บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันการศึกษานับว่าเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับบุคคล เริ่มตั้งแต่วัยเด็กจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ และในช่วงเวลาหนึ่งหลังจากจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายแล้ว ผู้ที่มีความประสงค์จะศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาจะต้องทำการสอบคัดเลือกเพื่อเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยที่ตนต้องการ แต่ในการสอบคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาต่อในสถาบันอุดมศึกษาในแต่ละปี ซึ่งจัดสอบโดยทบวงมหาวิทยาลัยมีผู้สมัครสอบเป็นจำนวนมาก แต่จำนวนที่สามารถรับไว้ได้นั้นมีจำนวนจำกัดทำให้มีการแข่งขันกันสูง แต่กระนั้นก็ยังปรากฏว่ามีผู้ที่มีโอกาสได้เข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา เมื่อได้ลงทะเบียนเป็นนิสิตนักศึกษาไปแล้วปีต่อไปก็จะไปสมัครสอบคัดเลือกเข้าคณะใหม่หรือสถาบันใหม่ตามที่ต้องการ ถ้าสอบคัดเลือกได้ก็จะออกจากคณะหรือสถาบันเดิม อีกทั้งการศึกษาระดับอุดมศึกษาในปีแรกนั้นเป็นการเรียนวิชาพื้นฐานทั่วไปจึงไม่เป็นที่แน่ใจได้ว่านิสิตนักศึกษาในระดับชั้นปีที่ 1 นั้นมีความประสงค์ที่จะเรียนต่อไปหรือไม่ และในการเรียนในระดับมหาวิทยาลัยนั้นมีความแตกต่างจากการเรียนในระดับมัธยมศึกษา จึงมีทั้งผู้ที่ประสบความสำเร็จในการเรียน และผู้ที่ไม่ประสบความสำเร็จ จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยหรือตัวแปรต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อผลการเรียน โดยนำ " ทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ " (Learned helplessness) ของ Martin E.P. Seligman มาศึกษากับนิสิตที่มีปัญหาทางด้านการเรียน

จากการเรียนรู้ของเอกัตบุคคลในอดีต เมื่อเขาประสบกับเหตุการณ์ที่ไม่ดีในอดีตและหากบุคคลไม่สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ ในภาวะการณ์ที่เกิดขึ้นเช่นนั้น อาจจัดว่าอยู่ในภาวะการณ์เลวร้ายที่ตนควบคุมไม่ได้ บุคคลอาจเกิดการเรียนรู้การช่วยตนเองไม่ได้ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า " การช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ " (Learned helplessness) ตามทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ของ Seligman ที่พัฒนาแนวคิดมาจากการทดลองกับสัตว์ชนิดต่างๆในห้องทดลอง ได้พบว่าเมื่อสัตว์เหล่านั้นตกอยู่ในภาวะที่ไม่สามารถจะควบคุมได้ และถูกช็อกไฟฟ้าอย่างไม่มีทางที่จะหลีกหนีจะทำให้การเรียนรู้ในการตอบสนองการหลบหนีภยันตรายบกพร่อง เกิดการเรียนรู้ใหม่ในลักษณะที่ว่า การกระทำกับผลกรรมที่เกิดขึ้นไม่สอดคล้องกัน สัตว์เหล่านั้นจะเกิดอาการหมดหวัง เฉื่อยชา ยอมรับอันตรายต่างๆ โดยไม่ต่อสู้ดิ้นรน ภาวะเช่นนี้

เรียกว่า การช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ ดังที่ได้กล่าวไปแล้ว การทดลองเพื่อทดสอบทฤษฎีนี้ทำโดยการให้ร่างกายของสัตว์และคนเผชิญกับสิ่งเร้าที่ทำให้อินทรีย์นั้นเจ็บปวดและควบคุมไม่ได้แล้วสังเกตพฤติกรรมการตอบสนองที่เกิดขึ้น เช่น การช็อกไฟฟ้า หลังจากที่ถูกไฟฟ้าดูดแล้ว ปฏิกิริยาการแก้ปัญหาที่กระฉับกระเฉงว่องไวที่สัตว์มีอยู่เดิมจะหายไป แต่มีอาการเฉื่อยชาเกิดการยอมรับสภาวะนั้นโดยสิ้นหวัง ต่อมาได้มีการนำเอารูปแบบการช่วยตนเองไม่ได้ในสัตว์มาอธิบายความซึมเศร้าของคน และในปี ค.ศ.1978 ได้มีการปรับปรุงทฤษฎีขึ้นใหม่โดยใช้ " รูปแบบการอธิบาย " (Explanatory Style) รูปแบบของการอธิบายนี้เป็นตัวแปรทางบุคลิกภาพด้านปัญญา ซึ่งมีผลมาจากนิสัยของบุคคลที่จะอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นกับพวกเขาว่า " ทำไม " (Abramson Seligman and Teasdale, 1978) รูปแบบการอธิบายแบ่งออกเป็น 3 มิติ คือ

1. มิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ
2. มิติความสม่ำเสมอ
3. มิติความทั่วไป

เพื่อเป็นการทดสอบทฤษฎี Seligman และคณะจึงได้ทำการสร้างแบบสอบถามเพื่อวัดรูปแบบของการอธิบายขึ้น โดยใช้ชื่อว่า " แบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุ " (The Attributional Style Questionnaire: ASQ) (Peterson, Semmel, von Baeyer, Abramson, Metalsky and Seligman, 1982 อ้างถึงในประสูต หรุ่นวงศ์มาศ, 2534)

จากการวัดรูปแบบการอธิบายพบว่า บุคคลที่อธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายในการอธิบายสาเหตุภายใน ความสม่ำเสมอและความทั่วไปนั้น จะมีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้า (Abramson et al.,1978; Peterson and Seligman, 1984) จากการนำ ASQ มาศึกษาพบว่านอกจากรูปแบบการอธิบายจะสัมพันธ์กับความซึมเศร้าแล้วยังสามารถใช้ทำนายผลสัมฤทธิ์ในการทำงานและผลสัมฤทธิ์ในการเรียนได้ด้วย (Seligman and Schulman, 1986; Peterson and Barrett, 1987) นอกจากนี้ยังได้มีการนำรูปแบบของการอธิบายไปศึกษาร่วมกับตัวแปรอื่นๆอีก เช่น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และสุขภาพ (ทำให้มีผู้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้กันอย่างแพร่หลายในต่างประเทศ จึงทำให้ผู้วิจัยเกิดความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการอธิบาย ลำดับในการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง เพื่อนำมาหาความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ในการเรียนของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1

แนวคิด ทฤษฎีที่ใช้ในการวิจัย และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานของการวิจัยนี้ คือ " ทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ " ซึ่งได้รับการพัฒนาขึ้นมาโดยนักจิตวิทยาที่ชื่อ Martin E. P. Seligman จากการทดลองกับสุนัขโดยใช้ไฟฟ้าช็อกโดยที่สุนัขสามารถหลบหนีจากการถูกไฟฟ้าช็อกได้ โดยการกระโดดข้ามผนังกั้นมายังอีก

ด้านหนึ่งของกรง ผลปรากฏว่าสุนัขที่เคยถูกไฟฟ้าช็อกมาแล้วแล้วไม่สามารถหลบหนีได้จะเกิดอาการช่วยตัวเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ ในระยะเริ่มแรกนั้นได้ศึกษาการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ โดยทำการทดลองกับสัตว์ เช่น สุนัข แมว ปลา และหนู เป็นต้น ซึ่งก็ให้ผลเช่นเดิม

ต่อมาในปี ค.ศ. 1974 Hiroto ได้นำเอาทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้มาศึกษากับมนุษย์ ซึ่งผู้ร่วมการทดลองเป็นนักศึกษาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง โดยแบ่งนักศึกษาออกเป็น 3 กลุ่มดังนี้ กลุ่มแรก ได้รับเสียงรบกวนโดยที่นักศึกษาสามารถปิดเสียงรบกวนนั้นได้โดยการกดปุ่ม 4 ครั้ง กลุ่มที่สอง ได้รับเสียงรบกวนโดยไม่สามารถปิดหรือควบคุมเสียงนั้นได้เลย กลุ่มสุดท้าย เป็นกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับเสียงรบกวนเลย หลังจากนั้นผู้ร่วมการทดลองถูกทดสอบให้ปิดเสียงรบกวนโดยการใช้มือปิดกล่องบังคับเสียงได้ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มที่เคยควบคุมเสียงรบกวนได้มาก่อนและกลุ่มควบคุมนั้นสามารถเรียนรู้วิธีปิดเสียงรบกวนได้ ในขณะที่กลุ่มที่ไม่เคยควบคุมเสียงรบกวนได้มาก่อนนั้นไม่สามารถเรียนรู้ที่จะปิดเสียงรบกวนได้ ซึ่งผลการทดลองนี้คล้ายคลึงกับผลการทดลองที่ได้จากสัตว์ และได้มีการทำการทดลองในทำนองเดียวกันนี้อีกกับมนุษย์ ก็ให้ผลเช่นเดิม โดยให้ผู้ร่วมการทดลองบางคนแก้ปัญหาบางอย่างที่แก้ได้ (Soluble problem) แต่ให้ผู้ร่วมการทดลองคนแก้ปัญหาบางอย่างที่แก้ไม่ได้ (Insoluble problem) จากนั้นก็ให้ผู้ร่วมการทดลองแต่ละคนสร้างคำจากตัวอักษรที่กำหนดให้ (Anagram) ปรากฏว่า ผู้ร่วมการทดลองในกลุ่มที่เคยทำงานแก้ปัญหาไม่ได้มาก่อนสร้างคำจากตัวอักษรที่กำหนดให้ได้น้อยกว่ากลุ่มที่เคยทำงานแก้ปัญหาได้มาก่อน ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับผลการทดลองในสัตว์ทดลอง คือ ในตอนแรกสัตว์เรียนรู้ว่าตนไม่สามารถหนีการถูกไฟฟ้าช็อกได้ และมนุษย์เองก็เรียนรู้ว่าตนเองไม่สามารถแก้ปัญหาได้ หรือเป็นการเรียนรู้ในอดีตว่าการตอบสนองกับผลกรรมนั้นเป็นอิสระต่อกัน ซึ่งจะก่อให้เกิดความบกพร่อง 3 ด้าน คือ

1. ความบกพร่องด้านแรงจูงใจ (Motivational Deficit) มีผลทำให้ลดแรงจูงใจในการตอบสนองในเวลาต่อมา

2. ความบกพร่องด้านปัญญา (Cognitive Deficit) มีผลทำให้ความสามารถในการเรียนรู้ลดลง

3. ความบกพร่องด้านอารมณ์ (Emotional Deficit) ทำให้เกิดความซึมเศร้า

และในปีเดียวกันนี้ นักทฤษฎีการอธิบายสาเหตุ Weiner และคณะ ได้เสนอมิติในการอธิบายสาเหตุเป็น 2 มิติหลัก คือ

1. ความสม่ำเสมอ และความไม่สม่ำเสมอ (stable-unstable)

   1.1 ความสม่ำเสมอ เป็นการคงอยู่ในระยะยาวและเกิดขึ้นซ้ำๆกัน

   1.2 ความไม่สม่ำเสมอ เป็นการคงอยู่ในระยะสั้นและเกิดเป็นช่วงๆ

2. การอธิบายสาเหตุภายใน และภายนอก (internal-external)

   2.1 การอธิบายสาเหตุภายใน เป็นการอธิบายสาเหตุว่าสาเหตุของเหตุการณ์นั้นเกิดจากตนเอง

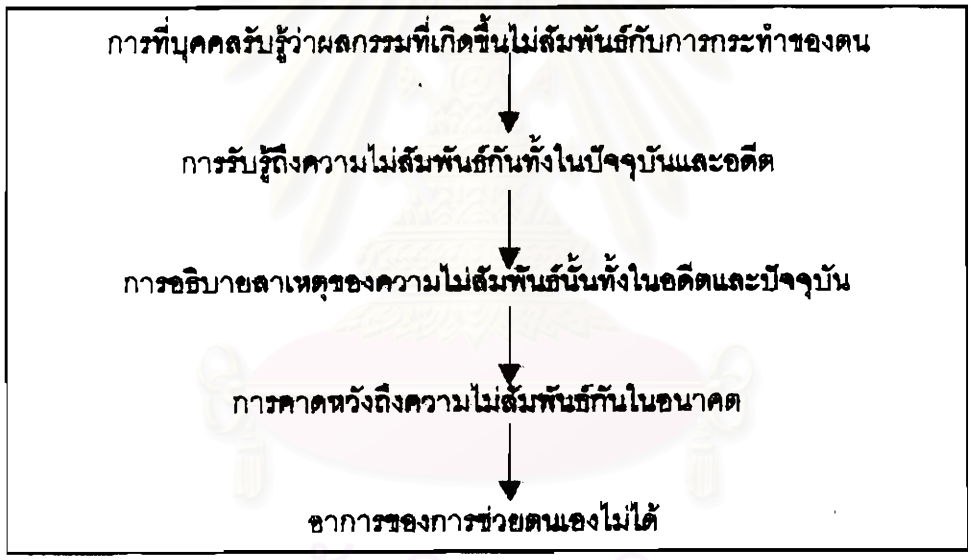
2.2 การอธิบายสาเหตุภายนอก เป็นการอธิบายสาเหตุว่าสาเหตุของเหตุการณ์เกิดจากบุคคลอื่นหรือสิ่งอื่น

แต่เนื่องจากทฤษฎีดั้งเดิมของการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ระยะแรกนั้นมีรากฐานมาจากการทดลองกับสัตว์ สมมติฐานเดิมเมื่อนำมาประยุกต์ใช้กับมนุษย์

1. ไม่สามารถชี้ให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างผลกรรมนั้นไม่สามารถควบคุมได้กับทุกคนหรือเฉพาะบางคน (การช่วยตนเองไม่ได้แบบสากล กับการช่วยตนเองไม่ได้ส่วนบุคคล)

2. ไม่สามารถอธิบายได้ว่าเมื่อใดเป็นการช่วยตนเองไม่ได้แบบทั่วไป (General) และแบบจำเพาะ (Specific) หรือเมื่อใดเป็นแบบเรื้อรัง (Chronic) และแบบเฉียบพลัน (Acute) (Abramson, Seligman and Teasdale, 1978)

นอกจากนี้ Abramson และคณะ ได้สรุปให้เห็นถึงขั้นตอนสำคัญในการเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ตามแผนภาพ ดังนี้



ภาพที่ 1 ขั้นตอนสำคัญในการเกิดอาการช่วยตนเองไม่ได้
ดัดแปลงมาจาก Abramson, Seligman และ Teasdale (1978)

ทั้งทฤษฎีเก่าและทฤษฎีปรับปรุงใหม่นั้นต่างเน้นถึง ความคาดหวังถึงความไม่สัมพันธ์กันนั้นว่าเป็นตัวกำหนดที่สำคัญในการเกิดอาการช่วยตนเองไม่ได้ การที่บุคคลรับรู้ว่าผลกรรมที่เกิดขึ้นไม่สัมพันธ์กับการกระทำของตนจะนำไปสู่อาการการช่วยตนเองไม่ได้ ถ้าเพียงแค่การคาดหวังถึงความไม่สัมพันธ์กันนั้นเกิดขึ้น ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้จะเกิดก็ต่อเมื่อบุคคลมีความคาดหวังว่าการตอบสนองของตนจะทำไม่ให้เกิดผลกรรมที่ต้องการ ดังนั้น

หอสมุดกลาง สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวแปรที่อาจมาจำกัดการเกิดความคาดหวังเกี่ยวกับความเป็นอิสระของการตอบสนองและการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ (Miller and Norman,1979) ได้แก่

1. ความคาดหวังเกี่ยวกับการตอบสนองและผลกรรมในอดีต เป็นความคาดหวังที่มีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลในเวลาต่อมา ถ้าบุคคลเกิดความคาดหวังในสถานการณ์ใหม่นี้ว่าการตอบสนองของตนก็คงจะเป็นอิสระจากผลกรรมอย่างที่เคยประสบมาในอดีตก็จะทำให้เกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ในสถานการณ์ใหม่

2. การจำแนกระหว่างสถานการณ์ต่างๆ หมายถึง ความสามารถในการจำแนกได้ว่าแต่ละสถานการณ์นั้นแตกต่างกันอย่างไร ถ้าบุคคลรับรู้ว่าสถานการณ์ใหม่นี้ไม่แตกต่างจากสถานการณ์ในอดีตที่เคยทำให้การตอบสนองและผลกรรมเป็นอิสระจากกันแล้ว ก็จะทำให้บุคคลเกิดความคาดหวังถึงความเป็นอิสระของการตอบสนองของตนเองมากยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ยังมีตัวแปรอื่นๆ ที่มีผลกระทบต่อการเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ ดังนี้

1. ความคิดอันเกิดจากคำแนะนำ (Instructional set) ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำแนะนำว่าผู้ทดลองเป็นผู้ควบคุมสิ่งเร้าที่ไม่น่าปรารถนา จะเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้มากกว่าผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับการบอกว่าการเกิดของสิ่งเร้าที่ไม่น่าปรารถนานั้นขึ้นอยู่กับการตอบสนองของตน

2. ความสำคัญของงาน (Task Importance) การที่ผู้ร่วมการทดลองรับรู้ว่างานที่ทำนั้นมีความสำคัญต่อตนเองมากเท่าใดก็จะเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้มากกว่างานที่ผู้ร่วมการทดลองรับรู้ว่าไม่มีความสำคัญต่อตนเอง

3. การอธิบายสาเหตุเกี่ยวกับผลการปฏิบัติงาน (Attribution of Performance) การระบุสาเหตุความล้มเหลวว่าเป็นเพราะตนเองด้อยความสามารถจะทำให้เกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ได้มากกว่า บุคคลที่ระบุสาเหตุความล้มเหลวนั้นว่าเป็นเพราะสถานการณ์หรือความยากของงาน

4. การอำนวยสะดวก (Facilitation) การให้บุคคลได้ประสบกับสภาพการณ์ที่ผลกรรมเป็นอิสระจากการตอบสนองในระดับต่ำจะทำให้เกิดการตอบสนองในเวลาต่อมาของบุคคลนั้นดีขึ้น แต่หากให้บุคคลประสบกับสภาพการณ์ที่ผลกรรมเป็นอิสระจากการตอบสนองในระดับสูงก่อน จะทำให้การตอบสนองในเวลาต่อมาของบุคคลนั้นลดลงหรือเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้นั้นเอง

5. ความแตกต่างระหว่างบุคคล

อัตลิขิต และปรลิขิต (Internal-External locus control) หมายถึง ความเชื่อหรือการรับรู้ว่าผลการกระทำที่เกิดขึ้นนั้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งใด (อำนาจการควบคุม) ถ้าหากบุคคลรับรู้ว่าผล

การกระทำนั้นเกิดจากการกระทำของตนเองหรืออำนาจการควบคุมขึ้นอยู่กับตนเองก็จะมีความเชื่อในอัตลิขิต ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลรับรู้ว่าผลการกระทำที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากสิ่งอื่นที่นอกเหนือจากตนเอง เช่น บุคคลอื่น โชคชะตา ความบังเอิญ ฯลฯ ก็จะเป็นผู้ที่มีความเชื่อในปรลิขิต จากการศึกษาของ Hiroto (1974) ได้ให้ผู้ร่วมการทดลองอยู่ในสภาพการณ์ที่ไม่สามารถหลีกหนีเสียงรบกวนได้หลังจากนั้นก็บอกกลุ่มทดลองกลุ่มหนึ่งให้ทราบว่าการหลีกหนีเสียงรบกวนนั้นต้องใช้ทักษะ และบอกอีกกลุ่มว่าการหลีกหนีเสียงได้นั้นเป็นเรื่องของโอกาส และกลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับเสียงรบกวนเลย ผลการวิจัยแสดงว่า กลุ่มที่มีความเชื่อในอัตลิขิตสามารถเรียนรู้ในการหลีกหนีเสียงรบกวนได้ดีกว่ากลุ่มที่มีความเชื่อในปรลิขิต ดังนั้นพวกปรลิขิตมีแนวโน้มที่จะถูกกระตุ้นให้เกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ได้ง่ายกว่าพวกอัตลิขิต

การแก้ไขข้อบกพร่องแรกของสมมติฐานเดิม ทำได้โดยการพิจารณาถึงความแตกต่างระหว่างการช่วยตนเองไม่ได้ส่วนบุคคล (Personal helplessness) และการช่วยตนเองไม่ได้แบบสากล (Universal helplessness) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การช่วยตนเองไม่ได้ส่วนบุคคล และการช่วยตนเองไม่ได้แบบสากล

บุคคลอื่น	ตนเอง	
	บุคคลคาดหวังว่าผลกรรมสอดคล้องกับการตอบสนองของตน	บุคคลคาดหวังว่าผลกรรมไม่สอดคล้องกับการตอบสนองของตน
บุคคลคาดหวังว่าผลกรรมสอดคล้องกับการตอบสนองของบุคคลอื่น	1	การช่วยตนเองไม่ได้ส่วนบุคคล 3 (การอธิบายสาเหตุภายใน)
บุคคลคาดหวังว่าผลกรรมไม่สอดคล้องกับการตอบสนองของบุคคลอื่น	2	การช่วยตนเองไม่ได้แบบสากล 4 (การอธิบายสาเหตุภายนอก)

ดัดแปลงมาจาก Abramson, Seligman และ Teasdale (1978)

การช่วยตนเองไม่ได้แบบสากล เป็นลักษณะที่บุคคลเชื่อว่าผลกรรมที่เกิดขึ้นเป็นอิสระจากการตอบสนองของตนและบุคคลอื่น ตัวอย่างเช่น พ่อแม่ที่พยายามทุกวิธีทางจะช่วยชีวิตลูกที่เป็นมะเร็งในเม็ดเลือดขาว แต่ก็ไม่มีทางจะช่วยได้ เขาจึงเชื่อว่าตนเองและบุคคลอื่นๆ ก็ไม่สามารถที่จะช่วยเด็กได้ ในที่สุดเขาจะละความพยายามและแสดงพฤติกรรมการช่วยตนเองไม่ได้

การช่วยตนเองไม่ได้ส่วนบุคคล เป็นลักษณะที่บุคคลเชื่อว่ามีการตอบสนองที่จะนำไปสู่ผลกรรมที่ปรารถนา แม้ว่าเขาจะไม่สามารถแสดงพฤติกรรมนั้นได้ก็ตาม เช่น เด็กนักเรียนที่พยายามทำทุกวิธีทางเพื่อที่จะให้ได้คะแนนดีๆ แต่ไม่เป็นผลสำเร็จ เขาเชื่อว่ามันมีหนทางที่ทำได้ แต่เขาไม่สามารถทำได้จึงคิดว่าตนเองโง่และไร้ความสามารถ

ในระยะแรกๆ ของการศึกษาของการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ในมนุษย์นั้นส่วนใหญ่จะใช้วิธีทดลอง ต่อมาจึงเริ่มมีการใช้ทฤษฎีนี้อธิบายความยากลำบาก (Difficulties) ของมนุษย์ในหลายๆ ด้าน และพบว่าการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้มีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้า กล่าวคือ อาการซึมเศร้านั้นมีความสัมพันธ์กับรูปแบบการอธิบายของเหตุการณ์ต่างๆในชีวิต โดยผู้ที่มีความซึมเศร้าและผู้ที่ไม่ซึมเศร้าจะมีการอธิบายสาเหตุที่แตกต่างกัน (Peterson and Seligman,1985) และจากความคล้ายคลึงกันระหว่างอาการการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้และความซึมเศร้า จึงไม่มีการนำมโนทัศน์การช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้และความซึมเศร้ามาประยุกต์ใช้กับมนุษย์ร่วมกัน แต่ปรากฏว่ามันไม่สามารถอธิบายถึงการสูญเสียการนับถือตนเอง (Self-esteem) ซึ่งสังเกตเห็นได้ในคนซึมเศร้า

การแก้ไขข้อบกพร่องประการที่ 2 ของสมมติฐานเดิม โดยการนำเอาการอธิบายสาเหตุมาร่วมในการอธิบาย เพราะการอธิบายสาเหตุนั้นมีผลต่อความคาดหวังเกี่ยวกับผลกรรมและการตอบสนองในอนาคต ทำให้ตัดสินได้ว่าเป็นแบบเรื้อรัง (ข้ามเวลา) หรือแบบทั่วไป (ข้ามสถานการการณ์) จากการที่บุคคลจะทำการอธิบายสาเหตุว่าเป็นแบบทั่วไป-แบบจำเพาะ หรืออธิบายสาเหตุว่าเป็นแบบเรื้อรัง-แบบชั่วคราว Abramson และคณะ จึงได้ทำการศึกษาและให้มีมิติที่ 3 คือ ความทั่วไป (Global) และความจำเพาะ (Specific)

มิติความทั่วไป

— ความทั่วไป เป็นการอธิบายสาเหตุที่ทำให้เกิดสถานการณ์นั้นจะมีการแผ่ขยายไปยังสถานการณ์อื่นๆ ด้วย และจะทำให้เกิดการช่วยตนเองไม่ได้ข้ามสถานการณ์

— ความจำเพาะ จะไม่มีการแผ่ขยายไปยังสถานการณ์อื่น การช่วยตนเองไม่ได้จะเกิดเฉพาะสถานการณ์นี้

ตารางที่ 2 ตัวอย่างการอธิบายสาเหตุทั้ง 3 มิติในการสอบ GRE

มิติ	การอธิบายสาเหตุภายใน		การอธิบายสาเหตุภายนอก	
	ความคงที่	ความไม่คงที่	ความคงที่	ความไม่คงที่
ความทั่วไป	ไม่ขยัน	ไม่สบาย	ความไม่ยุติธรรมในการสอบ	วันนี้เป็นวันศุกร์ที่13
ความจำเพาะ	ไม่เก่งคณิตศาสตร์	มีความคับข้องใจในปัญหาคณิตศาสตร์	ความไม่ยุติธรรมของข้อสอบวิชาคณิตศาสตร์	เป็นข้อสอบเลขที่13

ดัดแปลงมาจาก Abramson, Seligman และ Teasdale (1978)

จากตารางที่ 2 การอธิบายสาเหตุในแบบต่างๆ จะให้ความหมายที่แตกต่างกันอย่างมากในความคาดหวังเกี่ยวกับการทำข้อสอบในส่วนของ Verbal part ในอีก 1 ชั่วโมงต่อมา (ความทั่วไปของความบกพร่องที่เกิดจากการช่วยตนเองไม่ได้จะแผ่ขยายข้ามสถานการณ์) และความคาดหวังยังเกี่ยวข้องกับว่าเขาจะทำอย่างไรในการสอบคณิตศาสตร์ในอนาคต (ความบกพร่องจะเรื้อรังข้ามเวลา)

การที่บุคคลอธิบายสาเหตุในมิติความทั่วไปทั้ง 4 แบบข้างบน อาการที่เกิดจากการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้จะแผ่ขยายไปยังสถานการณ์อื่นๆอีก คือ เมื่อบุคคลประสบกับสถานการณ์ใหม่เขาจะคาดหวังว่าผลกรรมก็ยังเป็นอิสระจากการตอบสนองอีกเช่นกัน แล้วอาการการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ก็จะเกิดขึ้น ในทางตรงข้ามถ้าบุคคลอธิบายสาเหตุในมิติความจำเพาะ อาการการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้จะไม่เกิดขึ้นในระหว่างการทดลอบ Verbal test

การอธิบายสาเหตุในมิติความคงที่ ไม่ว่าจะเป็นไม่ขยัน ไม่เก่งคณิตศาสตร์ หรือไม่ได้รับความยุติธรรมในการสอบ อาการการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้จะเกิดขึ้นเป็นเวลานาน แต่ถ้าอธิบายสาเหตุว่าไม่คงที่ เช่น ไม่สบาย มีความคับข้องใจในปัญหาคณิตศาสตร์ เป็นวันไม่ดี หรือเป็นข้อสอบเลขที่13 นั้น บุคคลไม่จำเป็นต้องเกิดอาการช่วยตนเองไม่ได้ในครั้งต่อไป

ดังนั้น Abramson และคณะ (1978) จึงได้ทำการทบทวนทฤษฎี เพื่อที่จะได้รวบรวมการอธิบายสาเหตุที่บุคคลกระทำขึ้นเพื่ออธิบายเหตุการณ์เลวร้าย เมื่อบุคคลพบว่าเขาเกิดการช่วยตนเองไม่ได้เขาก็จะถามตัวเองว่า " ทำไม " เขาจึงช่วยตนเองไม่ได้ และคำตอบของเขาจะทำให้เราทราบว่าเขามีปฏิกิริยาต่อเหตุการณ์นั้นอย่างไร ด้วยเหตุนี้จึงมีการปรับปรุงทฤษฎีขึ้นใหม่ และเรียกว่า " รูปแบบการอธิบาย (Explanatory style) "

รูปแบบการอธิบาย เป็นตัวแปรทางบุคลิกภาพด้านปัญญา ซึ่งเป็นผลมาจากนิสัยของบุคคลในการที่จะอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับพวกเขา (Peterson and Seligman, 1984) ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 มิติ และแต่ละมิติมีบทบาทเฉพาะ ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 มิติ และบทบาทเฉพาะของแต่ละมิติ

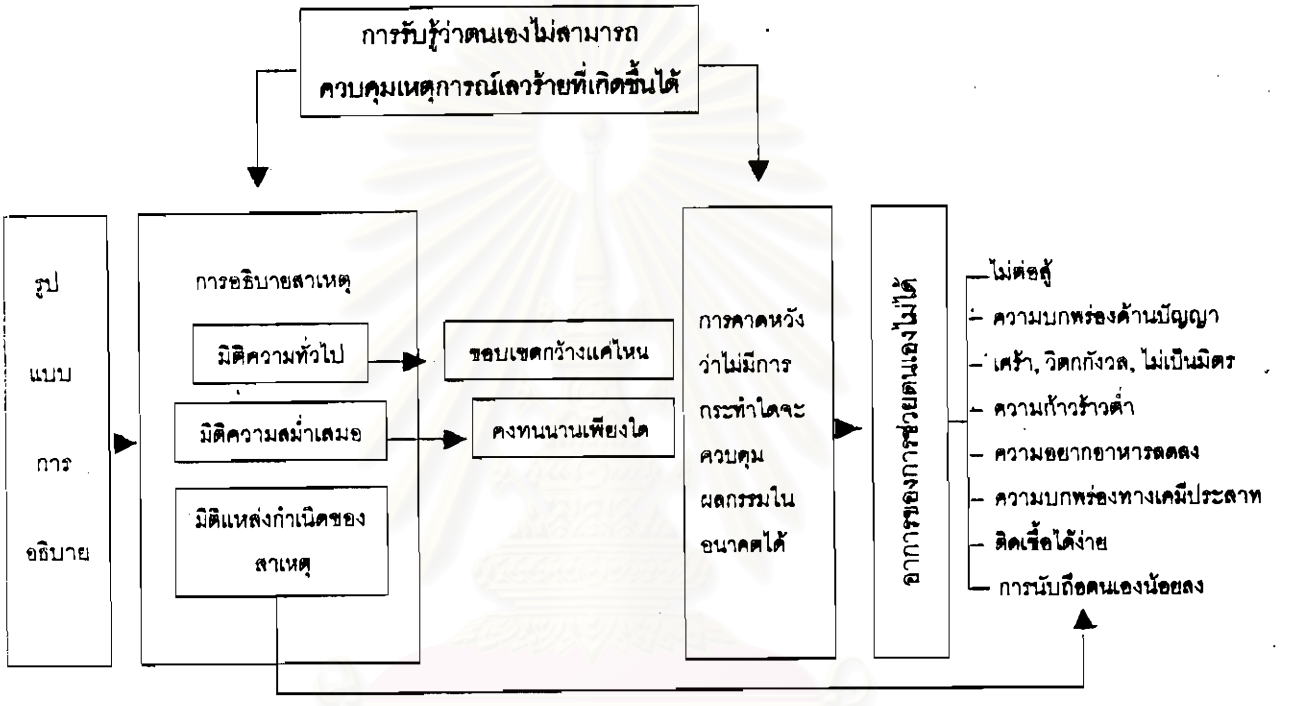
รูปแบบการอธิบาย (Explanatory Style)		
มิติ	ความหมาย	บทบาทเฉพาะแต่ละมิติ
1. มิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ		
1.1 การอธิบายสาเหตุภายนอก (external)	สาเหตุที่ทำให้เหตุการณ์นั้นเกิดจากสภาพแวดล้อมบุคคลอื่นหรือสิ่งอื่น	การสูญเสียการนับถือตนเองมีโอกาสเกิดได้น้อย
1.2 การอธิบายสาเหตุภายใน (internal)	สาเหตุนั้นเกิดจากตนเอง	จะเกิดการสูญเสียนับถือตนเอง
2. มิติความสม่ำเสมอ		
2.1 ความไม่สม่ำเสมอ (unstable)	สาเหตุจะเกิดขึ้นในระยะสั้น	ความซึมเศร้าที่มีต่อเหตุการณ์นั้น จะมีอยู่เพียงชั่วระยะหนึ่ง
2.2 ความสม่ำเสมอ (stable)	สาเหตุนั้นยังคงอยู่ข้ามเวลา	ความซึมเศร้ายังคงอยู่ต่อไป
3. มิติความทั่วไป		
3.1 ความจำเพาะ (specific)	สาเหตุนั้นจำกัดเพียงบางสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง	อาการช่วยตนเองไม่ได้จะเกิดเป็นวงแคบ
3.2 ความทั่วไป (global)	สาเหตุนั้นมีผลกระทบข้ามเวลา	อาการช่วยตนเองไม่ได้จะเกิดกับสถานการณ์อื่นๆด้วย

ตารางที่ 3 มิติและบทบาทเฉพาะของแต่ละมิติ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กระบวนการในการเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้

การเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้โดยจะแสดงอาการต่างๆดังนี้ การไม่ต่อสู้ (passivity) ความบกพร่องทางอารมณ์ (emotional deficits) เบื่ออาหาร ความบกพร่องทางเคมีประสาท และไวต่อการติดเชื้อ แต่อาการการสูญเสียการนับถือตนเองจะเกิดขึ้นเป็นบางครั้งกับอาการช่วยตนเองไม่ได้กับความซึมเศร้า ซึ่งความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆในทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ ดังแสดงในภาพที่ 2



ภาพที่ 2 แสดงกระบวนการเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ (Peterson and Seligman,1984)

จากภาพที่ 2 ในทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ การที่บุคคลคาดหวังว่าตนเองไม่สามารถควบคุมผลกรรมในอนาคตได้เป็นเงื่อนไขที่เพียงพอในการเกิดอาการทั้งหมดในการช่วยตนเองไม่ได้ ยกเว้นการสูญเสียการนับถือตนเอง และเมื่อใดก็ตามที่การคาดหวังนี้เกิดขึ้นอาการต่างๆก็จะเกิดขึ้นตาม ความคาดหวังจะแสดงออกเมื่อบุคคลมีการรับรู้ว่าเหตุการณ์เลวร้ายเกิดขึ้นโดยที่เขาไม่สามารถควบคุมได้ สภาพความเป็นจริงของเหตุการณ์เลวร้ายและรูปแบบการอธิบายนั้นมีอิทธิพลต่อความคาดหวัง การอธิบายสาเหตุในลักษณะความทั่วไปนำไปสู่การสร้างความคาดหวังที่จะไม่สามารถควบคุมผลกรรมได้ และทำให้เกิดอาการช่วยตนเองไม่ได้แผ่ขยายไปยังสถานการณ์อื่นๆ ในทำนองเดียวกันถ้าอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายในลักษณะความลม่ำเสมอ ความคาดหวังที่เกิดขึ้นก็จะคงอยู่เป็นเวลานาน และอาการช่วยตนเองไม่ได้ก็จะคงอยู่เป็นเวลานานเช่นกัน และถ้าการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายในลักษณะการอธิบายสาเหตุภายในจะทำให้เกิดการสูญเสีย

การนับถือตนเอง ดังนั้นการอธิบายสาเหตุเฉพาะที่บุคคลกระทำขึ้นเพื่อที่จะอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายนั้นมีอิทธิพลต่อการแผ่ขยาย ระยะเวลาของอาการการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้และการสูญเสียการนับถือตนเอง

สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการเลือกอธิบายสาเหตุเฉพาะ

1. สภาพความเป็นจริงของเหตุการณ์เลวร้าย ถ้าเหตุการณ์เลวร้ายเป็นไปตามความคาดหวังของการช่วยตนเองไม่ได้ เช่น การตายของคู่สมรสเป็นการสูญเสียที่เป็นความคงที่ (ความสม่ำเสมอ) และความทั่วไป เพราะคู่สมรสจะไม่กลับมาอีก และอีกฝ่ายหนึ่งจะต้องทำกิจกรรมต่างๆเพียงผู้เดียว

2. แนวโน้มในการเลือกลักษณะของการอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายและเหตุการณ์ดี ถึงแม้การเลือกอธิบายเฉพาะและรูปแบบการอธิบายจะไม่ใช่ตัวแปรที่เพียงพอที่จะทำให้เกิดการช่วยตนเองไม่ได้และความซึมเศร้าก็ตาม แต่ก็มีอิทธิผลต่อความคาดหวัง ดังนั้นถ้าเรารู้การอธิบายและรูปแบบการอธิบายของบุคคล ก็จะสามารถทำนายการเกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ได้

ที่มาของรูปแบบการอธิบายของบุคคล (Peterson and Seligman, 1984)

การศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการอธิบายและอาการซึมเศร้าพบว่า มีแหล่งที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบการอธิบายดังนี้

1. ได้รับการถ่ายทอดมาจากผู้ปกครอง

เนื่องจากเด็กมีเวลาส่วนใหญ่อยู่กับผู้ปกครอง และได้รับรู้แนวทางการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ดีและเหตุการณ์เลวร้ายของผู้ปกครองอย่างต่อเนื่อง เด็กจึงเลือกรูปแบบการอธิบายที่คล้ายคลึงกับผู้ปกครอง Seligman และคณะ (1984) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายและความซึมเศร้าของเด็กและผู้ปกครอง พบว่า รูปแบบการอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายของมารดาและเด็กมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.39$, $p<.01$) และรูปแบบการอธิบายของมารดามีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับอาการซึมเศร้าของเด็กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.42$, $p<.005$) แต่ไม่พบความสัมพันธ์ของรูปแบบการอธิบายระหว่างบิดากับเด็ก

2. การให้ข้อมูลย้อนกลับจากครู

Dweck และ Licht (1980) ได้ศึกษารูปแบบการอธิบายในการให้เกรดของครูเมื่อเด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงสอบตก พบว่า ครูอธิบายสาเหตุเด็กผู้หญิงว่าเกิดจากปัจจัยภายใน ความสม่ำเสมอและความทั่วไป แต่ให้การอธิบายสาเหตุของเด็กผู้ชายว่าเป็นความไม่สม่ำเสมอและความจำเพาะ และพบว่าเด็กผู้หญิงมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมการช่วยตนเองไม่ได้มากกว่าเด็กผู้ชาย และเด็กผู้หญิงมักจะอธิบายถึงความล้มเหลวในลักษณะขาดความสามารถ (การอธิบายสาเหตุภายใน ความสม่ำเสมอ และความทั่วไป) มากกว่าเด็กผู้ชาย ในทางตรงกันข้ามเด็กผู้ชายมีแนวโน้ม

ที่จะอธิบายความล้มเหลวในลักษณะว่าขาดความพยายาม (ความไม่สม่ำเสมอ และความจำเพาะ)

3. การได้รับความบอบช้ำทางจิตใจครั้งแรก (First major trauma)

แหล่งที่สามที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบการอธิบาย คือ เวลาและสภาพความเป็นจริงของบุคคลที่ได้รับความบอบช้ำทางจิตใจและการสูญเสีย Brown และ Harris (1978) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความซึมเศร้าของสตรีที่ใช้แรงงาน และสตรีที่เป็นชนชั้นกลางในประเทศอังกฤษ พบว่าร้อยละ 20 ของสตรีเหล่านี้มีความซึมเศร้ามาก โดยที่ความซึมเศร้าในปัจจุบันของสตรีเหล่านี้มีความสัมพันธ์กับการสูญเสียมารดาก่อนที่พวกเขาจะมีอายุ 11 ปี ที่เป็นเช่นนี้เพราะการสูญเสียมารดาเป็นการสูญเสียในลักษณะความสม่ำเสมอและเป็นความทั่วไป คือมารดาจะไม่กลับมาอีก และมีผลต่อกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตวัยเด็กของพวกเขา และเมื่อเขาโตขึ้นแล้วประสบกับเหตุการณ์ลบร้ายอื่นๆ สตรีเหล่านี้จะมีรูปแบบการอธิบายในลักษณะการอธิบายสาเหตุภายใน ความสม่ำเสมอ และความทั่วไป

การวัดรูปแบบการอธิบาย

การวัดรูปแบบการอธิบายมีวิธีการวัด 2 วิธี คือ

1. ใช้แบบสอบถามการอธิบายสาเหตุ (The Attributional Style Questionnaire : ASQ) เป็นแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเพื่อใช้วัดรูปแบบการอธิบายในสถานการณ์หลากหลาย ASQ ประกอบด้วยเหตุการณ์สมมติ 12 เหตุการณ์ แบ่งเป็นเหตุการณ์ลบร้ายและเหตุการณ์ดีอย่างละ 6 สถานการณ์ ASQ ประกอบด้วย 3 มาตรย่อยซึ่งใช้วัด 3 มิติ (มิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติความสม่ำเสมอ และมิติความทั่วไป) และในแต่ละสถานการณ์จะมีคำถามให้ตอบ 4 ข้อ ข้อแรกถามถึง สาเหตุหลักที่ทำให้เกิดสถานการณ์นั้น (ไม่ใช้ในการคิดคะแนน) ส่วนคำถามอีก 3 ข้อ ถามเกี่ยวกับสาเหตุของเหตุการณ์นั้น 3 มิติ (นำมาคิดคะแนน)

ตัวอย่าง สถานการณ์ที่ 0 : คุณกลายมาเป็นคนที่ร่ำรวยมาก

1. สาเหตุหลักที่ทำให้คุณกลายมาเป็นคนที่ร่ำรวย คือ.....
2. สาเหตุที่ทำให้คุณกลายมาเป็นคนที่ร่ำรวย เกิดจากตัวคุณเอง บุคคลอื่นหรือสิ่งอื่น
   เกิดจากบุคคลอื่นหรือสิ่งอื่น 1___2___3___4___5___6___7 เกิดจากตัวฉันเอง
3. ในอนาคต ถ้าสถานการณ์ดังกล่าวเกิดขึ้นอีก สาเหตุยังคงเหมือนเดิมหรือไม่
   สาเหตุจะไม่เหมือนเดิม 1___2___3___4___5___6___7 สาเหตุยังคงเหมือนเดิม
4. สาเหตุดังกล่าวนั้นมีผลเฉพาะสถานการณ์นี้เท่านั้น หรือมีอิทธิพลต่อสถานการณ์อื่นในชีวิตคุณ
   มีอิทธิพลเฉพาะใน มีอิทธิพลต่อทุกสถานการณ์
   สถานการณ์นี้เท่านั้น 1___2___3___4___5___6___7 ในชีวิตของฉัน

การคิดคะแนนจะแยกกันระหว่างเหตุการณ์เลวร้ายและเหตุการณ์ดี โดยแบ่งออกเป็นคะแนนเฉลี่ยในแต่ละมิติ คะแนนรวมทางบวก (Composite Positive : CP) คะแนนรวมทางลบ (Composite Negative : CN) และคะแนนรวม (CPCN) (Peterson, Semmel, von Baeyer, Abramson, Metalsky and Seligman, 1982 อ้างถึงในประสูตร หรุ่นวงศ์มาศ, 2534; Seligman et al., 1979)

2. ใช้การวิเคราะห์เนื้อหาของคำพูด (The Content Analysis of Verbatim Explanations : CAVE) เป็นวิธีการศึกษาย้อนเวลา เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการตอบหรือไม่สามารถตอบแบบสอบถามได้

รูปแบบการอธิบายกับผลสัมฤทธิ์ในด้านต่าง ๆ

<u>รูปแบบการอธิบายกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</u> มีผู้ทำการศึกษาไว้ดังนี้

Dweck และ Gilliard (1975) ได้ทำการศึกษาพบว่า เมื่อเด็กผู้ชายถูกประเมินในทางลบคำวิพากวิจารณ์ที่เขาได้รับจะไม่เกี่ยวกับสติปัญญาแต่จะเกี่ยวข้องกับพฤติกรรม ตรงกันข้ามหากเด็กผู้หญิงถูกประเมินทางลบเขาจะถูกเพ่งเล็งไปที่การขาดความสามารถทางปัญญา ดังนั้นเมื่อเด็กได้รับข้อมูลย้อนกลับจากความล้มเหลวซึ่งเป็นการชี้แนะว่าเขาขาดความสามารถ เด็กเหล่านี้จะเริ่มอธิบายความล้มเหลวในลักษณะการอธิบายสาเหตุภายใน ความสม่ำเสมอ และความทั่วไป

Dweck และ Licht (1980) ได้ศึกษาถึงความคิดและการตอบสนองที่ต่างกันต่อความสำเร็จและความล้มเหลวของเด็กที่ช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ กับเด็กที่ชำนาญงานในด้านทักษะ (Mastery-Orientation) พบว่า เด็กที่ช่วยตนเองไม่ได้และเด็กที่ชำนาญงานในด้านทักษะมีความคิดเกี่ยวกับความสำเร็จแตกต่างกัน เด็กที่ช่วยตนเองไม่ได้จะมองว่าความสำเร็จนั้นเกิดจากโชคไม่ใช่ทักษะ และมองความล้มเหลวว่าเป็นการสะท้อนถึงความสามารถที่แท้จริง และต้องการที่จะหลีกหนีจากสถานการณ์นั้น ในทางกลับกันความคิดของเด็กที่ชำนาญงานด้านทักษะจะสะท้อนให้เห็นถึงแนวโน้มที่จะมองไปยังอนาคตเน้นถึงความสำเร็จที่เคยได้รับและพยายามที่จะแก้ปัญหาต่อไป

Seligman และคณะ (1979) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการอธิบายระหว่างนักศึกษาที่ซึมเศร้ากับนักศึกษาที่ไม่ซึมเศร้า ผู้ร่วมการทดลองเป็นนักศึกษาจำนวน 143 คน เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ (1) มาตรวัดรูปแบบการอธิบาย (The Attributional style scale : ASQ) ซึ่งประกอบด้วยสถานการณ์สมมติ 12 สถานการณ์ แบ่งเป็นสถานการณ์ดีและสถานการณ์เลวร้ายอย่างละ 6 สถานการณ์และเป็นสถานการณ์ด้านไฝสัมพันธ์และไฝสัมฤทธิ์อย่างละครึ่ง (2) มาตรวัดความซึมเศร้า (The Beck Depression Inventory : BDI) (3) มาตรวัดอารมณ์ซึมเศร้าชั่วขณะ (The Multiple Affect Adjective Check List : MAACL) จากนั้นนำมาตรทั้ง 3 ฉบับไปให้ผู้ร่วมการทดลองตอบ ผลปรากฏว่านักศึกษา

ที่ซึมเศร้าได้อธิบายสาเหตุเหตุการณ์เลวร้ายว่าเป็นสาเหตุภายใน (internal) สม่ำเสมอ (stable) และทั่วไป (global) และอธิบายสาเหตุสถานการณ์ดีว่าเป็นสาเหตุภายนอก (external) ไม่สม่ำเสมอ (unstable) เปรียบเทียบกับนักศึกษาที่ไม่ซึมเศร้า นอกจากนี้พบว่าการอธิบายสาเหตุเหตุการณ์เลวร้ายจะมีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้าสูงกว่าการอธิบายสาเหตุเหตุการณ์ดี

Nolen-Hoeksema, Girgus และ Seligman (1986) ได้ทดสอบความสามารถในการทำนายและประยุกต์ทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ โดยศึกษารูปแบบการอธิบาย ความซึมเศร้าและผลสัมฤทธิ์ในการเรียนของนักเรียนระดับ 3 - 5 จำนวน 168 คน โดยให้ตอบแบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุของเด็ก (Children's Attributional Style Questionnaire : CASQ) แล้วนำคะแนนจาก CASQ นี้มาเปรียบเทียบกับ คะแนนมาตรฐานการทดสอบผลสัมฤทธิ์ในการเรียน (California Achievement Test : CAT) วัดความซึมเศร้าของเด็ก (Children's Depression Inventory : CDI) และคะแนนการประเมินพฤติกรรมการช่วยตนเองไม่ได้ของนักเรียนซึ่งทำการประเมินโดยครู ผลการศึกษาพบว่าคะแนน CASQ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับคะแนน CAT ($r=.26$, $p<.05$) มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับการประเมินพฤติกรรมการช่วยตนเองไม่ได้ของเด็กโดยครู ($r=.51$, $p<.001$) และมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับพฤติกรรมความรอบรู้ของเด็ก (Mastery Oriented Behavior) ($r=.56$, $p< .001$) การค้นพบนี้แสดงให้เห็นว่า เด็กที่มีรูปแบบการอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายว่าเป็นสาเหตุภายใน ความสม่ำเสมอ และความทั่วไป (รูปแบบการอธิบายที่ไม่เหมาะสม :Maladaptive explanatory style) มีแนวโน้มที่จะมีคะแนนผลสัมฤทธิ์ในการเรียนต่ำแสดงอาการช่วยตนเองไม่ได้และซึมเศร้ามากกว่าเด็กที่มีรูปแบบการอธิบายที่เหมาะสม (Adaptive explanatory style) และรูปแบบการอธิบายที่ไม่เหมาะสมไม่เพียงแต่มีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้าในปัจจุบันเท่านั้น แต่จะทำนายความซึมเศร้าในเวลาต่อมา (ในอนาคต) ได้ด้วย จากความสัมพันธ์ระหว่างความซึมเศร้าในปัจจุบันและรูปแบบการอธิบายในอนาคต แสดงให้เห็นว่าความซึมเศร้า (อย่างน้อยที่สุดในบางบุคคล) จะมีบทบาทในการก่อตัวของรูปแบบการอธิบายที่ไม่เหมาะสมในอนาคต

ในการสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยในอเมริกา ส่วนใหญ่จะพิจารณาจากคะแนนความถนัดทางการเรียน (Scholastic Aptitude Test หรือ SAT และคะแนนจากแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน) และเกรดเฉลี่ยในระดับมัธยมปลาย (GPA) ทั้งที่มีการใช้วิธีนี้กันอย่างกว้างขวางแต่ความสามารถในการทำนายการปฏิบัติทางวิชาการจากการวัดเหล่านี้นั้นจำกัด ในระดับเฉลี่ยคะแนน SAT และเกรดระดับมัธยมปลายอธิบายความแปรปรวนของเกรดในระดับวิทยาลัยได้เพียงแค่ 34% ซึ่งถือเป็นช่องว่างระหว่างการวัดความถนัดทางการเรียนและผลการปฏิบัติทางวิชาการที่แท้จริง ในการจะพยายามที่จะลดช่องว่างนี้ Kamen และ Seligman (1987, อ้างถึงใน Seligman และคณะ, 1988) ได้ทำการทดสอบความสัมพันธ์

ระหว่างรูปแบบการอธิบายและเกรดเฉลี่ยในระดับวิทยาลัย โดยให้นักศึกษาแรกเข้าในมหาวิทยาลัย Pensylvania จำนวน 289 คน ตอบ ASQ และวัดดัชนีการทำนาย (Predictive Index : PI) จาก SAT ซึ่งถือว่าเป็นการวัดความถนัดทางการเรียน โดยมีเกรดเฉลี่ย(GPA) ปลายเทอมเป็นตัวแปรตาม ผลการศึกษานั้นสนับสนุนทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ คือ รูปแบบการอธิบายทำนาย GPA ในระดับมหาวิทยาลัยโดยไม่ต้องวัดความสามารถ (PI) และได้ทำการศึกษากับนักศึกษาในระดับสูงขึ้นไป (Upperclassmen) โดยให้นักศึกษาที่เรียนวิชาจิตวิทยาอปกติตอบ ASQ ในช่วงเทอมต้น และดู GPA ปลายเทอม พบว่าผลการศึกษาสนับสนุนทฤษฎีเช่นกัน คือ รูปแบบการอธิบายสามารถทำนาย GPA ได้โดยไม่ต้องวัด PI จากการศึกษาทั้งสองนี้แสดงให้เห็นถึงการทำนายอย่างมีนัยสำคัญโดยรูปแบบการอธิบาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อควบคุมการวัดความสามารถ แนวโน้มที่บุคคลจะอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ดี (ประสบความสำเร็จ) ในลักษณะการอธิบายสาเหตุภายใน ความสม่ำเสมอ และความทั่วไป และอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้าย (ล้มเหลว) ในลักษณะการอธิบายสาเหตุภายนอก ไม่สม่ำเสมอ และจำเพาะ ทำนายได้ว่าจะได้ GPA สูงกว่า และทำนายการปฏิบัติได้ดีกว่าการวัดความถนัดทางการเรียน (Aptitude measures)

จากการวิจัยดังกล่าวผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานว่า รูปแบบการอธิบายจะมีผลต่อผลการเรียนมากกว่าความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง เป็นสมมติฐานข้อที่ 4

Peterson และ Barrett (1987) ศึกษาถึงรูปแบบการอธิบายและการปฏิบัติทางวิชาการของนักศึกษาแรกเข้าของมหาวิทยาลัย จำนวน 87 คน ที่เรียนวิชาจิตวิทยาเบื้องต้นโดยให้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย

1. เป้าหมายในการเรียน (Academic Goals) ได้ให้นักศึกษาเขียนเป้าหมายในการเรียนอย่างสั้นๆ 5 ข้อ คะแนนจากเป้าหมายเฉพาะจาก 0% ถึง 100%

2. แบบวัดความซึมเศร้า (Beck Depression Inventory) เป็นแบบวัดการรายงานตนเอง (Self-report) ซึ่งมีอาการซึมเศร้า 21 อาการ คะแนนจะอยู่ในช่วง 0 ถึง 63

3. แบบวัดรูปแบบการอธิบายสาเหตุในการเรียน (Academic Attributional Style Questionnaire : Academic ASQ) ที่ประกอบด้วยสถานการณ์เลวร้ายที่สมมติขึ้น 12 สถานการณ์ (มีรูปแบบเหมือนกับ ASQ) โดยให้นักศึกษาจินตนาการว่าเหตุการณ์เหล่านั้นกำลังเกิดขึ้นกับตัวเอง แล้วให้เขียนสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดสถานการณ์นั้น แล้วประเมินสาเหตุใน 3 มิติ ลงบนสเกล 1-7 ในแต่ละมิติ แล้วคิดคะแนนเฉลี่ยในแต่ละมิติและคะแนนเฉลี่ยรวมทุกมิติ

4. วัดการจัดการกับความล้มเหลวในการเรียน เป็นการวัดวิธีที่นักศึกษาเลือกจัดการกับความล้มเหลวในการเรียนและความคับข้องใจ โดยให้เลือกทางแก้ไขที่เป็นไปได้ดังนี้

ก. ขอความช่วยเหลือจากอาจารย์ หรือผู้ช่วยสอน (TA)

ข. ขอความช่วยเหลือจากเพื่อน หรือติวเตอร์

ค. ขอความช่วยเหลือจากที่ปรึกษาทางวิชาการ

ง. ไม่ขอความช่วยเหลือจากใครเลย แต่พยายามให้มากขึ้น

จ. ไม่ขอความช่วยเหลือจากใครเลย และทำงานน้อยลง

ฉ. รู้สึกโกรธ

ช. รู้สึกเศร้า

ซ. ไม่นึกถึงมันอีกเลย

การตอบข้อ ก-ง สะท้อนถึงความกระตือรือร้น และเป็นการตอบสนองที่จะแก้ปัญหาจะได้รับ 2 คะแนน และถ้าตอบข้อ จ-ซ จะได้รับ 1 คะแนน ดังนั้นคะแนนจะอยู่ในช่วง 12-24 คะแนนคะแนนต่ำสะท้อนให้เห็นถึงการตอบสนองแบบช่วยตนเองไม่ได้ และคะแนนสูงๆ จะสะท้อนให้เห็นถึงการพยายามที่จะควบคุมเหตุการณ์

นอกจากนี้ยังมีตัวแปรอื่นๆ อีก ดังนี้ คะแนนความถนัดทางการเรียน (SAT) เกรดเฉลี่ย (GPA) และการเข้าพบอาจารย์ที่ปรึกษา

ผลการศึกษา ได้ค่าสหสัมพันธ์บางส่วนระหว่างรูปแบบการอธิบายและGPA (r=.28, p<.01) โดยที่ SAT และ BDI เป็นตัวคงที่ ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบการอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายในลักษณะการอธิบายสาเหตุภายใน ความคงที่ และความทั่วไป เสี่ยงต่อการได้เกรดที่ต่ำในช่วงการเรียนปีแรกในมหาวิทยาลัย และได้ค่าสหสัมพันธ์บางส่วนระหว่างรูปแบบการอธิบายและเกรดเฉลี่ยกับตัวแปรอื่นๆ ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 สหสัมพันธ์บางส่วนระหว่างรูปแบบการอธิบายและเกรดเฉลี่ยกับตัวแปรอื่น (SAT, BDI และ SEX เป็นตัวคงที่)

การวัด	สหสัมพันธ์เชิงเส้น	
	รูปแบบการอธิบาย	เกรดเฉลี่ย
เป้าหมายเฉพาะ	-.30***	.25**
การทำให้บรรลุเป้าหมาย	-.16	.05
การจัดการกับความล้มเหลว	-.11	-.01
การเข้าพบอาจารย์ที่ปรึกษา	-.29**	.25*

+ p< .50, ** p< .02, *** p< .005

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่า รูปแบบการอธิบายมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับเป้าหมายเฉพาะ และการเข้าพบอาจารย์ที่ปรึกษา ส่วนเกรดเฉลี่ยมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับเป้าหมายเฉพาะและการเข้าพบอาจารย์ที่ปรึกษา

ประสูต หรุ่นวงศ์มาศ (2534) ได้ทำการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ และทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนโดยทำการศึกษากับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 386 คน ให้ตอบแบบวัดรูปแบบการอธิบายสาเหตุเหตุการณ์เลวร้ายในการเรียนที่สร้างขึ้นตามแนว ASQ และ Academic ASQ จำนวน 20 สถานการณ์ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะมองโลกในแง่ดี คือ อธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายในลักษณะการอธิบายสาเหตุจากปัจจัยภายนอก ความไม่สม่ำเสมอ และความจำเพาะ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์สูงกว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะมองโลกในแง่ร้าย (อธิบายสาเหตุเหตุการณ์เลวร้ายในลักษณะการอธิบายสาเหตุจากปัจจัยภายใน ความสม่ำเสมอ และความทั่วไป) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และคะแนนรูปแบบการอธิบายในมิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติความสม่ำเสมอ และมิติความทั่วไป มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จันทนา จองสว่าง (2539) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและกับการปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ของสถาบันการศึกษาของรัฐในกรุงเทพมหานคร จำนวน 504 คนตอบแบบวัดรูปแบบการอธิบายสาเหตุเกี่ยวกับวิชาการพยาบาล จำนวน 23 สถานการณ์ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีรูปแบบการอธิบายในแง่ดีมีคะแนนวิชาการพยาบาลทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติการพยาบาลสูงกว่านักศึกษาที่มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะมองโลกในแง่ร้ายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และคะแนนรูปแบบการอธิบายในมิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติความสม่ำเสมอ ของนักศึกษาพยาบาลมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับคะแนนวิชาการพยาบาลในภาคทฤษฎีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนมิติความทั่วไปมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับคะแนนวิชาการพยาบาลในภาคทฤษฎีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และคะแนนรูปแบบการอธิบายในมิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติความสม่ำเสมอ และมิติความทั่วไป มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับคะแนนวิชาการพยาบาลในภาคปฏิบัติการพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยจะเห็นได้ว่า รูปแบบการอธิบายสาเหตุนั้นมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ดังนั้นจึงเป็นเหตุผลที่ผู้วิจัยเห็นว่า รูปแบบการอธิบายเป็นลักษณะบุคลิกภาพลักษณะหนึ่งซึ่งมีความสัมพันธ์กับผลการเรียน และตั้งสมมติฐานว่ารูปแบบการอธิบายมองโลกแง่ร้ายนั้นจะมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับผลการเรียน เป็นสมมติฐานข้อแรก

งานวิจัยเกี่ยวกับลำดับในการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง

มนัส ประสงค์ (2525) ได้ทำการศึกษาองค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการสละสิทธิ์เข้าเป็นนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของนักเรียนที่สอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยได้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่สละสิทธิ์เข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยจำนวน 669 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่าองค์ประกอบที่สำคัญที่สุดที่ทำให้นักเรียนสละสิทธิ์เข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัย คือ คุณลักษณะของคณะ ซึ่งประกอบด้วยลักษณะต่างๆ ดังนี้

1. คณะที่สอบได้เรียนจบแล้วหางานทำยาก ตลาดแรงงานไม่ต้องการ
2. คิดว่าเมื่อจบคณะนี้แล้ว จะหารายได้ไม่พอกับค่าครองชีพ
3. มหาวิทยาลัยที่สอบได้ไม่มีชื่อเสียงพอ
4. คณะที่สอบได้ไม่เป็นที่กล่าวขวัญของสังคม
5. คณะที่สอบได้เมื่อจบออกไปแล้ว จะต้องทำงานในตำแหน่งที่ไม่มีเกียรติพอในสังคม
6. คิดว่าเมื่อจบจากคณะนี้แล้ว ออกไปทำงานจะไม่มีความก้าวหน้าเพียงพอ
7. มีความรู้สึกว่าตัวเองสอบได้คณะที่ด้อยกว่าเพื่อน

และยังพบว่ามีผู้สละสิทธิ์จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒถึงร้อยละ 29.61 ของจำนวนที่ทางมหาวิทยาลัยแห่งนั้นจะรับได้ ซึ่งนิสิตที่เรียนในมหาวิทยาลัยแห่งนี้ส่วนใหญ่แล้วต้องประกอบอาชีพครู แสดงให้เห็นว่านักเรียนจำนวนหนึ่งไม่ต้องการที่จะประกอบอาชีพครูเป็นสาเหตุสำคัญนั่นเอง

จากงานวิจัยของ Seligman และ Schulman (1986) ที่พบว่าบุคคลที่มีรูปแบบการอธิบายมองโลกในแง่ดีนั้น มีความกระตือรือร้น ท้าทายในการทำงาน และมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และผลการศึกษาของ มนัส ประสงค์ (2525) ข้างต้นจึงเป็นเหตุผลที่ผู้วิจัยเห็นว่า รูปแบบการอธิบายในลักษณะมองโลกแง่ร้ายมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่งเป็นสมมติฐานข้อที่ 3

อรนุช ปุณยกนก (2526) ศึกษาลักษณะของนิสิตที่ออกกลางคัน สถานภาพปัจจุบันของนิสิตที่ออกกลางคัน และเพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการออกกลางคันของนิสิตชั้นปีที่1 กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่ออกกลางคันในชั้นปีที่ 1 จำนวน 572 คน ผลการศึกษาพบว่านิสิตที่ออกกลางคันส่วนมากออกจากคณะที่ถูกเลือกเป็นอันดับที่ 3-5 ในการสอบเข้า และสถานภาพปัจจุบันของนิสิตที่ออกกลางคัน คือ กำลังศึกษาในคณะที่นิสิตสอบคัดเลือกได้ใหม่ในปีการศึกษาต่อมา และจากการวิเคราะห์องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการออกกลางคันของนิสิตชั้นปีที่ 1 ได้องค์ประกอบที่สำคัญ 8 องค์ประกอบ ดังนี้คือ

1. ความสัมพันธ์กับอาจารย์ มี 5 ตัวแปร คือ นิสิตและอาจารย์มักมีการโต้เถียงกันเสมอ อาจารย์ใช้อำนาจในการสอนและการปกครองมากเกินไป นิสิตมีปัญหากับอาจารย์เสมอ อาจารย์มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อผู้เรียน นิสิตถูกอาจารย์ทำโทษเสมอ

2. ทัศนคติที่มีต่อวิชาชีพที่ศึกษา มี 7 ตัวแปร คือ มองไม่เห็นประโยชน์ของสาขาที่ตนเรียน ไม่เห็นประโยชน์จากการประกอบอาชีพตามที่เรียน มองไม่เห็นแนวทางประกอบอาชีพ ถ้าประกอบอาชีพที่ตรงกับสาขาที่เรียนจะไม่มีเกียรติ เมื่อเรียนสำเร็จแล้วต้องประกอบอาชีพที่ตนเองไม่ชอบ ถ้าประกอบอาชีพที่ตรงกับสาขาที่เรียนจะได้รายได้ค่อนข้างแน่นอน ถ้าประกอบอาชีพที่ตรงกับสาขาที่เรียนจะต้องทำงานหนัก

3. ฐานะทางเศรษฐกิจและการเงิน มี 5 ตัวแปร คือ ครอบครัวยากจนมีรายได้น้อย ขาดแคลนการเงินหรืออุปกรณ์การเรียน ต้องทำงานพิเศษเพื่อหารายได้มาใช้ในการเรียนด้วยตนเองต้องช่วยผู้ปกครองประกอบอาชีพ ต้องรับภาระงานบ้านมากเกินไป

4. ความสามารถของนิสิตและเนื้อหาของหลักสูตร มี 4 ตัวแปร คือ วิชาต่างๆ ในคณะที่เรียนยากเกินไป หลักสูตรวางจุดมุ่งหมายไว้สูงและมีเนื้อหายากเกินไป ผลการเรียนได้คะแนนต่ำ ประสบความล้มเหลวในสิ่งที่ทำเสมอ

5. ความต้องการของผู้ปกครอง มี 4 ตัวแปร คือ ผู้ปกครองไม่สนับสนุนการเรียน ผู้ปกครองไม่เห็นความสำคัญของการเรียน ผู้ปกครองมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อคณะที่ศึกษา ผู้ปกครองให้ออก

6. ลักษณะครอบครัว มี 2 ตัวแปร คือ พื้นฐานการอบรมจากครอบครัวไม่ดี ขาดความอบอุ่นจากครอบครัว

7. ทัศนคติที่มีต่อกิจกรรมของมหาวิทยาลัย มี 2 ตัวแปร คือ ไม่พอใจในระบบอาวุโสของมหาวิทยาลัย และเบื่อหน่ายต่อกิจกรรมของมหาวิทยาลัย

8. ปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัย มี 2 ตัวแปร คือ ลำบากในการหาที่อยู่อาศัยที่สะดวกกับการเรียน การเดินทางไปศึกษาลำบาก

ส่วนความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง เป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่น่าสนใจมาก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่งนี้เองก็เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาการลาออกไปสอบคัดเลือกใหม่ของนิสิตคณะต่างๆ ซึ่งก่อให้เกิดการศูนย์เปล่าทางการศึกษา และเหตุที่ความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่งมีอิทธิผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาจมีสาเหตุหนึ่งมาจากลำดับในการเลือกคณะที่ศึกษา เพราะลำดับการเลือกคณะที่ศึกษาเป็นสิ่งหนึ่งที่บ่งบอกถึงระดับความสนใจ ความต้องการที่จะศึกษาในคณะนั้น ดังนั้นเมื่อสอบคัดเลือกเข้ามาเรียนในคณะครุศาสตร์ได้โดยมิได้มีความสนใจและตั้งใจที่จะเรียน แต่เลือกคณะครุศาสตร์เนื่องมาจากสาเหตุอื่นๆ เช่น เลือกเผื่อสอบเข้าคณะอื่นไม่ได้ เลือกให้ครบ 4 อันดับเลือกตามเพื่อน ฯลฯ และเมื่อสอบคัดเลือกได้นิสิตจึงไม่ต้องการที่จะเรียนในคณะครุศาสตร์ แต่ที่เข้ามาเรียนก็เพื่อรอเวลาในการสอบคัดเลือกใหม่ หรือเรียนเพื่อเผื่อสอบคัดเลือกใหม่ไม่ได้ และอีกสาเหตุหนึ่งก็มาจากนิสิตที่สอบเทียบ เพราะโดยส่วนใหญ่นิสิตที่มาจากการสอบเทียบมักเป็นนิสิตที่มีความสามารถสูงและประสบความสำเร็จในการเรียนในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมาก ซึ่งนักเรียนที่มีความสามารถสูงส่วนใหญ่ต้องการศึกษาในคณะที่ดี เช่น คณะแพทยศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ ฯลฯ แต่เมื่อสอบคัดเลือกได้คณะครุศาสตร์ก็เข้ามาเรียนก่อน แต่เป็นการเรียนเพื่อรอเวลาในการสอบคัดเลือกใหม่เช่นเดียวกัน และยังเป็นกลุ่มที่มีความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกใหม่สูงด้วย จึงเป็นเหตุผลที่ผู้วิจัยเห็นว่า ความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่งจะมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับผลการเรียน ตั้งเป็นสมมติฐานข้อที่ 2

วรรณา ปูรณโชติ และนวลจันทร์ มาลากรอง (2527) ศึกษาถึงภูมิหลังการสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัย และความต้องการที่จะสอบคัดเลือกใหม่ในปีต่อไป ของนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 สาขาวิทยาศาสตร์ วิทยาศาสตร์การแพทย์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์ และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรของภูมิหลัง และระหว่างตัวแปรของภูมิหลังกับความต้องการสอบคัดเลือกใหม่โดยทำการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างประชากร 10,632 คน ซึ่งเป็นนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 ในภาคปลาย ปีการศึกษา 2524 ของ 12 คณะ หรือสาขาจาก 8 สถาบันอุดมศึกษาของรัฐ ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการส่งแบบสำรวจให้กลุ่มตัวอย่างประชากรตอบ ผลการวิจัยสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. นิสิตนักศึกษาประมาณร้อยละ 65 ได้เข้าสอบคัดเลือกเพียง 1 ครั้ง ร้อยละ 28 ได้เข้าสอบ 2 ครั้ง และร้อยละ 7 ได้เข้าสอบตั้งแต่ 3 ครั้งขึ้นไป

2. นิสิตนักศึกษาประมาณร้อยละ 74 ได้สำเร็จหรือจบชั้นมัธยมปลายในปีที่สอบคัดเลือกได้เป็นนิสิตนักศึกษา ร้อยละ 21 จบมาแล้ว 1 ปีก่อนสอบคัดเลือกได้ และประมาณร้อยละ 5 จบมาแล้วตั้งแต่ 2 ปีขึ้นไปก่อนสอบคัดเลือกได้

3. นิสิตนักศึกษาประมาณร้อยละ 20 มีผลสัมฤทธิ์หรือคะแนน GPA ชั้นมัธยมตอนปลายต่ำกว่า 2.0 ร้อยละ 68 มีคะแนนอยู่ในช่วง 2.0 - 3.48 และร้อยละ 12 มีคะแนนตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป

หอสมุดกลาง สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปรากฏว่าคะแนนชั้นมัธยมปลายมีส่วนสัมพันธ์กับคณะหรือสาขาที่นิสิตนักศึกษาสอบคัดเลือกเข้ามาได้อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 และคะแนนชั้นมัธยมปลายมีส่วนสัมพันธ์กับสถาบันอุดมศึกษาที่นิสิตนักศึกษาสอบคัดเลือกเข้ามาได้อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001

4. อันดับการเลือกสอบเข้ามีส่วนสัมพันธ์กับคณะหรือสาขาที่สอบคัดเลือกเข้ามาได้อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 และอันดับการเลือกสอบเข้ามีส่วนกับสถาบันอุดมศึกษาอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001

5. นิสิตนักศึกษาประมาณร้อยละ 12-14 เคยสอบคัดเลือกได้หรือเคยเรียนในสถาบันอุดมศึกษาก่อน

6. อันดับการเลือกสอบเข้า มีส่วนสัมพันธ์กับความต้องการสอบคัดเลือกใหม่อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 คือ นิสิตนักศึกษาที่เลือกอันดับที่ 4-6 ต้องการจะไปสอบใหม่มีร้อยละสูงกว่าของนักศึกษาที่เลือกอันดับ 1-3

จากการศึกษาลำดับในการเลือกจะเห็นได้ว่า ลำดับในการเลือกนั้นมีความสัมพันธ์กับความตั้งใจที่จะสอบตัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง ดังนั้นจึงเป็นเหตุผลที่ผู้วิจัยเห็นว่าลำดับในการเลือกมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง เป็นสมมติฐานข้อที่ 5

รูปแบบการอธิบายกับผลสัมฤทธิ์ในการทำงาน

Seligman และ Schulman (1986) ศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการอธิบายและผลสัมฤทธิ์ในการทำงาน และการใช้รูปแบบการอธิบายทำนายการคงอยู่ในการประกอบอาชีพของตัวแทนขายประกันชีวิต ซึ่งเป็นอาชีพที่น่าสนใจศึกษา เพราะตัวแทนเหล่านี้มักจะประสบกับความล้มเหลวกับการปฏิเสธซ้ำแล้วซ้ำอีก โดยทำการศึกษา 2 กรณี ดังนี้ กรณีแรก ศึกษากับตัวแทนที่มีประสบการณ์ในการทำงานจำนวน 94 คน ให้ตอบ ASQ และวัดผลสัมฤทธิ์ในการทำงานจากค่านายหน้าทุกๆ 3 เดือน ผลการศึกษาพบว่า ตัวแทนที่มีคะแนนรวมอยู่ในครึ่งบนของคะแนนจาก ASQ ซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีลักษณะการมองโลกในแง่ดีนั้นขายประกันชีวิตในช่วง 2 ปีแรกได้มากกว่าตัวแทนที่มีคะแนนรวมอยู่ครึ่งล่างของคะแนน ASQ หรือเป็นผู้ที่มีลักษณะการมองโลกในแง่ร้ายถึง 37% กรณีที่สอง ทำการศึกษาเกี่ยวกับตัวแทนประกันชีวิตที่เข้าใหม่จำนวน 101 คน โดยให้ตอบ ASQ ทันทีที่ว่าจ้าง หลังจากนั้น 1 ปี พบว่ามีตัวแทนที่ยังคงทำงานอยู่เพียง 42 คน อีก 59 คนลาออก ในจำนวนตัวแทนที่เหลืออยู่นี้มี 28 คน (67%) ที่ได้คะแนนรวมอยู่ในครึ่งบนของคะแนน ASQ และ 14 คน (33%) มีคะแนนรวมอยู่ในครึ่งล่างของคะแนน ASQ และในจำนวนตัวแทนที่ยังจะทำงานอยู่นี้ ผู้ที่มีลักษณะมองโลกในแง่ดีนั้น

ขายประกันได้มากกว่าผู้ที่มีลักษณะมองโลกในแง่ร้าย ผลการศึกษาสรุปได้ว่ารูปแบบการอธิบายสามารถทำนายการคงอยู่ในอาชีพ และการขายประกันของตัวแทนประกันชีวิตได้

แนวการวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษารูปแบบการอธิบายตามแนวทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้โดยหาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบาย ลำดับในการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง กับผลการเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 1 โดยใช้แบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายในการเรียน ซึ่งแบบสอบถามนี้เป็นเหตุการณ์เลวร้ายที่สมมติขึ้นทั้งหมด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายในการเรียน ลำดับในการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง กับผลการเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 1

สมมติฐานในการวิจัย

1. รูปแบบการอธิบายมองโลกแง่ร้าย มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับผลการเรียน

2. ความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับผลการเรียน

3. รูปแบบการอธิบายมองโลกแง่ร้าย มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง

4. รูปแบบการอธิบายมีผลต่อผลการเรียนมากกว่าความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง

5. ลำดับในการเลือก มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง

ขอบเขตของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะรูปแบบการอธิบายที่จะมีผลต่อการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ในด้านการเรียนเท่านั้น

2. การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในภาคต้น ปีการศึกษา 2540 สาขามัธยมศึกษา-วิทยาศาสตร์ และมัธยมศึกษา-มนุษย์และสังคม คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ คือ
   1.1 รูปแบบการอธิบายของนิสิตเมื่อประสบกับเหตุการณ์เลวร้ายในการเรียน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 มิติ คือ
      1.1.1 มิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ
      1.1.2 มิติความสม่ำเสมอ
      1.1.3 มิติความทั่วไป
   1.2 ลำดับในการเลือก
   1.3 ความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง
2. ตัวแปรตาม คือ ผลการเรียน (GPA) ของนิสิตชั้นปีที่ 1 ในภาคต้น ปีการศึกษา 2540

ความหมายของคำที่ใช้ในการวิจัย

1. รูปแบบการอธิบาย หมายถึง การอธิบายที่บุคคลอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายในการเรียน แบ่งออกเป็น 3 มิติ คือ
   1.1 มิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ
   1.2 มิติความสม่ำเสมอ
   1.3 มิติความทั่วไป
2. นิสิต หมายถึง นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สาขามัธยมศึกษา-วิทยาศาสตร์ และมัธยมศึกษา-มนุษย์และสังคม คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. ผลการเรียน หมายถึง เกรดเฉลี่ย (GPA) ของนิสิตในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2540

4. ลำดับในการเลือก หมายถึง อันดับที่นิสิตเลือกสาขาที่ตนสอบเข้ามาได้ ในการสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยในปีการศึกษา 2540

5. ความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง หมายถึง ความตั้งใจของนิสิตที่จะสมัครสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยในปีการศึกษา 2541

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบว่ารูปแบบการอธิบายแบบต่างๆ ลำดับในการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่งนั้น มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนหรือไม่ อย่างไร

2. ผลที่ได้รับจากการศึกษานำไปใช้เป็นแนวทางป้องกันไม่ให้เกิดการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ โดยการฝึกให้เด็กมีรูปแบบการอธิบายที่เหมาะสม

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย