

ผลของการใช้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อความสามารถ
ในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

มะลิวรรณ เชียงทอง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

มิถุนายน 2548

ISBN 974-502-553-4

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา

จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ประจำภาคเรียนฤดูร้อน ปีการศึกษา 2548

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบปากเปล่าวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของมะลิวรรณ เชียงทองฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษาของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมคิด บุญเรือง)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ วิไล ชิตเชิดวงศ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม)

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมคิด บุญเรือง)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ วิไล ชิตเชิดวงศ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.มรว.สมพร สุทัศนีย์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.วิจิต สุรัตน์เรืองชัย)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพา

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

วันที่ 28 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2548

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณา ตลอดจนความเอาใจใส่อย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพรัตน์ วงษ์นาม รองศาสตราจารย์ วิณี ชิดเชิวงค์กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ที่ได้กรุณาให้ คำปรึกษาแนะนำ นี้แนะแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยดีตลอดมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ให้ความกรุณาและอนุเคราะห์ในการ ตรวจสอบความเที่ยงตรงของโปรแกรมรวมทั้งข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณะกรรมการสอบปากเปล่าทุกท่านที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการ แก้ไขปรับปรุงวิทยานิพนธ์เล่มนี้ให้ถูกต้องสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยบูรพาทุกท่านที่ ประสทิธิประสาทความรู้ตามหลักสูตรจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อแผ่นดินและ บุคคลอื่นต่อไป

งานวิจัยในครั้งนี้จะสำเร็จไม่ได้ถ้าไม่ได้รับความร่วมมืออย่างดียิ่งจากผู้อำนวยความสะดวกและคณะครูโรงเรียนบ้านสวน(จันทนุสรณ์) ทุกท่านที่สละเวลาและให้ความร่วมมืออย่างดียิ่งใน การศึกษาวิจัยครั้งนี้ด้วยความเต็มใจ

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อและคุณแม่ที่คอยเป็นกำลังใจ ให้ความห่วงใย สนับสนุนทุนทรัพย์ สละเวลาดูแลด้วยดีตลอดมา อีกทั้งขอขอบพระคุณเพื่อน ๆ ทุกท่าน ในสาขาวิชา จิตวิทยาการให้คำปรึกษาทุกท่าน ซึ่งมีส่วนให้การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ คุณประโยชน์และ คุณค่าอันพึงจะเกิดจากการศึกษาครั้งนี้ ขอถวายเป็นพุทธบูชาและบูชาพระคุณ พ่อ แม่ ครูอาจารย์และผู้ มีพระคุณทุกท่านที่ได้สร้างภูมิปัญญาและพื้นฐานการศึกษาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันแก่ผู้วิจัย

มะลิวรรณ เชียงทอง

45921834: สาขาวิชา: จิตวิทยาการให้คำปรึกษา; วทม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)

คำสำคัญ: การรับรู้ความสามารถของตนเอง/ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค

มะลิวรรณ เชียงทอง: ผลของการใช้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (THE EFFECTS OF SELF - EFFICACY PROGRAM ON THE ADVERSITY QUOTIENT OF MATTHAYOMSUKSA 4 STUDENTS) อาจารย์ผู้ควบคุม: สมคิด บุญเรือง, ศ.ค., ไพรัตน์ วงษ์นาม, ศ.ค., 87 หน้า. ปี พ.ศ. 2548 ISBN 974-502-553-4

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อผลของการใช้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค เปรอร์เซ็นไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 12 คน สุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองจำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที การเก็บข้อมูลแบ่งเป็น 3 ระยะคือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล การทดลอง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่ง ตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measures Analysis of Variance: One Between Subjects Variable and One Within Subjects Variable) และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่แบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Method)

ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่ได้รับ โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่ได้รับ โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

45921834: MAJOR: COUNSELING PSYCHOLOGY; M.Sc. (MASTER OF SCIENCE)

KEYWORD: SELF - EFFICACY / ADVERSITY QUOTIENT

MALIWAN CHIANGTHONG : THE EFFECTS OF SELF - EFFICACY PROGRAM
ON THE ADVERSITY QUOTIENT OF MATTHAYOMSUKSA 4 STUDENTS. THESIS
ADVESORS: SOMKID BOONRAUNG, Ph.D., PIRAT WONGNAM., Ph.D., VINEE
CHITCHURTVONG, M.Ed., 87 P. 2005. ISBN 974-502-553-4

The purpose of this research was to study the effects of . self-efficacy program on the adversity quotient of Matthayomsuksa 4 students. The sample composed of twelve Mattayomsuka 4 students who had lower scores on adversity quotient than the percentile rank of twenty-five. The simple random sampling method was used in the process of collecting the sample of which afterwards were divided into two groups; an experimental group and a control group with six individuals in each group. The instrument used in this research was the self-efficacy program. The program was applied to the interventions group for ten sessions about fifty minutes for each sessions. The study was divided into three phases: the pre - test phase, the post – test phase, and the follow up phase. The data were analyzed by repeated – measures analysis of variance: one between – subjects variable and one within – subjects variable and the pair comparison through the Newman – Keuls procedures.

The result revealed that there was a statistically significant interaction at .05 level between the methods and the duration of the experiment. Participants in the experimental group had higher adversity quotient than participants in the control group in the post – test and the follow up phase with the statistical significance at .05. Participants in the experimental group had higher adversity quotient in the post – test and the follow up than in the pre – test phase with the statistical significance at .05. The adversity quotient of participants in the experimental group was found of being higher during the post – test and the follow up phase than during the pretest phase with the statistical significance of .05.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ก
สารบัญ	ข
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
สมมติฐานของการวิจัย	3
ความสำคัญของการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง	7
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง	12
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญปัญหา และฝ่าฟันอุปสรรค	18
3 วิธีดำเนินการวิจัย	26
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	26
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	27
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	27
การดำเนินการทดลอง	30
สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล	31
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	34
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	34

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	33
5 สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	45
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล	45
อภิปรายผล	45
ข้อเสนอแนะ	50
บรรณานุกรม	51
ภาคผนวก	55
ภาคผนวก ก	66
ภาคผนวก ข	62
ประวัติย่อของผู้วิจัย	87

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 แบบแผนการทดลอง	31
2 คะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคในระยะ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 4 ที่ได้รับการฝึก โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองและกลุ่มควบคุม ...	34
3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญปัญหา และฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาของการทดลอง	37
4 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง	39
5 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง	40
6 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล	41
7 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เข้ารับการฝึก โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง	42
8 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เข้ารับการฝึก โปรแกรมการรับรู้ความสามารถ ของตนเองเป็นรายคู่ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยวิธีทดลองนิวแมนคูลส์ (Newman-Keuls method)	43
9 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาในการทดลองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในกลุ่มควบคุม	44

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	ความสัมพันธ์ระหว่างวิทยาศาสตร์ 3 สาขา ที่เป็นทฤษฎีพื้นฐานสำคัญของเอคิว (A.Q.)	19
2	แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง และกลุ่มควบคุมในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง	35
3	แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ระยะต่าง ๆ ของการทดลองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองและกลุ่มควบคุม	36
4	กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการกับระยะเวลาการทดลอง	38