

ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวความคิดแบบพิจารณาความเป็นจริง  
ที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3



นางสุดฤทัย มุขยวงศา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาจิตวิทยา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2533

ISBN 974 - 577 - 153 - 8

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

016247

i10305488

Effects of Group Reality Therapy on Study  
Habits and Study Attitudes of Mathayam Suksa Three Students



MRS. SUDRUTAI MUKAYAVONGSA

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of Requirement  
for the degree of Master of Arts  
Department of Psychology  
Graduate School  
Chulalongkorn University

1990



หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวคิดแบบพิจารณาความเป็น  
จริงที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3  
โดย นางสุดถัย มุขยวงศา  
ภาควิชา จิตวิทยา  
อาจารย์ที่ปรึกษา ดร.จীন แบริ

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็น  
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรภักย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โดตรจรัส)

..... กรรมการ  
(อาจารย์ ดร. จীন แบริ)

..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ วัชร ทรัพย์มี)

..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสรัช โพธิ์แก้ว)



สฤตทัย มุขยวงศา : ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวคิดแบบพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (EFFECTS OF GROUP REALITY THERAPY ON STUDY HABITS AND STUDY ATTITUDES OF MATHAYOM SUKSA THREE STUDENTS) อ.ที่ปรึกษา : ดร.จิ้น แบริ, 84 หน้า  
ISBN 974 - 577 - 153 - 8

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวคิดแบบพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมีสมมุติฐานว่านักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวคิดแบบพิจารณาความเป็นจริงจะมีคะแนนจากแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติหลังการทดลองสูงขึ้นกว่าคะแนนที่วัดก่อนการทดลองและสูงกว่าคะแนนของกลุ่มควบคุมด้วย

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนวัดฉนวนประดิษฐ์ภัทรมงคลวิทยาสมาคมศึกษาระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 20 คน ซึ่งสุ่มจากนักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนของ ขจรสุดา เหล็กเพชร ต่ำกว่าลบ 0.5 S.D. ของคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด (223 คน) และผู้วิจัยได้สุ่มจากกลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน

นักเรียนกลุ่มทดลอง เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวคิดแบบพิจารณาความเป็นจริง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง รวม 16 ชั่วโมง โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม การวิจัยนี้ใช้วิธีการทดลองและเป็นการวิจัยแบบมีกลุ่มควบคุมทดสอบก่อนและหลังการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียน สร้างโดย ขจรสุดา เหล็กเพชร ในการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัยทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองซึ่งวัดก่อนและหลังการทดลองและทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมซึ่งวัดหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบค่าที ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มได้คะแนนจากแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าคะแนนที่วัดก่อนการทดลอง และสูงกว่าคะแนนของกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา .....จิตวิทยา.....  
สาขาวิชา .....จิตวิทยาการแนะแนว.....  
ปีการศึกษา .....2532.....

ลายมือชื่อนิสิต .....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....



SUDRUTAI MUKAYAVONGSA : EFFECTS OF GROUP REALITY THERAPY ON STUDY HABITS AND STUDY ATTITUDES OF MATHAYOM SUKSA THREE STUDENTS. THESIS  
ADVISOR : DR. JEAN BARRY, Ed.D. 84 PP. ISBN 974 - 577 - 153 - 8

The purpose of this research was to study the effects of Group Reality Therapy on study habits and study attitudes of Mathayom Suksa Three students. The hypothesis tested was that post-test scores on the Survey of Study Habits and Study Attitudes of the experimental group would be higher than pre-test scores and higher than the control group's post-test scores.

The sample was 20 Mathayom Suksa Three students of Wat Nualnoradit School randomly selected from 62 students who scored 0.5 S.D. under the mean from a total of 223 volunteer students. The sample was equally divided into a control group and an experimental group.

The experimental group participated in a Group Reality Therapy program conducted by the researcher, for 16 hours over a period of 8 weeks (2 hours per week) The research design was the pre-test post-test control group model. The instrument used to measure change in habits and attitudes was the Survey of Study Habits and Study Attitudes : SSHA of Brown and Holtzman adapted by Kajonsuda Lekpet. The statistical method for data analysis was the t-test. The results of the research show that the students in the experimental group obtained higher scores on the post-test than on the pre-test and higher scores than the control group on the post-test, significant at the .05 level.

ภาควิชา ..... จิตวิทยา  
สาขาวิชา ..... จิตวิทยาการปรึกษา  
ปีการศึกษา ..... 2532

ลายมือชื่อนิสิต ..... *[Signature]*  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา ..... *[Signature]*



## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นผลงานที่ข้าพเจ้ารู้สึกภาคภูมิใจเป็นอย่างยิ่ง

กับความสำเร็จ ที่ได้ลงมือทำในสิ่งที่ตนเองตั้งใจ

กับการได้ร่วมงานกับบุคคลซึ่งพร้อมด้วยวิชาการและจิตใจที่เอื้ออาทร ดร.จิ้น แบร์รี  
อาจารย์ที่ปรึกษาที่รักและเคารพยิ่ง

กับช่วงระยะเวลา 3 ปีที่แสนยาวนาน ที่สอนข้าพเจ้าให้เรียนรู้การใช้ชีวิตอย่างเป็นจริง  
และได้พบว่า ทุกนาทีที่ผ่านไป ข้าพเจ้าได้เติบโตไปสู่สิ่งที่ดีกว่า

กับความรู้สึกที่ดีงามและอบอุ่นจากบุคคลที่อยู่รอบข้างที่ห่วงใยและช่วยเหลือ

ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณและขอบคุณทุก ๆ ท่านที่ได้ช่วยข้าพเจ้าให้วันนี้

ดร.จิ้น แบร์รี สำหรับแสงสว่างแห่งสติปัญญาและจิตใจที่พ้อให้กับข้าพเจ้าเสมอมา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โสรัช โพนิกแก้ว ผู้เป็นแรงบันดาลใจในการทำกลุ่มการปรึกษา

และเสนอแนะให้ข้าพเจ้าได้รู้จักกับ William Glasser และ Reality Therapy

อาจารย์ทุกท่านในภาควิชาจิตวิทยาที่ให้ความรู้อันเป็นพื้นฐานทางจิตวิทยาและการวิจัย

อาจารย์วิษุตา เกียวกุล ที่สาวผู้โอบอ้อมอารีซึ่งได้เอื้อเพื่อความสะดวกในการทดลอง

อาจารย์และนักเรียนโรงเรียนวัดนวลนรดิศทุกท่านที่ได้มีส่วนร่วมในการทดลอง

ที่ ๆ นื่อง ๆ จิตวิทยา โดยเฉพาะจิตวิทยาการปรึกษา รุ่น 1 ทุกคน ซึ่งเป็นเพื่อนร่วมทุกข์

ร่วมสุขกันมาโดยตลอด

ที่ ๆ นื่อง ๆ ทุกคนในสำนักงานเลขานุการกรม ที่ช่วยเหลือและให้กำลังใจแก่ข้าพเจ้า

โดยเฉพาะคุณวรรัฐ จิระวัฒนศิริ ที่ได้กรุณาหาหนังสือเกี่ยวกับ Reality Therapy

เพื่อประกอบการค้นคว้าจากสหรัฐอเมริกา และคุณศิริวรรณ สุขศรี ซึ่งรับผิดชอบงาน

ในหน้าที่แทนข้าพเจ้าตลอดช่วงการลาศึกษาต่อ

ข้าพเจ้าขอกราบเท้าแม่และพ่อสำหรับความรักและความห่วงใย สมบัติอันล้ำค่า

ที่แม่และพ่อให้กับลูก คือ โอกาสทางการศึกษาที่ทำให้ลูกได้พบสิ่งที่ดี ๆ ในชีวิต

ที่สุด ข้าพเจ้าขอมอบความสำเร็จความภาคภูมิใจทั้งหมดให้แก่พ่อกับแม่ ผู้อยู่เคียงข้างข้าพเจ้า

เสมอมาด้วยความรัก ความห่วงใย และความอดทน

สุดถักข์ มุขยวงศา

สารบัญ



หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
รายการตารางประกอบ.....	ฅ
รายการภาพประกอบ.....	ญ

บทที่

1. บทนำ.....	1
ความเป็นมาของปัญหา.....	1
ทฤษฎีและแนวความคิดที่เกี่ยวข้อง.....	4
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	20
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	22
สมมติฐานการวิจัย.....	23
ขอบเขตการวิจัย.....	23
ความจำกัดของการวิจัย.....	24
คำจำกัดความในการวิจัย.....	24
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....	25
2. วิธีการดำเนินการวิจัย.....	26
ตัวอย่างประชากร.....	26
การออกแบบวิจัย.....	26
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	26
ขั้นตอนการวิจัย.....	30
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	33
3. ผลการวิจัย.....	35
4. การอภิปรายผลการวิจัย.....	39
5. สรุปการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	47

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บรรณานุกรม.....	50
ภาคผนวก.....	54
ประวัติผู้วิจัย.....	84



## รายการภาพประกอบ

ภาพที่	หน้า
1. แสดงระบบการรับรู้ของบุคคล.....	13
2. แสดงระบบพฤติกรรมของบุคคล.....	14

## รายการตารางประกอบ

ตารางที่	หน้า
1. แสดงค่าคะแนนดิบที่ได้จากการตอบแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และคะแนนที่เพิ่มขึ้นของนักเรียนกลุ่มทดลองแต่ละคน และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม	35
2. แสดงค่าเฉลี่ยของคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียน แต่ละด้านและรวมทั้งฉบับ ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนที่เปลี่ยนแปลง และผลการทดสอบค่าที (t-test)	36
3. แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนแต่ละด้านของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและการทดสอบค่าที (t-test)	37
4. แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนแต่ละด้าน ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง และการทดสอบค่าที (t-test)	38