

ผลของโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมของนักเรียน  
มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศิริมาตย์เทวี อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย  
EFFECT OF GROUP DYNAMIC PROGRAM ON MATHAYOMSUKSA 3  
STUDENRS' FUTURE ORIENTED SELF-CONTROL  
OF SIRIMATTHEVI SCHOOL, PHAN, CHIANGRAI

ธัญพิชชา เหมือ\* และวีรวรรณ วงศ์ปิ่นเพชร

Thanphitcha Chemue\*, and Veerawan Wongpinpech

Department of Psychology, Faculty of Humanities, Chiang Mai University

\*corresponding author e-mail: thanphitcha26@gmail.com

Received: 20 June 2019; Revised: 17 September 2019; Accepted: 26 October 2019

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศิริมาตย์เทวี อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง วัดผล 3 ระยะ คือ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 30 คน ใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คน โดยกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ๆ ละ 50-60 นาที ติดต่อกัน 4 สัปดาห์ โดยมีผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง และโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที่แบบสัมพันธ์กัน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองในระลอกทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**คำสำคัญ:** โปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุม นักเรียนมัธยมศึกษา

## Abstract

The purpose of this research was to study the effects of group dynamic program on mathayonsuksa 3 students' future orientated self-control of Sirimasthevi school, Phan, Chiangrai. This research was designed by using a quasi-experimental research method included an experimental group and a control group. The evaluation was divided into 3 periods: pre-experimental, post-experimental, and monitoring. The samples were 30 students of mathayomsuksa 3 chosen by using a purposive sampling method. They were divided into 2 groups which were 15 students of the experimental group and 15 students of the control group. The experimental group attended the group dynamic program with 3 sessions a week within 4 weeks. It took 50-60 minutes per session. The research instruments consisted of questionnaires on future orientated self-control and group dynamic programs. The statistics used to analyze the data were frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test dependent, and One-Way Repeated Measure ANOVA. The results revealed that the future orientated self-control of the experimental group after attending the group dynamic program was significantly higher at the level of .05. The future orientated self-control of the experimental group after attending the group was significantly higher than the control group at the level of .05. The future orientated self-control in the pre-experimental, the post-experimental, and the monitoring of the experimental group was significantly different at the level of .05.

**Keywords:** group dynamic program, future orientated self-control, mathayonsuksa student

## บทนำ

สังคมไทยกำลังเผชิญหน้ากับความเสื่อมและความเสี่ยง อีกทั้งยังต้องเผชิญกับปัญหาท้าทายในด้านต่าง ๆ อาทิ เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม การพัฒนาคุณภาพคนให้มีความพร้อมที่จะเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้อย่างรู้เท่าทัน จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งโดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชน National Children and Youth Development Committee (2011) จึงได้จัดทำแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2555-2559 ตามบทบัญญัติในพระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550 โดยมีเป้าหมายให้เด็กและเยาวชนมีความมั่นคงในการดำรงชีวิต มีความเข้มแข็งทางร่างกายและจิตใจ มีคุณธรรมจริยธรรม มีสำนึกในความเป็นพลเมืองดี กล้าคิด และแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ตามวิถีประชาธิปไตยและมีความสุข อย่างไรก็ตาม แม้จะมีการดำเนินงานเพื่อส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนอย่างต่อเนื่อง แต่ก็ยังพบว่าเด็กและเยาวชนมีแนวโน้มของพฤติกรรมการใช้สารเสพติด การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การไม่ออกกำลังกาย การติดเกม

เพิ่มมากขึ้น ดังนั้นทิศทางการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2560-2564 จึงยังคงมุ่งเน้นให้เด็กและเยาวชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี เหมาะสมตามช่วงวัยทั้งด้านสุขภาพกาย ใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา มีทักษะการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับศตวรรษที่ 21 รวมทั้งมีความเป็นพลเมืองที่สร้างสรรค์ที่สามารถปรับตัวเท่าทันกับการเปลี่ยนแปลงของบริบทโลก มีความรับผิดชอบต่อตนเอง มีจิตสำนึกต่อส่วนรวมและมีส่วนร่วมในฐานะภาคีที่มีพลังในกระบวนการพัฒนาสังคม National Children and Youth Development Committee (2017) ได้กำหนดกรอบทิศทางการพัฒนาเด็กและเยาวชน โดยให้ความสำคัญกับตัวเด็กและเยาวชน บริบทแวดล้อมตัวเด็กและเยาวชน เช่น ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน ศาสนา สังคม และสื่อ ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน การออกแบบการจัดการความรู้เพื่อให้หน่วยงานทุกภาคส่วนได้ปฏิบัติ ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคธุรกิจ ภาคประชาสังคม ภาควิชาการ และเครือข่ายเด็กและเยาวชนทุกระดับรวมถึงสภาการศึกษาคาทอลิกแห่งประเทศไทย เพื่อใช้เป็นแนวทางในการบริหารจัดการและดำเนินการตามแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ

โรงเรียนคาทอลิกถือว่าเป็นทางเลือกหนึ่งของสังคมไทย ซึ่งไม่ได้มีเป้าหมายเพียงเพื่อเป็นเครื่องมือพิเศษในการพัฒนาสติปัญญาของบุคคลเท่านั้น แต่ยังเป็นเครื่องมือหล่อหลอมสมรรถนะในการตัดสินใจอย่างถูกต้อง การสืบทอดมรดกทางวัฒนธรรมจากชนรุ่นก่อน การส่งเสริมความสำนึกในคุณค่าชีวิต และการเตรียมพร้อมด้านกรงานอาชีพ ด้วยเหตุนี้โรงเรียนคาทอลิกจึงเป็นทั้งสถานที่ของการเผยแพร่ธรรม การให้การอบรมบ่มเพาะทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และจิตใจ การบูรณาการเรียนการสอน ให้เข้ากับวัฒนธรรมท้องถิ่น รวมถึงเป็นสถานที่เรียนรู้ฝึกหัด โดยการเสวนาระหว่างเยาวชนที่มีความแตกต่างทางศาสนา และสังคมที่หลากหลาย สมณสาสน์โรงเรียนคาทอลิกสู่ศตวรรษที่สาม ยิ่งกล่าวว่ ในแผนงานทางการศึกษาของโรงเรียนคาทอลิกไม่มีการแบ่งแยกกระหว่างเวลาในการเรียนรู้ และเวลาในการหล่อหลอมอบรม ระหว่างการแสวงหาความคิดและการเติบโตในปรีชาญาณ เนื้อหาวิชาต่าง ๆ ของโรงเรียนไม่ได้นำเสนอแต่เพียงความรู้ที่จะได้รับเท่านั้น แต่ยังเสนอคุณค่าและความจริงเพื่อสร้างบุคลิกภาพอย่างมีวุฒิภาวะ (Catholic Education Council of Thailand, 2008)

โรงเรียนสิริมาตย์เทวีเป็นหนึ่งในโรงเรียนคาทอลิกที่บริหารจัดการศึกษาภายใต้ระเบียบของสภาการศึกษาคาทอลิกแห่งประเทศไทย และตามพระราชบัญญัติโรงเรียนเอกชน พ.ศ. 2550 (Chanupakara, 2013) โดยมีวิสัยทัศน์ที่มุ่งสู่ความเป็นเลิศแห่งความเป็นมนุษย์ ซึ่งการพัฒนาความเป็นเลิศแห่งความเป็นมนุษย์นั้น เป็นเรื่องของคุณธรรม ความรู้ และการหล่อหลอมบุคคลอย่างเป็นองค์รวมเพื่อเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งด้านจิตวิญญาณ สติปัญญา อารมณ์ และร่างกาย รวมถึงการมีความรับผิดชอบทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ เสียสละ และอุทิศตนเพื่อส่วนรวม กล่าวคือ สร้างคนดีและคนเก่งสู่สังคม (Committee of Education Chiang Mai Diocese, 2013) อย่างไรก็ตาม จากการสัมภาษณ์ผู้อำนวยการโรงเรียนสิริมาตย์เทวี อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย พบว่า แม้โรงเรียนจะทุ่มเทปฏิบัติหน้าที่ตามวิสัยทัศน์อย่างมุ่งมั่น แต่ก็ยังพบว่าปัญหาเกิดขึ้นกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยเฉพาะนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 กล่าวคือ เด็กนักเรียนกลุ่มนี้มีแรงจูงใจในการเรียน และความกระตือรือร้นในการทำงานน้อยลง

ไม่เห็นคุณค่าและศักดิ์ศรีในตนเอง รวมถึงขาดเป้าหมายในการดำเนินชีวิต จากปัญหาข้างต้นแสดงให้เห็นว่าการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองที่ดีให้กับนักเรียน น่าจะเป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตนักเรียนให้เติบโตงอกงามเป็นบุคคลที่มีคุณค่าของสังคมต่อไป

ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง (Future Orientation Self-Control) เป็นคุณลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมของคนดี คนเก่ง หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ สามารถคาดการณ์ไกล เล็งเห็นความสำคัญของอนาคต มีการวางแผนในการดำเนินชีวิต มีความปรารถนาความคาดหวังที่จะประสบความสำเร็จในอนาคต มีความเพียรพยายาม สามารถอดได้ รอได้ ตลอดจนควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามแผนการที่ได้วางไว้ให้สำเร็จโดยบุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย และเลือกวิธีการดำเนินการเปลี่ยนแปลงเพื่อไปสู่เป้าหมายด้วยตนเอง (Phanthumnavin, 1995) สอดคล้องกับ Mischel (1974) ที่เชื่อว่าลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองเป็นคุณลักษณะของบุคคลในการคาดการณ์ไกลและเล็งเห็นผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตมีความต้องการได้รับผลในอนาคต ที่ดีกว่า หรือมากกว่าที่จะได้รับในปัจจุบันมีการวางแผนเพื่อปฏิบัติ ตลอดจนควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต

เทคนิคในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองมีหลายวิธี อาทิ โปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Pholpasee, 2004) โปรแกรมการฝึกตามแนว Adler (Plewthong, 2008) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง (Akarawongkom, 2016) การใช้เทคนิคแม่แบบการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Sermsri, 2016) และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม (Udomleartpreecha, 2009; Doungkong, 2018) เป็นต้นอย่างไรก็ตาม พบว่า กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ถือเป็นวิธีการหนึ่งพบว่า มีประสิทธิภาพในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองของกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 เนื่องจากนักเรียนในวัยนี้เป็นช่วงวัยที่ต้องการจะกระทำตนเองให้เป็นที่ยอมรับนับถือของกลุ่มเพื่อน และสังคม อีกทั้งกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์จะเน้นสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกกลุ่ม ช่วยให้นักเรียนได้สำรวจตนเอง เข้าใจ และยอมรับตนเองอย่างแท้จริง ตลอดจนสามารถแก้ไขปัญหาคือความขัดแย้ง และความคับข้องใจต่าง ๆ ได้อันจะนำไปสู่ความเจริญทางด้านจิตใจ และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม (Chaiphon, 2006) สอดคล้องกับ Matayarak (2012) ที่เห็นว่ากระบวนการกลุ่มสัมพันธ์นอกจากจะช่วยพัฒนา การเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น อันจะนำไปสู่พฤติกรรมสร้างเสริมสังคม ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้กับนักเรียนแล้ว ยังส่งผลให้สังคมไทยมีประชากรที่มีคุณภาพ คือ ทั้งดี เก่ง และมีความสุขจากการกระทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น อันจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมให้น่าอยู่และรุ่งเรืองสืบไป

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงเชื่อว่าการใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สามารถช่วยพัฒนานักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศิริมาตย์เทวี อำเภอกพาน จังหวัดเชียงราย ให้มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองขึ้นอันจะส่งผลให้นักเรียนกลุ่มนี้สามารถดำเนินชีวิตในสังคมที่กำลังเผชิญกับความเสื่อมและความเสี่ยงได้อย่างมี

ประสิทธิภาพ โดยการวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อลักษณะ  
มุ่งอนาคตควบคุมตนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศิริมาตย์เทวี อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย

## วิธีดำเนินการวิจัย

### 1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ศึกษาอยู่ในปีการศึกษา  
2561 โรงเรียนศิริมาตย์เทวี อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย จำนวน 140 คน

### 2. กลุ่มตัวอย่าง และการสุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ศึกษาอยู่ในปี  
การศึกษา 2561 โรงเรียนศิริมาตย์เทวี อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย จำนวน 30 คน กำหนดขนาดของ  
กลุ่มตัวอย่างจากการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ ด้วยโปรแกรม G\*power โดยกำหนดค่าอิทธิพลจาก  
งานวิจัยของ Plewthong (2008) ได้ค่าอิทธิพล (effect size) ที่ 1.51 และระบุอำนาจการทดสอบที่  
.95 ระดับความเชื่อมั่นที่ .99 พบว่า ต้องการกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 12 คน แต่เพื่อป้องกันการสูญหาย  
ระหว่างการทดลอง (drop out) ของสมาชิกกลุ่ม ผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลอง  
15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการทั้งหมด 30 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง  
จากประชากรโดยใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง (purposive selection method) โดยพิจารณาคุณสมบัติ  
ตามเกณฑ์การคัดเลือกเข้ากลุ่ม ดังนี้คือ มีความสามารถในการพูด ฟัง อ่าน เขียนภาษาไทยได้เข้าใจ และพูด  
โต้ตอบรู้เรื่อง สามารถเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ตลอดระยะเวลาที่กำหนด และเข้าร่วมโปรแกรม  
กลุ่มสัมพันธ์ด้วยความเต็มใจ

### 3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

#### 3.1 แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน

เป็นการวัดคุณลักษณะของบุคคลในการคาดการณ์ไกล เล็งเห็นความสำคัญของ  
อนาคต มีการวางแผนในการดำเนินชีวิต มีความปรารถนา ความคาดหวังที่จะประสบความสำเร็จใน  
อนาคต มีความเพียรพยายาม สามารถอดได้ รอได้ ตลอดจนควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามแผนการที่ได้  
วางไว้ให้สำเร็จ โดยบุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรม เป้าหมาย และเลือกวิธีการดำเนินการ  
เปลี่ยนแปลงเพื่อไปสู่เป้าหมายด้วยตนเอง ผู้วิจัยได้ดัดแปลงมาจากแบบวัดของ Khampho (2007)  
Ket-um (2007); Yotee (2008); Pimthong (2013) จำนวน 23 ข้อ รูปแบบของแบบวัดเป็นแบบ  
มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 6 ระดับ คือ จริงที่สุด จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง  
และไม่จริงเลย

เกณฑ์การให้คะแนนข้อคำถามที่มีลักษณะเป็นข้อความเชิงบวกให้คะแนนดังนี้

จริงที่สุด	ให้ค่าคะแนน	6 คะแนน
จริง	ให้ค่าคะแนน	5 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ค่าคะแนน	4 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ค่าคะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้ค่าคะแนน	2 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้ค่าคะแนน	1 คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนนข้อคำถามที่มีลักษณะเป็นข้อความเชิงลบให้คะแนนดังนี้

จริงที่สุด	ให้ค่าคะแนน	1 คะแนน
จริง	ให้ค่าคะแนน	2 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ค่าคะแนน	3 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ค่าคะแนน	4 คะแนน
ไม่จริง	ให้ค่าคะแนน	5 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้ค่าคะแนน	6 คะแนน

ผู้ที่ได้คะแนนเฉลี่ยมาก แสดงว่ามีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนเฉลี่ยน้อยกว่า แบบวัดนี้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา จากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน คำนวณหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดด้วยวิธีการหาค่าความสอดคล้องภายในด้วยการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) ซึ่งแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเอง มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .939

### 3.2 โปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์

โปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นครั้งนี้ มุ่งเน้นการใช้สัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองของกลุ่มตัวอย่าง ผ่านเทคนิคที่สำคัญ ได้แก่ การใช้เกม การใช้บทบาทสมมติ การใช้กรณีตัวอย่าง การใช้สถานการณ์จำลอง และการอภิปรายกลุ่มย่อย เพื่อช่วยให้สมาชิกได้สำรวจ เข้าใจและยอมรับตนเองอย่างแท้จริง ตลอดจนสามารถแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง และความคับข้องใจต่าง ๆ ได้ อันจะนำไปสู่ความเจริญทางด้านจิตใจและมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม ซึ่งโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นครั้งนี้ มีทั้งหมด 10 กิจกรรม กิจกรรมครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิก เพื่อให้เกิดความสนิทสนมคุ้นเคยระหว่างสมาชิก รวมทั้งให้สมาชิกทราบจุดมุ่งหมายและแนวทางการปฏิบัติในการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 2 การเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจข้อดีและข้อที่ควรปรับปรุงตระหนักรู้เกี่ยวกับความมีคุณค่าของตนเองและผู้อื่นเพื่อนำไปสู่การตั้งเป้าหมายที่เหมาะสมกับตนเอง  
ครั้งที่ 3 การตั้งเป้าหมาย เพื่อให้สมาชิกรู้จักการตั้งเป้าหมายของตนเองทั้งระยะสั้นและระยะยาว  
ครั้งที่ 4 เวลาสู่ความสำเร็จ เพื่อให้สมาชิกเห็นความสำคัญของการใช้เวลาอย่างคุ้มค่า และรู้จักวางแผนการใช้

เวลาของตนเองได้อย่างเหมาะสม ครั้งที่ 5 ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน เพื่อสร้างความเข้าใจพื้นฐานที่จะนำไปสู่การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน และให้สมาชิกเกิดแรงจูงใจจากความสำเร็จที่มีความมุ่งมั่นเอาใจใส่ ครั้งที่ 6 ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน เพื่อให้สมาชิกสามารถคาดการณ์ไกล และสามารถวางแผนเกี่ยวกับอนาคต ครั้งที่ 7 การอดได้ รอได้ เพื่อให้สมาชิกเข้าใจความหมาย และขั้นตอนของการอดได้ รอได้ ครั้งที่ 8 การตัดสินใจเพื่ออนาคต เพื่อให้สมาชิกสามารถอธิบายขั้นตอนการตัดสินใจได้ ครั้งที่ 9 ความพยายาม เพื่อให้สมาชิกมีความเพียรพยายามที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ และครั้งที่ 10 ปัจฉิมนิเทศ เพื่อให้สมาชิกร่วมกันสรุปประโยชน์และสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

4.1 ใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ การหาค่าเฉลี่ย ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อศึกษาลักษณะของกลุ่มตัวอย่างและตัวแปรที่ศึกษา

4.2 ใช้การทดสอบค่าที่แบบสัมพันธ์กัน (t-test dependent) ในการทดสอบความไม่แตกต่างของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนเริ่มกระบวนการทดลอง

4.3 ใช้การทดสอบค่าที่แบบสัมพันธ์กัน (t-test dependent) ในการทดสอบความแตกต่างระยะก่อนการทดลอง และระยะหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

4.4 ใช้การทดสอบค่าที่แบบสัมพันธ์กัน (t-test dependent) ในการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

4.5 ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-way repeated measure ANOVA) ในการทดสอบความแตกต่าง ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง

#### ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ พบผลการวิจัยสำคัญ ปรากฏดังตารางต่อไปนี้

**Table 1** The mean and standard deviation of future oriented self-control, pre-test, post-test and follow-up of the experimental group and control group

Score	n	$\bar{X}$	S.D.	
Experimental group	Pre-test	15	2.107	.231
	Post-test	15	4.675	.352
	Follow up	15	4.855	.241
Control group	Pre-test	15	2.136	.244
	Post-test	15	2.115	.230

จากตารางที่ 1 (Table 1) พบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลองอยู่ในระดับน้อย ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์คะแนนลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับมาก ทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนอยู่ในระดับน้อย ทั้งระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง

**Table 2** Comparison mean scores of future-oriented self-control pre-test and post-test of the experimental group

Score	n	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
Pre-test	15	2.107	.231	32.947*	.000
Post-test	15	4.675	.352		

Remark \* $p < .05$

จากตารางที่ 2 (Table 2) พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนของกลุ่มทดลอง ระยะหลังการทดลองมีระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**Table 3** Comparison mean scores of future-oriented self-control post-test of the Experimental group and control group

Score	n	$\bar{X}$	S.D.	t	p-value
Experimental group	15	4.675	.352	32.295*	.000
Control group	15	2.115	.230		

Remark \* $p < .05$

จากตารางที่ 3 (Table 3) พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนระยะหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมีระดับสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**Table 4** The results of the analysis of variance of future-oriented self-control scores pre-test, posttest and follow up of the experimental group

Source of variance	SS	df	MS	F	p-value	Observed power
Time	70.890	1.348	52.601	1277.337*	.000	.989
Errors	.777	18.868	.041			

Remark \* $p < .05$



จากตารางที่ 4 (Table 4) พบว่า มีค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองของกลุ่มทดลอง ระยะเวลาการทดลอง ระยะเวลาหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างน้อย 1 คู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**Table 5** The result of the difference of mean score, future orientation self-control pre-test, posttest and the follow-up of the experimental group

Group	Time (I)	Time(J)	MD(I J)	Std. Error	p-value
Experimental group	Pre-test	posttest	-2.568*	.078	.000
		Follow-up	-2.748*	.058	.000
	Posttest	Pre-test	2.568*	.078	.000
		Follow-up	-.180*	.041	.002
	Follow-up	Pre-test	2.748*	.058	.000
		Posttest	.180*	.041	.002

Remark \* $p < .05$

จากตารางที่ 5 (Table 5) ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองเป็นรายคู่ พบว่า ระยะเวลาการทดลองแตกต่างจากระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ระยะเวลาการทดลองแตกต่างจากระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และระยะเวลาหลังการทดลองแตกต่างจากระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาพบว่าหลังจากที่กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์แล้วมีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนทดลอง และมีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ อีกทั้งเมื่อติดตามผลภายหลังจากที่กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ประมาณ 1 เดือน ยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทำให้สรุปว่า โปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองซึ่งหมายถึง คุณลักษณะของบุคคลในการคาดการณ์ไกล เล็งเห็นความสำคัญของอนาคต มีการวางแผนในการดำเนินชีวิต มีความปรารถนา ความคาดหวังที่จะประสบความสำเร็จในอนาคต มีความเพียรพยายาม สามารถอดได้ รอได้ ตลอดจนควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามแผนการที่ได้วางไว้ให้สำเร็จ โดยบุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรม เป้าหมาย และเลือกวิธีการดำเนินการเปลี่ยนแปลงเพื่อไปสู่เป้าหมายด้วยตนเอง ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศิริมาตย์ทีวี อำเภอบาง จังหวัดเชียงรายได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ถือเป็นวิธีการหนึ่งที่พบว่ามีประสิทธิภาพในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองของกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 เนื่องจากนักเรียนในวัยนี้เป็นช่วงวัย

ที่ต้องการจะกระทำตนเองให้เป็นที่ยอมรับนับถือของกลุ่มเพื่อน และสังคม อีกทั้งกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์จะเน้นสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกกลุ่ม ช่วยให้นักเรียนได้สำรวจตนเอง เข้าใจ และยอมรับตนเองอย่างแท้จริง ตลอดจนสามารถแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง และความคับข้องใจต่าง ๆ ได้อันจะนำไปสู่ความเจริญทางด้านจิตใจ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม (Chaiphon, 2006) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Ploadkeow (2003) ที่ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมวกเหล็กวิทยา อำเภอมวกเหล็ก จังหวัดสระบุรี พบว่า หลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในทำนองเดียวกัน Prakobsiang (2010) ได้ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาลพบุรี เขต 2 พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีพัฒนาการ การพัฒนาทักษะชีวิตที่ดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับงานวิจัยของ Euakittikul (2011) ที่ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กที่อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ สามารถช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าว และสามารถช่วยให้เด็กเรียนรู้การควบคุมตนเอง พัฒนาความคิด ค่านิยม และพฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งสามารถพัฒนาตนเองสู่การเป็นมนุษย์ที่มีคุณค่าในฐานะเยาวชน และพลเมืองที่ดีของประเทศชาติต่อไป ขณะที่ Wanichanon (2012) ที่ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการทำงานเป็นทีมของเยาวชนในเขต อำเภอร่องวาง จังหวัดแพร่ พบว่า เยาวชนมีการพัฒนาการทำงานเป็นทีมเพิ่มขึ้น 6 ด้าน คือ ด้านความไว้วางใจ ด้านการสื่อสารแบบเปิดเผย ด้านการเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของเป้าหมาย ด้านการยอมรับนับถือ ด้านการมีมนุษยสัมพันธ์ และด้านการมีส่วนร่วม ดังนั้นการที่นักเรียนกลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้ผ่านกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ กิจกรรมการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง (กิจกรรมที่ 1) ซึ่งสามารถช่วยให้กลุ่มตัวอย่างรับรู้เกี่ยวกับตนเอง ทั้งทางด้านสติปัญญา ความคิด ความสามารถ ทักษะต่าง ๆ รวมทั้งรูปร่าง ลักษณะทางด้านร่างกาย อันเกิดจากความเชื่อ ความรู้สึก เจตคติ ซึ่งเป็นผลมาจากสะสมประสบการณ์ในอดีตจนถึงปัจจุบัน ตลอดจนนำไปสู่การสร้างสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ทำความรู้จักและเข้าใจเพื่อนแต่ละคนเพิ่มมากขึ้น พร้อมทั้งจะเปิดใจ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และอยู่ร่วมกับผู้อื่น (Rogers, 1951 as cited in Slangsing, 2013) ขณะที่ในการทำกิจกรรมที่ 2 ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หรือมีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งการที่กลุ่มตัวอย่างสามารถยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความนับถือตนเอง จะนำไปสู่การเข้าใจตนเอง ตลอดจนนำไปสู่การสร้างมนุษยสัมพันธ์และการปฏิบัติงานที่ดีขึ้นได้ (Rogers, 1992 as cited in Sangkaman, 2005) สำหรับกิจกรรมที่ 3 ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เรียนรู้เกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมาย พบว่าเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้กลุ่มตัวอย่างสามารถกำหนดทิศทางให้ตนเองทำในสิ่งที่ต้องการหรือคาดหวังให้สำเร็จ กลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้ได้ว่าเมื่อตนเองมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต จะทำให้เกิดความตั้งใจ ความพยายาม และมีแรงผลักดันให้

เป้าหมายนั้นเป็นจริงได้ การกำหนดเป้าหมายมีความสำคัญมาก เปรียบเสมือนแผนที่คอยนำทางให้เราเดินทางไปจนถึงจุดหมายปลายทางได้สำเร็จ (Locke & Latham, 1990) นอกจากนี้การที่กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้เกี่ยวกับการใช้เวลาอย่างเห็นคุณค่าและจัดการกับเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ (กิจกรรมที่ 4) พบว่าเป็นกิจกรรมที่สามารถช่วยให้กลุ่มตัวอย่างสามารถวางแผนและแบ่งเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของตนเองได้อย่างเหมาะสม (Locke & Latham, 1990) สำหรับกิจกรรมที่ 5 ซึ่งเป็นการเรียนรู้จากแบบอย่างของบุคคล ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ทั้งในเรื่องการเรียน การทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จได้ รวมถึงการมีวินัยในตนเองเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ พบว่าการเรียนรู้ในเรื่องดังกล่าวเป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้บุคคลได้เรียนรู้ถึงความคิด ความรู้สึก และวิธีการปฏิบัติเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้ (Bandura, 1977, 1986 as cited in Khoktrakul, 2001) อีกทั้งการที่กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้การวางแผนอนาคตจากกิจกรรมที่ 6 ซึ่งพบว่าองค์ความรู้ดังกล่าวสามารถช่วยให้กลุ่มตัวอย่างวางแผนถึงอนาคตทั้งทางด้านการศึกษา การมีเป้าหมายในชีวิต มีการตัดสินใจเลือกกระทำได้อย่างเหมาะสม (Michel, 1974 as cited in Lanboonmee, 2009) ประกอบกับการที่กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้เกี่ยวกับการอดได้ รอได้ (กิจกรรมที่ 7) พบว่าสามารถช่วยให้กลุ่มตัวอย่างมีความอดกลั้นต่อความต้องการในปัจจุบัน รู้จักห้ามใจตนเอง ตลอดจนสามารถควบคุมตนเองให้กระทำหรือละเว้นการกระทำบางอย่างตามความต้องการของตนเพราะเล็งเห็นผลเสียที่จะเกิดขึ้นต่อตนเองและผู้อื่นในภายหลัง (Duangduen et al., 1987) และการที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการตัดสินใจในกิจกรรมที่ 8 พบว่าสามารถช่วยให้กลุ่มตัวอย่างตัดสินใจและเลือกสิ่งต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับตนเองมากที่สุด บนพื้นฐานของเหตุและผล โดยพิจารณาผลกระทบที่จะเกิดขึ้นตามมาประกอบกันไปด้วย (Phucharoen, 2006) ตลอดจนการได้เรียนรู้เรื่องความพยายามในการปฏิบัติตนตามแผนที่วางไว้ในกิจกรรมที่ 9 ซึ่งช่วยให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความตระหนักได้ว่าแม้จะเจอปัญหาหรืออุปสรรคที่มาขัดขวางทำให้ไม่สามารถทำตามแผนที่วางไว้ได้ จนอาจเกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้ แต่การที่เรามีความพากเพียรพยายาม กล้าเผชิญกับความทุกข์ยาก ปัญหาและอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น โดยไม่ท้อ ไม่สิ้นหวัง จะทำให้เราสามารถดำเนินการตามแผนที่วางไว้เพื่อไปสู่เป้าหมายอย่างที่ตั้งใจไว้ได้ (Stephen, 1989 Referenced in Jitsutiphakon & Kechakupt 2003) ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่า มีความสมเหตุสมผลที่ว่าโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถพัฒนาให้กลุ่มตัวอย่างมีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองเพิ่มมากขึ้น

### สรุปผลการวิจัย

การศึกษาผลของโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศิริมาตย์เทวี อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย สรุปได้ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1

2. กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2

3. กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3 โดยพบว่า ระยะก่อนการทดลองแตกต่างจากระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ระยะก่อนการทดลองแตกต่างจากระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และระยะหลังการทดลองแตกต่างจากระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ชิสเตอร์ ดร. ขวลา เวชยันต์ ผู้อำนวยการโรงเรียนศิริมาตย์เทวี ที่อนุญาตและอำนวยความสะดวกด้านสถานที่ในการวิจัย ที่สำคัญผู้วิจัยขอขอบคุณนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกคน ที่ได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย เชียงใหม่ ที่ให้การสนับสนุนค่าใช้จ่ายในการทำวิจัยครั้งนี้ซึ่งเป็นผลงานระหว่างที่กำลังศึกษาอยู่ ณ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

### เอกสารอ้างอิง

- Catholic Education Council of Thailand. *Catholic education identity*. 2<sup>ed</sup>. Bangkok: Assumption Printing Center; 2008.
- Akarawongkorn P. *The effect of Reality Group Counseling on Sexual Adjustment of Lower Secondary School Students*, Counseling Psychology Faculty of Education, Burapa university; 2016
- Chaiphon K. *Group Process*. Bangkok: Odean Store; 2006.
- Chanupakara S. *Management of Catholic School in Thailand beyond Catholic School Identity*. Doctor of Philosophy (Educational Administration), Silpakorn University; 2013.
- Committee of Education Chiang Mai Diocese. *Teacher and Education Personal Manual*; 2013.
- Doungkong S. *Effects of an Existential Counseling Group on Future Orientation Score and Rehabilitation of Drug Addicted People in Songkhla Province*, Counseling Psychology Faculty of Education, Thaksin University; 2018.
- Euakittikul S. *The Effect of Group Activities On Reducing Aggressive Behavior of Children In Slum Communities*. Master of Science Thesis, Mahidol University; 2011.
- Ket-um P. *Psychological Characteristics Related Buddhism's Morality Behavior of Juvenile on Remand Home*. Master of Science (Applied Behavioral Science Research), Srinakharinwirot University; 2007.

- Khampho N. *Social Factors and Psychological Characteristics Related to Resisting Behavior to Football Gambling of Secondary School Students*. Master of Science (Applied Behavioral Science Research), Srinakharinwirot University; 2007.
- Khoktrakul S. *Educational Psychology*. (4<sup>th</sup> edition). Bangkok: Publishers Chulalongkorn University; 2001.
- Lanboonmee S. *Factors Related to Perceived Self-awareness of Prathomsuksa six Students*. Master of Education (Educational Psychology and Guidance), Mahasarakham University; 2009.
- Locke EA. and Latham GP. *A Theory of Goal Setting & Task Performance*. New Jersey: Prentice Hall; 1990.
- Matayarak P. *The Effect of Group Process Program for Developing the Adolescent's Empathy*. Master of Education (Educational Psychology and Counseling), Khon Kaen University; 2012.
- Mischel, W. *Process in Delay of Gratification in Advance in Experimental Social Psychology*. New York: Academic Press; 1974.
- National Children and Youth Development Committee. *National Child and Youth Development Plan 2012-2016*. Bangkok: Agricultural Cooperative Printing Community of Thailand; 2011.
- National Children and Youth Development Committee. *National Child and Youth Development Plan 2017-2021*. Bangkok: JS. Printing; 2017.
- Phanthumnavin D, Chuchom O, Loy S. et al. *Ethical Tree Theory: Research and Development of Individuals*. Bangkok: Project to promote academic documents National Institute of Development Administration; 1987.
- Phanthumnavin D. *Ethical Tree Theory: Research and Development of Individuals*. Bangkok: Project to promote academic documents National Institute of Development Administration; 1995.
- Pholpasee K. *The Effect of Participatory Learning Program on Developing Futrue Orientation of Mathayomsuksa 1 Students at Mueangnakhonnayok School, Changwat Nakhon Nayok*. Master of Arts (Educational Psychology and Guidance), Kasetsart University; 2004.
- Phucharoen S. *Leadership*. Bangkok: 2006.
- Pimthong S. *A Cross-Cultural Study of Psychosocial Factors Correlated with Sufficient Consumption Behavior of Students in Thailand and Malaysia*. Institute of Behavioral Science Research, Srinakharinwirot University; 2013.
- Plewthong C. *Effect of Adlerian Approach Training Program on Self-Esteem and Future Orientation of Disadvantaged Children*. Master of Science (Counseling Psychology), Chiang Mai University; 2008.
- Ploardkeow S. *The effect of using group activity on learning achievement motivation of mathayomsuksa five students at Muaklek Witthaya School. Muak Lek District Saraburi*. Master of Education Thesis, Srinakharinwirot University; 2003.
- Prakobsiang C. *Results of group process management for improving life skills of prathom suksa six students*, Master of Education, Thepsatri Rajabhat University; 2010.

- Sangkaman M. *Selected Variables Related to the Ability to Face and Overcome Obstacles (AQ) of Students in Grade 4, Nong Khai Province, Academic year 2004*. Master of education (Educational Psychology and Guidance), Mahasarakham University; 2005.
- Semsri J. *The effect of group counseling with Rational Emotions Behavior Therapy on Self-Discipline of Grade 1 Students*, Counseling Psychology Faculty of Education, Burapa university; 2016.
- Slangsing N. *Develop and Examine the Validity of the Hypothesised of the Causal Ordering Model of Academic Self-concept, Nonacademic Self-concept and English reading Achievement Mathayomsuksa 3 Students Surin province*. Master of Education, Mahasarakham University; 2013.
- Steven Covey. *The 7 Habits of Highly Effective People*. (Songkran Jitsutiphakon, and Niran kechakupt, Translator). Bangkok: Matesrai Printing; 2003.
- Udomleartpreecha M. *The Effect of Existential Group Counseling on Future Oriented in Learning of Mathayonsuksa Four Students*. Master of Science (Counseling Psychology), Burapha University; 2009.
- Wanichanon W. *The effect of using group relationship activities for teamwork development of youth in Rong Kwang District, Phrae Province*. Academic Promotion Project Maejo University; 2012.
- Yotee P. *Family, School and Psychological Characteristics Factors Related to Emotional Intelligence of Students in the Project of Promoting Ability to Learn Mathematics and Science in School under the Basic Education Commission in Bangkok*. Master of Science (Applied Behavioral Science Research), Srinakharinwirot University; 2008.