

การพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
ร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนมหาวชิราวุธ
จังหวัดสงขลา

Developing self-efficacy in making career decisions Through a set of guided
activities combined with self-directed learning techniques. of Mathayom 4
students at Maha Vajiravudh School, Songkhla Province

วรินทร์ คงแก้ว,^{1*} ปรียา อินทร์สุวรรณ¹ และ ไหมไทย ไชยพันธุ์²
Varinthon Kongkaew,^{1*} Preeya Insuwan¹ and Maithai Chaiyapan²

Received 2 February 2026, Revised 17 February 2026, Accepted 18 February 2026

ABSTRACT

This study aimed (1) to compare students' self-efficacy in career decision-making before and after participating in a guidance activity package integrating self-directed learning techniques, and (2) to compare students' self-efficacy in career decision-making after participating in a guidance activity package integrating self-directed learning techniques against the 80 percent benchmark. The sample consisted of 38 Grade 10 students from Mahavajiravudh School, Songkhla Province, enrolled in the first semester of the 2025 academic year, selected through cluster sampling. The research instruments included (1) a guidance activity package combined with self-directed learning techniques, with content validity indices ranging from 0.67 to 1.00, and (2) self-efficacy in career decision-making scale, with content validity indices ranging from 0.67 to 1.00. Data were analyzed using mean, standard deviation, percentage, and t-test.

The study found that students' self-efficacy in career decision-making after the intervention ($\bar{X}$ = 13.16, S.D. = 0.95) was significantly higher than before the intervention ($\bar{X}$ = 7.71, S.D. = 1.31) at the .01 level of significance. Additionally, students' post-intervention self-efficacy scores exceeded the 80 percent benchmark, with 100 percent of participants achieving scores above the specified criterion. These findings indicate that the integration of guidance activities with self-directed learning techniques can effectively enhance students' self-efficacy in making career decisions.

Keywords: Self-Efficacy Career Decision Making Guidance Activities

^{1*} สาขาจิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ต.เขารูปช้าง อ.เมือง จ.สงขลา 90000

Counseling Psychology and Guidance, Faculty of Education, Songkhla Rajabhat University, Khao Rup Chang, Mueang, Songkhla 90000, Thailand.

² คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ต.เขารูปช้าง อ.เมือง จ.สงขลา 90000

Faculty of Education, Songkhla Rajabhat University , Khao Rup Chang, Mueang, Songkhla 90000, Thailand.

* Corresponding author: Tel. 09-4518-3374, E-mail address: 654194010@parichat.skru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง และ (2) เปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพกับเกณฑ์ร้อยละ 80 หลังการเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568 จำนวน 38 คน ซึ่งได้จากการเลือกแบบกลุ่ม (Cluster) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง ซึ่งมีค่าดัชนีความสอดคล้องรายองค์ประกอบระหว่าง 0.67-1.00 และ (2) แบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพ ซึ่งมีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.67 – 1.00 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพหลังเรียน ($\bar{X}$ =13.16, S.D.= 0.95) สูงกว่าก่อนเรียน ($\bar{X}$ =7.71, S.D.=1.31) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) คะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง สูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80 ที่กำหนดไว้ โดยพบว่าร้อยละ 100 ของกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนผ่านเกณฑ์ดังกล่าว

คำสำคัญ: การรับรู้ความสามารถของตนเอง การตัดสินใจเลือกอาชีพ ชุดกิจกรรมแนะแนว

บทนำ

ในศตวรรษที่ 21 โลกเผชิญกับพลวัตและความไม่แน่นอนในหลากหลายมิติ โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงของตลาดแรงงานที่ได้รับผลกระทบจากปัจจัยเศรษฐกิจ เทคโนโลยี และโครงสร้างสังคม งานวิจัยของ World Economic Forum (2023) ชี้ให้เห็นว่าภายในปี 2027 จะมีตำแหน่งงานบางประเภทถูกลดบทบาทหรือเลิกจ้างมากถึง 83 ล้านตำแหน่ง ขณะเดียวกันมีตำแหน่งงานใหม่เกิดขึ้นเพียง 69 ล้านตำแหน่ง สะท้อนถึงการแข่งขันและการปรับตัวที่เข้มข้นในตลาดแรงงานโลก ทั้งนี้ยังสอดคล้องกับรายงาน OECD (2025) และรายงาน Skills Strategy ของประเทศไทย ที่เน้นย้ำถึงความสำคัญของทักษะใหม่ ๆ และสมรรถนะที่จำเป็นต่อการปรับตัวสู่ยุคเศรษฐกิจสีเขียวและยุคปัญญาประดิษฐ์ (AI) ซึ่งเปลี่ยนแปลงรูปแบบความต้องการแรงงานไปอย่างสิ้นเชิง ส่งผลให้เยาวชนและแรงงานรุ่นใหม่ต้องมีทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Lifelong Learning) และความสามารถในการตัดสินใจเลือกเส้นทางอาชีพที่เหมาะสมกับศักยภาพและความสนใจของตนเอง

สำหรับประเทศไทย รายงานสถานการณ์ตลาดแรงงานล่าสุดโดยกระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2568) พบว่า กลุ่มผู้สำเร็จการศึกษาระดับอุดมศึกษามีอัตราการว่างงานสูงที่สุดถึงร้อยละ 50.9 และกลุ่มเด็กจบใหม่ที่ไม่เคยมีประสบการณ์ทำงานก็เผชิญความเสี่ยงต่อการว่างงานสูง ปัญหานี้สะท้อนถึงความไม่สอดคล้องระหว่างการศึกษาและทักษะที่ตลาดแรงงานต้องการ อีกทั้งยังชี้ให้เห็นจุดอ่อนในระบบการแนะแนว การตระหนักรู้ในตนเอง และความสามารถในการวางแผนอาชีพของเยาวชนไทย นักเรียนจำนวนไม่น้อยเลือกเส้นทางการศึกษาหรืออาชีพตามกระแสสังคม ความคาดหวังของครอบครัว หรือแรงจูงใจจากกลุ่มเพื่อน มากกว่าความถนัดและความสนใจที่แท้จริง ผลที่ตามมาคือการขาดเป้าหมายและทิศทางชีวิตที่ชัดเจน นำไปสู่ปัญหาการเรียนไม่ตรงสาย ความไม่มีความสุขในการทำงาน หรือแม้กระทั่งการว่างงานในระยะยาว

จากประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยในการทำงานกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา พบว่านักเรียนจำนวนไม่น้อยขาดความตระหนักถึงความสำคัญของการวางแผนอาชีพ โดยมีทัศนคติว่าเป็นเรื่องที่ยังห่างไกลจากชีวิตจริงในปัจจุบัน ส่งผลให้ขาดแรงจูงใจในการค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับตนเองและเส้นทางอาชีพที่เหมาะสม เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจเลือกคณะหรือสาขาวิชาต่อระดับอุดมศึกษา นักเรียนหลายคนมักลังเลและยังไม่มีความมั่นใจเท่าที่ควรในความถนัดหรือศักยภาพของตนเอง สาเหตุสำคัญประการหนึ่งคือการขาด "การรับรู้ความสามารถของตนเอง" (Self-Efficacy) ซึ่งถือเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีอิทธิพลโดยตรงต่อความกล้าตัดสินใจและความสามารถในการวางแผนชีวิต สภาพปัญหาดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงบทบาทสำคัญของรายวิชาแนะแนวในการจัดการเรียนรู้ พัฒนานักเรียนให้มีความตระหนักรู้ต่อตนเอง มีทักษะในการคิดวิเคราะห์ และวางแผนชีวิตได้อย่างเหมาะสม (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2555) นอกจากนี้นักวิชาการ

เช่น Betz และ Bandura (ชุดิมา ทองมีขวัญ, 2564) ต่างยืนยันว่าผู้ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับสูงย่อมมีแนวโน้มที่จะวางแผน พัฒนาตนเอง และตัดสินใจเลือกอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ ขณะที่ผู้ที่มี การรับรู้ความสามารถของตนเอง ไม่มากเท่าที่ควรมักลังเลหรือหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับทางเลือกสำคัญในชีวิต ดังนั้น การพัฒนาและเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองจึงเป็นประเด็นสำคัญที่ต้องได้รับความสนใจและสนับสนุนในระดับมัธยมศึกษา เพื่อปูพื้นฐานการตัดสินใจที่เหมาะสมและนำไปสู่ความสำเร็จในอนาคต ทั้งนี้ การพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในนักเรียนมีความสำคัญเพราะไม่ได้เพียงเป็นการเพิ่มความมั่นใจทั่วไปที่เป็นพฤติกรรมภายใน แต่เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองนำไปสู่การกล้าคิดกล้าลงมือทำจริง ตลอดจนสามารถรับมือกับความไม่แน่นอนในจิตใจของตนเอง อันนำไปสู่การกล้าตัดสินใจในเส้นทางอาชีพที่เหมาะสมของตนเองและรับมือกับการเปลี่ยนแปลงของปัจจัยภายนอกได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน

แนวทางที่ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางในการพัฒนา การรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการตัดสินใจเลือกอาชีพ คือ การใช้เทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง (Self-Directed Learning: SDL) ร่วมกับชุดกิจกรรมแนะแนว จิราเจต วิเศษดอนหาย (2564) กล่าวว่า การเรียนรู้แบบนำตนเองเน้นการมีบทบาทของนักเรียนในการเรียนรู้ของตนเอง และเน้นให้นักเรียนเรียนเกิดการเรียนรู้ได้อย่างปลอดภัย และอิสระ สามารถแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจได้ โดยการใช้เทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง (Self-Directed Learning: SDL) ร่วมกับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และตัดสินใจด้วยตนเอง บทบาทของผู้เรียนถูกเน้นให้เป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ (Child-Centered Approach) โดยที่ครูเป็นผู้อำนวยความสะดวกและชี้แนะเท่านั้น ซึ่งชุดกิจกรรมแนะแนวที่คณะผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นโดยบูรณาการร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเองเพื่อพัฒนาการรับรู้ความสามารถของนักเรียนในการตัดสินใจเลือกอาชีพ ประกอบด้วย 4 กิจกรรม ได้แก่ 1) ปฐมบททางอาชีพ 2) การตระหนักรู้ในตนเอง 3) แดกต่าง ต่อยอด สำเร็จ 4) การตัดสินใจเลือกอาชีพ: Mind Map เส้นทางอาชีพ ซึ่งนวัตกรรมดังกล่าวนักเรียนจะได้สำรวจตัวตน วิเคราะห์ศักยภาพ และวางแผนเป้าหมายทางอาชีพได้อย่างเป็นระบบ เห็นได้จากงานวิจัยของมณีนรัตน์ แก้วการไร่ และ ปวีณา อ่อนใจเอื้อ (2564) ที่ยืนยันว่าการจัดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการรับรู้ความสามารถของตนเอง ส่งผลให้นักเรียนมีคะแนนการตัดสินใจเลือกอาชีพสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนงานของสุธาสนี สัตย์เจริญ (2561) และเขมกร อนุภาพ (2560) ก็ให้ข้อค้นพบในทิศทางเดียวกันว่า โปรแกรมที่เน้นการนำตนเองช่วยให้นักเรียนพัฒนาความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความมุ่งมั่นที่จะนำ “ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง” มาบูรณาการในการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา เพื่อเสริมสร้างความตระหนักรู้ ความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง และพัฒนาทักษะการตัดสินใจเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับความถนัดและศักยภาพแต่ละบุคคล ซึ่งจะเป็นรากฐานสำคัญต่อการเติบโตและความสำเร็จในชีวิตการทำงานของเยาวชนไทยในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/14 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา
2. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพกับเกณฑ์ร้อยละ 80หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/14 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา อำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา ประจำปีการศึกษา 2568 จำนวน 656 คน (โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา, 2568)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/14 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา ประจําภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568 จำนวน 38 คน ซึ่งได้จํากฎวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบไปด้วยเครื่องมือจำนวน 2 ชุด ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างและ พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย

1. ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนําทนเองเพื่อพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพ เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งชุดกิจกรรมประกอบด้วย 4 กิจกรรม (กิจกรรมละ 50 นาที) ได้แก่ 1) ปฐมบททางอาชีพ 2) การตระหนักรู้ในตนเอง 3) แตกต่าง ต่อยอด สำเร็จ 4) การตัดสินใจเลือกอาชีพ: Mind Map เส้นทางอาชีพ ผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรมให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบความสอดคล้องของชื่อกิจกรรม สำระสำคัญ วัตถุประสงค์ ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผลกิจกรรม ซึ่งการประเมินพบว่ามีความสอดคล้อง (IOC) รายองค์ประกอบระหว่าง 0.67-1.00 แสดงถึงความเหมาะสมของชุดกิจกรรม เพื่อให้กิจกรรมมีประสิทธิภาพมากขึ้นก่อนนำไปใช้จริง

2. แบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพ เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จากนั้นนํามาปรับไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ซึ่งมีความเชี่ยวชาญด้านการศึกษา แนะแนว และจิตวิทยา พิจารณาความเหมาะสมด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้ ผลการประเมินได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่าง 0.67 – 1.00 จากนั้นนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/14 จำนวน 38 คน ที่คัดเลือกจากห้องเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/14 ประจําภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา จำนวน 38 คน ซึ่งได้จํากฎวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster) ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนของการวิจัยในชั้นเรียน ดังนี้

1. ดำเนินการเก็บข้อมูลก่อนเรียน โดยให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 38 คน ทำชิ้นงานก่อนเรียน ซึ่งผู้วิจัยประเมินชิ้นงานโดยใช้แบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นและผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญ

2. ดำเนินการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนําทนเอง จำนวน 4 คาบ ได้แก่ 1) ปฐมบททางอาชีพ 2) การตระหนักรู้ในตนเอง 3) แตกต่าง ต่อยอด สำเร็จ 4) การตัดสินใจเลือกอาชีพ: Mind Map เส้นทางอาชีพ

3. หลังจบการดำเนินการด้วยชุดกิจกรรมชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนําทนเอง จำนวน 4 คาบ นักเรียนทำชิ้นงานหลังเรียนเพื่อประเมินพัฒนาการการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพ ผู้วิจัยประเมินชิ้นงานโดยใช้แบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ด้วยการใช้สถิติ ดังนี้

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percent) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่ การทดสอบโดยใช้ค่าที แบบไม่อิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)

ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพก่อนและ หลังใช้ชุดกิจกรรม
แนะแนวกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง

(n=38)

เวลา	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
ก่อนเรียน	7.71	1.31	20.28	.00
หลังเรียน	13.16	0.95		

**p < .01

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง ($\bar{X}$ = 13.16, S.D. = 0.95) สูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{X}$ = 7.71, S.D. = 1.31) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะ
แนวกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเองเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 80

(n=38)

การทดสอบ	คะแนนเต็ม	เกณฑ์ร้อยละ 80	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
หลังเรียน	15	12	13.16	0.95	9.04	.00

**p < .01

จากตารางที่ 2 พบว่าผลการวิเคราะห์ระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง พบว่า นักเรียนมีคะแนน ($\bar{X}$ = 13.16, S.D. = 0.95) เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 80 (12 คะแนน) พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังเรียนสูงกว่าเกณฑ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

จากผลการวิจัย พบว่า การนำชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเองมาใช้ ส่งผลให้การรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยชุดกิจกรรมแนะแนวที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเป็นการจัดการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือทำด้วยตนเอง เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนตั้งแต่การประเมินตนเองไปจนถึงการสร้าง Mind Map เส้นทางอาชีพของตนเองตามความถนัดและความสนใจของผู้เรียน ซึ่งรูปแบบการจัดกิจกรรมแนะแนวในวัตรกรรมดังกล่าวเป็นการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเองที่เปลี่ยนบทบาทให้ผู้เรียนเป็นหลักในการเรียนรู้ของตนเอง มีส่วนร่วมและรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง ทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางการเรียนรู้ของตนเอง จากเดิมที่รอความรู้จากครูเป็นหลักมาเป็นการเรียนรู้ที่ลงมือทำด้วยตนเอง ซึ่งทำให้ผู้เรียนพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพ ผลลัพธ์นี้ต่อยอดแนวคิดของมณีนรัตน์ แก้วการไธ และปวีณา อ่อนใจเอื้อ (2564) ที่ยืนยันว่ากิจกรรมแนะแนวเชิงรุกและการเรียนรู้แบบเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง สามารถยกระดับการรับรู้ศักยภาพและการตัดสินใจของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนี้ยังบ่งชี้ถึงประสิทธิผลของการจัดการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ การวางแผนเชิงกลยุทธ์ การตระหนักรู้ในศักยภาพของตนเอง และการสะท้อนประสบการณ์ผ่านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมแนะแนวอย่างจริงจัง นอกจากนี้ เขมกร อนุภาพ (2560) กล่าวว่า การที่นักเรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติ สำรองและตั้งเป้าหมายอาชีพด้วยตนเองในแต่ละขั้นตอน ช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)

ให้สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง นักเรียนสามารถพัฒนาแนวความคิดการตัดสินใจที่มีเหตุผลและสอดคล้องกับความถนัด ความสนใจและ
บริบทชีวิตได้มากยิ่งขึ้น ส่งผลต่อความกล้าในการวางแผนอนาคต ตลอดจนเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในระยะยาว

การอภิปรายนี้สอดคล้องกับงานของ Suharso, Mangunsong และ Royanto (2018) ซึ่งชี้ให้เห็นว่าทักษะการ
เรียนรู้แบบนำตนเองมีบทบาทสำคัญในการเป็นตัวแปรที่เสริมสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการตัดสินใจเลือก
อาชีพ นักเรียนที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้ลักษณะนี้จะมีคามมั่นใจและเชื่อมั่นในตนเอง และลดความกังวลและความลังเลใน
การตัดสินใจด้านอาชีพในอนาคต ในทำนองเดียวกัน ผลการวิจัยของ Pang และคณะ (2025) ยืนยันว่าการที่นักเรียนมีส่วน
ร่วมในกิจกรรมแนะแนวด้านอาชีพส่งผลให้นักเรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้นอย่างเป็นรูปธรรม

นอกจากนี้การที่นักเรียนทุกคนมีคะแนนผ่านเกณฑ์ร้อยละ 80 หลังการเข้าร่วมกิจกรรม สะท้อนให้เห็นถึง
ความสำเร็จอย่างเป็นรูปธรรมในการออกแบบกิจกรรมและเทคนิคการจัดการเรียนรู้ที่ตอบสนองต่อความต้องการและ
ศักยภาพของผู้เรียนอย่างแท้จริง ไม่เพียงแต่ในมิติของผลสัมฤทธิ์เชิงปริมาณเท่านั้น แต่ยังสะท้อนถึงคุณภาพของ
กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมความตื่นตัวและความมุ่งมั่นของผู้เรียนในการกำหนดเส้นทางอาชีพของตนเอง อีกทั้งยัง
สอดคล้องกับเป้าหมายการศึกษายุคใหม่ แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579 มีเป้าหมายในการพัฒนานักเรียนให้มี
ทักษะ ความรู้ความสามารถที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงของโลกในศตวรรษที่ 21 ให้นักเรียนมีความพร้อมรองรับการ
เปลี่ยนแปลงของสังคมและตลาดแรงงานในอนาคต การพัฒนาทักษะการบริหารจัดการตนเองและการคิดวิเคราะห์เชิงระบบ
ในกลุ่มผู้เรียนจึงเป็นรากฐานสำคัญของการเติบโตเป็นพลเมืองโลกในศตวรรษที่ 21 (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา,
2560)

ยิ่งไปกว่านั้นการประยุกต์ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเอง ช่วยเปิดโอกาสให้ครูแนะ
แนวและผู้เกี่ยวข้องสามารถพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับบริบทของผู้เรียนในแต่ละพื้นที่ และสร้างความ
ร่วมมือกับภาคีเครือข่ายทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน ซึ่งสอดคล้องกับแผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579 ที่เน้น
การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในการจัดการศึกษาที่เท่าเทียมและมีคุณภาพแก่นักเรียนทุกคนอย่างทั่วถึงและมีมาตรฐาน
เดียวกัน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2560) ผลการศึกษานี้ชี้ให้เห็นแนวโน้มใหม่ของการแนะแนวเชิงรุกที่สามารถ
บูรณาการกับกระบวนการเรียนรู้สมัยใหม่ ตอบโจทย์ทั้งเป้าหมายของหลักสูตรและความต้องการของตลาดแรงงานใน
อนาคต

โดยสรุปการวิจัยครั้งนี้ชี้ให้เห็นอย่างเด่นชัดว่าการประยุกต์ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำ
ตนเอง ไม่เพียงแต่ช่วยเพิ่มระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพเท่านั้น แต่ยังเสริมสร้างทักษะ
ชีวิต ทักษะการคิดวิเคราะห์ และทักษะการบริหารจัดการตนเองอย่างรอบด้าน ผู้เรียนได้รับโอกาสในการสำรวจและเข้าใจ
ศักยภาพของตนเองอย่างลึกซึ้ง สามารถกำหนดเป้าหมายที่เหมาะสมกับบริบทของตนเองในโลกอาชีพยุคใหม่ได้อย่างมั่นใจ
อันจะนำไปสู่การสร้างพลเมืองที่พร้อมเผชิญความเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 อย่างมั่นคงและยั่งยืน ผลการศึกษานี้จึงถือ
เป็นแนวทางสำคัญสำหรับการพัฒนางานแนะแนวในสถานศึกษาไทย และเป็นฐานสำหรับการขยายผลและนวัตกรรมการจัด
กิจกรรมแนะแนว ตลอดจนการพัฒนาหลักสูตรที่ตอบโจทย์โลกอนาคตอย่างแท้จริง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้แบบนำตนเองเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่
ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง ดังนั้น ผู้ใช้ควรพิจารณาเลือกใช้กิจกรรมที่สอดคล้องกับพัฒนาการ
ของนักเรียนแต่ละช่วงวัย เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการเรียนรู้

2. จากผลการวิจัยที่พบว่านักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบนำตนเองมีพัฒนาการด้านการตัดสินใจที่ดีขึ้น
ครูผู้สอนจึงสามารถนำแนวทางและเทคนิคการจัดกิจกรรมนี้ไปปรับใช้ในรายวิชาอื่น เช่น วิชาวิทยาศาสตร์, วิชาการทำงาน
อาชีพ และวิชาการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง (IS) เป็นต้น เพื่อยกระดับศักยภาพผู้เรียนในด้านต่าง ๆ ให้หลากหลายและ
สอดคล้องกับเป้าหมายการศึกษายุคใหม่

3. จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนระหว่างใช้ชุดกิจกรรมพบว่า ผู้สอนควรสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่ปลอดภัย เปิดกว้าง และให้อิสระแก่นักเรียนในการแสดงความคิดเห็นหรือสำรวจศักยภาพของตนเอง โดยครูจะมีบทบาทเป็นผู้สนับสนุน อำนวยความสะดวก และให้คำปรึกษาอย่างต่อเนื่องเพื่อให้นักเรียนมีความกล้าคิดกล้าทำ และสามารถแสดงศักยภาพของตนเอง

4. จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนระหว่างการจัดกิจกรรมผู้สอนควรกำหนดเวลาในการดำเนินกิจกรรมแต่ละขั้นตอนอย่างชัดเจนและร่วมตกลงกับนักเรียนเกี่ยวกับกติกาในการใช้เทคโนโลยีหรือเครื่องมือสื่อสาร เพื่อป้องกันการเบี่ยงเบนความสนใจและรักษาโฟกัสของนักเรียนตลอดกระบวนการเรียนรู้และตกลงข้อตกลงกติกาการใช้เครื่องมือสื่อสารในการหาข้อมูลเป็นเวลา เพราะนักเรียนอาจละความสนใจในกิจกรรม

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาและประยุกต์ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้อื่น ๆ ที่หลากหลาย เช่น การเรียนรู้แบบร่วมมือ (Collaborative Learning) หรือการใช้สื่อดิจิทัล เพื่อเปรียบเทียบและเพิ่มประสิทธิภาพในการพัฒนาทักษะและสมรรถนะที่จำเป็นของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21

2. ควรขยายขอบเขตการวิจัยไปยังกลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายด้านภูมิหลังทางสังคม วัฒนธรรม หรือโรงเรียนประเภทต่าง ๆ เพื่อศึกษาผลลัพธ์และประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมในบริบทที่แตกต่างกัน อันจะช่วยให้เกิดข้อค้นพบที่สามารถนำไปปรับใช้ได้อย่างกว้างขวางและเหมาะสมกับแต่ละกลุ่มเป้าหมาย

คำขอบคุณ

บทความวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความอนุเคราะห์จากหลากหลายภาคส่วน โดยคณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้แก่ ดร.เกรียงศักดิ์ รัฐกุล, นางกรกช ขวัญแก้ว และ นางสาวศิริรัตน์ หนองศรี ที่ได้กรุณาตรวจสอบและให้คำแนะนำในการสร้างเครื่องมือวิจัย ปรับปรุง แก้ไขให้มีความถูกต้องและเหมาะสม ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการ คณะครู บุคลากร และนักเรียนโรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ จังหวัดสงขลา ที่ได้ให้ความร่วมมือ และอำนวยความสะดวกต่อคณะผู้วิจัยเป็นอย่างดีเสมอมา

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2568). รายงานการสำรวจภาวะการทำงานของประชากรทั่วราชอาณาจักร ไตรมาสที่ 2: เมษายน - มิถุนายน 2568. สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- เขมกร อนุภาพ. (2560). การใช้การเรียนรู้แบบนำตนเองเพื่อพัฒนาการเรียนรู้วิชาคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต]. DPU Knowledge Repository. <https://libdoc.dpu.ac.th/thesis/160227.pdf>
- จิราเจต วิเศษดอนหวาย. (2564). การศึกษายุคหลังโควิดจะใช้โลกทั้งใบเป็นห้องเรียน ด้วยการเรียนรู้แบบนำตนเอง (Self-Directed Learning). EducaThai. <https://www.educathai.com/knowledge/articles/535>
- ชุดิมา ทองมีขวัญ. (2564). การเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโดยชุดกิจกรรมแนะแนว [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ]. SWU IR. <https://so07.tci-thaijo.org/index.php/dsr/article/view/1640>
- มณีรัตน์ แก้วการไร่ และปวีณา อ่อนใจเอื้อ. (2564). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านอาชีพเพื่อพัฒนาการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนราชดำริ. วารสารวิทยาลัยนครราชสีมา สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 15(3), 45–63. <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/hsjournalnmc/article/view/252927>

- โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ จังหวัดสงขลา. (2568). ข้อมูลสารสนเทศโรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ จังหวัดสงขลา ประจำปีการศึกษา 2568. School Webactivity. https://school.webactivity.net/s12568/?page=school-detail&school_code=90012001&district_code=009000001&from=reports
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2555). แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 – 2579. <https://www.onec.go.th/index.php/book/BookView/1540>
- สุธาสินี สัตย์เจริญ. (2561). ผลของการใช้โปรแกรมการเรียนรู้แบบนำตนเองที่มีต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ]. SWU IR. <https://ir.swu.ac.th/entities/publication/51959d53-5fa6-49c6-9573-d9b99fbfd9d9>
- OECD. (2025). OECD skills strategy Thailand. https://www.oecd.org/en/publications/oecd-skills-strategy-thailand_153a1fe6-en.html
- Pang, C., Xie, R., Kang, N., & Hu, Z. (2025). The impact of career education participation on academic self-efficacy: The sequential mediating role of career adaptability and learning engagement. *Behavioral Sciences*, 15(2), Article 174. <https://doi.org/10.3390/bs15020174>
- Suharso, P. L., Mangunsong, F. M., & Royanto, L. R. M. (2018). Self-directed learning as a mediator of the relationship between contextual support and career decision self-efficacy. In A. A. Ariyanto, H. Muluk, P. Newcombe, F. Piercy, E. K. Poerwandari, & S. H. Suradijono (Eds.), *Diversity in unity: Perspectives from psychology and behavioral sciences* (pp. 231–239). Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.1201/9781315225302-29>
- World Economic Forum. (2023). *The future of jobs report 2023*. World Economic Forum. <https://www.weforum.org/publications/the-future-of-jobs-report-2023/>