

อภิปรายผลการวิจัย

ผลของการปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนด้วยวิธีควบคุมตนเอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงให้เห็นว่าสัมมติฐานเกี่ยวกับผลของการใช้วิธีควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนได้รับการสนับสนุน ดังนี้

สัมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่าระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะเวลาที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง ได้รับการสนับสนุนจากผลการวิจัย ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลไว้ในตารางที่ 10 เมื่อพิจารณาแผนภูมิรูปที่ 1 จะพบว่าในระยะเวลาที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมถึงร้อยละ 51.56

สัมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่าระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะเวลาที่ใช้วิธีควบคุมตนเองสูงกว่าระยะเส้นฐานพฤติกรรมได้รับการสนับสนุนจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลตารางที่ 8 และจากแผนภูมิรูปที่ 1 แสดงให้เห็นว่าค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะเวลาที่ใช้วิธีควบคุมตนเองสูงกว่าระยะเส้นฐานพฤติกรรมถึงร้อยละ 57.55

การที่ระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมในระยะเวลาที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง และระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะเวลาที่ใช้วิธีควบคุมตนเองสูงกว่าระยะเส้นฐานพฤติกรรมนั้น เป็นไปตามหลักการเรียนรู้แบบเงื่อนไข ผลการกระทำใด ๆ ที่ได้รับแรงเสริมจะมีแนวโน้มให้ความถี่ในการกระทำเพิ่มขึ้น ส่วนการกระทำที่ไม่ได้รับแรงเสริมจะมีแนวโน้มให้ความถี่ในการกระทำนั้นลดลง (Hilgard and Bower 1966 : 111) กล่าวคือ ในระยะเวลาที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับแรงเสริมหรือได้รับการลงโทษ จากการให้การเสริมแรงหรือลงโทษตนเองตามเงื่อนไขที่กำหนดไว้ก่อนการทดลอง นอกจากนี้ ข้อมูลที่นักเรียนทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเองก็เป็นตัวเสริมแรงหรือลงโทษแบบไม่มีเงื่อนไขอีกด้วย

ผลการวิจัยครั้งนี้ สอดคล้องกับการวิจัยที่ได้เสนอไว้ในงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น การวิจัยของ Ballard and Glynn (1975: 387 - 398) พบว่าการให้ฝึกเรียนทำการสังเกต บันทึก และประเมินพฤติกรรมตนเองร่วมกับการให้การเสริมแรงตนเอง ทำให้พฤติกรรมทำงานตามที่ครูสั่งเพิ่มขึ้น และการวิจัยของ Axelard, et al. (1974: 77 - 85) พบว่าการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเอง การกำหนดเงื่อนไขผลกระทบตนเอง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การประเมินตนเองและการลงโทษตนเอง สามารถปรับพฤติกรรมอดบุหรี่ได้ การคงอยู่ (Maintenance) ของพฤติกรรมตั้งใจเรียนหลังจากหยุดวิธีควบคุมตนเอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงให้เห็นว่าสัมมติฐานเกี่ยวกับการคงอยู่ของพฤติกรรมตั้งใจเรียนหลังจากหยุดใช้วิธีควบคุมตนเองแล้ว มีทั้งผลที่สนับสนุนและไม่สนับสนุนสัมมติฐาน ดังนี้

สัมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่าระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลได้รับการสนับสนุนจากผลการวิจัย ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลไว้ในตารางที่ 11 และเมื่อพิจารณาแผนภูมิรูปที่ 1 จะพบว่าในระยะติดตามผลค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมร้อยละ 42.08

สัมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่าระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะเส้นฐานพฤติกรรมได้รับการสนับสนุนจากผลการวิจัย ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลไว้ในตารางที่ 9 และเมื่อพิจารณาแผนภูมิรูปที่ 1 จะพบว่าค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ในระยะติดตามผลยังคงสูงกว่าระยะเส้นฐานพฤติกรรมถึงร้อยละ 43.68

สัมมติฐานข้อที่ 5 ที่ว่าระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน เป็นสัมมติฐานที่ไม่ได้รับการสนับสนุนจากผลการวิจัยดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลไว้ในตารางที่ 8 และเมื่อพิจารณาแผนภูมิรูปที่ 1 แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะที่ใช้วิธีควบคุมตนเองสูงกว่าระยะติดตามผลร้อยละ 13.87 แสดงว่าการคงอยู่ของพฤติกรรมตั้งใจเรียนหลังจากระยะการทดลองลดลง

จากผลการวิเคราะห์การคงอยู่ของพฤติกรรมที่ปรับแล้วตามสัมมติฐานข้อที่ 2 และ 4 ซึ่งพบว่าเมื่อเปรียบเทียบกับระยะเส้นฐานพฤติกรรมและเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมแล้ว พบว่าในระยะติดตามผลระดับของพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ยังคงอยู่ในระดับสูง ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการวิจัยของ Broden, Hall, and Mitts (1971 : 191 - 195) ในการทดลองที่ 1 พบว่าการให้นักเรียนเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย และสังเกตแล้ว บันทึกพฤติกรรมตนเองสามารถรักษาพฤติกรรม "เรียน" ไว้ได้ในระดับสูงในการติดตามผลหลังการทดลอง 3 สัปดาห์ ในทำนองเดียวกัน Axelord, et al. (กล่าวถึงใน Mahoney and Thoresen 1974 : 77 - 85) พบว่าการใช้วิธีควบคุมตนเองทั้ง 5 ขั้นตอน คือ การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายด้วยตนเอง การกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง หรือลงโทษตนเอง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การประเมินตนเอง และการให้การเสริมแรง หรือลงโทษตนเอง สามารถรักษาพฤติกรรมอดบุหรี่ไว้ได้ในการติดตามผลหลังการทดลองเป็นเวลา 2 ปี แต่ในขณะเดียวกัน Felixbrod and O'Leary (1974 : 845 - 850) พบว่าการใช้วิธีควบคุมตนเอง คือการกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรงตนเอง ไม่สามารถรักษาพฤติกรรมที่ปรับแล้วได้ กล่าวคือ เมื่อหยุดเงื่อนไขการเสริมแรงตนเอง ระยะเวลาที่นักเรียนใช้ในการทำข้อสอบ และสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนลดลง นอกจากนี้ผลการวิจัยของ วารุณีย์ จันทร์แสงสุก (2524) ยังพบว่า การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ร่วมกับการให้การเสริมแรงตนเอง ไม่สามารถรักษาพฤติกรรมสนใจเรียนที่ปรับแล้วได้

จากการวิเคราะห์ผลการวิจัยในครั้งนี้ และผลการวิจัยของ Broden, Hall, and Mitts (1971 : 191 - 199), Axelord, et al. (1974 : 77 - 58), Felixbrod and O'Leary (1974 : 845 - 850) และวารุณีย์ จันทร์แสงสุก (2524) ผู้วิจัยพบว่ายังมีผลการวิจัยที่สามารถนำมาสนับสนุน และคัดค้านการคงอยู่ของพฤติกรรมที่ปรับด้วยวิธีควบคุมตนเอง น้อยมาก ดังที่ Karoly (1977 : 263) กล่าวว่า การศึกษาเกี่ยวกับการคงอยู่ของพฤติกรรมที่ปรับด้วยวิธีควบคุมตนเอง ยังขาดผลการศึกษาวิจัยอีกมาก

สำหรับการวิเคราะห์ผลการคงอยู่ของพฤติกรรมตั้งใจเรียน เมื่อเปรียบเทียบกับระยะควบคุมตนเองกับระยะติดตามผล พฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะควบคุมตนเอง แต่เมื่อพิจารณาข้อมูลรายบุคคลพบว่า นักเรียนหลายคน ยังคงมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนอยู่ในระดับเดียวกันกับระยะควบคุมตนเอง แสดงว่า การจัดโปรแกรม

การถอดถอนพฤติกรรมโดยการยืดระยะเวลาการให้การเสริมแรงหรือลงโทษตนเองจากสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เป็นสัปดาห์ละ 1 ครั้ง สามารถรักษาพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนบางคนให้คงอยู่ในระดับเดิม แต่การยืดระยะเวลาการให้การเสริมแรงหรือลงโทษตนเองเพียงระยะเดียวคือ สัปดาห์ละ 1 ครั้งนี้ ไม่เพียงพอที่จะรักษาพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนบางคนได้ในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป น่าจะได้ยืดระยะเวลาการให้การเสริมแรงหรือลงโทษมากกว่า 1 ระยะ เช่น ให้การเสริมแรงหรือลงโทษตนเองสัปดาห์ละ 1 ครั้ง แล้วขยายเป็น 2 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง และ 3 สัปดาห์ ต่อ 1 ครั้ง เป็นต้น

นอกจากนี้ การที่นักเรียนบางคนยังคงมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนในระดับสูงเมื่อถอดถอนโปรแกรมการปรับพฤติกรรมแล้วนี้อาจเนื่องมาจากนักเรียนอาจได้รับตัวเสริมแรงอื่นทดแทน เช่น ได้รับการเสริมแรงจากบุคคลอื่นในสภาพแวดล้อม เช่น ได้รับการชมเชยจากพ่อแม่ และครู เป็นต้น

ผลการพิจารณาข้อมูลของนักเรียนเป็นรายบุคคล

ก. นักเรียนกลุ่มควบคุม

จากการพิจารณาข้อมูลของนักเรียนกลุ่มควบคุมเป็นรายบุคคลพบว่า ในระยะที่ระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงขึ้น เนื่องจากผลของการใช้วิธีควบคุมตนเองนั้น ระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมบางคนก็สูงขึ้นด้วย ดังแผนภูมิรูปที่ 3 แสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มควบคุมคนที่ 2 มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นจากระยะเส้นฐานพฤติกรรมร้อยละ 17.88 ทั้งนี้ เนื่องจากในต้นสัปดาห์ที่ 6 นักเรียนผู้นี้ย้ายที่นั่งจากที่เดิมซึ่งอยู่แถวที่ 2 นับจากหลังห้องไปนั่งแถวหน้าสุด เพราะครูเห็นว่าตัวเล็กและไม่ตั้งใจเรียน การเปลี่ยนที่นั่งจากตำแหน่งที่อยู่ไกลครูมาอยู่ใกล้ครูมากขึ้น อาจเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้นักเรียนคนนี้มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนมากขึ้น อย่างไรก็ตามในกรณีทั่ว ๆ ไป การเปลี่ยนที่นั่งไม่สามารถทำให้พฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนเพิ่มขึ้น ดังจะเห็นได้จากนักเรียนกลุ่มควบคุมคนที่ 12 ก็ถูกย้ายที่นั่งจากที่นั่งเดิมแถวที่ 3 มานั่งแถวหน้าสุดตรงกลางในต้นสัปดาห์ที่ 7 แต่ระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนผู้นี้ก็ไม่ได้เพิ่มขึ้น

เมื่อพิจารณานักเรียนกลุ่มควบคุมคนที่ 3 พบว่า ในระยะที่นักเรียนกลุ่มทดลองใช้วิธีควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนนั้น นักเรียนกลุ่มควบคุมผู้นี้ก็มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นด้วย โดยมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นจากระยะเส้นฐานพฤติกรรมถึง

ร้อยละ 36.14 และพฤติกรรมตั้งใจเรียนที่เพิ่มขึ้นนี้อยู่ในระดับใกล้เคียงกับนักเรียนกลุ่มทดลอง คนที่ 10 ซึ่งเป็นคนที่มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นน้อยที่สุดในกลุ่มทดลอง การที่ระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมผู้วิจัยเพิ่มขึ้น อาจเป็นเพราะการลอกเลียนแบบพฤติกรรมนักเรียนกลุ่มทดลองคนที่ 3 ซึ่งนั่งคู่กัน และนักเรียนผู้วิจัย เป็นที่เล่าของนักเรียนกลุ่มทดลองคนที่ 11 ซึ่งอยู่คนละห้อง ผู้วิจัยทราบความสัมพันธ์นี้เมื่อการทดลองได้ดำเนินมาถึงสัปดาห์ที่ 5 แล้ว

การพิจารณาข้อมูลนักเรียนกลุ่มควบคุมเป็นรายบุคคล ยังพบด้วยว่า มีบางครั้ง ที่พฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนสูงขึ้นมากแต่พฤติกรรมตั้งใจเรียนที่เปลี่ยนไปนี้ ไม่ใช่เหตุการณ์ปกติของนักเรียนคนนั้น ๆ กล่าวคือ มีตัวแปรอื่นที่ผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมได้เข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น นักเรียนถูกครูดุ ตักเตือน หรือลงโทษเนื่องจากมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน หรือครูให้ทำงานในห้อง และสั่งให้ส่งงานเมื่อหมดชั่วโมง และครูยังคาดหวังคนที่ทำงานไม่เสร็จเป็นต้น ตัวแปรเหล่านี้ มีผลทำให้พฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนเพิ่มขึ้น

ข. นักเรียนกลุ่มทดลอง

จากการพิจารณาข้อมูลของนักเรียนกลุ่มทดลองเป็นรายบุคคล (แผนภูมิรูปที่ 2) พบว่าระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในระยะที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง ของนักเรียนแตกต่างกันมาก กล่าวคือ นักเรียนคนที่ 5 และนักเรียนคนที่ 7 มีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมตั้งใจเรียนในระยะนี้สูงที่สุด คือ เฉลี่ยร้อยละ 95 ส่วนนักเรียนคนที่ 10 มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนต่ำที่สุด คือ เฉลี่ยร้อยละ 53.63 ซึ่งต่างจากคนที่มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนสูงสุดถึงร้อยละ 41.37 และเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยพฤติกรรมตั้งใจเรียนที่เพิ่มขึ้น ในระยะที่ให้นักเรียนใช้วิธีควบคุมตนเอง พบว่า นักเรียนคนที่ 9 มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นมากที่สุดคือ เพิ่มขึ้นร้อยละ 74.17 และนักเรียนคนที่ 10 มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นน้อยที่สุด คือ เพิ่มขึ้นร้อยละ 38.63 ความแตกต่างระหว่างนักเรียนคนที่มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นมากที่สุด กับนักเรียนคนที่มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นน้อยที่สุดเป็นร้อยละ 35.54

ในระยะที่ทำการติดตามผลก็พบว่าระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนแตกต่างกันมากเช่นเดียวกับระยะที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง กล่าวคือ นักเรียนคนที่ 1, 2, และ 5 มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมตั้งใจเรียนสูงถึงร้อยละ 95 ในขณะที่นักเรียนคนที่ 3 มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเฉลี่ยเพียงร้อยละ 15

จากผลการพิจารณาข้อมูลในระบะที่ใช้วิธีควบคุมตนเองและระยะติดตามผลของนักเรียนกลุ่มควบคุมเป็นรายบุคคลนี้ แสดงให้เห็นว่ามีตัวแปรที่เกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีผลต่อการปรับพฤติกรรมด้วยวิธีควบคุมตนเอง และการรักษาพฤติกรรมที่ปรับด้วยวิธีควบคุมตนเอง ดังที่ Karoly (1977 : 263) ได้กล่าวไว้ว่าการปรับพฤติกรรมด้วยวิธีควบคุมตนเอง ยังขาดความสนใจในเรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคล



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย