

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการค้นคว้าตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือในการศึกษาค้นคว้า
3. การดำเนินการทดลอง
4. วิธีดำเนินการทดลอง
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่าใหม่ “พุทธสวัสดิ์ราษฎร์นุกูล” จังหวัดจันทบุรี ที่มีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาและสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการคัดเลือกตามขั้นตอนดังนี้ คือ

1. ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่าใหม่ “พุทธสวัสดิ์ราษฎร์นุกูล” จังหวัดจันทบุรี ทั้งหมดทำแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเอง
2. นำแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองมาตรวจให้คะแนนตามที่กำหนดไว้เรียงลำดับจากคะแนนสูงมาหาลำดับ แล้วคัดเลือกเฉพาะนักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบวัดการตระหนักรู้ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาได้จำนวน 20 คน
3. ผู้วิจัยสัมภาษณ์ นักเรียนที่ได้จากข้อ 2 เพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง ได้ผู้สมัครใจรวมทั้งสิ้น 18 คน
4. จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการสุ่มคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจเข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้มาทั้งหมด 12 คน จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ละ 6 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่มีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุมที่เรียนในชั้นเรียนปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม
2. แบบวัดการตระหนักรู้ในตนเอง

การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

1.1 ศึกษารายละเอียดเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ การให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เทคนิคการให้คำปรึกษา และการตระหนักรู้ในตนเอง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนการสร้างโปรแกรมให้เหมาะสมกับปัญหาและสภาพของผู้รับคำปรึกษา

1.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมโดยศึกษาจากรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมของ เอสลิส (Ellis) ตามรูปแบบ เอบีซีดีอี (ABCDE) และให้สอดคล้องกับนิยามคำศัพท์เฉพาะ รวมทั้งมีความสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการวิจัยครั้งนี้

1.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่ผ่านการตรวจจากประธานกรรมการและกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิด้านการให้คำปรึกษา จำนวน 3 ท่าน เพื่อพิจารณาตรวจสอบความตรงของเนื้อหา ความครอบคลุมของเนื้อหา ความชัดเจนและความเหมาะสมของภาษาที่ใช้และนำข้อเสนอแนะไปปรับปรุงแก้ไข ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบโปรแกรม ประกอบด้วย

1.3.1 ผศ.ดร. สมคิด บุญเรือง

1.3.2 ดร. วีระ ผังรักษ์

1.3.3 นางสาวสุนนา อัสวายุคต์กุล

1.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณา เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่แก้ไขและปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาข้อบกพร่องในด้านภาษาที่ใช้ วิธีดำเนินการและเวลาที่ใช้ ในการให้คำปรึกษา แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง ก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

1.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ พฤติกรรมที่ปรับปรุงไปใช้ในการทดลอง โดยให้คำปรึกษาตามโปรแกรมสัปดาห์ละ 2 โปรแกรม โดย

โปรแกรมที่ 1 และ 10 ผู้วิจัยจะพบเด็กพร้อมกัน 6 คน ส่วนโปรแกรมอื่น ๆ พบเป็นรายบุคคล ทำการทดลองติดต่อกันประมาณ 4 สัปดาห์ รวม 10 โปรแกรม แต่ละโปรแกรมใช้เวลาประมาณ 40-50 นาที

2. แบบวัดการตระหนักรู้ในตัวเอง เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้

2.1 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับการตระหนักรู้ในตัวเอง จากตำรา เอกสาร และงานวิจัย

2.2 ศึกษาแบบทดสอบวัดการตระหนักรู้ ทั้งลักษณะข้อคำถาม วิธีการให้คะแนน และการแปลความหมาย

2.3 สร้างเครื่องมือแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเอง โดยสร้างข้อคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับและเนื้อความให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ทั้งด้านลักษณะข้อคำถาม เพื่อให้สอดคล้องต่อความเข้าใจและการตอบคำถาม

2.4 นำเครื่องมือไปให้ประธานกรรมการและกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ตรวจสอบ เพื่อแก้ไขและปรับปรุงในขั้นต้น

2.5 นำแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองที่ได้ เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับเรื่องการตระหนักรู้ในตนเอง จำนวน 3 คน พิจารณาทำการตรวจสอบเพื่อหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ข้อคำถาม และภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้ ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแบบวัดการตระหนักรู้ประกอบด้วย

2.5.1 ผศ.ดร. สมคิด บุญเรือง

2.5.2 ดร. วีระ ผังรักษ์

2.5.3 นางสาวสุนนา อัสวปยุตต์กุล

2.6 นำแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองที่ได้รับการแก้ไขและปรับปรุงแล้วไปทดลองกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ข้อความที่เป็นข้อความเชิงบวก ถ้าตอบว่าน้อยที่สุดได้ 1 คะแนน ถ้าตอบว่าน้อยได้ 2 คะแนน ถ้าตอบว่าปานกลาง ได้ 3 คะแนน ถ้าตอบว่ามาก ได้ 4 คะแนน และถ้าตอบมากที่สุดได้ 5 คะแนน ได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 30, 31, 32, 33

ส่วนข้อความที่เป็นข้อความในเชิงลบ ถ้าตอบว่าน้อยที่สุดได้ 5 คะแนน ถ้าตอบว่าน้อยได้ 4 คะแนน ถ้าตอบว่าปานกลาง ได้ 3 คะแนน ถ้าตอบว่ามากได้ 2 คะแนน และถ้าตอบว่ามากที่สุดได้ 1 คะแนน ได้แก่ ข้อ 11, 15, 19, 21, 28, 29

2.7 นำคะแนนจากแบบวัดการตระหนักรู้ที่ได้มาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นด้วยวิธีการของครอนบัค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยใช้โปรแกรมเอสพีเอสเอสสำหรับวินโดวส์ ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .82

การดำเนินการทดลอง

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมที่มีต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่าใหม่ “พุทธสวัสดิ์ราษฎร์นุกูล” จังหวัดจันทบุรี จำนวน 12 คน แบบ 2 กลุ่ม วัดก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล ทำการวิจัยโดยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงทดลองสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two-Factor Experiment with Repeated Measures on One Factor) (Winer, Brown & Michels, 1991, p. 509) ดังแสดงในตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 แสดงแบบแผนการทดลอง

	b_1	...	b_j	...	b_q
a_1	G_1	...	G_1	...	G_1
a_2	G_2	...	G_2	...	G_2

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการทดลอง

a_1 แทน กลุ่มทดลอง

a_2 แทน กลุ่มควบคุม

b_1 แทน ระยะก่อนการทดลอง

b_j แทน ระยะหลังการทดลอง

b_q แทน ระยะติดตามผล

G_1 แทน จำนวนคนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบพิจารณาเหตุผล

อารมณ์และพฤติกรรม

G_2 แทน จำนวนคนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบพิจารณาเหตุผล

อารมณ์ และ พฤติกรรม

วิธีดำเนินการทดลอง

มีขั้นตอนในการดำเนินงานดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ทำหนังสือแนะนำตัวและขออนุญาตในการเก็บข้อมูลการทดลองจากบัณฑิตวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนทำไหม “พุทธสวัสดิราษฎร์นุกูล” จังหวัดจันทบุรี

1.2 ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการโรงเรียนทำไหม “พุทธสวัสดิราษฎร์นุกูล” จังหวัดจันทบุรี เพื่อแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการทำวิจัย และขอความร่วมมือในการดำเนินการทดลอง

2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ทั้งหมด ทำแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเอง เลือกกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนที่มีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 12 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน โดยการสุ่มอย่างง่าย และใช้ค่าคะแนนของกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการทดสอบครั้งนี้เป็นคะแนนทดสอบก่อนการทดลอง

2.2 ระยะทดลอง เริ่มตั้งแต่วันที่ 26 มกราคม 2547 ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ 10 ครั้ง ภายในเวลา 4 สัปดาห์ โดยโปรแกรมที่ 1 และโปรแกรมที่ 10 ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้รับคำปรึกษาพบพร้อมกันทั้ง 6 คน ส่วนโปรแกรมอื่นๆ ก็พบเป็นรายบุคคล แต่ละโปรแกรมจะใช้เวลาประมาณ 40-50 นาที ในหนึ่งวันจะให้คำปรึกษาแก่กลุ่มทดลองจำนวน 3 คน ดังนั้นโปรแกรม 1 ครั้งจะใช้เวลา 2 วันจึงจะให้คำปรึกษาครบทั้ง 6 คน ช่วงเวลาที่ให้คำปรึกษานั้นไม่แน่นอนในช่วงเวลาที่เด็กว่าง ช่วงพักกลางวัน ช่วงเย็นหลังเลิกเรียน และคาบว่างที่เด็กไม่มีเรียน สำหรับกลุ่มควบคุมให้ดำเนินกิจวัตรการเรียนตามปกติ

2.3 ระยะหลังการทดลอง ผู้วิจัยได้พูดคุยสอบถามความรู้สึกผู้รับการทดลอง ถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังได้รับการทดลอง จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำแบบทดสอบวัดการตระหนักรู้ในตนเองฉบับเดิมอีกครั้ง (Post-test) ในวันสุดท้ายของการทดลอง

2.4 ระยะติดตามผล หลังจากทำการสอบหลังการทดลองเสร็จสิ้นไป 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองฉบับเดิม อีกครั้ง เพื่อเป็นการติดตามผล (Follow-up)

3. นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องเพื่อเตรียมนำไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measures Analysis of Variance: One Between-subjects Variable and One Within-subjects Variable) (Howell, 1997, p. 458, 1999, p. 357) และเมื่อพบความแตกต่างทำการทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมนคูลส์ (Newman Keuls Procedure)