสดงออกที่แตกต่างจากผู้ที่มีความคิดจำกัดเช่นกัน แสดงได้ดัง แผนภาพ



ภาพประกอบ 1 แสดงคุณลักษณะชุดความคิดของบุคคลโดย ไนเจล โฮล์มส์ (2006)

จากแผนภาพ จะเห็นได้ว่า ความแตกต่างของชุดความคิดส่งผลให้คนมีมุมมองต่อตนเองแตกต่างกันทั้งในด้านมุมมองต่อภาพลักษณ์ การใช้ความพยายาม การเรียนรู้ รวมถึงการปรับตัว ทั้งนี้ การให้ความสำคัญต่อการเรียนรู้มากกว่าการพิสูจน์ภาพลักษณ์ของตน รวมถึงการปรับตัวที่เหมาะสมเมื่อประสบความล้มเหลว เป็นคุณลักษณะของผู้ที่มีชุดความคิดเติบโตซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นคุณลักษณะที่พึงประสงค์ โดยผู้ที่มีชุดความคิดเติบโตจะมีกระบวนการจัดการเรียนรู้สำหรับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแจ้ง, 2560, น.5 ; อ้างถึงใน Yan, Thai, & Bjork, 2014) ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ปรับแผนภาพแสดงคุณลักษณะของบุคคลในแต่ละชุดความคิดโดยไนเจล โฮล์มส์ (2006) โดยมีคุณลักษณะบ่งชี้ 6 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบด้านที่ 1 ชอบและยอมรับความท้าทาย องค์ประกอบที่ 2 กล้าเผชิญกับความล้มเหลว องค์ประกอบที่ 3 มองหนทางไปสู่ความรอบรู้ องค์ประกอบที่ 4 เรียนรู้จากคำวิจารณ์ องค์ประกอบที่ 5 หาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น องค์ประกอบที่ 6 เชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ชุดความคิดแบบเติบโต มีความสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ โดยจากการศึกษาค้นคว้า ชุดความคิดความคิดเป็นตัวแปรส่งผ่านที่ทำให้เกิดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การจัดการปัญหา การปรับตัวอันนำไปสู่การมีสุขภาพจิตที่ดี มีการตั้งเป้าหมายในชีวิตและหาหนทางในการพัฒนาตนเองโดยไม่มองว่าความล้มเหลวเป็นอุปสรรคพร้อมที่จะเรียนรู้จากคำวิจารณ์ หาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น เชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ

#### 1.4 แนวคิดการพัฒนาชุดความคิดแบบเติบโต

(ชนิตา รุ่งเรือง และ เสรี ชัดแจ้ง, 2016, น. 6) ชุดความคิดเติบโตมีความสำคัญต่อบุคคลเป็นอย่างมาก ทั้งในด้านการศึกษาและการเรียนรู้ การปรับตัวสุขภาพจิต รวมถึงการพัฒนาสินค้าและบริการในภาคธุรกิจอีกด้วย ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงชุดความคิดจำกัดให้เป็น ชุดความคิดเติบโต จึงนับว่าเป็นแนวทางที่สำคัญแนวทางหนึ่งที่จะทำให้สามารถพัฒนาศักยภาพมนุษย์ได้การศึกษาเกี่ยวกับวิธีการเปลี่ยนแปลงชุดความคิดในปัจจุบันมีหลากหลายวิธีการที่มีประสิทธิภาพ วิธีการที่ใช้กันอย่างแพร่หลายวิธีการหนึ่งคือ การให้ข้อมูลหรือความรู้เกี่ยวกับการทำงานของสมอง รวมถึงความสามารถของสมอง ในการพัฒนาและจัดระบบใหม่ อันเป็นผลมาจากการใช้ความพยายาม และการฝึกฝนการทำงานอย่างหนัก โดยข้อมูลหรือความรู้นี้จะเน้นถึงข้อค้นพบทางประสาทวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับการพัฒนาเขาวงกตปัญญาผ่านการเรียนและการฝึกฝน

เอคพาร์ซา (ชุนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแจ้ง, 2560, น.5 ; อ้างถึงใน Esparza et al. 2014) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเปลี่ยนชุดความคิดโดยใช้ชื่อวิธีการว่า Brainology รวมถึงการศึกษาของ Paunesku (ชุนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแจ้ง, 2560, น.5 ; อ้างถึงใน Paunesku et al. (2015) ที่ใช้ The Growth-mind-set intervention เป็นวิธีการเปลี่ยนชุดความคิดจากทำให้เป็นชุดความคิดเติบโต ซึ่งวิธีการมีความคล้ายคลึงกับ Brainology ทั้งนี้ วิธีนี้นับว่ามีจุดเด่นค่อนข้างมากทั้งประสิทธิภาพของวิธีการและสามารถใช้ประโยชน์ได้ในวงกว้าง เนื่องจากมีการพัฒนาให้เป็นโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ใช้งานผ่านระบบอินเทอร์เน็ต ทำให้การเปลี่ยนชุดความคิดให้เป็นชุดความคิดเติบโตสามารถทำได้สะดวกมากยิ่งขึ้น

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า การพัฒนาชุดความคิดแบบเติบโตส่วนใหญ่เป็นวิธีการให้ความรู้เรื่องประสาทวิทยาและการทำงานของสมอง ประกอบกับการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการฝึกฝน เสริมแรงตามความพยายามของบุคคล ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้ฐานคิดของไนเจล โฮล์มส์ (2006) โดยมีคุณลักษณะบ่งชี้ 6 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบด้านที่ 1 ชอบและยอมรับความท้าทาย องค์ประกอบที่ 2 กล้าเผชิญกับความล้มเหลว องค์ประกอบที่ 3 มองหนทางไปสู่ความรอบรู้ องค์ประกอบที่ 4 เรียนรู้จากคำวิจารณ์ องค์ประกอบที่ 5 หาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น องค์ประกอบที่ 6 เชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ

### 1.5 การประเมินชุดความคิดแบบเติบโต

(ชุนิตา รุ่งเรือง และ เสรี ชัดแจ้ง, 2016, น.8) การประเมินชุดความคิดเติบโตมีหลายวิธี แต่วิธีการที่พบมากที่สุดคือ การใช้มาตราประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert rating scale) ที่สร้างขึ้นตามนิยามของชุดความคิด หรือแนวคิดจากทฤษฎีความเชื่อส่วนบุคคลมาเป็นแนวทางในการสร้างมาตรวัด (ชุนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแจ้ง, 2560, น.8 ; อ้างถึงใน Blackwell, Trzesniewski, & Dweck, 2007; Haimovitz, Wormington, & Corpus, 2011; Chan, 2012; Storek & Furnham, 2013; Yan, Thai, & Bjork, 2014; Esparza et al., 2014; Paunesku et al., 2015) โดยมาตรวัดแต่ละชุดมีจำนวนข้อคำถามที่แตกต่างกันออกไป ตั้งแต่ 2 ข้อ ไปจนถึง 12 ข้อ (ชุนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแจ้ง, 2560, น.8 ; อ้างถึงใน Haimovitz, Wormington, & Corpus, 2011; Storek & Furnham, 2013 ; Esparza et al., 2014; Paunesku et al., 2015) ทั้งนี้ เนื่องจากการนำแนวคิดเรื่อง ชุดความคิด ไปศึกษาร่วมกับตัวแปรอื่น ๆ อีกหลายด้าน เช่น ชุดความคิดที่มีต่อบุคลิกภาพ ชุดความคิดที่มีต่อน้ำหนักตัว ชุดความคิดที่มีต่อความอาย ชุดความคิดที่มีต่อเชาวน์ปัญญา และ ชุดความคิดที่มีต่อความสามารถด้านต่างๆ (ชุนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดแจ้ง, 2560, น.8 ; อ้างถึงใน Blackwell, Trzesniewski, & Dweck, 2007; Burnette, 2010; Valentiner et al., 2013; Yeager,

Trzesniewski, & Dweck, 2013) ดังนั้นในการกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการเพื่อใช้สร้างมาตรวัดชุดความคิด จึงเป็นการกำหนดนิยามของความเชื่อที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาได้ของลักษณะหรือคุณลักษณะนั้นๆ

การพัฒนามาตรวัดชุดความคิดมักพัฒนาขึ้นในรูปแบบกระดาษ-ดินสอเป็นส่วนใหญ่ (ชนิตารุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม, 2560, น.8 ; อ้างถึงใน Haimovitz, Wormington, & Corpus, 2011; Storek & Furnham, 2013; Yan, Thai, & Bjork, 2014; Esparza et al., 2014; Paunesku et al., 2015; Chan, 2012) ทั้งนี้ Dweck (2015) ได้จัดทำมาตรวัดชุดความคิดในรูปแบบการใช้ระบบคอมพิวเตอร์ออนไลน์ เพื่อให้ผู้ที่สนใจสามารถประเมินตนเองผ่านระบบคอมพิวเตอร์ โดยมีข้อคำถามจำนวน 16 ข้อ ซึ่งสามารถรายงานผลการประเมินได้ทันที ทำให้เกิดความสะดวกในการประเมินและสามารถนำผลประเมินไปใช้ประโยชน์ได้รวดเร็วยิ่งขึ้น

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า การประเมินชุดความคิดส่วนใหญ่เป็นแบบมาตรวัดประมาณค่าทั้งในรูปแบบกระดาษ ระบบคอมพิวเตอร์ และนิยามวัดชุดความคิดแบบเติบโต เนื่องจากมีประโยชน์ในการนำไปใช้งานดีกว่าการวัดชุดความคิดแบบตายตัวหรือยึดติด เช่น ทราบถึงแนวโน้มในการคิด ความเชื่อ การจัดการปัญหา ความพยายาม การปรับตัว นำไปสู่ความสุขในชีวิต

## 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดความคิดแบบเติบโต

กรกนก คำโกน (2560:4) ได้ทำการศึกษารายละเอียดของการใช้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้ชุดความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ที่มีความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสุขหลังได้หลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้ชุดความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยของคะแนนความสุขหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้ชุดความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กอบแก้ว บุญบุตร (2563) ได้ทำการศึกษา การเสริมสร้างโดยโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาร่วมกับกิจกรรมกลุ่มพัฒนาความคิด พบว่าชุดความคิดเติบโตของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ระยะเวลาหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คุณานนต์ โรจนผาติวงศ์;ศศิณี อรุณอำภารัตน์;อัฐฐพล สกฤษชัยวรรณท์ (2558) ศึกษาผลของชุดความคิดที่ยืดหยุ่นต่อความทุ่มเทในงาน: การวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพล โดยมีการริเริ่มปรับเปลี่ยนการทำงานและการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจเป็นตัวแปรส่งผ่าน ผลการวิจัยพบว่า การริเริ่มปรับเปลี่ยนการทำงานและการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจทำหน้าที่เป็นตัวแปรส่งผ่านอิทธิพลของชุดความคิดที่ยืดหยุ่นที่มีต่อความทุ่มเทในงานได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

(มุทิตา อุดทน, วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์, และ จุฑามาศ แหนจอน, 2019, น.182) ศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาชุดความคิดเติบโตในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาชุดความคิดเติบโตมีคะแนนชุดความคิดเติบโตสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมภายหลังสิ้นสุดการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาชุดความคิดเติบโตมีคะแนนชุดความคิดเติบโตเมื่อสิ้นสุดการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยผลการทดลองนี้ชี้ให้เห็นว่าโปรแกรมการพัฒนาชุดความคิดเติบโตสามารถพัฒนาให้นักเรียนมีชุดความคิดเติบโตดีขึ้นและดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม

อุไร จักร์ตรีมงคล (2561:1) ศึกษาการพัฒนารูปแบบการสอนสถิติพื้นฐานตามแนวทางชุดความคิดเปิดกว้างสำหรับนิสิตปริญญาตรี หลักสูตรการศึกษาระดับบัณฑิต (กศ.บ.) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผลการศึกษาพบว่า ผลการวิจัยพบว่า คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนก่อนเรียนและหลังเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 ส่วนคะแนนเจตคติต่อวิชาสถิติพื้นฐานของผู้เรียนก่อนเรียนและหลังเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่า ชุดความคิดแบบเติบโตส่งผลต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียน

ลี (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.9 ;อ้างถึงใน Lee et al.,2012; O'Rourke, 2014 โดย Lee et al.2012) ได้นำเกมคอมพิวเตอร์ที่ใช้ในการสอนนักกฎหมายมาใช้ในการศึกษาความแตกต่างของคุณลักษณะของผู้ที่มีชุดความคิดแตกต่างกัน ผลการศึกษาปรากฏว่า ผู้ที่มีชุดความคิดเติบโตสามารถทำคะแนนได้ดีกว่า รวมถึงมีการสนใจข้อมูลย้อนกลับและมีลักษณะของการแสวงหาความท้าทายมากกว่าผู้ที่มีชุดความคิดจำกัด

ไฮไมวิส;วอลมิงตัน;คอร์บัส (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.7 ;อ้างถึงใน Haimovitz, Wormington, and Corpus .2011) ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า นักเรียนที่มีแรงจูงใจลดลง เมื่อเรียนในระดับสูงขึ้นมักมีความเชื่อว่า เขาวนปัญญาของตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และส่งผลให้เด็กกลุ่มนี้ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่ากลุ่มที่มีแรงจูงใจสูง ซึ่งมีความเชื่อต่อเขาวนปัญญาของตนว่าเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้

คิง (ชนิตา รุ่งเรือง ; เสรี ชัดเข้ม,2560, น.7 ;อ้างถึงใน King ,2012) ผลการศึกษา  
ปรากฏว่า นักเรียนที่มีความเชื่อว่า เขาจะแก้ปัญหาของตนเองไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ซึ่งเป็น  
ลักษณะของชุดความคิดจากัด มีความสัมพันธ์กับการมีอารมณ์ทางลบ เช่น รู้สึกแยเมื่ออยู่ในชั้น  
เรียนและแสดงอารมณ์ทางลบในโรงเรียน

## 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

### 2.1 ความหมาย ความสำคัญ และหลักการจัดกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.2559:12  
อ้างอิงจาก กระทรวงศึกษาธิการ.2551) กำหนดให้ กิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและ  
พัฒนานักเรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิดตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนด  
เป้าหมาย วางแผนชีวิต ทั้งด้านการเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้  
ยังช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจนักเรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้การปรึกษาแก่ผู้ปกครอง  
ในการมีส่วนร่วมพัฒนานักเรียน

คอร์ทแมน อาชบาย และเดอ กราฟฟ์ (สมร ทองดี และปราณี รามสูต 2545 : 11  
อ้างอิงจาก Kottman, Ashby & De Graff, 2001 :) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็น  
ประมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้ หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแต่ละคนหรือแต่ละกลุ่ม ได้  
ปฏิบัติ ผูกมัด หรือร่วมเรียนรู้ เพื่อบรรลุ เป้าหมายของผู้รับบริการ ทั้งเป็นการส่งเสริมพัฒนา การ  
ป้องกันปัญหา และแก้ไขปัญหาก็เกี่ยวข้องกัน โดยครอบคลุมขอบข่ายการพัฒนาส่วนตัวและ  
สังคม การพัฒนาทางการศึกษา และการพัฒนาพื้นฐาน ทางอาชีพ

นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2558 : 1) การแนะแนว หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือบุคคล  
ให้เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม เสริมสร้างให้เขามีคุณภาพเหมาะสมตามความแตกต่างระหว่าง  
บุคคล ค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน มีทักษะการดำเนินชีวิต มีวุฒิภาวะทาง  
อารมณ์ ศีลธรรม จริยธรรม รู้จักการเรียนรู้ในเชิงพหุปัญหา รู้จักคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาในช่วง  
วิกฤติ วางแผนการศึกษาต่อ ประกอบอาชีพ และสามารถปรับตัวได้อย่างมีความสุขในชีวิตได้  
พัฒนาตนเองให้ถึงขีดสุด ในทุกด้าน

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559 : 7) กล่าวว่า กิจกรรมแนะ  
แนว หมายถึง มวลประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดทำขึ้นในรูปแบบต่างๆ เพื่อสนองบริการบุคคลบน  
พื้นฐานของหลักการ วิธีการและเทคนิคทางจิตวิทยา โดยคำนึงถึงความจำเป็นหรือความต้องการ  
ของผู้รับบริการ เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจตน ความเข้าใจคน และสภาพแวดล้อม อันนำไปสู่การ

ปรับตน การวางแผนและการจัดชีวิตด้านต่างๆอย่างเต็มศักยภาพ ครอบคลุมทักษะการพัฒนาชีวิต ส่วนตนและสังคม ทักษะการเรียนรู้และทักษะทางการงานอาชีพ

สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย (2563 : 29) กล่าวว่า การแนะแนว หมายถึง กระบวนการทางการศึกษาที่ช่วยให้ บุคคลรู้จัก และเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม สามารถนำตนเองได้ แก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง และพัฒนาตนเองได้ตามศักยภาพปฏิบัติตนให้เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม การแนะแนวไม่ใช่การแนะนำ อาจกล่าวได้ว่า การแนะแนวเป็นการช่วยเหลือให้เขาสามารถช่วยตนเองได้

ศุภวดี บุญญวงษ์ (2556 :13) กล่าวว่า การแนะแนว หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือบุคคลแต่ละคนให้เข้าใจตนเอง เข้าใจโลกที่เขาดำเนินชีวิตและบุคคลอื่นๆที่เขาเกี่ยวข้องกับตัว เพื่อที่เขาสามารถช่วยตนเอง นำตนเองได้ในสภาพสิ่งแวดล้อมที่เป็นอยู่อย่างฉลาด สามารถพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ในทุกด้าน ได้นำศักยภาพของตนมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ตลอดจนสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

อาภา ถนัดช่าง ;เรียม ศรีทอง (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาระดับขั้นพื้นฐาน.2559:2 อ้างอิงจาก อาภา ถนัดช่าง ;เรียม ศรีทอง .2545 : 92-93) ได้เสนอความคิดว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของบริการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งตอบสนอง การบริการจัดวางตัวบุคคล (Placement Service) โดยมุ่งให้ผู้รับบริการได้ปฏิบัติการเสริมสร้างพฤติกรรม ทั้งการพิจารณาเลือกใช้ข้อมูล การปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อ เจตคติ ฝึกทักษะ หรือเสริมทักษะที่จำเป็นให้ดียิ่งขึ้น

กรรภา นักร้อง (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาระดับขั้นพื้นฐาน.2559:12 อ้างอิงจากกรรภา นักร้อง .2555 : 50-51) ได้สรุปหลักการสำคัญของการให้บริการจัดวางตัวบุคคลว่า 1) มุ่งประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับบริการ 2) การให้บริการสอดคล้องกับความต้องการ ของผู้รับบริการ 3) ให้โอกาสผู้รับบริการใช้สิทธิและเสรีภาพในการตัดสินใจรับบริการ 4) การบริการช่วยเหลือบางกรณี อาจต้องการบุคลากรที่เกี่ยวข้องร่วมกันให้บริการด้วย

สมร ทองดี ;ปราณี รามสูต (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาระดับขั้นพื้นฐาน.2559:12 อ้างอิงจาก สมร ทองดี ;ปราณี รามสูต 2545 : 29-41) ได้เสนอหลักการจัดกิจกรรม แนะแนวว่า 1) กิจกรรมแนะแนวควรครอบคลุมขอบข่ายการพัฒนาทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ 1) การพัฒนา ส่วนตัวและสังคม การพัฒนาทางการศึกษา และการพัฒนาทางอาชีพ 2) ลักษณะกิจกรรมควรสอดคล้อง กับวัยของผู้รับบริการ เนื่องจากบุคคลแต่ละวัยมีลักษณะธรรมชาติที่แตกต่างกัน เช่น กิจกรรม แนะแนววัยเด็ก ควรจัดให้ได้เรียนรู้ปนเล่น สำหรับวัยรุ่นเน้นการ



แสวงหาเอกลักษณ์ และการฝึก การยอมรับทางสังคม สำหรับวัยผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นผู้มีประสบการณ์ชีวิตหลากหลาย ควรเน้นการวิเคราะห์ หรือสังเคราะห์ เป็นต้น และ 3) กิจกรรมแนะแนวย่อมต้องสนองต่อผู้รับบริการทั้งรายบุคคลและ แบบกลุ่ม

กาซดา (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.2559:12 อ้างอิงจาก Gazda, 1984 : 182) ได้เสนอหลักการจัดกิจกรรม แนะนำว่า 1) ต้องตอบสนองความต้องการของผู้รับบริการ 2) เน้นประสบการณ์การเรียนรู้ของผู้รับบริการ 3) สำหรับผู้รับบริการแนะแนวกลุ่มใหญ่ ควรจัดเป็นโปรแกรม เช่น โปรแกรมการจัดการ ความเครียด สำหรับผู้รับบริการกลุ่มเล็ก เน้นไปที่จุดประสงค์ส่วนตัว เช่น เทคนิคการฝึกความกล้าแสดงออก หรือฝึกประสบการณ์การสื่อสารด้วยวจนสาร และ 4) จัดให้มีการประเมินผลลัพธ์ การจัดกิจกรรมจากหลักการจัดกิจกรรมดังกล่าวมา สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมแนะแนว อาศัยหลักการทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการแนะแนวสำคัญ 4 ประการ ได้แก่ 1) การจัดกิจกรรม มุ่งเน้นประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับบริการ 2) สนองความต้องการของผู้รับบริการตามวัย 3) ผู้รับบริการ มีส่วนร่วมในการเรียนรู้ โดยมีสิทธิและเสรีภาพในการเลือกตั้งดีสินใจรับบริการ และ 4) กิจกรรม แนะนำควรมีความสอดคล้องกับเป้าหมายของหลักสูตรและความจำเป็นของสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลง

จากที่กล่าวมา ข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนว เป็นวิธีการที่เอื้อให้นักเรียนเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง เรียนรู้ที่จะเข้าใจผู้อื่น ยอมรับผู้อื่น ท่ามกลางความหลากหลายของบุคคลและสังคม เลือกรับใช้ข้อมูล ปรับเปลี่ยนชุดความคิด สามารถตั้งเป้าหมายการเรียนรู้อันนำไปสู่การวางแผนการศึกษา ตลอดจนการปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

## 2.2 การจัดการกระบวนการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมแนะแนว

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559:39-43) การจัดกิจกรรมแนะแนวกลุ่มในชั้นเรียน มีจุดประสงค์ส่งเสริมให้ผู้รับบริการได้มีส่วนร่วม เรียนรู้ร่วมกันในการพัฒนาตนครอบคลุมขอบข่าย 3 ด้าน ทั้งนี้เพื่อให้เกิดผลเชิงพฤติกรรม ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงด้านเจตคติหรือจิตใจ อารมณ์ ความรู้สึก ความรู้ และความเข้าใจข้อมูล และสารสนเทศด้านต่าง ๆ รวมทั้งความสามารถในการจัดการชีวิตด้านต่าง ๆ อาศัยแนวคิดสำคัญ 2 ประการ ได้แก่ กรอบแนวคิดเกี่ยวกับหลักสูตรกิจกรรมแนะแนวกลุ่มในชั้นเรียน เพื่อตอบสนองจุดมุ่งหมายหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ซึ่งได้กำหนด ให้กิจกรรมแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน มุ่งหมายให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตน ให้มีคุณลักษณะที่เอื้อต่อการเรียนรู้ มีคุณลักษณะที่ดีของเยาวชน มีค่านิยมของคนไทยเพื่อครองชีวิต อย่างมีคุณภาพ และอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข ประการที่สองคือ กรอบแนวคิดทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการให้บริการแนะ

แนวแต่ละด้าน ประกอบด้วย จิตวิทยาสังคม จิตวิทยาพัฒนาการ จิตวิทยาการเรียนรู้ และจิตวิทยาการศึกษา การจัดกิจกรรมแนะแนวกลุ่มในชั้นเรียน เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ซึ่งต้องสอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการ และลักษณะธรรมชาติของผู้เรียนตามหลักพัฒนาการ และหลักการเรียนรู้โดยเฉพาะ การพัฒนาทักษะชีวิต

สำนักวิชาการและมาตรฐานทางการศึกษา (2563 : 3) ได้กล่าวว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่จัดให้สอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ ธรรมชาติของผู้เรียนและวิสัยทัศน์ของสถานศึกษาที่ตอบสนองจุดมุ่งหมายของหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี โดยครอบคลุมทั้งด้าน การศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรม จนเกิดการเรียนรู้และเกิดทักษะชีวิต

จากที่กล่าวมา ข้างต้น สรุปได้ว่า การจัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมแนะแนว เป็นวิธีการจัดประสบการณ์ในชั้นเรียน ได้แก่ การพัฒนาชีวิตส่วนตัวและสังคม ทักษะการเรียนรู้ การแก้ไขปัญหาและการปรับตัว ตลอดจนวางแผนด้านการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพ

### 2.3 วิธีการจัดกิจกรรมแนะแนว

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559:39-43) วิธีการจัดประสบการณ์ในกิจกรรมแนะแนวกลุ่มในชั้นเรียน ในการจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน มีกระบวนการสำคัญที่เกี่ยวข้อง 2 ประการ ได้แก่ การกำหนดวิธีการเรียนรู้ กับขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว มีรายละเอียด ได้แก่

2.3.1 การกำหนดวิธีการเรียนรู้ การพัฒนาทักษะชีวิตมุ่งให้ผู้รับบริการ มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ได้แก่ มีความสามารถ มีความชำนาญหรือมีความคล่องตัว ในการจัดการพัฒนาตนเองในเรื่องต่าง ๆ ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2527 : 125-127) เน้นว่า บุคคล ที่ จะมีความพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ควรได้รับการสนับสนุนหรือช่วยเหลือในเรื่องสำคัญ 3 อย่างต่อเนื่องกัน ได้แก่

1) ความรู้เชิงประเมินค่า (Cognitive Component) หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้ในเรื่องที่ศึกษาหรือฝึกฝนอยู่ในแง่ดีมีประโยชน์มากหรือน้อย ความรู้เชิงประเมินค่า จัดเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการเกิดเจตคติ ถ้าบุคคลมีความรู้เชิงประเมินค่าต่อสิ่งที่เรียนไม่สมบูรณ์หรืออาจมีความผิดพลาดจะทำให้เกิดความลำเอียงขึ้นได้

2) ความรู้สึกพอใจ (Affective Component) เป็นความรู้สึก ของบุคคลที่ แสดงออกในเชิงชอบ/ไม่ชอบ พอใจ/ไม่พอใจ ต่อสิ่งที่เผชิญอยู่ ซึ่งเป็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้น โดย อัตโนมัติและสอดคล้องกับความรู้สึกประเมินค่าในสิ่งเดียวกันนั้น และ

3) ความพร้อมกระทำ (Action Tendency Component) เป็นความสามารถที่จะ แสดงออก ซึ่งพฤติกรรมเชิงส่งเสริมในสิ่งที่ตนพอใจ พร้อมที่จะเพ หรือทำลายสิ่งที่ตนไม่ชอบ ไม่ พอใจ ลักษณะดังกล่าวจะปรากฏออกเป็นพฤติกรรมขึ้น" ตลักษณะและสถานการณ์

### 2.3.2 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน

กาญจนวนัลย์ ภิญโญศุภสิทธิ์ (2556:61) อธิบาย การจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน ประกอบไปด้วยกระบวนการ 3 ขั้นตอน เริ่มจาก

- 1) ชี้นำเข้าสู่กิจกรรม
- 2) ชี้นกิจกรรมการเรียนรู้
- 3) ชี้นสรุปและประเมิน

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559:39-43) อธิบาย การจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนที่เน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมย่อมต้องมีการฝึกปฏิบัติ โดยยึดผู้รับบริการ เป็นสำคัญในการจัดกิจกรรมหรือจัดประสบการณ์เรียนรู้ มีนักวิชาการได้เสนอแนวคิดที่สำคัญไว้ ได้แก่ โคลด์ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน อ้างอิงจาก Kolb's Learning Cycle, cited in Thorpe, S. & Clifford, J., 2003 : 15) ได้เสนอวงจร การเรียนรู้ว่า การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ เริ่มจาก

- 1) โอกาสที่ผู้เรียนมีโอกาสรับรู้ประสบการณ์
- 2) ผู้เรียนได้วิเคราะห์แนวคิด
- 3) ผู้เรียนได้มีโอกาสสรุปแนวคิดหรือองค์ความรู้
- 4) ผู้เรียน มีโอกาสนำความรู้ไปใช้ในโอกาสต่าง ๆ

ฮอนาย และมัมฟอร์ด (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2559:39-43 อ้างอิง จาก Honey and Mumford cited in Thorpe, S. & Clifford, J., 2003 : 16) ได้ปรับวงจรแห่งการ เรียนรู้เดิมเป็น

- 1) ระยะเวลาประสบการณ์ (Activist)
- 2) ระยะเวลาท่อนความคิด (Reflector)
- 3) ระยะเวลาสรุปองค์ความรู้ (Theorist)
- 4) การประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ (Pragmatist)

นอกจากนั้น สมุณทา พรหมบุญ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน อ้างอิงจาก สมุณทา พรหมบุญ.2540 : 16) ได้เสนอรูปแบบการเรียนรู้ แบบมีส่วนร่วม ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้

- 1) ชั้นประสบการณ์ตรง (Experience)
- 2) ชั้นอภิปราย/สะท้อน (Discussion/Reflection)
- 3) ชั้นสรุปองค์ความรู้ (Theorist)
- 4) ชั้นทดลอง/ประยุกต์ (Experimentation/Application)

อธิบายได้ดังต่อไปนี้

1. ชั้นประสบการณ์ (Experience) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เป็นการให้โอกาสผู้เรียน - ได้รับรู้ทางกาย ทางจิต-อารมณ์ และสภาพแวดล้อมเชิงประจักษ์เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียน โดยการสังเกต พิเคราะห์คุณค่าผ่านสื่อต่าง ๆ ทั้งทางตรงหรือทางอ้อม รวมทั้งร่วมทดลองหรือ ปฏิบัติการต่าง ๆ ซึ่งมีผลต่ออารมณ์และความรู้สึกสนใจใฝ่รู้ต่อไป
2. ชั้นอภิปราย/สะท้อน (Discussion/Reflection) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เป็นการให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้สึก ความคิด วิเคราะห์หรือเสนอผลลัพธ์จากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับ ในชั้นประสบการณ์ โดยมีการกำหนดประเด็นต่าง ๆ ในการอภิปรายไว้ในขั้นนี้ให้ชัดเจน โดยสอดคล้อง กับวัตถุประสงค์ที่เรียนรู้
3. ชั้นความคิดรวบยอด (Concept Formation) การเรียนรู้ในขั้นนี้ ส่ง ให้ผู้เรียนสรุปผลการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของสิ่งที่ได้เรียนรู้ในขั้นต้นระหว่างเหตุและผล หรือระหาคองค์ประกอบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเป็นองค์ความรู้ หรือเป็นหลักการที่ใช้อธิบายเรื่องราว กร" หรือสถานการณ์อื่น ๆ ในทำนองเดียวกัน
4. ชั้นทดลอง/ฝึกทักษะ (Experimentation) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ตรวจสอบตนเองจากหลักการหรือองค์ความรู้ที่สรุปมาก่อนหรือทดลองตามหลักการซ้ำ หรือ ฝึกทักษะเพิ่มความชำนาญ รวมทั้งการประเมินพฤติกรรมตนเองว่าสามารถพัฒนาได้ในระดับต่าง ๆ
5. ชั้นประยุกต์ใช้และการพัฒนา (Application & Development) การเรียนรู้ในขั้นนี้ เป็นการสนับสนุนให้ผู้เรียนได้ประยุกต์องค์ความรู้ ความคิด หรือข้อสรุปนำสู่ชีวิตประจำวัน พัฒนาให้มีความสามารถเพิ่มขึ้น รวมทั้งประเมินผลความก้าวหน้าของตน รวมทั้งการพัฒนาแนวคิดและวิธีการให้คุณภาพมากขึ้น

สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย (2563) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวในยุคปัจจุบันควรตั้งรับ Disruption โดยการปรับชุดความคิด (mindset) รับผิดชอบต่อความเปลี่ยนแปลง สดักกลยุทธ์เก่าออกไป แม้ว่าจะเคยใช้ได้ผลมาแล้วก็ตาม และเปิดใจ ปรับตัวให้พร้อมจะเรียนรู้กับเทคโนโลยีใหม่ที่จะเข้ามาลดสิ่งที่ช่วงช้าและสร้างโอกาสใหม่ นำเสนอสิ่งดีโดยสร้างคนให้มีศักยภาพเพิ่มขึ้น เน้นการเรียนรู้โดยไม่กังวลกับผลลัพธ์ของปลายทาง การจัดกิจกรรมแนะแนวในโรงเรียน ควรจัดให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยใช้เทคนิคต่างๆทางจิตวิทยาให้นักเรียนรู้ถึงความสำคัญของชีวิตในอนาคต เน้นความพยายามบนการตั้งเป้าหมายเริ่มจากการทบทวนและรู้จักตนเองในด้านความถนัด ความสามารถ และความสนใจ เข้าใจและก้าวทันการเปลี่ยนแปลงของสังคม ชุมชนและสังคมโลก รู้จักแสวงหาข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในสังคมเทคโนโลยีเพื่อมาใช้ในการวางแผนชีวิตตนเองอย่างฉลาดรู้ ฉลาดเลือกและฉลาดรับ รู้จักวิธีเอาตัวรอดจากปัญหาสังคม รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงและเกิดใหม่ของอาชีพในอนาคตด้วยการทำเพิ่มสะสมผลงาน เส้นทางเรื่องราวของชีวิตและกรอบแสดงเรื่องราวของชีวิตเพื่อเป็นการวางทางเดินของชีวิตในอนาคต ด้วยความเชื่อว่าถ้าเด็กสนุกกับการเรียนรู้เติบโตขึ้นเด็กจะสนใจและสนุกกับการทำงาน

กล่าวโดยสรุป การออกแบบกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน ควรยึดหลักการทางจิตวิทยา ที่ต้องคำนึงถึงถึงลักษณะเฉพาะและความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้รับบริการ และหลักการเรียนรู้ โดยเน้นผู้เรียนมีส่วนร่วมเรียนรู้ โดยสอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ที่เน้นการพัฒนานักเรียน โดยเฉพาะการจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนที่เน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ต้องจัดให้มีการพัฒนาจิตลักษณะและทักษะ เพื่อให้ผู้รับบริการได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในทางที่ดียอมต้องอาศัยจิตลักษณะเป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาพฤติกรรมด้วย สำหรับกระบวนการเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรม ผู้วิจัยได้ปรับแนวคิดใช้ขั้นตอน ตามแนวคิดของ กาญจนวัลย์ (2556) ได้แก่ ขั้นนำ ขั้นกิจกรรมการเรียนรู้ ขั้นสรุป ซึ่งจำแนกได้ดังนี้

2.1 ขั้นนำ หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ครูใช้ในการดำเนินกิจกรรมเพื่อเตรียมตัวผู้เรียนก่อนเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ เป็นการทบทวนความรู้เดิม และถ้อยการเรียนรู้ไปยังประสบการณ์ใหม่ ทั้งยังเป็นการสร้างความสนใจของผู้เรียน เพื่อจะเชื่อมโยงเข้าสู่หน่วยการเรียนรู้ จะทำให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น

2.2 ขั้นกิจกรรมการเรียนรู้ หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่นำเนื้อหาสาระการเรียนรู้ถ่ายทอดในรูปแบบของกิจกรรมโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้ที่หลากหลายเพื่อให้ผู้เรียนเกิด

องค์ความรู้ ความเข้าใจ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของหน่วยการเรียนรู้ อันจะนำไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้

2.3 ชั้นสรุป หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ครูหรือนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ เรียนรู้ในหน่วยการเรียนดังกล่าว ประเมินความรู้สึกระหว่างการจัดกิจกรรมและหลังการจัด กิจกรรม ตลอดจนเชื่อมโยงประสบการณ์ ความเชื่อเดิม กับ ประสบการณ์ ความเชื่อใหม่ของ ผู้เรียนเข้าด้วยกัน

### 2.3 เทคนิคการจัดกิจกรรมแนะแนว

กาญจนวัลย์ ภิญญาศุภสิทธิ์ (2556) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวที่ครูแนะ แนวควรใช้ ประกอบไปด้วยการนำเข้าสู่บทเรียน การนำเสนอเนื้อหาและทำกิจกรรม และการสรุป ประเมินผล ซึ่งมีเทคนิคในการจัดกิจกรรมแนะแนว ต่างๆดังนี้

1. เทคนิคการนำเข้าสู่บทเรียน หมายถึง กลวิธีต่างๆ ที่ครูใช้ในการดำเนินการ กิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อเตรียมตัวนักเรียนก่อนเริ่มเรียน และก่อนที่ครูจะจัดกิจกรรมแนะแนว ซึ่งเป็นการเตรียมนักเรียนให้รู้ว่กำลังจะเรียนเรื่องอะไร โดยหากิจกรรมที่เร้าความสนใจของ นักเรียนแล้วเชื่อมโยงไปสู่บทเรียน ซึ่งทำให้นักเรียนสนใจบทเรียนได้ดียิ่งขึ้น

2. เทคนิคการใช้กระดานดำ หมายถึง วิธีการในการเขียนหรือวาด หรือติด อุปกรณ์ต่างๆ ลงบนกระดานดำได้อย่างมีระบบ เป็นระเบียบ สะอาด เรียบร้อย เข้าใจง่ายและดู สวยงาม ทั้งนี้ครูผู้สอนควรคำนึงถึงสภาพแวดล้อมในห้องเรียนด้วยเพื่อให้นักเรียนมองเห็น ตัวหนังสือหรือรูปภาพบนกระดานได้ดี มีแสงสว่างที่กระดานดำเพียงพอที่จะทำให้นักเรียน มองเห็นชัดเจน และอาจต้องปิดหน้าต่างหรือปิดประตูบางบาน เป็นต้น

3. เทคนิคการอธิบายและยกตัวอย่าง หมายถึง กลวิธีต่างๆที่ครูใช้ในการดำเนิน กิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้คำพูด กิจกรรมหรือสื่อการสอนประกอบด้วยเพื่อขยายความชี้แจง แก่นักเรียน โดยการนำสิ่งต่างๆที่เรียกว่า “ตัวอย่าง” มาอ้าง เพื่อแสดงให้เห็นถึงลักษณะที่เป็นส่วน ร่วมหรือมโนทัศน์ของสิ่งที่ต้องการอธิบาย เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจที่ถูกต้องชัดเจนและ สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

4. เทคนิคการใช้คำถาม หมายถึง กลวิธีที่ครูใช้คำพูด ข้อความหรือประโยคโดยมี จุดมุ่งหมายเพื่อรับคำตอบจากผู้ที่ถูกถาม ซึ่งก็คือนักเรียน นอกจากนี้ยังมีจุดมุ่งหมายเพื่อติดตาม การปฏิบัติตามคำสั่ง หรือประสบการณ์เดิมที่นักเรียนได้เรียนรู้ไปแล้ว การถามของครูไม่เพียงแต่ ทำให้นักเรียนฝึกคิดเท่านั้น แต่ยังเป็นการทำให้นักเรียนเกิดความสนใจและต้องการที่จะเรียนรู้อีก ด้วย

5. เทคนิคการใช้กริยาท่าทางและสื่อความหมาย หมายถึง กลวิธีในการดำเนินการสอนของครูโดยใช้คำพูด การเคลื่อนไหวของมือการแสดงออกทางใบหน้า ดวงตา รวมทั้งส่วนอื่นๆของร่างกายที่เหมาะสม ทำให้สามารถสื่อความหมายไปยังนักเรียนตรงตามเนื้อหาสาระของกิจกรรม

6. เทคนิคการเสริมแรง หมายถึง กลวิธีในการแสดงพฤติกรรมชื่นชมนักเรียนของครูที่ทำให้นักเรียนรู้สึกพอใจและต้องการที่จะปฏิบัติซ้ำ และทำให้ดีขึ้นในกิจกรรมที่ได้รับการชื่นชม ซึ่งจะทำให้นักเรียนเกิดความใฝ่รู้ มีความกระตือรือร้น และมีความเชื่อมั่นในตัวเองเพิ่มขึ้น มีทักษะที่ดีต่อการเรียนการสอน รวมทั้งมีโอกาสนในการแสดงความสามารถได้อย่างอิสระ

7. เทคนิคการสร้างอารมณ์ขันในชั้นเรียน หมายถึง กลวิธีต่างๆที่ครูใช้ในการดำเนินกิจกรรม การเรียนการสอนซึ่งทำให้นักเรียนได้หัวเราะ มีความสนุกสนาน เบิกบานใจและไม่เครียด ส่งผลให้ครูและนักเรียนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน สร้างเสริมให้ทั้งนักเรียนและครูเห็นเรื่องต่างๆเป็นเรื่องขบขัน มองโลกในแง่ดี และมีความคิดเชิงบวก

8. เทคนิคการสรุป หมายถึง กลวิธีที่ครูหรือนักเรียนร่วมกันย่อเอาเฉพาะใจความสำคัญของบทเรียนหรือเนื้อหาและกิจกรรมตอนใดตอนหนึ่งหรือทั้งหมด เพื่อช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้อย่างถูกต้องและตรงตามจุดประสงค์ของบทเรียน

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) กล่าวว่า การออกแบบ กิจกรรมและแนวโน้ในชั้นเรียนต้องคำนึงถึงการตอบสนองความต้องการตามวัยและลักษณะความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน โดยเลือกเทคนิคต่าง ๆ ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ที่เหมาะสม เทคนิคการเรียนรู้ที่ดีมักมีความน่าสนใจจูงใจให้เข้าร่วมปฏิบัติการถ่ายทอดความเข้าใจ เชื้อต่อ การค้นพบข้อมูลใหม่ ส่งเสริมความกระตือรือร้น ช่วยฝึกความสามารถ ความชำนาญ เสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เสริมสร้างอารมณ์ พัฒนาความคิดและสติปัญญา เทคนิคการเรียนรู้ที่เหมาะสมอาจช่วยเอื้อประโยชน์ต่อการเรียนรู้ได้อย่างใดอย่างหนึ่ง หรืออาจใช้เทคนิคบางอย่างร่วมกัน เพื่อให้การจัดกิจกรรมบรรลุวัตถุประสงค์ก็ได้ต่อไปขอเสนอตัวอย่างเทคนิคการเรียนรู้ต่าง ๆ ทางการศึกษาและจิตวิทยาที่อาจเลือกนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมและแนวโน้ในชั้นเรียน โดย เสนอลักษณะของกิจกรรมไว้เป็นแนวทางจัดกิจกรรมและพฤติกรรมที่คาดหวังเพื่อแสดงถึงผลที่จะเกิดแก่ผู้รับบริการเมื่อนำ ไปใช้ในการจัดกิจกรรมและแนวโน้ในชั้นเรียนในสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น

1. การอภิปราย เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นต่อสิ่งที่เรียนรู้หรือสิ่งที่เผชิญอยู่ในประเด็นต่าง ๆ อย่างอิสระ ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การถ่ายทอดความคิดและการนำเสนอความคิดที่หลากหลาย

2. การอภิปรายกลุ่ม เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกลุ่มที่ร่วมอภิปรายในแง่มุมที่แตกต่างกันอย่างอิสระ ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การรับฟังความคิดเห็นผู้อื่น การถ่ายทอดความคิดและการเปรียบเทียบหรือเชื่อมโยงความคิด

3. การทายปริศนา เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนแก้ปัญหาโจทย์ตามเงื่อนไข ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ เชื่อมโยงเหตุ-ผล ตลอดจนการสังเกตและสรุปข้อมูล

4. การสืบค้นด้วยตนเอง เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียน สืบค้น แสวงหาข้อมูลเพื่อประกอบการตัดสินใจหรือสร้างองค์ความรู้ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถในการสังเกต การรวบรวมข้อมูลและการสรุปองค์ความรู้

5. การเล่นเกม เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนร่วมปฏิบัติกิจกรรมที่มีกติกาท้าทาย อยากรู้อยากลอง ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจ การกล้าลองผิดลองถูก การผ่อนคลายอารมณ์

6. การแสดงบทบาท เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้ทดลองสวมบทบาทต่างๆที่เกี่ยวข้องในชีวิตแล้วสะท้อนความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริงของตน ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ อารมณ์ ความรู้สึก ความคิดของตนเอง ผู้อื่น สามารถกำกับตนเอง เกิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

7. บทสนทนา เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้กำหนดบทบาทสนทนาของบุคคลที่เกี่ยวข้องกันซึ่งมีเป้าหมายที่ชัดเจน ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถด้านการสื่อสารเชิงสร้างสรรค์ การคิดวิเคราะห์ และการสรุปความคิด

8. บทละคร เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้จัดการแสดงตามบทบาทที่สร้างขึ้นอย่างมีเป้าหมาย ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถในการกล้าแสดงออก การสร้างแรงบันดาลใจและการเรียนรู้ด้วยความเพลิดเพลิน

9. การโต้วาที เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้จัดญัตติหรือประเด็นที่ขัดแย้งกันโดยมีฝ่ายเสนอและฝ่ายค้านตามเวลาที่กำหนด ส่งผลให้ผู้เรียนกล้าแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ เกิดความสามารถในการใช้ภาษาและเหตุผลที่น่าเชื่อถือ

10. การฝึกหัด เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนฝึกกำหนดเป้าหมายวางแผนกำกับตนเองอย่างเป็นระบบได้อย่างชัดเจน ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถตามเป้าหมายที่กำหนดไว้



11. การใช้เครื่องมือแบบสอบถาม แบบประเมินหรือแบบทดสอบ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสดำเนินการสำรวจ ทบทวน ตรวจสอบผ่านการใช้แบบสอบถาม แบบสำรวจ แบบประเมิน หรือแบบทดสอบที่ได้จัดทำอย่างมีเป้าหมายและอ้างอิงแนวคิดที่น่าเชื่อถือได้ ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถประเมินตนเองด้านต่างๆ มีข้อเสนอแนะสำหรับประกอบการทบทวนตนเอง

12. การแบ่งกลุ่มร่วมคิด ร่วมวางแผน และร่วมทำงานตามโจทย์ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนจัดกลุ่มวางแผนร่วมกันทำงานตามโจทย์ที่จัดไว้อย่างมีเป้าหมายชัดเจน ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น สามารถคิดวางแผนและดำเนินงานให้บรรลุผลสำเร็จ

13. การทดลองเปลี่ยนบทบาท เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนทดลองสวมบทบาทของบุคคลอื่นๆ ตามโจทย์ ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก ความคิดของตนเองและผู้อื่น

14. การซ้อมบท เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนฝึกหัดดำเนินชีวิตในแต่ละบทบาทที่ตนอาจจะต้องเกี่ยวข้องในอนาคต ส่งผลให้ผู้เรียนเข้าใจความคิด ความรู้สึกของผู้ที่เกี่ยวข้องหรือสถานภาพของบุคคลนั้นๆ เกิดการตระหนักรู้หน้าที่หรือเข้าใจบริบทสถานภาพบุคคล

15. มุมสนทนา เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนมีพื้นที่ในชั้นเรียนหรือในสถานศึกษา เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสพบบุคคล กระบวนกรหรือวิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญสาขาใดสาขาหนึ่งโดยอิสระเสรี ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถเลือกแสวงหาความรู้ ตัวแบบที่ตนสนใจ เกิดการเรียนรู้จากแหล่งเรียนรู้รอบตัวและประสบการณ์ความสำเร็จของตัวแบบ

16. การวาดภาพ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้ถ่ายทอดจินตนาการในเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ภายใต้บรรยากาศการจัดการเรียนรู้ฐานคิดการบำบัดด้วยศิลปะ ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความผ่อนคลาย สามารถถ่ายทอดความคิดหรือจินตนาการออกมาได้อย่างเสรี

17. การแต่งเรื่อง เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนแต่งเรื่องตามโจทย์หรือตามความคิด ความเข้าใจประสบการณ์เชิงสร้างสรรค์ของตนเอง ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถถ่ายทอดออกมาในลักษณะของการบรรยาย พรรณนา เกิดความคิดสร้างสรรค์

18. การเล่าเรื่อง เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสดำเนินการถ่ายทอดความคิด เรื่องราวหรือประสบการณ์ที่มีประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ส่งผลให้ผู้เรียนใช้โอกาสเอื้อประโยชน์ทางความคิดหรือตัวอย่างอันดีแก่ผู้อื่น

19. การเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนเลือกตัวแบบที่ดีในเรื่องใดเรื่องหนึ่งตามวัตถุประสงค์ ฝึกให้ผู้เรียนเกิดการสังเกต ส่งผลให้เลียนแบบในประสบการณ์และพฤติกรรมอันพึงประสงค์

20. การเรียนรู้ชีวิตด้วยการร่วมในวิถีชีวิต เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ในสถานการณ์จริงโดยมีเวลาต่อเนื่องกัน ใช้ชีวิตร่วมกันกับแหล่งเรียนรู้ต่างๆ

21. ปฏิบัติการจิตอาสาหรือจิตสาธารณะ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนเข้าถึงโอกาสและสถานที่ในการปฏิบัติงานจริง ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถด้านการปรับเปลี่ยนเจตคติต่อเรื่องที่เรียนรู้ในสถานการณ์จริง เกิดทักษะการมีจิตอาสาหรือจิตสาธารณะ

22. การจินตนาการ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนทำโจทย์หรือข้อสอบปรบการณที่มุ่งให้ผู้เรียนคิดสร้างสรรค์ นอกกรอบ

23. การทดลองงาน เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสในการเข้าถึงสถานปฏิบัติงาน สถานประกอบการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากผู้เชี่ยวชาญ ชำนาญ ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาทักษะในการทำงาน เรียนรู้ลักษณะของการทำงาน

24. การแสดงผลการเรียนรู้ทางอาชีพด้วย แฟ้มสะสมผลงาน เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนจัดแสดง นำเสนอ ผลการเรียนรู้ด้านอาชีพ การศึกษา ตลอดจนเรื่องราวส่วนบุคคลในระยะเวลาใดระยะหนึ่ง ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความสามารถรายงานผลงานพัฒนาการด้านตัวตน อาชีพและการศึกษา

25. การใช้สถานการณ์จำลอง เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนเข้าถึงสถานการณ์จำลองเพื่อเรียนรู้ ด้านใดด้านหนึ่งในห้องเรียน เรียนรู้จากการลงมือทดลอง ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการคิดวิเคราะห์ ประเมินสถานการณ์ มีความกล้าแสดงออก ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองนำไปสู่การเห็นคุณค่าแห่งตน

26. การท่องโลกอาชีพ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้ศึกษาดูงานในสถานที่ที่มีบุคคลผู้ทำงานหลากหลายอาชีพ ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจบทบาทหน้าที่และคุณลักษณะของบุคคลผู้มีอาชีพหลากหลาย เกิดเจตคติที่ดีทางอาชีพ

27. เปิดตลาดความคิด เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสเข้าถึงพื้นที่ในโรงเรียนแสดงความคิดตามจุดประสงค์เป็นกลุ่มขึ้นอยู่กับบริบทสถานที่ โดยเจ้าของพื้นที่หรือบุคคลที่ปฏิบัติงาน ณ สถานที่นั้นๆ ให้ข้อมูล คำแนะนำ เปิดโอกาสให้ตั้งคำถาม แล้วให้ข้อมูลย้อนกลับซึ่งกันและกัน ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความกล้าแสดงออก มีความสามารถด้านวางแผน จัดการ การรับและให้รวมไปถึงการนำข้อมูลย้อนกลับไปใช้ประโยชน์ อย่างสร้างสรรค์

28. นิทานสอนใจ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้ศึกษาเรื่องราว สถานการณ์ พฤติกรรมของตัวละคร ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถด้านการคิดวิเคราะห์ เรียนรู้ พฤติกรรมจากตัวแบบ ได้แรงบันดาลใจในการฝึกพัฒนาพฤติกรรมของตน

29. Buddy ผู้หวังดี เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนเลือก Buddy โดยที่อีก ฝ่ายจะได้รับการดูแลปฏิบัติที่ดีต่อกันด้วยไม่รู้ตัว ส่งผลให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อการช่วยเหลือ เกื้อกูลต่อกัน มีทักษะการเอาใจใส่และดูแลผู้อื่น

30. การแข่งขันทักษะชีวิตด้านต่างๆ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนมี ประสบการณ์ทักษะการเรียนรู้ด้านต่างๆ รวมไปถึงทักษะทางอาชีพโดยมีกฎเกณฑ์ หรือกติกา เงื่อนไขการแข่งขันที่ชัดเจน ส่งผลให้ผู้เรียนพัฒนาทักษะที่กำหนดไว้

31. การใช้สื่อในรูปแบบต่างๆ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจเรื่องราว โดยอาศัยการอ้างอิงคลิป หรือใช้ข่าวสารที่เผยแพร่ในที่สาธารณะ ส่งผลให้ผู้เรียนเกิด ความสามารถคิดวิเคราะห์ สามารถสืบค้นที่มาและมีหลักอ้างอิง

32. การเข้าค่ายเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านต่างๆ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ ผู้เรียนได้ฝึกหัดความสามารถ การพัฒนาบุคลิกภาพ หรือทักษะการเรียนรู้ ทักษะอาชีพใน ระยะเวลาใดเวลาหนึ่ง ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาทักษะได้ตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม

33. การเรียนรู้ผ่านโครงการพิเศษ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนเกิด ความสามารถในการปรับตัวจากประสบการณ์นั้นๆ มีโอกาสเตรียมความพร้อมเกิดการถ่ายโยง การเรียนรู้ก่อนเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สถานการณ์ใหม่

34. การใช้เพลงดนตรี เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้นำเพลง ฟังเพลง แต่งเพลงหรือเสียงดนตรีอื่นๆประกอบการดำเนินกิจกรรม เพื่อจูงใจและสร้างบรรยากาศให้เข้าร่วม กิจกรรมและส่งเสริมความผ่อนคลายอารมณ์

35. การจัดศูนย์การเรียนรู้ทางอาชีพต่างๆ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียน เรียนรู้จากสถานการณ์จำลอง มีโอกาสเรียนรู้ลักษณะงาน อาชีพ ส่งผลให้ผู้เรียนเข้าใจขอบข่าย บทบาททางอาชีพ เกิดการเปลี่ยนแปลงในเจตคติทางอาชีพ มีแรงจูงใจให้แสวงหาความรู้ทาง อาชีพในสถานการณ์จริงต่อไป

36. เสียงเตือน เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนศึกษาเรื่องราวจากคลิป ฟัง หรืออ่านคำเตือน ข้อเตือนใจให้คิดในมุมมองต่างๆ ก่อนตัดสินใจเลือกอาชีพต่างๆ ส่งผลให้ผู้เรียน มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ คิดอย่างมีวิจารณญาณ เกิดการแสวงหาความรู้ความจริง

37. การกำกับดูแลตนเอง เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนฝึกกำหนดเป้าหมายและวิธีการพัฒนาพฤติกรรมของตน ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถสอนตนเองและควบคุมตนเองได้

38. การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนจัดการสถานการณ์โดยการสื่อสารแบบต่างๆ มีโอกาสเผชิญด้วยตนเองส่งผลให้ผู้เรียนสามารถแยกแยะเหตุผล คุณและโทษของการสื่อสารด้วยวิธีการต่างๆ และเลือกวิธีการสื่อสารเชิงสร้างสรรค์ได้

39. การฝึกกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้แสดงตนในบทบาทต่างๆ หรือเรียนรู้จากตัวแบบ ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการแยกแยะผลที่เกิดจากการไม่กล้าแสดงออกหรือการแสดงออกแบบไม่พึงประสงค์ได้

40. การฝึกผ่อนคลายความเครียด เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ กำหนดลมหายใจ หายใจระดับลึก การออกกำลังกาย เกิดความสามารถผ่อนคลายความเครียดอย่างเหมาะสมด้วยตนเอง

41. การคิดแบบหมวก 6 ใบ ของ เดอ โบโน เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนฝึกคิดตามขอบข่ายหมวก 6 ใบ ได้แก่ สีฟ้า สีขาว สีดำ สีแดง สีเขียว และสีเหลือง ส่งผลให้ผู้เรียนสามารถคิดได้หลายทิศทางอย่างรอบคอบ

42. การฝึกสมาธิ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนฝึกจิตใจให้สงบด้วยวิธีการต่างๆ ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสามารถในการควบคุมตนเองให้เกิดความสงบเพิ่มความพร้อมในการเรียนรู้

43. กลุ่มสัมพันธ์ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้ดำเนินงานเป็นกลุ่มซึ่งมีบทบาทที่แตกต่างกัน ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความสามารถในการเข้าใจและยอมรับผู้อื่นได้ มีความรู้สึกอบอุ่นที่มีเพื่อนร่วมคิดร่วมทำงาน เรียนรู้การจัดการความขัดแย้งในกลุ่ม

สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย (2563) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวในยุคปัจจุบันควรตั้งรับ Disruption โดยการปรับชุดความคิด (mindset) รับความเปลี่ยนแปลง สลัดกลยุทธ์เก่าออกไป แม้ว่าจะเคยใช้ได้ผลมาแล้วก็ตาม และเปิดใจ ปรับตัวให้พร้อมจะเรียนรู้กับเทคโนโลยีใหม่ที่จะเข้ามาดลสิ่งที่ยังง้ำและสร้างโอกาสใหม่ นำเสนอสิ่งดีโดยสร้างคนให้มีศักยภาพเพิ่มขึ้น เน้นการเรียนรู้โดยไม่กังวลกับผลลัพธ์ของปลายทาง ซึ่งสามารถเสริมสร้างได้จาก เทคนิคดังต่อไปนี้

1. เทคนิคการทำเส้นทางดำเนินชีวิตหรือสอริไลน์ หมายถึง การใช้เรื่องราวที่สร้างขึ้นในการดำเนินเรื่อง เพื่อแสดงความคิด ความคาดหวัง แสดงความถนัด ความสามารถและความสนใจของตนเอง โดยอาศัยเส้นทางการดำเนินชีวิตที่ผ่านมา เพื่อให้ผู้อ่านจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์และมโนทัศน์ในตัวผู้เขียน โดยกำหนด ตัวละคร หรือตัวข้าพเจ้า ใช้แนวทางการดำเนินเรื่องอย่างเป็นลำดับขั้นตอน เป็นรูปแบบการเรียน การใช้ชีวิตในสังคม โดยเริ่มต้นจากการนำไปใช้กับเด็กหรือนักเรียนทุกระดับ

2. เทคนิคการเขียนการดานแสดงเรื่องราวหรือสตอรี่บอร์ด หมายถึง การช่วยให้นักเรียนใช้จินตนาการเกี่ยวกับอนาคตของตนเองอย่างเป็นขั้นตอน ซึ่งจะช่วยถ่ายทอดความคิดให้ครูแนะแนวทราบ ทั้งยังช่วยให้เด็กตั้งเป้าหมายในชีวิตและอนาคตของตนเองตามที่ได้คิดว่าเป็นไปได้ เป็นแนวทางในการสร้างอนาคตต่อไป โดยการเขียนภาพและข้อความเพื่อกำหนดแนวทางในการทำงาน เพื่อกำหนดการเล่าเรื่อง ลำดับเรื่องให้เนื้อหากระชับและเลือกภาพประกอบที่สำคัญและจำเป็นของแต่ละภาพให้สัมพันธ์กับเรื่อง ไม่ต้องละเอียดแต่ต้องมีองค์ประกอบสำคัญไม่จำเป็นต้องใช้ทักษะการวาดภาพมากนัก

กล่าวโดยสรุป เทคนิคการจัดกิจกรรมแนะแนวมีความหลากหลายและสามารถปรับให้สอดคล้องกับบริบทของผู้เรียนแต่ละช่วงวัยรวมไปถึงวัตถุประสงค์ของแต่ละหน่วยการเรียนรู้ ในที่นี้ผู้วิจัยได้นำเทคนิคต่างๆมาบูรณาการในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นต่อไป

#### 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

กมลวรรณ จันทน่อ (2553:1) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมการแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผลการศึกษา พบว่า หลังการทำกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมีระดับทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

วชิรวิทย์ มาลาทอง (2558:1108) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัยพบว่า 1) กิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพมีผลต่อนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนประเทืองทิพย์วิทยา และ 2) ภายหลังจากจัดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพ พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือก

อาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพสูงกว่าเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บุญเลิศ คำปັນ (2560:1) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อเพิ่มแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า กลุ่มทดลอง จำนวน 6 โรงเรียน (โรงเรียนที่ 1 - 6) มีแรงจูงใจ ใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ ) กลุ่มทดลอง โรงเรียนที่ 1, 2 และ 6 มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ และภาษาไทย สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) กลุ่มทดลองโรงเรียนที่ 1 และ 3 มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) โรงเรียนที่ไม่ พบความแตกต่างระหว่างกลุ่มในแต่ละรายวิชา โรงเรียนที่ 4, 5 และ 7 การวิจัยครั้งนี้สรุปว่า กิจกรรมแนะแนวมีแนวโน้มเพิ่มแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนให้แก่ นักเรียน ที่มีผลการเรียนต่ำได้ ส่วนกิจกรรมแนะแนวเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนให้แก่ นักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำ ยังสรุปไม่ได้ชัดเจนในการวิจัยครั้งนี้

วิไลวรรณ เพชรเศรษฐ์ (2561:1) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ชุดความคิดแบบเติบโตเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนขจรเกียรติศึกษา จังหวัดภูเก็ต พบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ชุดความคิดแบบเติบโตเพื่อพัฒนาการ ตั้งเป้าหมายทางการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณา ภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่ม ทดลองมีคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่าของนักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 และ (3) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าชุดกิจกรรมแนะแนวมีความเหมาะสมอยู่ในระดับ มากที่สุด

จิรภัทร์ ธิปัญญา (2563 : 1) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวตามกลวิธีเมตา คอกนินชันเพื่อเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองและทักษะการตัดสินใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองและทักษะการตัดสินใจของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามกลวิธีเมตา คอกนินชันสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Anwar Sutoyo, Agus Supriyanto (2015) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการแนะแนวและการให้คำปรึกษาแบบครบวงจรเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ/ความสามารถทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัย พบว่า โปรแกรมการแนะแนวและการให้คำปรึกษาที่พัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพในการพัฒนาบุคลิกภาพ/ความสามารถทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษา

ตอนปลาย ครูแนะแนวจึงต้องมีความฉลาดรู้ ความสามารถในการเป็นผู้นำ สร้างบรรยากาศการทำงานร่วมกันระหว่างผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย และเชี่ยวชาญนำข้อมูลด้านเทคโนโลยีมาใช้ให้เกิดประโยชน์

Dai Hounsell , Velda McCune , Jenny Hounsell & Judith Litjens (2008) ได้ศึกษาและพัฒนาด้านการแนะแนวและผลของการให้ข้อมูลย้อนกลับของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 พบว่าการแนะแนวที่มีคุณภาพสัมพันธ์กับการให้ข้อมูลย้อนกลับเชิงบวก

Richard T. Lapan, Norman C. Gysbers, Gregory F. Petroski (2011) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการแนะแนวและการให้คำปรึกษาที่ครอบคลุมนโยบายรัฐของนักเรียนระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินการตามโปรแกรมการแนะแนวและให้คำปรึกษาที่ครอบคลุมทั่วทั้งรัฐ สัมพันธ์กับตัวชี้วัดความปลอดภัยและความสำเร็จในการเรียนของนักเรียน ผลการวิจัยยังพบอีกว่า นักเรียนรู้สึกปลอดภัยมากขึ้นในการเข้าเรียนในโรงเรียน รวมไปถึงมีความสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับครู เชื่อว่าการศึกษามีความเกี่ยวข้องและมีความสำคัญต่ออนาคต ฟังพอใจกับคุณภาพการศึกษาที่มีในโรงเรียนมากขึ้น มีปัญหาน้อยลงเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพและระหว่างบุคคลในโรงเรียน และได้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้น

Said Alhadi, Agus Supriyanto, Devita Ayu Mei Dina (2016) ได้ศึกษาเกี่ยวกับสื่อและนวัตกรรมสำหรับการให้บริการและจัดกิจกรรมแนะแนว พบว่า การพัฒนาสื่อและนวัตกรรมทางการแนะแนวสำหรับการจัดกิจกรรมแนะแนวสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ผลการวิจัยยังพบอีกว่า หากสื่อและนวัตกรรมที่นำมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวมีเทคนิคหรือรูปแบบในการนำเสนอที่หลากหลายจะส่งผลต่อการตั้งเป้าหมายของผู้เรียนแต่ละบุคคล

Sutarti Tatik (2017) ได้ศึกษาความพยายามในการเพิ่มความสนใจในการอ่านของนักเรียนเกี่ยวกับการอ้างอิงทางการศึกษาผ่านการแนะแนวแบบคลาสสิกและการให้คำปรึกษารูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ ผลการวิจัยพบว่าการใช้รูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ การแนะแนวและการให้คำปรึกษาแบบคลาสสิกเปิดโอกาสให้นักเรียนได้นำเสนอแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับปัญหาด้านการอ่านที่สนใจ จากนั้นจึงแก้ไขร่วมกันผ่านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

### บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและสุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

#### การกำหนดประชากรและสุ่มตัวอย่าง

##### ระยะที่ 1 การศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2563 จำนวน 36 ห้อง รวม 1,395 คน

##### การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2563 โดยผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2563 จำนวน 1,395 คน

#### การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

##### ขั้นตอนในการสร้างแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ตอนต้น

1.1 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

1.1.1 ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ศึกษาแนวคิด เอกสาร วารสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยดำเนินการวิเคราะห์ข้อคำถามจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์และรวบรวมประเด็นข้อคำถามนำมาสร้างแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

1.1.2 ผู้วิจัยสร้างแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นให้สอดคล้องและครอบคลุมตามนิยามศัพท์เฉพาะซึ่งมีข้อคำถาม 35 ข้อ แต่ละข้อเป็น



มาตราประมาณค่า 5 อันดับ โดยช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-5 คะแนน โดยใช้เกณฑ์ตามมาตรวัดของลิเคิร์ท (Likert Scale) ให้นักเรียนเลือกตอบตามความคิดความรู้สึกขนาดนั้น เกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กำหนดไว้ ดังนี้

ด้านชอบและยอมรับความท้าทาย ข้อที่ 1 – 6

ด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลว ข้อที่ 7 -12

ด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรู้ข้อที่ 13 -19

ด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ ข้อที่ 21 – 24

ด้านหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น ข้อที่ 25-30

ด้านเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอข้อที่ 31-35

ข้อ ความ ที่ มี ความ หมายถึง เชิง บวก ได้แก่ 1, 3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,22,23,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34 และ35 โดยให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด ให้ 5 คะแนน

มาก ให้ 4 คะแนน

ปานกลาง ให้ 3 คะแนน

ค่อนข้างน้อย ให้ 2 คะแนน

น้อย ให้ 1 คะแนน

ข้อความที่มีความหมายเชิงลบ ได้แก่ ข้อ 2,21และ24 ให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด ให้ 1 คะแนน

มาก ให้ 2 คะแนน

ปานกลาง ให้ 3 คะแนน

ค่อนข้างน้อย ให้ 4 คะแนน

น้อย ให้ 5 คะแนน

4.50 – 5.00 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับมากที่สุด

3.50 – 4.49 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับมาก

2.50 – 3.49 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับปานกลาง

1.50 – 2.49 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับค่อนข้าง

น้อย

1.00 – 1.49 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับน้อย

## วิธีการหาคุณภาพแบบวัดชุดความคิดแบบเดบิตโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

### ตอนต้น

1.2.1 นำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของเนื้อหา ความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการการประเมินผลเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขและ เสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยาการศึกษา จิตวิทยาการเรียนรู้ สุขภาพจิต จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามวัตถุประสงค์ ความตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของแต่ละกิจกรรม เพื่อนำมาปรับปรุงความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา วัตถุประสงค์และนิยามเชิงปฏิบัติการโดยหาความ สอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ (Index of Item Objective Congruence: IOC) พบว่า มีค่า อยู่ระหว่าง 0.67 – 1.00

1.2.2 ดำเนินการแก้ไขปรับปรุงกิจกรรมแนะแนว ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒินำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทพิจารณาอีกครั้งก่อนนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และหาค่าความ เชื่อมั่นของแบบวัด โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .939 ก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยระยะที่ 1 ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยดำเนินการติดต่อขออนุญาตคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ มนุษย์ โดยได้รับการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เลขที่ SWUEC-G-058/2564E และดำเนินการประสานงานไปยังโรงเรียนเพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ด้วยตนเองใน ระหว่างเดือนมีนาคม - เดือนเมษายน 2564

2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนการวิจัย การทดลอง การเก็บรวบรวม ข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล ต่อผู้บริหารโรงเรียนและนักเรียน โดยผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1-3 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2563 จำนวน 1,395 คน ประเมิน ตนเองโดยใช้แบบวัดชุดความคิดแบบเดบิตโตตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา (Pre-test) สุ่มกรเข้า ร่วมวิจัยด้วยความสมัครใจ จำนวน 50 คน และทำการการสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็นจำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง 25 คน และกลุ่มควบคุม 25 คนซึ่งผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยตนเอง

3. เก็บรวบรวมข้อมูลแล้วบันทึกคะแนนไว้เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

## ระยะที่ 2 การเปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

2.1.1 ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ศึกษาแนวคิด เอกสาร วารสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยดำเนินการวิเคราะห์ข้อคำถามจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์และรวบรวมประเด็นข้อคำถามนำมาสร้างแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

2.1.2 ผู้วิจัยสร้างแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นให้สอดคล้องและครอบคลุมตามนิยามศัพท์เฉพาะซึ่งมีข้อคำถาม 35 ข้อ แต่ละข้อเป็นมาตราประมาณค่า 5 อันดับ โดยช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-5 คะแนน โดยใช้เกณฑ์ตามมาตรวัดของลิเคิร์ต (Likert Scale) ให้นักเรียนเลือกตอบตามความคิดความรู้สึกขนาดนั้น เกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กำหนดไว้ ดังนี้

ด้านชอบและยอมรับความท้าทาย ข้อที่ 1 – 6

ด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลว ข้อที่ 7 -12

ด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรอบรู้ข้อที่ 13 -19

ด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ ข้อที่ 21 – 24

ด้านหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น

ข้อที่ 25-30

ด้านเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอข้อที่ 31-35

ข้อ ค ว ม ที่ มี ค ว า ม ห ม า ย เ ช ং บ ว ก ไ้ ด้ ้ ก ่ ข้อ 1 ,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,22,23,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34 และ35 โดยให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด ให้ 5 คะแนน

มาก ให้ 4 คะแนน

ปานกลาง ให้ 3 คะแนน

ค่อนข้างน้อย ให้ 2 คะแนน

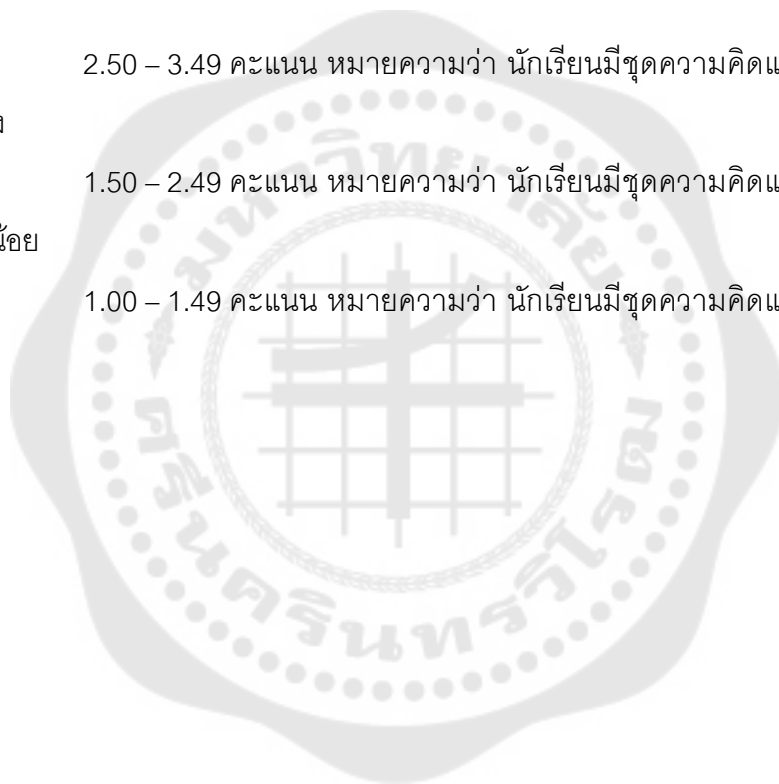
น้อย ให้ 1 คะแนน

ข้อความที่มีความหมายเชิงลบ ได้แก่ ข้อ 2,21และ24 ให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด ให้ 1 คะแนน

|              |             |
|--------------|-------------|
| มาก          | ให้ 2 คะแนน |
| ปานกลาง      | ให้ 3 คะแนน |
| ค่อนข้างน้อย | ให้ 4 คะแนน |
| น้อย         | ให้ 5 คะแนน |

|              |  |
|--------------|--|
| มากที่สุด    | 4.50 – 5.00 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับ |
| มาก          | 3.50 – 4.49 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับ |
| ปานกลาง      | 2.50 – 3.49 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับ |
| ค่อนข้างน้อย | 1.50 – 2.49 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับ |
| น้อย         | 1.00 – 1.49 คะแนน หมายความว่า นักเรียนมีชุดความคิดแบบเติบโตในระดับ |



ตาราง 1 ตัวอย่างแบบวัดชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

| สถานการณ์ปัญหา  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|---|---|---|---|---|---|
| ฉันคิดว่าปัญหาหรืออุปสรรคเป็นสิ่งท้าทาย<br>ความสามารถ               |   |   |   |   |   |
| ฉันไม่ชอบทำอะไรที่มีความยุ่งยากซับซ้อน                              |   |   |   |   |   |
| ฉันคิดว่าการเผชิญกับสถานการณ์ปัญหาคือการเรียนรู้                    |   |   |   |   |   |
| ฉันเชื่อว่าทุกปัญหาหรืออุปสรรคคือความเสี่ยง แต่ฉัน<br>ยังคงลงมือทำ  |   |   |   |   |   |
| ฉันมองว่าปัญหาในชีวิตสามารถแก้ไขได้และฉันพร้อม<br>ยอมรับผลลัพธ์นั้น |   |   |   |   |   |
| เมื่อฉันต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ท้าทายใหม่ๆ ฉันไม่<br>หลีกเลี่ยง    |   |   |   |   |   |
| แม้เจอกับความล้มเหลวบ่อยครั้ง ฉันก็ยอมรับและหา<br>หนทางไปต่อ        |   |   |   |   |   |

## ขั้นตอนในการสร้างกิจกรรมแนะแนว

2.2.1 ผู้วิจัย ได้ศึกษาแนวคิด เอกสาร วารสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนวร่วมกับแนวทางการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโต เพื่อนำข้อมูลมาประกอบแนวคิด ในการสร้างหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมแนะแนว

2.2.2 สร้างกิจกรรมแนะแนวให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะและจุดมุ่งหมายของกิจกรรมที่ใช้ในแต่ละครั้ง ทั้งหมด 8 หน่วยการเรียนรู้

## วิธีการหาคุณภาพเครื่องมือกิจกรรมแนะแนว

2.3.1 ดำเนินการออกแบบแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวและนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของเนื้อหา ความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการประเมินผลเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

2.3.2 เสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา การแนะแนว และการจัดกระบวนการเรียนรู้ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามวัตถุประสงค์ ความตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของแต่ละกิจกรรม เพื่อนำมาปรับปรุงความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา วัตถุประสงค์และนิยามเชิงปฏิบัติการโดยหาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ (Index of Item Objective Congruence: IOC) พบว่า มีค่า อยู่ระหว่าง 0.67 – 1.00

1.2.3 ดำเนินการแก้ไขปรับปรุงกิจกรรมแนะแนว ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒินำเสนอ อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทพิจารณาอีกครั้งก่อนนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และปรับปรุงให้เหมาะสม ได้เป็นแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นไปใช้จริงต่อไป

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยระยะที่ 2 ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยดำเนินการติดต่อขออนุญาตคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ มนุษย์ โดยได้รับการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เลขที่ SWUEC-G- 058/2564E และดำเนินการประสานงานไปยังโรงเรียนเพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยด้วยตนเองในระหว่างเดือนมีนาคม - เดือนเมษายน 2564

2. ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว 8 หน่วยการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที รวมเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด 8 คาบ โดยจะจัดในทุก

ๆ คาบเรียนที่ 8 ตั้งแต่เวลา 14.20-15.10 น. ส่วนกลุ่มควบคุมให้เข้าร่วมกิจกรรมแนะนำภายหลังเสร็จสิ้นการวิจัย เพื่อให้มีโอกาสได้รับประสบการณ์เช่นเดียวกันกับกลุ่มทดลอง โดยผู้วิจัยเป็นผู้จัดกระทำด้วยตนเองในช่วงปิดภาคการศึกษา

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำการทดสอบวัดชุดความคิดแบบเดิมโตอีกครั้งแล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Post-test) และวัดซ้ำในระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองภายหลังการทดลอง 3 สัปดาห์

4. เก็บรวบรวมข้อมูลแล้วบันทึกคะแนนไว้เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล



ตาราง 2 ตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

| ครั้งที่ | กิจกรรม  | เทคนิค/วิธีการ                                       |
|----------|--|--|
| 1        | เปิดใจ : ก่อการคิด                               | - กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์<br>- เทคนิคการใช้คำถาม        |
| 2        | รู้ว่าเสี่ยงแต่คงต้องทดลอง                       | - เทคนิคการอธิบาย                                    |
| 3        | กล้าที่จะล้ม : กล้าที่จะเรียนรู้                 | - เทคนิคการตั้งคำถาม<br>- เทคนิคอารมณ์ขันในชั้นเรียน |
| 4        | ความพยายามมุ่งมานะ : ชะนะปัญหาและอุปสรรค         | - เทคนิคการเขียนเส้นทางชีวิต                         |
| 5        | เรียนรู้จากคำวิจารณ์ : ขอบคุณที่ช่วยให้เราเติบโต | - เทคนิคการเสริมแรง                                  |
| 6        | ไคดอลของฉัน                                      | - เทคนิคการเรียนรู้จากตัวแบบ                         |
| 7        | ความเชื่อใหม่ : พัฒนาตนเองอย่างไรขีดจำกัด        |  |
| 8        | ยัง (พัฒนา) ได้อีก                               |  |

### การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental design) โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบ The pretest-posttest-control group-follow up design



|   |        |    |   |    |   |    |
|---|--------|----|---|----|---|----|
| O | ทดลอง  | O1 | x | O2 | - | O3 |
|   | ควบคุม | O4 | - | O5 | - | O6 |

ความหมายของสัญลักษณ์

O หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

O1 หมายถึง การวัดชุดความคิดแบบเดบิตก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว  
ของนักเรียนกลุ่มทดลอง

O4 หมายถึง การวัดชุดความคิดแบบเดบิตก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว  
ปกติของนักเรียนกลุ่มควบคุม

X หมายถึง การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างชุดความคิดแบบเดบิตของ  
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

- หมายถึง ไม่มีการจัดกระทำ

O2 หมายถึง การวัดชุดความคิดแบบเดบิตหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว  
ของนักเรียนกลุ่มทดลอง

O5 หมายถึง การวัดชุดความคิดแบบเดบิตหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว  
ปกติของนักเรียนกลุ่มควบคุม

O3 หมายถึง การวัดชุดความคิดแบบเดบิตหลังการติดตามผลการเข้าร่วม  
กิจกรรมแนะแนวของนักเรียนกลุ่มทดลอง

O6 หมายถึง การวัดชุดความคิดแบบเดบิตหลังการติดตามผลการเข้าร่วม  
กิจกรรมแนะแนวปกติของนักเรียนกลุ่มควบคุม

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐานที่ใช้ในการวิจัย

1.1 ค่าเฉลี่ย (Mean)

1.2 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติที่ใช้วิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด โดยใช้การหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (one-way repeated measures ANOVA) เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนชุดความคิดแบบเติบโตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล



## บทที่ 4

### ผลการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้กิจกรรมแนะแนว ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยโดยการศึกษาตามขอบวนการและขั้นตอนต่างๆ ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยผู้วิจัยได้นำเสนอผลการดำเนินการวิจัยเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 ผลการศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ระยะที่ 2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิจัย

|                  |   |
|------------------|---|
| $\bar{X}$        | หมายถึง ค่าเฉลี่ย   |
| $SD$             | หมายถึง ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน                               |
| $F$              | หมายถึง ผลการทดสอบค่า $F$                                 |
| $p\text{-value}$ | หมายถึง ค่านัยสำคัญทางสถิติ                               |
| กลุ่มทดลอง       | หมายถึง นักเรียนที่ได้รับการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโต |

## ระยะที่ 1 ผลการศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตโดยรวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ผลการศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตโดยรวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

| ตัวแปรการวิจัย                                  | ก่อนการทดลอง |          |         | หลังการทดลอง |          |         | หลังการติดตามผล |          |       |
|---|--------------|----------|---------|--------------|----------|---------|-----------------|----------|-------|
|   | กลุ่มทดลอง   | การแปลผล | ระดับ   | กลุ่มทดลอง   | การแปลผล | ระดับ   | กลุ่มทดลอง      | การแปลผล | ระดับ |
|   | $\bar{X}$    | $SD$     |         | $\bar{X}$    | $SD$     |         | $\bar{X}$       | $SD$     |       |
| ชอบและยอมรับความท้าทาย                          | 3.29         | .41      | ปานกลาง | 3.83         | .54      | มาก     | 3.85            | .54      | มาก   |
| กล้าเผชิญกับความล้มเหลว                         | 3.43         | .61      | ปานกลาง | 4.09         | .67      | มาก     | 4.08            | .60      | มาก   |
| มองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรู้              | 3.27         | .63      | ปานกลาง | 4.05         | .65      | มาก     | 4.02            | .69      | มาก   |
| เรียนรู้จากคำวิจารณ์                            | 2.98         | .67      | ปานกลาง | 3.47         | .61      | ปานกลาง | 3.54            | .56      | มาก   |
| หาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น | 2.65         | .81      | ปานกลาง | 3.61         | .87      | มาก     | 3.78            | .85      | มาก   |
| เชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ        | 3.22         | .63      | ปานกลาง | 4.18         | .51      | มาก     | 4.07            | .72      | มาก   |
| ผลรวมคะแนนเฉลี่ยชุดความคิดแบบเติบโต             | 3.14         | .62      | ปานกลาง | 3.87         | .64      | มาก     | 3.89            | .66      | มาก   |

จากตาราง 2 พบว่า ผลการศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง จังหวัดชลบุรี เมื่อพิจารณา ชุดความคิดแบบเติบโตด้านชอบและยอมรับความท้าทาย พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก และคะแนนเฉลี่ยหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณา ชุดความคิดแบบเติบโตด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลว พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก และคะแนนเฉลี่ยหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณา ชุดความคิดแบบเติบโตด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรู้ พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก และคะแนนเฉลี่ยหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก ซึ่งกลุ่มทดลองมีระดับค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุม เมื่อ

พิจารณา ชุดความคิดแบบเติบโตด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ พบว่า พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับปานกลาง และคะแนนเฉลี่ยหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับ ซึ่งกลุ่มทดลองมีระดับค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุม เมื่อพิจารณา ชุดความคิดแบบเติบโตด้านหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งกลุ่มทดลองมีระดับค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุม คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก และคะแนนเฉลี่ยหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณา ชุดความคิดแบบเติบโตด้านเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ พบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก และคะแนนเฉลี่ยหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลองอยู่ในระดับมาก



**ระยะที่ 2 ผลการเปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล**

**ตารางที่ 4** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยชุดความคิดแบบเติบโต ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลอง

| ตัวแปรการวิจัย                                  | ก่อน        |            | หลัง        |            | หลังการ     |            | F             | p-value          |
|---|-------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|---------------|------------------|
|   | การทดลอง    |            | การทดลอง    |            | ติดตามผล    |            |               |                  |
|   | $\bar{X}$   | S.D.       | $\bar{X}$   | S.D.       | $\bar{X}$   | S.D.       |               |                  |
| ชอบและยอมรับความท้าทาย                          | 3.29        | .41        | 3.83        | .54        | 3.85        | .54        | 11.968*       | <0.001           |
| กล้าเผชิญกับความล้มเหลว                         | 3.43        | .61        | 4.09        | .67        | 4.08        | .60        | 8.510*        | <0.001           |
| มองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรู้              | 3.27        | .63        | 4.05        | .65        | 4.02        | .69        | 10.999*       | <0.001           |
| เรียนรู้จากคำวิจารณ์                            | 2.98        | .67        | 3.47        | .61        | 3.54        | .56        | 7.472*        | <0.001           |
| หาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น | 2.65        | .81        | 3.61        | .87        | 3.78        | .85        | 13.119*       | <0.001           |
| เชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ        | 3.22        | .63        | 4.18        | .51        | 4.07        | .72        | 20.568*       | <0.001           |
| <b>ผลรวมคะแนนเฉลี่ยชุดความคิดแบบเติบโต</b>      | <b>3.14</b> | <b>.62</b> | <b>3.87</b> | <b>.64</b> | <b>3.89</b> | <b>.66</b> | <b>9.357*</b> | <b>&lt;0.001</b> |

\* p-value < .05

จากตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยชุดความคิดแบบเติบโตของกลุ่มทดลองจำแนกตาม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังติดตามผลการทดลอง พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาตามระยะการทดลองสามารถพิจารณาได้ว่าหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังติดตามผลการทดลองไม่แตกต่างกับหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ในการวิจัยเรื่องการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้กิจกรรมแนะแนว ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยโดยการศึกษิตตามขอบวนการและขั้นตอนต่างๆ โดยศึกษาชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและวิเคราะห์เปรียบเทียบชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล หลังจากได้ผลการดำเนินงานวิจัยแล้ว สามารถสรุปผลการดำเนินงานโดยแบ่งหัวข้อในการสรุปผลได้ดังต่อไปนี้

- 1 สรุปผลการวิจัย
- 2 อภิปรายผลการวิจัย
- 3 ข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

##### ชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ผลการวิเคราะห์การสอบถามนักเรียนที่ได้รับการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตโดยใช้กิจกรรมแนะแนว พบว่า กลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านชอบและยอมรับความท้าทายของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับมาก และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับมาก ส่วนกลุ่มควบคุมมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านชอบและยอมรับความท้าทายของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับปานกลาง

นักเรียนที่ได้รับการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตโดยใช้กิจกรรมแนะแนว กลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลวของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับมาก และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับมาก ส่วนกลุ่มควบคุมมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลวของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับปานกลาง

นักเรียนที่ได้รับการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตโดยใช้กิจกรรมแนะแนว กลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรอบรู้ของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับมาก และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับมาก

ระดับมาก ส่วนกลุ่มควบคุมมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรอบรู้ของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับปานกลาง

นักเรียนที่ได้รับการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตโดยใช้กิจกรรมแนะแนวกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับมาก ส่วนกลุ่มควบคุมมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับปานกลาง

นักเรียนที่ได้รับการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตโดยใช้กิจกรรมแนะแนวกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านเรียนรู้การหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับมาก และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับมาก ส่วนกลุ่มควบคุมมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านการหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของก่อนการทดลองอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย หลังการทดลองอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย

นักเรียนที่ได้รับการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตโดยใช้กิจกรรมแนะแนวกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอของก่อนการทดลองอยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับมาก และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับมาก ส่วนกลุ่มควบคุมมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอของก่อนการทดลองอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย หลังการทดลองอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย

### **ชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล**

ผลการวิเคราะห์การสอบถามนักเรียนกลุ่มทดลองเกี่ยวกับชุดความคิดแบบเติบโต พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านชอบและยอมรับความท้าทายระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลอง และชุดความคิดแบบเติบโตด้านชอบและยอมรับความท้าทายระยะหลังติดตามผลการทดลองไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง

นักเรียนกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลวระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลอง และชุดความคิดแบบเติบโตด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลวระยะหลังติดตามผลการทดลองไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง



นักเรียนกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรอบรู้ระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลอง และชุดความคิดแบบเติบโตด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรอบรู้ระยะหลังติดตามผลการทดลองไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง

นักเรียนกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลอง และชุดความคิดแบบเติบโตด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ระยะหลังติดตามผลการทดลองไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง

นักเรียนกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านการหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลอง และชุดความคิดแบบเติบโตด้านการหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จระยะหลังติดตามผลการทดลองไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง

นักเรียนกลุ่มทดลองมีชุดความคิดแบบเติบโตด้านเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลอง และชุดความคิดแบบเติบโตด้านเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอระยะหลังติดตามผลการทดลองไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง

## อภิปรายผลการวิจัย

### ชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้กิจกรรม

#### แนะแนว

จากผลการวิเคราะห์ชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้กิจกรรมแนะแนว พบว่า ชุดความคิดแบบเติบโตด้านชอบและยอมรับความท้าทาย หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลองและหลังการติดตามผลมากกว่าหลังการทดลอง เนื่องจากนักเรียนคิดว่าปัญหาหรืออุปสรรคเป็นสิ่งท้าทายความสามารถ ชอบทำอะไรที่ยุ่งยากซับซ้อน คิดว่าการเผชิญกับสถานการณ์คือ การเรียนรู้ สอดคล้องกับการศึกษาของ Dweck (2012) พบว่า นักเรียนที่ใช้ชุดความคิดแบบเติบโตในการเชื่อและมองสถานการณ์ที่ซับซ้อน ยากต่อการแก้ไขจัดการ เป็นเรื่องราวที่สนุกสนาน มองอุปสรรคที่เข้ามาเป็นความท้าทายส่งผลให้นักเรียนกลุ่มนี้ มีความสามารถในการรับมือและเผชิญหน้ากับอุปสรรคได้อย่างชาญฉลาด เมื่อพิจารณารายด้านที่ 2 พบว่า

ชุดความคิดแบบเติบโตด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลว หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลอง แต่หลังการติดตามผลน้อยกว่าหลังการทดลอง เนื่องจาก นักเรียนคิดว่าความล้มเหลว

คือสิ่งกระตุ้นที่ทำให้ฉันทักท้วงคิดทักท้วง นักเรียนเชื่อว่าความผิดพลาดของนักเรียนคือการได้เรียนรู้ชีวิต นักเรียนมีความมุ่งมั่นต่อไป แม้จะรู้ว่าประสบความสำเร็จตาม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Esparza (2014) นักเรียนที่มีชุดความคิดแบบเติบโตจะตอบสนองต่อความล้มเหลวในเชิงบวก กล่าวคือ นักเรียนกลุ่มนี้จะมองว่าความล้มเหลวเป็นธรรมชาติของชีวิต ถึงจะพลาดหรือล้มเหลวก็จะพยายามเรียนรู้และฝ่าฟันอุปสรรคต่อไป เมื่อพิจารณารายด้านที่ 3 พบว่า

ชุดความคิดแบบเติบโตด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความสำเร็จ หลังการทดลองมากกว่าการทดลองและหลังการติดตามผลน้อยกว่าหลังการทดลอง เนื่องจาก นักเรียนเชื่อว่า ความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความสำเร็จ นักเรียนเชื่อว่าการลงปฏิบัติทำให้นักเรียนมีความรู้ นักเรียนเชื่อว่านักเรียนสามารถเรียนรู้ได้ทุกเรื่อง หากใช้ความพยายามกับเรื่องนั้นๆ และในการเรียนบ้างวิชานักเรียนได้คะแนนน้อย แต่ก็พยายามเรียนรู้วิชานั้นๆ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Anderson (2006) ที่พบว่า นักเรียนที่ใช้ชุดความคิดแบบเติบโตจะเรียนรู้จากความพยายาม เชื่อในความพยายามมากกว่าพรสวรรค์ หากครูทำให้นักเรียนเกิดแรงบันดาลใจนักเรียนกลุ่มนี้จะสามารถเผชิญหน้ากับปัญหาที่ซับซ้อนได้ดียิ่งขึ้น เมื่อพิจารณารายด้านที่ 4 พบว่า

ชุดความคิดแบบเติบโตด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลอง และหลังการติดตามผลมากกว่าหลังการทดลอง เนื่องจากนักเรียนปรับปรุงตนเองตามคำวิจารณ์ที่มีประโยชน์ต่อตนเอง ทั้งนี้การศึกษาคำวิจารณ์เป็นการจำลองและจัดสิ่งแวดล้อมให้นักเรียน ในชีวิตนักเรียนอาจเจอคำวิจารณ์หรือการให้ข้อมูลย้อนกลับที่ส่งผลต่อความคิด ความรู้สึก โดยเฉพาะในช่วงมัธยมศึกษาตอนต้นที่ค่อนข้างมีพัฒนาการด้านสังคมเด่นชัด สอดคล้องกับการศึกษาของ Mangels (2006) ที่พบว่า นักเรียนที่มีชุดความคิดแบบเติบโตมักไม่ให้ความสำคัญต่อการพยายามรักษาภาพลักษณ์ของตนมากนัก แต่จะเรียนรู้จากข้อมูลย้อนกลับหรือกระบวนการที่ส่งผลให้ตัวเองเกิดการพัฒนามากกว่า เมื่อพิจารณารายด้านที่ 5 พบว่า

ชุดความคิดแบบเติบโตด้านการหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลองและหลังการติดตามผลมากกว่าหลังการทดลอง เนื่องจากนักเรียนมีบุคคลต้นแบบและได้รับแรงบันดาลใจจากบุคคลต้นแบบ นักเรียนศึกษาข้อมูลจากบุคคลต้นแบบเพื่อหาแรงบันดาลใจใหม่ๆ นักเรียนได้เรียนรู้วิธีสร้างแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น นักเรียนได้แนวทางไปสู่ความสำเร็จในชีวิตจากบุคคลต้นแบบ นักเรียนมีกำลังใจพร้อมเผชิญกับทุกสถานการณ์ และนักเรียนมีบุคคลต้นแบบที่ดีในการใช้ชีวิต สอดคล้องกับการศึกษาของ Dweck (2006) ที่พบว่า นักเรียนที่ใช้ชุดความคิดแบบเติบโตจะแสวงหาตัวแบบและเรียนรู้แนวทางที่จะวางเป้าหมายให้ประสบความสำเร็จ รุ่นพี่ พ่อแม่ ครูรวมไปถึงบุคคลใกล้ชิดของ

นักเรียนจึงมีผลต่อการสร้างแรงบันดาลใจให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งสิ้น เมื่อพิจารณาราย  
ด้านที่ 6 พบว่า

ชุดความคิดแบบเติบโตด้านเชื่อว่าความสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ หลังการทดลอง  
มากกว่าก่อนการทดลองและหลังการติดตามผลมากกว่าหลังการทดลอง เนื่องจาก นักเรียนคิดว่า  
ถ้านักเรียนมีความพยายามเพิ่มขึ้นชีวิตของนักเรียนจะดีขึ้นกว่าเดิม นักเรียนเชื่อว่าคนเรามี  
ศักยภาพขั้นสุดยอดได้ ถ้าไม่หยุดพัฒนาตนเอง และนักเรียนเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยน  
ได้เสมอหากมีความมุ่งมั่นตั้งใจสอดคล้องกับการศึกษาของ Lee (2012) พบว่า นักเรียนที่ใช้ชุด  
ความคิดแบบเติบโตจะเชื่อว่า สถานการณ์ที่ทำทายเป็นเหมือนแบบทดสอบ การเรียนรู้อะไรที่  
ยุ่งยากซับซ้อนจะทำให้ตนเองพัฒนาขึ้น เชื่อในความพยายามและศักยภาพของตนเองว่าสามารถ  
พัฒนาได้อย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้เมื่อพิจารณาโดยภาพรวม

สอดคล้องกับการศึกษาของ กอบแก้ว บุญบุตร (2563) พบว่า ผลการศึกษาชุดความคิด  
แบบเติบโตของนักเรียนวัยรุ่นอยู่ในระดับปานกลาง แต่เมื่อได้รับการเสริมสร้างโดยโปรแกรมการ  
ปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาพร้อมกับกิจกรรมกลุ่มพัฒนาความคิด กลุ่ม  
ทดลองหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญสำคัญ  
ทางสถิติ ดังนั้นการที่นักเรียนจะใช้ชุดความคิดแบบเติบโตมากกว่าชุดความคิดแบบตายตัว  
ครูผู้สอนควรเสริมสร้างและบูรณาการกิจกรรมการเรียนการสอนระหว่างวิชาอย่างสม่ำเสมอและ  
ต่อเนื่อง

### **ชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง หลังการ ทดลอง และหลังการติดตามผล**

จากการวิเคราะห์ชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลองระยะก่อนการทดลอง  
ระยะหลังการทดลองและระยะหลังการติดตามผล พบว่า ชุดความคิดแบบเติบโตด้านชอบและ  
ยอมรับความท้าทาย ด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลว ด้านมองความพยายามเป็นหนทางความ  
รอบรู้ ด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ ด้านหาแบบอย่างและแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น และ  
ด้านเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ หลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลอง  
เนื่องจาก นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยมีขั้นตอนในการจัดกิจกรรม ที่ครูใช้ในการดำเนิน  
กิจกรรมเพื่อเตรียมตัวผู้เรียนก่อนเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ เป็นการทบทวนความรู้เดิม และถ่ายโยง  
การเรียนรู้ไปยังประสบการณ์ใหม่ ทั้งยังเป็นการสร้างความสนใจของผู้เรียน เพื่อจะเชื่อมโยงเข้าสู่  
หน่วยการเรียนรู้จะทำให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น นำเนื้อหาสาระการเรียนรู้ถ่ายทอดในรูปแบบ  
ของกิจกรรมโดยใช้วิถีวิทยาการการเรียนรู้ที่หลากหลายเพื่อให้ผู้เรียนเกิดองค์ความรู้ ความเข้าใจ  
สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของหน่วยการเรียนรู้ อันจะนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ โดยครู

หรือนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนรู้ในหน่วยการเรียนรู้ดังกล่าว ประเมินความรู้สึกระหว่างเรียนและหลังเรียน ตลอดจนเชื่อมโยงประสบการณ์ ความเชื่อเดิม กับ ประสบการณ์ ความเชื่อใหม่ของผู้เรียนเข้าด้วยกัน ได้แก่

กิจกรรมเปิดใจ : ก่อการคิด เป็นการจัดกิจกรรมสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้สอนและผู้เรียนในกลุ่มตลอดจนสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองตลอดระยะเวลาเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ผู้เรียนจะได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว และกำหนดข้อตกลงร่วมกันในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว โดยให้ความสำคัญตามหลักปรัชญาการแนะแนวและการรักษาความลับของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ให้ผู้เรียนและผู้สอน กำหนดจุดมุ่งหมายของตนเองอย่างชัดเจน และทราบถึงความสำคัญ ประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว รวมไปถึงได้สำรวจ ทบทวน และวิเคราะห์แยะแยะชุดความคิดพื้นฐานเดิมของตนเอง กิจกรรมรู้ว่ามีเสียงแต่คงต้องขอลอง เป็นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างชุดความคิด ความเชื่อ ให้ผู้เรียนยอมรับความท้าทาย ชื่นชอบความท้าทาย กิจกรรมกล้าที่จะล้ม : กล้าที่จะเรียนรู้ เป็นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างชุดความคิด ความเชื่อ ให้ผู้เรียนกล้าเผชิญกับความล้มเหลว กิจกรรมความพยายามมุ่งมานะ : ชะนะปัญหาและอุปสรรค เป็นการจัดกิจกรรมความคิด ความเชื่อ ให้ผู้เรียนมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรอบรู้ กิจกรรมเรียนรู้จากคำวิจารณ์ : ขอขอบคุณที่ทำให้เราเติบโต เป็นการจัดกิจกรรม ชุดความคิด ความเชื่อ ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากคำวิจารณ์และข้อเสนอแนะ กิจกรรมไอดอลของฉัน เป็นการจัดกิจกรรม ชุดความคิด ความเชื่อ ให้ผู้เรียนหาแบบอย่างและสร้างแรงบันดาลใจจากสำเร็จของผู้อื่นกิจกรรมความเชื่อใหม่ : พัฒนาตนเองอย่างไรชีวิตจำกัด เป็นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างชุดความคิด ให้ผู้เรียนเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีความสามารถ ความฉลาดหรือบุคลิกภาพสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ กิจกรรมยัง(พัฒนาได้อีก) เป็นการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ตลอดจนแนวทางใหม่หลากหลายทางเลือกในการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง โดยให้ผู้เรียนได้ประเมินผลและแสดงความคิดเห็นถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว สอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2560) ที่มุ่งหมายให้กิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่จัดให้สอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการ ความถนัด ความสนใจ พัฒนาการตามช่วยวัยชีวิตของผู้เรียน กิจกรรมแนะแนวที่ดี คือ การเรียนรู้ที่เกิดจากพื้นที่ปลอดภัยทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผู้สอนมีความเชื่อว่าชีวิตของมนุษย์เรามีการเชื่อมโยงถึงกัน ผู้สอนจะมีปฏิสัมพันธ์กับผู้เรียนในฐานะเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ส่วนความสัมพันธ์ทางวิชาการหรือครูกับศิษย์เป็นอำนาจร่วมกันในชั้นเรียน ผู้สอนจึงควรเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ คำนึงถึงความแตกต่างหลากหลายของผู้เรียน โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ไม่เลือกปฏิบัติ

เชื่อในศักยภาพของผู้เรียน มอบอำนาจร่วมเปิดพื้นที่ห้องเรียนให้กับสมาชิกทุกคนภายใต้การสร้าง ข้อตกลงร่วมกันตามแนวคิดการเรียนรู้แบบร่วมมือ เชื่อให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง ปรับตัวกับ สถานการณ์ต่างๆ เกิดความเข้าใจผู้อื่น เข้าใจบริบททางสังคม เกิดทักษะชีวิต สามารถวางแผน เส้นทางชีวิตของตนเองและใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

รวมถึง ระยะเวลาติดตามผลไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง เนื่องจากชุดความคิดแบบ เต็บโต เป็นชุดความคิด ความเชื่อที่ส่งผลให้นักเรียนเกิดมุมมองต่อตนเองที่แตกต่างกัน ทั้งในเรื่อง ภาพลักษณ์ ความพยายาม การเรียนรู้ ตลอดจนการปรับตัวต่อสถานการณ์อันนำไปสู่การพัฒนา ตนเอง เกิดความประสบความสำเร็จในด้านการเรียนรู้โดยใช้ความพยายามฝ่าฟันปัญหา มอง อุปสรรคเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้และแสวงหาวิธีการเรียนรู้ ตั้งเป้าหมายการเรียนรู้เพื่อพัฒนา ศักยภาพตนเองอย่างต่อเนื่องซึ่งสอดคล้องกับการทดลองของ ดเวค (Dweck,2012) ที่ได้ศึกษา เรื่องชุดความคิดแบบเต็บโตจะช่วยให้สามารถพัฒนาตนเองให้ประสบความสำเร็จ และมีส่วน ส่งเสริมให้สามารถพัฒนาตนเองได้ตามศักยภาพ รวมไปถึงสอดคล้องกับการทดลองของ วิลเลียม เพชรเศรษฐ์ (2561:1) ที่ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ชุดความคิดแบบ เต็บโตเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียน พบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียน กลุ่มทดลองมีคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ชุด ความคิดแบบเต็บโตเพื่อพัฒนาการ ตั้งเป้าหมายทางการศึกษา กิจกรรมแนะแนว ที่ใช้เทคนิคอย่าง หลากหลายบูรณาการจึงเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเต็บโตของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้อย่างคงทน หากครูแนะแนวและครูประจำวิชาได้จัดกิจกรรมอย่าง สม่ำเสมอและจะคงทนยิ่งขึ้นหากได้ทำความเข้าใจกับผู้ปกครอง ผู้บริหารในการเป็นส่วนของการ ปรับเปลี่ยนความคิดความเชื่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นต่อไป

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1) ผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่ากิจกรรมแนะแนว สามารถเสริมสร้างชุดความคิด แบบเต็บโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้อย่างดี ดังนั้นครูแนะแนวหรือครูประจำวิชาต่างๆ สามารถที่จะนำกิจกรรมแนะแนวไปประยุกต์ใช้ในชั้นเรียนเพื่อพัฒนาชุดความคิด ความเชื่อที่ ส่งผลต่อความพยายามในการเรียนรู้ ทั้งนี้ในบางกิจกรรมอาจต้องมีการคำนึงถึงพัฒนาการช่วงวัย รวมไปถึงบริบทของโรงเรียนเป็นฐาน เพื่อที่จะสามารถจัดกิจกรรมแนะแนวได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2) ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนชุดความคิดแบบเติบโตของนักเรียนกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน แต่หากพิจารณาองค์ประกอบคุณลักษณะชุดความคิดแบบเติบโตรายด้าน และตัวบ่งชี้รายข้อพบว่า ด้านชอบและยอมรับความท้าทาย ด้านกล้าเผชิญกับความล้มเหลว ด้านมองความพยายามเป็นหนทางไปสู่ความรู้ ด้านเรียนรู้จากคำวิจารณ์ และความเชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้ มีเหตุการณ์และสถานการณ์ในชีวิตประจำวันที่ได้สอบถามผู้เรียนในระยะติดตามผลพบว่า ในบางครั้งยังคงมีการใช้ชุดความคิดแบบตายตัวก่อน แต่จะปรับตัวเมื่อรู้ตัว ครูผู้สอนจึงควรบูรณาการเรื่องการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตในหน่วยการเรียนรู้เป็นประจำทุกภาคเรียน

### **ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป**

- 1) สำหรับในการวิจัยครั้งต่อไป ควรนำกิจกรรมแนะแนวไปศึกษาต่อกับประชากรกลุ่มอื่นรวมถึง ออกแบบการจัดกิจกรรมแนะแนว กำหนดระยะเวลาในการจัดกิจกรรมแนะแนวให้เหมาะสมกับการเสริมสร้างผู้เรียนตามกระบวนการแนะแนวได้อย่างต่อเนื่อง
- 2) การพัฒนารูปแบบกิจกรรมแนะแนวสำหรับเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตในมิติอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น การทำงานของสมอง ประสาทวิทยาศาสตร์ พฤติกรรมศาสตร์
- 3) การวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาการเสริมสร้างชุดความคิดแบบเติบโตในกระบวนการทางจิตวิทยาอื่นๆ เช่น การปรึกษารายบุคคล การให้การปรึกษากลุ่ม

## บรรณานุกรม

- Abernethy, M. A., Anderson, S. W., Nair, S., & Jiang, Y. (2021). Manager 'growth mindset' and resource management practices. *Accounting, organizations and society, 91*, 101200.
- Bernecker, K., & Job. (2019). *Mindset theory. Social Psychology in Action: Evidence-Based Interventions from Theory to Practice*. Switzerland: Springer Nature Switzerland.
- Corradi, D., Nicolai, J., & Levrau, F. (2018). Growth mindset and its predictive validity—do migration background and academic validation matter? *Higher education, 77*(3), 491-504.
- Dweck Carol S. (2006). Mindset: The new psychology of success.
- Dweck, C. S. (2008). Can Personality Be Changed?: The Role of Beliefs in Personality and Change. *Current directions in psychological science : a journal of the American Psychological Society, 17*(6), 391-394.
- Dweck, C. S. (2017). The Journey to Children's Mindsets—and Beyond. *Child development perspectives, 11*(2), 139-144.
- Haimovitz, K., & Dweck, C. S. (2017). The Origins of Children's Growth and Fixed Mindsets: New Research and a New Proposal. *Child development, 88*(6), 1849-1859.
- Kroeper, K. M., Fried, A. C., & Murphy, M. C. (2022). Towards fostering growth mindset classrooms: identifying teaching behaviors that signal instructors' fixed and growth mindset beliefs to students. *Social psychology of education, 25*(2-3), 371-398.
- Limsantitham, N., Science Education Center, F. o. S. S. U. B. T., Limsantitham, N., Phonpoke, N., Science Education Center, F. o. S. S. U. B. T., Dahsah, C., & Science Education Center, F. o. S. S. U. B. T. (2019). Growth Mindset in Science Learning of Lower Secondary Students in Schools under the Bangkok Metropolitan Administration.

- Murphy, M. C., & Dweck, C. S. (2010). A Culture of Genius: How an Organization's Lay Theory Shapes People's Cognition, Affect, and Behavior. *Personality & social psychology bulletin*, 36(3), 283-296.
- Ng, B. (2018). *The Neuroscience of Growth Mindset and Intrinsic Motivation*. Nanyang Technological University, Singapore. (National Institute of Education).
- Schleider, J., & Weisz, J. (2018). A single-session growth mindset intervention for adolescent anxiety and depression: 9-month outcomes of a randomized trial. *Journal of child psychology and psychiatry*, 59(2), 160-170.
- Silpakit, C., Silpakit, O., & Chomchuen, R. (2015). The validity study of the mindset assessment scale. *Journal of Mental Health of Thailand*.
- Thanapiyawanich, U., Polnigongit, W., & Ruksasuk, N. (2020). Digital platform intervention of the growth mindset and self-fulfilling prophecy to enhance Cooperative Education students' self-efficacy. *The journal of social communication innovation*.
- Warunwutthi, N., Wattananonsakul, S., & Ekpanyaskul, C. (2022). Effectiveness of a Growth Mindset Counseling Program to Enhance Student Resilience in a Public Autonomous University in Thailand. *Journal of Research and Curriculum Development*.
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed. *Educational psychologist*, 47(4), 302-314.
- กรรณก คำโกน. (2021). ผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ที่มีต่อความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเดชอุดม: Effects of Implementing Health Promotion Program Using Growth Mindset and Pender's Health Promotion Model on Grade 2 Students at Detudom School' Happiness. *Journal of Health, Physical Education and Recreation*.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2559). *การจัดกิจกรรมแนะแนว*. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.



- กอบแก้ว บุญบุตร. (2563). การเสริมสร้างชุดความคิดเติบโตของนักเรียนวัยรุ่นด้วยโปรแกรมการ  
 ปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาพร้อมกับกิจกรรมกลุ่มพัฒนาความคิด  
 (ดุชนิวินัย). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- คุณานนท์ โจรณาติวงศ์. (2558). ผลของกรอบความคิดที่ยืดหยุ่นต่อความทุ่มเทในงาน: การ  
 วิเคราะห์เส้นทางอิทธิพล โดยมีการริเริ่มปรับเปลี่ยนการทำงานและการเสริมสร้างพลัง  
 อำนาจด้านจิตใจเป็นตัวแปรส่งผ่าน. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (คณะจิตวิทยา).
- กมลวรรณ จีนหน่อ. (2553). การใช้กิจกรรมการแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการ  
 เรียนเวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต  
 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (บัณฑิตวิทยาลัย).
- ชนิตา รุ่งเรือง , & เสรี ชัดแจ้ง. (2561). กรอบความคิดเติบโต: แนวทางใหม่แห่งการพัฒนาศักยภาพ  
 มนุษย์. วิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา.
- แคโรล ดเว็ค. (2550). เปลี่ยน Mindset-ชีวิตเปลี่ยน = *Mindset : the new psychology of  
 success*: กรุงเทพฯ : อี.ไอ.สแควร์.
- แคโรล ดเว็ค. (2561). ใช้ความคิดเอาชนะโชคชะตา = *Mindset*: กรุงเทพฯ : วีเลิร์น.
- นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2552). การวิจัยทางจิตวิทยาการแนะแนว (พิมพ์ครั้งที่ 2.): สงขลา : ภาควิชา  
 เอกสารและตำรา กลุ่มงานบริการการศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2558). การแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน (พิมพ์ครั้งที่ 1.): กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย  
 ทักษิณ.
- บุญเกียรติ, โชควัฒนา (2554). ทำให้คิด ทำให้เชื่อ (พิมพ์ครั้งที่ 2, [ฉบับพิมพ์ซ้ำ]): กรุงเทพฯ :  
 อมรินทร์ธรรมะ.
- บุญเลิศ คำปัน. (2560). การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อเพิ่มแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และผลสัมฤทธิ์ทางการ  
 เรียน ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในจังหวัดเชียงใหม่. *FEU Academic Review*.
- ปัทมาภรณ์ ศรีราษฎร์, & นันทรัตน์ เจริญกุล. (2562). แนวทางการพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโต  
 ของครู. *An Online Journal of Education*.
- มูทิตา อุดทน, วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์, & จุฑามาศ แหนจอน. (2562). ผลของโปรแกรมการพัฒนา  
 กรอบความคิดเติบโตในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วารสารการวัดผลการศึกษา  
 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*.
- ราชบัณฑิตยสภา. (2558). พจนานุกรมศัพท์ศึกษาศาสตร์ร่วมสมัย ฉบับราชบัณฑิตยสภา (พิมพ์ครั้งที่  
 1.): กรุงเทพฯ : สำนักงาน.

- วชิรวิทย์ มาลาทอง, & จิตตินันท์ บุญสถิตกุล. (2015). ผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนประเทืองทิพย์วิทยา. *Veridian E-Journal, Silpakorn University (Humanities, Social Sciences and arts)*.
- วรรณพยนต์, เนตรนิยมาศ (2560). วิธีครูกับการพัฒนากรอบความคิดศิษย์. *Hatyai Academic Journal*.
- วิจารณ์ พานิช. (2555). *วิธีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ในศตวรรษที่ 21* (พิมพ์ครั้งที่ 1..): กรุงเทพฯ : มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- วิจารณ์ พานิช. (2558). *เรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง = Transformative learning* (พิมพ์ครั้งที่ 1..): กรุงเทพฯ : มูลนิธิสยามกัมมาจล.
- วิชัย วงษ์ใหญ่. (2562). Growth mindset. *SIKKHA Journal of Education*.
- วิไลวรรณ เพชรเศรษฐ์. (2561). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนครเกียรติศึกษา จังหวัดภูเก็ต. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ศูนย์จิตวิทยาการศึกษา มูลนิธิยุวสถิรคุณ. (2561). *การพัฒนากรอบความคิด GROWTH MINDSET*. กรุงเทพฯ มูลนิธิยุวสถิรคุณ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2559). *แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรไทย.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2559). *แนะแนวเพื่อเยาวชนไทย*: กรุงเทพฯ : สำนักงาน.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2563). *แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวตามยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรไทย.
- อุไร จักรศรีมงคล. (2561). การพัฒนารูปแบบการสอนสถิติพื้นฐานตามแนวทางกรอบความคิดเปิดกว้างสำหรับนิสิตปริญญาตรี หลักสูตรการศึกษาระดับบัณฑิต (กศ.บ.) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. *วารสารการวัดผลการศึกษา ปีที่ 35, ฉบับที่ 98 (ก.ค.-ธ.ค. 2561)*, หน้า 1-

## ประวัติผู้เขียน

|                   |   |
|-------------------|---|
| ชื่อ-สกุล         | วัฒนพงศ์ ล้วนแสง  |
| วัน เดือน ปี เกิด | 6 กุมภาพันธ์ 2537   |
| สถานที่เกิด       | จังหวัดกระบี่   |
| วุฒิการศึกษา      | พ.ศ.2560<br>การศึกษาระดับบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว<br>วิชาโทการบริหารการศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ<br>พ.ศ.2564<br>การศึกษาระดับบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว<br>คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| ที่อยู่ปัจจุบัน   | 33/1 หมู่ 5 ตำบลโคกหล่อ อำเภอเมืองตรัง จังหวัดตรัง รหัสไปรษณีย์<br>92000  |

