

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ 2 โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์”

THE EFFECTS OF USING A GUIDANCE ACTIVITIES PACKAGE TO DEVELOP
SELF- AWARENESS OF MATHAYOM SUKSA II STUDENTS OF BANG MOT WITTAYA
“SISUK WART CHUAN UPPATHAM” SCHOOL

มณีนรัตน์ อินทองคำ¹ , นีรนาท แสนสา²
Maneerat Intongkum¹ , Niranat Saensa²
ทำวิจัยเมื่อ พ.ศ. 2564

บทคัดย่อ

บทความวิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. เปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง และ 2. เปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองและกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2564 ของโรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์” ได้มาโดยการวัดการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนเปรียบเทียบห้องเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ในตนเองต่ำสุด จำนวน 2 ห้องเรียน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ 1. แบบวัดการตระหนักรู้ในตนเอง 2. ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3. กิจกรรมแนะแนวปกติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลการวิจัย 1. นักเรียน

¹นักศึกษาปริญญาโท สาขาศึกษาศาสตร์ แผนกวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
Master's degree student Education Department of Guidance and Counseling Psychology,
Sukhothai Thammathirat Open University

²อาจารย์ สาขาศึกษาศาสตร์ แผนกวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
Lecturer in Education Department Department of Guidance and Counseling Psychology, Sukhothai
Thammathirat Open University

Corresponding author; Email: maneerat1442m@gmail.com

(Received: 20 July 2022; Revised: 21 July 2022; Accepted: 30 August 2022)

กลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง ภายหลังการทดลองมีการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองมีการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: 1. ชุดกิจกรรมแนะแนว 2. การตระหนักรู้ในตนเอง 3. มัธยมศึกษา

ABSTRACT

The objectives of this research were 1. to compare the levels of self-awareness of the experimental group students before and after using a guidance activities package to develop self-awareness; and 2. to compare the self-awareness level of the experimental group students who used the guidance activities package to develop self-awareness with the counterpart level of the control group students who undertook normal guidance activities.

This research is a quasi-experimental research. The research sample consisted of MathayomSuksa II students in two classrooms of Bang Mod Wittaya “SisukWart ChuanUppatham” School during the 2021 academic year. with a scale to assess their self-awareness. Then, two classrooms in which their students had the lowest mean scores on self-awareness were selected and matched. The employed research instruments were 1. a scale to assess self-awareness, 2. a guidance activities package to develop self-awareness of MathayomSuksa II students, and 3. a set of normal guidance activities. Statistics employed for data analysis were the percentage, mean, standard deviation, and t-test.

The research findings showed that 1. after the experiment, the experimental group students who used the guidance activities package to develop self-awareness had their post-experiment self-awareness level significantly higher than their pre-experiment counterpart level at the .01 level of statistical significance; and 2. the experimental group students who used the guidance activities package to develop self-awareness had their post-experiment self-awareness level significantly higher than the post-experiment counterpart level of the control group students who undertook normal guidance activities at the .01 level of statistical significance.

Keyword: 1. Guidance activities package 2. Self-awareness 3. MathayomSuksa

1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

การก้าวเข้าสู่กระแสโลกไร้พรมแดนของสังคมไทยในปัจจุบัน เมื่อสังคมโลกเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในหลายๆ ด้าน เช่น ด้านเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยี ตลอดจนวิถีชีวิตความเป็นอยู่ (มยุรี วิสุทราศัย, 2547.) ทั้งนี้ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของเด็กวัยรุ่นด้วยเช่นกัน เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่ยังไม่มีความสมบูรณ์ทางด้านวุฒิภาวะทางอารมณ์ ทั้งยังขาดทักษะและประสบการณ์ในการเผชิญกับปัญหา ตลอดจนขาดการรู้จักและเข้าใจตนเอง จึงก่อให้เกิดปัญหาในการปรับตัว ซึ่งสอดคล้องกับ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2543.) กล่าวว่า การเสริมสร้างทักษะทางการเข้าใจตนเอง เพื่อให้เด็กได้ตระหนักรู้ว่าตนเองมีลักษณะเป็นอย่างไร มีความสามารถในด้านใดบ้าง ได้รู้ว่าจะอะไรเป็นสิ่งที่ตนเองชอบหรือไม่ชอบ เพื่อเป็นการเรียนรู้ในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น เริ่มรู้จัก การมีเหตุผลและรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นที่ต่างไปจากของตน นอกจากนี้ (กฤษณ์ จริยาปยุกต์เลิศ และคณะ, 2540.) กล่าวว่า ความตระหนักรู้ในตนเองนี้ เป็นความจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคคลจะต้องทำความเข้าใจ และหาคำตอบว่าตรงไหนในความเป็นตนเองที่ยังไม่ตระหนัก ทั้งนี้การตระหนักในตนเองจะทำให้บุคคลได้เข้าใจตนเอง

ดังนั้นการให้วัยรุ่นได้ตระหนักถึงตนเองจึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจ การตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่าการที่ให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเองในด้านอารมณ์ ด้านความสนใจ ด้านความถนัด และด้านค่านิยมที่มีอยู่ภายในตนเอง เป็นสิ่งที่สำคัญเหมาะสมกับช่วงวัย ที่จะพัฒนาให้นักเรียนเติบโตเป็นบุคคลที่สมบูรณ์แบบได้ในอนาคต

ในการสร้างความตระหนักรู้ในตนเองให้แก่วิธีนี้นั้นพบว่า มีกิจกรรมที่สอดคล้อง และเหมาะสมที่จะนำมาใช้ได้ คือ กิจกรรมแนะแนว สำหรับวิธีการที่จะทำให้วัยรุ่นเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง คือ การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ดังที่ (อิติมา จงพิพัฒน์วณิชย์, 2539.) กล่าวว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง วิธีที่ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ โดยใช้เครื่องมือที่สร้างขึ้นอย่างเป็นระบบ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้ถึงความสามารถ ความสนใจ และความถนัด ตลอดจนสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ดังนั้นชุดกิจกรรมแนะแนวจึงน่าจะเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพที่มีผลต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนวัยรุ่นได้

ดังนั้น จากปัญหาการวิจัยที่ว่า ทำอย่างไรจึงจะให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์” มีการตระหนักรู้ในตนเองเพิ่มขึ้น และหลังจากที่ผู้วิจัยได้ศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องดังกล่าวแล้ว ทำให้สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวจะเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาดังกล่าวได้ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์”

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์”

2.2 เพื่อเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง

2.3 เพื่อเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองและกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ

3. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

3.1 นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่า หลังการได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง

3.2 หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองมีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ

3.3 ผลการวิจัยครั้งนี้ ช่วยให้ครูแนะแนว ครูปรึกษาและบุคลากรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ได้แนวทางในการนำชุดกิจกรรมแนะแนวไปปรับใช้เพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนระดับชั้นอื่นต่อไป

4. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์” จำนวน 10 ห้องเรียน จำนวนนักเรียน 260 คน เลือกจำนวน 2 ห้องเรียน ได้มาจากการวัดการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียน 10 ห้องเรียน แล้วเปรียบเทียบจับคู่ห้องเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ในตนเองใกล้เคียงกันมากที่สุด 2 ห้องเรียน จากนั้นสุ่มอย่างง่ายเพื่อเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 26 คน และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม จำนวน 28 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และการหาคุณภาพเครื่องมือ ได้แก่ แบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนจำนวน 32 ข้อ มีลำดับขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ผ่านเกณฑ์การยอมรับตามเงื่อนไขจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน และชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 12 ชุด ผู้วิจัยพัฒนามาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้ในการค้นคว้าเกี่ยวกับตัวแปร โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษา ตรวจสอบรายละเอียด และมีผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบความสอดคล้อง และผ่านเกณฑ์ตามที่กำหนด ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวม

ข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้ ผู้วิจัยนำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ไปเสนอผู้อำนวยการโรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์” ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์” จำนวน 12 ห้องเรียน ตอบแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเอง และคัดเลือกห้องเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ในตนเองใกล้เคียงกันมากที่สุด จำนวน 2 ห้องเรียน จากนั้นสุ่มอย่างง่ายเพื่อเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม โดยเก็บคะแนนการตอบแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนครั้งนี้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest) ขณะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กับกลุ่มทดลอง จำนวน 12 กิจกรรม กิจกรรมละ 50 นาที และนำกิจกรรมแนะแนวแบบปกติไปใช้กับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง นำแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นชุดเดิมไปประเมินหลังการทดลองกับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการจัดกิจกรรมครั้งสุดท้าย และนำคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest) นำคะแนนก่อนการทดลองและหลังทดลองที่ได้ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไปวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) การทดสอบค่าที่แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน Dependent t-test และการทดสอบค่าที่แบบเป็นอิสระต่อกัน Independent t-test

5. ผลการวิจัย

1. ผลการเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวของกลุ่มทดลอง ตารางที่ 1.1 ผลการเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวของกลุ่มทดลอง (n = 26)

กลุ่มตัวอย่าง	M	S.D.	t	Sig
ก่อนการทดลอง	86.19	11.61	12.73**	.000
หลังการทดลอง	107.57	4.70		

** P < .01

จากตารางที่ 1.1 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ในตนเองเท่ากับ 86.19 (S.D. = 11.61) หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ในตนเองเท่ากับ 107.57 (S.D. = 4.70) แสดงให้เห็นว่าภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีการตระหนักรู้ในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้

2. ผลการเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง ตารางที่ 1.2 ผลการเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	n	M	S.D.	t	Sig
กลุ่มทดลอง	26	107.57	4.70	11.46**	.000
กลุ่มควบคุม	28	89.12	8.82		

** P < .01

จากตารางที่ 1.2 พบว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของการตระหนักรู้ในตนเองเท่ากับ 107.57 (S.D. = 4.70) ซึ่งสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่มีคะแนนเฉลี่ยของการตระหนักรู้ในตนเองเท่ากับ 89.12 (S.D. = 8.82) แสดงให้เห็นว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้

6. สรุปผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง ผลการวิจัยปรากฏว่า 1. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง ภายหลังการทดลองมีการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองและกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ ผลการวิจัยปรากฏว่า 2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง มีการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้

7. อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษา เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์” สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้ ภายหลังการได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีการ

ตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่าก่อนทดลอง แสดงให้เห็นว่าภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีการตระหนักรู้ในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง ที่จัดขึ้นเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม เปิดโอกาสให้นักเรียนได้สำรวจตนเองในด้านต่างๆที่เกี่ยวกับการตระหนักรู้ในตนเอง และภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 พบว่าจากการสังเกตของผู้วิจัยขณะทำการทดลอง พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองสามารถวิเคราะห์ความสนใจของตนเองจากแบบสำรวจได้ เกิดการตระหนักรู้ในตนเองด้านความสนใจได้อย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น

8. ข้อเสนอแนะ

8.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

8.1.1 ผู้อำนวยการโรงเรียนควรนำผลการวิจัยไปปรับใช้ในหลักสูตรสถานศึกษาเพื่อใช้ในการออกแบบกิจกรรมแนะแนวในคาบเรียน เพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนต่าง ๆ และนักเรียนในระดับชั้นอื่น ๆ เพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเองในด้านอารมณ์ ความสนใจ ความถนัด และค่านิยม ได้อย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น

8.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

8.2.1 ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่าครูแนะแนวควรนำชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้จัดกิจกรรมแนะแนวในคาบเรียนกับนักเรียนระดับชั้นอื่น ๆ เพื่อให้นักเรียนเกิดการรู้จักและเข้าใจตนเองในด้านอารมณ์ ด้านความสนใจ ด้านความถนัด และด้านค่านิยมที่มีอยู่ภายในตนเองเพื่อพัฒนาให้นักเรียนเติบโตเป็นบุคคลที่สมบูรณ์แบบได้ในอนาคต

8.2.2 ครูแนะแนวที่จะนำชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองไปใช้ควรศึกษาชุดวิชากิจกรรมแนะแนวอย่างถูกต้องตามเป้าหมายให้เข้าใจ และสามารถนำไปใช้ให้บรรลุผลสำเร็จได้

8.3 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

8.3.1 การศึกษาครั้งนี้มุ่งเน้นลักษณะในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เท่านั้น จึงขอเสนอแนะให้นำไปศึกษาทดลองในกลุ่มนักเรียนระดับชั้นอื่นๆ เช่น ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นต้น

9. บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2543). *การปฏิรูปการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญที่สุด: แนวทางสู่การปฏิบัติ เอกสารชุดปฏิรูปการเรียนรู้ลำดับที่ 2 โครงการปฏิรูปการเรียนรู้*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- ธิดิมา จงพิพัฒน์วนิชย์. (2539). *การเปรียบเทียบผลของการใช้ชุดการแนะแนวเพื่อพัฒนาระบบการตัดสินใจ เลือกศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนท่ามะกาวิทยาคม จังหวัดกาญจนบุรี*. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- มยุรี วิสุทธารัตน์. (2547). *ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการตระหนักรู้ในตนเองของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- กฤษณ์ จริยาปยุตต์เลิศ และคณะ. (2540). *การใช้กลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น*. (รายงานผลการวิจัย). ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.

10. คำขอบคุณ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณศาสตราจารย์ดร.นิรนาท แสนสา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ได้ให้ความรู้คำปรึกษาและคำแนะนำที่เป็นประโยชน์และเป็นแนวทางต่อการดำเนินการวิจัย และขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง ที่ปรึกษาร่วมวิทยานิพนธ์และอาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นอย่างยิ่งที่ได้กรุณาร่วมเป็นกรรมการในการสอบปกป้องวิทยานิพนธ์อีกทั้งให้ข้อเสนอแนะและแนวคิดที่เป็นประโยชน์ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์และมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์แขนงการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสาขาศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราชทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้และให้คำแนะนำแก่ผู้วิจัยอีกทั้งมีความเมตตาปรารภนาดีและให้กำลังใจแก่ลูกศิษย์ด้วยดีตลอดมา ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้กรุณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองและชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองและให้คำแนะนำข้อเสนอแนะในการแก้ไขข้อบกพร่องซึ่งเป็นแนวทางที่เป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัยในการพัฒนาเครื่องมือวิจัยให้มีคุณภาพต่อไป ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนบางมดวิทยา “สีสุกหาวาดจวนอุปถัมภ์” และคณาจารย์ทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องที่กรุณาให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดีนอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณเพื่อน ๆ พี่ ๆ และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ท้ายสุดนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดามารดาและสมาชิกทุกคนในครอบครัวที่คอยสนับสนุนห่วงใยและเป็นที่กำลังใจให้ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา ผลแห่งความดีที่ได้จากการศึกษาวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ผู้วิจัยขอมอบให้แก่บิดามารดา คณาจารย์และผู้มีพระคุณทุกท่าน