



รายงานการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน
ของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

**Development of Promoting the Goal Setting Ability of Learning
for Student Program at Faculty of Industrial Education and
Technology, Rajamangala University of Technology Srivijaya**

กรภัทร เฉลิมวงศ์
วรลักษณ์ บัวบุศ

**Korrapat Chalermwong
Woralak Buabut**

คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
งบประมาณเงินรายได้ประจำปี พ.ศ. 2559

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา
คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

กรภัทร เถลิม่วงส์ และ วรลักษณ์ บัวบุศ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาระดับความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย (2) เพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย (3) เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 หลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์และโทรคมนาคม คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ที่มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนต่ำสุด จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน และแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานด้วยวิธีของ (Wilcoxon Signed Ranks Test) และ (Mann – Whitney U test) ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีการตั้งเป้าหมายในการเรียนหลังทดลองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: การตั้งเป้าหมายในการเรียน

**Development of Promoting the Goal Setting Ability of learning for Student Program
at Faculty of Industrial Education and Technology, Rajamangala University of
Technology Srivijaya**

Korrapat Chalermwong and Woralak Buabut

Abstract

The aims of this research were 1).to study the skill level to set learning goals of students 2) to develop programs to promote skill learning goals of students, and 3) to study the effect of using the program promotes skill learning goals of students of Faculty of Industrial Education and Technology, Rajamangala University of Technology Srivijaya. The experimental group was first year students of Electronic and Telecommunication Engineering Program, Faculty of Industrial Education and Technology, Rajamangala University of Technology Srivijaya, which had the lowest score of set learning goals have 30 people. The experiment divided into experimental group and control group, each group of 15 people. The programs to promote skill learning goals for study and measured of the ability learning goals were used. The research data were analyzed by average value, standard deviation, Wilcoxon Signed Ranks Test, and Mann – Whitney U test, respectively. The result of this research found that the experimental group was used the program promotes skill learning goals had the set learning goals post in statistically significance at the 0.01 level, and higher than the control group in statistically significance at the 0.05 level.

Keywords: Goal Setting Ability of learning

กิตติกรรมประกาศ

รายงานการวิจัยเล่มนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี โดยได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย งบประมาณเงินรายได้ประจำปี พ.ศ. 2559

คณะผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการอุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ที่ได้สนับสนุนให้คณะผู้วิจัยทำโครงการวิจัย และขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ณัฐพล บุญทอง, อาจารย์ณริพีระ หักยี่ และอาจารย์กรวิทย์ จันทร์พุก ที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้

คุณค่าและประโยชน์อันเกิดจากการทำรายงานการวิจัยเล่มนี้ คณะผู้วิจัยขอน้อมนุชาแด่คุณพ่อคุณแม่ ครูอาจารย์ และญาติมิตร ตลอดจนผู้ที่มีพระคุณต่อคณะผู้วิจัยทุกท่าน

คณะผู้วิจัย

กรกฎาคม 2560



สารบัญ

	หน้า
สารบัญตาราง	(3)
บทที่ 1 บทนำ	1
ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตของการวิจัย	5
นิยามศัพท์	6
สมมติฐานวิจัย	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
เอกสารและทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย	7
เอกสารเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	17
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	19
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	19
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	20
การดำเนินการทดลอง	27
การวิเคราะห์ข้อมูล	28
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	29
ผลการวิจัย	29
ข้อวิจารณ์	31
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	34
สรุปผลการวิจัย	37
ข้อเสนอแนะ	37

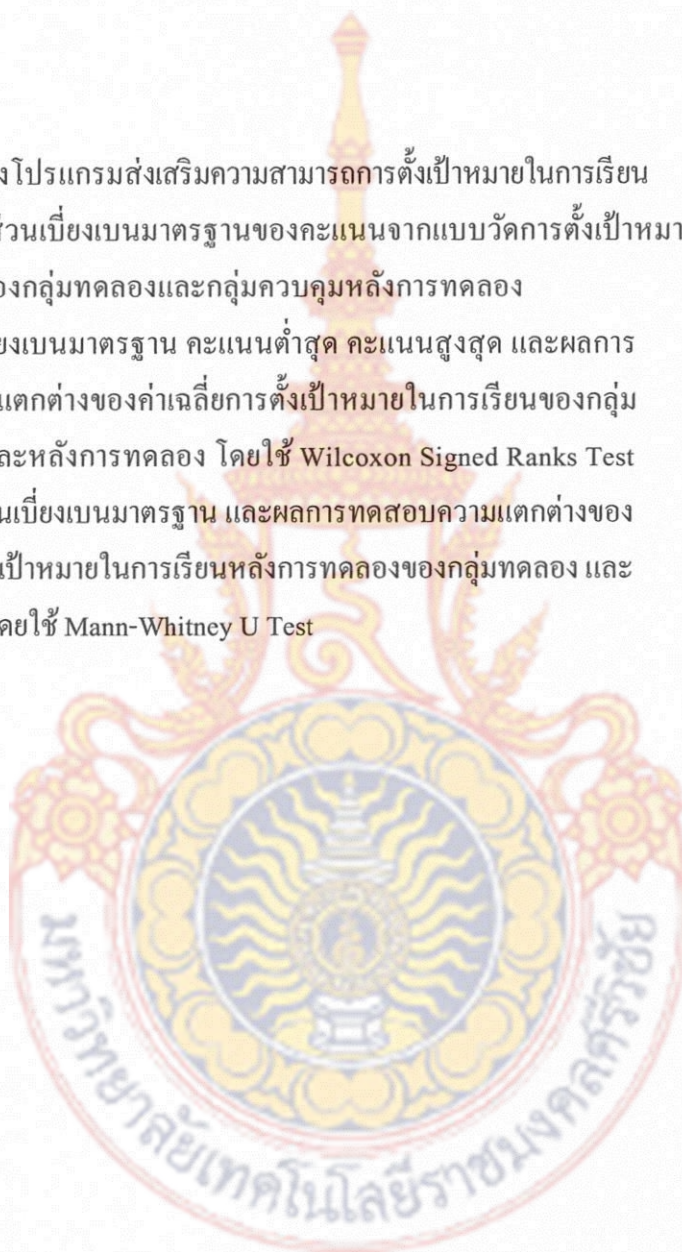
สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	39
ภาคผนวก	42
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย	43
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	45



สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	โครงสร้างของโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน	21
4.1	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง	30
4.2	ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ Wilcoxon Signed Ranks Test	30
4.3	ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียนหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้ Mann-Whitney U Test	31



บทที่ 1

บทนำ

การศึกษาถือว่ามียุทธศาสตร์สำคัญของการพัฒนา การพัฒนาของประเทศชาติจะมีการพัฒนาที่ยั่งยืนได้นั้นประชากรในประเทศต้องได้รับการศึกษาที่มีคุณภาพ ประเทศไทยได้ให้ความสำคัญของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ โดยถือว่าเป็นนโยบายของประเทศ ดังปรากฏในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมทุกฉบับ ที่ส่งเสริมการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ โดยให้มีการจัดการศึกษาที่มีคุณภาพ เพื่อส่งผลต่อการพัฒนาเยาวชนให้เข้มแข็งในการพัฒนาประเทศต่อไป แต่ในปัจจุบันประเทศไทยอยู่ในช่วงเวลาที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง เทคโนโลยี พลังงาน และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและส่งผลกระทบต่ออย่างรุนแรงมากขึ้นกว่าช่วงที่ผ่านมา เช่น การเปลี่ยนแปลงเพื่อปรับตัวเข้าสู่เศรษฐกิจโลก การรวมกลุ่มเศรษฐกิจภายใต้กรอบการค้าเสรีของอาเซียนกับจีน ญี่ปุ่น และอินเดีย การเปลี่ยนแปลงของสังคมโลกที่ส่งผลต่อความเปลี่ยนแปลงของสังคมไทย โดยเฉพาะการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ สังคมของความเป็นวัตถุนิยม สังคมที่เน้นคุณภาพการศึกษา โดยเฉพาะคุณภาพบัณฑิต ปัญหาวิกฤติด้านพลังงาน และสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ที่ก่อให้เกิดภัยธรรมชาติที่มีความรุนแรงมาก ดังนั้น อุดมศึกษาไทยในช่วงปี 2555 - 2559 ต้องมีการพัฒนาอย่างก้าวกระโดด เพื่อเป็นแหล่งความรู้ที่ตอบสนองการแก้ไขปัญหาวิกฤติและชี้นำการพัฒนาอย่างยั่งยืนของชาติ และท้องถิ่น โดยเร่งสร้างภูมิคุ้มกันในประเทศให้เข้มแข็งขึ้นภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และต้องส่งเสริมการพัฒนาประเทศให้สามารถแข่งขันได้ในประชาคมอาเซียนและประชาคมโลก โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนและสังคมไทยให้มีคุณภาพ ผลิตกำลังคนที่มีศักยภาพตรงตามความต้องการของตลาดงาน สามารถทำงานเพื่อดำรงชีพตนเองและเพื่อช่วยเหลือสังคม มีคุณธรรม มีความรับผิดชอบ และมีสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้เกิดประโยชน์สุขที่ยั่งยืนของประเทศไทย (แผนพัฒนาการศึกษาระดับอุดมศึกษา ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555-2559))

จากการประชุมวิชาการ “อภิวินัยการเรียนรู้สู่จุดเปลี่ยนประเทศไทย” จัดโดยสำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และคุณภาพเยาวชน (สสค.) ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และเครือข่ายเพื่อการปฏิรูปการเรียนรู้

...มีตัวชี้วัดสำคัญเพื่อสะท้อนประสิทธิภาพการจัดการศึกษาทั่วโลกให้การยอมรับอยู่ 4 ด้าน ได้แก่ 1. ทรัพยากรด้านการศึกษา 2. ระยะเวลาการอยู่ในสถานศึกษาของเด็ก 3. ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา และ 4. ผลลัพธ์ด้านสังคมและเศรษฐกิจ ซึ่งพบว่าประเทศไทยยังมีปัญหาทั้ง 4 ด้าน ในส่วนของการลงทุนนั้นไทยลงทุนด้านการศึกษาเป็นอันดับ 2 ของโลก แต่งบประมาณกว่า 95% เป็นค่าใช้จ่ายเงินเดือนบุคลากร งานบริหารและครุภัณฑ์ มีเพียง 4.5% เท่านั้นที่เป็นงบพัฒนาผู้เรียน คุณภาพการศึกษาไทยก็ถูกจัดอยู่ในอันดับรั้งท้ายของอาเซียน นอกจากนี้ยังพบอีกว่าแรงงานไทยส่วนใหญ่ 80% เป็นแรงงานไร้ฝีมือ ประเทศไทยจึงเป็นประเทศที่มีรายได้ปานกลางมานานกว่า 30 ปี เพราะระบบการผลิตกำลังคนและการวิจัยของเรายังอ่อนแอ... (ประเวศ วะสี, 2557)

จากบทความการศึกษา เรื่อง วิฤติการศึกษาไทยในศตวรรษที่ 21

...จากแนวคิดของ ศ.นพ.ภิรมย์ กมลรัตนกุล คือการตอกย้ำให้เด่นชัดว่า แวดวงการศึกษาไทยเท่าที่ผ่านมา แม้จะมีการปฏิรูปกันมาหลายครั้ง แต่ก็ยังขาดความสมบูรณ์ และเมื่อโลกกำลังเกิดการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ในศตวรรษที่ 21 ที่กำลังเกิดขึ้นก็ยิ่งดูเหมือนว่า คนไทยจะต้องตระหนักถึงความเปลี่ยนแปลงนี้ให้มากที่สุด เพราะเท่าที่ผ่านมา การศึกษาไทยของเรายังขาดการปูพื้นฐานเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงนี้อย่างเห็นได้ชัด โดยเฉพาะในเรื่องของการเรียนเพื่อคิดซ้อบกพร่องของคนส่วนใหญ่ สิ่งที่น่าเป็นห่วงที่สุดในเวลานี้คือการไม่มีสติในการคิด ในการไตร่ตรอง ได้ยินได้ร่ำรู้อะไรมา ก็จะเกิดความเชื่อไปตามทิศทางนั้นๆ ซึ่งจะมีผลทำให้เกิดปัญหาของสังคมทั้ง โดยทางตรง และทางอ้อม ยิ่งโดยเฉพาะสังคมโลกทุกวันนี้ เรื่องของสารสนเทศก้าวหน้าออกไปมาก การเผยแพร่ข่าวสารถึงกันและกันได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งการที่การสื่อสารสามารถเข้าถึงกันได้อย่างรวดเร็ว ย่อมเป็นโทษสำหรับสังคมที่ยังมีความขัดแย้งกันอยู่ และเราก็ต้องยอมรับว่า สังคมไทยเวลานี้ ยังไม่หลุดจากวงจรของความขัดแย้งในสังคมความหวังของคนไทย สังคมไทยจึงต้องสร้างคุณภาพของคนให้ รู้คิด รู้ฟัง และรู้เท่าทันความจริงด้วยการบ่มเพาะในด้านการศึกษา ที่ควรจะต้องเริ่มตั้งแต่ระดับล่างสุดไปจนถึงระดับบนสุด... (ชนิคร ภูักัญจน์, 2557)

จากข้อความข้างต้น แสดงให้เห็นว่าจำเป็นจะต้องพัฒนาและส่งเสริมศักยภาพการศึกษาของไทย โดยการพัฒนาผู้เรียนให้สามารถแสดงศักยภาพและความสามารถของตนเองออกมาอย่างเต็มที่ แต่จากข้อความการศึกษาที่ผ่านมายังไม่น่าพอใจทั้งที่ผู้เรียนมีระดับสติปัญญาปกติ เกิดจากการที่ผู้เรียนยังขาดแรงจูงใจในการเรียนและยังไม่มีเป้าหมายที่ชัดเจน ทางคณะผู้วิจัยได้เห็นถึงความสำคัญของการพัฒนาผู้เรียนให้มีบุคลิกภาพที่มีแรงจูงใจในการเรียนและมีเป้าหมายในการเรียนเพื่อส่งเสริมการเรียนและการทำงานให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ ส่งผลต่อความสำเร็จในการเรียนที่สูงขึ้นในการจัดการเรียนการสอนนั้น การจูงใจถือว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่งที่เอื้อประโยชน์ให้การเรียนการสอนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ โดยนักจิตวิทยาเชื่อว่า ผู้เรียนที่มีความต้องการเรียนหรือมีแรงจูงใจในการเรียนจะสามารถเรียนได้ทุกเรื่อง (ฉัฐพรหม อินทยศ, 2553 อ้างถึง Slavin, 2006)

โดยทางมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ถือว่าเป็นสถาบันอุดมศึกษาเพื่อพัฒนาท้องถิ่น มีอัตลักษณ์ของนักศึกษาว่า “บัณฑิตนักปฏิบัติ” ในฐานะที่เป็นสถาบันอุดมศึกษา มีหน้าที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การผลิตบัณฑิตซึ่งเป็นกำลังคนระดับสูงและเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศอย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ คือ เป็นนักปฏิบัติ ใฝ่รู้ สู้งานคิดเป็น ทำเป็น ใช้เป็น รับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ซึ่งการตั้งเป้าหมายเป็นกระบวนการพิสูจน์การทำงานของคนหรือกลุ่มเป้าหมายที่กำหนดหรือมาตรฐานคุณภาพ โดยประมาณปี ค.ศ.1960 เอ็ดวิน เอ. ล็อก (Edwin A. Locke) และแกรี่ ลาแทม (Gary Latham) ได้ร่วมกันศึกษาเรื่องการตอบสนองต่อเป้าหมายที่กำหนดไว้ของบุคคล แล้วได้นำมาเสนอเป็นแนวคิดแรงจูงใจในการทำงานที่สำคัญของบุคคล คือ ความตั้งใจหรือความมุ่งมั่นที่จะทำงานให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้นั่นเอง (ฉัฐพรหม อินทยศ, 2553) โดยทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting Theory) นั้นกล่าวว่าการตั้งเป้าหมายเป็นกระบวนการพิสูจน์การทำงานของคนและกลุ่มกับเป้าหมายที่กำหนดหรือมาตรฐานคุณภาพ และได้เสนอแนวคิดว่า แรงจูงใจในการทำงานที่สำคัญของบุคคล คือ ความตั้งใจหรือความมุ่งมั่นที่จะทำงานให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ การตั้งเป้าหมายที่ดีนั้นต้องเป็นเป้าหมายที่มีความเฉพาะเจาะจง มีความท้าทายหรือมีความยากแต่สามารถปฏิบัติได้ มีการวางแผนเพื่อนำไปสู่เป้าหมายนั้นๆ ถ้าผู้เรียนมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนโดยมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมายด้วยตนเองแล้ว จะทำให้ผู้เรียนมีการยอมรับ มีความเข้าใจและมีความมั่นใจในเป้าหมายที่เขาได้ตั้งขึ้น ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความตั้งใจ พยายามและมุ่งมั่นที่จะกระทำให้บรรลุตามเป้าหมายนั้นๆ ให้ประสบความสำเร็จ

จากความสำคัญดังกล่าวคณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถ การตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัย เทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ถือว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะพัฒนานักศึกษาให้มีการตั้งเป้าหมายในการเรียน และส่งผลให้นักศึกษาเกิดความตั้งใจ พยายาม และมุ่งมั่นที่จะกระทำให้บรรลุตามเป้าหมาย นั้นๆ ให้ประสบความสำเร็จ เป็นการส่งเสริมและพัฒนาในการจัดกิจกรรมให้นักศึกษาได้มี ความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ และส่งผลไปสู่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ให้สูงขึ้นด้วย และเป็นการพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพเพื่อนำไปสู่การพัฒนาประเทศและพัฒนา การศึกษาของไทยให้มีคุณภาพการศึกษาอยู่ในระดับที่ทัดเทียมกับนานาชาติพร้อมทั้งเพิ่มศักยภาพใน การแข่งขันกับนานาชาติและเป็นการเตรียมความพร้อมด้านการศึกษาของไทยเพื่อก้าวเข้าสู่ประชาคม เศรษฐกิจอาเซียน ที่จะต้องเตรียมความพร้อมการศึกษาให้ผู้เรียนของประเทศไทยสามารถที่จะแข่งขัน กับประเทศอาเซียนทั้ง 10 ประเทศ ซึ่งการศึกษาถือว่าเป็นรากฐานของการพัฒนาในทุกๆด้าน และจะ ส่งเสริมให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางด้านอาเซียนศึกษา เป็นศูนย์การเรียนรู้ด้านศาสนาและวัฒนธรรม เพื่อขับเคลื่อนประชาคมอาเซียนด้วยการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
2. เพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะ ครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
3. เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ นักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบถึงระดับความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
2. สามารถนำโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน คณะครุศาสตร์ อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย มาจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและ พัฒนาความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษาให้สูงขึ้น

3. เป็นการส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายให้แก่นักศึกษาได้พัฒนาการตั้งเป้าหมายเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จในการเรียนและการทำงานในอนาคตได้

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา ตัวแปรอันเป็นประเด็นสำคัญที่คณะผู้วิจัยต้องการศึกษาในงานวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1.1 ระดับความสามารถการตั้งเป้าหมาย คือ พฤติกรรมที่แสดงออกตามหลักการตั้งเป้าหมายที่มีประสิทธิภาพเพื่อนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้ได้

จากผลการวิจัยข้างต้น จะนำไปสู่การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย และการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

1.2 การตั้งเป้าหมาย คือ การนำทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting Theory) ของเอ็ดวิน เอ. ล็อก (Edwin A. Locke) และแกรี่ ลาแทม (Gary Latham) ร่วมกับแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Albert Bandura (1986) ประกอบด้วย 1) ความเฉพาะเจาะจง 2) ความท้าทาย 3) ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง 4) วางแผนตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว และ 5) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

2. ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

2.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 หลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์และโทรคมนาคม คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัย เทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย จำนวน 30 คน

นิยามศัพท์

การตั้งเป้าหมายในการเรียน หมายถึง การกำหนดแนวทางและการปฏิบัติด้วยความพยายาม เพื่อให้บรรลุความสำเร็จในการเรียนตามที่คุณเรียนต้องการ ประกอบด้วย

1. ความเฉพาะเจาะจง คือ การตั้งเป้าหมายในการเรียนให้ชัดเจน เน้นถึงสิ่งที่คุณเรียนต้องการให้เกิดขึ้น เป็นรูปธรรม
2. ความท้าทาย คือ การที่คุณเรียนบรรลุความสำเร็จในเป้าหมายที่สูงขึ้น
3. ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง คือ ระดับความสามารถที่คุณเรียนสามารถจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้
4. การวางแผนระยะสั้นและระยะยาว คือ การกำหนดระยะเวลาในการปฏิบัติและวางแผนให้สามารถบรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว และในอนาคต
5. การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ คือ อดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค วางแผน บริหาร และจัดสรรเวลาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการเรียน

สมมติฐานวิจัย

1. หลังการทดลองคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. หลังการทดลองคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย คณะผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าทฤษฎีที่สำคัญ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. เอกสารและทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย
2. เอกสารเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. เอกสารและทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย

1.1 ความหมายของการตั้งเป้าหมาย

ได้มีผู้ให้ความหมายของการตั้งเป้าหมายไว้ดังนี้

Rouillard (1993) กล่าวว่า การตั้งเป้าหมายคือ การใช้ความพยายามเพื่อไปสู่จุดหมายปลายทาง โดยการตัดสินใจด้วยตนเอง มีการวางแผนการและวิเคราะห์องค์ประกอบของเป้าหมาย

Locke and Latham (1990) กล่าวว่า ให้คำจำกัดความของการตั้งเป้าหมายว่า การตั้งเป้าหมายเป็นเทคนิคที่ใช้ในการจูงใจผู้ปฏิบัติงานให้เกิดความพยายามในการทำงานเพื่อให้บรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่บุคคลต้องการ

Breman (1989) กล่าวว่า เป้าหมายคือการบอกถึงสิ่งที่เราจะทำให้สำเร็จ เป้าหมายเป็นจุดหมายปลายทางที่ต้องการ อันเกิดจากการปฏิบัติขององค์กรเป็นเครื่องกำหนดแนวทางและทิศทางในการทำงาน

Bandura (1977) กล่าวว่า การตั้งเป้าหมาย หมายถึง การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายหรือการกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลง ซึ่งทำให้บุคคลทราบพฤติกรรมที่จะต้องกระทำอย่างชัดเจน และใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินเปรียบเทียบพฤติกรรมที่กระทำจริงกับพฤติกรรมที่กำหนดไว้ว่า พฤติกรรมนั้นมีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเช่นใด เพื่อใช้เป็นข้อมูลป้อนกลับในการแสดงปฏิบัติยาต่อตนเองทั้งทางบวกและทางลบต่อไป

กล่าวโดยสรุป การตั้งเป้าหมาย หมายถึง การกำหนดแนวทางและการปฏิบัติด้วยความพยายาม เพื่อให้บรรลุความสำเร็จตามที่บุคคลต้องการ

1.2 แนวคิดและทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting Theory)

ณัฐพรหม อินทยศ (2553) ได้กล่าวว่า การตั้งเป้าหมายเป็นกระบวนการพิสูจน์การทำงานของคนหรือกลุ่มเป้าหมายที่กำหนดหรือมาตรฐานคุณภาพ โดยประมาณปี ค.ศ.1960 เอ็ดวิน เอ. ล็อก (Edwin A. Locke) และแกรี่ ลาแทม (Gary Latham) ได้ร่วมกันศึกษาเรื่องการตอบสนองต่อเป้าหมายที่กำหนดไว้ของบุคคล แล้วได้นำมาเสนอเป็นแนวคิด แรงจูงใจในการทำงานที่สำคัญของบุคคล คือ ความตั้งใจหรือความมุ่งมั่นที่จะทำงานให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้นเอง โดยกล่าว ถึงเป้าหมายในการทำงานมีอยู่ 2 ชนิด คือ

1) เป้าหมายทั่วไป (General Goals) เป็นเป้าหมายที่ไม่ชัดเจนว่า ต้องมีการกระทำอย่างไรบ้าง หรือต้องการอะไรบ้าง แต่จะกล่าวรวมๆ เช่น ทำงานให้ดีที่สุด ฯลฯ และเป้าหมายที่ก่อให้เกิดผลน้อยกว่า ยกตัวอย่างเช่น ถ้าครูบอกผู้เรียนว่า ขอให้ทำงานให้ดีที่สุด ในกรณีนี้ ถ้ามีการประเมินผลแล้ว ผู้เรียนทำงานได้ต่ำกว่ามาตรฐาน แต่เขาบอกว่า เขาทำดีที่สุดได้แก่นี้ แล้วครูจะว่าอย่างไร

2) เป้าหมายเฉพาะ (Specific Goals) เป็นเป้าหมายที่บอกไว้ชัดเจนเลยว่าต้องการผลจากการกระทำอย่างไร เช่น วันนี้ต้องการให้ทำแบบฝึกหัดได้น้อยหนึ่งบทเรียน คาบเรียนนี้ต้องการอ่านเรื่องนี้ให้จบ ต่อไปนี้ผู้เรียนต้องไม่ขาดเรียน ฯลฯ จะเป็นเป้าหมายที่ก่อให้เกิดผลดีมากกว่าเป้าหมายทั่วไป เพราะมีการกำหนดแนวทางไว้ชัดเจน

สำหรับการนำการตั้งเป้าหมายไปใช้ให้เกิดผลดีที่สุดนั้น ควรปฏิบัติดังนี้

1) เน้นการตั้งเป้าหมายเฉพาะมากกว่าเป้าหมายทั่วไป

2) ควรมีการให้ข้อมูลย้อนกลับในการทำงานให้แก่ผู้เรียนอย่างสม่ำเสมอ เพื่อที่เขาจะารู้ความก้าวหน้าของงานว่า การกระทำของเขาใกล้เป้าหมายแล้วมากน้อยเพียงไร โดยวิธีการให้ข้อมูลย้อนกลับนี้ ให้พิจารณาถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียนด้วย เช่น ถ้าผู้เรียนเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองของสูง ชอบสิ่งท้าทาย การให้ข้อมูลย้อนหลัง ที่บ่งบอกถึงข้อบกพร่องของงานนั้นๆ ก็จะกระตุ้นให้เขาเพิ่มความพยายามมากขึ้นในการทำงานนั้น แต่ในกลุ่มของผู้เรียนที่มองตนเองไม่ค่อยดีอยู่แล้ว การตำหนิอาจก่อให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ หรือการลดความพยายามที่จะทำงานนั้นๆ ได้

3) ควรให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมาย เพราะจะทำให้ผู้เรียนสามารถยอมรับเป้าหมายนั้นมากกว่าครูเป็นผู้ตั้งเป้าหมาย แล้วให้ผู้เรียนเป็นเพียงผู้ปฏิบัติตามเป้าหมายเท่านั้น เพราะ

การมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมายด้วย จะทำให้เขามีความเข้าใจในเป้าหมายนั้น ได้มากกว่า และยืนยันได้ว่าเป็นเป้าหมายที่ทำได้จริงไม่ได้อยู่นอกเหนือความสามารถของเขาหรืออยู่นอกเหนือเหตุผล อีกทั้งมีแนวโน้มที่เขาจะชื่นชอบเป้าหมายที่เขาตั้งขึ้นมาเองมากกว่าด้วย

4) เป้าหมายต้องไม่ยากหรือง่ายเกินไป โดยเป้าหมายที่ยากเกินไปหรือมีลักษณะที่ไม่เป็นไปตามความเป็นจริง จะทำให้ผู้ปฏิบัติตามมีความยากลำบากและท้อถอยทรมานในการทำตามหรืออาจปฏิเสธเป้าหมายนั้นเลยก็ได้ ในขณะที่เดียวกันเป้าหมายที่ง่ายเกินไปหรือเป้าหมายที่ตั้งไว้ต่ำกว่าความรู้ความสามารถของผู้เรียนก็จะไม่สามารถกระตุ้นความสนใจหรือจูงใจในการเรียนให้เกิดขึ้นในผู้เรียนได้ เช่น ผู้เรียนคนหนึ่งพิมพ์ดีดภาษาไทยได้นาทีละ 40 คำ แต่ครูตั้งเกณฑ์ไว้แก่ให้พิมพ์ได้นาทีละ 35 คำก็พอ เป้าหมายนี้ก็จะไม่สามารถกระตุ้นผู้เรียนได้ อีกทั้งยังไม่สามารถทำให้ผู้เรียนพัฒนาความสามารถในการพิมพ์งานของตนในลำดับต่อไปอีกด้วย

5) ควรตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว โดยตั้งเป้าหมายระยะยาว เช่น “ฉันต้องสำเร็จการศึกษา และการสอบเข้าเรียนต่อมหาวิทยาลัยได้” จากนั้นให้มีเป้าหมายระยะสั้นรองรับเป็นช่วงๆ จนกว่าจะถึงจุดหมายนั้น โดยเป้าหมายระยะสั้น ได้แก่ “การได้คะแนนสูงสุดของห้องในการสอบท้ายบทในครั้งต่อไป” “ทำรายงานเสร็จภายในเวลา 11 นาฬิกา” ซึ่งเป็นเป้าหมายระยะสั้นนี้จะช่วยให้เด็กก้าวหน้าได้ดีกว่าระยะยาว

6) หลังจากการตั้งเป้าหมาย สิ่งสำคัญที่ควรดำเนินการ คือ ต้องมีการวางแผนเพื่อนำไปสู่เป้าหมายนั้นๆ ด้วย โดยแผนที่ดี หมายถึง การจัดการเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ มีการจัดลำดับก่อนหลัง และมีการจัดการอย่างดี ซึ่งในส่วนนี้ครูอาจช่วยให้ผู้เรียนเริ่มด้วยการดูปฏิทิน แล้วเขียนวันสอบสำคัญๆ การบ้าน รายงาน ฯลฯ ไว้พร้อมทั้งกำหนดด้วยว่า จะใช้เวลากี่วันในการทำงานนั้นๆ และในระหว่างการกระทำเพื่อนำไปสู่เป้าหมาย ควรมีการให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้เรียนเป็นระยะๆ ด้วย

สมพร เฟื่องจันทร์ (2548) ได้กล่าวว่า ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายเป็นทฤษฎีที่เน้นแรงจูงใจที่เป็นกระบวนการ กล่าวคือ สิ่งที่กำหนดพฤติกรรมมนุษย์น่าจะได้แก่ รางวัล และสิ่งที่มีคุณค่ากับเป้าหมาย สำหรับรางวัลได้แก่ สิ่งที่คุณคิดว่ามีค่า อยากได้นั้น เป็นสิ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก ซึ่งอาจแปลตามสถานการณ์ ส่วนเป้าหมายนั้น แสดงให้เห็นถึงความมุ่งหวังที่มีทิศทางที่แน่นอนแต่จะเป็นตัวชี้นำความคิด และการกระทำที่แน่นอนมากกว่า หลักการตั้งเป้าหมายที่มีประสิทธิภาพ ผลสัมฤทธิ์กับการปฏิบัติงาน คือ

- 1) เป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงชัดเจน ย่อมดีกว่าเป้าหมายที่กล่าวคลุมเครือ
- 2) เป้าหมายที่ยากและท้าทาย ย่อมดีกว่าเป้าหมายที่ง่าย ๆ ใครๆ ก็ทำได้ แต่ก็อย่าตั้งเป้าหมาย

3) เป้าหมายที่บุคคลมีส่วนร่วมในการกำหนด ย่อมดีกว่าเป้าหมายที่ถูกกำหนดโดยผู้อื่น และสั่งให้ทำโดยไม่มีกรยอมรับ

4) ข้อมูลย้อนกลับและรายงานความก้าวหน้าเป็นสิ่งจำเป็น ในการปฏิบัติงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ข้อมูลย้อนกลับจะช่วยให้มีการแก้ไขปัญหาอุปสรรคต่างๆ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

วันชัย มีชาติ (2544) ได้กล่าวว่า ทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Theory) ซึ่งเสนอโดย Edwin Locke มีแนวคิดที่เชื่อว่า การกำหนดเป้าหมายจะมีความสัมพันธ์กับผลงาน โดยเฉพาะเป้าหมายที่มีความท้าทายจะช่วยให้เกิดผลงานที่ดี แนวความคิดด้านการตั้งเป้าหมายจะให้ความสำคัญของเป้าหมายที่ท้าทายและเฉพาะเจาะจง ซึ่งจะทำให้ผู้ที่ปฏิบัติมีความชัดเจนในเป้าหมายมากกว่า และเป้าหมายจะเป็นที่มาของแรงจูงใจ เป้าหมายจะเป็นเครื่องบอกสิ่งที่จะต้องทำ และความพยายามที่จะใช้ในการปฏิบัติตามสิ่งดังกล่าว และเป้าหมายจะมีความสัมพันธ์ต่อผลการปฏิบัติงานโดยตรง โดยเชื่อว่าหากเป้าหมายมีความท้าทายจะก่อให้เกิดผลต่อการปฏิบัติงาน

ในการกำหนดเป้าหมายนี้ Locke ได้แสดงแนวทางซึ่งเป็นหลักในการกำหนดเป้าหมายไว้ 8 ประการ คือ

1) เป้าหมายที่ยากลำบากจะก่อให้เกิดผลงานที่สูงขึ้นมากกว่าเป้าหมายที่บรรลุง่าย (เป้าหมายที่กำหนดไว้กลางๆก็จะก่อให้เกิดผลงานระดับปานกลาง)

2) เป้าหมายที่มีความยากและเจาะจงและยาก จะก่อให้เกิดผลงานสูงกว่าเป้าหมายที่กำกวมหรือไม่มีเป้าหมาย เช่น ทำให้ดีที่สุดในที่สุด

3) สิ่งที่ทำให้เป้าหมายเป็นเครื่องมือหรือส่งผลกระทบต่องาน ได้แก่ การกระตุ้นให้เกิดความพยายาม (mobilizing effort) เป็นทิศทางของการกระทำ เป็นการเพิ่มความพยายามและเป็นแรงจูงใจที่จะแสวงหาวิธีการที่เหมาะสมในการปฏิบัติงาน

4) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (feedback) เป็นสิ่งจำเป็นในการทำงานและการกำหนดเป้าหมาย เพราะจะทำให้สามารถเปรียบเทียบระหว่างเป้าหมายและผลงานปัจจุบันได้

5) การผูกพันต่อเป้าหมายเป็นสิ่งจำเป็นที่จะก่อให้เกิดผลงาน

6) การผูกพันต่อเป้าหมายจะได้รับผลกระทบจากความหวังต่อความสำเร็จ และระดับของความสำเร็จ ความผูกพันต่อเป้าหมายจะไม่ได้เกิดจากระดับของการมีส่วนร่วมของคนในการกำหนดเป้าหมาย

7) การให้รางวัลตอบแทนที่เป็นตัวเงิน (ผลประโยชน์) จะช่วยให้เกิดการกำหนดเป้าหมายและอาจก่อให้เกิดการกำหนดเป้าหมายที่สูงขึ้นและความผูกพันกับเป้าหมายมากยิ่งขึ้น

8) ความแตกต่างระหว่างบุคคลไม่มีผลต่อประสิทธิผลของการกำหนดเป้าหมาย จากหลักการตั้งเป้าหมายทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น คณะผู้วิจัยได้สรุปเป็นกระบวนการตั้งเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ คือ

- 1) ความเฉพาะเจาะจง
- 2) ความท้าทาย
- 3) ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง
- 4) วางแผนตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว
- 5) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

2. เอกสารเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน

2.1 ความหมายการตั้งเป้าหมายในการเรียน

เป้าหมายในการเรียน หมายถึง การที่ผู้เรียนได้กำหนดมาตรฐานของพฤติกรรมที่เขามุ่งหวังไว้ และจะทำตามเป้าหมายนั้นเปรียบเสมือนแสงสว่างหรือเข็มทิศช่วยนำทางจนถึงความสำเร็จ ซึ่งจะทำให้เกิดแรงจูงใจ มีความขยันหมั่นเพียร ตั้งใจ พยายามที่จะช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

2.2 แนวคิดและลักษณะองค์ประกอบของบุคคลที่มีเป้าหมายในการเรียน

แบนดูรา (ประสาธ อิศรปริดา, 2548: 309 อ้างถึง Bandura, 1986) ในทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา ได้เน้นอย่างชัดเจนว่า ผู้เรียนจะเป็นผู้กำหนดเป้าหมายหรือมาตรฐานของพฤติกรรมที่เขา มุ่งหวังไว้และจะพยายามให้ได้ตามเป้าหมายหรือมาตรฐานนั้นซึ่งเป้าหมายแต่ละอย่างแตกต่างกัน บางเป้าหมายยากมาก บางเป้าหมายง่าย บางเป้าหมายมีทางจะบรรลุผลในเวลาอันใกล้ บางเป้าหมายไม่เห็นทางสำเร็จ ประสาธ อิศรปริดา (2548: 309) ได้สรุปไว้ว่า เป้าหมายซึ่งมีความยากระดับกลางมีที่ท่าจะ ประสบความสำเร็จได้ในอนาคตอันใกล้ จะส่งผลทำให้เกิดแรงจูงใจได้ดี ดังนั้นครูควรพยายามโน้มน้าว จูงใจให้เด็กเรียน โดยตั้งเป้าหมายเพื่อรู้มากกว่าเพื่อผลงานหรือระดับคะแนน เน้นที่คุณค่าของความ สนใจ และความสำคัญของการฝึกปฏิบัติมากกว่าเกรดหรือรางวัล

ฌรงค์วิทย์ แสันทอง (2546: 31-33) กล่าวว่า บุคคลที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต แม้จะ ประสบความสำเร็จในเรื่องที่แตกต่างกัน บางคนประสบความสำเร็จในด้านการเงิน บางคนประสบความสำเร็จในด้านการเงิน บางคนประสบความสำเร็จด้านการเงิน บางคนประสบความสำเร็จด้านครอบครัว ฯลฯ แต่ทุกคนจะมีความเหมือนในความแตกต่างนั้นอยู่อย่างหนึ่งคือ “คิดการใหญ่” การคิดการใหญ่ไม่ได้หมายถึงเพียงการเพื่อฝันเกินตัว

แต่เป็นเป้าหมายในการทำงานที่สูงกว่าสิ่งที่ควรจะเป็น สูงกว่าที่บุคคลทั่วไปคิด ซึ่งบุคคลเหล่านี้มักจะมองว่าเป้าหมายที่สูงกว่าที่ควรจะเป็นนั้นเป็นสิ่งที่ทำทายนในชีวิต

พลังความอดทน อดกลั้นของบุคคลมักจะถูกกำหนดโดยช่องว่างระหว่างเป้าหมายกับจุดที่เรายืนอยู่ในขณะนั้น ตัวอย่างแรกคือ การวิ่งออกกําลังกายรอบสนามฟุตบอล ในขณะที่เราวิ่งอยู่นั้น ถ้าผู้นั้นตั้งเป้าว่าจะวิ่งสัก 3 รอบ จิตใจของเราก็จะกำหนดจุดไว้เลยว่าพลังอึดของเราจะขึ้นสูงสุดและหมดลงเมื่อครบ 3 รอบสนามเราจะรู้สึกหมดแรงเมื่อใกล้ๆจะครบสามรอบสนาม เพราะเราไปกำหนดจิตไว้ที่สามรอบ แต่ถ้าเราตั้งเป้าว่าจะวิ่งสี่รอบ เมื่อครบสามรอบแล้วเราจะมีความรู้สึกที่แตกต่างไปจากการตั้งเป้าเพียงสามรอบ เพราะในความเป็นจริงแล้ว จิตใจของเรามีศักยภาพสูงมาก เพียงแต่ตัวเราเองไปตั้งค่าของมันไว้ในจุดที่ต่ำกว่าสิ่งที่มันควรจะเป็น สรุปง่าย ๆ คือเราไปกำหนดระดับของความท้อแท้ไว้ก่อนล่วงหน้านั่นเอง ตัวอย่างที่สองที่จะพูดถึงคือ ถ้าเรากำลังถกเถียงกับใครบางคน เรามักจะมีการกำหนดจุดระเบิดทางอารมณ์ของเราไว้ที่จุดๆหนึ่ง (จุดหมดความอดกลั้น) เช่น ถ้ามันค่าเราอีกสักประโยคเดียวเราจะชกหน้ามันทันที และเมื่อคนๆนั้นพูดว่าเราออกมาจริงๆ รับรองว่า 99.99% เราชกหน้าเขาอย่างแน่นอน เพราะเราไปตกลงทำสัญญาใจกับตัวเองเอาไว้แล้วสัญญาแบบนี้มักจะเป็นสัญญาถูกผู้ชายคือไม่ค่อยยอมแก้ไขเปลี่ยนแปลง

จากตัวอย่างดังกล่าวนี้จะเห็นได้ว่าการกำหนดเป้าหมายไม่ว่าเรื่องใดก็ตามจะส่งผลต่อพฤติกรรมและวิธีการทำงานของคนเราอย่างมาก แนวทางในการตั้งเป้าหมายในการทำงานที่มีประสิทธิภาพ ดังนี้

1) ตั้งเป้าหมายให้สูงกว่าที่เราต้องการ ไม่ว่าจะเป็เป้าหมายในการทำงานหรือเป้าหมายอื่นๆในชีวิต เราควรตั้งเป้าหมายแบบมูลค่าเพิ่ม หมายถึงการตั้งเป้าหมายให้สูงกว่าที่เราต้องการ เช่น เราต้องการเก็บเงินซื้อรถยนต์สักคันหนึ่งราคาประมาณหกแสนบาท เราควรจะต้องตั้งเป้าเก็บเงินให้ได้มากกว่านั้น เพราะต้องเผื่อเงินบางส่วนไว้ใช้ตกแต่ง ซ่อมแซม หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆเกี่ยวกับรถไว้ด้วย ถ้าเราต้องการเป็นผู้จัดการภายใน 5 ปีข้างหน้า ให้เราตั้งเสียใหม่อาจจะเป็ 3 ปี หรือ 2 ปี เพราะการที่เราบีบเป้าหมายให้สั้นลงหรือ ยากขึ้นนั้น เราจะต้องคิดมากขึ้น หาช่องทางที่ดีขึ้น พัฒนาตัวเองให้ไปถึงจุดหมายปลายทางได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ถ้าเราตั้งเป้าหมายว่าจะขับรถไปหาลูกค้าภายใน 1 ชั่วโมง พฤติกรรมในการขับรถของเราอาจจะขับแบบเรื่อยๆค่อยๆไป เจออะไรข้างทางก็แวะดูก่อน แต่ถ้าเรากำหนดเสียใหม่ให้มันท้าทายมากขึ้น เราจะต้องกำหนดว่าเราจะเดินทางไปให้ถึงก่อนเวลาที่เรานัดลูกค้าไว้ โดยเราตั้งเป้าหมายในการขับรถประมาณ 40 นาที พฤติกรรมการขับรถของเราจะเปลี่ยนไปอะไรที่เกิดขึ้นข้างทางเราจะไม่สนใจ เรามุ่งแต่การขับรถอย่างไรให้ถึงจุดหมายภายใน 40 นาทีเท่านั้น

การตั้งเป้าหมายที่ทำหายหรือสูงกว่าที่เราต้องการ จะช่วยให้เรามีแรงฮึดหรือแรงส่งมากกว่าการตั้งเป้าที่ต่ำ นอกจากนี้ การตั้งเป้าสูงจะช่วยผ่อนหนักให้เป็นเบาได้ เพราะถึงแม้เราจะไม่บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ (เกินจริง) แต่ผลที่ได้อาจจะเท่ากับหรือสูงกว่าที่เราต้องการได้ เช่น เราต้องการมีเงินเดือนเป็นแสนเมื่อทำงานครบสิบปี ถ้าเราตั้งเป้าว่าทำงานครบห้าปี เราจะมีเงินเดือนเป็นแสน แต่เมื่อเวลาผ่านไปห้าปี เงินเดือนของเราอาจจะได้เพียงแปดเก้าหมื่น (ต่ำกว่าเป้าหมาย) แต่ในความเป็นจริงแล้วเงินเดือนของเรา อาจจะสูงกว่าเพื่อนรุ่นเดียวกับเราก็ได้

2) ตั้งเป้าหมายให้สูงกว่าที่เคยทำได้ในอดีต การตั้งเป้าหมายควรจะนำเอาผลสำเร็จและเป้าหมายในอดีตมาพิจารณาเพื่อกำหนดเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้น เพราะจะทำให้เป้าหมายการทำงานของเรามีพัฒนาการตลอดเวลา ไม่ใช่แค่ตั้งเป้าหมายไว้แล้ว แต่ไม่ประสบความสำเร็จ แล้วเมื่อตั้งเป้าหมายใหม่ก็เลยลดระดับของเป้าหมายลง อย่างนี้จะทำให้เกิดเป็นนิสัยที่ไม่ดีกับตัวเองคือ เราจะทุ่มเทความพยายามในการ ไปสู่จุดหมายที่ลดลง เพราะเรารู้สึกว่าเป้าหมายนั้นๆสามารถปรับลดลงได้ ทางที่ดีเราควรที่จะปรับเปลี่ยนแนวคิดในการทำงานให้เหมือนกับนักกีฬาที่ต้องการทำลายสถิติตัวเองให้ได้

3) สร้างพันธะผูกพันให้ตัวเอง (Commitment) ต้องยอมรับว่าการตั้งเป้าหมายที่ทำหายนั้นเป็นเรื่องยากพอสมควร โอกาสที่เราจะปรับเปลี่ยนเป้าหมายลดลงนั้นมีมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป้าหมายนั้นๆเป็นเป้าหมายที่ยังไม่ได้เปิดเผยต่อสาธารณะ ดังนั้น เพื่อป้องกันการเปลี่ยนใจของตัวเอง จึงขอแนะนำให้สร้างพันธะผูกพันกับคำมั่นสัญญาของตัวเองไว้กับบุคคลอื่นๆ อาจจะเป็นคนในครอบครัว เพื่อนร่วมงานหรือบุคคลอื่นๆ เพราะเป็นกลไกทางจิตวิทยาอย่างหนึ่งที่จะช่วยให้เรายึดมั่นกับเป้าหมายที่ได้ประกาศไว้กับผู้อื่น

4) จับจ้องที่เป้าหมายปลายทาง (Ended Results) ในระหว่างที่เดินไปสู่จุดหมายแน่นอนเราจะต้องประสบพบเจอกับปัญหาอุปสรรคบ้าง เมื่อเกิดความท้อแท้ เบื่อหน่าย อยากยกเลิกการกระทำนั้นๆ ขอให้เอาใจไปจับจ้องไว้ที่ผลสำเร็จของสิ่งนั้น เช่น เบื่อการทำงาน เบื่อเพื่อนร่วมงาน ขอให้คิดไว้ว่าความเบื่อนั้นเป็นเพียงแค่ทางผ่านที่เราจะไปสู่เป้าหมายแห่งความสำเร็จในชีวิตการทำงาน เดี่ยวเดียว ความเบื่อก็จะถูกทดแทนด้วยสิ่งใหม่ เมื่อความเบื่อกลับไปความใกล้เคียงกับเป้าหมายก็จะเข้ามาเยือน จงสร้างกำลังใจให้กับตัวเองโดยให้ขอยืมความรู้สึกเมื่อเราประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้มาใช้ก่อนล่วงหน้า จะช่วยให้เรามีกำลังใจในการเดินทางไปสู่เป้าหมายได้ง่ายยิ่งขึ้น

ดังนั้น การกำหนดเป้าหมายให้ทำหาย จะเป็นจุดเริ่มต้นของการออกแบบพฤติกรรม รูปแบบและแนวทางในการทำงานหรือการดำเนินชีวิตให้กับคนเรา ถ้าเราจะเลือกคบใครสักคนเป็นเพื่อนขอแนะนำให้คบกับคนที่มีความตั้งใจทำหายไว้ก่อนเป็นอันดับแรก เพราะเราจะได้เรียนรู้วิธีการทำงาน

ของเขาที่แตกต่างจากคนอื่นๆ ไป นอกจากนี้ขอให้ลองศึกษาประวัติของคนที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ดู เราจะพบว่าเอกลักษณ์หรือวิถีคิดของเขาจะแตกต่างไปจากคนอื่น ซึ่งถ้าเราศึกษาวิเคราะห์เจาะลึกลงไปถึงแก่นแท้ของวิถีคิดของเขาเหล่านั้นแล้ว ถึงแม้แต่ละคนจะมีวิถีคิดที่ต่างกันไป มีกลยุทธ์ในการบริหารงาน บริหารชีวิตที่ต่างกันไป แต่สิ่งที่เหมือนกันคือการจุดประกายพลังขับเคลื่อนภายใน (Internal Drive) ให้กับตัวเอง โดยการตั้งเป้าหมายที่ท้าทายนั่นเอง “ชีวิตจะมีค่า ถ้ารู้ว่าเราอยู่ที่ไหน กำลังมุ่งหน้าไปยังที่แห่งใด และจะไปสู่เป้าหมายนั้นได้อย่างไร”

จากแนวคิดในการสร้างเป้าหมายในการเรียนพอสรุปได้ว่าควรตั้งเป้าหมายให้เหมาะสม โดยกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจน ควรสร้างพันธะผูกพันและคำมั่นสัญญาของตนเองกับผู้อื่น ไว้เพื่อยึดมั่นกับเป้าหมายและเดินทาง ไปสู่เป้าหมายอย่าท้อแท้เมื่อพบอุปสรรค

2.3 กระบวนการตั้งเป้าหมาย

1) การรู้จักตนเอง เป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ เนื่องจากการที่บุคคลรู้จักความสามารถ ความสนใจ ความถนัด ทักษะและบุคลิกภาพของตนเอง จะเป็นปัจจัยสำคัญในการเข้าสู่กระบวนการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง

2) การกำหนดเป้าหมาย ทำให้ได้เป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่มีความเหมาะสมกับระดับความสามารถของบุคคล รวมทั้งส่งผลให้บุคคลรู้สึกว่าคุณเองเป็นผู้กำหนดและรับผิดชอบในการตัดสินใจจึงส่งผลให้บุคคลนั้นยอมรับเป้าหมายและพยายามที่จะทำตามเป้าหมายให้สำเร็จ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ตั้งขึ้น การที่บุคคลผูกมัดตัวเองกับเป้าหมายยังทำให้เขาต้องรับผิดชอบและปรับปรุงผลการทำงานของตนเองให้มีความก้าวหน้าโดยเป้าหมายที่กำหนดควรมีคุณสมบัติ ดังนี้

2.1) มีความเฉพาะเจาะจง คือ เป็นเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ไม่ชัดเจน ไม่ควรสลับซับซ้อน และเน้นถึงสิ่งที่เราต้องการให้เกิดขึ้น เป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงจะช่วยให้เกิดแรงกระตุ้นและชี้แนะในการทำพฤติกรรมซึ่งส่งผลต่อความพึงพอใจในตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเอง และได้รับผลงานที่สูงกว่าเป้าหมายโดยทั่วไป เนื่องจากเป้าหมายที่มีความเฉพาะเจาะจงช่วยให้เกิดความชัดเจนในสิ่งที่บุคคลกำลังจะทำ ดังนั้นเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่กำหนดไว้จะต้องเป็นรูปธรรมว่าอะไรคือเป้าหมายที่กำลังจะทำ ทำไม่ต้องทำสิ่งนั้นในเวลานี้ และจะทำสิ่งนั้นได้โดยวิธีใด

2.2) มีความท้าทาย เนื่องจากระดับของเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพมีผลต่อปฏิกิริยาต่อตนเองและความพยายามที่ใช้ ดังนั้นเมื่อบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่มีความท้าทายบุคคลจะเกิดความพึงพอใจและความพยายามมากขึ้นและถ้าตั้งเป้าหมายสูงก็จะยิ่งเพิ่มความพยายามมากขึ้น ในการทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ

2.3) มีความใกล้เคียงกับความเป็นจริง คือ เป็นเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่มีความใกล้เคียงกับระดับความสามารถที่บุคคลนั้นสามารถจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้ ซึ่งจะส่งผลให้เห็นถึงความก้าวหน้าในการกระทำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งจะมีผลต่อแรงจูงใจคือ หากประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตั้งไว้ จะทำให้เกิดความมุ่งมั่นและความพยายามเพิ่มมากขึ้น

2.4) มีการวางแผนระยะสั้นและระยะยาว เนื่องจากการวางแผนในการปฏิบัติจะทำให้บุคคลไปถึงเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่กำหนดไว้ได้ โดยการวางแผนจะต้องมีการกำหนดระยะเวลาในการปฏิบัติและวางแผนไว้ทั้งระยะสั้นและระยะยาวไว้อย่างชัดเจน ซึ่งเป้าหมายระยะสั้น หมายถึงเป้าหมายที่สามารถทำให้บรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะสั้นจึงได้รับการแบ่งเป็นเป้าหมายย่อยให้บุคคลกระทำในช่วงเวลาสั้นๆ ส่วนเป้าหมายระยะยาว หมายถึงเป้าหมายซึ่งมีระยะห่างของเวลาระหว่างปัจจุบันกับสิ่งที่เป็นเป้าหมายในอนาคตมาก บุคคลจึงไม่อาจประสบความสำเร็จได้ในระยะเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะยาวเป็นการระบุเป้าหมายโดยภาพรวมตอนสุดท้ายให้บุคคลกระทำ ทั้งนี้ ประสิทธิภาพของเป้าหมายที่ควบคุมแรงจูงใจและการกระทำของบุคคลขึ้นอยู่กับระยะห่างของเวลาระหว่างปัจจุบันกับเป้าหมายในอนาคต หากแผนการในอนาคตห่างไกลจากปัจจุบันมาก โดยไม่มีการตั้งเป้าหมายระยะสั้นร่วมด้วย ส่งผลให้บุคคลขาดความกระตือรือร้นในการใช้ความพยายาม เนื่องจากผลจากเป้าหมายระยะยาวเป็นสิ่งที่ยาวนานเกินไปที่จะเป็นสิ่งล่อใจที่มีประสิทธิภาพและชี้แนะการกระทำในขณะนั้น

3) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ จะทำให้บุคคลเกิดความพยายามและการพากเพียรในการปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางไว้ มีความอดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค รวมถึงการบริหารเวลา การรู้จักวางแผนและจัดสรรเวลาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพของตนเอง

4) การประเมินตนเอง เป็นการเปรียบเทียบผลการปฏิบัติกับเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่กำหนดไว้ของตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่มีผลต่อแรงจูงใจในการกระทำตามแผนที่วางไว้ โดยทั่วไปบุคคลจะสร้างความพึงพอใจในตนเองด้วยการกระทำเป้าหมายให้บรรลุผลสำเร็จ บุคคลจึงใช้ความพยายามอย่างจริงจัง หากผลการกระทำของเขาต่ำกว่าเป้าหมาย แต่อย่างไรก็ตามการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายอาจนำไปสู่ความพึงพอใจชั่วคราว ต่อจากนั้นผลของความสำเร็จก็จะกลายเป็นข้อมูลเกี่ยวกับระดับความสามารถของบุคคล และบุคคลจะจูงใจตนเองโดยการตั้งเป้าหมายใหม่ที่มีความท้าทายมากขึ้น

5) การได้รับข้อมูลป้อนกลับ ข้อมูลป้อนกลับที่แสดงว่าบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่กำหนดไว้หรือไม่ ถ้าบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายจะส่งผลให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะเพิ่มระดับเป้าหมายให้ท้าทายมากขึ้น ในทางตรงกันข้ามข้อมูลป้อนกลับที่ระบุถึงความล้มเหลวก็ทำให้เขามีแนวโน้มลดระดับของเป้าหมายลง นอกจากนี้ข้อมูลป้อนกลับยังช่วยให้บุคคลตัดสินใจได้ว่าควรปรับปรุงการกระทำของตนหรือไม่ในลักษณะใด ข้อมูลดังกล่าวจึงคล้ายกับเป็นตัวควบคุมให้พฤติกรรมดำเนินต่อไป การได้รับข้อมูลป้อนกลับจึงทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจโดยผ่านกระบวนการเปรียบเทียบซึ่งเกิดขึ้นในตัวเอง จึงช่วยให้บุคคลตัดสินใจการกระทำของตนกับเป้าหมายได้ ทั้งนี้ข้อมูลป้อนกลับอาจอยู่ในรูปของคำพูด ข้อเขียน หรือการใช้กราฟแสดงข้อมูลการกระทำของบุคคล เนื่องจากข้อมูลป้อนกลับเป็นข้อมูลที่แสดงถึงผลการกระทำของบุคคล จึงทำให้บุคคลทราบว่าสิ่งที่เขาทำได้ผลอย่างไร ดังนั้นข้อมูลป้อนกลับอาจเป็นตัวเสริมแรงหรือตัวลงโทษก็ได้

จากความหมายและกระบวนการการตั้งเป้าหมาย สรุปได้ว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียน หมายถึง การกำหนดแนวทางและการปฏิบัติด้วยความพยายาม เพื่อให้บรรลุความสำเร็จในการเรียนตามที่คุณเรียนต้องการ ประกอบด้วย

1. ความเฉพาะเจาะจง คือ ตั้งเป้าหมายในการเรียนให้ชัดเจน เน้นถึงสิ่งที่คุณเรียนต้องการให้เกิดขึ้น เป็นรูปธรรม
2. ความท้าทาย คือ การที่คุณเรียนบรรลุความสำเร็จในเป้าหมายที่สูงขึ้น
3. ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง คือ ระดับความสามารถที่คุณเรียนสามารถจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้
4. การวางแผนระยะสั้นและระยะยาว คือ การกำหนดระยะเวลาในการปฏิบัติและวางแผนให้สามารถบรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว และในอนาคต
5. การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ คือ อดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค วางแผน บริหาร และจัดสรรเวลาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการศึกษา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

เพ็ญประภา นิตยวรรณ (2550) ได้ทำการวิจัยการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและการสร้างเป้าหมายในการเรียน เป็นสิ่งจำเป็นที่จะช่วยลดปัญหานักศึกษาออกกลางคัน ทำให้นักศึกษามีเป้าหมายของชีวิตมุ่งไปสู่ความสำเร็จ สามารถเอาชนะอุปสรรคและปัญหาต่างๆได้ การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อพัฒนาโปรแกรมการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและการสร้างเป้าหมายในการเรียน เปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและการสร้างเป้าหมายในการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพปีที่ 2 สาขาเครื่องกล วิทยาลัยเทคนิคหนองคาย ปีการศึกษา 2549 จำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและการสร้างเป้าหมายในการเรียน มีดัชนีประสิทธิผลด้านพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค และด้านการสร้างเป้าหมายในการเรียน

พาสนา นิยมบัตรเจริญ (2551) ได้ทำการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 15 คน และกลุ่มทดลอง 15 คน ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากมาตรวัดการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่า การเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพทำให้นักเรียนได้รู้จักตนเองในด้านความสนใจ ความถนัด ทักษะ และบุคลิกภาพของตนเองมากขึ้น ซึ่งทำให้นักเรียนตั้งเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพให้สอดคล้องกับตนเอง และการได้รับข้อมูลป้อนกลับซึ่งช่วยให้นักเรียนตั้งเป้าหมายวางแผน และดำเนินตามแผนที่ได้วางไว้มีประสิทธิภาพ และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่ตนเองตั้งไว้

พรรณภา ส่งแสงแก้ว (2556) ได้ทำการศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาแรงจูงใจและการตั้งเป้าหมายในการเรียนที่มีต่อนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเอกชน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 10 คน ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลอง นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนแรงจูงใจและการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาแรงจูงใจและการตั้งเป้าหมายในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักศึกษากลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาแรงจูงใจๆ ช่วยให้นักศึกษามีการพัฒนาแรงจูงใจในการเรียนเพิ่มขึ้น และสามารถตั้งเป้าหมายในการเรียนให้กับตนเองได้ โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคทางการเรียน และรู้จักวางแผนการเรียน เพื่อให้การเรียนของตนเองประสบความสำเร็จ

งานวิจัยต่างประเทศ

Bandura and Cervone (1983) ได้ศึกษาผลการตั้งเป้าหมายที่เจาะจงระยะสั้น ร่วมกับการให้ข้อมูลป้อนกลับ ซึ่งมีผลปฏิภริยาต่อตนเองและแรงจูงใจในการทำงาน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนวิชาจิตวิทยาพื้นฐาน จำนวน 90 คน เพศชาย และเพศหญิงมีจำนวน 45 คนเท่ากัน การวิจัยจัดให้นักศึกษาทำกิจกรรมในการออกกำลังกาย ซึ่งผู้วิจัยจัดนักศึกษาเข้ากลุ่มการทดลอง 4 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ตั้งเป้าหมายระยะสั้น และได้รับข้อมูลป้อนกลับว่าเขากำลังกายได้ก็เปอร์เซ็นต์ สูงหรือต่ำกว่าครั้งที่ผ่านมา กลุ่มที่ 2 ตั้งเป้าหมายระยะสั้นด้วยตนเองในการออกกำลังกาย กลุ่มที่ 3 ได้รับข้อมูลป้อนกลับในการออกกำลังกาย กลุ่มที่ 4 กลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษา ในกลุ่มตั้งเป้าหมาย ระยะสั้นและได้รับข้อมูลป้อนกลับมีแรงจูงใจในการออกกำลังกาย มีความพึงพอใจในตนเอง รวมทั้งมีความพยายามสูงกว่า กลุ่มที่ 2,3,4 กลุ่มตั้งเป้าหมายระยะสั้นด้วยตนเอง และกลุ่มได้รับข้อมูลป้อนกลับเพียงอย่างเดียว มีความพึงพอใจและแรงจูงใจในการทำงานมากกว่ากลุ่มควบคุม

บทที่ 3

วิธีการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ นักศึกษาคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย เป็นการ วิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยใช้รูปแบบที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการวัดผล ก่อนและหลังการทดลองเพื่อ ใช้เปรียบเทียบ (Pretest - Posttest Randomized Design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 หลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์ และโทรคมนาคม คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน โดยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดำเนินการดังนี้

1. คณะผู้วิจัยใช้การเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเลือกเฉพาะ นักศึกษาหลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์และโทรคมนาคม ทั้ง 2 ห้อง ซึ่งเป็นนักศึกษาที่อยู่ในหลักสูตรสาขาวิชาที่คณะผู้วิจัยสังกัด
2. ให้นักศึกษาหลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์และโทรคมนาคม ทั้ง 2 ห้อง จำนวน 50 คน ทำแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน

3. คณะผู้วิจัยตรวจให้คะแนนแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน และคัดเลือกนักศึกษาที่มีคะแนนจากแบบวัดฯต่ำสุดของแต่ละห้อง ห้องละ 15 คน เพื่อเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

4. สุ่มจำแนกกลุ่ม (Random Assignment) โดยให้นักศึกษาห้อง 1 เป็นกลุ่มทดลอง และนักศึกษาห้อง 2 เป็นกลุ่มควบคุม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้น มีลำดับขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน

2. คณะผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน โดยอ้างอิงแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Albert Bandura (1986) รวมกับแนวคิดทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting Theory) ของเอ็ดวิน เอ. ล็อก (Edwin A. Locke) และแกรี่ ลาแทม (Gary Latham) ประกอบด้วย 1) ความเฉพาะเจาะจง 2) ความท้าทาย 3) ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง 4) การวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว และ 5) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

3. นำโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน คือ 1) อาจารย์ณัฐพล บุญทอง สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ 2) อาจารย์ฉวีระ ทัศย์ สอนวิชาการวัดและประเมินผลการศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี และ 3) อาจารย์กรวิทย์ จันทร์พุด คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย พิจารณาตรวจสอบความตรงของเนื้อหา ตรวจสอบแก้ไขความถูกต้อง และให้ข้อเสนอแนะ

4. นำโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ที่ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน มาศึกษาความเป็นไปได้ ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ก่อนนำโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ไปใช้ในการทดลอง

ตารางที่ 3.1 โครงสร้างของโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน

องค์ประกอบ	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
-	1	การประชุมนิเทศ และสร้าง สัมพันธภาพ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศที่ดีในการ เริ่มต้นทำกิจกรรมร่วมกัน 2. เพื่อให้ให้นักศึกษาเข้าใจ วัตถุประสงค์ วิธีการ ดำเนินกิจกรรม บทบาท หน้าที่ของนักศึกษา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และ ประโยชน์ของการเข้าร่วม โปรแกรมส่งเสริม ความสามารถ ตั้งเป้าหมายในการเรียน	- บรรยาย วัตถุประสงค์ของ กิจกรรมและ ประโยชน์ของการ เข้าร่วมโปรแกรม ส่งเสริมความ สามารถการตั้ง เป้าหมายในการ เรียน - ทำกิจกรรมการรู้จัก และสร้าง สัมพันธภาพ
ความเฉพาะ เจาะจง	2	เป้าหมายในการ เรียนของฉัน	เพื่อให้นักศึกษา ตั้งเป้าหมายในการเรียนที่ ชัดเจน	- ศึกษาบทความเรื่อง “โอกาสทางการ ศึกษาเห็นคุณค่าคน พิการ” - ทำใบงาน “เป้าหมายในการ เรียนของฉัน”

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

องค์ประกอบ	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
ความเฉพาะเจาะจง	3	My idol	1. เพื่อให้นักศึกษาได้เรียนรู้วิธีคิด และวิธีปฏิบัติ ตนของบุคคลที่ประสบ ความสำเร็จในชีวิต เพราะ การตั้ง เป้าหมายชีวิตของ ตนเอง 2. เพื่อให้นักศึกษา ตั้งเป้าหมายในการเรียนที่ ชัดเจน เน้นถึงสิ่งที่ ต้องการให้เกิดขึ้น	- ทำ ใบงาน “My idol”
ความท้าทาย	4	(Fighting) ถิ่น ต้องทำได้	เพื่อให้ศึกษารู้จักและ เข้าใจตนเอง เกิดความ พยายามที่จะเรียนให้สำเร็จ ในเป้าหมายที่สูงขึ้น	- ทำใบงาน “ถิ่นต้อง ทำได้”
ความใกล้เคียง กับความเป็น จริง	5	รู้ความสามารถ ที่แท้จริงของ ตน (Learning Style)	1. เพื่อให้ศึกษารู้ ความสามารถที่แท้จริงของ ตนเอง 2. เพื่อให้ศึกษา ตรวจสอบความสามารถ ของตนเองทั้งในส่วนดี และส่วนที่ต้องแก้ไข หรือ ปรับปรุงให้ดีขึ้น ในด้าน การเรียนของตนเอง	- ให้นักศึกษาตรวจ สอบพฤติกรรม ทางการเรียนที่ผ่านมา ทั้งในส่วนดีและ ส่วนที่ต้องแก้ไข - ทำใบงาน Learning Style เพื่อหาแนวทาง แก้ไขหรือวิธีการที่ จะนำไปสู่พฤติกรรม ทางการเรียนที่ดีขึ้น

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

องค์ประกอบ	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
การวางแผนระยะสั้น	6	วางแผนการเรียนตามตารางเรียนของตนเอง	1. เพื่อให้ นักศึกษารู้จักวางแผนการเรียนของตนเองให้ประสบความสำเร็จ 2. เพื่อให้ นักศึกษาเตรียมความพร้อมในการเรียนตามแผนการที่วางไว้	ทำใบงาน “การวางแผนการเรียนตามตารางเรียนของตนเอง”
การวางแผนระยะยาว	7	แผนการสู่ความสำเร็จ	เพื่อให้ นักศึกษาได้วางแผนการเรียนระยะยาวให้เกิดความสำเร็จ	ให้นักศึกษาวางแผนการเรียนระยะยาวเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ในใบงาน “แผนการเรียนระยะยาว (1- 5 ปี)”
การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้	8	สำเร็จมีรางวัล	เพื่อให้ นักศึกษารู้จักวางแผน บริหาร และจัดสรรเวลาในการปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้องเหมาะสม	ใบงาน “สร้างวินัยให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้” มีประโยชน์กับตนเองอย่างไร และหากไม่มีวินัยจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง
การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้	9	ฉันปฏิบัติตามแผนที่วางไว้สำเร็จ	1. เพื่อให้ นักศึกษามีวินัยในการปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้ 2. เพื่อให้ นักศึกษาบรรลุเป้าหมายในการเรียนที่ตั้งไว้	ทำใบงาน “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้”

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

องค์ประกอบ	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
-	10	แบบวัด ความสามารถ การตั้งเป้าหมาย ในการเรียน	เพื่อให้ นักศึกษาทำแบบ วัดความสามารถ ตั้งเป้าหมายในการเรียน หลังจากการเข้าร่วม โปรแกรม ส่งเสริม ความสามารถ ตั้งเป้าหมายในการเรียน	- บรรยาย วัตถุประสงค์ของ กิจกรรมและสรุป กิจกรรมที่ผ่านมา ทั้งหมด - ทำแบบวัดความ สามารถการตั้ง เป้า หมายในการเรียน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

1. แบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน

แบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน คณะผู้วิจัยได้พัฒนาโดยอ้างอิงแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Albert Bandura (1986) รวมกับแนวคิดทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting Theory) ของเอ็ดวิน เอ. ล็อก (Edwin A. Locke) และแกรี่ ลาแทม (Gary Latham) แบ่งข้อคำถามออกเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1) ความเฉพาะเจาะจง คือ เป็นเป้าหมายที่ชัดเจน เน้นถึงสิ่งที่เราต้องการให้เกิดขึ้น ซึ่งเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงจะช่วยให้เกิดแรงกระตุ้นและชี้แนะในการทำพฤติกรรมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเอง และได้รับผลงานที่สูงกว่าเป้าหมายโดยทั่วไป เนื่องจากเป้าหมายที่มีความเฉพาะเจาะจงจะช่วยให้เกิดความชัดเจน ในสิ่งที่บุคคลกำลังจะทำ ดังนั้นเป้าหมายที่กำหนดไว้จะต้องเป็นรูปธรรมว่าจะไรคือเป้าหมายที่กำลังจะทำ ทำไมต้องทำสิ่งนั้นในเวลานี้ และจะทำสิ่งนั้นได้โดยวิธีใด

2) ความท้าทาย เนื่องจากระดับของเป้าหมาย มีผลต่อปฏิกิริยาต่อตนเองและความพยายามที่ใช้ ดังนั้นเมื่อบุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่มีความท้าทาย บุคคลจะเกิดความพึงพอใจและความพยายามมากขึ้น และถ้าตั้งเป้าหมายสูงก็จะยิ่งเพิ่มความพยายามมากขึ้นในการทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมาย

3) ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง คือ ระดับความสามารถที่ผู้เรียนสามารถจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้

4) วางแผนตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว จะต้องมีการกำหนดระยะเวลาในการปฏิบัติและวางแผนไว้ทั้งระยะสั้นและระยะยาวอย่างชัดเจน ซึ่งเป้าหมายระยะสั้น หมายถึง เป้าหมายที่สามารถทำให้บรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะสั้นจึงได้รับการแบ่งเป็นเป้าหมายย่อยให้บุคคลกระทำในช่วงเวลาสั้นๆ ส่วนเป้าหมายระยะยาว หมายถึง เป้าหมายซึ่งมีระยะห่างของเวลาระหว่างปัจจุบันกับสิ่งที่เป็นเป้าหมายในอนาคตมาก บุคคลจึงไม่อาจประสบความสำเร็จได้ในระยะเวลาอันรวดเร็ว ลักษณะของเป้าหมายระยะยาวเป็นการระบุเป้าหมายโดยภาพรวมตอนสุดท้ายให้บุคคลกระทำ

5) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ จะทำให้บุคคลเกิดความพยายามและความพากเพียรในการปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางไว้ มีความอดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค รวมถึงการบริหารเวลา การรู้จักวางแผนและจัดสรรเวลา ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของตนเอง

โดยขั้นตอนการสร้างแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2. นำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา จำนวน 3 ท่าน คือ 1) อาจารย์ณัฐพล บุญทอง สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ 2) อาจารย์ฉวีระ หัตถ์ สอนวิชาการวัดและประเมินผลการศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี และ 3) อาจารย์กรวิทย์ จันทร์พูน คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย พิจารณาตรวจสอบความตรงของเนื้อหา ตรวจสอบแก้ไขความถูกต้องและให้ข้อเสนอแนะ

3. นำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ แล้วมาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้การวิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-total Correlation) และหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach Alpha Reliability Coefficients) กับนักศึกษาชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย หลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมแมคคาทรอนิกส์ จำนวน 30 คน โดยนักศึกษากลุ่มดังกล่าว ไม่ใช่ศึกษากลุ่มตัวอย่าง

วิธีการตอบและเกณฑ์การให้คะแนน

ให้นักศึกษาพิจารณาข้อความ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษามากที่สุด โดยมีเกณฑ์ดังนี้

มากที่สุด	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับมากที่สุด
มาก	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับมาก
ปานกลาง	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับปานกลาง
น้อย	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับน้อย
น้อยที่สุด	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับน้อยที่สุด

เกณฑ์การให้คะแนน

มากที่สุด	ให้	5	คะแนน
มาก	ให้	4	คะแนน
ปานกลาง	ให้	3	คะแนน
น้อย	ให้	2	คะแนน
น้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยดำเนินการทดลองดังนี้

1. ให้นักศึกษากลุ่มทดลองห้อง 1 และกลุ่มควบคุม ห้อง 2 ทำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน
2. คณะผู้วิจัยคัดเลือกนักศึกษาที่มีคะแนนจากแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนต่ำที่สุดแต่ละห้อง ห้องละ 15 คน เพื่อเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม
3. คณะผู้วิจัยดำเนินการนำโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนกับนักเรียนกลุ่มทดลองห้อง 1 จำนวน 15 คน รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที
4. ให้นักศึกษากลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน
5. เมื่อคณะผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดแล้ว นำแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนการทดลอง มาวัดกับนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลอง (Post-Test)
6. นำคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม



การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 การหาค่าเฉลี่ย (\bar{X})

1.2 การหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

2. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

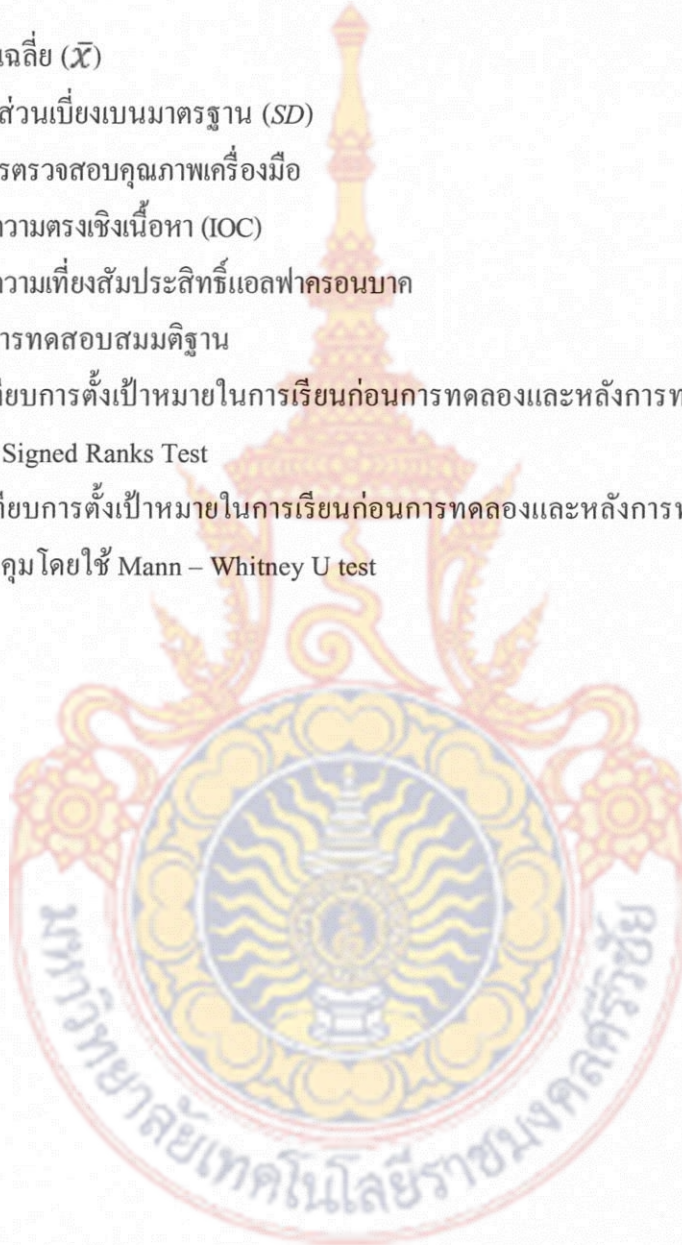
2.1 การหาค่าความตรงเชิงเนื้อหา (IOC)

2.2 การหาค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

3.1 เปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ Wilcoxon Signed Ranks Test

3.2 เปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ Mann – Whitney U test



บทที่ 4

ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ซึ่งเป็นการวิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยใช้รูปแบบที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองมีจำนวน 15 คน และกลุ่มควบคุมมีจำนวน 15 คน ซึ่งมีการวัดตัวแปรตามก่อนทดลองและหลังทดลอง วัดตัวแปรตามคือ คะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ Wilcoxon Signed Ranks Test แบบสัมพันธ์กัน และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้ Mann-Whitney U Test แบบเป็นอิสระจากกัน ซึ่งมีสมมติฐานของ การวิจัย ดังนี้

1. หลังการทดลองคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. หลังการทดลองคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

สัญลักษณ์ทางสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

- \bar{X} แทน ค่าเฉลี่ย
- SD แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- z แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของวิลคอกซัน (Wilcoxon) และแมน-วิทนี (Mann-Whitney)
- ** แทน ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
- * แทน ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การนำเสนอผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

กลุ่ม	การตั้งเป้าหมายในการเรียน	
	\bar{x}	<i>SD</i>
กลุ่มทดลอง	3.47	.32
กลุ่มควบคุม	1.50	.51

จากตารางที่ 4.1 พบว่าค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.47 (*SD* = .32) คือมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนมาก และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.50 (*SD* = .51) คือมีการตั้งเป้าหมายในการเรียนน้อย ซึ่งหลังการทดลองกลุ่มทดลองที่เข้าร่วม โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 คือ หลังการทดลองคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 4.2

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ Wilcoxon Signed Ranks Test

การตั้งเป้าหมายในการเรียน	\bar{x}	<i>SD</i>	Min	Max	Wilcoxon Signed Ranks Test	
					<i>z</i>	<i>p</i>
ก่อนการทดลอง	3.27	.20	2.63	3.50	-4.78	.000**
หลังการทดลอง	3.47	.32	2.57	3.90		

***p* < .01

จากตารางที่ 4.2 พบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียน สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 คือ หลังการทดลอง คะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 คือ หลังการทดลอง คะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ดังแสดงในตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียนหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้ Mann-Whitney U Test

แรงจูงใจในการเรียน	\bar{x}	SD	Min	Max	Mann-Whitney U Test	
					z	p
กลุ่มทดลอง	3.47	.32	2.57	3.90	-4.67	.000*
กลุ่มควบคุม	1.50	.51	1.00	2.00		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน หลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 คือ หลังการทดลอง คะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ข้อวิจารณ์

ผลของการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัยหลังการทดลองคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และหลังการทดลอง กลุ่มทดลองจะมีคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

คณะผู้วิจัยมองว่าโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา ซึ่งมีแนวคิดการตั้งเป้าหมายประกอบด้วย 1) ความเฉพาะเจาะจง 2) ความท้าทาย 3) ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง 4) การวางแผนตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว และ 5) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ ของเอ็ดวิน เอ. ล็อก (Edwin A. Locke) และแกรี่ ลาแทม (Gary Latham) ร่วมกับแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Albert Bandura (1986) นั้น ช่วยให้นักศึกษาสามารถนำไปใช้ตั้งเป้าหมายในการเรียนได้จริง โดยนักศึกษาสามารถกำหนดแนวทางและการปฏิบัติด้วยความพยายาม เพื่อให้บรรลุความสำเร็จในการเรียนตามที่ต้องการ คือ ตั้งเป้าหมายในการเรียนที่ชัดเจน เน้นถึงสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้น เพื่อให้บรรลุความสำเร็จในเป้าหมายที่สูงขึ้น โดยคำนึงถึงระดับความสามารถที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงที่จะกระทำได้ มีการวางแผนในการปฏิบัติทั้งระยะสั้นและระยะยาวให้สามารถบรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว และอดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค มีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการเรียน ดังเห็นได้จากตัวอย่างใบงานในการเข้าร่วมโปรแกรม ส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน เช่น จากโปรแกรมฯ ครั้งที่ 2 ในใบงาน “เป้าหมายในการเรียนของฉัน” นักศึกษาวางเป้าหมายในการเรียนของตัวเองที่ชัดเจน ไว้ว่า “ฉันจะต้องสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตร 5 ปี เพราะ ฉันเอาใจใส่การเรียนทุกรายวิชามีสมาธิ จดจ่อกับบทเรียนที่อาจารย์สอน” จากโปรแกรมฯ ครั้งที่ 4 ในใบงาน “ฉันต้องทำให้ได้” นักศึกษาเขียนพฤติกรรมกรเรียนที่ผ่านมาว่า “รายวิชาที่ยาก เกิดความท้อแท้ไม่อยากเรียน ก็จะปล่อยผ่าน ไม่ได้หาความรู้เพิ่มเติม หรือพยายามเรียนให้สำเร็จ” ปรับพฤติกรรมใหม่โดยตั้งเป้าหมายในการเรียนไว้ว่า “จะตั้งใจเรียนมากขึ้น พยายามหาความรู้เพิ่มเติมด้วยตัวเองหรือ สอบถามจากเพื่อนที่เก่งกว่า และทุ่มเท่านหนังสือวิชานี้ให้มากเป็นพิเศษเพื่อให้ได้คะแนนดีๆ” จากการเข้าร่วม โปรแกรมฯ ครั้งที่ 5 นักศึกษาได้รู้ความสามารถที่แท้จริงของตน (Learning Style) คือ ได้ตรวจสอบความสามารถของตนเองทั้งในส่วนดีและส่วนที่ต้องแก้ไข หรือปรับปรุงให้ดีขึ้น ในพฤติกรรมทางการเรียนที่ผ่านมา เช่น “จากพฤติกรรมในการเรียนที่ผ่านมา ผมไม่ค่อยตั้งใจเรียนเวลาอาจารย์สอน มีแอบเล่นเกมเล่นมือถือบ้าง เพราะถือว่าบางอย่างถ้าไม่เข้าใจตรงไหนให้เพื่อนอธิบาย ผมก็สามารถเข้าใจและรับรู้ได้เร็ว แต่นั่นก็เป็นข้อเสียเช่นกันที่ผมไม่ค่อยฟังเวลาที่อาจารย์สอน เวลาอาจารย์สั่งการบ้านก็จะขอเพื่อนลอกการบ้านเพื่อให้ทันส่ง จะปรับปรุงตัวเองโดยการตั้งใจฟังที่อาจารย์สอน และทำงานตามที่อาจารย์มอบหมาย ด้วยความสามารถของตนเอง มีการวางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาวเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการเรียน โดยการเตรียมตัวอ่านหนังสือล่วงหน้าก่อนมาเรียน วางแผนการทำงานที่อาจารย์มอบหมายเป็นสัปดาห์ ต้องได้เกรด A ในรายวิชาที่เกี่ยวกับวิชาชีพครู และจากการเข้าร่วม โปรแกรมฯ ครั้งที่ 8 ในใบงาน “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้” นักศึกษาจะอดทนเรียนแม้บางวิชาที่ไม่ชอบเรียน เช่น “ไม่ชอบเรียนวิชาที่เกี่ยวกับตัวเลข โดยเฉพาะ แคลคูลัส แต่จะต้องอดทนเรียน

ฝ่าฟันอุปสรรคสอบผ่านให้ได้ ไม่หวังว่าจะได้เกรดดีๆ ขอแค่สอบผ่านก็พอ โดยจะกลับไปทบทวนหลังจากที่อาจารย์สอน และถ้าไม่เข้าใจก็ให้เพื่อนที่เก่งตัวให้ ถ้าสอบผ่านจะให้รางวัลตัวเองโดยการไปเที่ยวต่างจังหวัดกับเพื่อน”

จากผลการวิจัยดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้นักศึกษามีการตั้งเป้าหมายในการเรียนให้กับตนเอง เพื่อเป็นพลังในการต่อสู้เอาชนะอุปสรรคต่างๆทางการเรียน ให้สามารถตั้งใจเรียนและรับผิดชอบการเรียนในทุกรายวิชา เพื่อให้เรียนประสบความสำเร็จจบตามหลักสูตร



บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยใช้รูปแบบที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการวัดผลก่อนและหลังการทดลองเพื่อใช้เปรียบเทียบ (Pretest - Posttest Randomized Design)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
2. เพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
3. เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

สมมติฐานการวิจัย

1. หลังการทดลองคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. หลังการทดลองคะแนนการตั้งเป้าหมายในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 หลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์และโทรคมนาคม คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน โดยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างดำเนินการดังนี้

1. คณะผู้วิจัยใช้การเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเลือกเฉพาะนักศึกษาหลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์และโทรคมนาคม ทั้ง 2 ห้อง ซึ่งเป็นนักศึกษาที่อยู่ในหลักสูตรสาขาวิชาที่ผู้วิจัยสังกัด
2. ให้นักศึกษาหลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์และโทรคมนาคม ทั้ง 2 ห้อง จำนวน 50 คน ทำแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน
3. คณะผู้วิจัยตรวจให้คะแนนแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน และคัดเลือกนักศึกษาที่มีคะแนนจากแบบวัดฯต่ำสุดของแต่ละห้อง ห้องละ 15 คน เพื่อเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
4. สุ่มจำแนกกลุ่ม (Random Assignment) โดยให้นักศึกษาห้อง 1 เป็นกลุ่มทดลอง และนักศึกษาห้อง 2 เป็นกลุ่มควบคุม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน เป็น โปรแกรมที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยมีผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน คือ 1) อาจารย์ณัฐพล บุญทอง สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ 2) อาจารย์ณริพีระ หัตถ์ย สอนวิชาการวัดและประเมินผลการศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี และ 3) อาจารย์กรวิทย์ จันทร์พูล คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย เป็นผู้ตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรม แบ่งการดำเนินการเป็น 10 ครั้ง ครั้งละประมาณ 50 นาที

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียน คณะผู้วิจัยได้พัฒนาโดยอ้างอิงแนวคิดการตั้งเป้าหมายของ Albert Bandura (1986) ร่วมกับแนวคิดทฤษฎีการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting Theory) ของเอ็ดวิน เอ. ล็อก (Edwin A. Locke) และแกรี่ ลาแทม (Gary Latham) แบ่งข้อคำถามออกเป็น 5 ด้าน คือ 1) ความเฉพาะเจาะจง 2) ความท้าทาย 3) ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง 4) วางแผนตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว และ 5) การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด จำนวน 30 ข้อ ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่านตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ตรวจสอบค่าความเที่ยงด้วยการหาค่าความสอดคล้องภายในของแบบวัด โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าสัมประสิทธิ์เท่ากับ .87

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยดำเนินการทดลองดังนี้

1. ให้นักศึกษากลุ่มทดลองห้อง 1 และกลุ่มควบคุม ห้อง 2 ทำแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนก่อนเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน
2. คณะผู้วิจัยคัดเลือกนักศึกษาที่มีคะแนนจากแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนต่ำที่สุดแต่ละห้อง ห้องละ 15 คน เพื่อเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม
3. คณะผู้วิจัยดำเนินการนำโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนกับนักเรียนกลุ่มทดลองห้อง 1 จำนวน 15 คน รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที
4. ให้นักศึกษากลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน
5. เมื่อคณะผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดแล้ว นำแบบวัดความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนการทดลอง มาวัดกับนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง (Post-Test)
6. นำคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 การหาค่าเฉลี่ย (\bar{X})

1.2 การหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

2. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

2.1 การหาค่าความตรงเชิงเนื้อหา (IOC)

2.2 การหาค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

3.1 เปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองโดยใช้ Wilcoxon Signed Ranks Test

3.2 เปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในการเรียนก่อนการทดลองและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ Mann – Whitney U test

สรุปผลจากการวิจัย

จากการศึกษาปรากฏผลการวิจัยดังนี้

1. โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ที่ผ่านการตรวจสอบความตรงจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อนำมาใช้กับกลุ่มทดลอง มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ที่ผ่านการตรวจสอบความตรงจากผู้เชี่ยวชาญ เมื่อนำมาใช้กับกลุ่มทดลอง มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย” คณะผู้วิจัยได้แบ่งข้อเสนอแนะออกเป็น 2 ส่วน คือ ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้ และข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน มีคะแนนจากแบบวัดการตั้งเป้าหมายในการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน สามารถพัฒนาและส่งเสริมการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษาได้

2. จากการศึกษาวิจัยพบว่า โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน สามารถพัฒนาการตั้งเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย หลักสูตรสาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์และโทรคมนาคม ได้ ดังนั้น อาจารย์ผู้สอน หรือผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาจึงควรนำโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ไปพัฒนาประยุกต์ใช้กับนักศึกษาในหลักสูตรสาขาวิชาอื่นที่มีบริบทใกล้เคียงกัน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. นำโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ไปทำการศึกษากับนักศึกษาชั้นปีอื่นๆ หรือคณะอื่น เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาเห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมายในการเรียน ส่งผลให้การเรียนประสบความสำเร็จมีประสิทธิภาพ

2. ควรทำวิจัยและติดตามผลหลังเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักศึกษาที่ผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เพื่อดูความคงทนของพฤติกรรมและความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ของนักศึกษา

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

ณรงค์วิทย์ แสนทอง. (2546). การบริหารงานทรัพยากรมนุษย์สมัยใหม่ ภาคปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร: เอช อาร์ เซ็นเตอร์.

ณัฐพรหม อินทยศ. (2553). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สถาบันการพลเรือน วิทยาเขต เพชรบูรณ์.

นนทวรรณ เรืองสกุล. (2545). การกำหนดเป้าหมายด้วยการรับรู้ผลการปฏิบัติโดยการได้ยินและการมองเห็นที่มีต่อความสามารถในการยื่นกระโดดไกลของนักเรียนชายและหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2553). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์จำกัด.

ประสาธ อิศรปริดา. (2523). จิตวิทยาการเรียนรู้กับการสอน. กรุงเทพมหานคร: กราฟิการ์ต.

ประเวศ วะสี. (2557). เอกสารประกอบการประชุมวิชาการ “อภิวัดณ์การเรียนรู้..สู่จุดเปลี่ยนประเทศไทย”. กรุงเทพมหานคร: บริษัท มาตา จำกัด.

พรรณภา ส่งแสงแก้ว. (2556). ผลของโปรแกรมพัฒนาแรงจูงใจและการตั้งเป้าหมายในการเรียนที่มีต่อนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยเอกชน. ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา และการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

พรรณี ชูทัย เจนคิด. (2538). จิตวิทยาการเรียนการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: ดันอ้อ แกรมมี่.

พาสนา นิยมบัตรเจริญ. (2551). ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายการศึกษา และอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโพธิสารพิทยากร. ปรินญา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เพ็ญประภา นิตยวรรณ. 2550. การพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและการสร้าง เป้าหมายในการเรียนของนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยเทคนิคหนองคาย. ปรินญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวิจัยการศึกษา, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

วรรณิ ลิ้มอักษร. (2551). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. สงขลา: ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยทักษิณ.

วันชัย มีชาติ. (2544). พฤติกรรมการบริหารองค์สาธารณะ. กรุงเทพมหานคร:โครงการผลิตตำรา และเอกสารการสอน คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สมพร เพ็องจันทร์. (2548). แนวคิดและหลักการจัดการในองค์การสาธารณะ. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2553). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

แสงเดือน ทวีสิน. (2545). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: หจก.โรงพิมพ์ไทยเส็ง.

Bandura, A. (1977). **Socail Learning Theory**. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hill.

Breman, E.J. (1989). **Performance Management Workbook**. New Jersey: Prentice-Hall.

Locke, E. A. and Latham, G.P. (1990). **A Theory of Goal Setting & Task Performance**. New Jersey: Prentice Hall.

Rouillard, E. A. (1993). **Goals and Goal Setting**. California: Crisp Publication.

Wilson, D.F. (2003). The Effect of a Test Preparation Guide in Problem-solving in Improving Students' Achievement on the New York Math 'A' Regents Examination, **Dissertation Abstracts International**. 64 (05): 1573-A.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย



รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย

1. อาจารย์ณัฐพล บุญทอง

อาจารย์คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ

2. อาจารย์นริศะ หัตถิ

อาจารย์คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

3. อาจารย์กรวิทย์ จันทร์พูล

อาจารย์คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย



ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน

ครั้งที่ 1

ชื่อเรื่อง Pre-test

ชื่อกิจกรรม การปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ

เวลา 50 นาที

แนวคิด

การปฐมนิเทศเป็นการชี้แจงให้นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมได้ทำความเข้าใจร่วมกัน ถึงรายละเอียดของโครงการ วัตถุประสงค์ เป้าหมาย ข้อตกลง ตลอดจนบทบาทหน้าที่ของนักศึกษา ช่วยสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคยระหว่างผู้นำกลุ่มกับนักศึกษา และระหว่างนักเรียนด้วยกันเอง เสริมการยอมรับซึ่งกันและกัน จะช่วยให้การดำเนินกิจกรรมเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและประสบความสำเร็จด้วยดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศที่ดีในการเริ่มต้นทำกิจกรรมร่วมกัน
2. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินกิจกรรม บทบาทหน้าที่ของนักศึกษา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และประโยชน์ของการเข้าร่วม โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวแนะนำตนเอง และกล่าวทักทายนักศึกษาที่เข้าร่วม โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพ ที่อบอุ่นและเป็นมิตร เกิดความไว้วางใจในการเข้าร่วมโปรแกรม

2. ผู้นำกลุ่มสอบถามนักศึกษาว่า เป้าหมายคืออะไร แต่ละคนมีเป้าหมายในชีวิต หรือเป้าหมายในการเรียนอย่างไรบ้าง

ขั้นตอนการ

3. ผู้นำกลุ่มอธิบายความหมายของ โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน ให้นักศึกษาทำความเข้าใจร่วมกัน ตามใบความรู้ เรื่อง “การตั้งเป้าหมายในการเรียน”

ขั้นสรุป

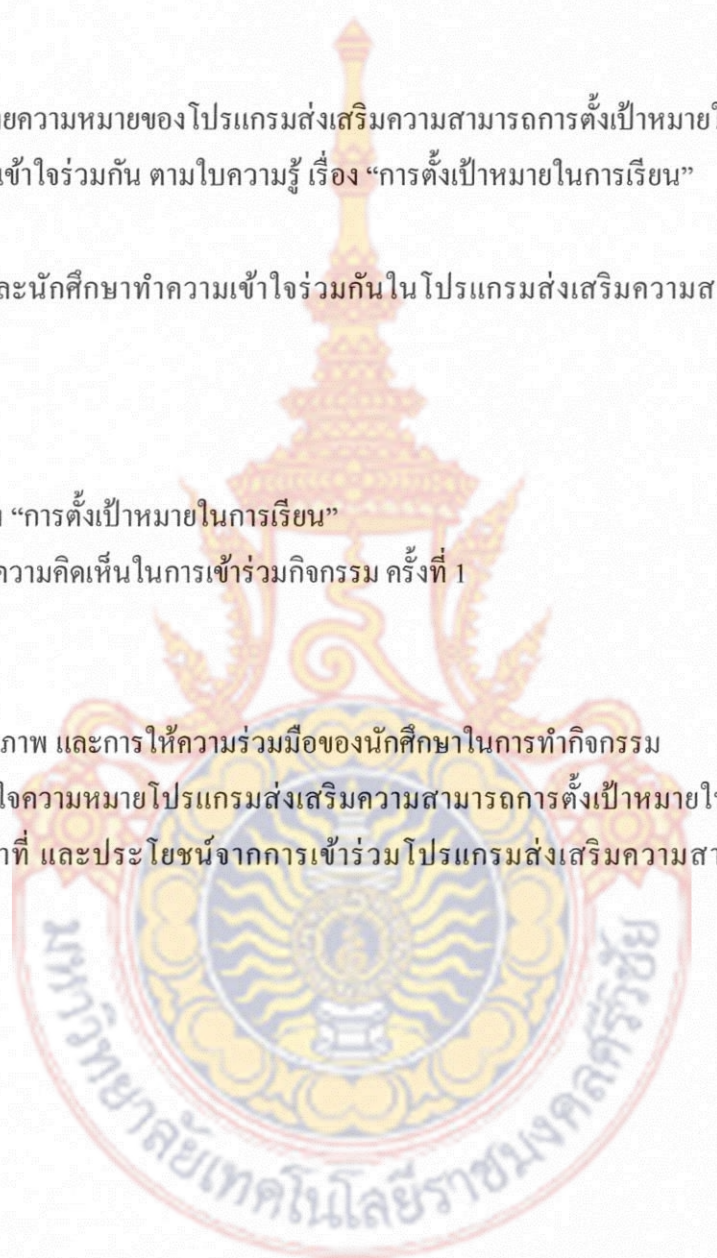
4. ผู้นำกลุ่มและนักศึกษาทำความเข้าใจร่วมกันใน โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน

สื่ออุปกรณ์

1. ใบความรู้ เรื่อง “การตั้งเป้าหมายในการเรียน”
2. แบบสอบถามความคิดเห็นในการเข้าร่วมกิจกรรม ครั้งที่ 1

การประเมินผล

1. สังเกตสัมพันธภาพ และการให้ความร่วมมือของนักศึกษาในการทำกิจกรรม
2. นักศึกษาเข้าใจความหมายโปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน สามารถบอกบทบาทหน้าที่ และประโยชน์จากการเข้าร่วม โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน





การตั้งเป้าหมายในการเรียน หมายถึง การกำหนดแนวทางและการปฏิบัติด้วยความพยายาม เพื่อให้บรรลุ ความสำเร็จในการเรียนตามที่คุณเรียนต้องการ ประกอบด้วย

1. ความเฉพาะเจาะจง คือ การตั้งเป้าหมายในการเรียนให้ชัดเจน เน้นถึงสิ่งที่คุณเรียนต้องการให้เกิดขึ้น เป็นรูปธรรม
2. ความท้าทาย คือ การที่คุณเรียนบรรลุความสำเร็จในเป้าหมายที่สูงขึ้น
3. ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง คือ ระดับความสามารถที่คุณเรียนสามารถจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้
4. การวางแผนระยะสั้นและระยะยาว คือ การกำหนดระยะเวลาในการปฏิบัติและวางแผนให้สามารถบรรลุผลในเวลาอันรวดเร็ว และในอนาคต
5. การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ คือ อดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค วางแผน บริหาร และจัดสรรเวลาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการเรียน

เมื่อมีเป้าหมายในการเรียนก็จะทำให้เกิดแรงจูงใจ มีความขยันขันแข็ง ตั้งใจ พยายามที่จะเรียน ให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ในเรื่องของการเรียนไม่ว่าคุณศึกษาจะทำสิ่งใดก็จะต้องตั้งเป้าหมาย ในการทำสิ่งนั้น ๆ ไว้ล่วงหน้าก่อน เพราะ การมีเป้าหมายจะเป็นเสมือนแสงสว่างหรือเข็มทิศ ช่วยนำ ทางจนถึงความสำเร็จ



โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน

ครั้งที่ 5

ชื่อเรื่อง	ความใกล้เคียงกับความเป็นจริง
ชื่อกิจกรรม	รู้ความสามารถที่แท้จริงของตน (Leaning Style)
เวลา	50 นาที

แนวคิด

ระดับความสามารถที่นักศึกษาสามารถจะกระทำให้ประสบความสำเร็จได้ โดยรู้ความสามารถที่แท้จริงและใกล้เคียงกับความเป็นจริงของตนเอง ว่าถนัดสิ่งใด ไม่ถนัดสิ่งใด และต้องทำอะไรให้มีพฤติกรรมดีขึ้น ประสบความสำเร็จในการเรียนได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักศึกษารู้ความสามารถที่แท้จริงของตนเอง
2. เพื่อให้ นักศึกษาตรวจสอบความสามารถของตนเองทั้งในส่วนดีและส่วนที่ต้องแก้ไข หรือปรับปรุงให้ดีขึ้น ในด้านการเรียนของตนเอง

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

1. ผู้นำกลุ่มถามนักศึกษาถึงพฤติกรรมทางการเรียนที่ผ่านมา ในใบงาน “ฉันต้องทำให้ได้”
2. ผู้นำกลุ่มให้นักศึกษาตรวจสอบความสามารถของตนเองทั้งในส่วนดีและส่วนที่ต้องแก้ไข หรือปรับปรุงให้ดีขึ้น ในพฤติกรรมทางการเรียนที่ผ่านมา
3. ผู้นำกลุ่มแจกใบงาน Leaning Style

ขั้นดำเนินการ

4. ผู้นำกลุ่มอธิบายการทำใบงาน Leaning Style และให้นักศึกษาลองตรวจสอบพฤติกรรมทางการเรียนของตนเอง แล้วลงมือทำ

ขั้นสรุป

5. เมื่อนักศึกษาทำใบงาน Leaning Style เพื่อตรวจสอบพฤติกรรมทางการเรียนและความสามารถทางการเรียนของตนเองเสร็จแล้ว ให้นักศึกษาร่วมกันหาแนวทางแก้ไขหรือวิธีการที่จะนำไปสู่พฤติกรรมทางการเรียนที่ดีขึ้น

6. ผู้นำกลุ่มสรุปแนวทางการปรับปรุงหรือแก้ไขพฤติกรรมทางการเรียนที่นักศึกษาได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะ และวิธีการลงมือปฏิบัติเพื่อให้พฤติกรรมทางการเรียนของตนเองพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น และให้กำลังใจนักศึกษาพร้อมทั้งชื่นชมที่นักศึกษารู้ความสามารถที่แท้จริงของตนเอง เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

สื่ออุปกรณ์

1. ใบงาน Leaning Style
2. แบบสอบถามความคิดเห็นในการเข้าร่วมกิจกรรม ครั้งที่ 5

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจ ความตั้งใจ ที่นักศึกษามีต่อการทำใบงาน Leaning Style
2. สังเกตการร่วมกันให้ข้อเสนอแนะและแนวทางการปรับปรุงให้มีพฤติกรรมทางการเรียนที่ดีขึ้น
3. นักศึกษารู้ความสามารถที่แท้จริงของตนเอง

โปรแกรมส่งเสริมความสามารถการตั้งเป้าหมายในการเรียน

ครั้งที่ 8

ชื่อเรื่อง การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

ชื่อกิจกรรม สำเร็จมีรางวัล

เวลา 50 นาที

แนวคิด

นักศึกษาควรสร้างวินัยในตนเองขึ้นเพื่อเป็นการควบคุมให้ตนเองได้ปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ โดยอาศัยความอดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค รู้จักวางแผน บริหาร จัดสรรเวลาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ช่วยให้นักศึกษาสามารถดำเนินการตามแผน และบรรลุเป้าหมายในการเรียนที่ตั้งไว้ได้ในที่สุด

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักศึกษารู้จักวางแผน บริหาร และจัดสรรเวลาในการปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

1. ผู้นำกลุ่มสอบถามนักศึกษาว่าการมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ต้องอาศัยปัจจัยใดบ้าง เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายการเรียนที่วางไว้

ขั้นดำเนินการ

2. ผู้นำกลุ่มแจก ใบงาน “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้” ให้นักศึกษาทำ

ขั้นสรุป

3. ผู้นำกลุ่มและนักศึกษาร่วมกันสรุป “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้” ของนักศึกษาว่ามีประโยชน์กับตนเองอย่างไร และหากไม่มีวินัยจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง

สื่ออุปกรณ์

1. ใบงาน “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้”
2. แบบสอบถามความคิดเห็นในการเข้าร่วมกิจกรรม ครั้งที่ 8

การประเมินผล

1. นักศึกษาบอกความสำคัญของการมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้
2. นักศึกษาบอกได้ว่าหากขาดการมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้จะทำให้เป้าหมายของตนเป็นอย่างไร



ชื่อ-สกุล.....

ใบงาน

“การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้”

คำชี้แจง นักศึกษาจะสร้างวินัยในตนเองตามหัวข้อต่อไปนี้อย่างไรเพื่อให้ไปตามแผนที่วางไว้

ความอดทนการฝ่าฟันอุปสรรครู้จักวางแผน บริหารการจัดสรรเวลารางวัลแก่ตนเองเมื่อทำสำเร็จ

โปรแกรมส่งเสริมความสามารถที่ตั้งเป้าหมายในการเรียน

ครั้งที่ 9

ชื่อเรื่อง การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

ชื่อกิจกรรม ฉันทปฏิบัติตามแผนที่วางไว้สำเร็จ

เวลา 50 นาที

แนวคิด

การมีวินัยในการปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้ โดยอาศัยความอดทนในการฝ่าฟันอุปสรรค รู้จักวางแผน บริหาร และจัดสรรเวลาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ช่วยให้นักศึกษาบรรลุเป้าหมายในการเรียนที่ตั้งไว้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษามีวินัยในการปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้
2. เพื่อให้นักศึกษาบรรลุเป้าหมายในการเรียนที่ตั้งไว้

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นนำ

1. หลังจากที่นักศึกษาได้ทราบการมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ว่ามีความสำคัญอย่างไร ต้องอาศัยปัจจัยใดบ้าง เพื่อช่วยให้นักศึกษาบรรลุเป้าหมายในการเรียนที่ตั้งไว้

ขั้นดำเนินการ

2. ผู้นำกลุ่มให้นักศึกษา ทำใบงาน “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้”

ขั้นสรุป

3. ผู้นำกลุ่มและนักศึกษาร่วมกันสรุปการมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

สื่ออุปกรณ์

1. ใบงาน “การมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้”
2. แบบสอบถามความคิดเห็นในการเข้าร่วมกิจกรรม ครั้งที่ 9

การประเมินผล

1. นักศึกษามีวินัยในการปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้
2. นักศึกษาบรรลุเป้าหมายในการเรียนที่ตั้งไว้



ชื่อ- สกุล ชั้นปีที่

คณะ..... หลักสูตรสาขาวิชา.....

แบบวัดความสามารถตั้งเป้าหมายในการเรียน

คำชี้แจง ให้นักศึกษาพิจารณาข้อความ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริง
ของนักศึกษามากที่สุด โดยมีเกณฑ์ดังนี้

มากที่สุด	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับมากที่สุด
มาก	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับมาก
ปานกลาง	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับปานกลาง
น้อย	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับน้อย
น้อยที่สุด	หมายความว่า	ตรงกับคุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษาในระดับน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	คุณลักษณะที่เป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ฉันต้องการเรียนเพื่อเพิ่มพูนความรู้ และมีทักษะในการปฏิบัติงาน					
2.	ฉันมีสมาธิ จดจ่อกับบทเรียนที่ อาจารย์สอน					
3.	ฉันตั้งใจเรียน เพื่อนำความรู้ที่ได้ไป สอนให้ผู้อื่นเข้าใจ					
4.	ฉันเอาใจใส่การเรียนทุกรายวิชา เพื่อ ผลการเรียนที่ดี					
5.	ฉันจรรยาละเอียดของบทเรียน เพิ่มเติม เพื่อสะดวกในการอ่านสอบ					

ข้อ	ข้อความ	คุณลักษณะที่เป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
6.	ฉันตั้งเป้าหมายในการเรียนที่ชัดเจนว่าจะต้องสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตร 5 ปี					
7.	แม้วิชาที่เรียนมีความยาก ฉันก็พยายามทำให้สำเร็จ					
8.	เมื่อประสบปัญหาในการเรียน ฉันไม่ท้อแท้ที่จะเรียนต่อไป					
9.	ฉันตั้งใจเรียนเพิ่มมากขึ้นในรายวิชาที่เรียนไม่เข้าใจ					
10.	เมื่อมีข้อสงสัยในการเรียน ฉันค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมด้วยตนเอง					
11.	ฉันทุ่มเทพยายามอ่านหนังสือสอบให้ได้คะแนนสูงที่สุด					
12.	ฉันต้องการเรียนให้สูงที่สุดเท่าที่ฉันจะทำได้					
13.	ฉันตั้งเป้าหมายในการเรียนได้ตรงกับระดับความสามารถของฉัน					
14.	ฉันเฝ้หาความรู้ ปรับปรุงแก้ไขตนเองในการเรียนอยู่เสมอ					
15.	ฉันต้องการเรียนเพื่อพัฒนาตนเองให้สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้					
16.	ฉันต้องการเรียนเพื่อพัฒนาตนเองให้คิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาเป็น					
17.	ฉันทำงานตามที่อาจารย์มอบหมายด้วยความสามารถของตนเอง					

ข้อ	ข้อความ	คุณลักษณะที่เป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
18.	ฉันได้วางแผนทั้งระยะสั้นและระยะยาว เพื่อให้เป้าหมายในการเรียนบรรลุผลสำเร็จ					
19.	การวางแผนในระยะสั้นและระยะยาว ทำให้ฉันมีความมุ่งมั่นในการเรียน					
20.	เมื่อฉันมีเป้าหมายจะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ฉันจะกำหนดเวลาที่แน่นอนเพื่อทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ					
21.	ฉันเตรียมตัวอ่านหนังสือล่วงหน้าก่อนมาเรียนทุกรายวิชา					
22.	ฉันจัดลำดับความสำคัญของงานที่ได้รับมอบหมายและกิจกรรมที่ต้องทำเป็นรายสัปดาห์					
23.	ฉันวางแผนการเรียนแต่ละภาค การศึกษาอย่างละเอียด เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการเรียน					
24.	ฉันมีวินัยในการปฏิบัติตามแผนการเรียนที่วางไว้					
25.	ฉันอดทนต่อปัญหา และสามารถ ฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนได้					
26.	ฉันเตรียมอุปกรณ์การเรียนตามตารางเรียน ทุกวัน					
27.	ฉันรับผิดชอบต่องานที่อาจารย์มอบหมายด้วยความอดสาหะ					

ข้อ	ข้อความ	คุณลักษณะที่เป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
28.	ฉันมีแรงจูงใจในตนเองให้เข้าเรียนครบทุกรายวิชา					
29.	ฉันอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนทุกครั้งหลังจากที่อาจารย์สอน					
30.	ฉันเชื่อว่าการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้จะทำให้ฉันฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้นในการเรียน					

