



การพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น
A DEVELOPMENT OF A GROWTH MINDSET PROGRAM FOR GOAL SETTING IN
CHOOSING A STUDY PLAN FOR EARLY ADOLESCENTS



สิริการย์ ธีระกุลประเสริฐ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2566

การพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น



ปฏิญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2566
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

A DEVELOPMENT OF A GROWTH MINDSET PROGRAM FOR GOAL SETTING IN
CHOOSING A STUDY PLAN FOR EARLY ADOLESCENTS



SIRIKARN THREEERAKULPRASERT

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF ARTS
(Developmental Psychology)

Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

2023

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การพัฒนาโปรแกรมคอมพิวเตอร์ เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น

ของ

สิริกานต์ ธีระกุลประเสริฐ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

ที่ปรึกษาหลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัญญา ลีศรีสุพ่าย)

ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรางคณา ไสมะนันท์)

กรรมการ

(อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย)

ชื่อเรื่อง	การพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น
ผู้วิจัย	สิริการย์ ธีระกุลประเสริฐ
ปริญญา	ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2566
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชัญญา ลีศัตรูพ่าย

งานวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายการวิจัย 1) เพื่อพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น 2) เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มทดลอง และ 3) เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 กิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบวัดเป้าหมายในการเรียน และโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยที่ไม่เป็นอิสระจากกัน และการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยที่เป็นอิสระจากกันด้วยแมน-วิทนีย ยู ผลการวิจัยพบว่า 1) โปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน มีจำนวนทั้งสิ้น 8 กิจกรรม 2) หลังการทดลองวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) หลังการทดลองวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนสูงกว่าวัยรุ่นกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : โปรแกรมกรอบคิดเติบโต, ตั้งเป้าหมาย, การเลือกแผนการเรียน, วัยรุ่นตอนต้น

Title	A DEVELOPMENT OF A GROWTH MINDSET PROGRAM FOR GOAL SETTING IN CHOOSING A STUDY PLAN FOR EARLY ADOLESCENTS
Author	SIRIKARN THREEERAKULPRASERT
Degree	MASTER OF ARTS
Academic Year	2023
Thesis Advisor	Assistant Professor Dr. Chanya Leesattrupai

The purposes of this research are as follows: (1) to develop growth mindset program for setting a goal in choosing a study plan for early adolescents; (2) to compare the effect of the growth mindset program for setting a goal in choosing a study plan of before and after the experiment group; and (3) to compare effect growth mindset program for setting a goal in choosing a study plan in experimental and control group. The samples in this study were 16 early adolescents at private schools, divided an experiment group and control group. The research instruments used in this study were learning goal scale and the reliability and growth mindset program for setting a goal in choosing a study plan. The statistical analyses employed were mean, standard deviation, t-test for dependent samples and independent samples with Mann-Whitney U. The research results found the following: (1) growth mindset program for setting a goal in choosing a study plan were eight activities; (2) after experimenting with early adolescents in experiment group in setting a goal and in choosing a study plan than before experimenting at .05 levels; and (3) early adolescents in the experimental group in setting goals in choosing a study plan than control group at a .05 level.

Keyword : GROWTH MINDSET PROGRAM, GOAL SETTING, CHOOSING A STUDY PLAN, EARLY ADOLESCENTS

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยเรื่อง โปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น สำเร็จไปได้ด้วยดีเพราะผู้วิจัยได้รับความเมตตาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชัญญา ลีศัตบุรุษ อาจารย์ที่ปรึกษาผู้เป็นที่รักของนิสิต ที่เสียสละเวลาอันมีค่าในการให้คำปรึกษา ชี้แนะแนวทางด้วยความรักความเมตตา และให้กำลังใจนิสิตตลอดระยะเวลาในการทำปฏิญยานิพนธ์ ผู้วิจัยกราบขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างสูง ณ ที่นี้ และผู้วิจัยจะนำแบบอย่างที่ดีของอาจารย์ไปใช้ในการประกอบวิชาชีพครูต่อไป

กราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วรางคณา โสมะนันท์ ประธานสอบปฏิญยานิพนธ์ และ อาจารย์ ดร. ภาณุญาพันธ์ เพ็ชร์ชัย กรรมการสอบปฏิญยานิพนธ์ ที่ให้ความกรุณาเสียสละเวลามาเป็น คณะกรรมการสอบปฏิญยานิพนธ์ในครั้งนี้ ช่วยเหลือคำแนะนำแก่ผู้วิจัยให้ทำการปรับปรุงแก้ไขปฏิญยานิพนธ์ให้ สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชัญวีณ์ สิทธิศิริอรุณ อาจารย์ ดร. ภาณุญาพันธ์ เพ็ชร์ชัย และ อาจารย์ ดร. ครรชิต แสนอุบล ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี มีการให้ คำแนะนำที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการปรับปรุงและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการ คณะครูอาจารย์ ครูแนะแนวและนักเรียนโรงเรียนสังกัดสำนักงาน คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่ให้ความร่วมมือในการ เก็บข้อมูลเป็นอย่างดี และผู้ให้ข้อมูลเชิงคุณภาพทุกท่านที่ยินดีด้วยความเต็มใจในการให้ข้อมูลเพื่อเป็นประโยชน์ ต่อการวิจัย

กราบขอบพระคุณ คณาจารย์ในหลักสูตร ศศ.ม. สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ และคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณนิสิตรุ่นพี่ รุ่นน้องและเพื่อนร่วมรุ่นที่เป็น กัลยาณมิตรที่ดี คอยสนับสนุนให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจในการทำวิจัย จนกระทั่งการวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงไป ด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา อาโกว ที่ให้การอบรมสั่งสอนและให้การสนับสนุนด้านการศึกษาของ ผู้วิจัย และขอขอบคุณนายธนะพัฒน์ วีระกุลประเสริฐ ที่ให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบคุณ นายณัฐวิจิตรธนบุลย์ ที่คอยอยู่เคียงข้างผู้วิจัยทั้งยามสุขและยามทุกข์ ขอขอบคุณนางสาว นริศรา ศิริพันธ์ศักดิ์ นางสาวอัสรี อนุตธโต นางสาวอชิรญา จตุภัทรไพบุลย์ นางสาวตวิษา เขาว์ฉลาด และเพื่อนๆ ของผู้วิจัยทุกคนที่คอยเป็นพลังใจในการทำวิจัยด้วยความรักความอบอุ่น มีความห่วงใย มีการให้ช่วยเหลือและให้ กำลังใจจนผู้วิจัยสามารถทำวิจัยจนสำเร็จการศึกษาได้ในวันนี้

สิริการย์ วีระกุลประเสริฐ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย	5
ขอบเขตการวิจัย	5
นิยามปฏิบัติการ	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น.....	9
1.1 ความหมายของวัยรุ่น	9
1.2 พัฒนาการทางด้านร่างกาย	10
1.3 พัฒนาการด้านอารมณ์.....	11
1.4 พัฒนาการทางด้านสังคม	11
1.5 พัฒนาการด้านสติปัญญา.....	11
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน.....	13

2.1 ความหมายของเป้าหมาย	13
2.2 องค์ประกอบของเป้าหมาย	15
2.3 ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย	17
2.4 ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย	18
2.5 คุณลักษณะของเป้าหมาย	19
2.6 ผลของการตั้งเป้าหมาย	20
2.7 เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนและการแนะแนวอาชีพของวัยรุ่นตอนต้น	21
2.8 การวัดเป้าหมาย	22
2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน	22
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมรอบคิดเติบโต	23
3.1 ความหมายของกรอบคิด	23
3.2 ความหมายของกรอบคิดเติบโต	24
3.3 ความสำคัญของกรอบคิดเติบโต	25
3.4 ปัจจัยที่ส่งผลต่อกรอบคิดเติบโต	27
3.5 การพัฒนากรอบคิดเติบโต	28
3.6 เทคนิคที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อเสริมสร้างเป้าหมาย ทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น	29
3.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนากรอบคิดเติบโต	31
4. กรอบแนวคิดในการวิจัย	33
5. สมมติฐานการวิจัย	33
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	34
1. การกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	34
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	35

3. การดำเนินการทดลอง	38
4. การจัดทำและการวิเคราะห์ข้อมูล	40
บทที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูล	42
ตอนที่ 1 ผลการพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน	42
ตอนที่ 2 การศึกษาผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผน การเรียน ของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น	69
บทที่ 5 สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ	73
ความมุ่งหมายของการวิจัย	73
สมมุติฐานในการวิจัย	73
วิธีดำเนินการวิจัย	73
สรุปผลการวิจัย	74
อภิปรายผลการวิจัย	75
ข้อเสนอแนะ	80
บรรณานุกรม	81
ภาคผนวก ก ใบขออนุญาตจริยธรรม	87
ภาคผนวก ข รายงานผู้ทรงคุณวุฒิ	90
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	94
ประวัติผู้เขียน	115

สารบัญตาราง

	หน้า
ตาราง 1 องค์ประกอบของเป้าหมาย.....	15
ตาราง 2 กิจกรรมในโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่น ตอนต้น	37
ตาราง 3 แบบแผนการทดลองที่ใช้ในการวิจัย	39
ตาราง 4 โปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน.....	45
ตาราง 5 โปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน.....	47
ตาราง 6 ผลการตรวจสอบคุณภาพโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผน การเรียน.....	57
ตาราง 7 ผลการตรวจสอบคุณภาพกิจกรรมย่อยของโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายใน การเลือกแผนการเรียน	58
ตาราง 8 โปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน แก้ไขตามคำแนะนำ ของผู้ทรงคุณวุฒิ	61
ตาราง 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อน การ เข้าร่วมโปรแกรมของกลุ่มทดลอง (n=8) และกลุ่มควบคุม (n=8).....	70
ตาราง 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนหลัง การ เข้าร่วมโปรแกรมของกลุ่มทดลอง (n=8) และกลุ่มควบคุม (n=8).....	70
ตาราง 11 การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผน การ เรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (n=8)	71
ตาราง 12 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ตอนต้นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	72

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพประกอบ 1 ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย.....	17
ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดการวิจัย	33



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปัจจุบันสภาพของการศึกษาเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและไม่หยุดยั้ง ทำให้การศึกษาเปลี่ยนแปลงไปตามความจำเป็น และความต้องการของสังคม หลักสูตรการเรียนการสอนได้รับการปรับปรุงให้เหมาะสมกับความต้องการของผู้เรียน ในการพัฒนาให้ผู้เรียนเกิดความรู้ทักษะทัศนคติ ค่านิยม สามารถเลือกเรียนตามความชอบและความถนัด เพื่อนำความรู้ไปประกอบอาชีพในอนาคต การเลือกเรียนและเลือกอาชีพเป็นปัจจัยสำคัญในสังคมปัจจุบัน เพราะการเลือกเรียนและเลือกอาชีพตรงกับความชอบ ความถนัด และความสามารถทำให้ผู้เรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า แต่ในทางกลับกันถ้าผู้เรียนไม่ค้นพบศักยภาพของตนเอง ผู้เรียนได้เรียนในสิ่งที่ตนเองไม่ถนัด ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายในการเรียนรู้ นำไปสู่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำลง อาจต้องย้ายสายการเรียน รวมถึงมีการลาออกจากโรงเรียนได้ในที่สุด (สุกัญญา งามบรรจง, 2561)

การเลือกแผนการเรียนของนักเรียนมีความสำคัญต่อการสำเร็จด้านการเรียน การเลือกคณะ การเลือกสาขาวิชาเอก และการเลือกอาชีพในอนาคต ซึ่งการเลือกแผนการเรียนนักเรียนควรเลือกให้เหมาะสมกับความสนใจและความถนัดของตนเองให้มากที่สุด โดยการเลือกแผนการเรียนในปัจจุบันมีหลายแผนการเรียน ได้แก่ แผนการเรียนวิทยาศาสตร์ แผนการเรียนศิลปศึกษาศาสตร์ แผนการเรียนภาษา และแผนการเรียนอื่น ๆ ตามสถานศึกษาจัดขึ้น ซึ่งการเลือกแผนการเรียนนั้นทางครูประจำชั้น ครูแนะแนว และทางโรงเรียนควรเสนอแนะนักเรียนและควรคำนึงถึงองค์ประกอบต่อไปนี้ ประกอบด้วย 1) ผู้เรียนต้องเข้าใจตนเองในด้านความสามารถทางสติปัญญา หรือผลสัมฤทธิ์การเรียนของตนเอง 2) ความสามารถความถนัดในด้านวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ ภาษา หรือด้านอื่น ๆ 3) บุคลิกภาพที่สอดคล้องกับตัวผู้เรียนมีบุคลิกภาพแบบไหนบ้าง เช่น ใจเย็น สุขุม ละเอียด 4) ค่านิยมอย่างไร 5) ทุนทรัพย์ที่จะศึกษาเล่าเรียนในปัจจุบันและอนาคต 6) ลักษณะของอาชีพ สภาพแวดล้อมของงาน ความก้าวหน้า ความเสี่ยง และ 7) ภาวะตลาดแรงงานหรือความต้องการบุคคลในอาชีพนั้น ๆ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) ดังนั้น การมีเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนจึงเป็นสิ่งสำคัญที่บ่งบอกถึงความสำเร็จทางการเรียนของนักเรียนได้ เพราะนักเรียนที่มีเป้าหมายทางการเรียนที่ชัดเจน จะมีการวางแผนสู่เป้าหมายจะทำให้ตนเองเดินทางไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ และทำให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจ ซึ่งนักเรียนแต่ละคนจะมีเป้าหมายทางการเรียนที่แตกต่างกัน ดังที่ รวีวันท์ กมลผาสุกชื่น (2553) กล่าวไว้ว่า ถ้า

นักเรียนมีตั้งเป้าหมายไว้สูงและสามารถบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ ทำให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจ แต่ในทางกลับกัน ถ้านักเรียนคนใดตั้งเป้าหมายไว้สูง แต่ทำเป้าหมายนั้นไม่สำเร็จ ก็รู้สึกไม่มีความสุขในการเรียน สอดคล้องกับเบอร์ตัน (Burton, 1992, อ้างถึงใน สุพิตร สมานิติ, 2541) ได้ให้ความหมายของ เป้าหมาย หมายถึง สิ่งที่บุคคลนั้นมีความมุ่งมั่นอยากทำให้สำเร็จ เป้าหมายเป็นสิ่งที่สามารถกำหนดมาตรฐานเฉพาะบุคคลที่สร้างแรงจูงใจให้บุคคลมีการแสดงพฤติกรรมในการกระทำต่างๆ ด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจ ไม่ย่อท้อต่อต่อปัญหาและความล้มเหลวที่เกิดขึ้น รวมถึงมีการพัฒนาวิธีการใหม่ๆ เพื่อนำไปสู่ความสำเร็จตั้งเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต

การตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นนั้นส่งผลถึงการเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย และส่งผลต่อการเลือกคณะหรือสาขาวิชาในการเรียนในระดับมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นลูกโซ่ของผลจากการตัดสินใจเลือกแผนการเรียน ซึ่งถ้านักเรียนตัดสินใจผิด หรือวางแผนในการตัดสินใจไม่เหมาะสมกับตนเอง ก็จะทำให้ส่งผลต่อการเรียน ทำให้ได้เรียนในสิ่งที่ตนเองไม่ชอบ ไม่ถนัด ไม่ตรงกับความสามารถ ทำให้ส่งผลต่อการเลือกประกอบอาชีพในอนาคตได้ ซึ่งสมคิด กอมนี (2552) กล่าวว่า ปัญหาของเกี่ยวกับการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนเกิดจากการนักเรียนไม่เห็นความสำคัญของการเลือกแผนการเรียน ไม่ทราบว่าจะเลือกแผนการเรียน อะไรจึงจะเหมาะสมกับตนเอง และถ้าเลือกแผนการเรียนแล้ว จะสามารถเลือกอาชีพนั้นแล้วควรทำอย่างไรจึงจะประสบความสำเร็จ และพัชรภา วรแสง (2546) กล่าวว่า ปัญหาของแผนการเรียนของนักเรียน ได้แก่ ไม่ทราบว่าตนเองมีความถนัดอะไร หรือมีความสนใจในเรื่องใด ไม่ทราบความสามารถของตนเอง และบุคลิกภาพว่าเหมาะสมกับแผนการเรียนใด ไม่มีจุดมุ่งหมายในการวางแผนสำหรับอนาคต ซึ่งลือคและลาแทม (จิราภรณ์ ตังกิตติภรณ์, 2556: อ้างอิงจาก Locke; & Latham, 1968) กล่าวว่า การที่บุคคลมีแรงจูงใจในการทำงานเกิดจากการที่บุคคลได้รับข้อมูลย้อนกลับที่เหมาะสม ทำให้นักเรียนทราบว่าตนเองไปถึงเป้าหมายที่ต้องการอยู่ในระดับใด และต้องปฏิบัติงานอย่างไร ส่งผลให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง มีความมุ่งมั่นตั้งใจทำตามเป้าหมายให้สำเร็จ โดยไม่ย่อท้อต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น ซึ่งลือค (Locke) ได้สรุปองค์ประกอบของเป้าหมาย มีจำนวน 4 องค์ประกอบ ประกอบด้วย เป้าหมายมีความยากและความเฉพาะเจาะจง (Difficulty and Specificity) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) ความมุ่งมั่นหรือพันธะผูกพัน (Commitment) และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) (Snyder & Lopez, 2002) ส่วนพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2555 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2555) ได้กำหนดแนวทางในการจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่านักเรียนทุกคนมีความสำคัญที่สุด ซึ่งนักเรียนมีความรู้ความสามารถในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ ดังนั้นครู

ผู้สอน และบุคลากรทางการศึกษาจะต้องเปลี่ยนแปลงบทบาทจากการเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ไปเป็นผู้ที่ส่งเสริมและสนับสนุนผู้เรียน ในการแสวงหาความรู้จากสื่อต่าง ๆ และให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่ผู้เรียน เพื่อนำข้อมูลเหล่านั้นไปใช้สร้างสรรค์ในความรู้ของตนในการตั้งเป้าหมายทางการเรียนเป็นเรื่องสำคัญมาก นักเรียนควรได้รับการแนะแนวด้านการศึกษาต่อ โดยการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนสามารถดำเนินการได้หลายวิธี และวิธีหนึ่งที่จะช่วยตั้งเป้าหมายได้ คือ การมีกรอบคิดเติบโต

ดเวค (Dweck, 2006) ผู้คิดค้นทฤษฎีเรื่องกรอบความคิด (Mindset) ได้กล่าวว่า กรอบคิดเติบโตนั้น ช่วยให้นักเรียนมีความปรารถนาที่จะเรียนรู้ มีความเข้าใจและยอมรับตนเอง มีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะประสบความสำเร็จ ถ้านักเรียนประสบกับปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น นักเรียนที่มีกรอบคิดเติบโต จะมองว่าปัญหาและอุปสรรคเป็นเรื่องที่ท้าทายและเปิดโอกาสในการเรียนรู้สิ่งใหม่ด้วยความสนุกสนาน มีการค้นหาแรงบันดาลใจจากความสำเร็จของผู้อื่น พร้อมรับฟังคำแนะนำจากผู้อื่น เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์ตนเอง มีการวางแผนกำหนดเป้าหมาย ลงมือปฏิบัติ สะท้อนคิดตนเอง ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน นำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ จากที่กล่าวในข้างต้นนั้นเป็นชุดความคิดเติบโต (Growth mindset) แต่ในทางกลับกันถ้านักเรียนมีชุดความคิดยึดติด (Fixed mindset) นักเรียนจะเชื่อว่าไม่สามารถเปลี่ยนแปลงตนเองได้ ส่งผลให้นักเรียนหลีกเลี่ยงปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น และเลิกทำตามเป้าหมายกลางคัน ซึ่งชุดความคิดเติบโต (Growth mindset) ทำให้นักเรียนเป็นบุคคลที่มีการใฝ่รู้ใฝ่เรียนและมีแสวงหาสิ่งใหม่ที่ดีกว่าเดิมอยู่เสมอ ส่งผลต่อแรงจูงใจภายในของนักเรียน ทำให้มีความมุ่งมั่นตั้งใจและแสดงออกทางพฤติกรรมที่มีการพึ่งพาตนเองเป็นหลัก สอดคล้องกับแบลคเวลล์และคณะ (Blackwell et al, 2007) กล่าวว่า กรอบคิดเติบโตส่งผลต่อการมีเป้าหมายในการเรียนรู้ของนักเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และพฤติกรรมยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนรู้ ส่งผลให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่เพิ่มสูงขึ้น ดังงานวิจัยของเบอร์เน็ต (Burnette, 2013) ที่ได้ทำการศึกษากรอบคิดเติบโตที่มีต่อการกำกับตนเองในการบรรลุเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้นผลการวิจัยพบว่า กรอบคิดเติบโตสามารถนำไปสู่ความสำเร็จได้ กรอบคิดเติบโตช่วยในการควบคุมพฤติกรรมตนเองในลักษณะต่าง ๆ สามารถนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายทางการเรียน นอกจากนี้ มีการศึกษานักเรียนที่มีพรสวรรค์จะมีกรอบคิดเติบโต พบว่า นักเรียนที่มีกรอบคิดเติบโตมีรูปแบบในการเรียนรู้ มีเป้าหมายในชีวิต พร้อมเผชิญกับสถานการณ์ท้าทาย ส่งผลต่อความพยายามในการพัฒนาตนเอง นำไปสู่การประสบความสำเร็จทางการเรียน (Esparza, 2014)

จากความสำคัญและความเป็นมาของปัญหาที่กล่าวข้างต้นผู้วิจัยจึงทำการศึกษ การตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นรวมทั้ง สัมภาษณ์ครูแนะแนวที่โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร พบว่า วัยรุ่นตอนต้นใน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนั้น ส่วนใหญ่ตัดสินใจเลือกแผนการเรียนตามเพื่อนสนิท เนื่องจากมี ความลังเล ไม่แน่ใจในตนเอง ไม่ทราบว่าตนเองมีความสนใจในเรื่องใด นักเรียนมีความสับสนใน ชีวิต วิเคราะห์ตนเองไม่ได้ ตั้งเป้าหมายทางการเรียนไม่ชัดเจน ไม่ทราบความถนัด ความสนใจ ความชอบของตนเอง มีข้อมูลสำหรับระดับอุดมศึกษาและอาชีพที่สอดคล้องกับแผนการเรียนน้อย มาก เมื่อเรียนชั้นมัธยมปลายตามสายการเรียนที่เลือก ทำให้เรียนไม่เข้าใจในเนื้อหา ส่งผลให้ไม่มี ความสุขในการเรียนสายการเรียน ทำให้ต้องเปลี่ยนแผนการเรียนในที่สุด

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาและพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อ ตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิด ของลือค ร่วมกับแนวทางการพัฒนากรอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักในการดำเนิน กิจกรรมมาพัฒนาและเสริมสร้างกรอบความคิดให้เป็นแบบเติบโต ทั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดการ ตั้งเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นไว้ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) ด้านการรับรู้ในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) และด้าน ความมุ่งมั่น (Commitment) เพื่อนำไปสู่สำรวจ ค้นพบ เข้าใจ ความสามารถ ความถนัด บุคลิกภาพ ความสนใจของตนเอง ตลอดจนสามารถทำให้นักเรียนมีกระบวนการตัดสินใจในการเลือกแผน การเรียน เลือกคณะ เลือกสาขา เลือกอาชีพได้ตรงกับนักเรียนให้มากที่สุด เพื่อให้นักเรียนได้รับ ข้อมูลที่ถูกต้อง รวมถึงมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง และมีความมุ่งมั่นในการทำ เป้าหมายทางการเรียนให้ประสบความสำเร็จต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของ วัยรุ่นตอนต้น
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือก แผนการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มทดลอง
3. เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือก แผนการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต (Growth Mindset) เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ส่งเสริมให้นักเรียนได้สำรวจตนเอง มีข้อมูล มีความรู้ มีความเข้าใจ นำไปสู่ในการตั้งเป้าหมายในการเลือกสายการเรียนได้อย่างเหมาะสมตามความถนัดและความสนใจ เช่น การมีข้อมูลในสายการเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาและสาขาการเรียนในระดับอุดมศึกษา เรียนรู้ประสบการณ์จากบุคคลที่เป็นแรงบันดาลใจ วางแผนและมีเป้าหมายในการควบคุมตนเอง มองเห็นปัญหาและอุปสรรค (Fix Mindset) ในการไปสู่เป้าหมายของตน ซึ่งผู้วิจัยหวังว่าจะเป็นประโยชน์ต่อครูแนะแนว ครูผู้สอน ครูประจำชั้น รวมถึงบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำโปรแกรมกรอบคิดเติบโตไปพัฒนาเป้าหมายทางการศึกษาให้กับเยาวชนต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากร

1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 144 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน เพื่อเข้าร่วมโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน ที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

2.1 ตัวแปรอิสระ คือ โปรแกรมกรอบคิดเติบโต

2.2 ตัวแปรตาม คือ เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

นิยามปฏิบัติการ

การตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน หมายถึง การที่นักเรียนรู้เข้าใจถึงความสามารถของตนทางการเรียน และมีกรอบคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) เพื่อสามารถตั้งเป้าหมายที่พึงประสงค์ในการเลือกแผนการเรียน โดยนักเรียนมีความมุ่งมั่น พยายามใน

การกระทำสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนินการสู่เป้าหมายทางด้านการเรียนให้ประสบความสำเร็จ ประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้

1.1 ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) หมายถึง นักเรียนมีความสามารถในการคิดวางแผน กำหนดเป้าหมายทางการเรียนชัดเจน มีความแน่นอน ไม่ลังเล สอดคล้องกับความสามารถของตนเอง ได้แก่ การกำหนดเป้าหมายตามความสนใจและความต้องการของตนเอง การวางแผนทางการเรียน การเลือกสายการเรียน

1.2 ด้านการรับรู้ในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) หมายถึง นักเรียนมีความเชื่อมั่นในความสามารถว่าตนเองจะทำสำเร็จ ในการเริ่มต้นและดำเนินการปฏิบัติให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ ได้แก่ เชื่อว่าตนเองสามารถเข้าสายการเรียนที่ตั้งเป้าหมายได้ และมีความสามารถในการควบคุมตนเองตามเป้าหมายที่กำหนด

1.3 ด้านความมุ่งมั่น (Commitment) นักเรียนมีความมุ่งมั่นตั้งใจในการไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ทำให้สำเร็จ โดยนักเรียนต้องมีความเชื่อว่าเป้าหมายนั้นมีความสำคัญ การให้กำลังใจตนเองในการฝ่าฟันปัญหาและอุปสรรค และมีความเชื่อว่าเป้าหมายนั้นจะประสบความสำเร็จ ได้แก่ มุ่งมั่นในการดำเนินตามแผนเป้าหมายและทำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ เพื่อให้เข้าสายการเรียนได้

การตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ประเมินโดยแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน ซึ่งพัฒนาขึ้นในการวิจัยนี้ โดยแบบประเมินนี้ใช้รูปแบบการวัดเป็นแบบมาตรวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีจำนวน 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริงค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริง วัยรุ่นตอนต้นที่ได้คะแนนจากแบบวัดสูงกว่าคนที่ได้คะแนนน้อย หมายความว่า นักเรียนมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนที่มากกว่า

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. โปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน หมายถึง วิธีการพัฒนากรอบคิดให้เป็นแบบกรอบคิดเติบโต (Growth Mindset) ในการส่งเสริมการตั้งเป้าหมาย การเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบด้วย การตั้งเป้าหมายด้านการเรียน (Goal Setting in Studying) ด้านการรับรู้ในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) และด้านความมุ่งมั่น (Commitment) เพื่อให้วัยรุ่นตอนต้นเข้าใจถึงความสามารถของตนทางการเรียน นักเรียนสามารถวิเคราะห์ตนเองได้ถึงข้อดี ข้อด้อย สิ่งที่ต้องพัฒนา เพื่อมีเป้าหมายที่พึงประสงค์ มีความมุ่งมั่น พยายามในการกระทำสิ่งต่าง ๆ รวมทั้งวางแผนกำหนด

เป้าหมายในการเลือกสายการเรียนและดำเนินการสู่เป้าหมายทางการเรียนให้ประสบความสำเร็จ

2. วิทยุเริ่มต้น หมายถึง นักเรียนที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปี กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่ง สังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน จังหวัดกรุงเทพมหานคร



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน สำหรับเนื้อหาในบทนี้ ผู้วิจัยนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับ พัฒนาการวัยรุ่นตอนต้น จากนั้นผู้วิจัยได้นำเสนอเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนซึ่งเป็นตัวแปรตามของงานวิจัยนี้ ต่อด้วยการนำเสนอรายละเอียดของ การพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโตในวัยรุ่นตอนต้น เพื่อให้ทราบถึงฐานคิดที่นำมาพัฒนา เป็นกรอบแนวคิดการวิจัย โดยผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและได้นำเสนอตาม หัวข้อดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการวัยรุ่นตอนต้น
 - 1.1 ความหมายของวัยรุ่นตอนต้น
 - 1.2 พัฒนาการทางด้านร่างกาย
 - 1.3 พัฒนาการทางด้านอารมณ์
 - 1.4 พัฒนาการทางด้านสังคม
 - 1.5 พัฒนาการทางด้านสติปัญญา
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
 - 2.1 ความหมายของการตั้งเป้าหมาย
 - 2.2 องค์ประกอบของเป้าหมาย
 - 2.3 ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย
 - 2.4 ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย
 - 2.5 คุณลักษณะของเป้าหมาย
 - 2.6 ผลของการตั้งเป้าหมาย
 - 2.7 เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
 - 2.8 การวัดเป้าหมาย
 - 2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมาย
3. เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
 - 3.1 ความหมายของกรอบคิด
 - 3.2 ความหมายของกรอบคิดเติบโต

- 3.3 ความสำคัญของกรอบคิดเติบโต
- 3.4 ปัจจัยที่ส่งผลต่อกรอบคิดเติบโต
- 3.5 การพัฒนากรอบคิดเติบโต
- 3.6 แนวคิดและเทคนิคที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
- 3.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนากรอบคิดเติบโต
- 4. กรอบแนวคิดในการวิจัย
- 5. สมมติฐานในการวิจัย

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น

หัวข้อนี้ผู้วิจัยนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับพัฒนาการวัยรุ่น โดยนำเสนอในด้านของพัฒนาการวัยรุ่นด้านต่าง ๆ โดยเกริ่นนำจากความหมายของวัยรุ่น ต่อเนื่องด้วยพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา สังคม และเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่น รายละเอียดดังต่อไปนี้

1.1 ความหมายของวัยรุ่น

นักวิชาการหลายท่านได้กล่าวถึงความหมายของวัยรุ่นไว้ดังนี้

โรเจอร์ส (Rogers, 1972) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังวุฒิภาวะซึ่งมีการพัฒนาทั้งในด้านความคิด ความเชื่อ การปรับตัวทางสังคมของบุคคลจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่

เฮอร์ล็อค (Hurlock, 1974) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของการเจริญเติบโตอย่างมีวุฒิภาวะ ซึ่งการบรรลุวุฒิภาวะนั้น เกิดจากการพัฒนาในทุกด้านไปพร้อมกัน โดยแบ่งพัฒนาการออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสติปัญญา และด้านสังคมวัยรุ่นจึงเป็นวัยรุ่นแห่งการปรับตัวต่อการพัฒนาเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วจนอาจกลายเป็นวัยแห่งปัญหา อีกทั้งยังเป็นวัยที่มีต่อความเคร่งเครียดทางอารมณ์ มีการตัดสินใจรวดเร็ว และรุนแรง มีทัศนคติในการมองโลกและทัศนคติทางสังคมที่แตกต่างหรือขัดแย้งกับผู้ใหญ่ในเรื่องบางเรื่อง

ชไตน์เบิร์ก (Steinberg, 1996) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นช่วงเวลาของการเปลี่ยนผ่านจากเด็กไปสู่การมีวุฒิภาวะในแบบผู้ใหญ่ ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจ ที่ทำให้บุคคลมีความฉลาดมากขึ้น สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ได้รับการยอมรับให้ทำงาน ให้ออกเสียงเลือกตั้ง สามารถแต่งงานได้ และถูกคาดหวังให้ช่วยเหลือตนเองด้านเงินทอง

เลอเนอร์เมอร์ (Lerner, 2002) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นช่วงเวลาแห่งการเปลี่ยนแปลง ในช่วงระยะทศวรรษที่สองของชีวิตที่เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านชีววิทยา จิตวิทยาและสังคม ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมและคุณลักษณะของบุคคลที่จะเปลี่ยนแปลงไปจากลักษณะของความเป็นเด็กไปสู่คุณลักษณะของความเป็นผู้ใหญ่

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2545) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและเห็นได้ชัดเจน

จากนิยามข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า วัยรุ่น หมายถึง ช่วงเวลาแห่งการเติบโตจากวัยเด็กไปสู่การมีวุฒิภาวะในวัยผู้ใหญ่ โดยเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม

สำหรับการพิจารณาว่าวัยรุ่นอยู่ในช่วงอายุใดนั้น ซึ่งจันทร์เพ็ญ แสงอรุณ (2551) แบ่งระยะของวัยรุ่นออกเป็น 3 ช่วง วัยรุ่นตอนต้นอายุ 12-14 ปี วัยรุ่นตอนกลางอายุ 14-18 ปี และวัยรุ่นตอนปลายอายุ 18-21 ปี คล้ายคลึงกับ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2545) ได้แบ่งช่วงอายุวัยรุ่นไว้ว่าวัยรุ่นแรกเริ่มมีอายุประมาณ 12-15 ปี ช่วงนี้วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมค่อนข้างไปทางเด็ก ส่วนวัยรุ่นตอนกลางมีช่วงอายุประมาณ 16-17 ปี จะมีพฤติกรรมอยู่ระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ สำหรับวัยรุ่นตอนปลายมีช่วงอายุประมาณ 18-25 ปี จะมีพฤติกรรมไปในแนวทางของผู้ใหญ่

สำหรับงานวิจัยนี้ผู้วิจัยใช้การแบ่งช่วงอายุตามแนวคิดของ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2545) ซึ่งเมื่อเทียบช่วงอายุของวัยรุ่นกับระบบการศึกษาไทย จะได้ว่า ระยะวัยรุ่นแบ่งเป็น 3 ระยะ ได้แก่ วัยแรกเริ่มมีอายุอยู่ในช่วง 12-15 ปี เทียบกับการศึกษาไทย คือ ช่วงมัธยมศึกษาตอนต้น วัยรุ่นตอนกลางมีอายุในช่วง 16-17 ปี เทียบได้กับช่วงมัธยมศึกษาตอนปลาย และวัยรุ่นตอนปลายมีอายุอยู่ในช่วง 18-25 ปี เทียบได้กับช่วงมหาวิทยาลัยและช่วงทำงาน ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษากับนักเรียนที่อยู่ในช่วงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อายุ 14-15 ปี

1.2 พัฒนาการทางด้านร่างกาย

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายอย่างเด่นชัด ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในช่วงวัยนี้เรียกว่า การมีวุฒิภาวะทางเพศ (Puberty) ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย สำคัญ ๆ การเจริญเติบโตด้านขนาดของร่างกาย การเปลี่ยนแปลงสัดส่วนของร่างกาย และวัยรุ่นมีภาวะที่มีความพร้อมในการเจริญพันธุ์ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในตัวของวัยรุ่น ในด้านสรีระ เช่น การเพิ่มความสูงอย่างรวดเร็ว การมีหน้าอกขยายใหญ่ขึ้นในเพศหญิง (ประณต คำฉิม, 2549)

อย่างไรก็ตาม การเปลี่ยนแปลงนี้อาจเริ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงที่ไม่พร้อมกันในวัยรุ่นทุกคน โดยการพัฒนาการด้านร่างกายของเพศหญิงจะเร็วกว่าเพศชายประมาณ 2-3 ปี โดยเพศหญิงจะเข้าสู่ช่วงการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วของร่างกายที่อายุประมาณ 10 ปี 6 เดือน และมีอัตราการเจริญเติบโตสูงสุดที่อายุประมาณ 12 ปี หรือประมาณ 13 ปีก่อนมีประจำเดือนครั้งแรก ทั้งนี้การเจริญเติบโตด้านร่างกายอาจเปลี่ยนแปลงไม่พร้อมกันแต่ในท้ายที่สุดวัยรุ่นจะมีการเจริญเติบโตที่เท่ากัน (สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล, 2556)

1.3 พัฒนาการด้านอารมณ์

วัยรุ่นตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ فروยด์ เป็นวัยรุ่นที่อยู่ในขั้นสนใจในเพศตรงข้าม (Genital Stage) ความพึงพอใจและความสุขต่าง ๆ เป็นแรงขับมาจากวุฒิภาวะทางเพศ เริ่มสนใจเพศตรงข้าม โดยเด็กชายจะทำปฏิบัติตนเลียนแบบตามบิดา ส่วนเด็กหญิงจะปฏิบัติตัวเลียนแบบตามมารดา (ประณต คำฉิม, 2549) ซึ่งวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีอารมณ์รุนแรง เปลี่ยนแปลงง่าย และควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ เมื่อได้รับสิ่งที่เป็นความสุข ความทุกข์มากกระทบ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ บางครั้งก็เก็บกด บางครั้งมีความมั่นใจในตนเองสูงเกินไป ลักษณะของอารมณ์เหล่านี้เรียกว่า “พายุบุแคม” ซึ่งอารมณ์เหล่านี้ทำให้เกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นได้ง่าย เนื่องจากวัยรุ่นเชื่อว่าเพื่อนวัยเดียวกันนั้น มีความเข้าใจและยอมรับตนเองได้ดีที่สุด (Rogers, 1972)

1.4 พัฒนาการทางด้านสังคม

ทฤษฎีพัฒนาบุคลิกภาพของอีเล็คชั่น วัยรุ่นอยู่ในขั้นพัฒนาการขั้นที่ 5 คือ ความมีเอกลักษณ์ประจำตัวหรือความสับสนในบริบทของตนเอง (Identity vs Identity Diffusion) เป็นวัยที่พัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งสังคมของวัยรุ่นนั้นเป็นกลุ่มเพื่อน ทำให้วัยรุ่นปฏิบัติตนตามแบบอย่างของเพื่อน เพื่อให้วัยรุ่นได้รับการยอมรับและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อน ส่งผลให้วัยรุ่นอาจมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับผู้ใหญ่ ทำให้วัยรุ่นมีความสับสนทางจิตใจ หากวัยรุ่นไม่สามารถแก้ไขความสับสนนี้ได้ วัยรุ่นจะมีบุคลิกภาพที่ไม่มั่นคงทางจิตใจ รวมถึงวัยรุ่นเริ่มแยกตัวออกจากบุคคลในครอบครัว และชอบอยู่กับเพื่อน การปรับตัวกับกลุ่มเพื่อนเป็นช่วงที่สำคัญมาก เพราะวัยรุ่นต้องการเพื่อนและได้รับอิทธิพลจากเพื่อนมากที่สุด (พึงพิศ จักรปิง, 2539)

1.5 พัฒนาการด้านสติปัญญา

เมื่อก้าวสู่วัยรุ่น เด็กจะมีความคิดเปลี่ยนจากรูปธรรมเป็นนามธรรม อย่างค่อยเป็นค่อยไป มีความคิดกว้างไกล มีความเข้าใจในสภาพความเป็นจริงได้มากขึ้น มีความสามารถในการคิดเป็นเหตุเป็นผล มีตรรกะ คิดสิ่งที่เป็นสมมติฐานได้ เด็กวัยรุ่นนั้นมีการเจริญเติบโตของสมองอย่างเต็มที่ส่งผลต่อการพัฒนาการทางด้านความคิดและสติปัญญาไปอย่างรวดเร็ว ตามทฤษฎีพัฒนาการทางความคิดของเพียเจต์ในปี 1985 (ประณต คำฉิม, 2549) เด็กวัยรุ่นนั้นพัฒนา

ความคิดจากความคิดแบบรูปธรรม (Concrete) มาจากวัยเด็กสู่กระบวนการพัฒนาความคิดแบบเป็นเหตุผลที่ชัดเจน (Cognitive Thought Phase) ซึ่งมีการคิดแบบใช้ตรรกะจากเงื่อนไขที่กำหนด การคิดแบบเป็นลำดับขั้นตอนให้เหตุผลเชิงสัดส่วน การคิดแบบเชิงสาเหตุ เพื่อสรุปผลการคิดแบบการใช้เหตุผล ซึ่งสรุปออกมาเป็นองค์รวม คาดการณ์อนาคตได้โดยมองย้อนอดีต ซึ่งวัยรุ่นมีมุมมองต่อตนเองเป็นจุดศูนย์กลางของวัยรุ่น (Adolescent egocentrism) คิดว่าตนเองเป็นจุดสนใจ มีผู้อื่นคอยเฝ้ามอง ทำให้วัยรุ่นมีความใส่ใจต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ของบุคคลอื่นอย่างมาก (Imagination Audience) ในเรื่องของทงผม การแต่งกาย รูปร่างบุคลิกภาพของตนเอง ซึ่งวัยรุ่นมีจินตนาการว่าตนเองเป็นคนเก่งและมีชื่อเสียง ซึ่งการพ้อฝันนี้เกี่ยวกับความรัก ความสนใจเพศตรงข้าม หรือบุคคลที่มีชื่อเสียงที่ตนชื่นชอบ

ในส่วนของพัฒนาการรอบคิดเติบโต ตามทฤษฎีของดเว็ค (Dweck, 2006) กรอบคิดเติบโตและกรอบคิดจำกัดมีความสำคัญมากในบริบทการเรียนและการศึกษา ซึ่งวัยรุ่นตอนต้นที่มีกรอบคิดเติบโตนั้นมีความเชื่อว่าตนเองสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้ โดยการฝึกหัดเพื่อสั่งสมประสบการณ์ มีความตั้งใจ และมีการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง (Blackwell et al., 2007) แนวทางในการพัฒนากรอบคิดเติบโตของนักเรียนสามารถทำได้ ด้วยการจัดการเรียนการสอนสอดแทรกกิจกรรมกระตุ้นกรอบแนวคิดเติบโต เพื่อให้ นักเรียนมีแรงจูงใจภายใน มีความมุ่งมั่นตั้งใจ นำไปสู่ความสำเร็จในการเรียนรู้และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้น ส่วนมาสและเฮิร์ตซ์ (Mraz & Hertz, 2015) กล่าวว่า การพัฒนากรอบคิดเติบโตของนักเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเอง สามารถพัฒนาได้ด้วยความมุ่งมั่น ส่งเสริมสนับสนุนนักเรียนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง สะท้อนความสำคัญของกรอบคิดเติบโต กระตุ้นให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง จนบรรลุเป้าหมายของการเรียนรู้

นอกจากนี้ วัยรุ่นยังเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากชีวิตภายในครอบครัวไปสู่สังคมเพื่อนและโรงเรียนที่กว้างขึ้น ทำให้วัยรุ่นให้ความสำคัญกับเพื่อนรุ่นเดียวกัน มีความต้องการให้เพื่อนยอมรับและเห็นคุณค่าในตัวเอง ทำให้ยอมทำพฤติกรรมต่างๆ และมีการคล้อยตามกลุ่มเพื่อนได้ง่าย แม้จะเห็นว่าพฤติกรรมนั้นไม่เหมาะสมและไม่เห็นด้วยก็ตาม แสดงให้เห็นว่าสำหรับวัยรุ่น กลุ่มเพื่อนสำคัญมาก หากได้คบกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรมที่ดีก็นำไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม อีกทั้งช่วงวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสนใจในเพศตรงข้ามซึ่งเป็นไปตามแรงขับทางเพศ การสนใจเพศตรงข้ามทำให้เกิดการตอบสนองต่อการแลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิด การพียงพาทันและความต้องการความรักและการเข้าใจซึ่งกันและกัน (อุไร สุมาริธรรม, 2545 อ้างถึงใน สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล, 2556)

จากการทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการของวัยรุ่นจะเห็นได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความเหมาะสมสำหรับการส่งเสริมให้มีกรอบคิดเติบโตในการวางแผนเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน เนื่องจากเด็กวัยนี้เป็นวัยเล่าเรียนในการให้ความสำคัญต่อการวางแผนและเป้าหมายการศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในการเลือกสายการเรียน และเป็นวัยสำคัญของการวางรากฐานในการเข้าใจตนเองว่า เป้าหมายทางการศึกษาเป็นสิ่งสำคัญ หากนักเรียนมีเป้าหมายทางการศึกษาที่เหมาะสมกับความสนใจและความถนัดของตนเอง ตั้งอยู่บนความเป็นไปได้ จะทำให้เกิดแรงจูงใจ มีการวางแผนไปสู่เป้าหมายได้ แต่ในทางกลับกันถ้านักเรียนขาดเป้าหมายทางการศึกษาอาจใช้เวลาไปกับสิ่งที่ไร้สาระ ขาดความกระตือรือร้นในการเรียน ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และไม่สามารถเลือกเรียนในสายการเรียนตามที่ตนเองต้องการได้ ซึ่งจะต้องอาศัยการมีกรอบคิดเติบโตโดยใช้กิจกรรมกลุ่มในการเรียนรู้ที่จะนำไปสู่การตั้งเป้าหมายทางการเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดี นอกจากนี้เมื่อพิจารณาพัฒนาการด้านสังคมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนากรอบคิดเติบโตในวัยรุ่นตามที่ระบุไว้ในทฤษฎีพัฒนาบุคลิกภาพของ Erikson วัยรุ่นอยู่ในขั้นพัฒนาการขั้นที่ 5 พัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง มีจุดมุ่งหมายในชีวิตของตนเอง จากการศึกษาประมวลสารสนเทศจะเห็นได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความพร้อมและเหมาะสมที่จะได้รับการส่งเสริมกรอบคิดเติบโตในการตั้งเป้าหมายทางการเรียน

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

หัวข้อนี้ผู้วิจัยนำเสนอเนื้อหาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน นั้นไม่มีเอกสารที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะ ดังนั้นผู้วิจัยนำเสนอเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน โดยเกริ่นนำจากความหมายของเป้าหมาย องค์ประกอบของเป้าหมาย ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย คุณลักษณะของเป้าหมาย ผลของการตั้งเป้าหมาย เป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น การวัดเป้าหมาย และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1 ความหมายของเป้าหมาย

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมาย มีผู้ให้คำจำกัดความไว้หลากหลายและมีความหมายใกล้เคียงกัน ดังนี้

ล็อกคและลาแธม (Locke&Latham, 1990, อ้างถึงใน จิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์, 2556) ได้ให้ความหมายของเป้าหมาย หมายถึง การปฏิบัติงานของบุคคลถูกจูงใจจากการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนและการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เหมาะสม โดยการตั้งเป้าหมายและการรับรู้

ถึงผลการปฏิบัติจะเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลเกิดความพยายามในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ประสบผลสำเร็จ

แมร์ (Maehr, 1984) ได้ให้ความหมายของเป้าหมาย หมายถึง พื้นฐานทางสังคมและวัฒนธรรมของบุคคลนั้น ๆ มีผลต่อการเอาใจใส่หรือทุ่มเทต่อการทำงานหรือการเรียนในระดับที่แตกต่างกัน ซึ่งเป้าหมายเป็นสิ่งกำหนดแนวทางให้นักเรียนทำกิจกรรมในต่อสถานการณ์ต่างๆ พฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกส่วนใหญ่ล้วนมีเป้าหมายเป็นสิ่งกำหนด ในการแสดงออกทางพฤติกรรม (Goal Directed) ซึ่งเป้าหมายนั้นเป็นเป้าหมายที่ไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป เพื่อบุคคลผู้นั้นมีโอกาสทำงานได้อย่างประสบความสำเร็จเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

ซิมเมอร์แมนและมาติเนซพอนส์ (Zimmerman & Martinez, 1988) ได้ให้ความหมายของเป้าหมาย หมายถึง การกระทำพฤติกรรมที่มุ่งให้ตนเองใฝ่รู้ใฝ่เรียน เพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายทางการเรียน

แบนดูรา (Bandura, 1986) ได้ให้ความหมายของเป้าหมาย หมายถึง การกำหนดพฤติกรรมที่บ่งชี้ถึงเป้าหมายหรือเกณฑ์ในการแสดงการแสดงผลพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะทำให้บุคคลทราบถึงพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างชัดเจน และนำผลของพฤติกรรมที่ได้กระทำจริงมาเปรียบเทียบกับพฤติกรรมที่ได้กำหนดไว้ ว่ามีการเปลี่ยนแปลงในทางบวกหรือทางลบ

เบอร์ตัน (Burton, 1992, อ้างถึงใน สุพิตร สมานิต, 2541) ได้ให้ความหมายของเป้าหมาย หมายถึง สิ่งที่บุคคลนั้นมีความมุ่งมั่นที่อยากทำให้สำเร็จ เป้าหมายเป็นสิ่งที่สามารถกำหนดมาตรฐานเฉพาะ ซึ่งอาจสมมติฐานได้ว่า เป้าหมายนั้นเป็นแรงจูงใจให้บุคคลแสดงพฤติกรรมในกระทำในสิ่งต่าง ๆ ด้วยความตั้งใจ พร้อมในการพัฒนาวิธีการแก้ปัญหาอย่างหลากหลาย พร้อมเผชิญหน้ากับความผิดหวังและความล้มเหลวที่เกิดขึ้น

อชิรญา จตุรภัทรไพบูลย์ (2563) ได้ให้ความหมายของเป้าหมาย หมายถึง บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในทางการศึกษา มีความมุ่งมั่นตั้งใจและได้รับข้อมูลย้อนกลับต่อเป้าหมายทางการศึกษา ทำให้บุคคลปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้นำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า เป้าหมาย หมายถึง การที่บุคคลกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายในความต้องการของตน เป็นการส่งผลต่อพฤติกรรมที่มุ่งให้ตนเองมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง มีความมุ่งมั่นตั้งใจกระทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุเป้าหมายตามที่กำหนดไว้ และให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างเหมาะสม ซึ่งเป้าหมายทำให้บุคคลคิดวางแผนและดำเนินชีวิตเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต

2.2 องค์ประกอบของเป้าหมาย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมาย พบว่า มีนักวิชาการแบ่งองค์ประกอบของเป้าหมายไว้หลากหลาย แบ่งได้ดังนี้

ตาราง 1 องค์ประกอบของเป้าหมาย

องค์ประกอบของเป้าหมาย	Maehr (1984)	Locke & Latham (1990)	Zimmerman & Martinez, (1988)	อชิรญา จตุรภัทรไพฑูรย์ (2563)
การตระหนักรู้	✓		✓	
ความยากและความเฉพาะเจาะจง		✓		✓
การให้ข้อมูลย้อนกลับ		✓	✓	✓
ความมุ่งมั่น	✓	✓	✓	✓
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	✓	✓	✓	✓
การกำกับตนเอง			✓	

นักวิจัยและนักวิชาการได้แบ่งองค์ประกอบของเป้าหมายในหัวข้อที่คล้ายคลึงกัน แต่มีความแตกต่างในองค์ประกอบย่อยและบางองค์ประกอบมีความทับซ้อนกัน

ผู้วิจัยจึงทำการสังเคราะห์องค์ประกอบตามแนวคิดของล็อกและลาแทม (Locke & Latham, 1990) ในการศึกษาล็อก กล่าวว่าการตั้งเป้าหมายเกิดจากการที่บุคคลมีการสำรวจความคิดของตนเองจากการรับรู้และประสบการณ์ของตนเอง ก่อให้เกิดความต้องการหรือความปรารถนาของตนเอง ทำให้บุคคลให้ความสำคัญกับเป้าหมายนั้น การมีอารมณ์และความรู้สึกร่วมที่จะนำตนเองให้ไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งการตั้งเป้าหมายมีองค์ประกอบ ดังนี้

2.2.1 ความยากและความเฉพาะเจาะจง (Difficulty and Specificity) หมายถึง การที่นักเรียนสามารถกำหนดเป้าหมายของตนเอง โดยเป้าหมายนั้นต้องมีความท้าทายและมีความยาก ที่มีความเป็นไปได้ ลงมือปฏิบัติได้จริง ซึ่งการกำหนดเป้าหมายต้องมีการระบุรายละเอียดที่แน่นอนมีความเฉพาะเจาะจง และมีทิศทางในการนำไปสู่เป้าหมายอย่างชัดเจน

2.2.2 การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) หมายถึง การให้บุคคลได้ทราบผลของการกระทำของตนเอง เพื่อให้บุคคลมีความปรารถนาที่จะค้นหาวิธีที่หลากหลายที่นำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้

2.2.3 การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) มีบทบาทสำคัญต่อการตั้งเป้าหมายทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาทางสังคมของแบนดูรา (Bandura, 1986 อ้างถึงใน Snyder & Lopez, 2002) กล่าวว่า คนที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงมีแนวโน้มที่ในการประสบความสำเร็จมากกว่าผู้ที่มีการรับรู้ในความสามารถของตนเองต่ำ การที่บุคคลตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง ที่จะจัดการและดำเนินการกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยความสามารถของคนเรานั้นไม่ตายตัว และมีความยืดหยุ่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ดังนั้น สิ่งที่จะกำหนดประสิทธิภาพของการแสดงออก จึงขึ้นอยู่กับ การรับรู้ความสามารถของตนเองในสถานการณ์นั้น ๆ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2562) ส่วนลักขณา สิริวัฒน์ (2556) กล่าวว่า ถ้าบุคคลที่มีความเชื่อว่าตนเองมีความสามารถ บุคคลนั้นจะมีความพยายาม มุ่งมานะ ไม่ย่อท้อ ต่ออุปสรรคได้ง่าย ส่งผลให้ประสบความสำเร็จในที่สุด

2.2.4 ความมุ่งมั่น หรือพันธะผูกพัน (Commitment) การที่บุคคลมีความตั้งใจและมุ่งมั่นในการทำเป้าหมายให้สำเร็จ ซึ่งเป้าหมายนั้นจะดีหรือไม่ดีนั้น ขึ้นอยู่กับความมุ่งมั่นของบุคคล ถ้าบุคคลมีความเชื่อว่าเป้าหมายนั้นมีคุณค่าและตนเองสามารถลงมือปฏิบัติได้จริง ย่อมมีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จ

จากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า การตั้งเป้าหมายเริ่มจากการที่นักเรียนได้สำรวจความคิดผ่านทางประสบการณ์หรือการรับรู้เพื่อค้นหาความต้องการของตนเอง เมื่อได้คิดและค้นหาความต้องการแล้ว จะเกิดเป้าหมายขึ้น บุคคลจะให้คุณค่าแก่เป้าหมาย ประกอบกับการมีอารมณ์หรือความรู้สึกที่มุ่งมั่นและตั้งใจเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยองค์ประกอบของการตั้งเป้าหมาย ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ ความยากและความเฉพาะเจาะจง (Difficulty & Specificity) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ความมุ่งมั่น หรือพันธะผูกพัน (Commitment)

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนช่วงวัยรุ่นจากแนวคิดของลิวค 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) ซึ่งด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียนนี้ จะรวมองค์ประกอบด้านความยากและความเฉพาะเจาะจง และการให้ข้อมูลย้อนกลับไว้ด้วยกัน 2) ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) 3) ด้านความมุ่งมั่น (Commitment)

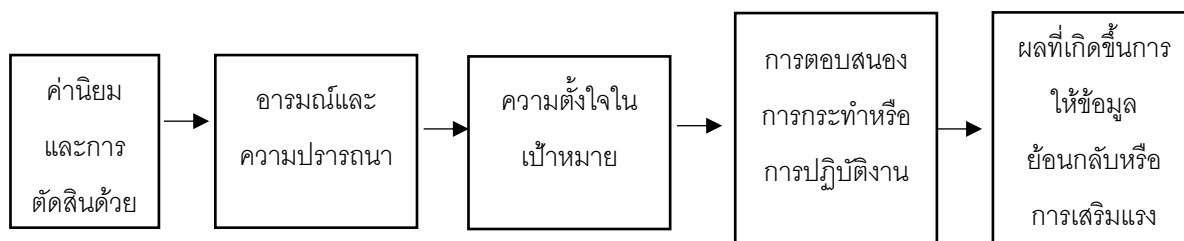
2.3 ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย

จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมาย พบว่า มีนักวิชาการกล่าวถึงทฤษฎีการตั้งเป้าหมายดังนี้

แมร์ (Maehr, 1984) กล่าวว่า การที่บุคคลนั้นมีเป้าหมายที่ต่างกันทำให้บุคคลเอาใจใส่หรือทุ่มเททำสิ่งต่างๆ ตามเป้าหมายที่บุคคลตั้งไว้นั้นไม่ง่ายหรือยากจนเกินไป และบุคคลสามารถอุทิศตนเพื่อเป้าหมายให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งเป้าหมาย ประกอบด้วย เป้าหมายเชิงปฏิบัติการ (Performance Goals) เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ (Learning Goals) เป้าหมายเพื่อประโยชน์ในอนาคต (Internalized Future-Utility Goals) เป้าหมายในการต้องการรางวัลจากภายนอก หรือได้รับการยกย่อง (Extrinsic Reward or Recognition Goals) และเป้าหมายเพื่อการได้รับการยอมรับทางสังคม (Social Solidarity Goals)

ซิมเมอร์แมนและมาติเนซพอนส์ (Zimmerman & Martinez, 1988) ได้กล่าวถึงการกระทำที่มุ่งให้ตนเองมีความรู้ความสามารถตามศักยภาพของตนเอง ซึ่งกลยุทธ์การเรียนรู้ที่นักเรียนเรียนใช้ขึ้นอยู่กับธรรมชาตินั้น มีความเกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายและการวางแผน (Goal and Goal Setting)

ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายมีพื้นฐานมาจากผลการศึกษาของไรอัน (Ryan, 1970 อ้างอิงจาก Locke & Latham, 1990) ต่อมาลีดและลาธัม ได้ทำการพัฒนาทฤษฎีการตั้งเป้าหมายขึ้น โดย ลีด (Locke, 1984, อ้างถึงใน วัลภา สบายยิ่ง, 2542) ได้เสนอว่า “บุคคลกระทำพฤติกรรมตามเป้าหมายและความตั้งใจของตน” ซึ่งตามทฤษฎีนี้ระบุว่า เป้าหมายของบุคคลเป็นตัวกลางระหว่างลักษณะของงานพฤติกรรม สิ่งจูงใจ และการนิเทศงาน โดยเชื่อมั่นว่าการให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับการปฏิบัติงานจะส่งผลให้บุคคลมีการรักษาสัญญาที่จะทำงานให้สำเร็จได้ในอนาคต ซึ่งลีด (Locke) ได้สรุปทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย

ลีดและคณะ (Locke & et. al, 1981, อ้างถึงใน สุนันทา คาเนโกะ, 2554) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมาย ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1. การให้เป้าหมายที่เฉพาะเจาะจง ทำให้บุคคลสามารถปฏิบัติงานตามเป้าหมายได้อย่างชัดเจน

2. การตั้งเป้าหมายที่ยากแก่การบรรลุ ทำให้บุคคลมีความรู้สึกท้าทายในการทำงาน มากกว่าการทำงานในเป้าหมายที่ยาก อาจก่อให้เกิดความเบื่อหน่ายได้

3. การให้ผู้ร่วมงานมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมาย ทำให้ผู้ร่วมงานตระหนักว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของเป้าหมาย ย่อมทำให้ผู้ร่วมงานต้องการทำงานร่วมกันตามเป้าหมายให้สำเร็จ

4. การให้ข้อมูลย้อนกลับ ทำให้บุคคลทราบผลการปฏิบัติการทำงานของตนเอง ทำให้บุคคลสามารถปรับปรุงและพัฒนาการปฏิบัติงานให้ดีขึ้น แต่ในทางกลับกันบุคคลที่ไม่ได้รับการให้ข้อมูลย้อนกลับ จะทำงานโดยไม่ทราบศักยภาพของตนเอง

5. เป้าหมายควรมีการแสดงระยะเวลาที่จะทำงานให้สำเร็จ ทั้งเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายระยะยาว ต้องให้บุคคลมีแหล่งทรัพยากรที่สนับสนุนและให้บุคคลมีความผูกพันต่อเป้าหมาย เพื่อส่งเสริมให้เป้าหมายประสบความสำเร็จ แต่ในทางกลับกันถ้าบุคคลไม่เห็นคุณค่าของสิ่งที่ตนเองกระทำ การปฏิบัติงานก็จะทำได้ไม่ดีพอและเป้าหมายนั้นก็จะเป็นผลสำเร็จได้ยาก (สุรนันทา คานะโกะ, 2554)

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการตั้งเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น โดยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายของล็อกที่มีต่อการตั้งเป้าหมายทางการเรียน ซึ่งนำไปสู่ความสำเร็จในการเรียนรู้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

2.4 ความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ การตั้งเป้าหมาย พบว่า มีการกล่าวถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย ดังนี้

นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2533) กล่าวว่า บุคคลที่มีเป้าหมายส่วนใหญ่เป็นผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต เนื่องจากบุคคลนั้นมีหลักในการดำเนินชีวิต และทราบว่าตนเองต้องกระทำให้ใดเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ ชีวิตที่มีการวางแผนมักเป็นชีวิตที่ประสบความสำเร็จ เนื่องจากการกระทำในปัจจุบันส่งผลต่ออนาคต ถ้าบุคคลไม่มีการวางแผนในการดำเนินชีวิต บุคคลย่อมมีการใช้ชีวิตไปวันๆ ไร้จุดหมาย ก็ยากที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้

โคเวย์ (Covey, 1980) กล่าวว่า การตั้งเป้าหมายทำให้บุคคลคิดและจินตนาการถึงความต้องการและความปรารถนาของตนเองที่สามารถปฏิบัติได้ประสบความสำเร็จ

จากข้อมูลข้างต้น แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของเป้าหมาย ดังนั้นการสร้างเป้าหมายทางการเรียน เป็นสิ่งสำคัญที่เสริมสร้างวางแผนอนาคตของตนเองและสังคมที่นักเรียนมีส่วนร่วมในเวลาเดียวกัน

2.5 คุณลักษณะของเป้าหมาย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะของเป้าหมาย พบว่ามีการกล่าวถึงคุณลักษณะของเป้าหมายทางการเรียนดังนี้

แบนดูรา (Bandura, 1986, อ้างถึงใน ภัทริยา มาลาทอง, 2545) กล่าวถึงคุณสมบัติของเป้าหมายซึ่งเป็นสิ่งที่กำหนดเงื่อนไขการแสดงพฤติกรรมเกี่ยวกับการใช้ความมุ่งมั่น พยายาม และแรงจูงใจในการทำงาน ซึ่งเป้าหมายมีคุณลักษณะ ดังนี้

1. ลักษณะที่เจาะจง คือ เป้าหมายที่กำหนดขึ้นมาั้นมีความชัดเจนและชี้เฉพาะเจาะจงว่าบุคคลต้องทำอะไร ถึงจะมีความรู้สึกพึงพอใจในตนเอง และนำไปสู่เป้าหมายที่ตนเองปรารถนาไว้

2. ลักษณะที่ท้าทาย คือ เป้าหมายของบุคคลส่งผลต่อปฏิกิริยาและความตั้งใจทำตามเป้าหมาย ถ้าบุคคลมีการตั้งเป้าหมายสูง ย่อมต้องใช้ความพยายามในการทำตามเป้าหมายด้วยความยั้งหยัดและอดทน ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้น เพื่อทำเป้าหมายที่ตนเองกำหนดไว้ให้สำเร็จ

3. ระยะเวลา คือ การตั้งเป้าหมายในระยะเวลาไม่นานนัก ทำให้บุคคลมีการจดจ่อและต้องการทำตามเป้าหมายให้สำเร็จลุล่วงได้อย่างรวดเร็ว

4. สอดคล้องกับความเป็นจริง คือ การตั้งเป้าหมายที่ตนเองสามารถทำได้ ย่อมทำให้บุคคลมีความพยายามทำตามเป้าหมายให้สำเร็จได้ดี

ล็อก และเลแฮม (Locke, 1984, อ้างถึงใน สุพิตร สมานิต, 2541) ได้มีหลักการที่สำคัญในการกำหนดเป้าหมาย 2 ประการ ดังนี้

1. การกำหนดเป้าหมายเฉพาะ ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมแสดงออกที่ชัดเจนมากกว่าการกำหนดเป้าหมายธรรมดาทั่วไป ซึ่งการใช้ภาษาในการกำหนดเป้าหมาย “ฉันจะเข้าสายการเรียนคณิตวิทยให้ได้” ทำให้บุคคลมีการคิด วางแผน และปฏิบัติตามเป้าหมายได้อย่างชัดเจน

2. การกำหนดเป้าหมายที่ดีนั้น ควรมีการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายระยะยาวอย่างต่อเนื่อง ถ้าบุคคลมีเพียงเป้าหมายระยะสั้น เมื่อบุคคลสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ บุคคลจะรู้สึกที่ตนเองว่างเปล่า แต่ในขณะที่บุคคลมีเพียงเป้าหมายระยะ

ยาว อาจทำให้บุคคลท้อแท้สิ้นหวังไปก่อนได้ ซึ่งการมีเป้าหมายระยะสั้นและระยะยาวนั้น ทำให้บุคคลได้รู้ความสำเร็จในเป้าหมายในระยะเวลาอันใกล้ เพื่อนำไปสู่การต่อยอดความสำเร็จในเป้าหมายระยะเวลาไกลในอนาคต (Weinberg, 1993 อ้างถึงใน สุพิตร สมานิติ, 2541)

จากข้อมูลข้างต้นกล่าวถึงการตั้งเป้าหมาย สรุปได้ว่า การตั้งเป้าหมายเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ตนเองได้คิดทบทวนความต้องการ ในการค้นหาเป้าหมายของตนเอง เพื่อทราบว่าตนเองต้องการอะไร สามารถวางแผนตามเป้าหมายที่วางไว้ โดยมีการกำหนดแผนที่ในการเดินทางของชีวิต มีระยะเวลาที่เหมาะสม ซึ่งการตั้งเป้าหมายเปรียบเสมือนพลังขับเคลื่อนให้ตนเองมุ่งไปสู่อนาคตที่วางแผนไว้ ดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย ทั้งนี้การตั้งเป้าหมายอยู่บนพื้นฐานความเป็นไปได้ สามารถปฏิบัติได้จริง นำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้

2.6 ผลของการตั้งเป้าหมาย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผลของการตั้งเป้าหมายทางการเรียน พบว่า การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรมมีผลต่อแรงจูงใจ การรับรู้ความสามารถของตนเองและมีผลต่อความสนใจเพิ่มขึ้น (Bandura, 1986)

1 การตั้งเป้าหมายในการกระทำพฤติกรรม ทำให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้มากขึ้น ซึ่งตามกระบวนการของการสร้างเป้าหมาย ได้แก่ การกำหนดเป้าหมายของตนเอง การประเมินตนเอง และการได้รับข้อมูลย้อนกลับ

2. การตั้งเป้าหมายสามารถพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยนำเป้าหมายมาเปรียบเทียบกับแสดงออกทางพฤติกรรมของบุคคล ส่งผลให้เกิดข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับความสามารถ การบรรลุเป้าหมายระยะสั้น แสดงให้เห็นว่า บุคคลสามารถพัฒนาตนเองได้ระยะเวลาสั้น เนื่องจากบุคคลรู้ว่าตนเองมีความรู้ความสามารถและศักยภาพ ทำให้บุคคลมีความมุ่งมั่นตั้งใจทำงานให้สำเร็จ

3. การตั้งเป้าหมายทำให้บุคคลมีความสนใจในกิจกรรมตามที่ตนเองถนัด เพื่อให้ตนเองได้เรียนรู้และมีประสบการณ์ที่นำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้

ล็อกและลาธัม (Locke & Latham, 1990) กล่าวถึง อิทธิพลในการตั้งเป้าหมายที่ส่งผลต่อพฤติกรรม มี 4 ลักษณะ ดังนี้

1. ทิศทางของการตั้งเป้าหมาย ทำให้บุคคลสามารถกำหนดการกระทำของตนเองจะไปในทิศทางใด เพื่อให้สอดคล้องกับเป้าหมายของตนที่ตั้งไว้

2. ความพยายาม เป็นความมุ่งมั่นอดทนต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น ถ้าบุคคลต้องการทำเป้าหมายที่ทำทนายให้สำเร็จ ต้องอดทนพยายามตั้งใจทำตามเป้าหมายอย่างไม่ท้อถอย

3. ความคงทน เป็นการแสดงให้เห็นถึงความยึดมั่นถือมั่นต่อเป้าหมายที่มีอยู่ไม่ว่าเวลาจะผ่านไปกี่เดือนกี่ปี เป้าหมายนั้นยังคงอยู่เหมือนเดิม

4. การพัฒนากลยุทธ์ ทิศทาง ความพยายาม และความคงทนนั้น ส่งผลทางอ้อมจากการตั้งเป้าหมาย กระบวนการพัฒนากลยุทธ์ ทำให้เกิดการแก้ไขและพัฒนาทักษะด้านต่าง ๆ ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เมื่อบุคคลนั้นได้ตั้งเป้าหมายไว้แล้ว ต้องมีกระบวนการในการวางแผนและจัดการกับระบบการทำงาน

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า การตั้งเป้าหมายส่งผลต่อการวิเคราะห์ตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเอง และต่อสิ่งที่สนใจในกิจกรรมต่าง ๆ อิทธิพลในการตั้งเป้าหมายส่งผลต่อพฤติกรรมต่าง ๆ ส่งผลให้ตนสามารถกำหนดทิศทางและในการกระทำที่สอดคล้องกับเป้าหมาย โดยใช้ความพยายาม ความตั้งใจในการกระทำเป้าหมาย และการวางแผนเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จในเป้าหมาย

2.7 เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนและการแนะแนวอาชีพของวัยรุ่นตอนต้น

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ มีการกล่าวถึง เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนและการแนะแนวอาชีพของวัยรุ่นตอนต้น ดังนี้

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (ประสาท อิศรปริดา, 2548 อ้างอิงจาก Bandura, 1986) ได้เน้นอย่างชัดเจนว่า นักเรียนเป็นคนกำหนดเป้าหมายของตนเองที่แตกต่างกันตามความถนัดและความสนใจของตนเอง ถ้านักเรียนเลือกเป้าหมายที่มีความยากที่มีความเป็นไปได้ นักเรียนย่อมมีการวางแผนและดำเนินชีวิตไปตามแผนที่กำหนดไว้ สามารถลงมือปฏิบัติได้จริง ซึ่งนักเรียนอยู่ในช่วงการวางแผนเลือกแผนการเรียนเพื่อเข้าสู่ตลาดแรงงานในอนาคต ทำให้วัยรุ่นต้องเผชิญกับความสับสนและความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิต (นวลศิริ เปาโรหิตย์, 2533) ส่วนพรธณพิมล หล่อตระกูล (2558) ได้กล่าวว่า ในวัยรุ่นการมีเป้าหมายทางการศึกษาเป็นเรื่องสำคัญ การค้นพบสิ่งที่ตนเองต้องการ และมีความหวังในอนาคต ทำให้นักเรียนวัยรุ่นเชื่อมั่น และต้องการเดินทางไปให้ถึง ความมุ่งมั่นในเป้าหมายจะทำให้ตั้งใจ ยึดมั่นในความสำเร็จมากกว่าใช้เวลาทำสิ่งที่ไร้ผล เช่นเดียวกับประเสริฐ ชูสิงห์ (2540) การแนะแนวอาชีพเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือนักเรียนเกี่ยวกับการวางแผนและการตัดสินใจเลือกอาชีพ เพื่อช่วยให้นักเรียนได้ค้นพบอาชีพที่เหมาะสมกับความสามารถ ความถนัด ความสนใจซึ่งสอดคล้องกับสมมติ กอมณี (2552) ได้กล่าวว่าการรวบรวมข้อมูลเป็นวิธีการหนึ่งซึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจได้ดี ถ้าหากนักเรียนมีข้อมูลในแผนการเรียนในแต่ละสายการเรียนและนั่นจะเป็นสิ่งที่ช่วยในการตัดสินใจในการเลือกแผนการเรียน เพราะนักเรียนเกิดความเข้าใจในข้อมูลแผนการเรียนในแต่ละแผน ซึ่งสอดคล้องกับวิ

ตมนา พัชรานิช (2531) การที่นักเรียนแต่ละคนสามารถเข้าใจตนเองและโลกเกี่ยวกับตนเองได้ดี สามารถเสาะแสวงหาความรู้เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจเกี่ยวกับความก้าวหน้าทางการศึกษา การพัฒนาอาชีพ ตามความชอบและความสนใจของตนได้

จากข้อมูลข้างต้น สรุปได้ว่า การสอนให้นักเรียนรู้จักตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน รวมถึงการแนะแนวอาชีพสำหรับวัยรุ่นตอนต้น จะช่วยให้นักเรียนค้นพบสิ่งที่ตนเองต้องการ และสามารถวางแผนและมีเป้าหมายบนพื้นฐานความเป็นไปได้ จะทำให้เกิดแรงจูงใจ เกิดการวางแผนไปสู่เป้าหมายที่เหมาะสมและสอดคล้องกับอาชีพที่ตนสนใจ

2.8 การวัดเป้าหมาย

จากการรวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้มีนักวิจัยที่สร้างเครื่องมือที่ใช้วัดในการวัดเป้าหมาย ไว้ดังนี้

ฮอลเลนเบคและเคลน (Hollenbeck & Klein, 1987) ซึ่งพัฒนาจากแนวคิดของลีดค และคณะ (Locke et al, 1981) ซึ่งอัมพิกา สุนทรภักดี (2559) นำมาแปลเป็นภาษาไทยวัด การตั้งเป้าหมาย มีทั้งหมด 5 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .98

ลีดคและลาแทม (Locke & Latham, 1990) การประเมินผลการปฏิบัติงานประเมิน ได้ 3 วิธี ประกอบด้วย การใช้มาตรวัดคุณลักษณะของบุคคล (Trait Scales) การวัดวัตถุประสงค์ หรือโดยมาตรวัดสังเกตพฤติกรรม (Behavioral Observation Scales) และการวัดคุณลักษณะของ บุคคลมีความคลุมเครือไม่ชัดเจน จึงมักไม่นำมาใช้ในการวัดผลที่เกี่ยวข้องกับงาน

อชิรญา จตุรภัทรไพบูลย์ (2563) ได้นำแบบวัดของลีดคและลาแทม ไปพัฒนาแบบวัด เป้าหมายทางการศึกษานักเรียนวัยรุ่น มีข้อคำถาม 28 ข้อ โดยข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบที่มี มาตราวัดระดับ 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด ค่อนข้างจริง จริงพอประมาณ ไม่ค่อยจริง ไม่จริงเลย และ หาค่าความเชื่อมั่น .87

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างแบบวัดเป้าหมายทางการเรียนตามแนวคิดทฤษฎีของลีดค และลาแทม (Locke & Latham, 1990) ในนักเรียนวัยรุ่น รูปแบบการวัดเป็นแบบมาตราประเมินค่า เชิงตัวเลข (Rating Scale) มีจำนวน 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง

2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

นักวิจัยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ไว้ดังนี้

ซูซีฟ อ่อนโคกสูงและอนุสรณ์ อรรถศิริ (2549) ได้ศึกษาพลังความสามารถแห่งตน เป้าหมายในการเรียน ความเป็นไปได้ที่ทํากิจกรรมการเรียน และแรงจูงใจ ผลวิจัยพบว่า พลัง

ความสามารถแห่งตน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับเป้าหมายในการเรียน และความเป็นไปได้ที่จะกระทำกิจกรรมการเรียนของนิสิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เกิดจากการที่นิสิตมีพลังความสามารถแห่งตนมาก ย่อมมีการกำหนดเป้าหมายในการเรียนที่ชัดเจน แต่ในทางกลับกัน ถ้านิสิตมีพลังความสามารถแห่งตนต่ำ จะมีเป้าหมายในการเรียนที่คลุมเครือ ไม่สามารถบอกตนเองได้ว่าเรียนไปแล้ว สามารถนำไปใช้ในการประกอบอาชีพอย่างไรได้บ้าง

ธนาวรรณ ธนพรดี (2551) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อเป้าหมายในชีวิตของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองและมีเป้าหมายในชีวิตดี จะสามารถรับรู้และเข้าใจตนเอง สามารถวางแผนได้ว่าจะเลือกเรียนด้านใดที่เหมาะสมกับความสามารถของตนเองมากที่สุด รวมทั้งสามารถประเมินความสามารถของตนเองในการกระทำสิ่งต่าง ๆ และสามารถตัดสินใจกระทำสิ่งนั้นให้บรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดได้ มีความเชื่อว่าความสำเร็จหรือความล้มเหลวใด ๆ ที่เกิดขึ้นกับนักเรียน เป็นผลมาจากการกระทำของตัวนักเรียนเองมีความมั่นใจในความสามารถของตนเองว่าสามารถเรียนได้ดีเพียงใด และคาดหวังในผลลัพธ์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นภายหลังการกระทำนั้น

อริสา ภูริวัฒน์ (2553) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 พบว่า หลังเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อชิรญา จตุรภัทรไพบูลย์ (2563) ศึกษาการเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา จำนวน 16 คน ที่มีคะแนนเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษาตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ผลการวิจัยพบว่า 1) เป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอยู่ในระดับมาก 2) หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเป้าหมายทางการศึกษาเพิ่มสูงขึ้นกว่าคะแนนก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 3) หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมรอบคิดเติบโต

3.1 ความหมายของกรอบคิด

จากการศึกษาและทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหมายของกรอบคิดได้มีนักวิจัยให้ความหมายของกรอบคิดไว้ดังนี้

ดเวค (Dweck, 2006) ได้ให้ความหมาย กรอบคิด (Mindset) หมายถึง กรอบของ ความเชื่อหรือความคิดและทัศนคติที่ส่งผลกระทบต่อการแสดงออกทางพฤติกรรม โดยสามารถแบ่งออก ได้เป็น 2 กรอบคิด ประกอบด้วย 1) กรอบคิดจำกัด (Fixed Mindset) เป็นคุณลักษณะพื้นฐานของ บุคคลที่ติดตัวมาแต่กำเนิด เช่น ความฉลาดหรือความสามารถที่ไม่อาจเปลี่ยนแปลงได้ 2) กรอบ คิดเติบโต (Growth Mindset) เป็นคุณสมบัติของบุคคลที่เชื่อว่าความรู้ ความสามารถ คุณลักษณะ และทักษะสามารถพัฒนาได้ โดยอาศัยความพยายาม การวางแผนและลงมือทำอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงการที่บุคคลที่ความสามารถ ความถนัด ความสนใจที่แตกต่างกันตั้งแต่กำเนิด แต่ทุกคน สามารถเรียนรู้ได้ด้วยการให้ความสำคัญในสิ่งที่ตนเองเฝ้ารอเรียนรู้ มีความพยายามที่จะอดทนและ พัฒนาค้นหาตัวเองให้เติบโตขึ้น

โกลด์สไตน์และบรูคส์ (Goldstein & Brooks, 2007) ได้ให้ความหมาย กรอบคิด คือ สิ่งที่บุคคลคาดหวังอยากให้เกิดขึ้นในอนาคตของตัวเอง

บุญเกียรติ โชควัฒนา (2554) ได้ให้ความหมายกรอบคิด หมายถึง การรับรู้จากสิ่งที่ ได้สัมผัสและสิ่งที่ยึดติดอยู่ไม่มีการเปลี่ยนแปลง

ดังนั้นสรุปได้ว่า กรอบคิด หมายถึง ความเชื่อ ค่านิยม ความคาดหวัง เป้าหมาย เจตคติ และประสบการณ์ต่าง ๆ ของบุคคล ซึ่งแสดงออกทางพฤติกรรมและการตอบสนองต่อสถานการณ์ นั้น ในบุคคลหนึ่งอาจจะมีกรอบคิดที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมหลายด้าน

3.2 ความหมายของกรอบคิดเติบโต

จากการประมวลเอกสารทางวิชาการที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยสนใจที่จะพัฒนากลอบคิดเติบโต เพื่อพัฒนาศักยภาพของนักเรียนให้เกิดประสิทธิภาพที่ดี และความหมายของกรอบคิดเติบโตได้มี นักวิชาการหลายท่านอธิบายและให้ความหมายของกรอบคิดเติบโต (Growth Mindset) ไว้ คล้ายคลึงกันผู้วิจัยของหยิบยกมาเป็นบางท่าน ดังนี้

ดเวค (Dweck, 2006) ได้ให้ความหมายกรอบคิดเติบโต หมายถึง การที่บุคคลมี ความเชื่อว่าความรู้ความสามารถและความฉลาดนั้นเกิดขึ้นได้จากการเรียนรู้ การให้ความสำคัญ กับความพยายาม มีมุมมองว่าปัญหาที่มีความท้าทาย เป็นโอกาสให้บุคคลได้เรียนรู้และพัฒนา ตนเองด้วยการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม

แบลคเวลล์และคณะ (Blackwell et al., 2007) ได้ให้ความหมายกรอบคิดเติบโต หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อว่าตนเองสามารถพัฒนาความฉลาดทางสติปัญญาได้จาก การเรียนรู้ การปรับปรุงและการพัฒนาตนเอง

มิลเลอร์ (Miller, 2010) ได้ให้ความหมายกรอบคิดเติบโต หมายถึง การที่บุคคลมีเจตคติเชิงบวก วางเป้าหมายในการเรียนรู้ พัฒนาความสามารถด้วยความพยายาม ค้นหาประสบการณ์ใหม่ และติดตามงานวิชาการเพื่อรับการประเมินตนเอง มีความเชื่อว่าตนเองพัฒนาได้ด้วยการเรียนรู้

ยัน (Yan, 2014) ได้ให้ความหมายกรอบคิดเติบโต หมายถึง การที่บุคคลมีความคิดที่มีต่อตนเองที่จะพยายามเรียนรู้และปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น

เมอร์ฟีและดเวก (Murphy & Dweck, 2015) ได้ให้ความหมายกรอบคิดเติบโต หมายถึง กรอบคิดเติบโตให้ความสำคัญกับกระบวนการเรียนรู้ ที่มีมุมมองต่อความพยายาม และแสวงหาสิ่งที่ท้าทายและเชื่อว่าการทำในสิ่งที่ท้าทายเป็นเสมือนโอกาสในการเรียนรู้

National Center on Education and the Economy (2018) ได้ให้ความหมายกรอบคิดเติบโต คือ การที่บุคคลมีความเชื่อว่าความสามารถของตนเองนั้น สามารถพัฒนาได้อย่างไร ชัดจำกัด ตรงข้ามกับกรอบคิดจำกัด เป็นการที่บุคคลเชื่อว่าความสามารถของตนเองนั้นไม่สามารถปรับปรุงหรือพัฒนาตนเองได้อีก

ศูนย์จิตวิทยาการศึกษา (2558) ได้ให้ความหมายกรอบคิดเติบโต หมายถึง ความเชื่อว่าบุคคลสามารถพัฒนาได้ด้วยการเรียนรู้ การมีมุมมองต่อปัญหาและอุปสรรคมีความท้าทาย ทำให้บุคคลมีความพยายามเรียนรู้จากปัญหาที่เกิดขึ้น พยายามหาวิธีแก้ไขปัญหา และมีความคิดสร้างสรรค์ใหม่ๆ มีข้อสงสัยในเรื่องราวรอบตัว

ศิริภาพ โสมาภา (2561) ได้ให้ความหมายกรอบคิดเติบโต หมายถึง กรอบความคิดเติบโตที่มีความสำคัญต่อกระบวนการเรียนรู้ การจัดการปัญหา บุคลิกภาพ และการปรับตัวส่งเสริมในการพัฒนาศักยภาพ

สรุปกรอบคิดเติบโต หมายถึง กรอบคิดในการพัฒนาพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง ทศนคติ มุมมองในการคิด ความมุ่งมั่นพยายาม ชอบความท้าทาย การจัดการกับปัญหา การปรับตัวในการทำงานร่วมกับผู้อื่น และการมีเป้าหมายซึ่งเป็นหนทางในการเรียนรู้ที่ดีสามารถนำพาตนเองไปสู่ความสำเร็จ

3.3 ความสำคัญของกรอบคิดเติบโต

ผู้วิจัยศึกษาความสำคัญของกรอบคิดเติบโตจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

แกรนด์และดเวก (Grant & Dweck, 2003) กล่าวว่า กรอบคิดเติบโตทำให้นักเรียนเป็นบุคคลที่ใฝ่เรียนรู้มีการแสวงหาข้อมูลใหม่ๆ อย่างต่อเนื่อง ก่อให้เกิดความตั้งใจที่จะเรียนรู้ด้วยตนเองของนักเรียน

แบลคเวลล์และคณะ (Blackwell et al., 2007) กล่าวว่า กรอบคิดเติบโตส่งผลต่อการมีเป้าหมายในการเรียนรู้ของผู้เรียน ตลอดจนมีความสัมพันธ์กับผลการเรียนรู้ของผู้เรียนและพฤติกรรมที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ตลอดจนพฤติกรรมความยืดหยุ่นผูกพันอยู่กับการเรียนรู้ ความปรารถนาที่จะประสบความสำเร็จ และพฤติกรรมความมุ่งมั่นพยายามในการเรียนรู้สิ่งที่ท้าทาย

ดเวค (Dweck, 2006) กล่าวว่า กรอบคิดเติบโตส่งผลให้นักเรียนมีปรารถนาที่จะเรียนรู้และยอมรับความพยายามของตนเองที่จะประสบความสำเร็จ ถ้านักเรียนพบเจอปัญหาอุปสรรค นักเรียนจะเผชิญหน้ากับปัญหาและใช้ความพยายามเป็นโอกาสในการเรียนรู้

ดเวค (C. S. Dweck, 2017) กล่าวถึงการพัฒนากลอบคิดเติบโตของนักเรียนจำนวนหนึ่งที่กำลังก้าวจากระดับประถมเข้าสู่ระดับมัธยม ทำการทดลองและติดตามผลการทดลองเป็นเวลา 2 ปี การก้าวเข้าสู่ระดับมัธยมถือเป็นช่วงเวลาของความท้าทายครั้งใหญ่สำหรับเด็กหลายคน พวกเขาต้องเรียนหนักขึ้น เผชิญกับเกณฑ์การให้คะแนนที่เข้มข้นขึ้น และครูก็ไม่ค่อยตามใจพวกเขาแบบรายคนแล้ว ทั้งหมดนี้เกิดขึ้นในขณะที่เด็ก ๆ ต้องรับมือกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและเริ่มเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น การเปลี่ยนแปลงย่อมส่งผลกระทบต่อผลการเรียนของพวกเขา นักเรียนกรอบคิดจำกัดจะมีภาวะถดถอย เกรดของพวกเขาจะร่วงลงทันทีที่ก้าวเข้าสู่ระดับชั้นมัธยม ส่วนนักเรียนมีกรอบคิดเติบโตมีความเชื่อว่าสติปัญญากับความฉลาดสามารถเรียนรู้และพัฒนาได้กลับทำเกรดได้ดีขึ้น ผลการวิจัยเป็นที่ยอมรับสำหรับการเรียนของนักเรียนในทุกระดับชั้น แต่ทั้งนี้ก็ต้องอาศัยความตั้งใจ ความเข้าใจและความพยายามของครูในการถ่ายทอดความคิดในแบบเติบโตนี้ให้กับนักเรียนด้วยการเปลี่ยนแปลงในช่วงเวลาที่เปลี่ยนผ่าน

คลาร์กและซุซา (Clark & Sousa, 2018) กล่าวว่า กรอบคิดเติบโตจะส่งผลให้ผู้เรียนเรียนรู้จากทุกสถานการณ์และนำไปพัฒนาตนเอง แสวงหาโอกาสการเรียนรู้สิ่งใหม่ สะท้อนคิดด้วยตนเองและพยายามพัฒนาให้ดีขึ้น รวมทั้งมีเป้าหมายในการพัฒนาตนเองไปสู่สิ่งที่ดีกว่าเสมอ และประโยชน์ที่สำคัญคือ ผู้เรียนจะมีความสุขในการเรียนรู้

ศูนย์จิตวิทยาการศึกษา (2558) กล่าวว่า เด็กที่มีกรอบคิดเติบโตจะมีความกระตือรือร้นในการเรียน สนุกกับการเรียนรู้ การแก้ไขปัญหา และการพัฒนาสิ่งใหม่ ๆ ที่ท้าทาย

สรุปได้ว่า กรอบคิดเติบโตมีความสำคัญอย่างมาก ในการพัฒนาการเรียนรู้และแสวงหาสิ่งใหม่ ๆ ที่ดีกว่าเดิม ส่งผลต่อการมีเป้าหมายในการเรียนของผู้เรียน มีความกระตือรือร้นในการเรียน สนุกกับการแก้ปัญหา สนุกในการเรียนรู้และพัฒนาสิ่งใหม่ ๆ ที่ท้าทาย จากการศึกษาใน

เด็กพบว่า เด็กที่มีกรอบคิดเติบโตจะประสบความสำเร็จทางการศึกษามากกว่าเด็กที่มีกรอบคิดจำกัด

3.4 ปัจจัยที่ส่งผลต่อกรอบคิดเติบโต

การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนากรอบคิดเติบโต ผู้วิจัยพบปัจจัยที่ส่งผลต่อกรอบคิดเติบโตของวัยรุ่นตอนต้น ดังนี้ (Yeager & Dweck, 2012)

1. เจตคติ เจตคติส่งผลต่อกรอบคิดเติบโตเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นเจตคติที่บุคคลมีต่อสิ่งต่าง ๆ รวมทั้งตนเอง เช่น นักเรียนมีเจตคติว่าตนเองเป็นคนเรียนไม่เก่ง ไม่รู้ว่าตนเองจะเข้าสายการเรียนไหน ทำให้นักเรียนใช้ชีวิตไปเรื่อยเปื่อย ไม่มีความพยายาม ทำให้นักเรียนมีกรอบแนวคิดจำกัด จนไม่สามารถเข้าสายการเรียนที่ตนเองต้องการได้

2. ความเชื่อ การที่บุคคลมีความเชื่อว่าตนเองไร้ความสามารถ ไม่สามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้ แต่ในทางกลับกันถ้าบุคคลเชื่อว่าตนเองมีความสามารถ ย่อมมีความพยายามมุ่งมั่นตั้งใจนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ (Blackwell et al., 2007) เช่น การเข้าสายการเรียนคณิตศาสตร์วิทยาศาสตร์นั้น มีความยากเกินไป ถึงนักเรียนจะมีเกรดเฉลี่ยถึงเป้าหมาย แต่ก็เชื่อว่าตนเองไม่สามารถเรียนได้ ทำให้นักเรียนท้อแท้สิ้นหวัง และไม่สามารถเข้าสายการเรียนคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ได้ในที่สุด แต่ในทางกลับกันถ้านักเรียนเชื่อว่าตนเองสามารถเรียนได้ ย่อมมีการวางแผนการทบทวนบทเรียน ทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อเข้าสายการเรียนคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ได้

National Center on Education and the Economy (2018) ได้กล่าวว่า ความเชื่อของครูส่งผลต่อพฤติกรรมของนักเรียนด้วย ถ้าครูมีความเชื่อว่านักเรียนสามารถพัฒนาตนเองได้ นักเรียนย่อมมีความตั้งใจพยายามพัฒนาตนเองไปด้วย แต่ในทางกลับกันถ้าครูมีความเชื่อว่านักเรียนไม่สามารถพัฒนาตนเองได้ ถึงจะให้นักเรียนทำสิ่งใด ก็ตีตราตัดสินนักเรียน ย่อมทำให้นักเรียนรู้สึกแย่ และมีความท้อถอยในการเรียนรู้ด้วย

สรุปได้ว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อกรอบคิดเติบโต ได้แก่ ทศนคติ ความเชื่อ และพฤติกรรมของบุคคลส่งผลต่อการเกิดกรอบคิดเติบโตและกรอบคิดจำกัด ทั้งนี้ ประสบการณ์ ภูมิหลัง สภาพครอบครัว รวมไปถึงการรับรู้และการทำงานของสมองก็เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกรอบคิดเติบโตเช่นกัน แสดงให้เห็นได้ว่า ความสามารถของบุคคลเพียงอย่างเดียวไม่สามารถอธิบายความเป็นอัจฉริยะและการตั้งเป้าหมายทางการเรียนได้ แต่ทศนคติ ความเชื่อ ความพยายามที่มุ่งมั่นในการพัฒนาความสามารถของตนเองในหลาย ๆ ด้านที่ช่วยพัฒนาการมีเป้าหมาย การวางแผนและทำตาม

แผนที่กำหนด ซึ่งเป็นหนทางในการเรียนรู้ที่ดีสามารถนำพาตนเองไปสู่ความสำเร็จ หัวข้อถัดไป ผู้วิจัยได้ศึกษาการพัฒนากรอบคิดเติบโต

3.5 การพัฒนากรอบคิดเติบโต

การพัฒนากรอบคิดเติบโตนำไปใช้ในวงการต่าง ๆ ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านกีฬา และด้านธุรกิจ สำหรับด้านการศึกษา การพัฒนานักเรียนให้มีกรอบคิดเติบโตจะทำให้ผู้เรียนมีความมุ่งมั่น พยายามในการเรียนรู้ ใช้กระบวนการเรียนรู้ของตนเอง มีวิธีสืบเสาะแสวงหาความรู้ (Weber, 2018)

แนวทางการพัฒนากรอบคิดเติบโตเป็นกลยุทธ์เพื่อความสำเร็จของผู้เรียนตาม 5 ขั้นตอนของ ดเวคและเอลเลียต (Dweck & Elliott, 1983, อ้างถึงใน ธนะดี สุริยะจันทร์หอม & อารยา ปิยะกุล, 2561)

1. การวิเคราะห์ตนเอง (Self-Analysis) เป็นขั้นตอนแรกที่ครูสอนให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ที่ไตร่ตรอง เพื่อเข้าใจถึงข้อดี ข้อด้อยของตนเอง สิ่งที่ต้องพัฒนา เพื่อให้ผู้เรียนรับรู้ข้อดี ข้อด้อย และสิ่งที่ต้องพัฒนาว่าตนนั้นพัฒนาได้ด้วยความพยายาม ซึ่งช่วยเพิ่มศักยภาพของตนเอง

2. วางแผนกำหนดเป้าหมาย (Plan for Goal) ขั้นตอนสองการวางแผนกำหนดเป้าหมาย เมื่อนักเรียนรับรู้ข้อดี ข้อเสีย สิ่งที่ต้องพัฒนาแล้วซึ่งนำมาสู่กระบวนการส่งเสริมนักเรียนในการวางแผนไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ จัดกิจกรรมการเรียนการสอนไปสู่การวางแผนทางการเรียน

3. ลงมือปฏิบัติ (Action) เมื่อมีการกำหนดเป้าหมายและวางแผนเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองจนบรรลุเป้าหมายในการเลือกแผนทางการเรียนก้าวต่อไปด้วยความเชื่อมั่น

4. การสะท้อน (Reflection) นักเรียนสามารถสะท้อนการวิเคราะห์ข้อดี และสิ่งที่ต้องพัฒนาในการวางแผนกำหนดเป้าหมายทางการเรียนด้วยตนเอง

5. ประยุกต์สู่ชีวิตจริง (Apply to real life) ขั้นตอนที่เกิดจากการพัฒนากรอบคิดเติบโต 4 ขั้น ในการกระตุ้นให้ผู้เรียนนำกรอบคิดไปสู่การลงมือปฏิบัติทดลองตามความคิดของผู้เรียน นำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งนักเรียนที่มีความเชี่ยวชาญในกรอบคิดเติบโตพร้อมเรียนรู้ทางการเรียน นักเรียนค้นหาความสนใจของตนเอง มีความสามารถในการวางแผนอย่างเป็นระบบ จัดการงานที่ทำด้วยความสร้างสรรค์ และประสบความสำเร็จในการเรียน

แนวทางการพัฒนากรอบคิดเติบโตของผู้เรียน สามารถจัดกิจกรรมการเรียนรู้สอดแทรก กิจกรรมกระตุ้นกรอบแนวคิดเติบโตควบคู่กันไป (Blackwell et al., 2007) ซึ่งการพัฒนากรอบคิด เติบโตต้องจัดการให้เหมาะสมกับความต้องการของนักเรียนแต่ละคนที่มีความแตกต่างกัน โดยครู คอยสร้างความมั่นใจแก่นักเรียนในการเรียนรู้ และมีการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถ ของผู้เรียน จะทำให้นักเรียนมีกรอบคิดเติบโตเพิ่มสูงขึ้น (Dockterman & Blackwell, 2014)

มาสและเฮิร์ตซ์ (Mraz & Hertz, 2015) ได้เสนอบทบาทของผู้สอนในการพัฒนากรอบคิด เติบโตของนักเรียนไว้ ประกอบด้วย การสนับสนุนให้นักเรียนสนทนากับตนเอง การสนับสนุนให้ นักเรียนได้เรียนรู้ได้ด้วยตนเอง การเปิดโอกาสให้นักเรียนได้กำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเอง การให้นักเรียนได้เห็นความสำคัญและสะท้อนคิดให้นักเรียนนำกรอบคิดเติบโตไปลงมือปฏิบัติจริง ในชีวิตประจำวัน

ซิลเวอร์และสตาร์ฟอร์ด (Silver & Stafford, 2017) ได้เสนอบทบาทของผู้สอนใน การพัฒนากรอบคิดเติบโตของนักเรียน ประกอบด้วย การสนับสนุนให้นักเรียนได้มีการเรียนรู้ด้วย ตนเอง การมีตัวแบบกรอบแนวคิดเติบโต การสร้างความมั่นใจแก่นักเรียน การให้ข้อมูลย้อนกลับ เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้จุดเด่นและนำจุดด้อยมาปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น และมีการประเมินตาม สภาพจริงแก่นักเรียน

จากการพัฒนากรอบคิดเติบโตในช่วงต้น สรุปได้ว่า การพัฒนากรอบคิดเติบโตถูก นำไปใช้ในการเรียน ผู้วิจัยประยุกต์ใช้การพัฒนากรอบคิดเติบโตของดเวก ในการส่งเสริมให้ นักเรียนมีกรอบคิดเติบโต ทำให้ผู้เรียนวิเคราะห์ตนเองได้ มีการวางแผนและความพยายามใน การเรียนรู้ ลงมือปฏิบัติโดยใช้กระบวนการเรียนรู้ของตนเอง ในการเสาะแสวงหาความรู้ สะท้อน ผลจากการปฏิบัติ และนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน โดยสอดแทรกกิจกรรมกระตุ้นกรอบคิด เติบโตให้กับผู้เรียนไปพร้อมกับกิจกรรมกลุ่มที่ผู้สอนพัฒนาให้ผู้เรียนมีกรอบคิดเติบโตจะส่งผล ทำให้ผู้เรียนตั้งเป้าหมายทางการเรียน วางแผนและทำตามแผนที่กำหนดไว้ ทำงานด้วยความเอาใจใส่และเสร็จตามกำหนดเวลา มีความมุ่งมั่น พยายามไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ให้สำเร็จ

3.6 เทคนิคที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น

จากการศึกษาและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับเทคนิคในการพัฒนาโปรแกรม กรอบคิดเติบโต เพื่อเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ได้มี นักวิจัยให้เทคนิคที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต ในการเสริมสร้างเป้าหมาย ทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้กิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

ทีศนา แชมมณี (2545) ได้เสนอการจัดเทคนิคที่ใช้ในกระบวนการกลุ่มไว้หลายวิธี ดังนี้

1. การบรรยาย (Lecture) เป็นการพูดบอกเล่าอธิบาย โดยมีสื่อการสอนและกิจกรรมในการประกอบการบรรยาย (จำเนียร ศิลปวานิช, 2538) ผู้สอนเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้แก่ผู้เรียนศึกษาค้นคว้าเรื่องที่จะบรรยายให้กว้างขวาง จากตำรา วารสาร แหล่งวิทยาการที่เชื่อถือได้ กำหนดโครงสร้างจัดลำดับเนื้อหาเพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ดีที่สุด ภาษา หรือคำอธิบายที่ใช้ในการบรรยายเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจง่าย เตรียมสื่อต่าง ๆ ที่ดึงดูดความสนใจในการบรรยาย เช่น ภาพ วีดิทัศน์ สไลด์ โดยการบอก เล่า หรืออธิบาย ผู้เรียนเป็นฝ่ายฟัง อาจมีการจดบันทึกสาระสำคัญ ในขณะที่ฟังบรรยายและมีโอกาสถาม หรือแสดงความคิดเห็นกับผู้สอนถ้าผู้สอนเปิดโอกาส ให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็น

2. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นการนำเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวัน มาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างให้กับผู้เรียนได้ศึกษา นำเสนอ กรณี เรื่องราว ที่เกิดขึ้นจากความเป็นจริงที่ผู้สอนนำมาดัดแปลงให้สอดคล้องกับเรื่องที่สอน เพื่อให้ผู้เรียนได้ศึกษา วิเคราะห์ ผักผ่อน วิธีการเผชิญกับปัญหา วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งการนำเอากรณีต่าง ๆ ซึ่งคล้ายคลึงกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความจริง ซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียน นอกจากนั้นยังเป็นวิธีการฝึกฝนให้ผู้เรียนเผชิญและแก้ปัญหา โดยไม่ต้องรอให้พบกับปัญหาจริง สอดคล้องกับการศึกษาของ (วัฒนาพร ระงับทุกข์, 2542)

3. การใช้เกม (Game) เป็นการสร้างสถานการณ์หรือเกมการเล่นขึ้นที่มีเนื้อหาและข้อมูลเชิงพฤติกรรม แล้วให้นักเรียนเล่นเกมด้วยตนเองภายใต้เงื่อนไขที่กำหนดไว้ ซึ่งนักเรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อเอาชนะเกมนี้ให้ได้ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนฝึกการแก้ปัญหาและเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ (New Standard Encyclopedia, 1969) ซึ่งบางกิจกรรมเกมที่เล่นคนเดียว สองคน หรือเล่นเป็นกลุ่ม บางเกมเล่นเพื่อความสนุกสนาน ผ่อนคลาย ความตึงเครียด บางเกมช่วยกระตุ้นการทำงานของร่างกายและสมอง ช่วยฝึกทักษะบางส่วนของร่างกายและจิตใจเป็นพิเศษ สอดคล้องกับวรสุดา บุญยโวโรจน์ (2530) เกมเป็นสถานการณ์จำลอง (Simulation Games) จัดขึ้นเพื่อจำลองแบบจากชีวิตจริง หรือคล้ายคลึงสภาพความเป็นจริง โดยกำหนดบทบาท ลักษณะต่าง ๆ ให้จริงตามแบบ เพื่อจุดมุ่งหมายที่จะนำสถานการณ์จำลองนี้ไปใช้ในการศึกษา

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) เป็นการให้นักเรียนแสดงออกตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และเข้าใจประสบการณ์ ซึ่งสถานการณ์จำลองเป็นสถานการณ์จำลองจะประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ที่ซับซ้อนกว่า แต่บทบาทสมมติไม่ยุ่งยาก กะทัดรัด และมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม สถานการณ์จำลองเป็นการเลียนแบบสถานการณ์ในชีวิตจริง (ทีศนา เขมมณี, 2545)

5. การอภิปรายกลุ่มย่อย (Small Group Discussion) เป็นการที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้มีพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และช่วยให้นักเรียนได้มีความรู้และประสบการณ์ที่หลากหลาย และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

จากการศึกษากรอบคิดเติบโตเปรียบเสมือนกลยุทธ์ที่นำนักเรียนไปสู่เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ทำให้ผู้เรียนมีความมุ่งมั่น พยายามในการเรียนรู้ ใช้กระบวนการเรียนรู้ของตนเอง มีวิธีสืบเสาะแสวงหาความรู้ ซึ่งการพัฒนากรอบคิดเติบโต ของดเวค วิเคราะห์ตนเองวางแผนกำหนดเป้าหมาย ลงมือปฏิบัติ การสะท้อน เทคนิคที่ใช้การพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน มีดังนี้ การบรรยาย กรณีตัวอย่าง การใช้เกม สถานการณ์จำลอง และการอภิปรายกลุ่ม

3.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนากรอบคิดเติบโต

นักวิจัยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนากรอบคิดเติบโตไว้ดังนี้

ศิริภาพ โสมาภา (2561) ได้ศึกษาการบริหารหลักสูตรฝึกอบรมเยาวชนเกี่ยวกับแนวคิดเติบโตและการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีคามมุ่งหมายการวิจัย 1) เพื่อศึกษาความเหมาะสมของกระบวนการบริหารหลักสูตรฝึกอบรมเยาวชนเกี่ยวกับแนวคิดเติบโต และการเห็นคุณค่าในตนเอง และ 2) เพื่อศึกษาประสิทธิผลของกระบวนการบริหารหลักสูตรฝึกอบรมเยาวชนเกี่ยวกับแนวคิดเติบโต และการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการศึกษาแบบผสมผสาน (Mixed-Methods) โดยสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน เกี่ยวกับความเหมาะสมและทีมงานผู้ฝึกเข้าร่วมอบรมเยาวชนจำนวน 3 คน สัมภาษณ์ผู้ปกครองจำนวน 10 คน และสอบถามสัมภาษณ์ผู้ปกครองจำนวน 217 คน เยาวชนผู้เข้ารับการฝึกอบรมจำนวน 217 คน ในทัศนะของผู้เชี่ยวชาญภาพรวมกระบวนการมีความเหมาะสม ผู้เชี่ยวชาญเห็นความสำคัญของการนิเทศ เพื่อพัฒนาปรับปรุงหลักสูตรการบริหารฝึกอบรมเยาวชน ผลการสัมภาษณ์ผู้ปกครองและเยาวชนผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกี่ยวกับแนวคิดเติบโตมีค่าเฉลี่ยในระดับมาก (Mean=3.91) และการเห็นคุณค่าในตนเองมีค่าเฉลี่ยในระดับมาก (Mean=3.56)

กอบแก้ว บุญบุตร (2563) การเสริมสร้างชุดความคิดเติบโตของนักเรียนวัยรุ่นด้วยโปรแกรมการศึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ ทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาพร้อมกับกิจกรรมกลุ่มพัฒนาความคิด ผลการศึกษาหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมชุดกรอบคิดเติบโตของนักเรียนวัยรุ่นสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่สถิติที่ระดับ .05

แบล็กเวลล์และคณะ (Blackwell et al., 2007) ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อเกี่ยวกับความฉลาดและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็ก โดยบางกลุ่มนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 เชื่อว่าความฉลาดสามารถเปลี่ยนแปลงได้ กลุ่มที่ 2 เชื่อว่าความฉลาดไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่ 1 คือกลุ่มที่มีความเชื่อแบบ Growth Mindset นั้นมีผลการเรียนวิชาคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มที่มี Fixed Mindset อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเด็กที่มี Growth Mindset มีแนวโน้มประสบความสำเร็จทางการเรียนมากกว่าเด็กที่มี Fixed Mindset

เบอร์เน็ต (J. L. Burnette et al., 2013) ได้ทำการศึกษาอิทธิพลของกรอบคิดและการควบคุมพฤติกรรมของตน (Self-Regulation) ต่อการบรรลุเป้าหมาย (Goal Achievement) ผลการวิจัย พบว่า กรอบคิดเติบโตทำให้บุคคลสามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้ มีความยับยั้งชั่งใจในการกระทำที่ไม่เหมาะสม จนสามารถนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายตามที่กำหนดไว้

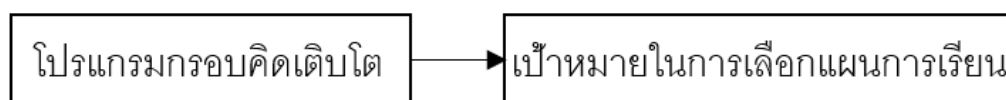
เอสพารซา (Esparza, 2014) ศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีพรสวรรค์ในด้านการเรียนวิทยาศาสตร์จะมีกรอบคิดเติบโต ส่วนนักเรียนที่มีกรอบคิดแตกต่างกันจะมีคุณลักษณะแตกต่างกันหลายประการ เช่น รูปแบบการเรียนรู้ เป้าหมายในชีวิต พฤติกรรมที่แสดงออก เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ท้าทายหรือเมื่อเกิดปัญหา ความสามารถในการเผชิญกับความล้มเหลว ความแตกต่างในการตอบสนองสิ่งต่าง ๆ ส่งผลต่อความพยายามในการพัฒนาตนเองนำไปสู่การประสบความสำเร็จด้านต่าง ๆ ในการเรียน การทำงานและการใช้ชีวิตในแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน

เดวิด (Davis, 2017) ได้ทำการศึกษาการสะท้อนข้อผิดพลาด การเรียนรู้กรอบคิดเติบโตในการเรียนวิชาดนตรี การเรียนรู้จากการสะท้อนข้อผิดพลาดของนักเรียน และการใช้ประสบการณ์ในการเรียนวิชาดนตรี เป็นการสำรวจบทบาทของความผิดพลาดในกระบวนการเรียนรู้ โดยมีเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้จากความผิดพลาด และมีเพื่อนมาช่วยสอนในการเล่นดนตรี นักเรียนที่มีกรอบคิดเติบโตจะตอบสนองต่อความท้าทายด้วยความตื่นเต้นมากกว่าความกลัว ซึ่งเป็นหัวใจของการเรียนรู้ นอกจากนี้ความสำคัญของการไตร่ตรองอย่างรอบคอบเป็นคุณลักษณะสำคัญในการพัฒนาละครเพลง ครูได้สร้างบรรยากาศในการเรียนรู้สนับสนุนให้นักเรียนคิด

วิเคราะห์การแสดงผลและพัฒนากลยุทธ์ในการเอาชนะปัญหา ด้วยการออกแบบห้องเรียนดนตรีทั่วไปให้เป็นสถานที่ที่นักเรียนไม่ยอมรับต้องต่อสู้ในการพัฒนาตนเองและเชื่อมโยงกับการเติบโตทางดนตรีรอบคิดเติบโตช่วยให้นักเรียนทุกคนค้นพบศักยภาพของตนเองได้

4. กรอบแนวคิดในการวิจัย

โปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิดของล๊อค ร่วมกับแนวทางการพัฒนารอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมมาพัฒนาและเสริมสร้างกรอบความคิดให้เป็นแบบเติบโต ทั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดการตั้งเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นไว้ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) ด้านการรับรู้ในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) และ ด้านความมุ่งมั่น (Commitment) เพื่อนำไปสู่สำรวจ ค้นพบ เข้าใจ ความสามารถ ความถนัด บุคลิกภาพ ความสนใจของตนเอง ตลอดจนสามารถทำให้นักเรียนมีกระบวนการตัดสินใจในการเลือกแผนการเรียน เลือกคณะ เลือกสาขา เลือกอาชีพได้ตรงกับนักเรียนให้มากที่สุด เพื่อให้นักเรียนได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง รวมถึงมีกรอบคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง และมีความมุ่งมั่นในการทำเป้าหมายทางการเรียนให้ประสบความสำเร็จ ผู้วิจัยจึงเลือกสร้างโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดการวิจัย

5. สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม พัฒนารอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายทางการเรียน
2. นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายทางในการเลือกแผนการเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนารอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายทางการเรียน สูงกว่ากลุ่มควบคุม

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Design) มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น และทำการเปรียบเทียบผลของโปรแกรมที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม รวมถึงเปรียบเทียบผลของโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. การกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การดำเนินการทดลอง
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 144 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งนักเรียนได้ทำการสมัครเข้าร่วมโปรแกรมด้วยความเต็มใจและได้รับความยินยอมจากผู้ปกครองเป็นที่เรียบร้อยแล้ว จากนั้นผู้วิจัยทำการจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มแบบสุ่ม (Random Assignment) จากนั้นทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจาก 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยผู้วิจัยไม่ให้ทราบว่ากลุ่มใดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มใดเป็นกลุ่มควบคุม จากนั้นผู้วิจัยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Sample Sampling) ด้วยวิธีการจับฉลากเพื่อเลือกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบวัดเป้าหมายทางการเรียน และโปรแกรมการอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น

2.1 ขั้นตอนในการสร้างแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน

แบบวัดเป้าหมายทางการเรียน มีจำนวน 3 ด้าน ได้แก่ การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) การรับรู้ในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) และความมุ่งมั่น ซึ่งแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตรวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายทางการเรียน ได้แก่ การตั้งเป้าหมายทางการเรียน การรับรู้ในความสามารถของตนเอง และความมุ่งมั่น รวมถึงศึกษาวิธีการวัดการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนรูปแบบต่าง ๆ เพื่อนำมาสร้างข้อคำถามในรูปแบบประเมิน

2. สร้างแบบวัดตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนให้มีความสอดคล้องกับความมุ่งหมายของการวิจัยและนิยามปฏิบัติการทั้ง 3 ด้าน โดยศึกษาแนวทางการสร้างข้อคำถามจากแบบวัดเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นของอชิรญา จตุรภัทรไพบูลย์ (2563) โดยกำหนดระดับคุณภาพการประเมินทั้งหมด 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริง

3. นำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน จำนวน 45 ข้อ ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน เพื่อพิจารณาความสอดคล้องของเนื้อหาตามนิยามปฏิบัติการและนิยามศัพท์เฉพาะ มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหา (IOC) ระหว่าง 0.67-1.00 จากนั้นผู้วิจัยนำข้อคำถามมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิ ได้ข้อคำถามจำนวนทั้งสิ้น 30 ข้อ

4. ผู้วิจัยนำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน ไปทดลองเก็บข้อมูล (Tryout) กับนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดกรุงเทพมหานครที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียนมาทำการวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกโดยการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item- Total Correlation) ในแต่ละด้าน ได้ข้อคำถามจำนวนทั้งสิ้น 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.29-0.81 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.93

5. ผู้วิจัยนำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน จำนวน 30 ข้อ ไปเก็บข้อมูลจริงกับนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ตามวันและเวลาที่กำหนดไว้ และทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

2.2 ขั้นตอนในการสร้างโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น

ผู้วิจัยมีการสร้างโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนไว้ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักการ แนวคิด ทฤษฎีกรอบความคิด ทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย และกิจกรรมกลุ่ม เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนในการส่งเสริมกรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนและเหมาะสมกับจุดมุ่งหมายของการวิจัย

2. กำหนดแนวคิดสำคัญ วัตถุประสงค์ และเนื้อหาให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการวิจัย นิยามศัพท์ปฏิบัติการ นิยามศัพท์เฉพาะและประยุกต์ใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิดของลิวค ร่วมกับแนวทางการพัฒนากรอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมมาพัฒนาและเสริมสร้างกรอบความคิดให้เป็นแบบเติบโต ทั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดการตั้งเป้าหมายไว้ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) ด้านการรับรู้ในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) และด้านความมุ่งมั่น (Commitment) มาใช้ในการออกแบบโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น เพื่อนำไปสู่สำรวจ ค้นพบ เข้าใจ ความสามารถ ความถนัด บุคลิกภาพ ความสนใจของตนเอง รวมถึงสามารถทำให้นักเรียนมีกระบวนการตัดสินใจในการเลือกแผนการเรียน เลือกคณะ เลือกสาขา เลือกอาชีพได้ตรงกับนักเรียนให้มากที่สุด เพื่อให้ นักเรียนได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง เพื่อสามารถตั้งเป้าหมายที่พึงประสงค์ในการเลือกแผนการเรียน ซึ่งมีแผนการเรียน จำนวนทั้งสิ้น 7 แผนการเรียน ได้แก่ แผนการเรียนภาษาอังกฤษ-วิทยาศาสตร์ แผนการเรียนภาษาอังกฤษ-คณิตศาสตร์ แผนการเรียนภาษาอังกฤษ-ภาษาฝรั่งเศส แผนการเรียนภาษาอังกฤษ-ภาษาจีน แผนการเรียนภาษาอังกฤษ-ภาษาญี่ปุ่น แผนการเรียนภาษาอังกฤษ-ดนตรีสากล แผนการเรียนภาษาอังกฤษ-ภาษาไทย และวิชา Critical Thinking ซึ่งในโปรแกรมจะประกอบไปด้วย 1) วัตถุประสงค์ของกิจกรรม 2) ระยะเวลาในกิจกรรม 3) ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมและอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม และ 4) การประเมินผลหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังตาราง 2

ตาราง 2 กิจกรรมในโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่น
ตอนต้น

ครั้งที่	กิจกรรม	คุณลักษณะของการเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียน	ทฤษฎี
1	ปฐมนิเทศการสร้างสัมพันธภาพ	-	-
2	ค้นหาตัวตนในการวางแผนทางการเรียน	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	Dweck's Mindset Theory Locke's Goal-Setting Theory
3	การเลือกสายการเรียน	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	Dweck's Mindset Theory Locke's Goal-Setting Theory
4	เชื่อมั่นในตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน	ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)	Dweck's Mindset Theory Locke's Goal-Setting Theory
5	การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย	ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)	Dweck's Mindset Theory Locke's Goal-Setting Theory
6	มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ	ความมุ่งมั่น (Commitment)	Dweck's Mindset Theory Locke's Goal-Setting Theory
7	ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความเพียรพยายามนำไปสู่เป้าหมาย	ความมุ่งมั่น (Commitment)	Dweck's Mindset Theory Locke's Goal-Setting Theory
8	ปัจฉิมนิเทศ	-	-

3. นำโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น นำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิเฉพาะด้าน เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และพิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหาในกิจกรรม ได้แก่ กระบวนการจัดกิจกรรม เช่น ชื่อกิจกรรม ระยะเวลาในแต่ละช่วงกิจกรรมจัดลำดับกิจกรรม ทักษะที่พัฒนาในแต่ละกิจกรรม รวมถึงอุปกรณ์สื่อการสอน

4. นำโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ไปให้อาจารย์ผู้ทรงวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ 2 ท่าน อาจารย์สาขาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา 1 ท่าน โดยทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) และความเหมาะสมของโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน โดยมีค่าเฉลี่ย IOC อยู่ระหว่าง 0.83-1.00 และค่าเฉลี่ยของความสอดคล้องของกิจกรรมย่อย อยู่ระหว่าง 0.67-1.00

5. ปรับปรุงแผนโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิ

6. นำโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มทดลอง เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของโปรแกรม

7. ปรับปรุงโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ก่อนนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองจริง

3. การดำเนินการทดลอง

การทดลองในการวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Design) โดยใช้ในการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง จำนวน 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม จำนวน 1 กลุ่ม โดยผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียนในระยะเวลาก่อนการทดลองซึ่งทดสอบความเท่าเทียมแล้วพบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน จากนั้นดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลอง จำนวน 8 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมนั้นมีการจัดการเรียนการสอนในวิชาแนะแนวตามปกติ เมื่อการทดลองเสร็จสิ้น ผู้วิจัยให้ทั้งสองกลุ่มทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียนหลังการทดลอง(Randomized Pretest-Posttest Control Group Design) โดยมีแผนการทดลอง ดังตาราง 3

ตาราง 3 แบบแผนการทดลองที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่ม	การทดสอบก่อน	การทดลอง	การทดสอบหลัง
กลุ่มทดลอง	O1	X	O2
กลุ่มควบคุม	O1	~X	O2

เมื่อ	O1	แทน	การตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อนการทดลอง
	O2	แทน	การตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนหลังการทดลอง
	X	แทน	เข้าร่วมโปรแกรม
	~X	แทน	ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

การดำเนินการทดลองนี้เป็นเวลา 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้งและสัปดาห์สุดท้าย 2 ครั้ง รวมทั้งหมดจำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที โดยก่อนเริ่มการทดลอง ผู้วิจัยนำแบบเสนอโครงการวิจัยเพื่อขอการรับรองพิจารณาโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G- 198/2565E ที่ทำในมนุษย์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และเมื่อผู้วิจัยได้รับหนังสือรับรองพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการติดต่อกับโรงเรียนเอกชน เพื่อดำเนินการทดลองและเก็บข้อมูลกับกลุ่มทดลองโดยเก็บข้อมูลการวิจัยตามที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด ทั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิในการถอนตัวจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบเหตุผลล่วงหน้า ซึ่งรายละเอียดการดำเนินการทดลองมีดังนี้

1. ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจากประชากร ได้แก่ เป็นนักเรียนวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยทำการจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มแบบสุ่ม (Random Assignment) จากนั้นทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจาก 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยผู้วิจัยไม่ให้ทราบว่ากลุ่มใดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มใดเป็นกลุ่มควบคุม จากนั้นผู้วิจัยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Sample Sampling) ด้วยวิธีการจับฉลากเพื่อเลือกกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน เพื่อเข้าร่วมโปรแกรมรอบคิดติบโต เพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน ที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

2. ทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) โดยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน ซึ่งผู้วิจัยได้ทดสอบความเท่าเทียมแล้วพบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

3. ดำเนินการทดลองด้วยโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน กับกลุ่มทดลองตามแผนการทดลองที่ได้กำหนดไว้ เริ่มกิจกรรมในเวลา 11.00-12.00 น. ซึ่งกลุ่มทดลองได้รับประทานอาหารกลางวันเรียบร้อยแล้วในเวลา 10.45 น. โดยขณะทำกิจกรรมของกลุ่มทดลองนั้นจะมีการบันทึกภาพ หลังจบกิจกรรมทุกครั้งจะทำการสรุปกิจกรรมและ Reflection ในแต่ละวัน โดยการสอบถามเด็กแต่ละคนและทำการบันทึกโดยผู้วิจัย ส่วนกลุ่มควบคุมนั้นดำเนินกิจกรรมแนะแนวตามตารางเรียนปกติ

4. สรุปกิจกรรมและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมและพฤติกรรมของเด็กแต่ละคน ทำการจดบันทึกการดำเนินกิจกรรมในแต่ละครั้ง ปัญหาที่พบและแนวทางการแก้ไข

5. เมื่อสิ้นสุดการทดลองทั้งหมด 8 ครั้ง ในครั้งสุดท้ายนักเรียนจะทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน โดยผู้วิจัยขอให้นักเรียนกลุ่มทดลองทบทวนตนเองจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ผ่านมาว่ามีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาในด้านใดบ้าง และให้ทำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนแบบเดียวกับที่ทดสอบก่อนการทดลอง (Posttest) ทั้งนี้ ผู้วิจัยให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดนี้ด้วยเช่นกัน จากนั้นทำการตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของแบบวัด จากนั้นนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

4. การจัดทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการต่างๆ ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมโดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยแบบไม่เป็นอิสระจากกัน (t-test for Dependent Samples)

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการใช้สถิตินอนพาราเมตริกซ์ด้วยแมน-วิทนีย์ ยู (Mann-Whitney U)

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 สถิติพื้นฐาน ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

3.2 สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ได้แก่

3.2.1 การหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยใช้ สูตรการวัดดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC)

3.2.2 การหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น โดยการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับภาพรวม (Item-Total Correlation) ซึ่งหาได้จากสูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product-Moment Coefficient Correlation)

3.2.3 การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นทั้งฉบับหาได้จากสูตรสัมประสิทธิ์ของแอลฟาของครอนบาค (Coefficient Cronbach's Alpha)

3.3 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน มีดังนี้

3.3.1 การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมโดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยแบบไม่เป็นอิสระจากกัน (t-test for Dependent Samples)

3.3.2 การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการใช้นอนพาราเมตริกซ์ด้วยแมน-วิทนีย ยู (Mann-Whitney U)

บทที่ 4

การวิเคราะห์ข้อมูล

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Design) มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนากรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้กระบวนการโดยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิดของล๊อค ร่วมกับแนวทางการพัฒนากรอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมมาพัฒนาและเสริมสร้างกรอบความคิดให้เป็นแบบเติบโต ทั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดการตั้งเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นไว้ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) ด้านการรับรู้ในความสามารถตนเอง (Self-Efficacy) และ ด้านความมุ่งมั่น (Commitment) เพื่อนำไปสู่สำรวจ ค้นพบ เข้าใจ ความสามารถ ความถนัด บุคลิกภาพ ความสนใจของตนเอง ตลอดจนสามารถทำให้นักเรียนมีกระบวนการตัดสินใจในการเลือกแผนการเรียน เลือกคณะ เลือกสาขา เลือกอาชีพได้ตรงกับนักเรียนให้มากที่สุด เพื่อให้นักเรียนได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง รวมถึงมีกรอบคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง และมีความมุ่งมั่นในการทำเป้าหมายทางการเรียนให้ประสบความสำเร็จ ผู้วิจัยจึงเลือกสร้างโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น ผู้วิจัยออกแบบการทดลองโดยใช้แผนการทดลองแบบมีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling) มีการวัดผลก่อนการทดลอง (Pre-Test) และหลังการทดลอง (Post-Test) จากนั้นจึงนำทำการเปรียบเทียบผลหลังการเข้าร่วมกิจกรรมของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยผลการวิเคราะห์มีดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

ผู้วิจัยแบ่งส่วนของผลการพัฒนากรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน โดยใช้การตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนเป็น 3 ส่วนตามลำดับขั้นตอน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ผลการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อการพัฒนากรอบคิดเติบโตในนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น ผ่านการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนโดยใช้โดยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิดของล๊อค ร่วมกับแนวทางการพัฒนากรอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักการดำเนินกิจกรรมมาพัฒนาและเสริมสร้างกรอบความคิดให้เป็นแบบเติบโต ส่วนที่ 2 ผลการตรวจสอบคุณภาพและความเหมาะสมของกิจกรรมกรอบคิดเติบโตโดยใช้กระบวนการกรอบคิดเติบโต 5 ขั้นโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน และส่วนที่ 3 ผลของการปรับปรุงกิจกรรมกรอบคิดเติบโต

โดยใช้กระบวนการกรอบคิดเติบโต 5 ขั้นที่ใช้ในการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญและการทดลองใช้กิจกรรม (Tryout) มีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนในเด็กวัยรุ่นตอนต้น ผ่านกิจกรรมการพัฒนากรอบคิดเติบโตโดยใช้กระบวนการกรอบคิดเติบโต 5 ขั้น

ผู้วิจัยศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกรอบคิดเติบโตและกิจกรรมในการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนต่าง ๆ ที่ช่วยพัฒนากรอบคิดเติบโตในวัยรุ่นตอนต้น เพื่อนำมาออกแบบกิจกรรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนโดยใช้กระบวนการกรอบคิดเติบโต 5 ขั้น ที่ใช้พัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเลือกสายทางเรียน โดยผู้วิจัยนำเสนอในส่วนของความหมาย ทฤษฎี และองค์ประกอบพื้นฐานของการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ในวัยรุ่นตอนต้นและแนวคิด ทฤษฎี และความหมายของกรอบคิดเติบโตโดยใช้กระบวนการกรอบคิดเติบโต 5 ขั้นของดเวทที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนในวัยรุ่นตอนต้น มีดังนี้

1. ความหมาย ทฤษฎี และองค์ประกอบพื้นฐานของการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

เป้าหมาย หมายถึง การที่บุคคลกำหนดความต้องการและปรารถนาของตนเอง จากนั้นมีความเชื่อว่าตนเองมีความรู้ความสามารถ มีความมุ่งมั่นตั้งใจพยายามในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้และการให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างเหมาะสม ซึ่งเป้าหมายจะเป็นพลังให้บุคคลนั้นมุ่งสู่นาคตที่คิดวางแผนไว้ และดำเนินชีวิตตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ การตั้งเป้าหมายและการรับรู้ถึงผลการปฏิบัติจะเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลเกิดความพยายามในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ประสบผลสำเร็จ ประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมาย ได้แก่ ความยากและความเฉพาะเจาะจง (Difficulty & Specificity) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ความมุ่งมั่น หรือพันธะผูกพัน (Commitment) โดยการตั้งเป้าหมายนั้นส่งผลให้นักเรียนได้สำรวจความคิดผ่านทางประสบการณ์หรือการรับรู้เพื่อค้นหาความต้องการของตนเอง เมื่อได้คิดและค้นหาความต้องการแล้ว จะเกิดเป้าหมายขึ้น บุคคลจะให้คุณค่าแก่เป้าหมาย ประกอบกับการมีอารมณ์หรือความรู้สึกที่มุ่งมั่นและตั้งใจเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยยังพบว่า การตั้งเป้าหมายมีความสำคัญอย่างมากต่อการเลือกแผนการเรียนในวัยรุ่นตอนต้น เนื่องจากเด็กวัยรุ่นนี้เป็นวัยแล้วเรียนในการให้ความสำคัญต่อการวางแผนและเป้าหมายการศึกษาต่อ

ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในการเลือกสายการเรียน และเป็นวัยสำคัญของการวางรากฐานในการเข้าใจตนเองว่า เป้าหมายทางการศึกษาเป็นสิ่งสำคัญ หากนักเรียนมีเป้าหมายทางการศึกษาที่ระดับยากปานกลาง ตั้งอยู่บนฐานความเป็นไปได้ จะทำให้เกิดแรงจูงใจ เกิดการวางแผนไปสู่เป้าหมายได้ ขณะเดียวกันหากนักเรียนขาดเป้าหมายทางการศึกษาอาจจะใช้เวลาไปกับสิ่งยั่วยุ ขาดความกระตือรือร้นในการเรียน ส่งผลให้ขาดความรับผิดชอบในการเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลง และไม่สามารถเลือกเรียนในสายวิชาที่ตนเองต้องการได้

2. ตารางกิจกรรมโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนกิจกรรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน โดยใช้กระบวนการของกรอบคิดเติบโต 3 องค์ประกอบ ประกอบด้วย ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) ด้านการรับรู้ในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) และด้านความมุ่งมั่น (Commitment) ซึ่งแต่ละกิจกรรมจะพัฒนากรอบคิดเติบโตของเดวทุกองค์ประกอบ โดยมีกิจกรรมทั้งหมด 8 ครั้ง ดังตาราง 4

ตาราง 4 โปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

ลำดับ	ชื่อกิจกรรม	คำอธิบายกิจกรรม
1	ปฐมนิเทศการสร้างสัมพันธภาพ	การใช้กิจกรรมกลุ่มสร้างสัมพันธภาพ การฟังอย่างตั้งใจ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข
2	ค้นหาตัวตนในการวางแผนทางการเรียน	การเห็นถึงความสำคัญของการวางแผนทางการเรียนและวางแผนทางการเรียนของตนเองได้อย่างเหมาะสม
3	การเลือกสายการเรียน	การมีตัวแบบในการเลือกสายการเรียนของตนเอง
4	เชื่อมั่นในตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน	การมีความเชื่อมั่นในตนเอง โดยการระดมสมอง การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การอภิปรายกลุ่มย่อย สามารถนำไปสู่การเลือกสายการเรียนนั้นได้มาก
5	การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย	การเห็นความสำคัญของการควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
6	มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายการเรียนที่ต้องการ	การมีความมุ่งมั่นในการเรียน เพื่อนำไปสู่แผนการเรียนที่ต้องการ
7	ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความเพียรพยายามนำไปสู่เป้าหมาย	การเห็นความสำคัญของความพยายามด้านการเรียนไปสู่เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
8	ปัจฉิมนิเทศ	การทบทวน สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ การพัฒนากรอบคิดเติบโตในการตั้งเป้าหมายทางการเรียน

การทำโปรแกรมกรอบคิดเติบโตจะเริ่มจากการปูพื้นฐานให้นักเรียนได้เรียนรู้กรอบคิดเติบโตเป็นอย่างไร ใครเป็นเจ้าของทฤษฎี เริ่มจากนักเรียนสร้างสัมพันธภาพรู้จักกันและกันและเปิดใจในการเรียนรู้ นำไปสู่โปรแกรมในกิจกรรมครั้งที่ 2-3 การค้นหาตัวตนในการวางแผนทางการเรียน การเลือกสายการเรียน นำไปสู่ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน ทำให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการวางแผนทางการเรียน และมีตัวแบบในการเลือกสายการเรียนของตน

กิจกรรมครั้งที่ 4-5 เมื่อนักเรียนได้สำรวจและรับรู้แล้วว่าตนเองอยากเข้าสายการเรียนอะไร นำเข้าสู่การสร้างความเชื่อมั่น และการลงมือปฏิบัติเพื่อเป็นแนวทางให้นักเรียนมีความมั่นใจและควบคุมตนเองไปสู่เป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

กิจกรรมครั้งที่ 6-7 นักเรียนมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน มีความมุ่งมั่นในการเรียนรู้ เห็นความสำคัญของความพยายามด้านการเรียน สามารถพัฒนากรอบคิดเติบโตของตนเองเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองในเชิงบวก นำไปสู่แผนการเรียนที่ต้องการ



ตาราง 5 โปรแกรมกรอบความคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

วัตถุประสงค์		การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<p>1. เพื่อให้ไม่มีการสร้างสัมพันธภาพ มีความคุ้นเคย และสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ได้ทั้งก่อนและหลัง เข้าใจ เตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมโปรแกรม</p>		<p>1. ผู้วิจัยสังเกตการให้ความร่วมมือในการร่วมกิจกรรมและการตอบคำถามในประเด็นต่าง ๆ</p> <p>2. ผู้วิจัยสังเกตจากสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยและนักเรียน</p>	<p>1. คอมพิวเตอร์ 300 บอร์ด IPAD</p> <p>2. ปากกา ดินสอและยางลบ</p>	60 นาที
กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศการสร้างสัมพันธภาพ				
วัตถุประสงค์		การเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียน		
<p>กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศการสร้างสัมพันธภาพ</p>		<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p>	<p>ความเชื่อในความสามารของตนเอง (Self-Efficacy)</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>
ขั้นนำ 5 นาที				
<p>1. ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนในกลุ่ม โดยเริ่มต้นแนะนำตนเองให้นักเรียนและผู้วิจัยรู้จักและให้นักเรียนแนะนำตนเองรอบกลุ่ม (The name round) เพื่อเป็นการเริ่มต้นให้นักเรียนได้รู้จักและมีการคุ้นเคยกันก่อน</p> <p>2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนากรอบความคิดเติบโตให้นักเรียนด้วยรุ่น และสอบถามความคาดหวังของการเข้าร่วมกิจกรรม ประโยชน์จากการเข้าร่วม รวมถึงระยะเวลาและช่องทางการเข้าเรียนออนไลน์ผ่านโปรแกรม Microsoft Team</p>				
ขั้นดำเนินการ (45 นาที)				
<p>1. ผู้วิจัยจัดกิจกรรม Touch and Talk จากเทคนิค 30 คำถาม (Okul อรเจิญยศี, 2560) เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนและภาคีการประเมินผ่านการใช้คำถาม ให้นักเรียนเกิดความรู้สึกไว้วางใจ มีความกล้าที่จะเปิดเผยเรื่องราว ความรู้สึก และประสบการณ์ และประสบการณ์ส่วนตัว ให้ข้อมูลย้อนกลับนำไปสู่การพัฒนาตนเอง โดยมีวิธีการดังนี้</p> <p>1.1 ผู้วิจัยเตรียมการเปิดแผ่นป้ายออนไลน์ให้ชื่อคำถามส่งแผ่นป้ายจำนวน 30 ข้อ จากนั้นอธิบายกติกา โดยบอกว่าแผ่นป้ายออนไลน์จะมีคำถามจำนวน 30 คำถาม ให้นักเรียนแต่ละคนเลือกตัวและตอบคำถามไปเรื่อย ๆ จนครบทุกคน จากนั้นตอบคำถาม ให้นักเรียนคนถัดไปเลือกแผ่นป้ายและตอบคำถามไปเรื่อย ๆ จนครบทุกคน</p> <p>1.2 ในระหว่างจัดกิจกรรม ผู้วิจัยและนักวิจัยสามารถใช้คำถามเพิ่มเติมเพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก การแลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์ และการให้ข้อมูลย้อนกลับ</p>				
ขั้นสรุป 10 นาที				
<p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้เรียนรู้</p> <p>2. ผู้วิจัยกล่าวสรุปประเด็นสำคัญของการทำงานกิจกรรม และนัดหมายวัน-เวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งต่อไป</p>				

วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<p>กิจกรรมที่ 2 กรอบคิดเติบโตนำไปสู่การวางแผนทางการเรียน</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการวางแผนทางการเรียน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนสำรวจ วิเคราะห์ ข้อดี สิ่งของตนเองต้องพัฒนาต่อการเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียน 	<p>การประเมิน</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตจากภาพการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ และการสะท้อนความเข้าใจ 2. การให้ความสนใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรม และสามารถอธิบายความสำคัญการเปลี่ยนแปลงและพัฒนากรอบคิดได้ 3. พิจารณาระยะย้อนกลับ (Reflection) จากการทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Forms เป้าหมายทางการเรียน 2. คลิปวิดีโอ เรื่อง "Growth Mindset for students" 3. คลิปวิดีโอ เรื่อง "Growth Mindsets. Fixed Mindset" 4. Power point กรอบความคิด (Mindset) 5. ใบงานที่ 1 My Mindset 6. แบบวัดการเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียน 	80 นาที
<p>กิจกรรม</p> <p>กิจกรรมที่ 2 สำรวจกรอบคิดเติบโต ในการวางแผนทางการเรียน</p> <p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับนักเรียนและบอก Big Picture (ภาพรวมในการเรียน) ในครั้งนี้ 2. ผู้วิจัยส่งแบบวัดการเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียนให้นักเรียนสำรวจกรอบคิดของตนเอง <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยเปิดคลิปวิดีโอเรื่อง "Growth Mindset for students" ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับกรอบคิดที่พัฒนาได้ (Growth Mindset) กรอบคิดแบบจำกัด(Fixed Mindset) ที่ส่งผลต่อการเรียน นักเรียนคิดว่าใครใช้และใครใช้กรอบคิดที่พัฒนาได้ (Growth Mindset) กรอบคิดแบบจำกัด(Fixed Mindset) 2. ผู้วิจัยอธิบายอภิปรายแนวทางการพัฒนาตนเองให้แก่นักเรียน ด้วยการอธิบายพร้อมนำเสนอ Power Point เรื่อง กรอบความคิด (Mindset) <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียน Reflection ซึ่งให้นักเรียนพัฒนาเชื่อมโยงกับการเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียนที่นักเรียนวางแผนไว้ 	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>ความสำคัญของกรอบคิดที่พัฒนาได้ที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถของตนเองในวิชาต่างๆ และในการดำรงชีวิตที่ก้าวข้ามผ่านอุปสรรคความท้าทายที่เราเจอ ความสามารถ สามารถพัฒนาตนเองได้อย่าง โดยการเปิดคิดเติบโตเรื่อง "Growth Mindset vs. Fixed Mindset"</p>	<p>กรอบคิดเติบโตนำไปสู่การวางแผนทางการเรียน (Self-Efficacy)</p> <p>นำเข้าสู่บทเรียนกล่าวถึงกรอบคิด กรอบคิดเติบโต กรอบคิดจำกัด การเข้าใจในความคิดและมุมมองของตนเองและผู้อื่น</p> <p>ผู้วิจัยตอบถามนักเรียนว่า "จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ให้นักเรียนวิเคราะห์ ข้อดี ข้อเสีย ซึ่งต้องพัฒนาเกี่ยวกับการเรียน โดยให้นักเรียนเขียนขึ้นที่ใบงาน นำมาวางแผนใบงาน เป้าหมายทางการเรียนของชั้น</p> <p>วิเคราะห์ข้อดี สิ่งที่ต้องพัฒนา และเป้าหมายการเข้าแผนการเรียนที่นักเรียนเลือกไว้หรือไม่</p>	ความมุ่งมั่น (Commitment)

ตาราง 5 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 3 การวางแผนเลือกสถานศึกษาเรียน		สื่อการเรียนรู้	เวลา
วัตถุประสงค์	การประเมิน		
<p>1. เพื่อให้ นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการเลือกแผนการเรียน</p> <p>2. เพื่อให้ นักเรียนมีส่วนร่วมในการเลือกสถานศึกษาของตนเอง</p>	<p>1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ</p> <p>2. พิจารณาสะท้อนกลับ (Reflection) จากการทำให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเลือกสถานศึกษาเรียน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 2.1 การเลือกสถานศึกษาเรียนของชั้น</p> <p>3. ใบความรู้ 2.2 เรื่อง My idol's goal setting in studying</p> <p>4. Padlet</p>	80 นาที
กิจกรรม			
กิจกรรมที่ 3 การวางแผนเลือกสถานศึกษาเรียน	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	การวางแผนเลือกสถานศึกษาเรียน	ความมุ่งมั่น (Commitment)
ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)			
<p>1. ผู้จัดให้นักเรียนกลุ่มคนคอยร่วมกิจกรรม โดยให้นักเรียนหลับตาและเปิดดวงตา ๗ กลุ่มคนคอยร่วมให้นักเรียนมีอารมณ์ร่วมกับคนละสี่ถึงห้านาที ก่อนกลายเป็นเวลา 1 นาทีและให้นักเรียนตื่นตาตื่น</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้จัดเปิดโปรแกรม Padlet</p> <p>2. ผู้จัดกดแชร์ Padlet</p> <p>3. ผู้จัดแจกใบงานเรื่อง การเลือกสถานศึกษาเรียนของตัวเอง</p> <p>4. ผู้จัดให้นักเรียนได้เข้าถึง ใบงาน การเลือกสถานศึกษาเรียนของตัวเอง</p> <p>ขั้น ใจที่เชื่อม ๗ ใบกลุ่มหนึ่ง และให้เพื่อนให้กำลังใจซึ่งกันและกัน</p> <p>5. แจกใบความรู้เรื่อง My idol's goal setting in studying ให้</p> <p>เวลาพักเรียนอ่าน 2-3 นาที และถามว่า เมื่ออ่านจบแล้ว มีความคิดและความรู้สึกอย่างไรกับงานที่ได้อ่าน</p> <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้จัดให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเลือกสถานศึกษาเรียน</p> <p>2. ผู้จัด Perfecton นักเรียนผู้ถืออย่างไว้กับกิจกรรมนี้ และได้เรียนรู้จะใช้จากกิจกรรมนี้</p>	<p>ผู้จัดกล่าว Big Picture ในการเรียนรู้ครั้งนี้เกี่ยวกับความเชื่อในความสามารถของตนเอง</p> <p>เกี่ยวกับกิจกรรมวางแผนในการเลือกสถานศึกษาเรียน</p> <p>เพื่อให้ นักเรียนได้เรียนรู้ข้อดีจากสถานศึกษาตามคณะที่กำหนดให้ และมีข้อสงสัยความสนใจของนักเรียน และให้นักเรียนได้สำรวจตนเองจากเรียนคณะใด ให้นักเรียนได้เขียนการเลือกสถานศึกษาเรียนของชั้น</p>	<p>ให้นักเรียนรู้สึกเชื่อในความสามารถของนักเรียน และนักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการเลือกสถานศึกษาเรียน ผู้จัดบอกถึงความสำคัญของการเลือก โดยเฉพาะการเลือกแผนทางการเรียน</p>	<p>ให้นักเรียนเขียนความสำคัญของการเลือกสถานศึกษาเรียนว่าสำคัญกับตนเองอย่างไร</p>

ตาราง 5 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 3 การวางแผนเลือกสายการเรียน		สื่อการเรียนรู้	เวลา
วัตถุประสงค์	การประเมิน		
<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนเห็นถึงความสำคัญของการเลือกแผนการเรียน</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เรียนมีรูปแบบในการเลือกสายการเรียนของตนเอง</p>	<p>1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ</p> <p>2. ทักษะภาวะสะท้อนกลับ (Reflection) จากการทำนักเรียนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเลือกสายการเรียน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 2.1 การเลือกสายการเรียนของชั้น</p> <p>3. ใบความรู้ 2.2 เรื่อง My idol's goal setting in studying</p> <p>4. Padlet</p>	80 นาที
กิจกรรม			
กิจกรรมที่ 3 การวางแผนเลือกสายการเรียน		การวางแผนเลือกสายการเรียน	ความมุ่งมั่น (Commitment)
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนถ่ายทอดการเข้าร่วมกิจกรรม โดยให้นักเรียนตอบและเปิดเพลงเบา ๆ ก่อนคลายอารมณ์ให้นักเรียนมีโอกาสร่วมไปกับดนตรีที่ฟังหวนรำลึก ๆ ก่อนคลายเป็นเวลา 1 นาทีและให้นักเรียนคืนตัวขึ้น</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยเปิดโปรแกรม Padlet</p> <p>2. ผู้วิจัยกดแชร์ Padlet</p> <p>3. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง การเลือกสายการเรียนของชั้น</p> <p>4. ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เล่าถึง ใบงาน การเลือกสายการเรียนของชั้น ให้เพื่อน ๆ ในกลุ่มฟัง และให้เพื่อนที่กำลังฟังเสียงกันและกัน</p> <p>5. แจกใบความรู้เรื่อง My idol's goal setting in studying ให้เวลานักเรียนอ่าน 2-3 นาที และถามว่า เมื่ออ่านจบแล้ว มีความคิดและความรู้สึกอย่างไรกับใบงานที่ได้อ่าน</p> <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเลือกสายการเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัย Reflection นักเรียนผู้ใดอย่างไรกับกิจกรรมนี้ และได้เรียนรู้ได้จากกิจกรรมนี้</p>		<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>การวางแผนเลือกสายการเรียน</p> <p>ความเชื่อใจในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนถ่ายทอดการเข้าร่วมกิจกรรม โดยให้นักเรียนตอบและเปิดเพลงเบา ๆ ก่อนคลายอารมณ์ให้นักเรียนมีโอกาสร่วมไปกับดนตรีที่ฟังหวนรำลึก ๆ ก่อนคลายเป็นเวลา 1 นาทีและให้นักเรียนคืนตัวขึ้น</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยเปิดโปรแกรม Padlet</p> <p>2. ผู้วิจัยกดแชร์ Padlet</p> <p>3. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง การเลือกสายการเรียนของชั้น</p> <p>4. ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เล่าถึง ใบงาน การเลือกสายการเรียนของชั้น ให้เพื่อน ๆ ในกลุ่มฟัง และให้เพื่อนที่กำลังฟังเสียงกันและกัน</p> <p>5. แจกใบความรู้เรื่อง My idol's goal setting in studying ให้เวลานักเรียนอ่าน 2-3 นาที และถามว่า เมื่ออ่านจบแล้ว มีความคิดและความรู้สึกอย่างไรกับใบงานที่ได้อ่าน</p> <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเลือกสายการเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัย Reflection นักเรียนผู้ใดอย่างไรกับกิจกรรมนี้ และได้เรียนรู้ได้จากกิจกรรมนี้</p>		<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>การวางแผนเลือกสายการเรียน</p> <p>ความเชื่อใจในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>

ให้นักเรียนเขียนความสำคัญของการเลือกสายการเรียนว่าสำคัญกับตนเองอย่างไร

ให้นักเรียนรู้สึกเชื่อใจในความสามารถของนักเรียน และนักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการเลือกสายการเรียน ผู้วิจัยบอกถึงความสำคัญของการเลือก โดยเฉพาะการเลือกแผนทางการเรียน

ตาราง 5 (ต่อ)

วัตถุประสงค์	วิธีการเรียนรู้	เวลา
<p>กิจกรรมที่ 4 เชื่อมโยงตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนค้นคว้าข้อดีข้อเสียความเป็นเพื่อนำไปสู่การวางแผนทางการเรียน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองสามารถนำไปสู่การเลือกสายเรียนนั้นๆ ได้มาก 	<p>การประเมิน</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วม กิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ 2. พิจารณาสะท้อนกลับ (Reflection) จากการทำให้นักเรียนเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน 	<p>60 นาที</p>
<p>กิจกรรม</p> <p>กิจกรรมที่ 4 เชื่อมโยงตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน</p>	<p>เรื่องนำไปตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน</p> <p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p>	<p>ความเชื่อในความสามรถของตนเอง</p> <p>(Self-Efficacy)</p> <p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน 2. ผู้วิจัยถามนักเรียนถึงการร่วมกิจกรรมกลุ่มในครั้งที่ผ่านมาเกี่ยวกับอาชีพที่นักเรียนสนใจ <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามคณะที่สนใจ 2. จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนมาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่สอดคล้องถึงคณะที่ตนเองสนใจ และแผนการเรียนที่สอดคล้อง 3. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง การนำไปสู่เป้าหมาย 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น 	<p>กล่าว Big Picture ในการเรียนครั้งนี้ นักเรียนมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง เพื่อทำตามเป้าหมายได้ และมีความสามารถในการควบคุมตนเองตามเป้าหมายที่กำหนด</p> <p>นักเรียนเข้ากลุ่มและช่วยกันค้นหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตเกี่ยวกับคณะที่ในอุดมคติใจ คณะนั้นที่กลุ่มของนักเรียนเลือกนั้นต้องเข้าสายการเรียนอะไร ผู้วิจัยให้นักเรียนค้นหาข้อมูล 5 นาที เรียนหาข้อมูล เขียน Mind mapping ส่งตัวแทนกลุ่มมานำเสนอ</p>	<p>นักเรียนได้ตั้งมือทำ</p> <p>นักเรียนผ่านการเรียนของตนเอง ใช้</p> <p>นักเรียนได้ตั้งมือทำ</p> <p>นักเรียนแสดงความคิดเห็นในเรื่อง การนำไปสู่เป้าหมาย (คณะที่ใช่ มหาวิทยาลัยที่ชอบ) ของตนเอง</p> <p>โดยเชื่อมโยงความเชื่อมั่นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน</p>
<p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมตามความถี่หลังจากการทำกิจกรรม 2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 		

ตาราง 5 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 5 การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเอง		สื่อการเรียนรู้	เวลา
วัตถุประสงค์	การประเมิน		
<p>1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมายทางการเรียน</p> <p>2. เพื่อให้ให้นักเรียนมีแนวทางในการควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมายทางการเรียนที่ตั้งใจ</p>	<p>1. ผู้วิจัยสังเกตจากความสนใจ ใฝ่ใจ แสดงความคิดเห็น การร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยกล้าซักถาม และกล้าให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม และการตอบคำถาม</p> <p>2. ผู้วิจัยสังเกตจากการเขียนในงาน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 4 กฎการควบคุมตนเองด้านการเรียน</p>	80 นาที
กิจกรรม			
กิจกรรมที่ 5 การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย	ความมุ่งมั่น (Commitment)
<p>1. ผู้วิจัยกล่าวถึงทฤษฎีการเรียนรู้</p> <p>2. ผู้วิจัยร่วมกับทพจนการเข้าร่วมกลุ่มเตรียมสร้างเป้าหมายทางการเรียน</p> <p>ขั้นตอนการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนกฎให้ตัวเอง (Writing Your Own Rules)</p> <p>2. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียน</p> <p>3. ผู้วิจัยสรุปนักเรียนว่า กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียน "กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียนนั้นพวกเขาเป็นคนเขียนขึ้นมาเองเลย เพราะฉะนั้นขอให้ทุกคนทำตามกฎของตัวเอง ชื่อสัจฉีกับตัวเองเพื่อเป็นการควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมายทางการเรียนให้สำเร็จ"</p>	<p>กล่าว Big Picture ในการเรียนครั้งนี้ เพื่อให้ให้เห็นความสำคัญของการควบคุมตนเอง</p> <p>นักเรียนมุ่งมาะในการดำเนินตามแผน</p> <p>เป้าหมายและทำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้</p> <p>- เพื่อให้นักเรียนได้ตั้งกฎของตัวเองเพื่อเป็นแนวทางในการควบคุมตัวเองด้านการเรียน</p>	<p>- ใบครั้งที่ 4 หลังจากนี้ผู้วิจัยให้สมาชิกบอกสิ่งที่ทำให้ควบคุมตัวเองไม่ได้ในด้าน การเรียน (หลักในเรื่องเรียน สุกกับเพื่อน เล่นโทรศัพท์ขณะทำธุระตอน ไม่ส่งการบ้าน)</p> <p>- การเขียนกฎให้ตนเองเปรียบเสมือนการทำให้สัญญาเงื่อนไขกับพฤติกรรมที่ได้แสดงออกมา "ขอให้ทุกคนได้ลองกฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียนให้เหมาะสมกับตัวเองกันนะละ"</p> <p>- ติดตามผลในกิจกรรมครั้งที่ 6 และ 7</p>	
ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)			
<p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการควบคุมตัวเองในการเขียนข้อสรุปที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรม</p> <p>2. ผู้วิจัยสรุปกับนักเรียนมีแนวทางในการควบคุมตัวเองในการเรียนมากขึ้น</p>			

ตาราง 5 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 6 มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ		สื่อการเรียนรู้	เวลา
วัตถุประสงค์	การประเมิน		
1. เพื่อให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการเรียน เพื่อนำไปสู่แผนการเรียนที่ต้องการ	1. สังเกตจากกรให้มีส่วนร่วมเมื่อในการเข้าร่วม กิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ 2. พิจารณาระยะก่อนกลับ (Reflection)	1. Power Point 2. ใบงานที่ 5 แผนที่ชีวิตในการเรียน Goal Setting 3. กรณีตัวอย่างที่เป็นสถานการณ์ 2 สถานการณ์	60 นาที
กิจกรรม	มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ		
กิจกรรมที่ 6 มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)	ความมุ่งมั่น (Commitment)
ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 6 นาที)			
1. ผู้วิจัยกล่าวถึงทฤษฎีการเรียนรู้ บอก Big Picture ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้ นักเรียนศึกษาบุคคลในกรณีศึกษาว่ามีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ เพื่อให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการดำเนินตามแผนที่กำหนดไว้ เพื่อให้เข้าสายการเรียนได้			
ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)			
1. ผู้วิจัยอธิบายอภิปรายและขั้นตอนการทกิจกรรม ดังนี้			
1.1 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนเป็น 3 กลุ่ม		ให้นักเรียนเขียนลงในงาน บุคคลในกรณีศึกษา มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ เป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดี	
1.2 ผู้วิจัยแจกกรณีตัวอย่าง เรื่อง "ในห้องเรียน" ให้นักเรียนได้อ่าน			
1.3 ให้นักเรียนออกมานำเสนอและถามความเห็นของเพื่อนอีกกลุ่มว่าเห็นด้วยกับที่กลุ่มคิดไว้หรือไม่			
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นกับกรณีศึกษา			
3. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง แผนที่ชีวิตในการเรียน Goal Setting			
ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)			
1. ผู้วิจัยให้นักเรียนได้สะท้อนตนเอง Reflection หลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อสรุปเป็นแนวทางการนำไปประยุกต์ใช้			
2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับกรณีศึกษาเพื่อให้นักเรียนตั้งเป้าหมาย			
			เพื่อให้ นักเรียนได้สำรวจตนเองในเรื่องที่อยากประสบความสำเร็จในการเรียน ให้นักเรียนได้ลงมือทำ และใช้เวลาในการทำ 10 นาที

กิจกรรมที่ 7 ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความเพื่อพยายามนำไปสู่เป้าหมาย		ชื่อการเรียนรู้	เวลา
วัตถุประสงค์	การประเมิน		
<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เห็น ความสำคัญของความพยายามด้าน การเรียน</p>	<p>1. สังเกตจากภาพจากเวทีกรรม คำพูด นำเสียง ความสนใจ แสดงความคิดเห็น การ ให้ความร่วมมือ</p> <p>2. ทักษะนาสะท้อนกลับ (Reflection) จากภาพ ที่นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์กับตนเอง ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้ จากกิจกรรมกิจกรรมในครั้งนี สรุปเกี่ยวกับ ความพยายามในการฝึกฝนพัฒนาที่มีผลต่อความสำเร็จของนักเรียน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 6.1 จุดประสงค์ที่ขวางกันไปสู่สาย การเรียน</p> <p>3. ใบงานที่ 6.2 ความพยายามเป็นหนทาง ไปสู่สายการเรียน</p>	80 นาที
กิจกรรม			
<p>กิจกรรมที่ 7 ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความเพื่อพยายาม นำไปสู่เป้าหมาย</p> <p>นำใบไปสู่เป้าหมาย</p> <p>5 นาที</p> <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน บอก Big Picture ในการร่วม กิจกรรมครั้งนี้</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียน กล่าวคำสัญญากับตัวเองพร้อมกัน ดังนี้</p> <p>ข้าพเจ้าเป็นนัก (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง จุดประสงค์ที่ขวางกันไปสู่สายการเรียน ผู้วิจัยให้นักเรียนคำถึง จุดประสงค์ที่ขวางกันไปสู่สายการเรียน ของตนเองให้สมัครใจคนอื่นฟัง</p> <p>2. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง ความพยายามเป็นหนทางไปสู่สาย การ เรียน</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าถึงใบงาน ความพยายามเป็นหนทางไปสู่ สายการเรียนของตนเอง</p> <p>ขั้นตอน (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยสะท้อน Reflection ให้นักเรียนแต่ละคน ช่วยกัน สรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมกิจกรรมในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับความพยายามในการฝึกฝนพัฒนา ที่มีผลต่อความสำเร็จของนักเรียน</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p>	<p>ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>
<p>“ฉันตั้งใจทำกิจกรรมและประเมิน ตนเองด้วยความเชื่อคือ 100%”</p> <ul style="list-style-type: none"> เพื่อให้ฉันเรียนได้สำรวจความคิดและ ความรู้สึกของตัวเองในจุดประสงค์ที่ขวาง กันไปสู่สายการเรียนของตนเอง ให้ นักเรียนได้ลงมือทำรายบุคคล และให้ เวลาในการทำ 10 นาที เพื่อให้ฉันมาฝึกได้สำรวจความคิดและ ความรู้สึกของตัวเองในความพยายาม ที่จะไปสู่สายการเรียน ให้ฉันมาฝึกได้ลงมือทำ เพื่อให้ฉันฝึกได้และให้ เวลาในการทำ 10 นาที 			

ตาราง 5 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 8	
วัตถุประสงค์	สื่อการเรียนรู้
<p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนา สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรม ต่าง ๆ ในสถานการณ์สร้างเป้าหมายทางการเรียน 2. เพื่อให้ผู้เรียนได้ประเมินตนเองหลังจากเข้าร่วมโปรแกรม กรอบคิดเติบโต 3. เพื่อเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น นำไป ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน 4. ประเมินการเข้าร่วมโปรแกรม 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Power Point 2. คอมพิวเตอร์, I Pad 3. Clip Vdo ประกอบภาพในการร่วม โปรแกรม 4. แบบวัดเป้าหมายทางการเรียน 5. ใบงานที่ 8 สิ่งที่ยื่นออกนอก 6. From Team ประเมินการเข้าร่วม โปรแกรม
กิจกรรม	เป้าหมาย
<p>กิจกรรม</p> <p>กิจกรรมที่ 8 บัจฉิม,นิเทศ</p> <p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนนอก Big Picture ทบทวนสาระสำคัญ ในสิ่งที่ได้เรียนรู้ในการเข้าโปรแกรมครั้งแรกลงถึง ครั้งสุดท้าย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยถามนักเรียนถึงการนำทักษะต่าง ๆ <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยทบทวนการพัฒนากรอบคิดเติบโตใน 7 ครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนเป้าหมายที่ 8 สิ่งที่ยื่นออกนอก 3. ผู้วิจัยให้นักจัดใจ กล่าวชมเชยนักเรียนในเรื่องพฤติกรรม 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำการ์ดเป้าหมายทางการเรียน 5. <p>ขั้นสรุป</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสะท้อนถึงความ คิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตนเองต่อวันนี้เรียนคนอื่น ๆ รวมทั้งผู้วิจัย 2. ผู้วิจัยเปิด Clip Vdo ประกอบภาพการเข้าร่วมกิจกรรม 3. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคน และให้นักเรียนประเมิน การเข้าร่วมครั้งนี้ใน From Team ผู้จัดการเข้าร่วม โปรแกรม 	<p>เป้าหมาย</p> <p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>ไม่ใช้ในการพัฒนากรอบคิดเติบโต โดยใช้ ทักษะการทวนความ และการสรุปความ</p> <p>- ให้นักเรียนทบทวนถึงความสำคัญของการ มีกรอบคิดเติบโต การทวนความและการ สรุป</p> <p>- สิ่งที่ยื่นเสริม และสิ่งที่ส่งนำไปพัฒนาใช้ ดีขึ้นไป</p> <p>- เพื่อเป็นแรงผลักดันในการเสริมสร้าง กรอบคิดเติบโตของตนเอง และนำความรู้อ จากการใช้โปรแกรมไปใช้พัฒนากรอบ คิดเติบโตของตนเอง</p> <p>- ต่อการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนากรอบคิด เติบโตให้นักเรียนวัยเด็กตอนปลาย โดยให้ คำถามปลายเปิด การทวนความ การสรุป ความ และการสะท้อนความรู้สึ</p>
กิจกรรม	การประเมิน
<p>กิจกรรม</p> <p>กิจกรรมที่ 8 บัจฉิม,นิเทศ</p> <p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนนอก Big Picture ทบทวนสาระสำคัญ ในสิ่งที่ได้เรียนรู้ในการเข้าโปรแกรมครั้งแรกลงถึง ครั้งสุดท้าย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยถามนักเรียนถึงการนำทักษะต่าง ๆ <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยทบทวนการพัฒนากรอบคิดเติบโตใน 7 ครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนเป้าหมายที่ 8 สิ่งที่ยื่นออกนอก 3. ผู้วิจัยให้นักจัดใจ กล่าวชมเชยนักเรียนในเรื่องพฤติกรรม 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำการ์ดเป้าหมายทางการเรียน 5. <p>ขั้นสรุป</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสะท้อนถึงความ คิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตนเองต่อวันนี้เรียนคนอื่น ๆ รวมทั้งผู้วิจัย 2. ผู้วิจัยเปิด Clip Vdo ประกอบภาพการเข้าร่วมกิจกรรม 3. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคน และให้นักเรียนประเมิน การเข้าร่วมครั้งนี้ใน From Team ผู้จัดการเข้าร่วม โปรแกรม 	<p>การประเมิน</p> <p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>ไม่ใช้ในการพัฒนากรอบคิดเติบโต โดยใช้ ทักษะการทวนความ และการสรุปความ</p> <p>- ให้นักเรียนทบทวนถึงความสำคัญของการ มีกรอบคิดเติบโต การทวนความและการ สรุป</p> <p>- สิ่งที่ยื่นเสริม และสิ่งที่ส่งนำไปพัฒนาใช้ ดีขึ้นไป</p> <p>- เพื่อเป็นแรงผลักดันในการเสริมสร้าง กรอบคิดเติบโตของตนเอง และนำความรู้อ จากการใช้โปรแกรมไปใช้พัฒนากรอบ คิดเติบโตของตนเอง</p> <p>- ต่อการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนากรอบคิด เติบโตให้นักเรียนวัยเด็กตอนปลาย โดยให้ คำถามปลายเปิด การทวนความ การสรุป ความ และการสะท้อนความรู้สึ</p>

ส่วนที่ 2 ผลการตรวจสอบคุณภาพและความเหมาะสมของโปรแกรมกรอบคิด เติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนโดยผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้วิจัยตรวจสอบคุณภาพและความเหมาะสมของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์สาขาจิตวิทยา พัฒนาการ 2 ท่าน อาจารย์สาขาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา 1 ท่าน โดยทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) และความเหมาะสมของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ภาพรวมของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ประกอบด้วย ความสอดคล้องของประเด็นปัญหาที่โปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ความสอดคล้องของกระบวนการจัดกิจกรรมในเด็กวัยรุ่นตอนต้น ได้แก่ ชื่อกิจกรรม ระยะเวลาในแต่ละช่วงกิจกรรม วัตถุประสงค์ในกิจกรรม ขั้นตอนในการทำกิจกรรม และวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรม ความสอดคล้องของกิจกรรมกับพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น 14-15 ปี และความสอดคล้องเหมาะสมของลำดับกิจกรรม

2. ความสอดคล้องของแต่ละกิจกรรมย่อยในโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ประกอบด้วย ชื่อกิจกรรมมีความสอดคล้องกับกิจกรรม วัตถุประสงค์มีความสอดคล้องกับกิจกรรม ระยะเวลาในการทำกิจกรรม ขั้นตอนในการทำกิจกรรม วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรม การประเมินผลมีความสอดคล้องกับกิจกรรม และความสอดคล้องของกิจกรรมกับการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนที่ได้รับการพัฒนาจากผลการตรวจสอบคุณภาพของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต โดยใช้กระบวนการของกรอบคิดเติบโต 5 ขั้น ของเดวก พบว่า ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ตามหัวข้อต่าง ๆ ในโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ดังตาราง 6-7

ตาราง 6 ผลการตรวจสอบคุณภาพโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

ประเด็นการประเมิน	ค่า IOC
ความสอดคล้องของประเด็นปัญหากับโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน	1.00
ความสอดคล้องของกระบวนการจัดโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน	0.66
ความสอดคล้องของกิจกรรมกับพัฒนาการวัยรุ่นตอนต้นช่วง 14-15 ปี	0.66
ความสอดคล้องเหมาะสมของลำดับกิจกรรม	1.00
ค่าเฉลี่ยคุณภาพโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน	0.83

จากตาราง 6 พบว่า คุณภาพโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.83 เมื่อพิจารณารายประเด็นการประเมิน พบว่า ความสอดคล้องของประเด็นปัญหากับโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนและความสอดคล้องของกระบวนการจัดโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 1.00 รองลงมาคือ ความสอดคล้องเหมาะสมของลำดับกิจกรรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.66 และความสอดคล้องของกิจกรรมกับพัฒนาการวัยรุ่นตอนต้นช่วง 14-15 ปี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.66 ตามลำดับ

ตาราง 7 ผลการตรวจสอบคุณภาพกิจกรรมย่อยของโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

ประเด็นการประเมิน	กิจกรรม							
	ปฐมนิเทศ	ค้นหา	การเลือก	เชื่อมั่นใน	การลงมือ	มุ่งมั่นใน	ก้าวไป	ปัจฉิม
	การสร้างสัมพันธภาพ	ตัวตนในการวางแผนทางการเรียน	สายการเขียน	ตนเองนำไปสู่การเลือกสายการเขียน	ปฏิบัติควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย	การเรียนรู้ให้นำไปสู่เป้าหมาย	ด้วยกรอบคิดเติบโตความเพียรพยายามนำไปสู่เป้าหมาย	นิเทศ
ชื่อกิจกรรมสอดคล้องกับกิจกรรม	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับกิจกรรม	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
ระยะเวลาในการทำกิจกรรม	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
ขั้นตอนในการทำกิจกรรม	1.00	0.66	0.66	0.66	0.66	0.66	0.66	1.00
วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรม	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
การประเมินผลสอดคล้องกับวัตถุประสงค์	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
ความสอดคล้องของกิจกรรมกับการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน	0.66	0.66	0.66	0.66	0.66	0.66	0.66	1.00
ค่าเฉลี่ย IOC	0.95	0.90	0.90	0.90	0.90	0.90	0.90	1.00

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่า ทั้งภาพรวมและความสอดคล้องของกิจกรรมผ่านเกณฑ์การประเมินทุกหัวข้อ และค่าดัชนี IOC ของรายกิจกรรมอยู่ระหว่าง 0.66-1.00 นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้

ทำการปรับปรุงรายละเอียดเพิ่มเติมตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิในหัวข้อย่อย ได้แก่ ขั้นตอนในการทำกิจกรรม การประเมินผลสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ และความสอดคล้องของกิจกรรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนที่ยังไม่ผ่านเกณฑ์ นอกจากนี้ยังมีส่วนของข้อมูลเชิงคุณภาพที่เป็นข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิที่ได้เสนอแนะเกี่ยวกับการทำกิจกรรมดังต่อไปนี้

กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศการสร้างสัมพันธภาพของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน

กิจกรรมที่ 2 ความสอดคล้องของแต่ละกิจกรรมย่อยในโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนในวัยรุ่นตอนต้น ผู้วิจัยแบ่งคำแนะนำตามหัวข้อย่อยได้ดังนี้

2.1 ชื่อกิจกรรมมีความสอดคล้องกับกิจกรรม แต่บางกิจกรรมควรปรับชื่อกิจกรรมให้เหมาะสมกับนักเรียนวัยรุ่น เนื่องจากชื่อกิจกรรมบางกิจกรรม มีความเป็นวิชาการมากเกินไป อาจทำให้นักเรียนวัยรุ่นเกิดความเบื่อหน่ายได้

2.2 วัตถุประสงค์มีความสอดคล้องกับกิจกรรม แต่ในกิจกรรมที่ 3 ควรเพิ่มวัตถุประสงค์ให้สอดคล้องกับคณะและอาชีพที่นักเรียนวัยรุ่นสนใจ

กิจกรรมที่ 3

3.1 นำวัตถุประสงค์ข้อ 1 เพื่อให้นักเรียนค้นคว้าอาชีพในอนาคตที่อยากเป็น เพื่อนำไปสู่การวางแผนทางการเรียน ของกิจกรรมที่ 4 ย้ายมากิจกรรมนี้ เรียงลำดับวัตถุประสงค์ใหม่

3.2 เพิ่มกิจกรรมลักษณะที่ให้ความรู้ว่าจะอยากเป็น อยากทำอาชีพนี้ จะต้องเรียนคณะอะไร และเรียนต่อชั้นมัธยมต้องเรียนสายการเรียน

กิจกรรมที่ 4 ดูการสะกดคำในขั้นนำ

กิจกรรมที่ 5 ปรับขั้นสรุป ให้นักเรียนสรุปก่อนที่ผู้วิจัยจะสรุป เพื่อตรวจสอบความเข้าใจเรื่องกฎการควบคุมตนเองด้านการเรียน

กิจกรรมที่ 6

6.1 เพิ่มวัตถุประสงค์ให้สอดคล้องกับขั้น การพัฒนากรอบคิดเติบโต เพื่อให้ให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ข้อดี สิ่งที่ต้องพัฒนาหรือต้องการเปลี่ยนแปลง

6.2 เพิ่มข้อคำถามในใบงาน สิ่งที่ต้องการนี้เป็นสิ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลงต่อเป้าหมายแผนการเรียนและอาชีพที่ต้องการ

กิจกรรมที่ 7 ขึ้นสรุปให้นักเรียนได้สะท้อนตนเอง Reflection หลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อสรุปเป็นแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้

จากการแก้ไขเนื้อหาในแต่ละกิจกรรมของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนตามความเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ จึงสรุปเป็นตารางกิจกรรมในตาราง 8



ตาราง 8 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 2 สัมผัสด้วยตนเองในกิจกรรมการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	เวลา
วัตถุประสงค์	การประเมิน		
<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนเห็นถึงความสำคัญของการวางแผนทางการเรียน</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เรียนสำรวจ วิเคราะห์ ข้อดี และสิ่งที่ตนเองต้องพัฒนาต่อการเตรียมสร้างเป้าหมายทางการเรียน</p>	<p>1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการเข้า</p> <p>2. สังเกตจากกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ</p> <p>3. การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟัง การตอบ และการสะท้อนความเข้าใจ</p> <p>4. การให้ความสนใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรม</p> <p>5. การสังเกตการอธิบายความสำคัญ การเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการความคิดได้</p> <p>6. พิจารณาสะท้อนกลับ (Reflection) จากการทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน</p>	<p>1. คลิปวิดีโอ เรื่อง "Growth Mindset for students"</p> <p>2. คลิปวิดีโอ เรื่อง "Growth Mindsets. Fixed Mindset"</p> <p>3. Power point กรอบความคิด (Mindset)</p> <p>4. ใบงานที่ 1 My Mindset</p> <p>5. แบบวัดการเตรียมสร้างเป้าหมายทางการเรียน</p>	60 นาที
กิจกรรม กรอบความคิดเติบโตนำไปสู่การวางแผนทางการเรียน			
กิจกรรมที่ 2 สำรวจกรอบความคิดเติบโต ในตารางแผนทางการเรียน	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)	ความมุ่งมั่น (Commitment)
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับนักเรียนและบอก Big Picture (ภาพรวมในการเรียน) ในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้วิจัยส่งแบบวัดการเตรียมสร้างเป้าหมายทางการเรียนให้ผู้เรียนสำรวจกรอบความคิดของตนเอง</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยเปิดคลิปวิดีโอเรื่อง "Growth Mindset for students" ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับกรอบความคิดที่พัฒนาได้ (Growth Mindset) กรอบคิดแบบจำกัด (Fixed Mindset) ที่ส่งผลต่อการเรียนที่พัฒนาได้ (Growth Mindset) กรอบความคิดที่พัฒนาได้ (Growth Mindset) กรอบคิดแบบจำกัด (Fixed Mindset) และกรอบความคิดที่พัฒนาได้ (Growth Mindset) กรอบความคิดแบบจำกัด (Fixed Mindset) อธิบายพร้อมนำเสนอ Power Point เรื่อง กรอบความคิด (Mindset)</p> <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้ผู้เรียน Reflection ซึ่งให้ผู้เรียนพัฒนาเกี่ยวกับภาพเข้าแผนการเรียนที่นักเรียนวางแผนไว้</p>	<p>ความกล้าตั้งมั่นของกรอบความคิดที่พัฒนาได้ซึ่งส่งผลต่อการเรียนสู่การพัฒนาความสามารถของตนเองในวิชาต่างๆ และในทางการดำรงชีวิตก้าวข้ามผ่านอุปสรรคความท้าทายเชื่อว่าเรามีความสามารถ สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างไร โดยการเปิดคลิบวิดีโอเรื่อง "Growth Mindsets. Fixed Mindset"</p> <p>เมื่อผู้วิจัยสอบถามนักเรียนเสร็จแล้ว จากนั้นนักเรียนเขียนใบงาน My Mindset เป้าหมายทางการเรียน</p>	<p>นำเข้าสู่บทเรียนกล่าวถึงกรอบคิด กรอบคิดเติบโต กรอบคิดจำกัด การเข้าใจในความคิดและมุมมองของตนเองและผู้อื่น</p> <p>ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่า "คนที่เรียนเก่ง เขาเก่งมาตั้งแต่เกิด ทำอะไรก็สำเร็จ เช่นสายการเรียนที่ต้องการันตี" นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่อย่างไร และผู้วิจัยสอบถามเพิ่มเติม "เมื่อฉันทำผิดพลาด ฉันคิดว่าฉันล้มเหลวและไม่สามารถแก้ไขอะไรได้สัก" และผู้วิจัยสอบถามเพิ่มเติม "เมื่อฉันสอบแล้วได้คะแนนน้อย นักเรียนคิดว่าฉันสามารถพัฒนาให้ได้คะแนนเพิ่มขึ้นหรือไม่"</p> <p>วิเคราะห์ข้อดี สิ่งที่ได้พัฒนา และเป้าหมาย การเข้าแผนการเรียนที่นักเรียนเลือกไว้หรือไม่</p>	<p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- การบรรยาย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>-Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>-การอภิปรายกลุ่มย่อย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>-Locke's Goal-Setting Theory</p>

ตาราง 8 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 5 การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเอง		สื่อการเรียนรู้	เวลา
วัตถุประสงค์	การประเมิน		
<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนเห็นความสำคัญของการควบคุมตัวเองให้ไปสู่วิสัยทัศน์ที่ชัดเจน</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เรียนมีบทบาทในการควบคุมตนเองให้ไปสู่วิสัยทัศน์ที่ชัดเจน</p>	<p>1. ผู้วิจัยสังเกตเห็นการควบคุมตัวเองได้ใจแสดงความคิดเห็น การร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยกล้าซักถาม และกล้าให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม และการตอบคำถาม</p> <p>2. ผู้วิจัยสังเกตเห็นการเขียนใบงาน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 4 กฎการควบคุมตนเองด้านการเรียน</p>	60 นาที
กิจกรรม			
<p>กิจกรรมที่ 5 การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเองให้ไปสู่วิสัยทัศน์ที่ชัดเจน</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>กล่าว Big Picture ในการเรียนครั้งนี้ เพื่อให้เห็นความสำคัญของการควบคุมตนเอง นักเรียนมุ่งมานะในการดำเนินตามแผนเป้าหมายและทำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้</p> <p>เพื่อให้ผู้เรียนเขียนกฎให้ตัวเอง (Writing Your Own Rules)</p> <p>กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียน</p> <p>กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียนที่พวกเขาเขียนกันมาเอง และจะขอให้ทุกคนทำตามกฎของตัวเองที่คิดเอง</p>	<p>ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)</p> <p>- ในครั้งที่ 4 หลังจากนั้นผู้วิจัยให้สมาชิกบอกสิ่งที่ทำให้ควบคุมตัวเองไม่ได้ในด้านการเรียน โดยใช้สถานการณ์จำลอง (ฉบับในหนังสือเรียน คู่มือที่อื่น เช่น โทรศัพท์ขณะมีครูสอน ไม่ส่งการบ้าน)</p> <p>- การเขียนกฎให้ตนเองเปรียบเสมือนการทำสัญญาใจกับพฤติกรรมที่ไม่ดีของตนเอง “ขอให้ทุกคนได้ลองกฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียนให้เหมาะสมกับตัวengkั้นนะละ”</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- สถานการณ์จำลอง</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- การอภิปรายกลุ่มย่อย</p>
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยร่วมกันทบทวนการเข้าร่วมกลุ่มเตรียมตัวเข้าเรียน</p>			
<p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยนักเรียนเขียนกฎให้ตัวเอง (Writing Your Own Rules)</p> <p>2. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียน</p> <p>3. ผู้วิจัยสรุปนักเรียนว่า กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียน “กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียนที่พวกเขาเขียนกันมาเอง และจะขอให้ทุกคนทำตามกฎของตัวเองที่คิดเองก็ขอด้วย”</p>			
<p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการควบคุมตัวเองในการเรียน ให้นักเรียนช่วยกันสรุปประเด็นที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรม</p> <p>2. ผู้วิจัยสรุปให้นักเรียนเห็นแนวทางในการควบคุมตัวเองในการเรียนมากขึ้น</p>			

ตาราง 8 (ต่อ)

วัตถุประสงค์	วิธีการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความมุ่งมั่นในการเรียน เพื่อนำไปสู่แผนการเรียนที่</p> <p>ต้องการ</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์ข้อดี และสิ่งที่ต้องพัฒนา</p>	<p>การประเมิน</p> <p>1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมเมื่อในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ</p> <p>2. พิจารณาคะท้อนกลับ (Reflection)</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 5 แผนชีวิตในการเรียน Goal Setting</p> <p>3. กรณีตัวอย่าง ที่เป็นสถานการณ์ สถานการณ์</p> <p>4. ใบงาน การไปสู่วิชาหมาย (ตอนที่ 1) ใช้ มทวิทย์ลัยที่รอม)</p>	60 นาที
<p>กิจกรรม</p> <p>กิจกรรมที่ 6 มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ</p> <p>กิจกรรมที่ 8 มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>ไม่มีการเรียนเขียนลงในงาน บุคคลในกรณีศึกษา มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ เป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดี อย่างไร</p> <p>มีเป้าหมายทางการเรียนหรือไม่ เป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดีอย่างไร</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment) (Self-Efficacy)</p> <p>ความเชื่อในความสามารถของตนเอง</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายผู้เรียน บอก Big Picture ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้ นักเรียนศึกษาบุคคลในกรณีศึกษาว่ามีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ เพื่อให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการดำเนินตามแผนที่กำหนดไว้ เพื่อให้เข้าสู่สายการเรียนได้</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยอธิบายยกย่องและชื่นชมผลการทำกิจกรรม ดังนี้</p> <p>1.1 ผู้วิจัยแบ่งผู้เรียนเป็น 3 กลุ่ม</p> <p>1.2 ผู้วิจัยแจกกรณีตัวอย่าง เรื่อง "ในท้องเรียน" ให้ผู้เรียนได้อ่าน</p> <p>1.3 ให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอและถามความเห็นของเพื่อนอีกกลุ่มว่า เห็นด้วยกับที่กลุ่มคิดไว้หรือไม่</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับกรณีศึกษา</p> <p>3. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง STUDY LIFE PLAN</p> <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. นักเรียนได้สะท้อนตนเอง Reflection หลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อสรุปเป็นแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้</p> <p>2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียน เกี่ยวกับกรณีศึกษาเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมาย</p>	<p>มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ</p>	<p>ทฤษฎีและเทคนิคที่มาประยุกต์</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>-กรณีตัวอย่าง</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>-Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>-การอภิปรายกลุ่มย่อย</p> <p>เพื่อให้ผู้เรียนได้สำรวจตนเอง 5 สิ่งที่นักเรียนมี Growth Mindset ในการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ยากจะทำ สิ่งที่ยากทำนี่เป็นสิ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลงเพื่อนำมาใช้ในการเลือกแผนการเรียน และอาชีพที่ต้องการ ใช้เวลาในการทำ 10 นาที</p>	

ตาราง 8 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 7 ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความเพียรพยายามนำไปสู่เป้าหมาย			
วัตถุประสงค์	สาระประเพณี	สื่อการเรียนรู้	
1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เห็น ความสำคัญของความพยายามด้านภาระเรียน	<p>1. สัมผัสจากการจากทฤษฎีกรรม คำพูด นี้เปลี่ยน ความสนใจ แสดงความคิดเห็น การให้ความร่วมมือ</p> <p>2. พิจารณาสะท้อนกลับ (Reflection) จากการศึกษาที่นักเรียนมีเรียน แต่ละคน ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการทำงานร่วมกันครั้งนี้ สรุปเกี่ยวกับความพยายามในภาระเรียนในพัฒนาที่มีผลต่อความสำเร็จของนักเรียน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 6.1 อุปกรณ์การเขียน ขวางกันไปสู่สายการเขียน</p> <p>3. ใบงานที่ 6.2 ความพยายาม เป็นหนทางไปสู่สายการเขียน</p>	
<p>กิจกรรม</p> <p>ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความเพียรพยายามนำไปสู่เป้าหมาย</p>	<p>ความเชื่อในความสามารถของตนเอง</p> <p>ตนเอง</p> <p>(Self-Efficacy)</p>	<p>ทฤษฎีและเทคนิคที่มาประยุกต์</p>	
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน บอก Big Picture ในภาระร่วมกิจกรรมครั้งนี้</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียน กล่าวคำสัญญาของตัวเองพร้อมกัน ดังนี้</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง อุปกรณ์ที่ขวางกันไปสู่สายการเขียน ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละถึง อุปกรณ์ที่ขวางกันไปสู่สายการเขียน ของตนเองให้สมาชิกคนอื่นฟัง</p> <p>2. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง ความพยายามเป็นหนทางไปสู่สายการเขียน</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละถึงใบงาน ความพยายามเป็นหนทางไปสู่สายการเขียนของตนเอง</p>	<p>การตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ (Goal Setting in Study/ing)</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>	
<p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยสะท้อน Reflection นักเรียนแต่ละคน ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการทำงานร่วมกันครั้งนี้</p> <p>2. ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับความพยายามในการฝึกฝนพัฒนาที่มีผลต่อความสำเร็จของนักเรียน</p>	<p>ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความเพียรพยายามนำไปสู่เป้าหมาย</p>	<p>- "ฉันตั้งใจทำกิจกรรมและประเมินตนเองด้วยความเชื่อด้วย 100%"</p> <p>- เพื่อให้ฉันได้สำรวจความคิดและเรียนรู้สิ่งที่ขวางกันไปสู่สายการเขียนของตนเอง ให้ฉันได้เรียนรู้ได้ลงมือทำรายละเอียด และให้เวลาในการทำ 10 นาที</p> <p>- เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจความคิดและเรียนรู้สิ่งที่ขวางกันไปสู่สายการเขียน ให้สมาชิกได้ลงมือทำ 10 นาที</p> <p>- เพื่อให้สมาชิกได้และให้เวลาในการทำ 10 นาที</p>	<p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- การอธิบายรายละเอียด</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p>

ตาราง 8 (ต่อ)

กิจกรรมที่ 8 ปัจจัยนิเทศ		สื่อการเรียนรู้	เวลา
วัตถุประสงค์	การประเมิน		
1. เพื่อให้ผู้เรียนได้ทบทวน สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ในกระบวนการเรียนรู้สร้างเป้าหมายทางการเรียน	1. ผู้วิจัยสังเกตจากภารกิจ การสะท้อนความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมของนักเรียนในกลุ่มที่มีตนเอง ต่อสมาชิกในกลุ่ม ต่อผู้วิจัย	1. Power Point 2. คอมพิวเตอร์, I Pad 3. ClipVdo ประมวลภาพในการร่วมโปรแกรม	60 นาที
2. เพื่อให้ผู้เรียนได้ประเมินตนเองหลังจากเข้าร่วมโปรแกรม คิดเป็นใบ	2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน	4. แบบวัดเป้าหมายทางการเรียน	
3. เพื่อเสริมสร้างเป้าหมายการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน	3. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน	5. ใบงานที่ 8 สิ่งที่ฉันอยากบอก	
4. ประเมินการเข้าร่วมโปรแกรม	4. ประเมินการเข้าร่วมโปรแกรม	6. From Team ประเมินการเข้าร่วมโปรแกรม	
กิจกรรม	ปัจจัยนิเทศ		
กิจกรรมที่ 8 ปัจจัยนิเทศ	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)	ความมุ่งมั่น (Commitment)
ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที) ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนบอก Big Picture ทบทวนสาระสำคัญในสิ่งที่ได้เรียนผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ครึ่งสุดท้าย			ทบทวนสาระสำคัญในสิ่งที่ได้เรียนรู้
1. ผู้วิจัยถามนักเรียนถึงการทำกิจกรรมต่าง ๆ	ไปใช้ในการพัฒนากรอบความคิด โดยใช้ทักษะการทบทวน และการสรุปความ	- ให้นักเรียนทบทวนถึงความสำคัญของการมีกรอบความคิดใบ การทบทวนและการสรุป	ให้นักเรียนเขียนนอกกรอบสี่เหลี่ยมในการเข้าร่วมโปรแกรม สิ่งที่ทำได้ การเปลี่ยนแปลงของตนเอง และการนำไปใช้เสริมสร้างกรอบความคิด
ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)		- สิ่งที่เกิดขึ้น และสิ่งที่ได้นำไปพัฒนาให้ดีขึ้น	
1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองต่อนักเรียนคนอื่น ๆ รวมทั้งผู้วิจัย		- เพื่อเป็นแรงผลักดันในการเสริมสร้างกรอบความคิดของตนเอง และนำความรู้จากการเข้าโปรแกรมไปใช้พัฒนากรอบความคิดของตนเอง	
2. ผู้วิจัยเปิด Clip Vdo ประมวลภาพการเข้าร่วมกิจกรรม		- ต่อการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนากรอบความคิดใบโดยให้นักเรียนช่วยกันพัฒนากรอบความคิด โดยใช้เวลา	
3. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคน และให้นักเรียนประเมินการเข้าร่วมครั้งนี้ใน From Team ผู้จัดการเข้าร่วมโปรแกรม		ปลายเปิด การทบทวน การสรุปความ และการสะท้อนความคิด	

ส่วนที่ 3 การทดลองใช้กิจกรรม (Tryout)

ผู้วิจัยได้นำข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิมาปรับปรุงให้เหมาะสมกับพัฒนาการนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นมากขึ้น และปรับเนื้อหาให้สอดคล้องกับกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ตามตารางที่ 6 จากนั้นนำไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่ม ในจำนวนเด็กที่เท่ากันและจำนวนครั้งเท่ากัน หลังจากการทดลองโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนกับกลุ่มตัวอย่างสำหรับการทดลองทำโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน แล้วนั้น ผู้วิจัยพบปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำเนินกิจกรรม มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยมีการสร้างสัมพันธภาพ ตั้งเงื่อนไข ข้อตกลง กติกา ในการเข้าร่วมกิจกรรมกับนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น
2. จัดการประชุมกับครูแนะแนว เพื่ออธิบายกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
3. วางแผนการเก็บข้อมูลกับผู้บริหารของโรงเรียน เพื่อให้การเก็บข้อมูลเป็นไปได้ด้วยดี

ตอนที่ 2 การศึกษาผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น

ผู้วิจัยนำเสนอผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์โปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของวัยรุ่นวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผู้วิจัยนำเสนอผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างและคะแนนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานงานวิจัยข้อที่ 1 และ 2 ดังตาราง

ตาราง 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมของกลุ่มทดลอง (n=8) และกลุ่มควบคุม (n=8)

ตั้งเป้าหมายในการเลือก แผนการเรียน	กลุ่มทดลอง (n=8)			กลุ่มควบคุม (n=8)		
	M	SD	ระดับ	M	SD	ระดับ
ตั้งเป้าหมายในการเลือก แผนการเรียน	97.75	8.88	ปานกลาง	84.63	20.86	ปานกลาง

จากตาราง 9 พบว่า ก่อนการทดลองวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองมีตั้งเป้าหมายการศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง (M= 97.75 SD=8.88) ส่วนก่อนการทดลองวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มควบคุมมีตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง (M=84.63 SD=20.86) ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนหลังการเข้าร่วมโปรแกรมของกลุ่มทดลอง (n=8) และกลุ่มควบคุม (n=8)

ตั้งเป้าหมายในการเลือก แผนการเรียน	กลุ่มทดลอง (n=8)			กลุ่มควบคุม (n=8)		
	M	SD	ระดับ	M	SD	ระดับ
ตั้งเป้าหมายในการเลือก แผนการเรียน	110.88	5.91	มาก	75.50	13.60	น้อย

จากตาราง 10 พบว่า หลังการทดลองวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองมีตั้งเป้าหมายการศึกษาอยู่ในระดับมาก (M= 110.88 SD=5.91) ส่วนหลังการทดลองวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มควบคุมมีตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนอยู่ในระดับน้อย (M=75.50 SD=13.60) ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง

ส่วนที่ 2 การแสดงผลการวิเคราะห์สมมติฐานงานวิจัยข้อที่ 1 และ 2

สมมติฐานในงานวิจัยนี้มีทั้งหมด 2 ข้อ ผู้วิจัยได้ทดสอบสมมติฐานทั้ง 2 ข้อ ได้ผลวิเคราะห์ โดยมีรายละเอียดดังนี้

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ผลการเปรียบเทียบตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ก่อนการเปรียบเทียบตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ผู้วิจัยมีการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นด้วยการวิเคราะห์การแจกแจงเป็นโค้งปกติ (Normality Test) ด้วยสถิติ Shapiro-Wilk ซึ่งก่อนการทดลองมีตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน Shapiro-Wilk=.849 (sig=.080) ส่วนหลังการทดลองมีตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน Shapiro-Wilk=.949 (sig =.702) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนทั้งก่อนและหลังการทดลองมีการแจกแจงเป็นปกติ ทำให้ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยในกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน (t-test for Dependent Samples) ดังตาราง 11

ตาราง 11 การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (n=8)

ตั้งเป้าหมาย ในการเลือกแผนการเรียน	ก่อน		หลัง		MD	t	p
	การทดลอง		การทดลอง				
	M	SD	M	SD			
การตั้งเป้าหมายทางการเรียน	97.75	8.88	110.88	5.91	0.75	3.363*	.012

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 พบว่า ตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นก่อนการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ย 97.75 แต่หลังเรียนเพิ่มขึ้นเป็นคะแนนเฉลี่ย 110.88 และเมื่อทำการทดสอบเพื่อเปรียบเทียบตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน พบว่า พบว่า คะแนนเฉลี่ยของตั้งเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนใช้โปรแกรมรอบคิดเติบโตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า กลุ่มทดลองที่ใช้โปรแกรมรอบคิดเติบโตมีคะแนนเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายทางการเรียนสูงกว่าก่อนใช้โปรแกรมรอบคิดเติบโต

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 ผลการเปรียบเทียบตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
ของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ก่อนการเปรียบเทียบตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น
ตอนต้นกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คนในระยะหลังการทดลอง ผู้วิจัยมี
การตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นด้วยการวิเคราะห์การแจกแจงเป็นโค้งปกติ (Normality Test) ด้วย
สถิติ Shapiro-Wilk พบว่า นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองหลังการทดลองมีการตั้งเป้าหมายใน
การเลือกแผนการเรียน Shapiro-Wilk=.774 (sig=.015) ซึ่งมีการแจกแจงไม่เป็นโค้งปกติ ส่วน
นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุมหลังการทดลองมีการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน Shapiro-
Wilk=.836 (sig=.069) ซึ่งมีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ ซึ่งสามารถสรุปได้ว่านักเรียนวัยรุ่นกลุ่ม
ทดลองมีตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ผู้วิจัยจึงเลือกใช้สถิติ Mann-Whitney U test
ทดสอบ ดังตาราง 13

ตาราง 12 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น
ตอนต้นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	N	M	SD	ผลการทดสอบโดยใช้ Mann-Whitney U test			
				N	Mean Rank	Z	Sig
กลุ่มทดลอง	8	110.88	5.91	8	12.50	3.37*	.001
กลุ่มควบคุม	8	75.50	13.60	8	4.50		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 13 พบว่า ตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น
กลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ย 110.88 ส่วนนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ย 75.50 และเมื่อ
ทำการทดสอบเพื่อเปรียบเทียบตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน พบว่า พบว่า คะแนนเฉลี่ย
ของตั้งเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า กลุ่มทดลองที่ใช้โปรแกรมกรอบคิดเติบโตมีคะแนนเฉลี่ย
การตั้งเป้าหมายทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม

บทที่ 5

สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น และศึกษาผลของการใช้โปรแกรมรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มทดลอง
3. เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม พัฒนาการรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายทางการเรียน
2. นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายทางการเลือกแผนการเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนารอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม

วิธีดำเนินการวิจัย

วิธีการดำเนินการวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น มีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย 2 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 พัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น

การพัฒนาโปรแกรมรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนดำเนินการโดยเริ่มจาก ศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิดของลือค ร่วมกับแนวทางการพัฒนารอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมมาพัฒนาและเสริมสร้างกรอบความคิดให้เป็นแบบเติบโต ซึ่งผู้วิจัยได้นำเสนอ

โปรแกรมผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้เชี่ยวชาญ ทั้ง 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ 2 ท่าน อาจารย์สาขาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา 1 ท่าน โดยทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) และความเหมาะสมของโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน โดยมีค่าเฉลี่ย IOC อยู่ระหว่าง 0.83 และค่าเฉลี่ยของความสอดคล้องของกิจกรรมย่อย อยู่ระหว่าง 0.67-1.00

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาผลของการเข้าร่วมโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้ คือ นักเรียนวัยรุ่นตอนต้นที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คน แบ่งออก 2 กลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนกับกลุ่มทดลอง ตามแผนการทดลองที่ได้กำหนดไว้ เป็นเวลา 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้งและสัปดาห์สุดท้าย 2 ครั้ง รวมทั้งหมด 8 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมนั้นดำเนินกิจกรรมตามตารางเรียนปกติ เมื่อสิ้นสุดการทดลองทั้งหมด 8 ครั้ง ในครั้งสุดท้ายนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน ซึ่งผู้วิจัยให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดนี้ด้วยเช่นกัน และทำการตรวจคะแนนแล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยใช้สถิติการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยแบบไม่เป็นอิสระจากกัน (t-test for Dependent Samples) และสถิตินอนพาราเมตริกซ์ด้วยแมน-วิทนี ยู (Mann-Whitney U)

สรุปผลการวิจัย

1. การพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น

ผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน โดยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิดของล็อก ร่วมกับแนวทางการพัฒนากรอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมมาพัฒนาและเสริมสร้างกรอบความคิดให้เป็นแบบเติบโต ทั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดการตั้งเป้าหมายไว้ 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านการตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying) ด้านการรับรู้ในความสามารถตนเอง (Self-Efficacy) และด้านความมุ่งมั่น (Commitment) ซึ่งมีค่าเฉลี่ย IOC อยู่ระหว่าง 0.83 และค่าเฉลี่ยของความสอดคล้องของกิจกรรมย่อย อยู่ระหว่าง 0.67-1.00

โปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน มีจำนวนทั้งสิ้น 8 กิจกรรม ได้แก่ การประชุมนิเทศเพื่อสร้างความสัมพันธ์ ค้นหาตัวตนในการวางแผนทางการเรียน การเลือกสายการเรียน ความเชื่อมั่นในตนเองนำไปสู่การเลือกสายการเรียน การลงมือปฏิบัติควบคุมตนเองไปสู่แผนการเรียนที่ต้องการ ก้าวไปด้วยกรอบความคิดเติบโตและความเพียรพยายามนำไปสู่เป้าหมาย และปัจฉิมนิเทศ

2. นักเรียนวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม พัฒนาการกรอบคิดเติบโตเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายทางการเลือกแผนการเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนากรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

1. การพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิดของล็อก ร่วมกับแนวทางการพัฒนากรอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม จำนวน 8 ครั้ง ได้แก่ การประชุมนิเทศเพื่อสร้างความสัมพันธ์ ค้นหาตัวตนในการวางแผนทางการเรียน การเลือกสายการเรียน ความเชื่อมั่นในตนเองนำไปสู่การเลือกสายการเรียน การลงมือปฏิบัติควบคุมตนเองไปสู่แผนการเรียนที่ต้องการ ก้าวไปด้วยกรอบความคิดเติบโตและความเพียรพยายามนำไปสู่เป้าหมาย และปัจฉิมนิเทศ ทั้งนี้โปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนนั้นมีความสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นตอนต้นได้ไตร่ตรองความคิดของตนเองเพื่อค้นหาเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน และเกิดความพึงพอใจในการตั้งเป้าหมายของตนเอง ทั้งนี้บุคคลมีการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพมาตั้งแต่กำเนิด (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2545) สอดคล้องกับทฤษฎีการตั้งเป้าหมายของล็อกและลาแทม (Snyder; & Lopez. 2002; citing Locke; & Latham. 1990) ที่กล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต บุคคลย่อมมีความปรารถนาที่จะทำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยบุคคลมีความผูกพันต่อเป้าหมายของตนเอง โดยมีการเห็นคุณค่าในสิ่งที่ตนเองกระทำ มีความมุ่งมั่นตั้งใจในการทำเป้าหมาย โดยการแสดงออกทางพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งบุคคลที่ได้รับข้อมูลย้อนกลับหรือการเสริมแรงเชิงบวก ย่อมมีขวัญและกำลังใจในการตั้งใจทำเป้าหมายที่เกิดขึ้นให้สำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดี และงานวิจัยของเบอร์เน็ต (Burnette, 2013) ที่ได้ทำการศึกษากลุ่มคิดเติบโตที่มีต่อการกำกับตนเองในการบรรลุเป้าหมายทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า กรอบคิดเติบโตสามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองไปในทางที่เหมาะสม สามารถนำไปสู่การ

เข้าแผนการเรียนที่ตนเองเลือกไว้สำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ รวมถึงผู้วิจัยมีการใช้เทคนิคทางจิตวิทยา ในการสร้างประสบการณ์การเรียนรู้รอบคิดเติบโตให้กับนักเรียนได้สำรวจตนเองในการวางแผนด้านการเรียนและด้านการเรียน ได้แก่ การบรรยายให้ความรู้ความเข้าใจในแผนการเรียนต่าง ๆ นำไปสู่การประกอบอาชีพใดในอนาคต เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจตัวเองและวางแผนการเรียนว่าตนเองจะเข้าเรียนในสายการเรียนไหน ถึงจะสอดคล้องกับความสนใจและความถนัดของตนเองได้ในอนาคต การใช้กรณีตัวอย่างที่เป็นนักเรียนโรงเรียนที่เป็นศิษย์เก่าที่ประสบความสำเร็จในอาชีพแพทย์ ทันตแพทย์ ดารา นางแบบ เจ้าของแบรนด์ ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีแรงบันดาลใจที่จะเลือกแผนการเรียนที่เหมาะสมกับตนเอง เพื่อนำไปสู่เป้าหมายในอาชีพที่กำหนดให้ในอนาคต กิจกรรม เกม Padlet ทำให้นักเรียนเล่น โดยเขียนความสำคัญของ การเลือกสายการเรียนว่าสำคัญกับตนเองอย่างไร เมื่อนักเรียนแสดงความคิดเห็นในเกมนี้ นักเรียนจะเห็นความคิดเห็นของคนบนจอ ทำให้นักเรียนได้เห็นแนวทางในการเตรียมตัวเข้าสายการเรียนต่อชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 นักเรียนทุกคนรู้สึกเช่นเดียวกันที่นักเรียนต้องเตรียมความพร้อมและทำคะแนนในแต่ละวิชาให้ผ่านเกณฑ์ของโรงเรียน จากนั้นก็แบ่งปันประสบการณ์ให้กับเพื่อน ๆ ในกลุ่มฟัง และให้เพื่อน ๆ ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน นักเรียนอยากเรียนแผนการเรียนวิทย์ อังกฤษ อยากเพิ่มคะแนนวิทยาศาสตร์ นักเรียนมีความคิดที่เป็นกรอบคิดจำกัด (Fixed Mindset) กลัวตนเองสอบแล้วได้คะแนนไม่ดี กังวลส่งงานไม่ทัน กลัวไม่มีเวลาในการทบทวนหนังสือ เพื่อนให้กำลังใจกันด้วยกรอบคิดเติบโต (Growth mindset) กล่าวให้กำลังใจกันและกันคุณทำได้ สิ่งที่ต้องทำจัดสรรเวลาในการทำการบ้าน ทบทวนบทเรียน และฝึกทำข้อสอบหลังบทเรียน เสริมความมั่นใจว่าตนเองทำได้ หลังจากนักเรียนเล่าให้เพื่อนฟัง เพื่อนให้กำลังใจเธอทำได้นะ เราเป็นกำลังใจให้ซึ่งส่งผลให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากยิ่งขึ้น สถานการณ์จำลองที่สะท้อนความคิดแก่นักเรียนวัยรุ่น ต้องการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนในอนาคต จากนั้นให้นักเรียนกำหนดความต้องการหรือเป้าหมายทางการเรียนที่จะไปสู่สายการเรียนที่ต้องการ และการอภิปรายกลุ่มย่อย ช่วยให้นักเรียนและเพื่อนได้สำรวจความคิดและความรู้สึกของตนเองที่มีต่ออุปสรรคและความพยายามในการไปสู่สายการเรียนที่ต้องการ เพื่อให้พัฒนาเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น แสดงให้เห็นว่า การให้โปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนนั้นสอดคล้องกับการศึกษาของวรรณ เพชรเศรษฐ์ (2561) ที่ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้กรอบคิดเติบโต เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่าก่อนใช้กิจกรรมแนะแนว โดยใช้กรอบคิดเติบโต

เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา โดยใช้เทคนิคหลากหลายบูรณาการจึงเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างกรอบคิดเติบโตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้อย่างคงทน

2. การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มทดลอง เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยข้อ 1 นักเรียนวัยรุ่นตอนต้นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนากรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายทางการเรียนเพิ่มสูงขึ้น ทั้งนี้เป็นเพราะโปรแกรมกรอบคิดเติบโตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใช้ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายจากแนวคิดของลีดส์ร่วมกับแนวทางการพัฒนากรอบคิดของดเวค (Dweck, 2006) เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมและมีการสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและเป็นกันเองแก่นักเรียนวัยรุ่น ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีการพูดคุยแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนอย่างเปิดเผย ซึ่งผู้วิจัยมีการสอดแทรกกิจกรรมกระตุ้นกรอบคิดเติบโตให้กับนักเรียนไปพร้อมกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีแรงจูงใจภายในตนเอง และมีความมุ่งมั่นตั้งใจพยายาม นำไปสู่การประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ ได้แก่ การให้นักเรียนได้เรียนรู้ในความคิดและความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล และมีการปรับเปลี่ยนความคิดและความเชื่อให้สมเหตุสมผล ทำให้นักเรียนตั้งใจเรียน ทำงานส่งตรงตามเวลาที่กำหนด และขยันทบทวนบทเรียน เพื่อทำให้ตนเองสามารถเข้าสู่สายการเรียนที่กำหนดไว้ สอดคล้องกับกอบแก้ว บุญบุตร (2563) ที่กล่าวว่า กรอบคิดเติบโตส่งผลให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยใช้เทคนิคให้นักเรียนวิเคราะห์ตนเอง ได้ตรงจริง เพื่อเข้าใจข้อดี ข้อด้อย คิดว่าปัญหาและอุปสรรคเป็นสิ่งที่ทำหาย คิดว่าการเผชิญกับสถานการณ์คือการเรียนรู้ กรอบคิดเติบโตทำให้เกิดการวางแผนทางการเรียน มีแนวทางในการปฏิบัติ รู้จักประเมินตนเอง และมีการวางแผนกำหนดเป้าหมาย (Plan for Goal) เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อให้มีเป้าหมายที่ชัดเจนมากขึ้น รวมถึงการใช้ตัวแบบ (Role model) (Silver, 2017) ที่ประสบความสำเร็จและเป็นแรงบันดาลใจในการประกอบอาชีพที่ตนเองถนัดได้อย่างหลากหลาย การให้นักเรียนทำใบงานการไปสู่เป้าหมาย (คณะที่ใช่ มหาวิทยาลัยที่ชอบ) สำรวจตนเองสิ่งที่เป็นอุปสรรค (Fixed mindset) กรอบคิดเติบโตที่เป็นจุดเด่น (Growth mindset) ของตนเองที่มีผลไปสู่เป้าหมาย จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าเรื่องราวในใบงาน นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้สึกท้อแท้ในการเรียน มีความจำไม่ดี ไม่อยากอ่านหนังสือ มีงานค้างส่งไม่ทัน ติดโทรศัพท์ ติดซีรีส์ ไม่ค่อยเชื่อมั่นว่าตนเองจะเข้าเรียนในสายการเรียนที่ต้องการได้และกลัวว่าตนเองไม่มีความสามารถเพียงพอที่จะสอบเข้าคณะที่ตนเองสนใจในมหาวิทยาลัยได้ ผู้วิจัยจึงทำการโตแย้งกรอบคิดจำกัด (Fixed mindset) ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล ถ้านักเรียนมีความจำไม่ดี เพราะอะไรถึงจำคำศัพท์ภาษาจีนได้ ถ้านักเรียนไม่ชอบ

อ่านหนังสือแต่เพราะอะไรถึงอ่านนิยายแปลได้ และถ้านักเรียนติดโทรศัพท์เพราะอะไรตอนเรียนหรือการเข้าร่วมโปรแกรมถึงไม่ใช้โทรศัพท์เล่น IG Tiktok และติดซีรีส์อยู่ตลอดเวลา ซึ่งนักเรียนช่วยกันสรุปได้ว่าตนเองมีกรอบคิดจำกัดความเชื่อที่ไม่สมเหตุผล ทำให้นักเรียนเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองอย่างมีกรอบคิดเติบโตและจุดเด่นของตนเองเพิ่มมากขึ้น และนักเรียนเชื่อว่าความสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอหากมีความมุ่งมั่นตั้งใจสอดคล้องกับการศึกษาของดี (Lee, 2021) พบว่า นักเรียนที่มีกรอบคิดเติบโตเชื่อว่า ความสามารถของตนกับสถานการณ์ที่ทำทายเป็นเหมือนแบบทดสอบ การเรียนรู้ต่ออุปสรรคที่ย่างยากซับซ้อนจะทำให้ตนเองพัฒนาขึ้น เชื่อในความพยายามในความสามารถของตนว่าสามารถพัฒนาได้อย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับการศึกษาของกอบแก้ว บุญบุตร (2563) พบว่า การศึกษากรอบคิดเติบโตของนักเรียนวัยรุ่นอยู่ในระดับปานกลาง แต่เมื่อได้รับการเสริมสร้างโดยโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาพร้อมกับกิจกรรมกลุ่มพัฒนาความคิด กลุ่มทดลองหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นการที่นักเรียนจะใช้กรอบคิดเติบโตมากกว่ากรอบคิดจำกัด ครูผู้สอนควรเสริมสร้างและบูรณาการกิจกรรมการเรียนการสอนวิชาอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง และการใช้เทคนิคแผนชีวิต (Action Planner) โดยให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง Study life plan ซึ่งนักเรียนแสดงความคิดเห็นว่าอยากตั้งใจเรียนเข้าใจเนื้อหาที่เรียนมากขึ้น อยากส่งงานตรงตามเวลาที่กำหนดไว้ อยากได้เกรดเฉลี่ย 4.00 และทบทวนบทเรียนซึ่งมาร์ (Mraz, 2015) กล่าวว่า เปิดโอกาสให้ผู้เรียนกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเองได้คิดพิจารณาเกี่ยวกับความต้องการหรือเป้าหมายในชีวิต ของผู้วิจัยให้นักเรียนลงมือปฏิบัติ (Action) การสะท้อน (Reflection) โดยผู้วิจัยให้นักเรียนสำรวจกรอบคิดจำกัด (Fixed mindset) ต่อการไปสู่สายการเรียน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่กังวลเรื่องการส่งงานไม่ตรงตามเวลาที่กำหนด การเตรียมตัวในการทบทวนบทเรียน มีความวิตกกังวลในคะแนนสอบ ทำให้นักเรียนรู้สึกท้อแท้สิ้นหวังในการเรียน รวมถึงผู้ปกครองต้องการให้นักเรียนเข้าสายการเรียนอื่น จึงทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลง อาจไม่สามารถเข้าสายการเรียนตามที่ต้องการได้ในอนาคต จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับกรอบคิดเติบโต (Growth Mindset) ความพยายามไปสู่สายการเรียนที่ตนเองต้องการ พบว่า นักเรียนตั้งใจจำสูตรคณิตศาสตร์และทบทวนบทเรียนวิทยาศาสตร์ให้มากขึ้น เพื่อตนเองจำสูตรคณิตศาสตร์และบทเรียนวิทยาศาสตร์ได้ และแบ่งเวลาอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนทำการบ้านส่งให้ตรงตามเวลาที่กำหนด ซึ่งลงมือปฏิบัติ (Action) การสะท้อน (Reflection) ประยุกต์สู่ชีวิตจริง (Apply to real life) ทำให้นักเรียนได้สำรวจตนเองกรอบคิดจำกัด (Fixed mindset) และกรอบคิดเติบโต (Growth Mindset) มาเปรียบเทียบกันเพื่อสร้าง

ความเชื่อมั่นและมุ่งมั่นตั้งใจต่อเป้าหมายทางการศึกษา นำไปสู่การประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ (Blackwell, 2007)

3. การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมรอบคิดเติบโตที่มีต่อการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายทางในการเลือกแผนการเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม ที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่กล่าวว่า นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีเป้าหมายทางในการเลือกแผนการเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการรอบคิดเติบโตเพื่อส่งเสริมการตั้งเป้าหมายทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้เป็นเพราะ นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมรอบคิดเติบโตอย่างต่อเนื่องและมีการใช้เทคนิคที่หลากหลาย เช่น การบรรยายเกี่ยวกับแผนการเรียนและอาชีพที่เกี่ยวข้องกับแผนการเรียน ทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสนใจและความถนัดที่สอดคล้องกับแผนการเรียนของตนเองมากขึ้น การใช้กรณีตัวอย่างที่เป็นนักเรียนสำเร็จการศึกษาที่ศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาในสาขาที่ตนเองสนใจและถนัด เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้นักเรียนมีการจัดการวางแผนการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนที่เหมาะสมกับตนเอง การใช้สถานการณ์จำลอง และอภิปรายกลุ่มย่อย ถ้านักเรียนเลือกสายการเรียนตามเพื่อน แล้วนักเรียนนั้นไม่สามารถเรียนได้ทันเพื่อน ทำข้อสอบไม่ได้ คะแนนสอบไม่ดี นักเรียนจะอย่างไร และถ้าย้อนเวลากลับไปได้ นักเรียนจะยังเลือกสายการเรียนนั้นตามเพื่อนใหม่ เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญในการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนที่เหมาะสม สามารถวางแผนการเลือกแผนการเรียน มีความเชื่อมั่นและตั้งใจสอบเพื่อเข้าสายการเรียนที่กำหนดไว้ได้ ดังที่ ทิศนา แคมมณี (2545) ที่กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนที่มีการใช้เทคนิคที่หลากหลาย ในขณะที่นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุมนั้นได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติในรายวิชาแนะแนว ซึ่งมีการมุ่งเน้นรายละเอียดของการเข้าแผนการเรียนมีเกรดเฉลี่ยรวมและเกรดเฉลี่ยรายวิชาเท่าไรหรือจะเข้าแผนการเรียนนั้นได้ โดยไม่ต้องสอบแข่งขันเข้าสายการเรียนที่ตนเองต้องการกับนักเรียนโรงเรียนอื่นๆ รวมถึงการจัดการเรียนการสอนกับนักเรียนจำนวนมาก ทำให้ครูแนะแนวเข้าไม่ถึงเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนทุกคนได้ แต่การเรียนวิชาการแนะแนวและทำกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนอยู่เสมอ ย่อมทำให้นักเรียนวัยรุ่นรู้จักตนเองมากขึ้น สอดคล้องกับอชิรญา จตุรภัทรไพบุญย์ (2563) ได้ทำการศึกษากการเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยเป้าหมายทางการศึกษาสูงกว่านักเรียนวัยรุ่นกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. โปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น สามารถพัฒนากรอบความคิดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นได้อย่างชัดเจน หากต้องการนำโปรแกรมไปใช้ ควรคำนึงถึงบริบทของโรงเรียน ทั้งนี้ ควรมีการอบรมการใช้โปรแกรมการพัฒนากรอบคิดเติบโต เพื่อให้ครูได้เข้าใจกรอบคิดเติบโตและกรอบคิดแบบจำกัด เพื่อนำไปพัฒนา นักเรียนให้เกิดศักยภาพที่ดีในอนาคตได้

2. ผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่าโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น สามารถเสริมสร้างกรอบคิดเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้ดี ในการวางแผนของการเลือกแผนการเรียนต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ดังนั้นครูแนะแนวหรือครูประจำวิชาต่าง ๆ สามารถที่จะนำโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ไปประยุกต์ใช้ในชั้นเรียน เพื่อพัฒนากรอบคิดเติบโต จะมีความเชื่อว่าความสามารถและศักยภาพของตนเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้ ซึ่งส่งผลต่อความพยายามในการเรียนรู้ ทั้งนี้ในบางกิจกรรมอาจต้องมีการคำนึงถึงบริบทของโรงเรียนเป็นฐาน เพื่อที่จะสามารถจัดโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรใช้โปรแกรมกรอบคิดเติบโตในการพัฒนาผู้ปกครองให้มีส่วนร่วมในการวางแผนทางการเรียนของบุตร

2. ควรใช้โปรแกรมกรอบคิดเติบโตเพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนไปใช้ควบคู่กับการให้คำปรึกษาทางอาชีพ เพื่อให้ นักเรียนมีเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนสูงขึ้น

3. สำหรับในการวิจัยครั้งต่อไป ควรนำโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียนไปศึกษาต่อกับประชากรกลุ่มอื่นรวมถึง ออกแบบการตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน กำหนดระยะเวลาในการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับบริบทของผู้เรียนในสถานศึกษานั้น

4. การวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษากรอบคิดเติบโต (Growth Mindset) ในกระบวนการทางจิตวิทยาอื่น ๆ เช่น การปรึกษารายบุคคล การให้การปรึกษากลุ่ม

บรรณานุกรม

- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action : A Social Cognitive Theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Blackwell, L. A., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Theories of intelligence and achievement across the junior high school transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development, 78*(1), 246-263.
- Burnette, J. L., O'Boyle, E. H., VanEpps, E. M., Pollack, J. M., & Finkel, E. J. (2013). Mind-sets matter: A meta-analytic review of implicit theories and self-regulation. *Psychological Bulletin, 139*(3), 655-701.
- Burnette, J. L. O. B., E.H. VanEpps, E.M. Pollack, J.M. Finkel, E.J. . (2013). Mind-sets matter: A meta-analytic review of implicit theories and self-regulation. *Psychological Bulletin, 139*(3), 655-701.
- Clark, A., & Sousa, B. (2018). *How to be a happy academic*. . Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Covey, S. R. (1980). *Powerful lessons in personal change. In the seven habits of highly effective people*. New York: Simon & Schuster.
- Davis, V. W. (2017). Error reflection: Embracing growth mindset in the general music classroom. *General Music Today, 30*(2), 11-17.
- Dockterman, D., & Blackwell, L. (2014). Growth mindset in context content and culture matter too. Retrieved from Retrieved from <http://icle.net/pdf/GrowthMindset.pdf>
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. New York: Random House.
- Dweck, C. S. (2017). mindset. Retrieved from Retrieved from <https://www.americanbar.org/content/dam/aba/administrative/women/mindset-quiz.pdf>
- Dweck, C. S. (2017). *Mindset: Changing the way you think to fulfil your potential*. London, UK: Hachette.
- Esparza, J. S., L Schmidt, J. A. (2014). Growth Mindset of Gifted Seventh Grade Students in Science. *NCSSSMST Journal, 19*(1), 6-12.

- Goldstein, S., & Brooks, R. (2007). *Understanding and Managing Children's Classroom Behavior: Creating Sustainable, Resilient Schools.*: John Wiley&Sons.
- Grant, H., & Dweck, C. S. (2003). Clarifying Achievement Goals and Their Impact. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 541-553.
- Hollenbeck, J., & Klein, H. (1987). Goal Commitment and the Goal-Setting Process: Problems, Prospects, and Proposals for Future Research. *Journal of Applied Psychology*, 72(2), 210-220.
- Hurlock, E. B. (1974). *Personality Development*. New York: McGraw - Hill Book.
- Lerner, R. M. (2002). *Adolescence: Development, diversity, context, and application*. Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A Theory of Goal Setting & Task Performance*. New Jersey: Prentice Hall.
- Locke et al. (1981). "Goal Setting and Task Performance: 1969-1980,". *Psychological Bulletin*, 90(1), 125-152.
- Maehr, M. L. (1984). *Meaning and Motivation : Toward a Theory of Personal Investment. in Research on Motivation in Education : Student Motivation*. New York: Academic Press.
- Marz, K., & Hertz, C. (2015). *A Mindset for Learning: Teaching the Traits of Joyful. Independent Growth*: Portsmouth NH: Heinemann.
- Miller, J. T. (2010). *Understanding the Relations Among Students' Beliefs about Intelligence, Academic Goals, Study Behavior, and Achievement in the Context of a College Course: A Test of Predictions from Dweck's Academic Motivation Model*. (Ph.D.). North Carolina State University, Ann Arbor. Retrieved from <https://www.proquest.com/dissertations-theses/understanding-relations-among-students-beliefs/docview/853143960/se-2?accountid=44800> ProQuest Dissertations & Theses Global database. (3442571)
- Mraz, K., & Hertz, C. (2015). *A mindset for learning: Teaching the traits of joyful, independent growth*. Portsmouth, NH: Heinemann.

- Murphy, M. C., & Dweck, C. S. (2015). Mindsets shape consumer behavior. *Journal of Consumer Psychology*, 26(1), 127-136. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1016/j.jcps.2015.06.005>.
- National Center on Education and the Economy. (2018). Mackay: PISA results show need for educational 'Reset'. Retrieved from <https://ncee.org/webinar-event/pisa-2018-lessons-for-the-u-s/>
- New Standard Encyclopedia. (1969). "Games," *Standard Education*. Chicago: Corporation.
- Rogers, D. (1972). *The Psychology of Adolescent*. New York: Appieton Century Croft.
- Silver, D., & Stafford, D. (2017). *Teaching Kids to Thrive: Essential Skills for Success*. Thousand Oaks: CA: A SAGE Company.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*: Oxford University Press.
- Steinberg, L. (1996). *Adolescence*. Boston: McGraw-Hill.
- Weber, J. (2018). *Growth mindset interventions: Lessons from across domains*. Netherlands: University of Groningen.
- Yan, e. a. (2014). Habits and beliefs that guide self-regulated learning: Do they vary with mindset? *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 3(3), 140-152.
- Yeager, D., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe that personal characteristics can be develop. *Educational Psychologist*, 47(4), 302-314.
- Zimmerman, B. J., & Martinez, P. M. (1988). Construct Validation of a Strategy Model of Student Self-Regulated Learning. *Journal of Education Psychology*, 80(3), 284-290.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2555). คู่มือการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน. กรุงเทพฯ: ครูสภาลาดพร้าว.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560). กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

- กอบแก้ว บุญบุตร. (2563). การเสริมสร้างชุดความคิดเติบโตของนักเรียนวัยรุ่นด้วยโปรแกรมการ
 ปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาพร้อมกับกิจกรรมกลุ่มพัฒนาความคิด.
 (วิทยานิพนธ์ปริญญาคุุษาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- จันทร์เพ็ญ แสงอรุณ. (2551). เอกสารประกอบการสอนรายวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ. นครราชสีมา:
 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- จำเนียร ศิลพานิช. (2538). หลักและวิธีสอน. กรุงเทพฯ: เจริญรุ่งเรืองการพิมพ์.
- จิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์. (2556). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชูชีพ อ่อนโคกสูง, & อนุสรณ์ อรรถศิริ. (2549). รายงานการวิจัย ความสัมพันธ์ระหว่างพลัง
 ความสามารถแห่งตนเป้าหมาย และความเป็นไปได้ที่จะกระทำกับแรงจูงในการเรียน.
 กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรี
 นครินทรวิโรฒ.
- ทีศนา แชมมณี. (2545). กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการทำงานและการจัดการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: นิธิ
 แอดเวอร์ไทซิง กรุ๊ป.
- ธนดี สุริยะจันทร์หอม, & อารยา ปิยะกุล. (2561). ผลการใช้รูปแบบ SPASA เพื่อเสริมสร้างโครงวิธ
 หมายดีเขต สำหรับนักศึกษาหลักสูตรวิชาชีพครู. วารสารราชพฤกษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ
 นครราชสีมา. Retrieved from สืบค้นจาก <https://pubhtml5.com/ojen/tggp/basic>
- ธนาวรรณ ธนพรดี. (2551). ปัจจัยที่ส่งผลต่อเป้าหมายในชีวิตของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนพระ
 หลุ่ยคอนแวนต์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต).
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2533). คู่มือฝึกอบรมการวางแผนชีวิตและอาชีพ. กรุงเทพฯ:
 ทบวงมหาวิทยาลัย.
- บุญเกียรติ โชควัฒนา. (2554). ทำให้คิด ทำให้เชื่อ. กรุงเทพฯ: อมรินทร์ธรรมะ.
- ประณต คำฉิม. (2549). จิตวิทยาเด็ก กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประสาท อิศรปริดา. (2548). สารัตถะจิตวิทยาการศึกษา. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ประเสริฐ ชูสิงห์. (2540). ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษา. ปัตตานี คณะศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- พรรณพิมล หล่อตระกูล. (2558). ปัญหาวัยรุ่น ต้นเหตุและทางแก้. Retrieved from สืบค้นจาก
<http://tinythechuck.blogspot.com/2015/06/blog-post.html>

- พัชรภา วรแสง. (2546). การศึกษาวุฒิภาวะด้านอาชีพและการพัฒนาวุฒิภาวะทางอาชีพของนักเรียนโดยการให้คำปรึกษาด้านอาชีพแบบกลุ่มตามแบบของจอห์น โอ ไคร์ท์ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนวมินทราชูทิศ. (ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- พึงพิศ จักรปิง. (2539). เอกสารประกอบการสอนจิตวิทยาและการแนะแนวเด็กวัยรุ่น. เชียงใหม่: อักษรคอมส์พริ้นท์.
- ภทรียา มาลาทอง. (2545). ความสัมพันธ์ระหว่างการตั้งเป้าหมายการเรียน การเรียนอย่างมีความสุขกับทัศนคติต่อวิชาชีพการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- ระวีพันธ์ กมลผาสุขชื่น. (2553). การศึกษาเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนมาบตาพุดพันพิทยาคาร. (สารนิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ลักขณา ศรีวัฒน์. (2556). มนุษย์สัมพันธ์. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วรสุดา บุญยไวโรจน์. (2530). เรื่องน่ารู้สำหรับครูคณิตศาสตร์. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- วัฒนา พัชราวณิช. (2531). หลักการแนะแนว. กรุงเทพฯ: การศึกษา.
- วัฒนาพร ระงับทุกข์. (2542). การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง. กรุงเทพฯ: เลิฟแอนด์เลิฟเพรส.
- วัลภา สบายยิ่ง. (2542). ปัจจัยด้านการตั้งเป้าหมายการรับรู้ความสามารถของตนเองและบุคลิกภาพที่ส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานของผู้จำหน่ายตรง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ศรีเรื่อน แก้วกั้งวาล. (2545). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2 วัยรุ่น – วัยสูงอายุ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริภาพ ไสมาภา. (2561). การบริหารหลักสูตรฝึกอบรมเยาวชนเกี่ยวกับแนวคิดเติบโตและการเห็นคุณค่าในตนเอง. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์, กรุงเทพฯ.
- ศูนย์จิตวิทยาการศึกษา. (2558). *Mindset* กรอบความคิด. กรุงเทพฯ: ศูนย์จิตวิทยาการศึกษา มูลนิธิยุวสถิรคุณ.

- สมคิด กอมณี. (2552). การศึกษาและพัฒนาภูมิภาวะทางอาชีพด้วยคู่มือการค้นพบอาชีพของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนจันทร์หุ่นบำเพ็ญ เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร. วารสารวิชาการศึกษาศาสตร์, 10(1), 1-7.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2562). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล. (2556). รายงานการวิจัย ผลการใช้โปรแกรมเชิงป้องกันที่มีต่อเจตนาเชิงพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุกัญญา งามบรรจง. (2561). การจัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อเสริมทักษะอาชีพ. Retrieved from สืบค้นจาก https://drive.google.com/file/d/1eykqXAhHNnBfhH5r05ljVk4nc50qdu_8/view
- สุนันทา คาเนโกะ. (2554). อิทธิพลของปัจจัยส่วนบุคคล บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ การตั้งเป้าหมายในการทำงาน และการรับรู้ความสามารถของตนเอง ในการสอนที่มีต่อพฤติกรรมการสอนของอาจารย์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ. Retrieved from สืบค้นจาก https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_DOI=10.14457/KU.the.2011.792
- สุพิตร สมานิติ. (2541). การกำหนดเป้าหมาย (Goal-Setting). ศาสตร์ปริทัศน์, 13(3), 1-12.
- อชิรญา จตุรภัทรไพบุลย์. (2563). การเสริมสร้างเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- อริสา ภูริวัฒน์. (2553). ผลของโปรแกรมการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 (สารนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- อัมพิกา สุนทรภักดี. (2559). การรับรู้การสนับสนุนจากองค์การ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านอาชีพ และผลการปฏิบัติงานของพนักงานขายในธุรกิจประเภทอาหารและเครื่องดื่มแห่งหนึ่ง โดยมีการยึดมั่นต่อเป้าหมายเป็นตัวแปรสื่อ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). กรุงเทพฯ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ภาคผนวก ก
ใบขออนุญาตจริยธรรม





หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและไปยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย SWUEC-G-198/2565E

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจาก คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่ดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและ ข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อโครงการวิจัยเรื่อง: การพัฒนากรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
ชื่อผู้วิจัยหลัก: นางสาว สิริการีย์ ธีระกุลประเสริฐ
สังกัด: คณะมนุษยศาสตร์
เอกสารที่รับรอง: 1. แบบเสนอโครงการวิจัย
2. โครงการวิจัย
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

เอกสารที่พิจารณาทบทวน

1. แบบเสนอโครงการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 22 เมษายน 2565
2. โครงร่างการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 22 เมษายน 2565
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 22 เมษายน 2565
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 22 เมษายน 2565

(ลงชื่อ).....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทันตแพทย์หญิงณปภา เอี่ยมจิตรกุล)

กรรมการและเลขานุการคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

(ลงชื่อ).....

(แพทย์หญิงสุรีพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

หมายเลขรับรอง : SWUEC/E/G-198/2565

วันที่ให้การรับรอง : 22/04/2565

วันหมดอายุใบรับรอง : 22/04/2566



ที่ อว 8718/

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

26 เมษายน 2565

เรื่อง ขอแจ้งผลการพิจารณาโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G- 198/2565E

เรียน นางสาว สิริการย์ ชีระกุลประเสริฐ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ใบรับรองโครงการวิจัย SWUEC/E/G-198/2565

ตามที่ท่านได้ส่งโครงการวิจัยเรื่อง การพัฒนากรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน
โครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G 198/2565E เพื่อรับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำ
ในมนุษย์ นั้น

คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ได้พิจารณาโครงการวิจัยดังกล่าว บัดนี้
คณะกรรมการฯ ให้การรับรองโครงการวิจัยดังกล่าวแล้วเมื่อวันที่ 22 เมษายน 2565 รายละเอียดดังนี้

Certificate Number SWUEC/E/G-198/2565

Date of Approval 22 เมษายน 2565 (อายุใบรับรองโครงการวิจัย 12 เดือน)

Date of Expiration 22 เมษายน 2566

Continuing Review ทุก 12 เดือน (ครบกำหนดส่งรายงานครั้งแรก วันที่ 22 เมษายน 2566)

ในการนี้ คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ขอความกรุณาให้ผู้วิจัย
ส่งรายงานความก้าวหน้าของการวิจัยและต่ออายุการรับรองก่อนกำหนดวันหมดอายุ 30 วัน เพื่อให้เป็นไปตามวิธีดำเนินการ
มาตรฐาน (SOPs version 2.0) ของคณะกรรมการฯ ทั้งนี้รายละเอียดของเอกสารที่ให้การรับรองตามที่ปรากฏใน Certificate
of Approval (Certificate Number SWUEC/E/G-198/2565) ที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(แพทย์หญิงสุธีพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

โทรศัพท์ 0-2649-5000 ต่อ 12430

โทรสาร 0-2259-1822



ภาคผนวก ข
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ฐัฐวีณ์ สิทธิศิริอรรถ

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2. อาจารย์ ดร. ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

3. อาจารย์ ดร. ครรชิต แสนอุบล

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาการแนะแนว และ จิตวิทยาการศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ





บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย โทร. 15644

ที่ อว 8718.1/2022

วันที่ 8 สิงหาคม 2565

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะมนุษยศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวสิริการย์ อีระกุลประเสริฐ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนาโปรแกรมการคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชญญา ลีศัตรูพ่าย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์ ดร.ฉัฐวิณั สิริศิริอรอด และอาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย เป็นผู้เชี่ยวชาญ ในหัวข้อ เรื่อง “การพัฒนาโปรแกรมการคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน” ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับบุคลากรของท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 094 115 8656

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวสิริการย์ อีระกุลประเสริฐ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย โทร. 15644

ที่ อว 8718.1/2022

วันที่ 8 สิงหาคม 2565

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวสิริการย์ อีระกุลประเสริฐ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชญญา ลีศัตร์พ่าย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นผู้เชี่ยวชาญ ในหัวข้อ เรื่อง “การพัฒนาโปรแกรมกรอบคิดเติบโต เพื่อตั้งเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน” ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับบุคลากรของท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 094 115 8656

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวสิริการย์ อีระกุลประเสริฐ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดเป้าหมายทางการเรียน

เพศ หญิง
ระดับชั้น ม.3

ข้อ	ข้อความ/คำถาม	ระดับความเป็นจริง				
		จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
1	ฉันมีการวางแผนในการเลือกสายการเรียนต่อชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4					
2	ฉันหาความรู้เพิ่มเติมเรื่องการเลือกสายการเรียน					
3	ฉันตั้งใจว่าจะเข้าสายการเรียนที่ฉันชอบ					
4	ฉันปรึกษาครู พ่อ แม่หรือรุ่นพี่ในเรื่องการเลือกสายการเรียน					
5	ฉันมีการวางแผนก่อนเลือกสายการเรียน					
6	ฉันไม่รู้ว่าฉันเหมาะกับสายการเรียนใด					
7	ฉันยังไม่คิดถึงเรื่องการเลือกสายการเรียน					
8	ฉันตั้งเป้าหมายชัดเจนว่าจะเรียนต่อสายการเรียนใด					
9	ฉันเชื่อว่าฉันจะเข้าสายการเรียนในสายการเรียนที่ต้องการได้					
10	ฉันเชื่อว่าฉันสามารถทำให้เป้าหมายทางการเรียนให้สำเร็จได้					
11	ฉันเชื่อมั่นว่าฉันสามารถควบคุมตนเองให้ส่งงานได้ครบตามกำหนด					
12	แม้จะพบปัญหาในการเรียนที่นำไปสู่เป้าหมาย ฉันเชื่อว่าฉันจะผ่านไปให้ได้					
13	ฉันกลัวว่าฉันจะไม่สามารถทำให้เป้าหมายด้านการเรียนของฉันบรรลุผลได้					
14	ฉันเชื่อว่าฉันสามารถทำงานที่ครูมอบหมายเสร็จตามเวลาที่กำหนด					
15	ฉันมั่นใจว่าฉันสามารถทำงานที่ครูมอบหมายให้สำเร็จได้ทันตามกำหนด					
16	ฉันเชื่อว่าฉันสามารถทำผลการผลเรียนให้ดีได้					
17	ฉันมั่นใจว่าฉันสามารถสอบผ่านทุกวิชา					
18	ฉันเชื่อว่าฉันทบทวนบทเรียนเสมอได้อย่างสม่ำเสมอ					
19	ฉันสามารถปฏิเสธเพื่อนได้หากเพื่อนชวนคุยในเวลาเรียน					
20	ฉันไม่แน่ใจว่าฉันจะเข้าสายการเรียนที่ต้องการได้					

ข้อ	ข้อความ/คำถาม	ระดับความเป็นจริง				
		จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
21	ฉันเชื่อว่าฉันสามารถตั้งใจฟังสิ่งที่ครูสอนทุกครั้งได้					
22	ฉันคิดว่าเป้าหมายเกี่ยวกับแผนการเรียนของฉันเป็นเรื่องสำคัญ					
23	ฉันพยายามที่จะทำเกรดเฉลี่ยให้สูงเพื่อเข้าสายการเรียนที่ต้องการ					
24	ฉันเตรียมความพร้อมด้านการเรียนเพื่อเข้าเรียนในแผนการเรียนที่ต้องการ					
25	ฉันมีความตั้งใจที่จะเข้าสายการเรียนที่ต้องการให้ได้					
26	ฉันมีความมุ่งมั่นที่จะเรียนให้ได้คะแนนดี					
27	ฉันรู้สึกท้อแท้ในการเรียน					
28	ฉันมีความมุ่งมั่นตั้งใจเรียน เพื่อเข้าสายการเรียนที่วางแผนให้สำเร็จ					
29	อุปสรรคต่างๆ ที่เข้ามาไม่สามารถลดความพยายามในความตั้งใจเรียนเพื่อเข้าสายการเรียนที่ต้องการ					
30	ฉันตั้งใจทำการบ้านให้ได้คะแนนเก็บดี					



กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศการสร้างสัมพันธภาพ			
วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<p>1. เพื่อให้นักเรียนสร้างสัมพันธภาพ มีความคุ้นเคย และสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ได้ทำความเข้าใจ เตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมโปรแกรม</p>	<p>1. ผู้วิจัยสังเกตการให้ความร่วมมือในการร่วมกิจกรรมและการตอบคำถามในประเด็นต่าง ๆ</p> <p>2. ผู้วิจัยสังเกตจากสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยและนักเรียน</p>	<p>1. คอมพิวเตอร์ โน้ตบุ๊ค IPAD</p> <p>2. ปกปก ดินสอและยางลบ</p> <p>3. บัตรคำถาม</p>	60 นาที
กิจกรรม			
<p>กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศการสร้างสัมพันธภาพ</p>		<p>การสร้างสัมพันธภาพทางการเรียน</p> <p>(Goal Setting in Studying)</p>	<p>ความเชื่อใจในความสามารของตนเอง</p> <p>(Self-Efficacy)</p>
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนในกลุ่ม โดยเริ่มเล่นแนะนำตนเองให้นักเรียนได้รู้จักและให้นักเรียนแนะนำตนเองในกลุ่ม (The name round) เพื่อเป็นการเริ่มต้นให้นักเรียนได้รู้จักและเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กันที่สนใจ</p> <p>2. ผู้วิจัยแจกวัสดุประสงค์ของการเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาศูนย์คิดเติบโตให้นักเรียนนำอ่าน และตอบคำถามความคาดหวังของการเข้าร่วมกิจกรรม ประโยชน์จากการเข้าร่วม รวมถึงระยะเวลา</p> <p>ขั้นดำเนินการ (45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยจัดกิจกรรม Touch and Talk จากเทคนิค 30 คำถาม (สกด ปรเจริญศรี, 2550) เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างนักเรียน และการสื่อสารของตนเองผ่านการใช้คำถาม ให้นักเรียนเมื่อถามผู้ศึกษาที่ว่างใจ มีความกล้าที่จะเปิดเผยเรื่องราว ความรู้สึก และเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์แก่สมาชิก ให้นักเรียนอ่านคำถามนำไปสู่คำถามตนเอง โดยมีวิธีการดังนี้</p> <p>1.1 ผู้วิจัยอธิบายการเป็นแม่บ้านภายใน Power Point ได้ชื่อคำถามหลังแม่บ้านจำนวน 30 ชื่อ จากนั้นอธิบายยกยอก โดยบอกว่าแม่บ้านจะเป็นแม่บ้านที่มีคำถามจำนวน 30 คำถาม ให้นักเรียนแต่ละคนเลือกสรรคำถามจากแม่บ้าน คณะ 1 คำถาม และให้อ่านคำถาม จากนั้นตอบคำถาม ให้นักเรียนคนถัดไปเลือกแม่บ้านและตอบคำถามไปเรื่อย ๆ จนครบทุกคน</p> <p>1.2 ในระหว่างจัดกิจกรรม ผู้วิจัยและนักเรียนสามารถใช้คำถามเพิ่มเติมเพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก การแลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์ และการใช้ข้อมูลย้อนกลับ</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน</p> <p>(Goal Setting in Studying)</p>	<p>ความมุ่งมั่น</p> <p>(Commitment)</p>	
<p>ขั้นสรุปบทเรียน (10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสะท้อนสรุปประเด็นสำคัญที่ได้เรียนรู้</p> <p>2. ผู้วิจัยกล่าวสรุปประเด็นสำคัญของการเข้าร่วมกิจกรรม และนำข้อเสนอแนะ-เวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งต่อไป</p>			

กิจกรรมที่ 2 ค้นหาตัวเองในตารางแผนทางการเรียน			
วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนเห็นถึงความสำคัญของการวางแผนทางการเรียน</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถวางแผนตัวเองได้พัฒนาตนเอง</p> <p>เสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียน</p>	<p>1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมเมื่อไม่มีการจำกัดกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่างๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความเห็น การฟัง การตอบ และการสะท้อนความรู้สึกร่วม</p> <p>2. การให้ความสนใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรม และสามารถอธิบายความสำคัญการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการของตนเองได้</p> <p>3. พิจารณาสะท้อนกลับ (Reflection) จากการทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน</p>	<p>1. คลิปวิดีโอ เรื่อง "Growth Mindset for students"</p> <p>2. คลิปวิดีโอ เรื่อง "Growth Mindsets. Fixed Mindset"</p> <p>3. Power point ครอบคลุมความคิด (Mindset)</p> <p>4. ใบงานที่ 1 My Mindset</p> <p>5. แบบวัดการเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียน</p>	60 นาที
กิจกรรม			
<p>กิจกรรมที่ 2 สำรองกรอบคิดเติบโต ในการวางแผนทางการเรียน</p> <p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยยกตัวอย่างนักเรียนและบอก Big Picture (ภาพรวมในการเรียน) ในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้วิจัยส่งแบบวัดการเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียนให้ผู้เรียนสำรวจกรอบคิดของตนเอง</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยเปิดคลิปวิดีโอเรื่อง "Growth Mindset for students" ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับกรอบคิดที่พัฒนาได้ (Growth Mindset) กรอบคิดแบบจำกัด (Fixed Mindset) ที่ส่งผลต่อการเรียนของผู้เรียนคิดว่าไม่ไหวและเคยมีกรอบคิดที่พัฒนาได้ (Growth Mindset) กรอบคิดแบบจำกัด (Fixed Mindset)</p> <p>2. ผู้วิจัยอธิบายเกี่ยวกับรายแผนทางการพัฒนาตนเองให้แก่ผู้เรียนด้วยการอธิบายพร้อมนำเสนอ Power Point เรื่อง ครอบคลุมความคิด (Mindset)</p> <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้ผู้เรียน Reflection สิ่งที่มีเรียนที่พัฒนาเกี่ยวกับการเข้าแผนการเรียนที่มีเรียนวางแผนไว้</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>ความสำคัญของการกรอบคิดที่พัฒนาได้ที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถของตนเองในวิชาต่างๆ และในการดำรงชีวิตก้าวข้ามผ่านอุปสรรคความท้าทายเชื่อว่าเรามีความสามารถ สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างไร โดยการเปิดคลิปวิดีโอเรื่อง "Growth Mindsets vs. Fixed Mindset"</p> <p>เมื่อผู้วิจัยสอบถามนักเรียนแล้ว จากนั้นนักเรียนเขียนในใบงาน My Mindset เป้าหมายทางการเรียน</p>	<p>ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)</p> <p>นำเข้าสู่บทเรียนกล่าวถึงกรอบคิด กรอบคิดเติบโต กรอบคิดจำกัด การเข้าใจในความคิดและมุมมองของตนเองและผู้อื่น</p> <p>ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่า "คนที่เรียนเก่ง เขาเก่งมาตั้งแต่เกิด ทำอะไรก็สำเร็จ เข้าสายการเรียนก็ต้องเก่งได้" นักเรียนหันตัวหรือไม้อย่างไร และผู้วิจัยสอบถามเพิ่มเติม "เมื่อฉันทำผิดพลาด ฉันคิดว่าฉันล้มเหลวและไม่สามารถแก้ไขอะไรได้สัก " และผู้วิจัยสอบถามเพิ่มเติม "เมื่อฉันทำผิดพลาด ฉันคิดว่าฉันล้มเหลวและไม่สามารถแก้ไขอะไรได้สัก " และผู้วิจัยสอบถามเพิ่มเติม "เมื่อฉันสอบพัฒนาให้คะแนนเพิ่มขึ้นได้หรือไม่"</p> <p>นักเรียนเขียนในใบงาน My Mindset เป้าหมายทางการเรียน</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>
กรอบคิดเติบโตนำไปสู่ตารางแผนทางการเรียน			
		<p>ทฤษฎีและเทคนิคที่มาประยุกต์</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- การบรรยาย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- การอภิปรายกลุ่มย่อย</p>	

ชื่อ-นามสกุล.....ชื่อเล่น.....

My Mindset เป้าหมายทางการเรียน

W (Want)	- ต้องการให้การเรียนเป็นอย่างไร - ต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงอะไรในการเรียนของตัวเอง
D (Direction and Doing)	- ตอนนี้ได้ลงมือทำอะไรบ้างที่จะพาไปสู่สิ่งที่ต้องการในการเรียน
E (Evaluation)	- การกระทำอะไรบ้างที่จะทำให้ได้ในสิ่งที่ต้องการในการเรียน - เราได้ทำหรือไม่
P (Planning)	- มีการวางแผนอย่างไรที่จะพาไปสู่สิ่งที่ต้องการในการเรียน



Reflection

2. สิ่งที่นักเรียนพัฒนาเกี่ยวกับการเข้าแผนการเรียนที่นักเรียนวางแผนไว้
-
-
-
-
3. วิเคราะห์ข้อดี.....
4. สิ่งที่ต้องพัฒนา.....
5. เป้าหมายการเข้าแผนการเรียนที่นักเรียนเลือก.....



กิจกรรมที่ 3 การวางแผนเลือกสายการเรียน			
วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<p>1. เพื่อให้มีนักเรียนค้นคว้าอาชีพในอนาคตที่อยากเป็น เพื่อนำไปใช้การวางแผนการเรียน</p> <p>2. เพื่อให้มีนักเรียนสามารถเลือกแผนการเรียน สอดคล้องกับคณะและอาชีพที่สนใจได้</p> <p>3. เพื่อให้มีนักเรียนมีตัวแบบในการเลือกสายการเรียนของตนเอง</p>	<p>1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ</p> <p>2. ทักษะการสะท้อนกลับ (Reflection) จากการที่นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเลือกสายการเรียน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 2.1 การเลือกสายการเรียนของชั้น</p> <p>3. ใบความรู้ 2.2 เรื่อง My idols goal setting in studying</p> <p>4. Padlet</p>	60 นาที
การวางแผนเลือกสายการเรียน			
กิจกรรม	การดำเนินงานเลือกสายการเรียน	ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)	ความมุ่งมั่น (Commitment)
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้จัดให้นักเรียนแบ่งคนละก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม โดยให้นักเรียนหลับตาและเปิดเพลงเบา ๆ ส่วนคนกลางรวมให้นักเรียนมีอารมณ์ร่วมไปกับคนรอบข้างที่ฟังเพลงเบา ๆ ส่วนคนปลายเป็นเวลา 1 นาทีและให้นักเรียนเริ่มดำเนิน</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้จัดเป็นโมเดล Padlet</p> <p>2. ผู้จัดยกตัวอย่าง Padlet</p> <p>3. ผู้จัดยกตัวอย่างเรื่อง การเลือกสายการเรียนของชั้น</p> <p>4. ผู้จัดให้นักเรียนได้เล่าถึง ใบงาน การเลือกสายการเรียนของชั้น ให้เพื่อน ๆ ในกลุ่มฟัง และให้เพื่อนได้กำลังใจซึ่งกันและกัน</p> <p>5. แยกใบความรู้เรื่อง My idols goal setting in studying ให้เวลาให้นักเรียนอ่าน 2-3 นาที และถามว่า เมื่ออ่านจบแล้ว มีความคิดและความรู้สึกอย่างไรกับใบงานที่ได้อ่าน</p> <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้จัดให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเลือกสายการเรียน</p> <p>2. ผู้จัด Reflection นำนักเรียนสื่ออย่างไรกับกิจกรรมนี้ และได้เรียนรู้เรื่องจากกิจกรรมนี้</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>ผู้จัดยก Big Picture ในการเรียนครั้งนี้เกี่ยวกับเรียนสู่การเลือกสายการเรียน นักเรียนเรียนรู้การเลือกแผนการเรียน และกรณีศึกษา</p> <p>- ให้นักเรียนเขียนความสำคัญของการเลือกสายการเรียน</p> <p>- เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ชื่ออาชีพจากการเขียนตามคณะที่กำหนดให้ และมีชื่อระบุความสนใจของนักเรียน และให้นักเรียนได้สำรวจตนเองว่าอยากเรียนคณะใด ให้นักเรียนได้เขียนการเลือกสายการเรียนของชั้น เช่น อยากเรียนคณะแพทยศาสตร์</p> <p>ผู้จัดเปิดหลักสูตรคณะแพทยศาสตร์ในแต่ละมหาวิทยาลัยให้นักเรียนดู เมื่อเรียนจบประกอบอาชีพ แพทย์ในระบบราชการหรือโรงพยาบาลเอกชน อาจจายไปในมหาวิทยาลัย นักวิจัยหรือนักวิชาการ เป็นต้น นักเรียนศึกษาต่อระดับชั้นมัธยม 4 เข้าสายการเรียนอังกฤษ วิทยาศาสตร์</p>	<p>ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)</p> <p>ที่นักเรียนรู้สึกเชื่อในความสามารถของนักเรียน และนักเรียนเห็นถึงความสำคัญของการเลือกสายการเรียนอย่างไร</p> <p>ให้นักเรียนเขียนความสำคัญของการเลือกสายการเรียนว่าสำคัญกับตนเองอย่างไร</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- กระมีตัวอย่าง</p> <p>- การอภิปรายกลุ่มย่อย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p>

ชื่อ-นามสกุล..... ชื่อเล่น

ใบงาน การเลือกสายการเรียนของฉัน

คำชี้แจง เขียนอาชีพที่เมื่อเรียนจบจากคณะเหล่านี้ให้ได้มากที่สุด และวงกลมคณะที่ตนเองอยากเรียนมากที่สุด

แพทยศาสตร์	บริหารธุรกิจ	อักษรศาสตร์	นิเทศศาสตร์	คณะอื่นที่สนใจ (โปรดระบุ)

คณะที่ฉันสนใจ คือ

เพราะ.....

เข้าสายการเรียน

Reflection นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเลือกสายการเรียน.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 4 เชื่อมมันในตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน		
วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้
<p>1. เพื่อให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองสามารถนำไปสู่การเลือกสายการเรียนนั้นๆ ได้</p>	<p>1. สังเกตจากการที่ความร่วมมือนในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ</p> <p>2. พิจารณาสะท้อนกลับ (Reflection) จากการทำนักเรียนเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 3 การไปสู่เป้าหมาย (ตอนที่ 1) มหาวิทยาลัยที่ชอบ)</p> <p>3. คลิปวิดีโอ 3 tip to boost your confidence- TED-Ed</p>
<p>60 นาที</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p>	<p>ทฤษฎีและเทคนิคที่นำไปประยุกต์</p>
กิจกรรม		
<p>กิจกรรมที่ 4 เชื่อมมันในตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p>	<p>ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง</p> <p>(Self-Efficacy)</p>
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้จัดยกตัวอย่างให้นักเรียน</p> <p>2. ผู้จัดยกตัวอย่างให้นักเรียนกลุ่มในครั้งที่ผ่านมากเกี่ยวกับข้อเสียที่นักเรียนสนใจ</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้จัดให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามคณะที่สนใจ</p> <p>2. จากนั้นผู้จัดให้นักเรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันบอกเล่าถึงคณะที่ตนเองสนใจ และแผนการเรียนที่สอดคล้อง</p> <p>3. ผู้จัดแจกใบงานเรื่อง การไปสู่เป้าหมาย</p> <p>4. ผู้จัดให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน</p> <p>(Goal Setting in Studying)</p>	<p>ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง</p> <p>(Self-Efficacy)</p>
<p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้จัดให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมตามความเข้าใจจากการทำงานที่กิจกรรม</p> <p>2. ผู้จัดสรุปเพิ่มเติม</p>	<p>กล่าว Big Picture ในการเรียนครั้งนี้ นักเรียนมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง เชื่อว่าตนเองสามารถเข้าสายการเรียนที่ตั้งเป้าหมายได้ และมีความสามารถในการควบคุมตนเองตามเป้าหมายที่กำหนด</p> <p>- นักเรียนเข้ากลุ่มและช่วยกันค้นหาข้อดีจากอินเตอร์เน็ตเกี่ยวกับคณะที่ในกลุ่มสนใจ คณะนั้นที่กลุ่มของนักเรียนเลือกนั้นต้องเข้าสายการเรียนอะไร ผู้จัดให้นักเรียนค้นหาข้อดี 5 นาที เขียนหัวข้อ Mind mapping ส่งตัวแทนกลุ่มมานำเสนอ</p>	<p>(คณะที่ใช้ มหาวิทยาลัยที่ชอบ) เพื่อให้ให้นักเรียนได้สำรวจและหาตัวตนเองถึงอุปสรรคและจุดเด่นของตนเองที่นำไปสู่เป้าหมายทางการเรียนของตนเอง ให้นักเรียนได้ลงมือทำ</p> <p>นักเรียนแสดงความคิดเห็นในเรื่อง การไปสู่เป้าหมาย (คณะที่ใช้ มหาวิทยาลัยที่ชอบ) ของตนเอง</p> <p>โดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง นำไปสู่การเลือกสายการเรียน</p>
		<p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- การบรรยาย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- การอภิปรายกลุ่มย่อย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p>

ชื่อ-นามสกุล _____ ชื่อเล่น _____

ใบงาน การไปสู่เป้าหมาย (คณะที่ใช่ มหาวิทยาลัยที่ชอบ)

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนสิ่งที่ เป็นอุปสรรค (Fixed mindset) และจุดเด่น (Growth mindset) ของตนเอง ที่มีผลต่อการไปสู่เป้าหมาย



FIXED MINDSET

GROWTH MINDSET



Reflection นักเรียนมีความเชื่อมั่นในการวางแผนไปสู่เป้าหมาย (คณะที่ใช่ มหาวิทยาลัยที่ชอบ) ของตนเองอย่างไร

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 5 การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเอง			
วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<p>1. เพื่อให้มีเรียนเห็นความสำคัญของการควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมายทางการเรียน</p> <p>2. เพื่อให้มีเรียนมีหนทางในการควบคุมตนเองให้ไปสู่เป้าหมายทางการเรียนที่ตั้งใจ</p> <p>เป้าหมายทางการเรียน</p>	<p>1. ผู้วิจัยสังเกตจากความสนใจที่ได้แสดงความคิดเห็น การร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยกล้าซักถาม และกล้าให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม และการตอบคำถาม</p> <p>2. ผู้วิจัยสังเกตจากการเขียนใบงาน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 4 กฎการควบคุมตนเองด้านการเรียน</p>	60 นาที
กิจกรรม			
การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย			
กิจกรรมที่ 5 การลงมือปฏิบัติควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)	ความมุ่งมั่น (Commitment)
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน</p> <p>2. ผู้วิจัยร่วมกับทบทวนการเข้าร่วมกลุ่มเสริมสร้างเป้าหมายทางการเรียน</p> <p>ขั้นต้นเป็นการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยนักเรียนเขียนกฎให้ตัวเอง (Writing Your Own Rules)</p> <p>2. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียน</p> <p>3. ผู้วิจัยสรุปนักเรียนเรื่อง กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียน "กฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียนนี้ทุกคนทำตามกฎของตัวเองกันมาเรื่อยๆ เพราะฉะนั้นขอให้ทุกคนทำตามกฎของตัวเอง ซึ่งสอดคล้องกับตัวเองเพื่อเป็นการควบคุมตัวเองให้ไปสู่เป้าหมายทางการเรียนได้สำเร็จ"</p> <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการควบคุมตัวเองในการเรียน ให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรม</p> <p>2. ผู้วิจัยสรุปกับนักเรียนมีแนวทางในการควบคุมตัวเองในการเรียนมากขึ้น</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน</p> <p>(Goal Setting in Studying)</p> <p>กล่าว Big Picture ในการเรียนครั้งนี้ เพื่อให้เห็นความสำคัญของการควบคุมตนเอง นักเรียนจะมุ่งเน้นในการดำเนินตามแผนเป้าหมายและทำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้</p> <p>เพื่อให้ให้นักเรียนได้ตั้งกฎของตัวเอง เพื่อเป็นแนวทางในการควบคุมตัวเองด้านการเรียน</p>	<p>- ในครั้งที่ 4 หลังจากนี้ผู้วิจัยให้สมาชิกบอกสิ่งที่ทำให้ควบคุมตัวเองไม่ได้ในด้านการเรียน โดยให้สถานการณ์จำลอง (หลักในห้องเรียน คุยกับเพื่อน เล่นโทรศัพท์ที่ขณะที่คุณสอน ไม่ส่งการบ้าน)</p> <p>- การเขียนกฎให้ตนเองเปรียบเสมือนการทำสัญญาใจกับพฤติกรรมที่ได้แสดงออกมา "ขอให้ทุกคนได้ตั้งกฎการควบคุมตัวเองด้านการเรียนให้เหมาะสมกับตัวเองกันนะคะ"</p> <p>- ติดตามผลในกิจกรรมครั้งที่ 6 และ 7</p>	<p>ทฤษฎีและเทคนิคที่นำมาประยุกต์</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- สถานการณ์จำลอง</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- การอภิปรายกลุ่มย่อย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p>



ชื่อ-นามสกุล ชื่อเล่น

ACADEMIC SELF-CONTROL RULES

Blank area for writing academic self-control rules, featuring a vertical list of five colored circles (pink, grey, light pink, grey, yellow) on the left side.

..... พยาน
 พยาน
 ผู้เขียน
 วัน/เดือน/ปี -----



กิจกรรมที่ 6 มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ			
วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการเรียน เพื่อนำไปสู่แผนการเรียนที่ต้องการ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ข้อดี และสิ่งที่ต้องพัฒนา 	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ประเด็นการซักถามต่าง ๆ การมีส่วนร่วม การแสดงความคิดเห็น การฟังการตอบ 2. พิจารณาสะท้อนกลับ (Reflection) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Power Point 2. ใบงานที่ 6 แผนชีวิตในการเรียน Goal Setting 3. กรณีตัวอย่างที่เป็นสถานการณ์ 2 สถานการณ์ 4. ใบงาน การไปสู่มุ่งหมาย (ตอนที่ 1) มหัทธยาสิทธิ์ที่สอน) 	60 นาที
กิจกรรม			
<p>กิจกรรมที่ 6 มุ่งมั่นในการเรียน นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ</p> <p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน นอก Big Picture ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้ นักเรียนทุกคนในกรณีศึกษาที่มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ เพื่อให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการดำเนินตามแผนที่กำหนดไว้ เพื่อให้เข้าสู่วิทยาการการเรียนรู้ได้ <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยอธิบายศึกษาและขั้นตอนการทำกิจกรรม ดังนี้ <ol style="list-style-type: none"> 1.1 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนเป็น 3 กลุ่ม 1.2 ผู้วิจัยแจกกรณีตัวอย่าง เรื่อง "ในห้องเรียน" ให้นักเรียนได้อ่าน 1.3 ให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอและถามความเห็นของเพื่อนอีกกลุ่มว่า เห็นด้วยกับที่กลุ่มคิดไว้หรือไม่ 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นกับกรณีศึกษา 3. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง STUDY LIFE PLAN <p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. นักเรียนได้สะท้อนตนเอง Reflection หลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อสรุปเป็นแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้ 2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมโดยเชื่อมโยงความคิดเห็นและผลสรุปของนักเรียนเกี่ยวกับกรณีศึกษาเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมาย 	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p> <p>ให้นักเรียนเขียนลงใบงาน บุคคลในกรณีศึกษา มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือไม่ เป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดี</p> <p>มีเป้าหมายทางการเรียนหรือไม่ เป็นเป้าหมายประเภทใด ดีหรือไม่ดีอย่างไร</p>	<p>ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)</p>	<p>ความมุ่งมั่น (Commitment)</p> <p>เพื่อให้ให้นักเรียนได้สำรวจตนเอง 5 สิ่งที่นักเรียนมี Growth Mindset ในการเปลี่ยนแปลงชีวิตของนักเรียน ด้านการเรียน หรือสิ่งที่อยากจะทำ สิ่งที่ต้องการนี้เป็นสิ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลงต่อเป้าหมายในการเลือกแผนการเรียน และอาชีพที่ต้องการ ให้นำเวลาในการทำ 10 นาที</p>
			<p>ทักษะชีวิตและเทคนิคที่นำไปประยุกต์</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- กรณีตัวอย่าง</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- การอภิปรายกลุ่มย่อย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p>

STUDY LIFE PLAN

คำชี้แจง อะไรคือ 5 สิ่งที่คุณเรียนมี Growth mindset ในการเปลี่ยนแปลงชีวิตของคุณเรียนด้านการเรียน หรือสิ่ง
ยามทำอะไร สิ่งที่ต้องการนี้วางเป็นสิ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลงเร็วมาทำอะไร

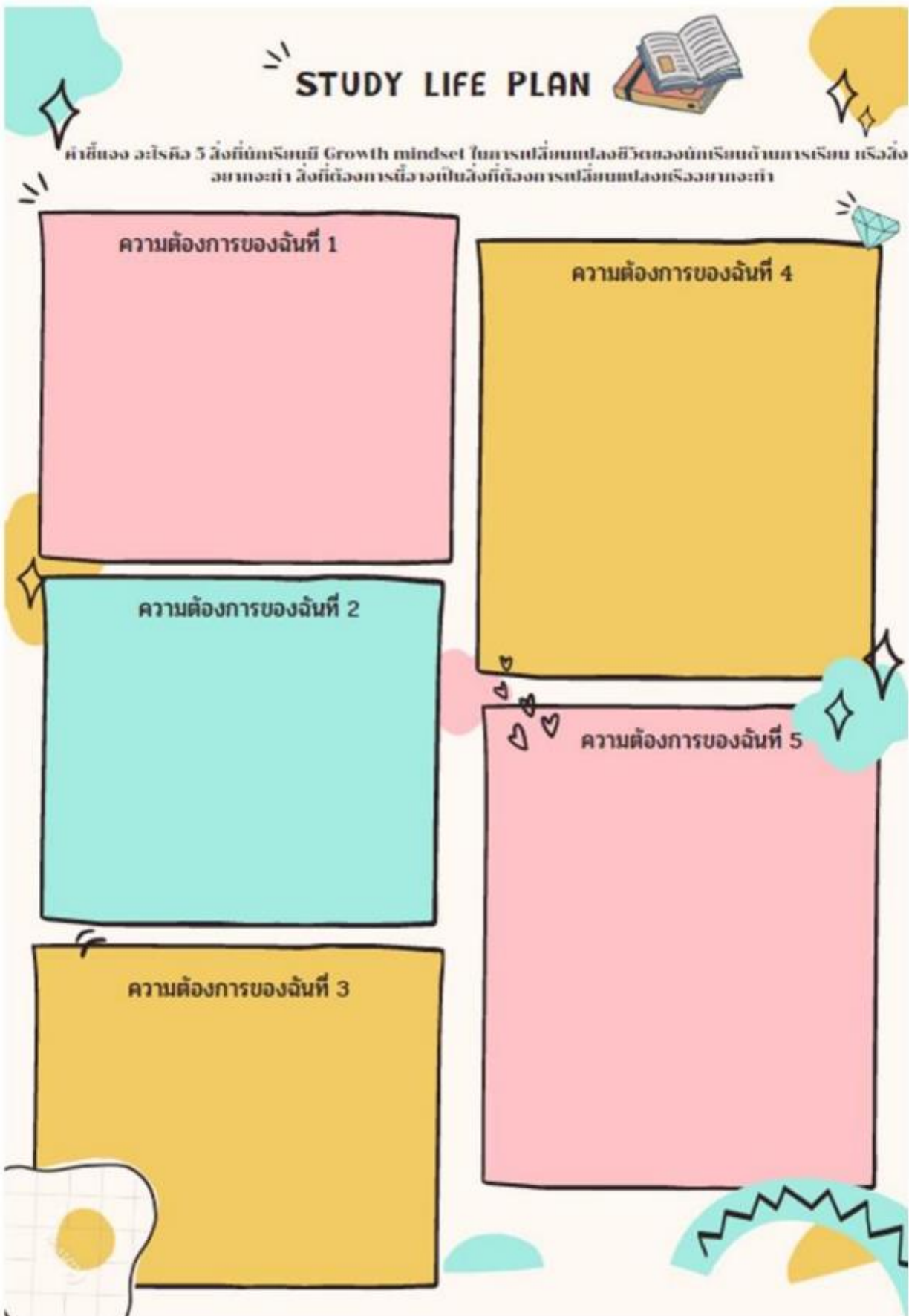
ความต้องการของฉันที่ 1

ความต้องการของฉันที่ 2

ความต้องการของฉันที่ 3

ความต้องการของฉันที่ 4

ความต้องการของฉันที่ 5

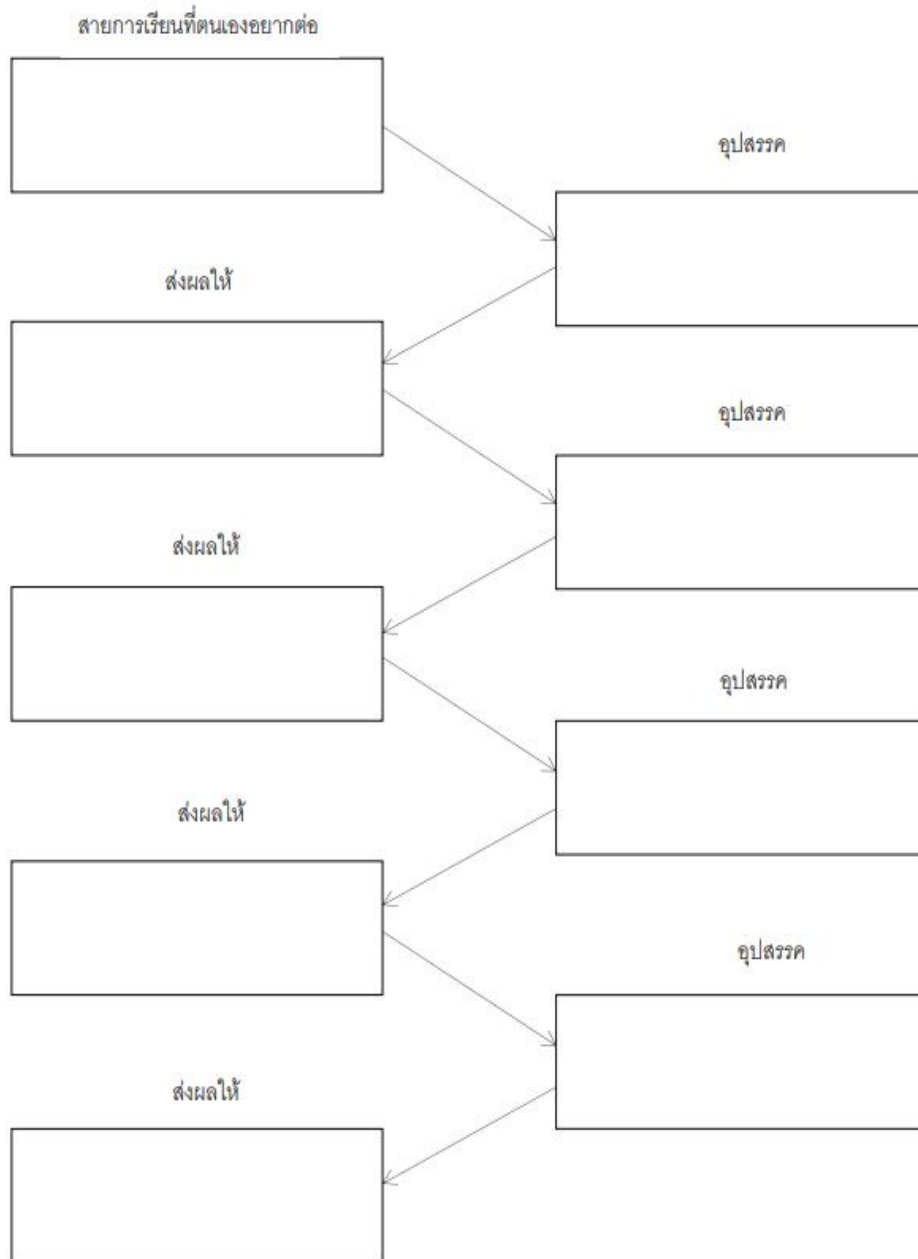


กิจกรรมที่ 7 ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความท้าทายนำมาไปสู่เป้าหมาย			
วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
<p>1. เพื่อให้นักเรียนได้เห็นความสำคัญของตัวเองความพยายามด้านการศึกษา</p>	<p>1. สังเกตจากการจากพฤติกรรม คำพูด น้ำเสียง ความสนใจ แสดงความคิดเห็น การให้ความร่วมมือ</p> <p>2. ทักษะถามจะก่อนกลับ (Reflection)จากการที่นักเรียนมีนักเรียนแต่ละคน ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ สรุปเกี่ยวกับความพยายามในการมีพัฒนาที่พัฒนาที่ไม่ได้ต่อความสำเร็จของนักเรียน</p>	<p>1. Power Point</p> <p>2. ใบงานที่ 6.1 อุปสรรคที่ขวางกั้นไปสู่สายการเรียน</p> <p>3. ใบงานที่ 6.2 ความพยายามเป็นหนทางไปสู่สายการเรียน</p>	60 นาที
กิจกรรม			
<p>กิจกรรมที่ 7 ก้าวไปด้วยกรอบคิดเติบโต ความท้าทายนำมาไปสู่เป้าหมาย</p> <p>เป้าหมาย</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p>	<p>ความเชื่อในความสามารของตนเอง (Self-Efficacy)</p>	<p>ทฤษฎีและเทคนิคที่นำมาประยุกต์</p>
<p>ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน บอก Big Picture ในภาระงวมกิจกรรมครั้งนี้</p> <p>2. ผู้วิจัยให้นักเรียน กล่าวคำสัญญาเกี่ยวกับตัวเองพร้อมกัน ดังนี้</p> <p>ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง อุปสรรคที่ขวางกั้นไปสู่สายการเรียน ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าถึง อุปสรรคที่ขวางกั้นไปสู่สายการเรียน ของตนเองให้สมาชิกคนอื่นฟัง</p> <p>2. ผู้วิจัยแจกใบงานเรื่อง ความพยายามเป็นหนทางไปสู่สายการเรียน</p> <p>3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าถึงใบงาน ความพยายามเป็นหนทางไปสู่สายการเรียนของตนเอง</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p>	<p>“ฉันตั้งใจทำกิจกรรมและประเมินตนเองด้วยความซื่อสัตย์ 100%”</p> <p>- เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจความคิดและความรู้สึกของตัวเองในอุปสรรคที่ขวางกั้นไปสู่สายการเรียนของตนเอง ให้นักเรียนได้ลงมือทำรายบุคคล และใช้เวลาในการทำ 10 นาที</p> <p>- เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจความคิดและความคิดเห็นของตัวเองในความพยายามที่จะไปสู่สายการเรียน ให้นักเรียนได้ลงมือทำ 10 นาที</p>	<p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p> <p>- การอภิปรายกลุ่มย่อย</p> <p>- Dweck's Mindset Theory</p> <p>- Locke's Goal-Setting Theory</p>
<p>ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)</p> <p>1. ผู้วิจัยสะท้อน Reflection ให้นักเรียนแต่ละคน ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมในครั้งนี้</p> <p>2. ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับความพยายามในการฝึกฝนพัฒนาที่มีผลต่อความสำเร็จของนักเรียน</p>	<p>การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)</p>	<p>- อุปสรรคที่ขวางกั้นไปสู่สายการเรียน ของตนเองให้สมาชิกคนอื่นฟัง และให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นฟัง และให้เพื่อนสมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกัน</p> <p>- ให้นักเรียนคนอื่นฟัง และให้เพื่อนสมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกัน</p>	<p>10 นาที</p>

ชื่อ-นามสกุล..... ชื่อเล่น.....

ใบงานเรื่อง Fixed mindset ที่จะไปสู่สายการเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนสิ่งที่เป็น Fixed mindset (อุปสรรค)ต่อการไปสู่สายการเรียน และคิดว่าอุปสรรคนั้นส่งผลให้เป็นอย่างไรบ้าง

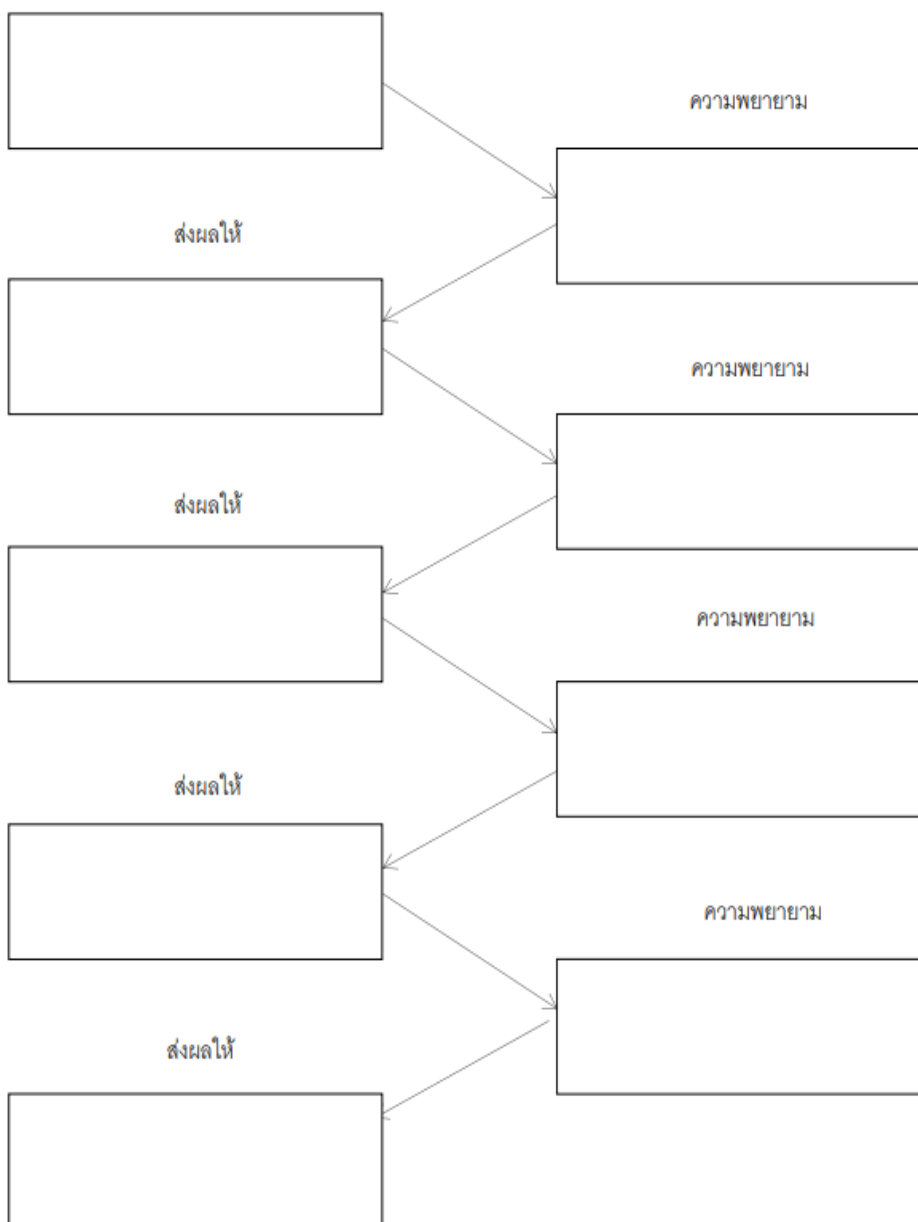


ความรู้สึกที่มีต่ออุปสรรคและสิ่งที่ส่งผลให้การไปสู่การเรียนให้สำเร็จ _____ %

ใบงานเรื่อง Growth mindset ที่จะไปสู่สายการเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนสิ่งที่เป็น Growth mindset ความพยายามต่อการไปสู่สายการเรียน และคิดว่าความพยายามนั้นส่งผลให้เป็นอย่างไรบ้าง

สายการเรียนที่ตนเองอยากต่อ



กิจกรรม Teaching the zig-zag technique (Windy Dryden. 1998 : 149)

ความรู้สึกที่มีต่อความพยายามและสิ่งส่งผลให้การเรียนรู้ให้สำเร็จ _____ %

กิจกรรมที่ 8 ปัจจัยมีเทส			
วัตถุประสงค์	การประเมิน	สื่อการเรียนรู้	เวลา
1. เพื่อให้ผู้เรียนได้ทบทวน สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้อย่างเกี่ยวข้องกับกิจกรรมต่าง ๆ ในการเตรียมตัวสร้างเป้าหมายทางการเรียน 2. เพื่อให้ผู้เรียนได้ประเมินตนเองหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมความคิดเติบโต 3. เพื่อเตรียมสร้างเป้าหมายทางการเรียนของรุ่นต่อต้น นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน 4. ประเมินการเข้าร่วมโปรแกรม	1. ผู้วิจัยสังเกตจากการซักถาม การสะท้อนความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมของนักเรียนในกลุ่มที่มีต่อตนเอง ต่อสมาชิกในกลุ่ม ต่อผู้วิจัย 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบวัดเป้าหมายทางการเรียน	1. Power Point 2. คอมพิวเตอร์, iPad 3. Clip Vdo ประมวลภาพในกิจกรรมโปรแกรม 4. แบบวัดเป้าหมายทางการเรียน 5. ใบงานที่ 8 สิ่งที่ยังอยากบอก 6. From Team ประเมินการเข้าร่วมโปรแกรม	60 นาที
กิจกรรม			
กิจกรรมที่ 8 ปัจจัยมีเทส	การตั้งเป้าหมายทางการเรียน (Goal Setting in Studying)	ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)	ความมุ่งมั่น (Commitment)
ขั้นนำ (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที) ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนนอก Big Picture ทบทวนสาระสำคัญในสิ่งที่ได้เรียนรู้อยู่ในการเข้าโปรแกรมครั้งแรกจนถึง ครึ่งสุดท้าย 1. ผู้วิจัยถามนักเรียนถึงการนำทักษะต่าง ๆ ขั้นดำเนินการ (ใช้เวลาประมาณ 45 นาที) 1. ผู้วิจัยทบทวนการพัฒนากรอบคิดเติบโตใน 7 ครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบใบงานที่ 8 สิ่งที่ยังอยากบอก 3. ผู้วิจัยให้ทำสิ่งใด กล้าถามเรียนในเชิงพฤติกรรม 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำวัดเป้าหมายทางการเรียน ขั้นสรุป (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที) 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองต่อนักเรียนคนอื่น ๆ รวมทั้งผู้วิจัย 2. ผู้วิจัยเปิด Clip Vdo ประมวลภาพการเข้าร่วมกิจกรรม	1. ให้นักเรียนพัฒนากรอบคิดเติบโต โดยใช้ทักษะการพูดความ และการสรุปความ 2. ให้นักเรียนพัฒนากรอบคิดเติบโต โดยใช้ทักษะการพูดความ และการสรุปความ	- ให้นักเรียนทบทวนถึงความสำคัญของการมีกรอบคิดเติบโต การทบทวนความและการสรุป - สิ่งที่ยังเพิ่มเติม และสิ่งที่ต้องนำไปพัฒนาให้ดีขึ้น - เพื่อเป็นแรงผลักดันในการเตรียมสร้างกรอบคิดเติบโตของตนเอง และนำความรู้จากกรอบคิดเติบโตไปพัฒนากรอบคิดเติบโตของตนเอง - ต่อการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนากรอบคิดเติบโต - ให้นักเรียนวัยเด็กตอบปลาย โดยใช้คำถามปลายเปิด การทบทวนความ การสรุปความ และการสะท้อนความรู้สึก	ทบทวนสาระสำคัญในสิ่งที่ได้เรียนรู้อยู่ ให้นักเรียนเขียนบอกความรู้สึกในการเข้าร่วมโปรแกรม สิ่งที่ได้ การเปลี่ยนแปลงของตนเอง และภavnนำไปใช้เสริมสร้างกรอบคิดเติบโต

ใบงานที่ 7 สิ่งที่ฉันอยากบอก

ความรู้สึกรักของฉัน

.....

.....

.....

สิ่งที่ฉันได้เรียนรู้

.....

.....

.....

การพัฒนาและความเปลี่ยนแปลงของฉัน

.....

.....

.....

ความประทับใจจากการเข้าร่วมโปรแกรม

.....

.....

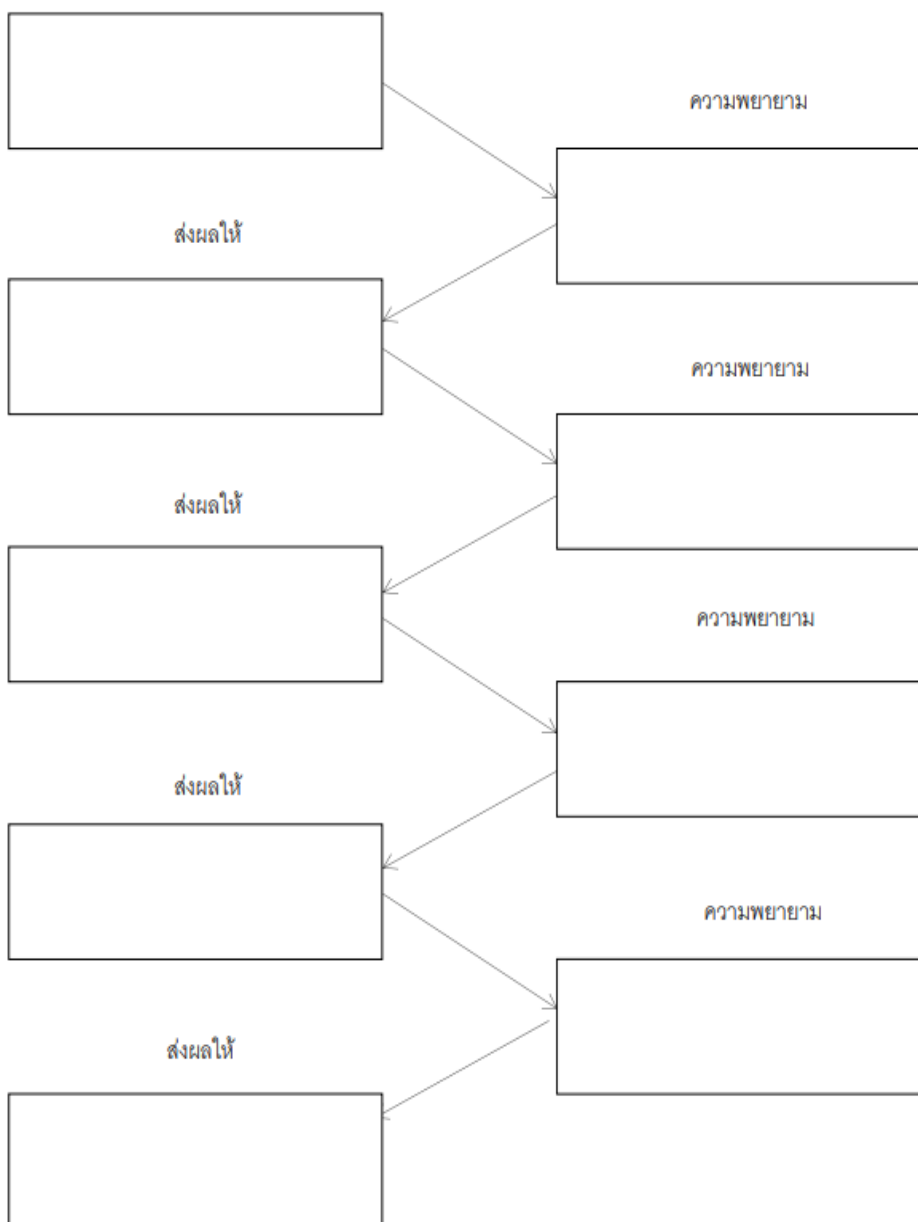
ชื่อ-นามสกุล.....

ชื่อเล่น.....

ใบงานเรื่อง Growth mindset ที่จะไปสู่สายการเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนสิ่งที่เป็น Growth mindset ความพยายามต่อการไปสู่สายการเรียน และคิดว่าความพยายามนั้นส่งผลให้เป็นอย่างไรบ้าง

สายการเรียนที่ตนเองอยากต่อ



กิจกรรม Teaching the zig-zag technique (Windy Dryden. 1998 : 149)

ความรู้สึกที่มีต่อความพยายามและสิ่งส่งผลให้การเรียนรู้ให้สำเร็จ _____ %

ประวัติผู้เขียน

