

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย และวิธีรวบรวมข้อมูล

การวิจัยนี้วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการฝึกการอ่านด้วยวิธีการ เอสคิวทรีอาร์ ที่มีต่อความสามารถในการอ่านเข้าใจความภาษาไทย ของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาล กงทัพบกในชั้นปีที่ 1

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ของวิทยาลัยพยาบาลกงทัพบก ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2534 จำนวนทั้งหมด 68 คน เข้าร่วมในการทดลองโดยแบ่งนักศึกษาเป็น 2 กลุ่มด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย

การวิจัยครั้งนี้แบ่งนักศึกษาเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มควบคุม จำนวน 34 คน และ กลุ่มทดลอง จำนวน 34 คน

การที่ผู้วิจัยเลือกนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 เป็นกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากนักศึกษานี้ วัยนี้อายุเฉลี่ย (17-20 ปี) บรรลุวุฒิภาวะแล้ว และจำเป็นต้องสามารถศึกษาค้นคว้าหาความรู้ จากการอ่านได้ด้วยตนเอง และจากงานวิจัยของ วาสนา เจือทอง (2531) ที่พบว่านักศึกษา พยาบาลชั้นปีที่ 1 ในสังกัดกระทรวงกลาโหม มีปัญหาในด้านการปรับตัวทางการเรียนมากกว่า ปีอื่น ๆ และยังมีผลกระทบต่อคะแนนการเรียนในชั้นปีต่อไป ผู้วิจัยจึง เลือกนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มาพัฒนาทักษะการอ่านเข้าใจความเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในชั้นปีต่อ ๆ ไป

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากอาจารย์ฝ่ายประเมินผลการศึกษาของวิทยาลัยพยาบาลก- ทัพบกเพื่อขอรายชื่อนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 จำนวนทั้งหมด 68 คน

- ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยทำการสุ่มอย่างง่าย โดยวิธีการจับสลากเพื่อแบ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และ กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละ 34 คน
- ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยทำการทดสอบความสามารถในการอ่านเข้าใจความ ของนักศึกษากลุ่มตัวอย่าง ทุกคน ด้วยแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านเข้าใจความซัดที่ 1
- ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยจะแนบความสามารถในการอ่านเข้าใจความของนักศึกษายาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม มาทดสอบค่าเฉลี่ยเพื่อดูความเท่าเทียมกันของกลุ่มโดยใช้การทดสอบ ค่าที่ (t-test)

การออกแบบการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบมีกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม และได้ทดสอบก่อนการทดลอง และภายหลังการทดลอง

ตารางที่ 1 แสดงแบบการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง	ทดสอบก่อนฝึก	เข้ารับการฝึกจำนวน 20 ครั้ง	ทดสอบหลังฝึก
กลุ่มทดลอง	01	ฝึกอ่านด้วยวิธี SQ3R	02
กลุ่มควบคุม	01	อ่านแบบฝึกด้วยตนเอง	02

O₁ คือ คะแนนที่ได้จากการทดสอบการอ่านเข้าใจความก่อนการทดลอง

O₂ คือ คะแนนที่ได้จากการทดสอบการอ่านเข้าใจความภายหลังการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. บทความสำหรับให้นักศึกษาฝึกอ่านจำนวน 20 เรื่อง
2. แบบทดสอบวัดการอ่านเข้าใจความ 2 ฉบับ เป็นแบบทดสอบคู่ขนาน ใช้ทดสอบก่อนและ หลังฝึกการอ่านเข้าใจความครั้งละ 1 ฉบับ

การสร้างเครื่องมือ

1. การเตรียมบทความสำหรับฝึกอ่าน

1.1 ศึกษาความมุ่งหมายของหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก พุทธศักราช 2534 เพื่อพิจารณาจุดมุ่งหมายและขอบข่ายเนื้อหาวิชา จากการศึกษาการเรียนการสอนทางพยาบาลศาสตร์ ในหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ ของวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก มีจุดมุ่งหมายให้ผู้เรียนได้พัฒนาสติปัญญา มีความรู้ ความสามารถ เข้าใจสังคมและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนมีคุณธรรมและจริยธรรม

1.2 ศึกษาทฤษฎีและหลักการอ่านจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยต่าง ๆ

แบบฝึกการอ่านที่สร้างขึ้นจึงมีจุดมุ่งหมายดังนี้ คือ

เมื่อดำเนินการตาม 1.1 และ 1.2 แล้ว ผู้วิจัยจึงตั้งจุดมุ่งหมายของแบบฝึกการอ่านว่าต้องมีเนื้อหา ดังนี้

ก. ส่งเสริมให้นักศึกษาพัฒนาตนเอง เรื่องที่นำมาฝึกเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเองและการรู้จักตนเอง เช่น การเรียนให้ประสบความสำเร็จ การเข้าใจตนเอง

ข. ส่งเสริมให้นักศึกษาได้รู้สังคมและสิ่งแวดล้อม เรื่องที่นำมาฝึกเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสังคม และสิ่งแวดล้อม เช่น วัฒนธรรม ชนบทธรรมเนียมประเพณี กิริยามารยาท สังคม และสิ่งแวดล้อม

ค. ส่งเสริมให้นักศึกษาได้รู้คุณธรรมและจริยธรรม เรื่องที่นำมาฝึกเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการมีเมตตากรุณา ความอดทน การเสียสละ การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

1.3 คัดเลือกเนื้อเรื่องจากนิตยสาร วารสาร เอกสาร และหนังสือประเภทวรรณกรรม บันเทิง นิทาน สารคดี โดยพิจารณาให้เหมาะสมกับนักศึกษานวชนวัยนี้ แล้วคัดเลือกเรื่องไว้ตามจุดมุ่งหมายข้างต้น จุดมุ่งหมายละ 10 เรื่อง

1.4 พิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหา สำหรับนักศึกษาพยาบาลระดับชั้นปีที่ 1 โดยพิจารณาร่วมกันระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และอาจารย์ผู้สอนภาษาไทย ระดับอุดมศึกษา จำนวน 3 ท่าน และคัดเลือกเรื่องไว้ 20 เรื่อง โดยที่เนื้อเรื่องครอบคลุมจุดมุ่งหมาย 3 ประการข้างต้น ดำเนินการเลือกเนื้อหา ดังนี้ คือ

1. เนื้อหาทางด้านบันเทิง ให้สาระในด้านบันเทิง เพื่อจูงใจให้ผู้อ่านสนใจในการอ่าน

2. เนื้อหาทางด้านให้ความรู้ เพื่อให้ผู้อ่านสามารถนำเนื้อหาไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

3. เนื้อหาทางด้านที่แนวคิด เป็นแนวทางที่ช่วยเสริมสร้างสติปัญญาให้กับผู้อ่าน

แล้วจึงนำเนื้อหามาวิเคราะห์ร่วมกับอาจารย์ภาษาไทย เพื่อแบ่งระดับความยากของแบบฝึก โดยแบ่งตามความสลับซับซ้อนของเนื้อหา

2. สร้างแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านเข้าใจความ แบบทดสอบประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

2.1 เรื่องสำหรับให้นักศึกษาอ่าน ดำเนินการคัดเลือกเรื่องที่เหมาะสมกับนักศึกษากลุ่มนี้ เช่นเดียวกับการคัดเลือกเรื่องที่ใช้ในการฝึกการอ่าน

2.2 สร้างแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านเข้าใจความ โดยสร้างเป็นแบบ ประเมินชนิด 4 ตัวเลือก มีขั้นตอนการสร้างดังนี้

2.2.1 กำหนดจุดมุ่งหมายในการทดสอบ ในที่นี้ผู้วิจัยต้องการวัดความเข้าใจของกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อเรื่องราวที่ให้อ่านว่าเขามีความเข้าใจในชั้นแปลความ ดีความ และขยายความจากเรื่องที่อ่านแต่ละเรื่อง

2.2.2 ทดตารางวิเคราะห์เนื้อหา เพื่อทำให้แบบทดสอบการอ่านเข้าใจความทั้ง 2 ชุด ครอบคลุมเนื้อหา และวัดความสามารถทั้ง 3 ด้านคือ แปลความ ดีความ และขยายความ

2.2.3 สร้างคำถามและคำตอบชนิด 4 ตัวเลือก เหตุผลที่ใช้ข้อสอบแบบประเมิน 4 ตัวเลือก เพราะข้อสอบแบบนี้สามารถสร้างให้มีระดับความเชื่อมั่นในการวัดสูง และมีความตรงด้านเนื้อหา ตลอดจนเหมาะสำหรับการใช้ทดสอบความสามารถในด้านความเข้าใจด้วย (อนันต์ ศรีโสภณ 2525) ผู้วิจัยสร้างแบบทดสอบขึ้นมา 2 ชุด ที่มีความคล้ายคลึงกันในเรื่องที่ให้อ่านและคำถามที่ใช้

2.2.4 ให้ผู้เชี่ยวชาญการสอนภาษาไทยจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบว่าแบบทดสอบแต่ละข้อวัดลักษณะที่ต้องการวัดหรือไม่ โดยตรวจสอบตามกรอบของคำจำกัดความของความสามารถในการอ่านเข้าใจความทั้ง 3 ด้าน ที่ผู้วิจัยใช้ในการสร้างแบบทดสอบนี้ ผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญวิเคราะห์ความคิดเห็นที่สอดคล้องกัน (Interrater agreement) โดยใช้อัตราส่วน 3 ใน 5 ของความคิดเห็นที่สอดคล้องกันในการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ

วิเคราะห์ ถ้าข้อใดมีปัญหาความคิดเห็นไม่สอดคล้องกันผู้วิจัยนำข้อสอบข้อนั้นมาปรับปรุง แล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาอีกครั้ง

2.2.5 ทดลองใช้แบบทดสอบกับกลุ่มนักศึกษา ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะนำไปใช้จริงมากที่สุด คือนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลกรุงเทพ ปีการศึกษา 2534 จำนวน 52 คน แล้วตรวจหาคะแนนโดยตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิด หรือไม่ตอบหรือตอบเกิน 1 ตัวเลือกให้ 0 คะแนน

2.2.6 นำผลการทดสอบมาวิเคราะห์ค่าความยาก (P) และค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบทดสอบเป็นรายข้อ แล้วคัดข้อที่มีความยากง่ายระหว่าง .20 - .80 และค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .20 ขึ้นไป

2.2.7 ทดลองวิเคราะห์แต่ละข้อที่เลือกไว้วัดความเข้าใจ ในการอ่านทั้ง 3 ด้าน คือ แปลความ ตีความ ขยายความ ทั้งหมดจำนวน 40 ข้อ

2.2.8 ทดสอบความแตกต่างของแบบทดสอบชุดที่ 1 กับชุดที่ 2 ในเรื่องค่าความยากอำนาจจำแนก และคะแนนดิบจากการทดลองใช้แบบทดสอบครั้งแรก

2.2.9 เรียงข้อสอบจากง่ายไปหายากในแต่ละเรื่อง และจัดทำเป็นฉบับสมบูรณ์นำไปทดสอบกับนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกรุงเทพ จำนวน 52 คน ในชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2534 ที่ไม่ได้เข้าร่วมทดลองในครั้งที่ 1

2.2.10 นำคะแนนจากการทดลองใช้ครั้งที่ 2 นี้ มาหาค่าความเที่ยง ด้วยวิธีหาความสอดคล้องภายในของแต่ละชุดโดยสูตร Kuder Richardson ที่ 20

2.2.11 นำคะแนนจากการทดลองใช้แบบทดสอบชุดที่ 1 และชุดที่ 2 ครั้งที่ 2 นี้มาหาความสัมพันธ์กันโดยสูตรเพียร์สัน

ศูนย์วิจัยวิจัยเพื่อ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนข้อสอบและค่าสถิติของแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านเข้าใจ ความชุกที่ 1 และชุกที่ 2 สำหรับวัดความสามารถในการอ่านเข้าใจความทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านการแปลความ ตีความ และขยายความ

เนื้อหา	ความสามารถ						จำนวน		ร้อยละ	
	แปลความ		ตีความ		ขยายความ		ชุกที่ 1	ชุกที่ 2	ชุกที่ 1	ชุกที่ 2
	ชุกที่ 1	ชุกที่ 2	ชุกที่ 1	ชุกที่ 2	ชุกที่ 1	ชุกที่ 2				
เรื่องที่ 1	2	1	3	3	1	2	6	6	15	15
เรื่องที่ 2	3	3	3	4	2	1	8	8	20	20
เรื่องที่ 3	3	2	3	4	2	2	8	8	20	20
เรื่องที่ 4	3	3	4	5	2	1	9	9	22.5	22.5
เรื่องที่ 5	3	3	4	4	2	2	9	9	22.5	22.5
รวมจำนวนข้อ	14	12	17	20	9	8	40	40	100	100
รวมร้อยละ	35	30	42.5	50	22.5	20			100	100

ระดับความยาก 0.2 - 0.8 (0.2 - 0.8)*

ค่าอำนาจจำแนก 0.2 - 0.7 (0.2 - 0.7)*

ค่าความเที่ยง (K - R20) 0.70 (0.61)*

ความสัมพันธ์ระหว่างแบบทดสอบชุกที่ 1 กับชุกที่ 2 = 0.82

* ตัวเลขในวงเล็บเป็นค่าสถิติของแบบทดสอบชุกที่ 2

4. วิธีดำเนินการทดลอง

1. ทดสอบกลุ่มตัวอย่างประชากรทั้งหมดก่อนการฝึก (Pre-test) ด้วยแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านเข้าใจความชุกที่ 1

2. ช่วงเวลาในการฝึกการอ่าน ทักษะการทดลองสัปดาห์ละ 5 ครั้ง ในวันอาทิตย์-วันพฤหัสบดีของแต่ละสัปดาห์ จนครบ 20 ครั้ง ใช้เวลาทั้งสิ้นประมาณ 4 สัปดาห์ โดยใช้เวลาว่างที่นักศึกษา ศึกษานอกเวลาเรียนคือเวลา 18.30-19.30 น. ทักษะการศึกษานำร่อง (Pilot Study) ก่อนฝึก โดยนำแบบฝึกไปทดลองใช้ฝึกวิธีการอ่านแบบ เอสคิวทรีอาร์ กับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 3 คน พบว่านักศึกษาฝึกเสร็จครบตามขั้นตอนการฝึกวิธีการ เอสคิวทรีอาร์ ใช้เวลาครั้งละ 60 นาที และผ่านเกณฑ์การฝึกทุกขั้นตอนทุกคน โดยใช้เวลา 5 ครั้ง และได้ให้นักศึกษาเรียงแบบฝึกจากง่ายไปยาก แล้วนำมาให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาอีกครั้งก่อนที่จะนำแบบฝึกและวิธีการฝึกอ่านแบบ เอสคิวทรีอาร์ นี้มาใช้กับกลุ่มทดลอง

5. ขั้นตอนมือทดลอง

5.1 แบ่งห้องแยกกลุ่มโดยกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยทำการฝึกวิธีการอ่าน ด้วยวิธีการอ่านแบบ เอสคิวทรีอาร์ ให้กับนักศึกษาด้วยตนเอง โดยใช้แบบฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ส่วนกลุ่มควบคุมให้อ่านแบบฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เนื้อเรื่องเดียวกันด้วยตนเอง โดยมีผู้ช่วยผู้วิจัยเป็นผู้ควบคุมในการอ่าน

ตารางที่ 3 แสดงช่วงเวลาในการฝึกอ่านแต่ละสัปดาห์

กลุ่มทดลอง	ทดสอบก่อนเข้ารับ การทดลอง 1 วัน	ฝึกอ่านด้วยวิธีการ SQ3R ในวันอาทิตย์- วันพฤหัสบดี 20 ครั้ง	ทดสอบภายหลัง การทดลอง 1 วัน
กลุ่มควบคุม	ทดสอบก่อนเข้า รับการทดลอง 1 วัน	อ่านแบบฝึกด้วยตนเอง ในวันอาทิตย์- วันพฤหัสบดี 20 ครั้ง	ทดสอบภายหลัง การทดลอง 1 วัน

ทำการทดลองในแต่ละสัปดาห์เวลา 18.30 น. - 19.30 น. สัปดาห์ละ 5 ครั้งไปเรื่อย ๆ จนครบ 20 ครั้ง ใช้เวลาทั้งสิ้นประมาณ 4 สัปดาห์ (ตั้งแต่วันที่ 3 ก.พ. - 5 มี.ค.35) โดยให้กลุ่มทดลองฝึกแต่ละครั้งใช้เวลาครั้งละ 60 นาที

ชั้นลงมือทดลองอย่างละเอียด

นักศึกษาปีที่ 1 ทุกคนอยู่ในห้องเรียนสำหรับศึกษานอกเวลาเรียน ตามระเบียบของวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกในเวลา 18.30 - 19.30 น.

คาบเรียนที่ 1 ผู้วิจัยเข้าห้องเรียนและพบกับนักศึกษาทุกคนแนะนำตนเอง และผู้ช่วยผู้วิจัย พร้อมทั้งพูดชักจูงชี้แจงให้เห็นประโยชน์และขอความร่วมมือให้นักศึกษาทุกคนมาร่วมกิจกรรม การอ่าน แล้วแบ่งห้องแยกกลุ่ม เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองอยู่กับผู้วิจัย ส่วนนักศึกษากลุ่มควบคุมอยู่กับผู้ช่วยผู้วิจัย ผู้วิจัยแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้อีกชี้ให้เห็นประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น และขอความร่วมมือไม่ให้มาบอกกับนักศึกษาที่ไม่ได้ร่วมการทดลองในกลุ่ม แล้วอธิบายถึงขั้นตอน SQ3R โดยแนะนำอธิบายถึงขั้นตอนต่าง ๆ ของ SQ3R

คาบเรียนที่ 2 ผู้วิจัยเข้ากลุ่มกับกลุ่มทดลอง อธิบายถึงขั้นตอนของ SQ3R อีกครั้งอย่างคร่าว ๆ พร้อมทั้งยกตัวอย่างประกอบและให้นักศึกษาลองฝึกการอ่าน โดยวิธีการขั้นตอนของ SQ3R โดยผู้วิจัยแจกแบบฝึกการอ่านให้กับนักศึกษาทุกคน และกระดาษฝึกหัดขั้นตอนของ SQ3R ให้นักศึกษาทุกคนเขียนชื่อลงในกระดาษฝึกหัด แล้วจึงให้นักศึกษาปฏิบัติตามขั้นตอนคือ

ก. ชั้นสำรวจ ให้ใช้เวลาประมาณ 3-5 นาที โดยให้สำรวจชื่อเรื่องอ่านค้นหา อ่านหัวข้อเรื่องย่อ บทสรุป คู่มือหน้าจบ โดยผู้วิจัยถามนักศึกษานชั้นเรียนว่าเรื่องนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร หัวเรื่องย่อในเรื่องนี้มีเรื่องอะไรบ้าง แล้วให้นักศึกษาทุกคนเขียนลงในกระดาษฝึกหัดในขั้นตอนของการสำรวจ

ข. จากนั้นฝึกการเปลี่ยนหัวข้อเรื่องเป็นคำถาม โดยให้นักศึกษาทุกคนฝึกการเปลี่ยนหัวข้อเรื่องให้เป็นคำถามจากหัวข้อเรื่องที่ 1 แล้วตั้งคำถาม ให้นักศึกษาทุกคนเขียนคำถามลงในกระดาษฝึกหัดขั้นตอนการตั้งคำถาม คำถามที่ตั้งนี้จะเป็นคำถามที่นักศึกษาสามารถตอบด้วยตนเองได้จากการอ่านต่อไปในรายละเอียด ควรใช้คำถามในรูปแบบที่นักศึกษาสามารถตอบด้วยตนเองได้เช่น ทำไม อะไร อย่างไร เมื่อไร ดังที่ยกตัวอย่างประกอบไปแล้วข้างต้น ถ้านักศึกษาคิดไม่เข้าใจให้ถามผู้วิจัยได้

ค. จากนั้นผู้วิจัยบอกให้นักศึกษาอ่านเนื้อหาที่ต่อมาจากหัวข้อคำถามนั้น โดยอธิบายขั้นนี้ด้วยการอ่านขั้นนี้เป็นการอ่าน เพื่อที่ตอบคำถามที่ตนเองตั้งไว้ เป็นการอ่านเพื่อจับใจความสำคัญ เป็นการอ่านเพื่อทราบความคิดของผู้เขียน และเป็นการอ่านเพื่อให้นักศึกษาจะวิจารณ์ความคิดของผู้เขียนได้ ฉะนั้น นักศึกษาควรอ่านอย่างละเอียด เพื่อจับใจความสำคัญ และตอบวัตถุประสงค์ที่นักศึกษาได้ตั้งไว้จากขั้นตอนการตั้งคำถาม

ง. เมื่อนักศึกษาอ่านรายละเอียดแล้ว ให้นักศึกษาได้ฝึกเขียนบันทึกสิ่งที่ได้อ่านไปเป็นการท่องโดยใช้คำหรือวลีสั้น ๆ เฉพาะที่เป็นใจความสำคัญที่นักศึกษาได้ตอบคำถามของตนเองไว้ และคิดว่าเป็นใจความสำคัญของเรื่อง นักศึกษาคิดว่าเนื้อหาหลักคืออะไร ตอบคำถามอะไร ของนักศึกษาจากเนื้อเรื่องที่ผ่านมาและอะไรที่ควรจดจำ ให้นักศึกษาเรียบเรียงใจความหลักนั้นเอาไว้ โดยใช้คำพูดของนักศึกษา ถ้าไม่สามารถจำได้กลับไปอ่านใหม่ แล้วตอบคำถามด้วยตนเองอีกครั้งแล้วให้นักศึกษาทุกคนเขียนบันทึกย่อลงในกระดาษฝึกหัดขั้นตอนของการท่อง

จ. เมื่อนักศึกษาคำถามแต่ละหัวเรื่องย่อยอ่านเนื้อหาโดยละเอียด และจดบันทึกในแต่ละหัวเรื่องจนจบเรื่องแล้ว ให้นักศึกษาทุกคนฝึกการทบทวน โดยการตรวจสอบบันทึกแล้วทบทวนเรื่องที่ย่านตั้งแต่ต้นจนจบทั้งหมดเพื่อให้นักศึกษาจะได้เข้าใจเรื่องได้อย่างชัดเจนเป็นการรู้พื้นความจำและตรวจสอบจุดสำคัญของเรื่องแล้วตอบคำถามตั้งแต่คำถามที่ 1 ถึงคำถามสุดท้ายที่ตั้งไว้ลงในกระดาษฝึกหัด จากนั้นนักศึกษาทุกคนคืนแบบฝึกและกระดาษฝึกหัดขั้นตอน เอสคิวทรี-อาร์ ให้นักับผู้วิจัย ในการอ่านแบบฝึกแต่ละเรื่องโดยใช้ขั้นตอน SQ3R จะใช้เวลาไม่เกิน 60 นาที โดยแบบฝึกจะกระจายทั้ง 3 จุดมุ่งหมาย เริ่มจากแบบฝึกที่มีความสลับซับซ้อนของเนื้อหาบ่อยไปยังแบบฝึกที่มีความสลับซับซ้อนของเนื้อหาเบา

คาบเรียนที่ 3-20 ไม่ยกตัวอย่างประกอบ ให้นักศึกษาฝึกปฏิบัติการอ่าน SQ3R เช่นเดียวกับคาบเรียนที่ 2 ผู้วิจัยนำกระดาษตอบฝึกหัดขั้นตอน SQ3R ของนักศึกษาทุกคนมาวิเคราะห์ในแต่ละครั้งใน 5 ครั้งแรกโดย

ขั้นสำรวจ - นศ. สามารถตอบหัวเรื่องย่อยในแบบฝึกอ่านว่ามีหัวเรื่องย่อยอะไรบ้าง ถ้านักศึกษาตอบถูก 80% ของหัวเรื่องย่อยในเรื่องถือว่านักศึกษามั่นขั้นตอนนี้

ขั้นตั้งคำถาม - ตรวจสอบคำถามที่นักศึกษาคำตั้งไว้กับคำถามที่ผู้เชี่ยวชาญในวิชาภาษาไทยได้ตั้งไว้ ในแต่ละเรื่องว่าควรตั้งคำถามอะไรบ้าง เกี่ยวกับเนื้อเรื่องที่อ่านแล้ว

นักศึกษาตั้งได้ 80% ขึ้นไปถือว่าผ่านขั้นตอนนี้

ขั้นทอง

- ในแต่ละแบบฝึกจะมีใจความสำคัญของ เรื่องที่ผู้เชี่ยวชาญภาษาไทยสรุปออกมาไว้แล้วทำการตรวจสอบบันทึกการทองของนักศึกษาทุกคนตรวจสอบดูว่า สรุปออกมาได้ตรงหรือใกล้เคียงกับใจความที่ผู้เชี่ยวชาญสรุปไว้ถือว่าผ่านเกณฑ์นี้
- ต้องฝึกให้ผ่านเกณฑ์ขั้นตอนนี้ทุกคน



ศูนย์วิทยพัชรากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวอย่างแบบฝึกและการใช้กลวิธี SQ3R

กลไกทางจิตใจ

กลไกทางจิตใจ จิตใจเรามีกระบวนการควบคุมความสมดุลย์ทางจิตใจ และอารมณ์ เช่นเดียวกับที่ร่างกายมีวิธีการรักษาสมาดุลย์ของสรีระทางร่างกาย เมื่อร่างกายได้รับสิ่งแปลกปลอมเข้าไปในร่างกายจะมีปฏิกิริยาต่อต้านสิ่งแปลกปลอมนั้น โดยการสร้างภูมิคุ้มกันขึ้น

ทางด้านจิตใจ เมื่อมีสิ่งรบกวนความสงบสุขทางใจ ที่ทำให้สมดุลย์ทางจิตใจ และอารมณ์เสียไป จิตใจเราจะดำเนินการเพื่อลดหรือบรรเทาความไม่สมดุลย์นั้น วิธีการหนึ่งที่ช่วยรักษาสมาดุลย์ของจิตใจและอารมณ์ บรรเทา และลดความวิตกกังวล ความขัดแย้งในใจ คือขบวนการที่เรียกว่า กลไกทางจิต ชิคด์มันด์ พรอยด์ เป็นท่านแรกที่อธิบายถึงกลไกทางจิตนี้ไว้ กลไกนี้เป็นขบวนการที่เกิดขึ้น โดยบุคคลไม่รู้ตัว อันเป็นขบวนการทางจิตใจที่บุคคลใช้ลดบรรเทาและขจัดภาวะความอึดอัดไม่สบายใจ

กลไกทางจิตที่ใช้กันอยู่เป็นประจำมีหลายวิธี เช่น

- 1) การอธิบายเหตุผล และการกระทำของตน (Rationalization) เป็นการอธิบายเหตุผลการกระทำของตนเพื่อให้ผู้อื่นเห็นว่า การกระทำของเรา พฤติกรรมของเรามีเหตุผล และเหมาะสม ไม่ใช่เป็นการกระทำไปอย่างขาดสติสัมปชัญญะ หรือเป็นการกระทำเพียง เพื่อสนองความต้องการของตนเท่านั้น ตัวอย่างการใช้การอธิบายเหตุผลและการกระทำของตน เช่น ผู้ชายเมื่อถูกผู้หญิงปฏิเสธ เขาก็จะใช้กลไกนี้โดยให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง โดยให้เหตุผลต่อตัวเองว่าผู้หญิงผู้นั้นก็ไม่น่าจะดังคุณใจ ไม่น่าสนใจเหมือนอย่างที่เขาคิดหรือจินตนาการไว้
- + 2) การที่บุคคลใดบุคคลหนึ่ง มีพฤติกรรมการแสดงออกที่ตรงข้ามกับความคิดความรู้สึกจริง ๆ ของตน (Reaction-Formation) การกระทำของเขานี้ทำไปโดยที่เขาไม่รู้สึกรู้ใจ เช่น บุคคลที่สภาพอ่อนหวานจนเกินไป มักเป็นการแสดงออกเพื่อปิดบังซ่อนเร้นความรู้สึกความคิดที่ก้าวร้าวไม่เป็นมิตรเป็นการใช้พฤติกรรมแสดงออกที่ตรงข้ามกับความคิดความรู้สึกจริง ๆ ของตน ถ้ามีโอกาสติดตามสังเกตพฤติกรรมของบุคคลผู้นี้ต่อไป ในเวลาที่มีสิ่งคุกคามต่อภาพพจน์

ตัวเขาทำให้เขาคิดกังวลมาก ความรู้สึกจริง ๆ เขาก็จะปรากฏออกมา บุคลิกที่เคยสุภาพอ่อนหวานพูดจาไพเราะจะกลายเป็นเกรี้ยวกราดไม่เป็นมิตร ขึ้นมาได้อย่างคาดไม่ถึง

3) ขบวนการที่โยนความคิด ความรู้สึก ทัศนคติ และการกระทำที่ตนเองยอมรับไม่ได้ไปให้กับผู้อื่น (Projection) ขบวนการนี้โดยมากจะเกิดกับผู้ใกล้ชิดและเกี่ยวข้อง เช่น หญิงสาวไปแอบรักชายหนุ่ม ซึ่งความรู้สึกนี้เธอยอมรับไม่ได้ เพราะขัดกับค่านิยมของเธอและของสังคมทั่วไป แทนที่เธอจะพูดว่า "ฉันรักเขา" เธอกลับพูดว่า "เขารักฉัน" ขบวนการนี้บุคคลที่ถูกกล่าวหา มักจะ เป็นผู้ที่มีคุณสมบัติทุกอย่าง เหมือนกับผู้ที่กล่าวหา

สรุป

กลไกทางจิตใจนี้ เป็นขบวนการรักษาสมดุลทางด้านจิตใจและอารมณ์ ขบวนการนี้ดำเนินการอยู่ตลอดเวลาโดยอัตโนมัติในชีวิตของเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยามที่มีสิ่งคุกคามต่อเสถียรภาพทางจิตใจ

วิธีการ SQ3R ในการอ่านแบบฝึกเรื่องกลไกทางจิตใจนี้โดยขั้นสำรวจ

สำรวจว่า - เรื่องนี้คือชื่อเรื่องอะไร (กลไกทางจิตใจ)

- มีหัวข้อย่อยลำดับลงมาที่หัวข้อ (3 หัวข้อ)

- มีหัวข้อย่อยอะไรบ้าง (กลไกทางจิต, กลไกทางจิตที่ใช้กันอยู่เป็น

ประจำมีหลายวิธี เช่น สรุปกลไกทางจิต)

ขั้นตั้งคำถาม (1)

- กลไกทางจิตใจคืออะไร ทำไมต้องมีกลไกทางจิต กลไกทางจิตทำอะไร

ใช้กลไกทางจิตเมื่อไร

อ่าน - เพื่อตอบคำถามที่ตั้งไว้ว่ากลไกทางจิตคืออะไร, ทำไมต้องมีกลไกทางจิต ตอบถึงคำถามใช้กลไกทางจิตเมื่อไร

ท่อง - (1) กลไกทางจิตเป็นขบวนการที่ช่วยรักษาสมดุลของ จิตใจ อารมณ์ เมื่อมีสิ่งรบกวนความสงบสุขทางใจ

ด้งคำถาม (2)

มีวิธีอะไรบ้างในโลกทางจิต ใช้วิธีโลกทางจิตนี้อย่างไร วิธีโลกทางจิตที่ใช้กันอยู่เป็นประจำมีวิธีใด, ใช้อย่างไร, ใช้เมื่อไร, ใช้กับใคร

อ่าน - เพื่อตอบคำถามที่ตั้งไว้ในหัวข้อคำถามที่ 2

ห้อง - (2) โลกทางจิตที่ใช้กันอยู่เป็นประจำ เช่น การอธิบายเหตุผล และบอกการกระทำของตนเอง (Rationalization) เพื่อให้ผู้อื่นเห็นว่าการกระทำของเรามีเหตุผลและเหมาะสม

- การแสดงพฤติกรรมออกมาตรงข้ามกับความรู้สึกจริง ๆ ของตน (Reaction-Formation) เช่น คนที่สูกาพอ่อนหวาน จริง ๆ แล้วเพื่อปิดบังความรู้สึกไม่เป็นที่รัก ถ้ามีอะไรมาคุกคามจิตใจก็จะแสดงพฤติกรรมความรู้สึกจริง ๆ ออกมา

- การโยนความคิดความรู้สึกของตนเองที่ยอมรับไม่ได้ไปให้ผู้อื่น (Projection) มักเกิดกับคนใกล้ชิด เช่น หญิงสาวไปแอบรักชายหนุ่ม แทนที่จะพูดว่า "ฉันรักเขา" กลับพูดว่า "เขารักฉัน"

ด้งคำถาม (3)

สรุปโลกทางจิต สรุปโลกไว้ว่าอย่างไร

อ่าน - เพื่อตอบคำถามที่ตั้งไว้ในหัวข้อคำถามที่ 3

ห้อง - (3) สรุปโลกทางจิตเป็นชบวนการรักษาสมดุลย์ทางจิตใจและอารมณ์ ดำเนินการโดยวิธีอัตโนมัติ เมื่อมีสิ่งมาคุกคามต่อจิตใจ

บทวน

- โลกทางจิต เป็นชบวนการที่ช่วยรักษาสมดุลย์ของจิตใจอารมณ์ เมื่อมีสิ่งรบกวนความสงบสุขทางใจ

- โลกทางจิตที่ใช้กันอยู่เป็นประจำมีหลายวิธี เช่น การอธิบายเหตุผล และการกระทำของตน เพื่อให้ผู้อื่นเห็นว่าพฤติกรรมของเราเหมาะสม การที่บุคคลแสดงออกตรงข้ามกับความรู้สึกจริง ๆ ของตน เป็นการแสดงออกเพื่อปิดบังความรู้สึกที่ซ่อนเร้นชบวนการที่โยนความคิดความรู้สึกที่ยอมรับไม่ได้ของตนเองไปให้กับผู้อื่นมักเกิดกับผู้ใกล้ชิด เช่น ฉันรักเขา แทนที่จะพูดว่า "ฉันรักเขา" กลับพูดว่า "เขารักฉัน"

- สรุปลงทางจิตเป็นการรักษาสมดุลงทางจิตใจ เมื่อมีสิ่งมาคุกคามเสถียรภาพทางจิตใจ

สำหรับกลุ่มควบคุมผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยดำเนินการดังนี้

1. กลุ่มควบคุมเข้าห้องเรียนเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง ผู้ช่วยวิจัยพูดชี้แจงเช่นเดียวกับผู้วิจัย คือ แจกจุดประสงค์การเรียนรู้ชี้ให้เห็นถึงประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น และขอความร่วมมือให้นำใบบอกกับนักศึกษาที่นำมาได้อยู่ในห้องเรียนนี้

2. แจกเรื่องสำหรับอ่านให้กลุ่มควบคุมอ่านด้วยตนเอง (เป็นเรื่องเดียวกับที่ให้กลุ่มทดลองอ่าน)

3. เมื่ออ่านจบเก็บเรื่องคืน เวลาที่เหลือให้กลุ่มควบคุมเองงานอย่างอื่นขึ้นมาทำได้ แต่ต้องอยู่ในห้องเรียน 1 ชั่วโมง เท่ากับกลุ่มทดลอง

5.2 เมื่อครบระยะเวลาในการฝึก 20 ครั้ง แล้วทดสอบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Post-test) ด้วยแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านเข้าใจความซุดที่ 2 เพื่อวัดความสามารถในการอ่านเข้าใจความ การที่ใช้เวลาการฝึก 20 ครั้ง เพราะจากงานวิจัยที่ใช้เทคนิคการอ่านแบบ เอสคิวทรีอาร์ กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 พบว่าเพิ่มความสามารถในการอ่านเข้าใจความได้

6. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยรวบรวมคะแนนจากการทดสอบก่อนและหลังการฝึก การอ่านเข้าใจความของกุ่มทดลอง

2. ผู้วิจัยรวบรวมคะแนนจากการทดสอบก่อนและการทดสอบภายหลังของกลุ่มควบคุม

7. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ทดสอบคะแนนความสามารถในการอ่านเข้าใจความ ของกุ่มทดลอง และกุ่มควบคุมก่อนเข้ารับการทดลองด้วยวิธีการทดสอบค่าที (t-test Independent)

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการอ่านเข้าใจความ ของกุ่ม

ทดลองในระยะหลังการฝึกการอ่านกับระยะก่อนการฝึกการอ่าน ด้วยวิธีการทดสอบค่าที่ (t-test Dependent)

3. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการอ่านเข้าใจความ ของกลุ่ม ควบคุมในระยะหลังการทดลองกับระยะก่อนการทดลองด้วยวิธีการทดสอบค่าที่ (t-test Dependent)

4. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการอ่านเข้าใจความ ของกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมจากคะแนนภายหลังการทดลองด้วยวิธีการทดสอบค่าที่ (t-test Independent)



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย