



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conferenceผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนิยมนิลปอนุสรณ์ จังหวัดเพชรบูรณ์The Effects of Using a Guidance Activities Package Based on Gestalt Theory to Develop Optimism of
Mattayom Suksa V Students of Niyomsilp Anusorn School Phetchabun Provinceมะลิสา สุธารัตน์ (Malisa Sutarat)¹ วัลภา สบายยั้ง (Wunlapa Sabaiying)² สุขอรุณ วงษ์ทิม (Sukaroon Wongtim)³

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์ (2) เปรียบเทียบการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์และกิจกรรมแนะแนวปกติ และ (3) ศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนิยมนิลปอนุสรณ์ ปีการศึกษา 2560 จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 30 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดีมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .89 (2) ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี จำนวน 12 กิจกรรมสำหรับนักเรียนกลุ่มทดลอง และ (3) แบบสอบถามความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าทีและการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี นักเรียนกลุ่มทดลองมีการมองโลกในแง่ดีสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีมีการมองโลกในแง่ดีสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (3) ความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี อยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนว ทฤษฎีเกสตัลท์ การมองโลกในแง่ดี นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

¹ นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช malimathteacher@gmail.com

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ผู้อำนวยการสำนักบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช Wunlapa.Sab@stou.ac.th

³ รองศาสตราจารย์ พันตำรวจโทหญิง ดร. ประจำสาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช sukaroon.won@stou.ac.th



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

Abstract

The purposes of this research were (1) compare optimism of the experimental group students before and after using guidance activities package based on Gestalt Theory to develop optimism; (2) compare optimism of Niyomsinp Anusorn School Phetchabun Province, in the experimental and control groups after the experiment; and (3) study the satisfaction and opinions of the students who participated in guidance activities based on Gestalt Theory to develop optimism. The research sample consisted of 60 Matthayom Suksa V students of Niyomsinp Anusorn School Phetchabun Province in two intact classrooms during the 2017 academic year, obtained by cluster sampling. Then they were randomly separated into an experimental group and control group, each of which consisting of 30 students. The research instruments comprised (1) a questionnaire of the optimism with the reliability of .89; (2) a guidance activities packaged based on Gestalt Theory to develop the optimism comprising 12 activities for the experimental group students; and (3) the scale to assess satisfaction of the experimental group students after using the guidance activities package. Data were analyzed using the percentage, mean, standard deviation, and t-test. The results showed that (1) the post-experiment optimism scores of the experimental group students after using the guidance activities package based on Gestalt Theory to develop the optimism were significantly higher than their pre-experiment counterpart behavior scores at the .05 level; (2) the post-experiment optimism scores of Matthayom Suksa V students of Niyomsinp Anusorn School Phetchabun Province, in the experimental groups, who used a guidance activities package based on Gestalt Theory to develop optimism was significantly higher than scores of the control group students who used 12 other guidance activities at the .05 level; and (3) The experimental group were satisfied with the guidance activities based on Gestalt Theory to develop the optimism at the high level.

Keywords: Optimism activities package, Gestalt Theory, Optimism, Matthayom Suksa Students



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

บทนำ

การไม่ยอมรับในความคิดเห็นที่แตกต่างกัน และพฤติกรรมของกลุ่มบุคคลที่นิยมใช้ความรุนแรงได้แพร่กระจายไปสู่นานาประเทศมากขึ้น ความขัดแย้งในเชิงความคิดเห็นของคนในสังคมมีมากขึ้น ส่งผลให้เกิดความไม่สงบ ประชาชนมีความหวาดระแวงและขาดความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ประเทศขาดความมั่นคงและความสงบสุข ปัจจุบันปัญหาของนักเรียนวัยรุ่นในสังคมไทยรุนแรงและซับซ้อนมากขึ้น เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านกายภาพ เศรษฐกิจและสังคมเมือง ประกอบกับวัยรุ่นเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของการเจริญเติบโตมีความเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ทำให้วัยรุ่นประสบปัญหามากมาย ทั้งนี้ปัญหาที่สำคัญของวัยรุ่นในปัจจุบัน ได้แก่ ปัญหายาเสพติด ปัญหาที่เกิดจากการขาดความเข้าใจต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกาย และปัญหาความรุนแรง ซึ่งมีสาเหตุสำคัญคือ นักเรียนวัยรุ่นมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้ปกครองเป็นประจำ ครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ครอบครัวหย่าร้าง บิดา หรือมารดาเสียชีวิตนักเรียนขาดการดูแลและเอาใจใส่จากผู้ปกครองบรรยากาศในบ้านไม่น่าอยู่อาศัย (ศรีธัญญา อธิชนะ, 2553) ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญทำให้นักเรียนมองโลกในแง่ร้าย มองว่าตนเองไม่มีอะไรดีเลย วนเวียนอยู่กับความล้มเหลวเก่าๆ ที่ผ่านไป เก็บมาคิด เก็บมาโทษตัวเองตลอดเวลา จมปลักอยู่กับอดีตที่ไม่ดี จนไม่สามารถมองเห็นทางข้างหน้าได้เลย การมองโลกในแง่ดีเป็นองค์ประกอบหนึ่งของสติปัญญาทางอารมณ์(Emotional intelligence) คนที่มองโลกในแง่ดี คือคนที่รู้จัก เข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดี สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้ มองวิกฤตปัญหาต่างๆ ว่ามีแนวทางแก้ไข สามารถที่จะเผชิญและต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลียงหนี ทำให้บุคคลนั้นสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต มองปัญหาเป็นความท้าทายที่จะต้องฝ่าฟันมันให้ได้ เพราะทุกคนต่างต้องเจอปัญหากันทุกวันอยู่แล้ว อยู่ที่ว่าเราจะมองปัญหานั้นว่าเป็นอย่างไร แม้การแก้ปัญหาจะไม่ราบรื่นแต่ลองคิดอีกด้านว่าคือสิ่งที่เราจะได้เรียนรู้ พัฒนา และเติบโตเพื่อเอาชนะปัญหาเหล่านั้นนี้อาจกล่าวได้ว่า "ความคิด" นั้น มีผลโดยตรงต่อการใช้ชีวิตและความสุขในการดำรงชีวิตของแต่ละคน สังเกตง่ายๆ หากวันนี้ "คิดบวก" หรือ "มองโลกในแง่ดี" โลกก็จะเต็มไปด้วยความสุข ในขณะที่วันไหน ชีวิตเต็มไปด้วยความทุกข์แสนสาหัส มองไปที่ไหนก็มีแต่ความขัดใจ ฟังใครพูดจาก็ขัดหู ใครยืนอยู่ตรงหน้าก็ขวางหูขวางตาเต็มไปหมด ซึ่งอาร์ พันธ์มณี (2546 : 230 - 231) ได้สรุปแนวคิดของเกสตัลท์ไว้ว่า การที่บุคคลประสบความทุกข์เนื่องมาจากมีสิ่งรบกวนการทำหน้าที่ของอินทรีย์ทำให้เกิดความไม่สมดุลของชีวิต ซึ่งมักจะเกิดจากการมีประสบการณ์ที่ยิ่งหยิ่งอันเนื่องมาจากสาเหตุหลายประการ การขาดการตระหนักแห่งตน (Lack of Awareness) หมายถึงการไม่สามารถควบคุมจิตใจตนให้เป็นไปอย่างสอดคล้องกับประสบการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้ ทำให้เกิดการหยุดชะงักในการทำหน้าที่ของอินทรีย์ นำไปสู่ความไม่เป็นสุขได้ งานค้างใจ ความรู้สึกเก็บกดไว้ในอดีต (Figure) หรือไม่ได้รับการตอบสนอง จะกลายเป็นงานที่มารบกวนการทำหน้าที่ของอินทรีย์เนื่องจากอินทรีย์ถูกรุมเร้า ให้ใส่ใจสิ่งนั้นตลอดเวลา ซึ่งจะนำไปสู่ความสับสน ความเครียด และมีผลต่อสภาพทางกาย ซึ่งเพิลส์ (Perls) เป็นจิตแพทย์ที่นำเอาทฤษฎีการรับรู้ ของจิตวิทยาเกสตัลท์มาใช้ในการบำบัดทางอารมณ์ ความรู้สึก และการรับรู้ในตนเอง โดยมีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ คือ มนุษย์สามารถจัดระบบชีวิตและแก้ปัญหาของตนเองได้ (Self Regulation) เมื่อเกิดอารมณ์เครียด หรือความต้องการด้านต่างๆ ขึ้น มนุษย์พยายามทำให้เกิดความสมดุล การที่มนุษย์ตระหนักรู้ (Awareness) ถึงความต้องการ ความรู้สึก ความคิด อารมณ์ และการรับรู้ของตนจะช่วยให้เขาตัดสินใจในการจัดการกับปัญหา หรือความเครียดได้เหมาะสมขึ้น (วัชร ทรัพย์มี, 2533 : 60) กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิดตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

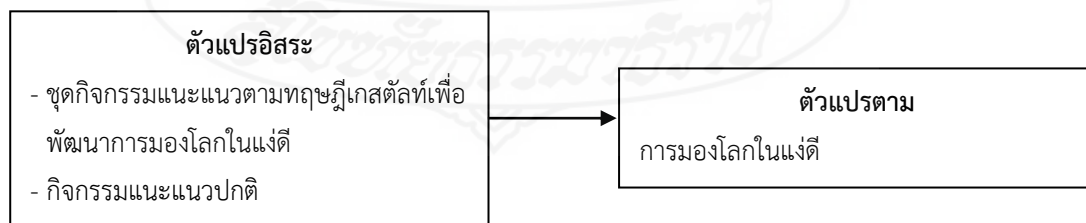
เรียน และอาชีพ สามารถปรับตนได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วมพัฒนาผู้เรียน (หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2551 : 19) การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นการนำสื่อและกิจกรรมหลายๆ อย่างมาประกอบกัน เพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมให้นักเรียนได้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาการมองโลกในแง่ดีได้อย่างเหมาะสม

เนื่องจากผู้วิจัยสอนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งเป็นช่วงอายุของวัยรุ่น พบปัญหาต่างๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเรื่องการเรียน ปัญหาเรื่องเพื่อน ปัญหาเรื่องครอบครัว และปัญหาส่วนตัว ที่นักเรียนมาขอปรึกษาเป็นประจำ ซึ่งในปัญหาหลายเรื่องพบว่า นักเรียนไม่สามารถเลือกได้ว่าจะคิดอะไรในเวลาไหนและคิดทำไม การคิดมักจะย่ำคิด ในทางลบ มองโลกในแง่ร้าย จับผิดผู้อื่นอยู่เสมอ โดยไม่ย้อนมองดูตัวเอง มักคิดว่าโลกชั่วร้าย จึงสนใจศึกษาเกี่ยวกับการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนิคมศิลปอนุสรณ์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 40 เพื่อช่วยให้นักเรียนวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม บรรเทาปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น และเป็นแรงผลักดันและแรงกระตุ้นให้พัฒนาการด้านอื่นๆ เป็นไปด้วยดี ซึ่งพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องสามารถพัฒนาส่งเสริม ให้ความช่วยเหลือ หรือเสนอแนะนักเรียนให้มีลักษณะของผู้ที่มองโลกในแง่ดีเพื่อดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เปรียบเทียบการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์
2. เปรียบเทียบการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์และกิจกรรมแนะแนวปกติ
3. ศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

กรอบแนวคิดการวิจัย



ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi – experimental Research) ประชากรที่ศึกษาคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนิคมศิลปอนุสรณ์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 8 ห้องเรียน รวม 327 คน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน โดยการสุ่มแบบกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้คือ 1) แบบสอบถามการมองโลกในแง่ดีมีค่าความสอดคล้องของเนื้อหาของแบบสอบถาม (Index of Item-Objective



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

Congruence: IOC) ระหว่าง .66 – 1.00 ซึ่งมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.23 – 0.68 และมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .89 และ 2) ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีจำนวน 12 กิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่าที

ผลการวิจัย

1. นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีมีการมองโลกในแง่ดีสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี

กลุ่มทดลอง (ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎี เกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี)	จำนวน (คน)	ค่าสถิติ			
		$\bar{x}$	S.D.	t	p-value
ก่อนการทดลอง	30	3.06	.22	17.51*	.00
หลังการทดลอง	30	4.04	.27		

*p < .05

2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี มีการมองโลกในแง่ดีสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 2



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการมองโลกในแง่ดีหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ค่าสถิติ			
		$\bar{x}$	S.D.	t	p-value
กลุ่มทดลอง (ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี)	30	4.04	.27	18.8*	.00
กลุ่มควบคุม (ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ)	30	3.05	.13		

*p < .05

3. ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี ภายหลังการทดลองโดยใช้สถิติวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีรายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี

ข้อที่	รายการ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
ด้านบรรยากาศ				
1	บรรยากาศของการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม	4.30	0.65	มาก
2	บรรยากาศของการเรียนทำให้นักเรียนมีความรับผิดชอบต่อตนเองและกลุ่ม	4.07	0.78	มาก
3	บรรยากาศของการเรียนทำให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียน	4.20	0.61	มาก
4	บรรยากาศของการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนทำกิจกรรมได้อย่างอิสระ	4.03	0.76	มาก
5	บรรยากาศของการเรียนทำให้นักเรียนเกิดความคิดที่หลากหลาย	4.17	0.65	มาก
ด้านกิจกรรมการเรียนรู้				
1	กิจกรรมการเรียนรู้มีความเหมาะสมกับเนื้อหา	4.53	0.63	มากที่สุด
2	กิจกรรมการเรียนรู้ส่งเสริมให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิด	4.10	0.71	มาก
4	กิจกรรมการเรียนรู้ทำให้นักเรียนกล้าคิดกล้าตอบ	4.30	0.60	มาก
5	กิจกรรมการเรียนรู้ทำให้นักเรียนมีโอกาสแสดงความคิดเห็น	4.20	0.71	มาก



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
6	กิจกรรมการเรียนรู้ทำให้นักเรียนเข้าใจในเนื้อหามากขึ้น	4.43	0.73	มาก
7	กิจกรรมการเรียนรู้ส่งเสริมการเรียนรู้ร่วมกัน	4.43	0.57	มาก
ประโยชน์ที่ได้รับ				
1	การจัดการเรียนรู้ทำให้เข้าใจเนื้อหาได้ง่าย	4.27	0.52	มาก
2	การจัดการเรียนรู้ทำให้จำเนื้อหาได้นาน	4.10	0.66	มาก
3	การจัดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนสร้างความรู้ ความเข้าใจด้วยตนเองได้	4.33	0.66	มาก
4	การจัดการเรียนรู้ทำให้นักเรียนนำวิธีการเรียนรู้ไปใช้ในวิชาอื่นๆ	4.20	0.71	มาก
5	การจัดการเรียนรู้ทำให้นักเรียนพัฒนาทักษะการคิดที่สูงขึ้น	4.20	0.81	มาก
6	การจัดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนตัดสินใจโดยใช้เหตุผล	4.40	0.62	มาก
7	การจัดการเรียนรู้ทำให้เข้าใจและรู้จักเพื่อนมากขึ้น	4.43	0.68	มาก
8	กิจกรรมการเรียนการสอนนี้ทำให้ได้ทำงานร่วมกับผู้อื่น	4.33	0.66	มาก

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่าเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 คือ ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลต์มีการมองโลกในแง่ดีสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่กำหนดไว้ ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ สวงค์ แก่นตา คำ (2558) ซึ่งได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวกแก่กลุ่มผู้ต้องขัง เรือนจำกลางบางขวาง จังหวัดนนทบุรี โดยผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวก มีความคิดเชิงบวกสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01” ทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิรัชลักษณ์ สุขสวัสดิ์ (2546) ซึ่งได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลการวิจัยของ โกสุมวดี จิตเกษม (2555) ซึ่งได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกแก่ผู้ติดยาเสพติดในกลุ่มผู้ใช้แรงงานของสำนักงานคุมประพฤติ จังหวัดสมุทรปราการ โดยผลการวิจัยพบว่า ผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 คือ ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีการมองโลกในแง่ดีสูงกว่ากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับหลักการจัดการศึกษาและการเรียนการสอนตามแนวทฤษฎีเกสตัลต์ของ ทิศนา ขัมมณี (2551 : 62) กล่าวว่า กระบวนการคิดเป็นกระบวนการสำคัญในการเรียนรู้การส่งเสริมกระบวนการคิดเป็นสิ่งจำเป็นและเป็นสิ่งสำคัญในการช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

การสอนและการเสนอภาพรวมให้ผู้เรียนเห็นและเข้าใจก่อนการเสนอส่วนย่อยจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี การส่งเสริมให้ผู้เรียนมีประสบการณ์มาก ได้รับประสบการณ์ที่หลากหลายจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถคิดแก้ปัญหาและคิดริเริ่มได้มากขึ้น การจัดประสบการณ์ใหม่ให้มีความสัมพันธ์กับประสบการณ์เดิมของผู้เรียนจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ดีและง่ายขึ้น การจัดระเบียบสิ่งเร้าที่ต้องการให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี คือ การจัดกลุ่มสิ่งเร้าที่เหมือนกับหรือคล้ายคลึงกันไว้เป็นกลุ่มเดียวกัน ในการสอนครูไม่จำเป็นต้องเสนอเนื้อหาทั้งหมดที่สมบูรณ์ ครูสามารถเสนอเนื้อหาเพียงบางส่วนได้ หากผู้เรียนสามารถใช้ประสบการณ์เดิมให้สมบูรณ์ การเสนอบทเรียนหรือเนื้อหาควรจัดให้มีความต่อเนื่องกันจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดีและรวดเร็ว การส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ที่หลากหลายจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้แบบหยั่งเห็นได้มากขึ้น จากผลเช่นนี้กล่าวได้ว่า การพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 พัฒนาได้โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์ ซึ่งสอดคล้องกับ ปิยวดี สัพพะบำรุง (2547) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ” ซึ่งพบว่า ภายหลังการได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี มีคะแนนการมองโลกในแง่ดีทั้งในแต่ละมิติ คือ มิติความเป็นตนเอง มิติความคงทนถาวร และมีมิติความครอบคลุม และด้านรวม สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การวัดความพึงพอใจของนักเรียนกลุ่มทดลองนักเรียนกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่มีความพึงพอใจมากที่สุดคือ กิจกรรมการเรียนรู้มีความเหมาะสมกับเนื้อหา ($\bar{X} = 4.53$, S.D. = 0.63) รองลงมาในระดับความพึงพอใจเท่ากัน 3 ข้อ ได้แก่ กิจกรรมการเรียนรู้ทำให้นักเรียนเข้าใจในเนื้อหามากขึ้น กิจกรรมการเรียนรู้ส่งเสริมการเรียนรู้ร่วมกัน และการจัดการเรียนรู้ทำให้เข้าใจและรู้จักเพื่อนมากขึ้น ผลการวิเคราะห์ห่อภิปรายได้ว่า ความน่าสนใจของกิจกรรมที่นักเรียนพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดนั้นอาจเป็นเพราะว่า กิจกรรมการเรียนการสอนมีเนื้อหาที่ช่วยให้นักเรียนวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม บรรเทาปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น และเป็นแรงผลักดันและแรงกระตุ้นให้นักเรียนมีลักษณะของผู้ที่มองโลกในแง่ดีเพื่อดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุด คือ บรรยากาศของการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนทำกิจกรรมได้อย่างอิสระ ($\bar{X} = 4.03$, S.D. = 0.76) อาจเป็นเพราะว่า กิจกรรมการเรียนการสอนจัดอยู่ในห้องเรียนซึ่งมีโต๊ะนักเรียนอยู่ ทำให้จัดกิจกรรมได้ไม่สะดวก เพราะการเรียนการสอนบางเรื่องต้องใช้พื้นที่ในการจัดกิจกรรม ข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมคือ 1) เป็นกิจกรรมที่ดีสามารถนำมาใช้ได้จริงเมื่อรู้สึกท้อแท้ 2) บางกิจกรรมให้เวลาน้อยไม่เพียงพอต่อการทำกิจกรรม และ 3) ควรสำเนาเอกสารเป็นภาพสีเพื่อจะได้เห็นภาพชัดเจนขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนิคมศิลปอนุสรณ์ เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่โรงเรียนควรนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

1.2 ในการจัดกิจกรรม ควรกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความตระหนักในสำคัญของการมองโลกในแง่ดี และเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ แสดงความคิดเห็น มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมอย่างทั่วถึง รวมทั้งมีการกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคนกล้าแสดงออก

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีแก่นักเรียน ว่ามีความคงทนถาวรเพียงใด

2.2 วิจัยเกี่ยวกับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี ตามแนวคิดทฤษฎีอื่น ได้แก่ จิตวิทยากลุ่ม จิตวิเคราะห์ จิตวิทยาการเรียนรู้ และจิตวิทยาพฤติกรรมนิยมในองค์ประกอบด้านอื่นๆ ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- โกสุมวดี จิตเกษม. (2555). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวก แก่ผู้ติดยาเสพติด ในกลุ่มผู้ใช้แรงงานของสำนักงานคุมประพฤติ จังหวัดสมุทรปราการ. (วิทยานิพนธ์ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- จารุวรรณ แสงด้วง. (2556). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนผดุงปัญญา จังหวัดตาก. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- จตุ ด้วนัญญ และคนอื่นๆ (2559). ผลการปรึกษากลุ่มเกสตัลท์ร่วมกับดนตรีบำบัดต่อความวิตกกังวลของผู้ต้องขังชาย. วารสารกระบวนการยุติธรรม 9, 1 (มกราคม- เมษายน): 107-124
- ทิตนา แซมมณี. (2546). การพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยม: ทฤษฎีสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: เมธทิปส์.
- นิชลักษณ์ สุขสวัสดิ์. (2546). ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปากพวง จังหวัดนครศรีธรรมราช. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาและการแนะแนว). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี, ปัตตานี.
- ปิยะวดี สีนพารุ่ง. (2547). การพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ
- พรรณี บุปผาवास. (2544). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองต่อการออกสู่สังคมภายนอกของผู้ติดยาเสพติดเชื้อเอชไอวี ที่บ้านรวมน้ำใจ จังหวัดร้อยเอ็ด. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2553). ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรัณญา ทะรินทร์. (2558). การวิเคราะห์โมเดลเชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 8

The 8th STOU National Research Conference

ปีที่ 3 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 36 ในจังหวัดเชียงราย. (วิทยานิพนธ์ปริญญา
ครุศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย, เชียงราย.

สวงศ์ แก่นตาคำ. (2558). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวก แก่กลุ่มผู้ต้องขัง เรือนจำกลางบางขวาง
จังหวัดนนทบุรี. (การศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์).มหาวิทยาลัยสุโขทัย-
ธรรมาธิราช, นนทบุรี.

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (2561) “แนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ตามหลักสูตร
แกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551” ค้นคืนวันที่ 25 กรกฎาคม 2561 จาก <https://drive.google.com/file/d/17TcPgMXaFgw9Kibyg8jWEB2O5IY3TTZN/view>

อารีย์ พันธมณี. (2546). จิตวิทยาสังสรรค์การเรียนรู้การสอน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไผ่ไหมเอ็ดดูเคท.

