

ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง
และความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา

The Effects of Cognitive Behavior Modification Program for Developing Self-
Discipline and Self-Determination in Studying of Mathayomsuksa One
Students at Mahavajiravudh Changwatsongkhla School

ศักดิ์นันทน์ อัครเสนากุล* และ ดร.จิตตินันท์ บุญสธิกรกุล**

Sakdinanan Akkarasanakul and Dr. Jittinun Boonsathirakul

* นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

** รองศาสตราจารย์ ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา 2) เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนที่เข้าร่วม และนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 50 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา แบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียน และแบบบันทึกการเรียนรู้ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าสถิติ Paired – Sample t – test และ Independent – Sample t – test

ผลการวิจัยพบว่า 1) ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดที่สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่ม

ทดลองมีคะแนนจากแบบวัดฯ สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา
วินัยในตนเอง ความมุ่งมั่นทางการเรียน

Abstract

The purposes of this research were: 1) to study the Effects of Cognitive Behavior Modification Program for Developing Self-Discipline and Self-Determination in Studying of Mathayomsuksa One Students 2) to compare score results of Developing Self-Discipline and Self-Determination in Studying of students who participated in the Effects of Cognitive Behavior Modification Program with control group students. Samples were 50 Mathayomsuksa one students Mahavajiravudh Changwatsongkhla School in the second semester, academic year 2014. The cluster sampling was utilized. The instruments used in this research were: the Cognitive Behavior Modification Program, the Self-Discipline and Self-Determination Test and Student's Self-Report. Mean, standard deviation, Paired – Sample t – test and Independent – Sample t – test were utilized for analyzing data.

The research results indicated that: 1) the posttest scores from the Test of the experimental group were higher than their pretest scores at .05 level of significance. 2) the posttest scores from the Test of the experimental group were higher than posttest scores of the control group at .05 level of significance.

Keywords: The Effects of Cognitive Behavior Modification Program, Self-Discipline, Self-Determination

ความสำคัญของปัญหา

สภาพสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงบริบททางวัฒนธรรม เศรษฐกิจ การเมือง การปกครอง และเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว ต่อเนื่อง และผันผวนตลอดเวลา ส่งผลให้เด็กและเยาวชนต้องเรียนรู้และปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงนี้ เด็กและเยาวชนบางส่วนประสบปัญหาในการปรับตัวกับความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จึงทำให้แสดงพฤติกรรม ขาดวินัยในตนเอง และไม่มี ความมุ่งมั่นที่จะทำงานที่ยาก เป็นต้น การขาดวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียน เป็นวิกฤตการณ์หนึ่งที่ดูตรงความเจริญก้าวหน้าของการศึกษา และสังคมไทย เนื่องจากวินัยในตนเอง คือ คุณลักษณะที่สำคัญที่ควรปลูกฝังให้เกิดขึ้นกับเด็กไทย เพราะการมีวินัยในตนเอง นอกจากจะส่งผลให้บุคคล ประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิตแล้ว ยังส่งผลให้ ประเทศชาติมีความสงบสุข เจริญก้าวหน้า และเป็น สังคม ชที่มีคุณภาพ (บุญชม ศรีสะอาด, 2555) ในทางตรงกันข้าม หากบุคคลขาดวินัยในตนเอง ก็มีผลทำให้ ขาดวินัยในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วย

กระทรวงศึกษาธิการได้เห็นถึงความสำคัญของการมีระเบียบวินัยในตนเอง ความรับผิดชอบต่อตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนว่าเป็นลักษณะที่พึงประสงค์ ที่ควรปลูกฝังให้มีในเด็กและเยาวชน จึงได้มีการกำหนด แผนการศึกษาแห่งชาติ โดยระบุในหลักสูตรการศึกษา ขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ที่มุ่งเน้นพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา

ความรู้ คุณธรรม และวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ตลอดจนมี คุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งด้านจิตใจ และพฤติกรรมที่ แสดงออก เช่น มีวินัย มุ่งมั่นในการทำงาน รับผิดชอบ มี เหตุผล ซื่อสัตย์ และขยันหมั่นเพียร (สำนักงาน เลขาธิการสภาการศึกษา, 2553)

การปรับพฤติกรรมทางปัญญา เป็นการเปลี่ยน กรอบแนวคิดในการสร้างกระบวนการเรียนรู้ใหม่ที่เน้น สร้างแรงบันดาลใจให้นักเรียนได้เห็นคุณค่าของวินัยใน ตนเอง นำไปสู่ความประสบผลสำเร็จทั้งด้านการเรียน การงาน และการดำเนินชีวิต ตลอดจน เป็นการปูพื้นฐาน ในการเติบโตเป็นพลเมืองของชาติ และอาเซียนได้อย่างมี คุณภาพ และมีคุณธรรม (ประเวศ วะสี, 2557) อย่างไรก็ตาม การปรับพฤติกรรมทางปัญญามีผลต่อการเปลี่ยน พฤติกรรมภายนอกของบุคคล โดยกระบวนการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ 1) การ เสนอตัวแบบ (Modeling) ซึ่ง Bandura (1977) ได้กล่าวว่า บุคคลเรียนรู้จากการสังเกตผู้อื่นโดยไม่ต้องแสดงออกได้ และมีความเห็นว่าทั้งสิ่งแวดล้อม และตัวผู้เรียนมี ความสำคัญเท่า ๆ กัน การเรียนรู้เกิดจากการมี ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม ซึ่งต่างมี อิทธิพลซึ่งกันและกัน พฤติกรรมของบุคคลส่วนใหญ่ จะเกิดจากการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observation Learning) หรือการเลียนแบบ (Modeling) โดยตัวแบบ ไม่จำเป็นต้องเป็นตัวแบบที่มีชีวิตเท่านั้น แต่อาจจะเป็น ตัวแบบเชิงสัญลักษณ์ และสื่อต่างๆ เป็นต้น ซึ่ง กระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตหรือการเรียนรู้โดยตัว แบบที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมีทั้งหมด 4 อย่างคือ กระบวนการใส่ใจ กระบวนการเก็บจำ กระบวนการแสดงพฤติกรรมเหมือนตัวอย่าง และ กระบวนการตั้งใจ 2) การฝึกการสอนตนเอง (Self-Instruction Training) เป็นเทคนิคที่ให้ผู้บุคคลควบคุม พฤติกรรมตนเองด้วยการพูดคุยกับตนเองในใจ คือ เป็น การชี้แนะให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการได้ และ 3) เทคนิค การแก้ปัญหา (Problem-Solving) เป็นเทคนิคที่สอนให้ บุคคลมีทักษะในการแก้ปัญหา โดยมุ่งเน้นที่กระบวนการ

คิดภายในเป็นกลไกในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ดังนั้น แนวคิดการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญาจึงเป็น กระบวนการในการสร้างหรือเพิ่มพฤติกรรมที่พึง ประสงค์ให้เกิดมากยิ่งขึ้น และลดพฤติกรรมที่ไม่พึง ประสงค์ให้น้อยลงหรือหมดไป โดยใช้กระบวนการคิด อย่างมีเหตุผล (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2556)

จากการศึกษาของผู้วิจัยในฐานะผู้สังเกตการณ์ ในชั้นเรียนวิชากิจกรรม แนว ระดับชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1 โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชวู จังหวัดสงขลา ปีการศึกษา 2556 - 2557 ตลอดจนได้เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนา นักเรียนของโรงเรียน พบว่า นักเรียนบางส่วนขาดวินัยใน ตนเอง และขาดความมุ่งมั่นทางการเรียน ซึ่งสอดคล้อง กับการสัมภาษณ์ครูแนะแนวที่กล่าวว่า นักเรียนบางส่วน ไม่ทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย ไม่มีอุปกรณ์ การเรียน ไม่ช่วยกันรักษาความสะอาดของห้องเรียน และ ขาดความมุ่งมั่นทางการเรียน ทางโรงเรียนจึงเห็น ความสำคัญของการพัฒนาวินัยในตนเอง และความ มุ่งมั่นทางการเรียนตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งเป็นช่วง ที่ก้าวเข้าสู่วัยรุ่น กำลังค้นหาอัตลักษณ์ของตน เริ่มยอมรับกฎเกณฑ์ของสังคม พร้อมทั้งจะปฏิบัติตาม กล่าวได้ว่า การเสริมสร้างวินัยในตนเองให้เกิดขึ้นกับ นักเรียนต้องปลูกฝังตั้งแต่ในวัยเด็ก เพราะสามารถหล่อ หลอมบุคลิกภาพที่ดีให้แก่เด็กได้ (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553) ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำแนวคิดการ ปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญามาใช้ในการพัฒนาวินัยใน ตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนให้นักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชวู จังหวัดสงขลา เพื่อให้นักเรียนเป็นบุคคลที่มีระเบียบวินัย มีพฤติกรรมที่ พึงประสงค์ มีความมุ่งมั่น ประสบความสำเร็จทางการ เรียน และเป็นทรัพยากรที่สำคัญของประเทศชาติสืบไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการปรับปรุง พฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และความ มุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลัง เข้าร่วมโปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา

2. เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียน ของนักเรียนที่เข้าร่วม และ นักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทาง ปัญญา

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้โปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียน เพื่อเป็นแนวทางให้ครูประจำชั้น และครูแนะแนวได้นำไป ประยุกต์ใช้ เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการมีวินัยในตนเอง และ ความมุ่งมั่นทางการเรียน สำหรับ นักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชวู จังหวัดสงขลา
2. เพื่อเป็นแนวทางให้แก่ผู้สนใจสามารถนำเอา โปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรม ทางปัญญาไปปรับใช้เพื่อ พัฒนาวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียน สำหรับนักเรียนในกลุ่มหรือระดับชั้นอื่น ๆ ต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาผลของโปรแกรมการ ปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และ ความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1 โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชวู จังหวัดสงขลา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทาง ปัญญา

ตัวแปรตาม คือ วินัยในตนเอง และความมุ่งมั่น ทางการเรียน

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังจากที่นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วม โปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา จะมีคะแนนจาก แบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียน สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทาง ปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ภายหลังที่นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา จะมีคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนสูงกว่านักเรียน กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ จังหวัดสงขลา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 2 ห้อง แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 1 ห้องเรียน โดยวิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้อง 2-10 จำนวน 9 ห้องเรียน ทำแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนทั้งหมด 450 คน

2. สุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) จากห้องเรียน 2 ห้อง ที่ไม่มีความแตกต่างกันของคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียน จากนั้นใช้การสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) เป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้อง และกลุ่มควบคุม 1 ห้อง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

จำแนกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีรายละเอียดดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ จังหวัดสงขลา เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาการศึกษา และการแนะแนว และอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษา เป็นผู้ตรวจความเหมาะสมของโปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งโปรแกรม

ดังกล่าวแบ่งการดำเนินการเป็น 15 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ดำเนินการสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ซึ่งผู้วิจัยให้นักเรียนได้ทราบถึงความหมาย ข้อดีของการมีวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียน และข้อเสียของการไม่มีวินัยในตนเอง และการไม่มีความมุ่งมั่นทางการเรียน ทราบถึงประโยชน์ และตระหนักถึงความสำคัญของการมีวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียน โดยผ่านกระบวนการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา คือ การเสนอตัวแบบการฝึกการสอนตนเอง และเทคนิคการแก้ปัญหา เช่น การให้ความรู้ การทำงานกลุ่ม เกม การอภิปราย การแสดงบทบาทสมมติ คู่มือวีดิทัศน์ การโต้วาที และกรณีศึกษา เป็นต้น

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียน เป็นแบบวัดที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) จากข้อคำถามเป็นข้อความเชิงบวก และเชิงลบ มีข้อคำถามทั้งสิ้นจำนวน 40 ข้อ คำถาม ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ 1) ด้านความรับผิดชอบ 2) ด้านความตรงต่อเวลา 3) ด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน 4) ด้านความซื่อสัตย์ 5) ด้านความอดทน และ 6) ด้านความมุ่งมั่นทางการเรียน

2.2 แบบบันทึกการเรียนรู้ โดยให้นักเรียนเขียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีต่อโปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา เมื่อเสร็จสิ้นโปรแกรมการทดลองแต่ละครั้ง

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการปรับปรุงพฤติกรรมทางปัญญา โดยดำเนินการทดลองดังนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องม.1/2 ถึงห้องม.1/10 จำนวน 9 ห้องเรียน ทำแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนทั้งหมด 450 คน จากนั้นสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) จากห้องเรียน 2 ห้อง ที่ไม่มีความแตกต่างกันของคะแนนจากแบบวัดฯ คือ ห้อง ม.1/3 และห้อง ม.1/4

จากนั้นใช้การสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) โดยให้หัวหน้าห้องม.1/3 และห้องม.1/4 จับฉลากเพื่อเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ผลคือ ห้องม.1/3 เป็นกลุ่มควบคุม และห้องม.1/4 เป็นกลุ่มทดลอง

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการมีวินัย ในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา

3. ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาดังตนเองกับนักเรียนกลุ่มทดลองคือ ห้อง ม.1/4 โดยเริ่มทดลองโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา ตั้งแต่วันที่ 27 ตุลาคม 2557 ถึงวันที่ 20 ธันวาคม 2557 รวมทั้งสิ้น 15 ครั้ง สัปดาห์ละ 2

ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในคาบวิชากิจกรรมแนะแนว และในคาบวิชาหน้าที่พลเมืองของนักเรียน

4. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองทำแบบบันทึกการเรียนรู้ เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาในแต่ละครั้ง และเมื่อผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่ได้กำหนดแล้ว นักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนภายหลังการทดลอง (Post-test) จากนั้นนำคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลองโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา และทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม

ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ ด้วยสถิติทดสอบที (Paired-Sample t-test)

กลุ่มทดลอง (n = 50)	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ผลต่างของ ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐานของ คะแนนผลต่าง	t	p
ก่อนการทดลอง	136.02	13.91	31.42	13.58	-16.353	.000*
หลังการทดลอง	167.44	14.43				

*Sig. < .05

จากตารางที่ 1 พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ ด้วยสถิติทดสอบที (Paired-Sample t-test)

กลุ่มควบคุม (n = 50)	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ผลต่างของ ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐานของ คะแนนผลต่าง	t	p
ก่อนการทดลอง	139.70	10.82	3.46	10.68	2.289	.026
หลังการทดลอง	136.24	16.96				

จากตารางที่ 2 พบว่า ภายหลังการเข้าร่วม โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา นักเรียนกลุ่ม ควบคุมมีคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองและ ความมุ่งมั่นทางการเรียน ก่อนและหลังการทดลองไม่ แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญ .05

ตารางที่ 3 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียน กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent-Sample t-test)

กลุ่ม	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	t	p
กลุ่มทดลอง	50	167.44	14.43	9.905	.000*
กลุ่มควบคุม	50	136.24	16.96		

*Sig. < .05

จากตารางที่ 3 พบว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรับ พฤติกรรมทางปัญญามีคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยใน ตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียนสูงกว่านักเรียนกลุ่ม ควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทาง ปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ จากแบบบันทึกการเรียนรู้ของ นักเรียนในแต่ละครั้งของโปรแกรมการปรับพฤติกรรม ทางปัญญา พบว่า นักเรียนได้เรียนรู้ เข้าใจความหมาย ประโยชน์ ข้อดี และข้อเสีย และตระหนักถึงความสำคัญ ของการมีวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียน ซึ่งส่งผลให้นักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับมา ประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติตน เพื่อให้บรรลุผล สำเร็จในด้านการมีวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่น ทางการเรียน เป็นผู้ที่มีระเบียบวินัย มีพฤติกรรมที่พึง ประสงค์ มีความมุ่งมั่น และประสบความสำเร็จทางการ เรียน จากผลการวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า โปรแกรม การปรับพฤติกรรมทางปัญญาสามารถพัฒนาการมีวินัย ในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้ กล่าวคือ นักเรียนที่เข้าร่วม โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาได้เรียนรู้โดย ผ่านกระบวนการปรับพฤติกรรมทางปัญญา คือ 1) การ เสนอตัวแบบ เช่น นักเรียนให้ความสนใจในการศึกษา บุคคลต้นแบบ ร่วมค้นหาบุคคลต้นแบบที่นักเรียน ชื่นชอบ มีความกระตือรือร้นในการทำใบงาน และ

ต้องการนำเสนอใบงานเพื่อให้เพื่อนในห้องเรียนได้รู้จัก กับบุคคลต้นแบบของนักเรียน เพื่อนำพฤติกรรมที่ดีของ ต้นแบบมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของนักเรียนได้ ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกการเรียนรู้ อาทิ “...นำ ตัวอย่างไปประยุกต์ใช้ในการเรียน และสามารถนำไป ถ่ายทอดให้กับรุ่นน้องได้...” หรือ “...รู้ว่าการปฏิบัติ ตามหรือไม่ควรปฏิบัติตาม...” หรือ “...ได้ร่วมกันแสดง ความคิดเห็น แล้วนำความคิดเห็นที่ดีมาปรับใช้ให้เข้ากับ ตนเอง...” หรือ “... สามารถนำแบบอย่างที่ดีของผู้อื่นมา ปรับปรุงตนเองให้มีวินัยในตนเอง และมีความมุ่งมั่น ทางการเรียนมากขึ้นกว่าเดิม...” 2) การฝึกการสอน ตนเอง เช่น นักเรียนได้ทำงานกลุ่มร่วมกัน ร่วมแสดง ความคิดเห็น และอภิปรายเนื้อหาสาระที่ได้จากสิ่งที่ได้ เรียนรู้ในกิจกรรมแต่ละครั้ง แสดงบทบาทสมมติ คู่มือวิดิทัศน์ และการเล่นเกมที่มีการเชื่อมโยงความรู้เข้ากับเรื่อง การมีวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียน เพื่อให้นักเรียนได้สอนตนเอง และทบทวนสิ่งที่นักเรียนได้ เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของนักเรียน และ 3) เทคนิคการแก้ปัญหา เน้นให้นักเรียนได้ทำกิจกรรม ร่วมกันเป็นกลุ่ม ฝึกกระบวนการคิดผ่านการแสดงความคิดเห็น และการอภิปรายในชั้นเรียน การดูสื่อวิดิทัศน์ การสร้างสถานการณ์จำลอง การยกตัวอย่างกรณีศึกษา ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน การมีความซื่อสัตย์ ความอดทน และการมีความมุ่งมั่น ทางการเรียน โดยอาศัยกระบวนการแก้ปัญหาอย่าง

เป็นระบบเพื่อให้นักเรียนได้วิเคราะห์ปัญหา และสาเหตุที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งร่วมกันหาแนวทาง การแก้ปัญหา เป็นต้น โดยโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ ด้านความรับผิดชอบ ด้านความตรงต่อเวลา ด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน ด้านความซื่อสัตย์ ด้านความอดทน และด้านความมุ่งมั่นทาง การเรียน ซึ่งส่งผลให้นักเรียนมีแนวทางในการปฏิบัติตนด้านการมีวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนที่เหมาะสมกับศักยภาพของตนเอง ตลอดจนอยู่ร่วมกับผู้อื่นในโรงเรียนได้อย่างสงบสุข

สรุปผลการวิจัย

1. โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถพัฒนาการมีวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนได้ โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียน ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถพัฒนาการมีวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนได้ โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยในตนเองและความมุ่งมั่นทางการเรียน ภายหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม ที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถพัฒนาวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้ ซึ่งการนำโปรแกรมไปใช้อาจปรับเปลี่ยนกิจกรรมการเรียนรู้ได้ตามความเหมาะสมของนักเรียน โดยคำนึงถึงอายุ ความสนใจของนักเรียน และข้อจำกัดต่าง ๆ เช่น สถานที่ ระยะเวลา นอกจากนั้น ผู้นำโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ สามารถลดจำนวนสมาชิกกลุ่มให้มีจำนวนน้อยลงได้ โดยขึ้นอยู่กับประสิทธิภาพที่ ต้องการ พัฒนา และความชำนาญของผู้นำกลุ่มในการดำเนิน

กิจกรรม ซึ่งการจัดกลุ่ม 50 คน หรือนักเรียน 1 ห้องเรียน เป็นจำนวนที่ค่อนข้างมาก จึงทำให้การวิจัยครั้งนี้ การควบคุมชั้นเรียนเป็นไปอย่างยากลำบาก โดยเฉพาะกิจกรรมที่เป็นเกม และการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นกลุ่ม ผู้วิจัยจึงเสนอว่า สำหรับผู้ที่สนใจนำโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไปใช้ควรพิจารณาจำนวนนักเรียนให้เหมาะสม และหากมีผู้ช่วยในการดำเนินกิจกรรมก็จะเกิดประสิทธิภาพที่ดีขึ้น และควรมีการส่งเสริมให้กับครูผู้เกี่ยวข้องในการพัฒนาพฤติกรรมของนักเรียนได้รับทราบ และมีความเข้าใจในแผนกิจกรรม เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนานักเรียนเกี่ยวกับวินัยในตนเอง และความมุ่งมั่นทางการเรียนให้มีความคงทนต่อไป

2. ในโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ช่วงที่ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น และอภิปรายร่วมกันถึงประเด็นที่กำลังศึกษา นักเรียนมักจะแสดงความคิดเห็นค่อนข้างน้อย ตอบคำถามไม่ครบคลุม และตอบแบบสั้น ๆ ไม่ตรงประเด็นเท่าที่ควร ทำให้ผู้วิจัยต้องพูดกระตุ้น และแสดงความคิดเห็นนำทางให้เป็นบางครั้ง ซึ่งพบว่าส่วนใหญ่ นักเรียนยังไม่กล้าแสดงออกกับการแสดงความคิดเห็น เพราะกลัวตอบคำถามผิด และถูกเพื่อนในห้องล้อเลียน ผู้วิจัยจึงเสนอว่า สำหรับผู้ที่สนใจนำโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไปใช้ควรทำความเข้าใจกับนักเรียนเกี่ยวกับการตอบคำถามแสดงความคิดเห็นในชั้นเรียนว่า คำตอบทุกคำตอบของนักเรียนไม่มีข้อที่ถูกหรือผิด ขอให้ นักเรียนแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ หลังจากนั้นก็จะเกิดนักเรียน และให้กำลังใจด้วยคำชมเชยแก่นักเรียนที่พูดแสดงความคิดเห็น เพื่อให้นักเรียนคนอื่นที่ยังไม่กล้าตอบคำถามเห็นเพื่อนในห้องได้รับคำชมเชยก็จะเกิดความมั่นใจในตนเองที่จะพูดแสดงความคิดเห็นมากขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. จากผลการวิจัยครั้งนี้ ถ้ามีผู้สนใจในการทดลองจึงควรมีการศึกษาเพื่อติดตามผลระยะยาวของนักเรียนที่ผ่านการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรม

ทางปัญญา เพื่อดูความคงทนของพฤติกรรม นอกจากนี้ ควรใช้การสังเกต และการสัมภาษณ์ โดยประเมินจาก อาจารย์หรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน เพื่อสังเกต พฤติกรรมของนักเรียนภายหลัง เมื่อโปรแกรมการปรับ พฤติกรรมทางปัญญาได้สิ้นสุดลง

2. ควรนำโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทาง ปัญญาไปศึกษากับนักเรียนกลุ่มตัวอย่างในระดับชั้น ประถมศึกษาตอนปลายหรือมัธยมศึกษาตอนต้น ทั้งใน โรงเรียนเดียวกัน และต่างโรงเรียน เพื่อนำข้อมูลมา เปรียบเทียบความแตกต่างที่เกิดขึ้น และนำผลที่ได้ไป พัฒนาให้เกิดประโยชน์แก่นักเรียนต่อไป

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

บุญชม ศรีสะอาด. 2555. วินัยในตนเองและงานวิจัยที่ เกี่ยวข้อง. **วารสารการวัดผลการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม**, 17 (1), 3-15.

ประเวศ วะสี. 2557. **อภิวัดการเรียนรู้ สู่จุด เปลี่ยนประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท มาตา จำกัด.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2553. **จิตวิทยาพัฒนาการ ชีวิตทุกช่วงวัย**. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด สามลดา.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. 2553. **แผนการ ศึกษาแห่งชาติ ฉบับปรับปรุง (พ.ศ.2552- 2559)**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เพลิน สตูดิโอ จำกัด.

สุรางค์ ไคว่ตระกูล. 2556. **จิตวิทยาการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่ง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

References

Bandura, A. 1977. **Social Learning Theory**. New Jersey: Englewood Cliffs.

Bandura, A. 1977. **Social Learning Theory**. New Jersey: Englewood Cliffs.

Kaewkangwan, S. 2010. **Developmental Psychology in All Ages**. 9th Bangkok: Samlada Company Limited.

Kowtakorn, S. 2013. **Educational Psychology**. 11th Bangkok: Chulalongkorn University Press.

Office of the Education Council. 2010. **National Education Planning Revised (2009-2016)**. Bangkok: Plean Studio Company Limited.

Srisaard, B. 2012. Self-discipline and Related Researches. **Educational Measurement Journal Mahasarakham University**, 17 (1), 3-15.

Vasri, P. 2014. **Modernize Learning Turning Point of Thailand**. Bangkok: Mata Company Limited.