

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน

The Effects of Using a Guidance Activities Package Based on Teamwork to Improve the
Relationships among Friends of Grade 10 Students at Pua School in Nan Province

ธีระ เทพจินดา* วัลภา สบายยิ่ง** และ นีรนาท แสนสา***

นักศึกษาศาสาหลักสุตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช*

รองศาสตราจารย์ ดร. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช**, ***

Teera Tepjinda* Wunlapa Sabaiying** and Niranart Sansa***

Graduate Student of Master Degree Program in Educational Administration Faculty Education,

Sukhothai Thammathirat Open University*

Associate Professor Dr. Faculty Education Sukhothai Thammathirat Open University**, ***

Corresponding author E-mail: teera.jackmajor@gmail.com

(Received: May 12, 2023; Revised: June 04, 2023; Accepted: August 21, 2023)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม 2) เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ และ 3) ศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 2 ห้องเรียน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้น การทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 12 กิจกรรม ที่มีคุณภาพอยู่ในระดับมากถึง มากที่สุด 2) แบบวัดการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.60 -1.00 และมีค่า ความเที่ยงทั้งฉบับ .81 และ 3) แบบสอบถามความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ที่มีค่าดัชนี ความสอดคล้อง อยู่ระหว่าง 0.60 -1.00 และมีค่าความเที่ยงทั้งฉบับ .91 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน การทดสอบค่าที และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนน การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีคะแนนการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมอยู่ในระดับมาก ข้อเสนอแนะ ต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม คือ (1) เป็นกิจกรรมที่ดีสามารถนำมาใช้ได้จริงเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์ กับเพื่อน (2) บางกิจกรรมให้เวลาน้อยไม่เพียงพอต่อการทำกิจกรรม และ (3) ควรสำเนาเอกสารเป็นภาพสีเพื่อจะได้เห็นภาพ ชัดเจนขึ้น

คำสำคัญ: ชุดกิจกรรมแนะแนว, การทำงานเป็นทีม, การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

Abstract

The purposes of this research were threefold: firstly, to compare the levels of relationships among friends of students in the experimental group before and after using a guidance activities package based on teamwork; secondly, to compare the level of relationships among friends of the experimental group students after utilizing the guidance activities package based on teamwork with that of the control group students following standard guidance activities; and thirdly, to investigate the students' satisfaction with and suggestions for using the guidance activities package. The research sample comprised 80 Grade 10 students from two intact classrooms at Pua School in Pua District, Nan Province, during the second semester of the academic year 2022, selected through cluster random sampling, with each classroom randomly assigned as the experimental or control group, containing 40 students each. The research instruments included: 1) a guidance activities package based on teamwork consisting of 12 activities with high quality; 2) a scale to assess relationships among friends, exhibiting an index of consistency (IOC) between 0.60 and 1.00 and a reliability coefficient of .81; and 3) a questionnaire on student satisfaction with and suggestions for the guidance activities package, with an IOC between 0.60 and 1.00 and a reliability coefficient of .91. Data analysis involved percentage, mean, standard deviation, t-test, and content analysis.

The research findings revealed that: 1) after using the guidance activities package based on teamwork, the post-experiment scores on relationships among friends for the experimental group students significantly surpassed their pre-experiment scores at the .05 level of statistical significance; 2) the post-experiment scores on relationships among friends for the experimental group students, who utilized the guidance activities package, were significantly higher than the scores of the control group students who engaged in standard guidance activities at the .05 level of statistical significance; and 3) the experimental group students expressed high satisfaction with the guidance activities package based on teamwork for enhancing relationships among friends, providing suggestions such as enhancing the time allocation for activities and duplicating the guidance activities document in color for clearer visualization.

Keywords: Guidance Activities Package, Teamwork, Relationships Among Friends

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันสภาพสังคมเกิดความเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ด้าน ทั้งในด้านสภาพเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและเทคโนโลยี ส่งผลให้ผู้คนในสังคมต้องทำการปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้มีความสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว อีกทั้งผู้คนในสังคมปัจจุบันยังต้องเผชิญกับความกดดันและความตึงเครียดอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ จึงต้องเรียนรู้การปรับตัวตั้งแต่แรกเกิดไปจนตลอดชีวิต เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้คนภายในสังคมได้โดยปกติสุข บุคคลที่มีทักษะทางสังคมจะสามารถอยู่ร่วมกับบุคคลในครอบครัว ชุมชน และสังคมได้อย่างมีความสุข มีการยอมรับและเข้าใจในสภาพแวดล้อมของตนเอง เด็กจึงควรมีการเรียนรู้ที่จะปรับตัวตลอดเวลา

การปรับตัวเพื่อการปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมเป็นกระบวนการสำคัญที่เด็กจะได้เรียนรู้แนวทางการปฏิบัติตัวในสังคมที่ถูกต้อง โดยนำกิจกรรมที่ต้องทำร่วมกันเป็นทีมมาให้นักเรียนได้สัมผัสกับประสบการณ์ตรง ได้เรียนรู้เกี่ยวกับ

การเข้าหาผู้อื่น สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ยอมรับในความคิดเห็นที่แตกต่าง และมีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นตามความคิดของตนเองได้ ให้นักเรียนได้สัมผัส ทดลอง และได้เรียนรู้จากของจริง เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้แบบไม่ถูกจำกัดในห้องเรียน เป็นสิ่งที่เด็กไม่รู้สึกอึดอัด เพราะไม่เน้นวิชาการและได้รับความสนุกสนานในการทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อน ๆ ดังที่ Johnson (1986) ได้กล่าวไว้ว่า มนุษย์นั้นจำเป็นต้องมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นซึ่งการมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจะส่งผลต่อความเจริญก้าวหน้าในชีวิต ดังนั้นบุคคลจึงควรเรียนรู้ทักษะพื้นฐานในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลรอบข้าง ซึ่งสอดคล้องกับที่ Allan (1989) ได้กล่าวไว้ว่า เมื่อบุคคลอยู่ห่างจากครอบครัวไปแล้วนั้น สัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นสิ่งหนึ่งที่มีความเกี่ยวข้อง และมีความสำคัญต่อจิตใจ เนื่องจากเพื่อนจะคอยให้ความช่วยเหลือกันและกันด้วยความรู้สึกที่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อีกทั้งเพื่อนยังเป็นสิ่งที่ยืนยันคุณค่าของบุคคลนั้น ๆ ในสังคมอีกด้วย

การทำงานเป็นทีมเป็นหนึ่งในทักษะทางสังคมที่นักเรียนทุกคนควรมีติดตัวไว้ เนื่องจากการทำงานเป็นทีมนั้นมีความสำคัญและมีประโยชน์ในด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็นอย่างมาก เพราะการที่บุคคลมากกว่าหนึ่งคนได้มีโอกาสช่วยกันระดมความคิดในการทำงานสามารถกระตุ้นให้เกิดการใช้ความคิดสร้างสรรค์อย่างเต็มที่ ตัดสินใจได้รวดเร็ว และมีความเหมาะสม สมเหตุสมผลมากขึ้น มีโอกาสพัฒนาความสามารถของตนเองผ่านการทำงานร่วมกับผู้อื่นและรู้สึกมีกำลังใจในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากการทำงานได้มากกว่าการทำงานอยู่เพียงลำพัง ทั้งนี้การทำงานเป็นทีมในวัยเด็กต่างจากการทำงานเป็นทีมในวัยผู้ใหญ่ ด้วยช่วงวัยที่ต่างกันทำให้การเรียนรู้ของเด็กมีลักษณะแตกต่างจากผู้ใหญ่ ทั้งในด้านความสนใจ ความต้องการ ความแตกต่างระหว่างบุคคลและประสบการณ์ส่วนตัว ดังงานวิจัยของ หนึ่งฤทัย มะลาไว และคณะ (2564) ที่ได้กล่าวว่า พฤติกรรมการทำงานเป็นทีมเป็นคุณลักษณะที่จำเป็นสำหรับนักเรียน เพราะการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้จากการทำงานเป็นทีมจะส่งผลให้เกิดการสร้างความรู้ความเข้าใจ สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลในสังคมและเติบโตเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพในสังคมได้ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ซึ่งการใช้การทำงานเป็นทีมมาเป็นหลักของชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนจะมีความเหมาะสมกับเด็กในวัยเรียนเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากกิจกรรมในรูปแบบการทำงานเป็นทีมเป็นกระบวนการที่สามารถช่วยให้ผู้เรียนภายในทีมนั้น มีทัศนคติ ค่านิยม กระบวนการทางความคิด และพฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในกลุ่มและยังสามารถปรับปรุงการทำงานของบุคคลภายในกลุ่มให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น (วรรัชา เฉลิมชัย และคณะ, 2563)

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายส่วนใหญ่มีอายุในช่วง 15-18 ปี อยู่ในระยะวัยรุ่น ตอนกลางซึ่งเป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยที่ต้องมีการปรับตัว และเป็นวัยที่มีความเคร่งเครียดทางอารมณ์ ปัญหาทางอารมณ์ที่วัยรุ่นประสบอยู่ที่สำคัญคือ ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นในสังคมและปัญหาการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยเฉพาะการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนจะเป็นเครื่องตัดสินว่าบุคคลเหล่านั้นมองโลกและตัวเองอย่างไร ถ้าหากรู้สึกมีความมั่นคงในความสัมพันธ์กับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน ก็จะเห็นว่าโลกนี้อบอุ่นเป็นสถานที่ที่น่าอยู่ มีความรู้สึกมั่นใจในตนเองและผู้อื่น และจะแสวงหาความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเพื่อน ๆ อีกต่อไป (Hurlock, 1964) อีกทั้งได้รับประสบการณ์จากกลุ่มเพื่อนทำให้สามารถพัฒนาทักษะและทัศนคติทางสังคมที่จำเป็นสำหรับการสร้างและรักษาความสัมพันธ์เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ในชีวิตวัยรุ่นนั้น เพื่อนคือปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลอย่างยิ่ง เพราะวัยรุ่นมีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะทำตัวให้เพื่อนฝูงยอมรับนับถือ วัยรุ่นจะมีความเข้าใจดีว่าเพื่อนมีความรู้สึกต่อตนอย่างไร ถ้าวัยรุ่นได้รับความนิยมน้อยจากเพื่อนฝูงมากเพียงใด ย่อมทำให้เป็นคนที่มีลักษณะเป็นมิตรน่าคบ กล้าแสดงออก วางตัวในการเข้าสังคมเป็น และมีความเชื่อมั่นในตัวเองมากขึ้นเพียงนั้น ซึ่งลักษณะต่าง ๆ ของบุคลิกภาพดังกล่าวนี้ย่อมจะช่วยให้วัยรุ่นได้รับความนิยมน้อยจากเพื่อน ตรงกันข้ามถ้าวัยรุ่นไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อน มักจะสร้างเจตคติต่อตนเองในแง่ลบขึ้นมา โดยเฉพาะจะมีความรู้สึกเคร่งเครียดหรือในบางครั้งจะมีความหวั่นใจ

ไม่มั่นใจในตนเอง วิทยุพยายามที่จะยอมรับและคล้อยตามความคิดเห็นการกระทำทุกอย่างของเพื่อน เพื่อที่เป็นที่รักใคร่และได้รับความนิยมน้อยของกลุ่ม แม้ในบางครั้งอาจรู้สึกไม่เต็มใจก็ตามและบางครั้งอาจจะพยายามแสดงตัวโอ้อวดเพื่อให้เพื่อนประทับใจในความสามารถของตน ดังเช่น Johnson (1973) ระบุว่าในกรณีที่จะต้องทำงานแบบร่วมมือกับผู้อื่นให้มีประสิทธิภาพนั้น บุคคลจะต้องมีทักษะที่สำคัญอย่างหนึ่งคือการเปิดเผยตนเองเพื่อสร้างความไว้วางใจให้กับผู้อื่น โดยเริ่มจากการที่บุคคลเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวเกี่ยวกับแนวคิด อารมณ์ความรู้สึกเกี่ยวกับงานที่ต้องทำร่วมกัน วิธีการที่จะบรรลุเป้าหมายในการทำงานร่วมกัน หรือวิธีการที่แต่ละคนจะใช้ในการทำงานร่วมกัน ลำดับถัดไปคือการที่แต่ละคนในสถานการณ์ที่ต้องทำงานร่วมกันตอบสนองด้วยการยอมรับซึ่งกันและกัน จากนั้นเกิดการเปิดเผยตนเองอย่างเท่าเทียมกันทั้งสองฝ่ายหรือการแลกเปลี่ยนข้อมูลส่วนตัวซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นการสร้างและการรักษาความเชื่อใจในสถานการณ์ที่ต้องทำงานร่วมกัน

ในการจัดห้องเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ในภาคเรียนที่ 1 เป็นการ จัดห้องเรียนแบบละความสามารถ และในภาคเรียนที่ 2 จะมีการจัดสอบเพื่อคัดแยกนักเรียนตามความสามารถอีกครั้ง ซึ่งทำให้นักเรียนต้องมีการย้ายห้องเรียนไปอยู่ห้องอื่น และต้องปรับตัวกับเพื่อนกลุ่มใหม่อีกครั้ง ส่งผลต่อการบริหารจัดการในชั้นเรียนและการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาต่าง ๆ วิทยุจึงนำชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อให้นักเรียนได้สร้างความเข้าใจในสังคมที่อยู่ร่วมกัน รู้จักเอื้อเฟื้อ แบ่งปัน ช่วยเหลือ ไม่เห็นแก่ตัวต่อสิ่งรอบข้างทำให้เด็กได้เข้าใจในความต้องการของตนเอง อีกทั้งยังช่วยจัดการด้านความรู้สึกต่อตนเอง ต่อคนรอบข้าง รู้จักการช่วยเหลือตนเอง ช่วยเหลือเพื่อน รู้จักข้อตกลงทางสังคม รู้จักการรอคอยและมีความอดทนต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ได้ จากเหตุดังกล่าว วิทยุจึงเป็นผู้มีหน้าที่ในการจัดการเรียนการสอนแนะแนวในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ได้พบปัญหาการการทำงานเป็นทีมและการปรับตัวกับเพื่อน จึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนได้อย่างรวดเร็วและเหมาะสมจากการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนให้เป็นไปในทิศทางที่ดียิ่งขึ้น

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 2.1 เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม
- 2.2 เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ
- 2.3 เพื่อศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

3. วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - experimental Research Design) โดยศึกษาจากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมที่เน้นการทำงานเป็นทีมมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน กลุ่มควบคุมใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.1.1 ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 8 ห้องเรียน รวม 320 คน

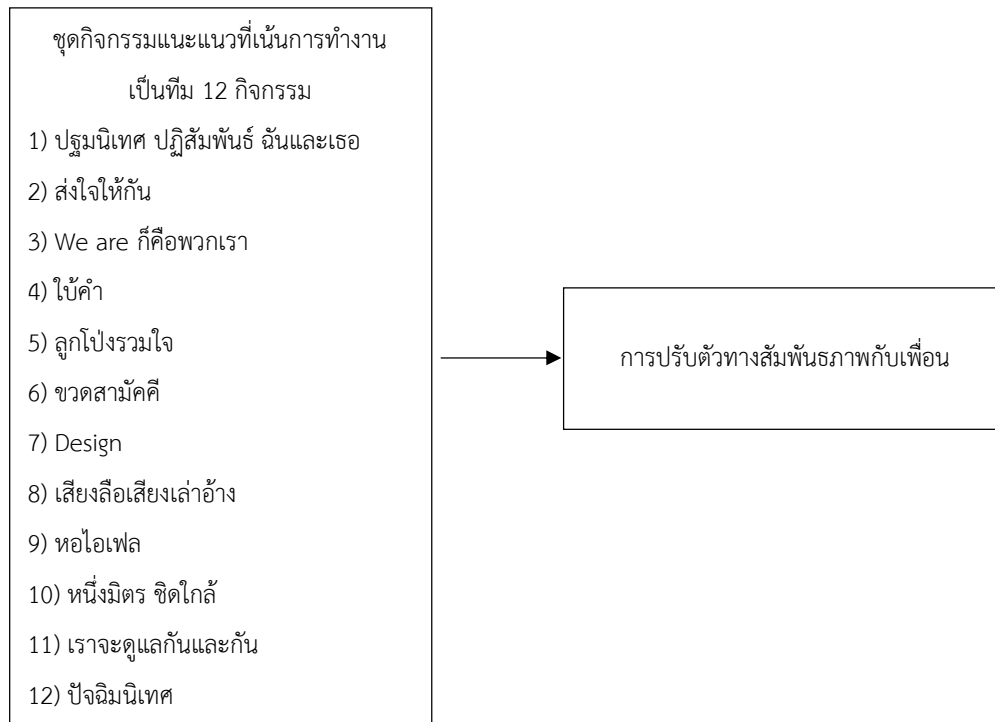
3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 สุ่มมาจำนวน 2 ห้องเรียน และสุ่มจำนวนนักเรียนออกมาเป็น 2 กลุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน

3.1.3 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม ตัวแปรตาม ได้แก่ การปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน

3.1.4 กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน และชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน มีรายละเอียดดังนี้

3.2.1 แบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน แบบสอบถามเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน ได้แก่ เพศ ผลการเรียนเฉลี่ย และตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน จำนวน 30 ข้อ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ เป็นข้อความเชิงบวกและข้อความเชิงลบ ตรวจสอบด้านเนื้อหาและความเหมาะสม โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ข้อคำถามที่ใช้ได้มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.60 -1.00 จากนั้นนำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนท่าวังผาพิทยาคม อำเภอท่าวังผา จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 ที่ไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน จากนั้นนำไปหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) ผลปรากฏว่า ค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.37- 0.48 มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับ .81 จากนั้นนำแบบสอบถามทั้งฉบับแล้วไปใช้ในการเก็บข้อมูลต่อไป

3.2.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ผู้วิจัยสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ประกอบด้วย 12 กิจกรรม ได้แก่

1) ปฐมนิเทศ ปฏิสัมพันธ์ ฉันทะและเธอ 2) ส่งใจให้กัน 3) We are ก็คือพวกเรา 4) ใ้คำ 5) ลูกโป่งรวมใจ 6) ขวดสามัคคี

7) Design 8) เสียงลือเสียงเล่าอ้าง 9) หอไอเฟล 10) หนึ่งมิตร ชิดใกล้ 11) เราจะดูแลกันและกัน และ 12) ปังฉิมนิเทศ ตรวจสอบความสอดคล้องของจุดมุ่งหมาย วัตถุประสงค์ นิยามศัพท์เฉพาะ กิจกรรม เนื้อหา วิธีดำเนินการ และการประเมินผล ด้วยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการจัดกิจกรรมแนะแนวในสถานศึกษา ได้ผลการประเมินคุณภาพอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด ($M = 3.70 - 4.27$) นำชุดกิจกรรมแนะแนวที่ผ่านการปรับปรุงตามคำชี้แนะของผู้ทรงคุณวุฒิ ไปใช้กับกลุ่มทดลอง

3.3 แบบสอบถามความพึงพอใจ ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ เป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งเป็นด้านบรรยากาศจำนวน ด้านกิจกรรมการเรียนรู้ และด้านประโยชน์ที่ได้รับ ตรวจสอบด้านเนื้อหาและความเหมาะสม รวมทั้งความชัดเจนของการใช้ภาษาของแบบสอบถามโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน พิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ IOC (Index of Item Objective Congruence) ผลปรากฏว่าได้ค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.60 -1.00 จากนั้นนำไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน และนำวิเคราะห์ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91 สามารถนำไปใช้ได้ จัดพิมพ์แบบสอบถามความพึงพอใจเป็นฉบับสมบูรณ์ เพื่อใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล ในการดำเนินการวิจัยโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยมีขั้นตอนดังนี้

3.4.1 ทำหนังสือรับรองจากแขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนปัว จังหวัดน่าน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

3.4.2 เลือกกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 8 ห้องเรียน รวม 320 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน

3.4.3 ก่อนการทดลองผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลอง ทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน แล้วนำคะแนนที่ได้บันทึกเป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

3.4.4 ระหว่างการทดลองผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมแนะแนว ให้แก่นักเรียนกลุ่มทดลอง โดยทำการทดลองเป็นเวลา 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การทดลองตั้งแต่ต้นเดือนธันวาคม 2565 ถึง ต้นเดือนมกราคม 2566 สถานที่ใช้ในการทำกิจกรรม คือ ห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน

3.4.5 นำคะแนนก่อนและหลังการทดลองมาทำการวิเคราะห์

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนการทดสอบสมมติฐานการวิจัยของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของสองกลุ่มขึ้นไป ด้วยการทดสอบค่าที (t-test)

4. ผลการวิจัย

4.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

กลุ่มทดลอง (ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน)	n	ค่าสถิติ			
		M	S.D.	t	p-value
ก่อนการทดลอง	40	2.97	.51	20.28*	.00
หลังการทดลอง	40	4.07	.61		

*p< .05

จากตารางที่ 1 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน มีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่ม ทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

กลุ่มตัวอย่าง	n	ค่าสถิติ			
		M	S.D.	t	p-value
กลุ่มทดลอง (ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน)	40	4.07	.61	19.49*	.00
กลุ่มควบคุม (ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ)	40	3.53	.52		

*p< .05

จากตารางที่ 2 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน มีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้ กิจกรรมแนะแนวปกติ ซึ่งผลเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่าภายหลังการทดลอง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.3 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ตามตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

รายการ	M	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. ด้านบรรยากาศ	4.49	0.74	มาก
2. ด้านกิจกรรมการเรียนรู้	4.54	0.61	มากที่สุด
3. ด้านประโยชน์ที่ได้รับ	4.00	0.73	มาก
รวม	4.48	0.55	มาก

จากตารางที่ 3 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนอยู่ในระดับมาก ($M = 4.48$, $S.D. = 0.55$) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านกิจกรรมการเรียนรู้มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($M = 4.54$, $S.D. = 0.61$) รองลงมา ด้านบรรยากาศ มีค่าเฉลี่ย ($M = 4.49$, $S.D. = 0.74$) และด้านประโยชน์ที่ได้รับ มีค่าเฉลี่ย ($M = 4.00$, $S.D. = 0.73$) ข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรม คือ 1) เป็นกิจกรรมที่สามารถนำมาใช้ได้จริงเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน 2) บางกิจกรรมให้เวลาน้อยไม่เพียงพอต่อการทำกิจกรรม และ 3) ควรสำเนาเอกสารเป็นภาพสีเพื่อจะได้เห็นภาพชัดเจนขึ้น

5. สรุปและอภิปรายผล

5.1 นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่กำหนดไว้ ทั้งนี้ Woodcock (1989) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีมเป็นการที่แต่ละบุคคลมาร่วมกันทำงาน เพื่อนำไปสู่ผลสำเร็จที่มากกว่าการที่พวกเขาจะทำงานเพียงลำพัง และยังส่งผลให้เกิดการกระตือรือร้น เกิดความพึงพอใจและมีความสุขสนุกสนานในการทำงาน เพราะการทำงานเป็นทีมทำให้นักเรียนได้มีการทำกิจกรรมร่วมกัน เป็นการแสดงความสามารถของตนเองร่วมกัน มีการสื่อสาร การวางตัว ความรับผิดชอบร่วมกัน เพราะการทำงานแบบร่วมมือต้องอาศัยความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ทำให้นักเรียนมีการปรับตัวให้เกิดความสนิทสนมและเกิดเป็นสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนที่ดีขึ้น ผลการวิจัยดังกล่าว สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ เขมณัญญ์ จันทรแสงนาวิ (2560) ที่ได้ศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤชดิเดช จังหวัดจันทบุรี ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงขึ้นกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งยังสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ธัญธิดา แก้วกันหา และชุติมา สุรเศรษฐ (2563) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการเปิดเผยตนเองที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและทักษะการทำงานแบบร่วมมือของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ผลปรากฏว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและทักษะการทำงานแบบร่วมมือของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ฐพัชร คันสร และคณะ (2563) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการฝึกสติแบบวิถีวิธต่อการปรับตัวของนิสิตพยาบาลชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่านิสิตที่ได้รับโปรแกรมการฝึกสติแบบวิถีวิธ มีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัว ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสามารถนำมาใช้พัฒนานักเรียนกลุ่มทดลองให้มีพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยคำนึงถึงความถูกต้องตามหลักการและแนวทางในการสร้างเครื่องมือมีความสอดคล้องกับ

วัตถุประสงค์ของการสร้างเครื่องมือทางการแนะแนวและชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมทำให้นักเรียนผู้เข้าร่วมโปรแกรมได้ฝึกการทำงานร่วมกับผู้อื่นเพื่อใช้ในการทำความรู้จัก และปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น การทำงานแบบร่วมมือต้องอาศัยความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เพื่อให้การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม หรือเป็นทีมที่ทำให้การทำงานแบบร่วมมือมีประสิทธิภาพ ซึ่งนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมที่เน้นการทำงานเป็นทีมมีโอกาสพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน (อัญรดา แก้วกันหา และชุตินา สุระเศรษฐ, 2563) อีกทั้งทักษะการทำงานเป็นทีมนี้มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ดังปรากฏความในพระราชดำรัสแห่งพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ 9 ความว่า “การทำงานให้สำเร็จขึ้นอยู่กับความสามารถสองอย่าง เป็นสำคัญ คือสามารถในการใช้วิชาความรู้อย่างหนึ่ง สามารถในการประสานสัมพันธ์กับผู้อื่นอีกอย่างหนึ่ง ทั้งสองประการนี้ ต้องดำเนินคู่กันไป และจำเป็นต้องกระทำด้วยความสุจริตกาย สุจริตใจ ด้วยความคิด ความเห็นที่เป็นอิสระปราศจากอคติ และด้วยความถูกต้องตามเหตุตามผลด้วย จึงจะช่วยให้งานบรรลุจุดหมายและประโยชน์ที่พึงประสงค์โดยครบถ้วน

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนที่มีคุณภาพซึ่งดำเนินการสร้างอย่างถูกต้องตามเป้าหมายตรงตามแนวคิด หลักการ และทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องเป็นเครื่องมือที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนานักเรียนอย่างได้ผลดีเพื่อพัฒนาไปสู่ผู้ที่มีศักยภาพ

5.2 นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้ Forsyth and et at (1999) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีมเป็นกลุ่มที่มีโครงสร้างการทำงานที่มีจุดมุ่งหมายร่วมกันซึ่งต้องมีการปฏิสัมพันธ์และร่วมมือกัน เพื่อให้งานที่กำหนดไว้ประสบความสำเร็จและยังส่งผลให้เกิดการกระตือรือร้น เกิดความพึงพอใจ และมีความสุขสนุกสนานในการทำงาน ถ้านักเรียนสามารถพัฒนางานประจำวัยได้สำเร็จก็จะเป็นบุคคลที่มีความสุขและสามารถ พัฒนางานประจำวัยในขั้นต่อไปได้อย่างสำเร็จ เพราะการที่นักเรียนแต่ละคนมาร่วมกันทำงาน ทำให้นำไปสู่ผลสำเร็จที่มากกว่าการที่นักเรียนจะทำงานเพียงลำพัง และทำให้เกิดสัมพันธภาพกับเพื่อนที่เกิดขึ้นในระหว่างบุคคล โดยกระบวนการนี้จะเกิดขึ้นทีละเล็กละน้อยอย่างต่อเนื่อง และรวมเข้าด้วยกันเป็นองค์ประกอบของกระบวนการของความคุ้นเคยและบุคคลที่เกี่ยวข้องจะอยู่ในฐานะบุคคลอันเป็นที่รักของกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ กัญญาณัฐ์ ผ่านไกร (2558) ได้ศึกษา การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านเขารวก ผลการวิจัยปรากฏว่า การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านเขารวกหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมโดยรวมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการยอมรับตัวเองและผู้อื่น ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับครู และด้านความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อีกทั้งยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พัชรศรีณีย์ ศิริพันธ์ (2558) ได้ศึกษาการพัฒนาชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) ชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีประสิทธิภาพเท่ากับ 82.57/84.22 สูงกว่าเกณฑ์ 80/80 และมีความสอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง วัตถุประสงค์ เนื้อหา กิจกรรม การจัดการเรียนรู้ สื่อการจัดการเรียนรู้ และการประเมินผลการเรียนรู้ เหมาะสมกับการนำไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียนในสภาพการเรียนการสอนจริง 2) การศึกษาทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างหลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงโดยใช้แบบวัดทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิต ซึ่งประเมินโดยตนเอง ประเมินโดยเพื่อน และประเมินโดยครูผู้สอน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในระดับดี

และเมื่อศึกษารายกรณีนักเรียน จำนวน 3 คน พบว่า นักเรียนทั้งสามคน มีพฤติกรรมโดยรวมในด้านการปรับตัวดีขึ้น และ 3) นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการเรียนด้วยชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ฐพัชร คันสร และคณะ (2563) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกสติแบบวิถีชีวิตต่อการปรับตัวของนิสิตพยาบาลชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า นิสิตที่ได้รับโปรแกรมการฝึกสติแบบวิถีชีวิตมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวในระยะหลังการทดลองสูงกว่านิสิตกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5.3 นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับมาก โดยข้อที่มีความพึงพอใจมากที่สุดคือ กิจกรรม แนะนำช่วยให้เพื่อนมีทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้น รองลงมาคือ บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนได้ใช้เวลาร่วมกันกับเพื่อนมากขึ้นและข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุด คือ นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ผลการวิเคราะห์อภิปรายได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีประสิทธิภาพเพียงพอที่จะช่วยเสริมสร้างทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้นให้กับนักเรียนได้ ดังเช่น มลฤดี แพทย์ปฐม (2558) ได้กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นเครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนวที่มีกระบวนการจัด ประสบการณ์การเรียนรู้โดยตรงให้แก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยการนำกิจกรรมกลุ่ม หรือการให้คำปรึกษากลุ่มมาบูรณาการใน การจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการแก้ปัญหาของตนเอง อาจเป็นเพราะชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นมาจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนที่มีคุณภาพ อีกทั้งชุดกิจกรรมยังมีลักษณะที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน และผ่อนคลายจากความเครียดในการเรียนได้ ทำให้นักเรียนมีความสุข และมีการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ๆ ได้ง่าย ทำให้บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนได้ใช้เวลาร่วมกันกับเพื่อนมากขึ้นมีค่าเฉลี่ยรองลงมาจากอันดับแรก และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุด คือ นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น เนื่องจากชุดกิจกรรมการทำงานเป็นทีม จะมุ่งเน้นที่การสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นส่วนมาก จึงทำให้นักเรียนส่วนมากยังไม่ได้มีความเชื่อมั่นในตนเองมากนัก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ น้ำทิพย์ พรพัฒนานิคม (2557) ได้ศึกษา ผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวตามหลักสารณียธรรม เพื่อพัฒนามนุษย์สัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชวินิตมัธยม กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามหลักสารณียธรรม นักเรียนรายงานว่า นักเรียนช่วยเหลือเกื้อกูลและแบ่งปันทรัพย์สินของตนแก่ผู้อื่นมากขึ้น พุดจา และคิดถึงผู้อื่นในทางที่ดี ประพฤติตนตามข้อตกลงของหมู่คณะของตน และสามารถปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่นหรือสถานการณ์ที่หลากหลายได้ และข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมคือ 1) เป็นกิจกรรมที่ดีสามารถนำมาใช้ได้จริงเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน 2) บางกิจกรรมให้เวลาน้อยไม่เพียงพอต่อการทำกิจกรรม และ 3) ควรนำเสนอเอกสารเป็นภาพสีเพื่อจะได้เห็นภาพชัดเจนขึ้น

6. ข้อเสนอแนะ

6.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

6.1.1 ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่โรงเรียนควรนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

6.1.2 ในการจัดกิจกรรมแนะแนวควรพูดกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความ ตระหนักในความสำคัญของการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้แลกเปลี่ยน ประสบการณ์ แสดงความคิดเห็นมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมอย่างทั่วถึง รวมทั้งมีการกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคนกล้าแสดงออก

6.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

6.2.1 ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนว่ามีความคงทนถาวรเพียงใด

6.2.2 วิจัยเกี่ยวกับชุดกิจกรรมแนะแนวพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยใช้เทคนิคทางจิตวิทยาเพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพกับเพื่อนดี เช่น การปรับตัวพฤติกรรม กิจกรรมกลุ่ม การศึกษารายกรณี เป็นต้น

7. รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กัญญาณัฐ ผ่านไกร. (2558). การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคม สำหรับนักเรียน

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. www.krubannok.com/board_view.php?b_id=133887&bcat_id=16

เจนณัฐ จันทร์แสงนาวิ. (2560). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียน เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤชดิเดช จังหวัดจันทบุรี [วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

ฐพัชร คันสร, วีระชัย เดชะนิตติชัย, อานนท์ สังฆะพงษ์, นภาพร เหลืองมงคลชัย, ศิริลักษณ์ ชื่นทอง และ

ศศิศิริประภา อาจนิตาตย์. (2563). ผลของโปรแกรมการฝึกสติแบบวิถีชีวิตต่อการปรับตัวของนิสิตพยาบาล

ชั้นปีที่ 1. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ, 13(1), 348-353.

ธัญรดา แก้วกันหา และชุติมา สุรเศรษฐ. (2563). ผลของโปรแกรมการเปิดเผยตนเองที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและ

ทักษะการทำงานแบบร่วมมือของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3. วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา

(OJED), 15(2), 1-16.

น้ำทิพย์ พรพัฒนานิคม. (2557). ผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวตามหลักสภานิยมธรรมเพื่อพัฒนามนุษย์สัมพันธ์ของนักเรียน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนราชวินิตมัธยมกรุงเทพมหานคร. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร, 2(2), 94-109.

พัชรศรัณย์ ศิริพันธ์. (2558). การพัฒนาชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

เพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์,

5(2), 137-138.

มลฤดี แพทย์ปฐม. (2558). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความสามารถในการบริหารเวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

ปีที่ 1 โรงเรียนภูเก็ติวิทยาลัย จังหวัดภูเก็ต [วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยสุโขทัย

ธรรมาธิราช.

วรรษา เฉลิมชัย, อุมารณ สุขารมณ, ภูริเดช พาหุยุทธ์, และศรีสมร สุริยาตสิน. (2563). ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการ

เสริมสร้างการทำงานเป็นทีมของคณะกรรมการสภานักเรียน. วารสารรัชดภาคย์, 14(37), 188-203.

หนึ่งฤทัย มะลาไวย์, อรพินธ์ ชูชม, และนริสรา พึ่งโพธิ์สภ (2564). การทำงานเป็นทีมของนักเรียน: ปัจจัยเชิงสาเหตุ

ข้อเสนอแนะในการวิจัย. Journal of Roi Kaensarn Academi, 7(3), 425-438.

ภาษาอังกฤษ

Allan, U. S. (1989). Model for Hydrocarbon Migration and Entrapment within Faulted Structures.

AAPG Bulletin, 73(7), 803-811.

- Forsyth, D. A., Mundy, J. L., di Gesù, V., Cipolla, R., LeCun, Y., Haffner, P., . . . Bengio, Y. (1999). *Object Recognition with Gradient-based Learning*. Shape, Contour and Grouping in Computer Vision, 319-345.
- Hurlock, E. B. (1964). *Child Development*. McGrawHill.
- Johnson, D. W. (1973). *Interpersonal Skills for Cooperative Work*. The Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development, Philadelphia, Pennsylvania.
- Johnson, R. (1986). *A Triarchic Model of P300 Amplitude*. Psychophysiology.
- Woodcock, D., Crowther, P., Doherty, J., Jefferson, S., DeCruz, E., Noyer-Weidner, M., . . . Graham, M. (1989). Quantitative Evaluation of Escherichia Coli Host Strains for Tolerance to Cytosine Methylation in Plasmid and Phage Recombinants. *Nucleic Acids Research*, 17(9), 3469-3478.