
ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม
เพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
Effects of a Guidance Activity Package Based on Social
Cognitive Theory on the Adversity Quotient of
Mattayomsuksa 1 Students

สุวิทย์ สONGคำแสง^{1*} / ปวีณา อ่อนใจเอื้อ²

Suwit Songkhamsang / Paveena Onjai-uea

^{1,2}คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Faculty of Education, Kasetsart University

*Corresponding Author

ได้รับบทความ: 30 มิถุนายน 2568

ปรับปรุงแก้ไข: 16 สิงหาคม 2568

ตอบรับตีพิมพ์: 26 สิงหาคม 2568

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2) เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมแนะแนว กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชวินิตนททจ. สามเสนวิทยาลัย 2 ปีการศึกษา

2567 ได้มาจากการสุ่มแบบกลุ่มอย่างง่าย จำนวน 2 ห้องเรียน และจับฉลาก 1 ห้องเรียน เป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 37 คน และจับฉลาก 1 ห้องเรียน เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 35 คน โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค และแบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมมีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างทักษะการฟื้นฝ่าอุปสรรคและควรนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนา นักเรียนในระดับมัธยมศึกษา

คำสำคัญ: ชุดกิจกรรมแนะแนว, ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม, ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค

Abstract

This study employed a quasi-experimental research design. The objectives were: 1) to examine the effects of implementing a guidance activity package based on Social Cognitive Learning Theory to develop the adversity quotient (AQ) of Mattayomsuksa 1 students, and 2) to compare the adversity quotient (AQ) between the experimental group and the control group before and after participating in the guidance activity package. The sample group consisted of Mattayom 1 students of Ratchananthachan School, Samsenwittayalai 2, in the academic year 2024, obtained from simple cluster random sampling, 2 classrooms, and 1 classroom was drawn as a control group, 37 people, and 1 classroom was drawn as an experimental group, 35 people, Two classrooms were selected using simple cluster random sampling. One classroom was randomly assigned as a control group (n=37), and the other as an experimental group (n=35). The

research instruments included the guidance activity package, an adversity quotient questionnaire, and a satisfaction questionnaire. The results of this study indicated that the guidance activity package based on Social Cognitive Learning Theory was effective in enhancing students' adversity quotient. Therefore, it is recommended that this approach be implemented as a guideline for developing secondary school students' ability to overcome adversity.

Keywords: Guidance Activity Package, Social Cognitive Theory, Adversity Quotient

บทนำ

สังคมโลกในศตวรรษที่ 21 มีความแตกต่างจากในอดีตมาก มีการเคลื่อนย้ายผู้คน สื่อเทคโนโลยีและทรัพยากรต่าง ๆ จากทั่วทุกมุมโลกอย่างรวดเร็วและสะดวก มีความเชื่อมโยงทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง การปกครองระหว่างภูมิภาค ประเทศ สังคมและชุมชน มีความซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงของความรู้และข้อมูลข่าวสาร ตลอดเวลาอย่างเป็นพลวัต แนวโน้มเด็กและเยาวชนในอนาคตจึงควรมีทักษะและคุณลักษณะที่จำเป็นของประชากรในศตวรรษที่ 21 ดังนั้น การจัดการศึกษาของประเทศไทยจึงจำเป็นต้องกำหนดเป้าหมายการพัฒนา การวางแผน และการสร้างทักษะพื้นฐานที่จำเป็นของทรัพยากรมนุษย์ที่จะศึกษาต่อในระดับต่าง ๆ หรือเข้าสู่ตลาดแรงงาน หรือต้องปรับหลักสูตรและวิธีการจัดการเรียนรู้ที่มีความยืดหยุ่น มีความหลากหลาย เพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีความรู้ ทักษะ และสมรรถนะที่พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงในโลกดิจิทัลในปัจจุบันและอนาคต (กระทรวงศึกษาธิการ, 2565)

สังคมปัจจุบันมีความเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ด้านอย่างรวดเร็ว การรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงและความสามารถต่อการแก้ไขปัญหาของทุกคนในสังคม ความสามารถที่จะ

ดูแลตนเองได้ ไม่เป็นภาระต่อสังคมและประเทศชาติ ความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจึงได้ให้ความสำคัญต่อคุณภาพของผู้คนทุกคนในประเทศหรือพลเมืองไทยทุกคนในประเทศให้มีความมีชีวิต การเรียนรู้ทักษะชีวิตเป็นสิ่งสำคัญในการเตรียมความพร้อมให้กับเด็กและผู้ใหญ่ เพื่อให้อยู่ร่วมกับความเสี่ยงและความท้าทายในยุคปัจจุบันได้ทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์กันในเชิงบวกและอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเป็นสุข (มูลนิธิไรท์ทูเพลย์, 2560)

การแนะแนวมีความสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งเนื่องจากการแนะแนวมีจุดมุ่งหมายและหลักการที่สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของ การศึกษา คือ การช่วยให้เยาวชนของชาติเป็นผู้ที่คิดเป็นทำเป็นและแก้ไขปัญหาเป็นโดยเน้นให้ผู้เรียน ได้รับการส่งเสริมพัฒนาในทุก ๆ ด้านการแนะแนวจะช่วยป้องกันปัญหาสังคมลดปัญหาต่าง ๆ ให้ลดน้อยลง (สุนิสา วงศ์อารีย์, 2559)

ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฝ่าอุปสรรค (Adversity Quotient) เป็นความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรคและความยากลำบาก หรือความฉลาดในการฝ่าวิกฤตสามารถเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสดังแนวคิดของ Stoltz (1997) ได้ทำการวิจัยและศึกษาพบว่า ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฝ่าอุปสรรค หรือ AQ เป็นสิ่งที่กำหนดความสำเร็จทั้งในหน้าที่การงาน และการดำเนินชีวิต รวมทั้งสามารถบอกได้ว่าเราจะเอาชนะและมีความอดทนต่ออุปสรรค ได้มากน้อยแค่ไหน

การพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฝ่าอุปสรรคให้ดียิ่งขึ้นชุดกิจกรรมที่นำมาจัดการเรียนรู้เพิ่มเติมนอกเหนือจากการเรียนการสอนแบบเดิมก็คือชุดกิจกรรมที่นำวิธีการเทคนิคการสอนที่หลากหลายมาใช้ออกแบบแผนจัดการเรียนรู้และกิจกรรม ซึ่งกระตุ้นให้ผู้เรียน เอาชนะปัญหา อุปสรรคในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างมีสติ มีความรับผิดชอบและหาแนวทางแก้ไขด้วยความมุ่งมั่นจนสามารถฟื้นฝ่าความยากลำบากและเอาชนะปัญหาได้ (จันทร์ศิริ โชคคณาพิทักษ์, 2564)

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เนื่องจากนักเรียนต้องมีการปรับตัวต่อการใช้ชีวิต ในด้าน

การเรียนรู้ ด้านสังคม และสิ่งแวดล้อมใหม่โดยเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในช่วงที่ผ่านมาส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของทุกคนเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็น ปัญหาสุขภาพกาย รวมถึงปัญหาสุขภาพจิต เด็กและวัยรุ่นจึงต้องมีภูมิคุ้มกันด้านทันตต่อปัจจัยเสี่ยงที่ใกล้ตัว ล้วนเป็นปัญหาที่วัยรุ่นอาจพบเจอ และสิ่งเหล่านี้มักสร้างปัญหาและคำถามมากมายให้กับวัยรุ่น (กระทรวงสาธารณสุข, 2559) ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์จะศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อให้ นักเรียนพัฒนาแนวทางการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง มีแรงจูงใจในการพัฒนาตนเอง พร้อมทั้งเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคกับปัญหาต่าง ๆ ด้วยวิธีที่สร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

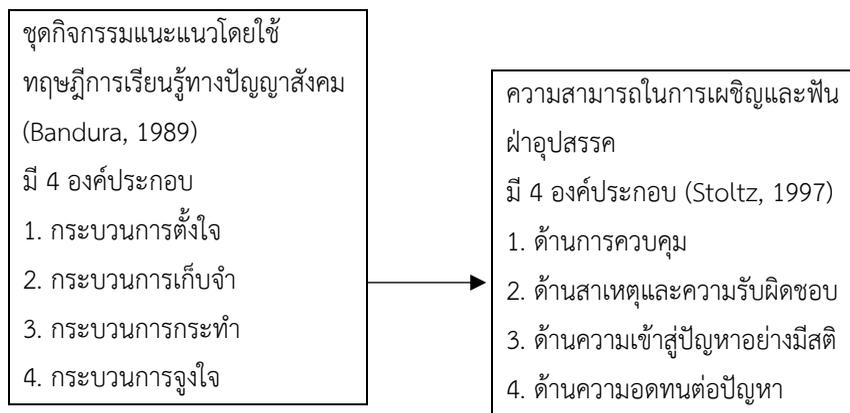
1. เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมแนะแนว

สมมติฐานในการวิจัย

1. กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. หลังการเข้าร่วมกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชันนทาจารย์ สามเสนวิทยาลัย 2 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 7 ห้องเรียน จำนวน 282 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชันนทาจารย์ สามเสนวิทยาลัย 2 ปีการศึกษา 2567 ได้มาจากการสุ่มแบบกลุ่มอย่างง่าย จำนวน 2 ห้องเรียน และจับฉลาก 1 ห้องเรียน เป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 37 คน และจับฉลาก 1 ห้องเรียน เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 35 คน

3. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม
ตัวแปรตาม คือ ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 3 ชุด ดังนี้

1. แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
2. แบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว โดยใช้
ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม เพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อ
อุปสรรคของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังเข้าร่วมกิจกรรม
3. แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวโดยใช้
ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม เพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อ
อุปสรรคของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
4. ชุดกิจกรรมแนะแนว

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีกระบวนการสร้างเครื่องมือ ดังนี้
 - 1.1. ศึกษาองค์ประกอบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค
(AQ) ของ Stoltz (1997) ซึ่งเรียกว่า CO2RE ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ 1) ด้านการ
ควบคุม 2) ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ 3) ด้านความเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติ
4) ด้านความอดทนต่อปัญหา
 - 1.2 ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค
 - 1.3 นำความรู้ที่ได้จากการศึกษาหนังสือ ตำรา และงานวิจัยดังกล่าวมา
สร้างแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี
ที่ 1

1.4 นำข้อคำถามในแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหา และความเหมาะสมของข้อคำถามในแบบวัด

1.5 นำข้อคำถามที่ผ่านการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ เพื่อรับฟังคำวิจารณ์ และข้อที่ควรปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

1.6 นำข้อคำถามในแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไขไปตรวจสอบความเหมาะสมโดยให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบดัชนีความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์และข้อคำถาม

1.7 นำผลการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านมาวิเคราะห์หาดัชนีความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์และข้อคำถาม (IOC) โดยคัดเลือกข้อความที่มีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67– 1.00

1.8 ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญและนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ เพื่อพิจารณาอีกครั้งและเพื่อตรวจทานความถูกต้องและความสมบูรณ์ของแบบวัด ซึ่งข้อคำถามหลังจากปรับตามข้อเสนอแนะมีจำนวน 40 ข้อ แบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการควบคุม 2) ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ 3) ด้านการเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติ 4) ด้านความอดทนต่อปัญหา

1.9 นำแบบวัดไปหาค่าความเชื่อมั่นกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชภัฏนครราชสีมาสามเสนวิทยาลัย 2 จำนวน 37 คน ซึ่งนักเรียนดังกล่าวไม่ใช่กลุ่มเดียวกันกับกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient Cronbach) โดยได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด เท่ากับ 0.903

2. แบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค

แบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของ

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นแบบสอบถามให้นักเรียนประเมินความคิดเห็น ความรู้สึก และประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับหลังการเข้าร่วมกิจกรรม เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองทั้ง 12 ครั้ง รวมทั้งให้นักเรียนได้ประเมินผู้วิจัยด้วยโดยแบบสอบถามจะมีลักษณะ ข้อคำถามเป็นมาตรฐานประมาณค่า จำนวน 10 ข้อ คำถามวัด 2 องค์ประกอบ คือ 1) สอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึก และประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับหลังการเข้าร่วมกิจกรรมและต่อผู้วิจัย 2) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

3. แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แบบบันทึกกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมการทดลองแต่ละครั้ง ให้นักเรียนสรุปสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้และประโยชน์ที่ได้รับในแต่ละครั้งที่เข้าร่วมกิจกรรม รวมถึงให้ความเห็นและข้อเสนอแนะที่ใช้ในการปรับปรุงกิจกรรมครั้งต่อไป สำหรับแบบบันทึกกิจกรรมแนะแนวได้ผ่านการตรวจสอบความเหมาะสมจากอาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

4. ชุดกิจกรรมแนะแนว

ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีขั้นตอนในการสร้าง ดังต่อไปนี้

1. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับแนวทางการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว จากการศึกษาจากหนังสือเอกสาร ตำราและงานวิจัย ดังกล่าวมาสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว

2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม จากหนังสือเอกสารตำราและศึกษาจากงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม

3. ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค

4. นำความรู้ที่ได้จากการศึกษาจากหนังสือ เอกสาร ตำราและงานวิจัยดังกล่าวมาสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ดำเนินกิจกรรมแนะแนวทั้งสิ้น 12 ครั้ง โดยแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 50 นาที

5. นำชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระเพื่อตรวจสอบความถูกต้อง ความสอดคล้องและดำเนินการแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

6. นำชุดกิจกรรมแนะแนวที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปตรวจสอบความเหมาะสมโดยให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบคุณภาพความตรง (Validity) ด้วยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) หรือค่าความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรม โดยชุดกิจกรรมแนะแนวที่สร้างขึ้นมีความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรม อยู่ระหว่าง 0.67-1.00

7. นำชุดกิจกรรมแนะแนวที่ผ่านการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน แล้วนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าอิสระ เพื่อพิจารณาอีกครั้งแล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขก่อนที่จะนำชุดกิจกรรมแนะแนวไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การใช้สถิติพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล

การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองและ

แบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคหลังเข้าร่วมกิจกรรมและต่อผู้วิจัย

2. การทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

2.1 การทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลองโดยใช้สถิติทดสอบความแตกต่าง Paired-Sample t-test

2.2 การทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองโดยใช้สถิติทดสอบความแตกต่าง Independent-Sample t-test

3. การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

วิเคราะห์เนื้อหาในส่วนคำตอบของข้อคำถามปลายเปิดจากแบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และต่อผู้วิจัยเมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมและวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในแต่ละครั้ง โดยการสรุปและประเมินสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้งด้วยการบรรยาย

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผลการทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 1 ผลการทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง โดยการทดสอบค่าที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ (Independent sample t-test)

กลุ่มระยะก่อนทดลอง	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	sig
กลุ่มทดลอง	35	3.19	0.39	1.031	0.310
กลุ่มควบคุม	37	3.35	0.55		

Sig.<.05

จากตารางที่ 1 พบว่า จากการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคกลุ่มทดลองในระยะก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนอยู่ที่ 3.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 0.39 และค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนอยู่ที่ 3.35 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 0.55 จากการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคในระยะก่อนการทดลองที่ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 2 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบค่าที่แบบจับคู่ (Paired sample t-test)

กลุ่มทดลอง	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	sig
ก่อนทดลอง	35	3.19	0.39	4.022	0.000*
หลังทดลอง	35	3.78	0.69		

*Sig.<.05

จากตารางที่ 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค กลุ่มทดลอง ในระยะก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนอยู่ที่ 3.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 0.39 ในระยะหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนอยู่ที่ 3.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 0.69 และจากการทดสอบสมมติฐานการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยของคะแนนแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคในระยะหลังทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระยะ .05

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที่แบบกลุ่มตัวอย่างอิสระ (Independent Sample t-test)

ระยะหลังการทดลอง	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	sig
กลุ่มทดลอง	35	3.78	0.69	4.269	0.000*
กลุ่มควบคุม	37	3.50	0.60		

*Sig.<.05

จากตารางที่ 3 จากการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคกลุ่มทดลองในระยะหลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนอยู่ที่ 3.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 0.69 และค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนอยู่ที่ 3.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 0.60 และจากการทดสอบสมมติฐานการวิจัย พบว่าในระยะหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาแบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองในแต่ละครั้ง

จากการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียน พบว่า นักเรียนเกิดความรู้ มีความเข้าใจถึงความหมาย ความสำคัญและประโยชน์ของการใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมและความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค สามารถนำความรู้และประสบการณ์มาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต ช่วยเสริมสร้างทักษะการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค สามารถปรับตัวและเตรียมความพร้อมกับการรับมือและสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดีขึ้นและสามารถเติบโตจากความยากลำบากได้ ส่งผลให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาในส่วนคำตอบของข้อคำถามปลายเปิดจากแบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค และต่อผู้วิจัยเมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม

จากการวิเคราะห์แบบสอบถามความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้น พบว่านักเรียนได้รับความรู้และประสบการณ์การเรียนรู้ ตามวัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 คือ นักเรียนได้พัฒนาทักษะการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในการจัดการกับสถานการณ์ที่ยากลำบากและการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในชีวิตได้ดีขึ้น เสริมสร้างความมั่นใจในตนเองและกล้าเผชิญกับความท้าทาย ช่วยให้นักเรียนสามารถเรียนรู้จากการสังเกตจากตัวแบบเพื่อปรับใช้ในชีวิตจริงตัวอย่างเช่น เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ได้แนวทางต่าง ๆ เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนและได้เรียนรู้เกี่ยวกับการสังเกตผ่านตัวแบบ เห็นตัวอย่างการเผชิญปัญหาและอุปสรรค การแก้ไขปัญหาช่วยเพิ่มความมั่นใจในความสามารถของตนเอง

อภิปรายผล

ผลการศึกษารังนี้้อภิปรายได้ว่า กิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ในการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวครั้งนี้ที่ผู้วิจัยใช้หลักการเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) ซึ่งมีองค์ประกอบ คือ 1. ด้านการควบคุม 2. ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ 3. ด้านความเข้าสู่ปัญหาอย่างมีสติ 4. ด้านความอดทนต่อปัญหา ช่วยให้นักเรียนทราบความหมาย ความสำคัญและประโยชน์ของการใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมและความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เรียนรู้เกี่ยวกับความกล้าเผชิญกับปัญหา ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง เข้าใจปัญหาและความขัดแย้งที่เกิดขึ้น มองปัญหาว่าเป็นสิ่งท้าทาย

จากผลการศึกษาดังกล่าวชุดกิจกรรมมุ่งเน้นการใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ในการพัฒนาแนวคิดและทักษะในการเผชิญกับอุปสรรค และส่งเสริมการพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาและการควบคุมตนเองเพื่อเผชิญ

กับสถานการณ์ที่ท้าทาย ส่งเสริมการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่นักเรียนสามารถนำไป
ปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันและในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนและ
การพัฒนาตนเอง ความแตกต่างของชุดกิจกรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
จะเน้นที่การเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในบริบทของวัยรุ่น ขณะที่ชุด
กิจกรรมสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายจะเน้นการพัฒนาความสามารถ
ในการกำกับตนเองด้านการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับเสาวนีย์ ทองเกลี้ยง, มนัสนันท์ หัตถศักดิ์
และ กรกฏา นักรัก (2565) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมแนะแนว ความสามารถในการเผชิญ
และ พ้นฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตร จังหวัดปทุมธานี พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วม
กิจกรรมแนะแนว สามารถในการเผชิญและพ้นฝ่าอุปสรรคเพื่อพัฒนาการกำกับตนเอง
ด้านการเรียนของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาตอนปลาย มีคะแนนจากแบบวัดการกำกับ
ตนเองด้านการเรียนของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาตอนปลายหลังการทดลองสูงกว่าก่อน
การทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า การจัด
กิจกรรมแนะแนวนั้นช่วยส่งเสริมให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความสามารถใน
การเผชิญและพ้นฝ่าอุปสรรค สามารถพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียน
และยังสอดคล้องกับ กมลวรรณ สังคัง (2561) ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามเทคนิค
ตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความอดทน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพราน
กระต่ายพิทยาคม จังหวัดกำแพงเพชร พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรม
แนะแนวตามเทคนิคตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความอดทน มีพฤติกรรมความอดทนสูงกว่า
ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามเทคนิคตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความ
อดทน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตาม
เทคนิคตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความอดทน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
โรงเรียนพรานกระต่ายพิทยาคม จังหวัดกำแพงเพชร ช่วยให้นักเรียนพัฒนาพฤติกรรม
อดทนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพรานกระต่ายพิทยาคม โดยใช้ชุด
กิจกรรมแนะแนวตามเทคนิคตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความอดทน ซึ่งดำเนินการสร้าง

อย่างถูกต้องตามวัตถุประสงค์ หลักการและทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเป็นประโยชน์ในการพัฒนาพฤติกรรมของนักเรียน รวมทั้งส่งเสริมและพัฒนาพฤติกรรมนักเรียนให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้นอีกด้วย และยังสอดคล้องกับ เกศรา น้อยมานพ (2561) การพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีความสามารถในการเผชิญปัญหา และฝ่าฟันอุปสรรคหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้นักเรียนมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคสูงขึ้น เนื่องจากโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้นักเรียนได้รับรู้ถึงศักยภาพของตนเองมีจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นและสามารถแก้ปัญหาเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และต่อผู้วิจัยเมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมทั้ง 12 ครั้ง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นต่อกิจกรรมดังกล่าวอยู่ในระดับมาก (ระหว่าง 3.51-4.50) แสดงว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมได้รับความรู้และประสบการณ์การเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม นักเรียนได้เรียนรู้การพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม โดยกระบวนการที่จัดขึ้นส่งเสริมให้นักเรียนมีกระบวนการทางความคิดที่มีต่อการตอบสนองกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่มีความรู้สึกเป็นอุปสรรคความสามารถในการเอาชนะต่ออุปสรรคภายใต้วิกฤต เป็นผลให้เกิดความตระหนักและมีแนวคิดต่อสู้เพื่อผ่านกับอุปสรรคทั้งในปัจจุบันและอนาคต ตัวอย่างเช่น ได้เรียนรู้เกี่ยวกับวิธีการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีทักษะในการใช้ชีวิตมากขึ้นและได้เรียนรู้ชีวิต

ของตนเอง การพัฒนาทักษะการคิดและการรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ รวมถึงการเสริมสร้างความมั่นใจในการดำเนินชีวิต

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาปรากฏผล ดังนี้

1. กิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อนำมาใช้กับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคได้ โดยนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม ดังกล่าว มีคะแนนแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. กิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อนำมาใช้กับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคได้ โดยนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว มีคะแนนแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคภายหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการวิเคราะห์แบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมทั้ง 12 ครั้ง พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นว่านักเรียนมีความพึงพอใจกับกิจกรรม ได้รับความรู้และประสบการณ์สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคให้กับนักเรียนได้

ข้อเสนอแนะ

1. จากการศึกษาผลของกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญา สังคมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่ากิจกรรมนี้ สามารถพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคให้กับนักเรียนได้ จึงควรส่งเสริมให้นำกิจกรรมไปปรับใช้เป็นส่วนหนึ่งในการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนานักเรียนให้มีแนวทางในการจัดการกับอุปสรรคจากตัวแบบที่ได้เห็นมีความมั่นใจในการเผชิญกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นและพัฒนาแนวทางการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง มีแรงจูงใจในการพัฒนาตนเอง พร้อมทั้งจะเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคกับปัญหาต่าง ๆ ด้วยวิธีที่สร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ

2. กิจกรรมที่จัดขึ้น ผู้วิจัยได้ใช้วิธีเสนอตัวแบบ เน้นหลักการเรียนรู้โดยการสังเกตที่ความเหมาะสมและสอดคล้องกับบริบทและพัฒนาการตามช่วงวัยของนักเรียน ส่งเสริมให้นักเรียนได้รับการฝึกฝนในการคิดวิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ และการตัดสินใจว่าจะเลือกแนวทางใดในการแก้ไขปัญหาหรือเผชิญกับอุปสรรคอย่างเหมาะสม ดังนั้นผู้สนใจที่จะนำกิจกรรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปใช้ควรให้ความสำคัญกับการนำเสนอตัวแบบที่ดี การใช้การเสริมแรง การพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีความวิจารณ์ญาณ และความสอดคล้องกับพัฒนาการตามช่วงวัยของนักเรียน ซึ่งตัวแบบถือว่ามีความสำคัญในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข. (2559). *คู่มือการใช้ชีวิตวัยรุ่น*. บริษัท ดีน่าดู มีเดีย พลัส จำกัด.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2565). *แผนพัฒนาการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ 2566-2570*.
<https://www.secondarytak.go.th/wp-content/uploads/2022/12/แผนพัฒนาการศึกษาขั้นพื้นฐาน-2566-2570-ของ-สพฐ.pdf>.
- กมลวรรณ สังค. (2561). *ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามเทคนิคตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความอดทนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพรานกระต่ายพิทยาคม จังหวัดกำแพงเพชร* [ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- เกศรา น้อยมานพ. (2561). *การพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. วารสารการการศึกษาและพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยบูรพา, 14(1), 583-589.*
- จันทร์ศิริ โชคคณาพิทักษ์. (2564). *การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น* [การศึกษามหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- มูลนิธิไรท์ทูเพลย์. (2560). *ทักษะชีวิตรหัสศตวรรษที่ 21: การจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตแห่งศตวรรษที่ 21. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ.*
- เสาวนีย์ ทองเกลี้ยง, มนัสนันท์ หัตถศักดิ์ และกรกฎ นักคิม. (2565). *ผลของกิจกรรมแนะแนว ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประสานมิตรจังหวัดปทุมธานี* [ศึกษาศาสตรบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุนิสา วงศ์อารีย์. (2559). *หลักการแนะแนว*. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ
อุดรธานี.

Bandura, A. (1989). *Social cognitive theory*. Annal of Child Development.

Stoltz, P. G. (1997). *Adversity quotient: turning obstacles into opportunities*.
John Wiley & Sons.

Authors

Mr. Suwit Songkhamsang

Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of
Education

Kasetsart University 50 Ngamwongwan Road, Lat Yao Sub-district,
Chatuchak District, Bangkok 10900

Tel: 098-871-3992 Email: Suwit-beau@hotmail.com

Assistant Professor Dr. Paveena Onjai-uea

Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of
Education

Kasetsart University 50 Ngamwongwan Road, Lat Yao Sub-district,
Chatuchak District, Bangkok 10900

Tel: 02 9428780 Email: fedupny@ku.ac.th