

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงไปเพื่อความเจริญก้าวหน้าในหลาย ๆ ด้าน และแต่ละประเทศต่างให้ความสนใจ ส่งเสริมให้มีการแข่งขัน และมีความตื่นตัวทางด้านเศรษฐกิจ การค้า การเมือง การปกครอง รวมทั้งทางด้านการศึกษา เพราะเห็นว่า การศึกษาคือสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้ประเทศชาติเจริญก้าวหน้าและพัฒนาต่อไปได้ ประเทศไทยมีเยาวชนหลายคนที่มีความรู้ความสามารถเข้าร่วมแข่งขันระดับโอลิมปิกทางด้านวิชาการ และได้รับรางวัลในสาขาวิชาการต่าง ๆ ซึ่งเป็นที่ปรากฏทั่วไปนำมาซึ่งความภาคภูมิใจและสร้างชื่อเสียงให้กับคนในประเทศ ซึ่งเด็กและเยาวชนเหล่านี้ มีความพยายามและความตั้งใจ มุ่งมั่นเพื่อไปให้ถึงเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ แต่แต่ละคนมีการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่แตกต่างกัน และความสำเร็จในงานแต่ละอย่างขึ้นอยู่กับความเข้าใจและการสนับสนุนของผู้ใหญ่ที่อยู่ใกล้ชิด เช่น บิดา มารดา ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ คอยให้คำแนะนำและช่วยเหลือ และความสำเร็จดังกล่าว ช่วยให้เด็กเกิดความภาคภูมิใจ มีความเชื่อมั่นในตนเองและยอมรับตนเอง มีความสนใจและมีความกระตือรือร้นในการที่จะพัฒนาตนเอง ในด้านต่าง ๆ ของชีวิต (วิณี ชิดเชิดวงศ์, 2537)

ในทางตรงกันข้าม ในกลุ่มเด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อประสบความล้มเหลว มักจะผิดหวังต่อสิ่งที่กระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ ไม่มีความพยายามที่จะต่อสู้หรือแก้ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิต รวมทั้งสิ่งแวดล้อมที่เกิดจากบุคคลรอบข้าง ก็มีส่วนที่ทำให้เด็กรู้สึกกดดัน และเมื่อแก้ปัญหาไม่ได้ก็คิดสั้นและอาจใช้วิธีการฆ่าตัวตายในที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ Bandura (1986 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2550) ได้กล่าวไว้ว่า คนที่จิตใจอ่อนแอก็มีความคาดหวังในความสามารถของตัวเองต่ำ ดังนั้นพวกเขามีแนวโน้มที่จะเสี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เขารู้สึกกดดัน เพราะเขาเชื่อว่าเกินความสามารถที่จะสู้ หากเขาต้องทำงานในสถานการณ์ดังกล่าว พวกเขาจะไม่มี ความพยายาม และล้มเลิกได้ง่าย ทำให้บุคคลเหล่านี้ขาดโอกาสที่จะเรียนรู้จากข้อผิดพลาดของตัวเอง และเมื่อยังไม่มีโอกาสเรียนรู้ก็ยิ่งมีความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตัวเองต่ำมาก ก็ยิ่งทำให้ไม่มีโอกาสได้เรียนรู้มากขึ้น กลายเป็นวัฏจักรที่วนเวียนสร้างปัญหาไปเรื่อย ซึ่งเป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นถึงสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่ในสังคมปัจจุบันที่ต้องรอการแก้ไขต่อไป

ในธรรมชาติของมนุษย์ทุกคนมีความสามารถที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ และทำให้สำเร็จได้ด้วยตัวของเขาเอง ซึ่งสิ่งนั้นจะต้องเป็นสิ่งที่เขารักและสนใจ จึงจะช่วยให้บุคคลสามารถกำกับและ

ควบคุมตนเองให้เป็นไปตามเป้าหมายที่ตนวางไว้ ดังที่ Evans (1989 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2550) ได้กล่าวว่า ถ้าบุคคลมีความเชื่อว่าตนเองมีความสามารถ บุคคลก็จะแสดงออกถึงความสามารถนั้นออกมา และคนที่เชื่อว่าตนเองมีความสามารถจะมีความอดทน อดสาหัส ไม่ท้อถอยง่าย และจะประสบความสำเร็จในที่สุด การกำกับตนเองมีส่วนสำคัญที่จะทำให้เด็กได้เรียนรู้และมีพัฒนาการที่ดี ซึ่ง พรณี ชูทัย เจริญจิต (2545) ได้กล่าวว่า เด็กยิ่งโตขึ้น มีพัฒนาการเพิ่มมากขึ้น ยังสามารถทำสิ่งยาก ๆ ได้ สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ แต่การที่เด็กจะมีพัฒนาการต่อไปได้นั้น จะต้องมีการจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อช่วยส่งเสริม ดังนั้นจึงถือว่าเป็นหน้าที่ของโรงเรียนที่จะช่วยจัดสภาพแวดล้อมซึ่งส่งเสริมท้าทายความสามารถของเด็ก จะช่วยให้เด็กรู้จักคิดแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ การที่จะทำให้เด็กสามารถกำกับตนเองได้นั้น ต้องให้เด็กได้เห็นประโยชน์และความสำคัญของการเรียน ให้ทำในสิ่งที่เขาสามารถทำได้ ซึ่งจะทำให้เขารู้สึกมั่นใจและมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้ และทำให้สำเร็จในที่สุดเขาก็จะเกิดความภาคภูมิใจและรับรู้ว่าคุณก็สามารถประสบความสำเร็จได้เหมือนกับคนอื่น

งานวิจัยที่ผ่านมาของ ศิริกัญญา เนตรนาค (2547) ได้ศึกษาผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพุทธจิตวิทยาต่อการพัฒนาวิธีคิดตามแนวปัญญาและการกำกับตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และประภัสสร สิตวงษ์ (2545) ได้ทำการศึกษาผลของการกำกับตนเองต่อการรับรู้ทัศนคติและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองสามารถกำกับตนเองในการเรียนและมีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าสามารถส่งผลให้เด็กมีพัฒนาการในการที่จะกำกับตนเองในการเรียนได้ ดังนั้นผู้เกี่ยวข้องควรที่จะเปิดโอกาสให้เด็กได้มีความพยายามที่จะเรียนรู้และพร้อมที่จะพัฒนาตนเองให้เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นไปอย่างเหมาะสม ซึ่งการกำกับตนเองเป็นกระบวนการที่บุคคลประพฤติ ปฏิบัติด้วยความรู้ความเข้าใจและอารมณ์ความรู้สึกพึงพอใจในสิ่งที่ตนมุ่งหวังไว้ เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตนเองกำหนดอย่างมีระบบและขั้นตอนที่ชัดเจน

ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจและสัมภาษณ์ครูผู้สอนถึงปัญหาในการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม เขตสาทร กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนต่ำ ส่วนใหญ่จะขาดการรับรู้ในความสามารถของตนเอง ไม่มีความพยายาม ไม่กระตือรือร้น เอาใจใส่ในการเรียน ไม่มีความสามารถพอที่จะกำกับตนเองในการเรียนได้ ส่งผลเสียทำให้สอบตกในหลาย ๆ วิชา เมื่อสอบซ่อมผ่านก็เลื่อนชั้นขึ้นไปเรื่อย ๆ แต่ก็ยังคงสอบตกและเป็นลักษณะเช่นนี้ในทุก ๆ ปีการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2549) ได้กล่าวว่า เด็กที่ไม่มีความสามารถทางการเรียน มักจะมีผลการเรียนต่ำกว่าเด็กในวัยเดียวกัน เด็กบางคนสอบ

ไม่ผ่านมีผลการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์ จนต้องออกจากโรงเรียนไป และที่น่าเป็นห่วงยิ่งกว่านั้นคือ ในระบบการศึกษาปัจจุบัน เมื่อเด็กเหล่านี้ได้รับการเลื่อนชั้น และจบจากโรงเรียนไป แต่ไม่มี ความสามารถปรากฏอย่างชัดเจน เนื่องจากครูไม่สามารถที่จะสอน หรือมีนักเรียนดังกล่าวในชั้น และในโรงเรียนมาก ทำให้มีจำนวนเด็กและผู้ใหญ่จำนวนหนึ่งที่จบชั้นประถม มัธยม แต่อ่านหนังสือ ไม่แตกฉาน คิดเลขพื้นฐานง่าย ๆ ไม่ได้

ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นครูสอนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ได้ทำการสำรวจนักเรียนที่มี ปัญหาทางการเรียนด้วยเหตุผลหลายประการ พบว่า นักเรียนมีการรับรู้และยอมรับว่าตนเอง เป็นคนที่เรียนไม่เก่งไม่มีความสามารถ ขาดความมั่นใจในตนเองและการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว เนื่องจากมีพี่น้องหลายคน พ่อแม่ไม่มีเวลาเพราะต้องทำงาน บ้านอยู่ไกลเป็นอุปสรรคในการเดินทาง ผู้ปกครองหลายคนจึงได้แต่ส่งให้ลูกของตนเรียนพิเศษเสริมหลาย ๆ วิชาอย่างหนัก แต่สุดท้าย เด็กที่เรียนก็ยังเรียนไม่เข้าใจ แต่ก็ยังคิดว่าหากไม่ให้เรียนพิเศษก็กลัวว่าจะเรียนตามเพื่อนไม่ทัน การแข่งขันในการเรียนมีสูง คะแนนสอบและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลายเป็นตัวชี้วัดว่าเด็กเรียน เก่งหรือไม่เก่ง ครูมักจะชื่นชมและให้ความสนใจกับนักเรียนที่เรียนเก่งกว่า การถูกเปรียบเทียบ ในระหว่างพี่น้องหรือเพื่อนรุ่นเดียวกัน ขาดความเชื่อใจและการยอมรับในความสามารถจาก กลุ่มเพื่อน ทั้งสังคมที่บ้านและที่โรงเรียน เป็นต้น

การแก้ปัญหาหลายวิธี และการปรึกษาก็เป็นวิธีการแก้ปัญหาที่ดี ก็คือการนำกระบวนการ ให้การปรึกษากลุ่มมาใช้กับเด็ก ทำให้เด็กได้มีโอกาสที่จะสื่อสารและแสดงความคิดเห็นที่มีต่อ ปัญหาในลักษณะเดียวกัน ภายใต้อารมณ์และบรรยากาศที่อบอุ่นของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม และ จุดประสงค์ของการนำทฤษฎีต่าง ๆ ไปใช้จะต่างกัน โดยทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบพฤติกรรม นิยมเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเฉพาะเจาะจงในปัจจุบัน แต่ถ้าเป็นทฤษฎีการให้การปรึกษา แบบเน้นอารมณ์และความรู้สึกจะกำหนดจุดประสงค์ระยะยาว แต่ต้องมีการปรับให้เหมาะสม โดยบางกรณีเราอาจช่วยบุคคลให้บรรลุวัตถุประสงค์ระยะสั้นก่อนแล้วค่อย ๆ ไปถึงวัตถุประสงค์ ระยะยาว เป็นต้นว่า เด็กคนหนึ่งมีปัญหาคือ ซุกซน พุดมาก เรียกร้องความสนใจในห้องเรียน วิธีการ คือ การใช้การให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมกับเด็กคนนี้ เมื่อพฤติกรรมเปลี่ยนแล้วต่อมา จึงเริ่มใช้วิธีการเน้นอารมณ์และความรู้สึกเพื่อให้เด็กเข้าใจตนเอง และสามารถพัฒนาตนเอง ต่อไปได้ นอกจากนั้น ยังใช้วิธีมอบหมายการบ้านให้ผู้รับการปรึกษาไปปฏิบัติด้วยตนเอง

กองคำ สุระเสียง (2553) ได้ทำการศึกษาการพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้า ด้วยการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ผลการศึกษาพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เด็กกำพร้า ในกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะทางสังคมแตกต่างจากกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง และ

ระบะคิดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเด็กกำพร้าในกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะทางสังคมในระยะหลังการทดลอง และระบะคิดตามผลแตกต่างจากระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการศึกษาของ ประภาวดี สุมาลย์ (2549) ได้ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมของนักเรียนสมาธิสั้น ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองนักเรียนมีสมาธิในการฟัง มีพฤติกรรมตอบคำถาม การส่งงาน และการทำงานกลุ่ม สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิตยา วรรณรัตน์ (2545) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า ความสามารถในการควบคุมตนเองของนักเรียนสูงขึ้น หลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา จากการศึกษางานวิจัยดังกล่าว ทำให้เห็นว่าการนำทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไปใช้ในการให้การศึกษา สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นไปในทางที่ดีได้ โดยการปรับเปลี่ยนวิธีการคิดให้เป็นเหตุเป็นผลมากขึ้น เมื่อความคิดเปลี่ยนพฤติกรรมก็จะเปลี่ยนตาม ดังนั้น ลักษณะการให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา น่าจะนำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เด็กสามารถที่จะกำกับตนเองในการเรียนได้

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม เขตสาทร กรุงเทพมหานคร เพื่อนำผลการวิจัยไปใช้พัฒนาคุณภาพทางการศึกษาของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

สมมติฐานของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ สนใจศึกษาผลการได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญากับช่วงเวลาที่เปลี่ยนไป จึงทำการทดสอบสมมติฐาน ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

หลังการทดลอง จะมีคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

3. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา
ระยะติดตามผล จะมีคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

4. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา
หลังการทดลอง จะมีคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนสูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษากลุ่ม
ตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

5. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา
ระยะติดตามผล จะมีคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนสูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษากลุ่ม
ตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาสามารถ
กำกับตนเองในการเรียนได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม
2. เป็นแนวทางให้ครูผู้สอน หรือครูแนะแนวสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการพัฒนา
นักเรียนให้สามารถกำกับตนเองในการเรียนได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) เพื่อศึกษา
ผลการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาต่อการกำกับตนเองในการเรียน
ของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 โดยมีขอบเขตการศึกษาดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษานี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียน
อัสสัมชัญ แผนกประถม เขตสาทร กรุงเทพมหานคร ประจำปีการศึกษา 2554 จำนวน 450 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ที่มีค่าคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และมีความสมัครใจ
ที่จะเข้าร่วมการทดลอง สุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 16 คน และทำการสุ่มเข้ากลุ่ม
(Random Assignment) เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) คือ การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎี
การปรับพฤติกรรมทางปัญญา แบ่งเป็น 2 ระดับ คือ

2.1.1 การได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และนักเรียนได้มีการศึกษาตามปกติ

2.1.2 การไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และนักเรียนได้มีการศึกษาตามปกติ

2.2 ช่วงเวลาในการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ

2.2.1 ระยะก่อนการทดลอง (Pre-test)

2.2.2. ระยะหลังการทดลอง (Post-test)

2.2.3 ระยะติดตามผล (Follow Up)

2.3 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ การกำกับตนเองในการเรียน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การกำกับตนเองในการเรียน (Self-regulated Learning) หมายถึง กระบวนการที่ผู้เรียนแสดงออกถึงความสามารถในการกำหนดเป้าหมาย หรือกระทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อควบคุมความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเอง ให้กำกับความพยายามที่จะค้นหาความรู้และทักษะต่าง ๆ ตามที่ตนคาดหวังไว้ ด้วยพฤติกรรมของตนเอง

1.1 พื้นฐานของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองตามแนวคิดของ Pintrich & De Groot . (1990) สามารถแบ่งเป็น 2 องค์ประกอบหลัก ดังนี้

1.1.1 กลวิธีทางปัญญา (Cognitive Strategy Use) หมายถึง วิธีการที่ใช้ในการกำกับตนเองประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ การจัดรูปแบบและการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของข้อมูล การฝึกซ้ำ และการจำ การค้นคว้าหาข้อมูล และการทบทวนจากบันทึกต่าง ๆ

1.1.2 การกำกับตนเอง (Self-regulation) หมายถึง กลวิธีการรู้คิดของตนเอง ในด้านการจัดการและควบคุมความพยายามของตนเอง ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ การประเมินตนเอง การตั้งเป้าหมายและการวางแผน การบันทึกและตรวจสอบตนเอง การจัดสิ่งแวดล้อมในการเรียน การให้รางวัลต่อความสำเร็จและการลงโทษต่อความล้มเหลวของตนเอง และการขอความช่วยเหลือจากสังคม

1.2 กลวิธีที่จะพัฒนาการกำกับตนเองในการเรียนตามแนวคิดของ Zimmerman (1989) มีด้วยกัน 3 ด้าน คือ

1.2.1 ด้านส่วนบุคคล หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนโดยการแสวงหาสิ่งที่ส่งเสริมกระบวนการส่วนบุคคลในระหว่างการเรียนรู้ เช่น

1.2.1.1 การจดบันทึกและการเตือนตนเอง (Keeping Records and Monitoring)

หมายถึงสถานการณ์ที่แสดงถึง ความพยายามที่จะบันทึกเหตุการณ์หรือผลลัพธ์ต่าง ๆ เช่น “ฉันจดคำศัพท์ที่มักเขียนผิดหรือคำที่เปล่งไม่เข้าใจไว้ เพื่อทำการศึกษาค้นคว้าต่อไป”

1.2.1.2 การจัดการและปรับเปลี่ยน (Organizing and Transforming) หมายถึง

สถานการณ์ที่แสดงถึงการที่นักเรียนริเริ่มการจัดหรือเปลี่ยนแปลงในเนื้อหาการเรียน เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ เช่น “ฉันจัดทำโครงร่างของรายงานก่อนที่จะเขียนรายงาน”

1.2.1.3 การฝึกหัดและการจดจำ (Rehearsal and Memorizing) หมายถึง

สถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะจดจำ สิ่งต่าง ๆ โดยการฝึกที่จะแสดงออกและไม่แสดงออกภายนอก เช่น “ในการเตรียมตัวสอบวิชาที่มีการคำนวณ ฉันจะจดและท่องสูตรต่าง ๆ จนกระทั่งจำได้”

1.2.1.4 การตั้งเป้าหมาย และการวางแผน (Goal Setting and Planning) หมายถึง

สถานการณ์ที่แสดงถึง การตั้งเป้าหมายในการเรียน หรือเป้าหมายระยะยาว และการวางแผนสำหรับลำดับเหตุการณ์ ระยะเวลา และทำกิจกรรมให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เช่น “ฉันตั้งเป้าหมายในการอ่านหนังสือทบทวนก่อนสอบหลายสัปดาห์”

1.2.2 ด้านพฤติกรรม หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนโดยการตอบสนอง

การเรียนรู้ในทางที่ดี เช่น

1.2.2.1 การประเมินตนเอง (Self-evaluation) หมายถึง สถานการณ์ที่แสดงว่า

นักเรียนมีการริเริ่มประเมินคุณภาพและความก้าวหน้าในงานของผู้เรียน เช่น “เมื่อฉันทำการบ้านหรือทำรายงานเสร็จ ฉันตรวจสอบก่อนส่งครูทุกครั้ง เพื่อให้แน่ใจว่าทำ ถูกต้องและครบถ้วนทุกข้อ”

1.2.2.2 การคำนึงถึงผลที่ตามมาจากการกระทำของตนเอง (Self-consequences)

หมายถึงสถานการณ์ที่แสดงถึง การจัดหรือนึกถึงรางวัลสำหรับความสำเร็จ หรือการลงโทษสำหรับความล้มเหลวที่ได้รับ เช่น “ถ้าฉันสอบได้คะแนนดี ฉันจึงจะให้รางวัลกับตนเอง เช่น การไปชมภาพยนตร์ ซื้อหนังสือหรือทำในสิ่งที่ฉันชอบ”

1.2.3 ด้านสิ่งแวดล้อม หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนโดยการแสวงหาสิ่งที่จะพัฒนาสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ เช่น

1.2.3.1 การจัดสภาพแวดล้อม (Environment Structuring) หมายถึง สถานการณ์ที่

แสดงถึงความพยายามที่จะเลือกหรือจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ง่ายขึ้น เช่น “ในขณะที่อ่านหนังสือ ฉันจะแยกตัวออกจากสิ่งที่ทำให้ฉันเสียสมาธิ”

1.2.3.2 การค้นหาข้อมูล (Seeking Information) หมายถึง สถานการณ์ที่แสดงความพยายามในการค้นหาข้อมูล หรือขอข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ เมื่อได้รับมอบหมายงาน หรือเมื่อต้องการข้อมูลเพิ่มเติม เช่น “ก่อนลงมือทำรายงาน ฉันเข้าห้องสมุดเพื่อค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องที่จะเขียนรายงานให้ได้มากที่สุด”

1.2.3.3 การทบทวนจากบันทึกต่าง ๆ (Reviewing Records) หมายถึง สถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะทบทวนจากสมุดบันทึก ข้อสอบ หรือตำราเรียน เพื่อเตรียมตัวสำหรับการเรียนหรือการสอบ เช่น “ฉันอ่านทบทวนสมุดจดบันทึกต่าง ๆ เพื่อเตรียมตัวสอบ”

1.2.3.4 การขอความช่วยเหลือทางสังคม (Seeking Social Assistance) หมายถึง สถานการณ์ที่แสดงถึงการพยายามขอความช่วยเหลือจากเพื่อน ครู และผู้ใหญ่ เช่น “เมื่อไม่เข้าใจเนื้อหาในวิชาที่ขาดเรียน ฉันขอให้เพื่อน ครู หรือผู้ใหญ่ ช่วยอธิบายในเนื้อหาวิชานั้น ๆ”

2. การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavioral Group Counseling) หมายถึง กระบวนการปรึกษาช่วยเหลือนักเรียนที่ขาดความสามารถในการกำกับตนเองในการเรียนเป็นรายกลุ่ม โดยให้การปรึกษากลับตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อเปลี่ยนความคิด ความเชื่อ ที่ไม่สมเหตุสมผล ให้นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม โดยการจัดรูปแบบของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นโดยมุ่งเน้นที่การกำกับตนเองในการเรียน ได้ดำเนินการให้การปรึกษากับกลุ่มทดลอง 8 คน เป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที โดยมีรายละเอียดดังนี้

การปรึกษาครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ ชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินงานของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

การปรึกษาครั้งที่ 2 การสำรวจปัญหาของสมาชิก ด้านส่วนบุคคล คือการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการเรียน เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจปัญหาประสบการณ์ของตนเอง ทั้งด้านบวกและด้านลบ

การปรึกษาครั้งที่ 3 การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการเรียน เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาที่มีความคิดทางด้านลบ ได้ปรับเปลี่ยนวิธีคิดให้ถูกต้อง

การปรึกษาครั้งที่ 4 การสำรวจปัญหาของสมาชิก ด้านพฤติกรรม คือการรับรู้ทางด้านพฤติกรรมของตนเองต่อการเรียน เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจปัญหาประสบการณ์ของตนเอง ทั้งด้านบวกและด้านลบ

การปรึกษาครั้งที่ 5 การรับรู้ทางด้านพฤติกรรมของตนเองต่อการเรียน เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาที่มีความคิดทางด้านลบ ได้ปรับเปลี่ยนวิธีคิดให้ถูกต้อง

การศึกษครั้งที่ 6 การสำรวจปัญหาของสมาชิก ด้านสิ่งแวดล้อม คือ การรับรู้ทางด้านสิ่งแวดล้อมของตนเองต่อการเรียน เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจปัญหาประสบการณ์ของตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบ และปรับเปลี่ยนวิธีคิดใหม่ให้ถูกต้อง

การศึกษครั้งที่ 7 การประยุกต์ใช้เทคนิคกับสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้มีทักษะในการกำกับตนเองในการเรียน ตามแต่สถานการณ์ เหตุการณ์ที่สมมุติขึ้น

การศึกษครั้งที่ 8 การประยุกต์ใช้เทคนิคกับสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้พัฒนาทักษะการกำกับตนเองในการเรียน และเน้นการสร้างพฤติกรรมใหม่

การศึกษครั้งที่ 9 ประเมินผลพฤติกรรมการเกิดปัญหา วางเป้าหมายในการแก้ไขปัญห

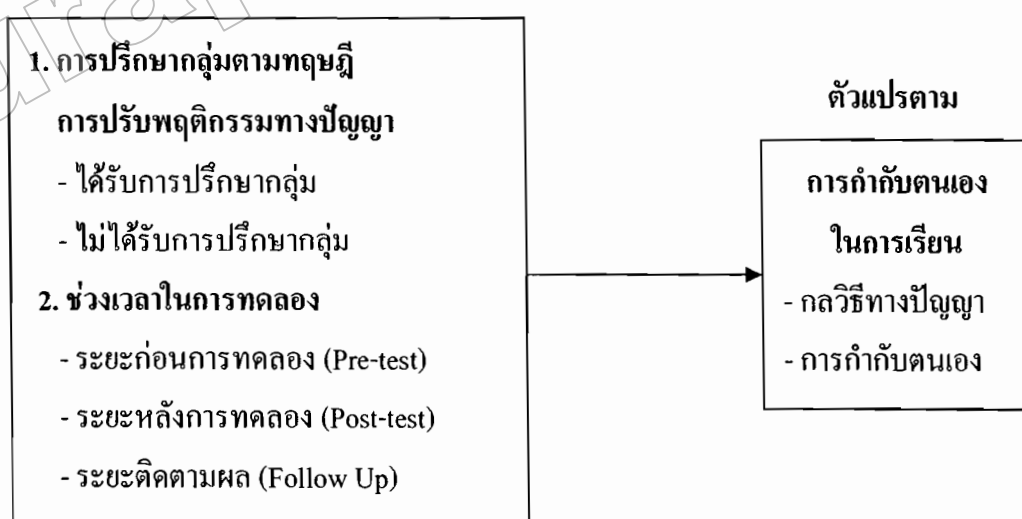
การศึกษครั้งที่ 10 ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้พูดถึงประโยชน์ที่ได้รับและสิ่งที่ประทับใจจากการเข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา

3. การศึกษาตามปกติ หมายถึง การเรียนการสอนที่ทางโรงเรียนได้จัดขึ้นให้กับนักเรียน และนักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ตามที่โรงเรียนจัดให้

4. นักเรียน หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอัสสัมชัญ แผนกประถม เขตสาทร กรุงเทพมหานคร ประจำปีการศึกษา 2554

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย