

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การออกแบบวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ต่อการเพิ่มระดับการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง (กลุ่มทดลอง) กับกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง (กลุ่มควบคุม) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบทดสอบก่อนและหลังการทดลองโดยมีกลุ่มควบคุม (Randomized pretest-posttest control group design)

กลุ่มตัวอย่างและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนคำเขื่อนแก้วชนูปถัมภ์ อำเภอคำเขื่อนแก้ว จังหวัดยโสธร ปีการศึกษา 2542 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน โดยวิธีดังนี้

1. คัดเลือกนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ดังนี้

- 1.1 มีคะแนนเฉลี่ยสะสมของเทอมต้น ปีการศึกษา 2542 ที่ต่ำกว่า 2.00
- 1.2 ไม่ได้อยู่ในโปรแกรมการเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอื่นๆ

2. ให้นักเรียนที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ข้อ 1.1-1.2 จำนวน 60 คนทำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง คัดเลือกนักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง ต่ำกว่า 327 คะแนน (ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยที่ได้จากเกณฑ์ปกติของคะแนนในกลุ่มนักเรียน 100 คน $-1SD$) (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ง. หน้า 165) ให้นักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ดังกล่าวจำนวน 28 คน

3.ประชุมชี้แจงกฎเกณฑ์ในการเข้าร่วมโครงการกับนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ทั้ง 28 คน เพื่อสำรวจความสมัครใจในการเข้าร่วมโครงการและตระหนักในปัญหาการเรียนและพร้อมที่จะแก้ไข รวมทั้งบอกข้อจำกัดในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ว่าสามารถรับได้เพียง 20 คน ขออาสาสมัครที่สามารถเข้าร่วมโครงการได้ทุกครั้ง ได้นักเรียนที่อาสาสมัครจำนวน 20 คน

4.แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Sample Random Sampling) โดยกลุ่มทดลองจะได้เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง และกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง แต่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง หลังจากสิ้นสุดการทดลองแล้ว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง (self - efficacy for self - regulated learning) ที่พัฒนามาจากแบบสัมภาษณ์การเรียนรู้การกำกับตนเองอย่างมีโครงสร้าง (Self-Regulated learning Interview Schedule (SRLIS)) ของซิมเมอร์แมนและมาติเนซ-พอนส์ (Zimmerman and Martinez -Pons ,1988) และกรอบแนวคิดการเรียนรู้การกำกับตนเองของพินทริชและดีกรูท (Printric and De- Groot , 1990) และแนวคิดการรับรู้ความสามารถของตน (self- efficacy) ของแบนดูรา (Bandura)

1. ลักษณะของแบบวัด

แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง เป็นมาตรวัดชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 11 ระดับจาก 0 -10 โดยผู้ตอบสามารถเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว แบบวัดมีจำนวน 70 ข้อ วัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง 11 ด้านตามแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้การกำกับตนเองของซิมเมอร์แมนและมาติเนซ-พอนส์ (Zimmerman และ Martinez - Pons ,1988) 14 ด้าน รวมกับกลยุทธ์ที่ใช้ทางปัญญา (Cognitive strategy use) ได้แก่ การเชื่อมโยง (Elaboration) ของพินทริชและดีกรูท (Printric and De- Groot , 1990) (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ข. หน้า 146) ดังนี้

1. การประเมินตนเอง (Self – Evaluation) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการริเริ่มประเมินคุณภาพและความก้าวหน้าในงานของตนเอง เช่น “ ฉันตรวจสอบการทำงานเพื่อให้แน่ใจว่าได้ทำถูกต้อง ” ประกอบด้วยข้อกระทง 8 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1-8

2. การจัดรูปแบบและการเปลี่ยนแปลงรูปแบบ(Organization and Transformation) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการจัดหรือเปลี่ยนแปลงในเนื้อหาการเรียนใหม่เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ เช่น “ ฉันวางโครงร่างก่อนที่จะลงมือเขียนรายงาน ” ประกอบด้วยข้อกระทง 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 9-14

3. การตั้งเป้าหมายและการวางแผน (Goal Setting and Planning) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการตั้งเป้าหมายในการเรียนหรือเป้าหมายในระยะยาว และการวางแผนเกี่ยวกับลำดับเหตุการณ์ เวลาและการทำกิจกรรมให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เช่น “ ฉันเริ่มศึกษาเนื้อหา ก่อนสอบ 2 สัปดาห์และจะทำอย่างสม่ำเสมอ ” ประกอบด้วยข้อกระทง 7 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 15-21.

4. การค้นหาข้อมูลข่าวสาร (Information Seeking) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามของนักเรียนที่จะได้ข้อมูลเพิ่มเติมจากแหล่งข้อมูลอื่นที่ไม่ใช่แหล่งข้อมูลทางสังคม (Social Source) เช่น “ ก่อนที่จะเริ่มเขียนรายงาน ฉันจะไปห้องสมุดเพื่อค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องที่จะทำให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ” ประกอบด้วยข้อกระทง 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 22-24

5. การจดบันทึกและการเตือนความจำ (Keeping Record and Monitoring) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามของนักเรียนที่จะจดบันทึกเหตุการณ์หรือผลลัพธ์ต่างๆ เช่น “ฉันจดบันทึกการอภิปรายในชั้นเรียน”หรือ “ฉันจดบันทึกรายการคำศัพท์ที่ฉันไม่เข้าใจ” ประกอบด้วยข้อกระทง 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 25-29.

6. การจัดสภาพแวดล้อม (Environmental Structuring) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามของนักเรียนที่จะเลือก หรือจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ง่ายขึ้น เช่น “ ฉันจะแยกตัวออกจากสิ่งที่ทำให้ฉันเสียสมาธิ ” หรือ “ ฉันจะปิดวิทยุเพื่อให้มีสมาธิในการทำงาน ” ประกอบด้วยข้อกระทง 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 30-34.

7. การให้รางวัลต่อความสำเร็จ และลงโทษต่อความล้มเหลวของตน (Self-consequences) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการจัด หรือการนึกถึงรางวัล หรือการลงโทษต่อความสำเร็จหรือความล้มเหลวที่จะได้รับ เช่น “ ถ้าฉันสอบได้คะแนนดี ฉันจะให้รางวัลตัวเองด้วยการไปดูภาพยนตร์ ” ประกอบด้วยข้อกระทง 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 35-40.

8. การฝึกหัดและการจำ (Rehearsing and Memorizing) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามของนักเรียนที่จะจดจำสิ่งต่างๆ โดยการฝึกทั้งแบบที่แสดงออกและไม่แสดงออกภายนอก เช่น “ ในการเตรียมตัวสอบวิชาคณิตศาสตร์ ฉันจะฝึกเขียนสูตรต่างๆ จนกระทั่งฉันจำได้ ” ประกอบด้วยข้อกระทง 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 41-45.

9. การขอความช่วยเหลือทางสังคม (Seeking social assistance) ประกอบด้วยด้านที่ 9 – 11 ของซิมเมอร์แมนและมาตินเนส-พอนส์ (Zimmerman และ Martinez – Pons ,1988) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการขอความช่วยเหลือจาก เพื่อน (9) ครู (10) ผู้ใหญ่ (11) เช่น “ เมื่อมีปัญหาในการทำแบบฝึกหัดคณิตศาสตร์ฉันจะขอร้องให้เพื่อนช่วย ” ประกอบด้วยข้อกระทง 12 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 46-57.

10. การทบทวนจากบันทึกต่างๆ (Reviewing Records) ประกอบด้วยด้านที่ 12 – 14 ของซิมเมอร์แมนและมาตินเนส-พอนส์ (Zimmerman และ Martinez – Pons ,1988) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามของนักเรียนที่จะทบทวนสมุดจด (12) ข้อสอบ (13) หรือตำราเรียน (14) เพื่อเตรียมสำหรับการเรียนหรือสอบ เช่น “ ในการเตรียมตัวสอบ ฉันจะทบทวนสมุดจดของฉัน ” ประกอบด้วยข้อกระทง 8 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 58-65.

11. การเชื่อมโยง (Elaboration) เป็นกลวิธีที่ใช้ทางปัญญา (Cognitive strategy use) ประกอบด้วยข้อกระทง 5 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 66-70.

2. ลักษณะการให้คะแนน

ลักษณะการให้คะแนน เป็นการให้คะแนนความมั่นใจในการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียนในแต่ละวิธีได้สำเร็จ โดยคะแนน 0 หมายถึง ไม่มั่นใจเลย คะแนนความมั่นใจจะเพิ่มขึ้นช่วงละ 1 คะแนน (0 1 2 3) จนถึง 10 คะแนนในแต่ละข้อคำถาม คะแนนที่สูงแสดงถึงว่ามีการรับรู้ความสามารถในการเรียนรู้แบบกำกับตนเองที่สูง

ขั้นตอนการสร้างแบบวัด

ศึกษาแบบสัมภาษณ์การเรียนรู้การกำกับตนเองของซิมเมอร์แมนและมาตินเนส-พอนส์ และของพรินทริชและดีกรูท สรุปได้ดังนี้

ก.แบบสัมภาษณ์การเรียนรู้การกำกับตนเองของซิมเมอร์แมนและมาตินเนส-พอนส์

ซิมเมอร์แมนและมาตินเนส-พอนส์ (Zimmerman and Martinez – Pons ,1988) สัมภาษณ์นักเรียนเกรด 10 จำนวน 80 คนจากโรงเรียนมัธยมแถบชานเมือง โดยสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่แตกต่างกัน สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างแต่ละคน 7-15 นาที ในสถานการณ์ที่ต่างกัน 6 สถานการณ์ คือ 1) สถานการณ์ในห้องเรียน 2) เมื่ออ่านหนังสือที่บ้าน 3) เมื่อได้รับมอบหมายให้ทำรายงานให้สำเร็จ 4) เมื่อได้รับมอบหมายให้ทำโจทย์วิชาคณิตศาสตร์ 5) เมื่อเตรียมตัวสอบ 6) เมื่อไม่มีแรงจูงใจในการทำงาน คำถามที่ใช้ 6 สถานการณ์มีดังนี้

1. สมมติว่าขณะนี้คุณอยู่ในชั้นเรียน ครูกำลังอภิปรายในชั้นเรียน เช่น เรื่องประวัติศาสตร์ การเคลื่อนไหวด้านสิทธิมนุษยชน และบอกว่าจะทำการทดสอบเรื่องนี้ คุณมีวิธีที่จะช่วยในการจดจำเรื่องที่อภิปรายนี้ได้อย่างไรบ้าง
2. ครูมักจะให้นักเรียนเขียนรายงานเป็นการบ้าน เช่นประวัติของครอบครัว โดยใช้คะแนนจากงานเขียนนี้เป็นคะแนนหลักในวิชาที่เรียน คุณมีวิธีเฉพาะที่จะใช้วางแผนและเขียนรายงานนี้ได้อย่างไรบ้าง
3. คุณมีวิธีเฉพาะในการทำโจทย์วิชาคณิตศาสตร์ให้สำเร็จได้อย่างไรบ้าง
4. ครูส่วนใหญ่มักจะทดสอบหลังการเรียน เพื่อนำผลการทดสอบไปตัดเกรดตอนปลายปี คุณมีวิธีเฉพาะสำหรับการเตรียมตัวสอบในวิชาต่างๆ เช่น วิชาภาษาอังกฤษ หรือวิชาประวัติศาสตร์อย่างไรบ้าง
5. หลายครั้งที่นักเรียนมีปัญหาในการทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จสมบูรณ์ เพราะมีสิ่งอื่นที่น่าสนใจมากกว่า คุณมีวิธีเฉพาะที่จะจูงใจตนเองให้ทำการบ้านให้เสร็จขณะที่มีเหตุการณ์อื่นที่ดึงดูดใจมากกว่าอย่างไรบ้าง

6. นักเรียนส่วนใหญ่พบว่า มีความจำเป็นที่จะต้องทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จ หรือต้องเตรียมตัวอ่านหนังสือที่บ้านเพื่อเตรียมสำหรับเรียนในวันถัดไป คุณมีวิธีการที่จะทำให้การอ่านหนังสือที่บ้านดีขึ้นอย่างไรบ้าง

คำตอบที่ได้จากการสัมภาษณ์ นำมาหาความสอดคล้องโดยวิธีให้นักศึกษาปริญญาโท ประเมิน พบว่ามีระดับความเห็นด้วยมากกว่า 80% ข้อความที่ไม่เห็นด้วย จะนำกลับไปตรวจสอบกับคำจำกัดความของแต่ละวิธีและอภิปรายจนหาข้อตกลงได้ จากนั้นประเมินกลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียนด้วย Rating Student Self – Regulated Learning Outcome : A Teacher Scale (RSSRL) ที่พัฒนาโดยซิมเมอร์แมนและมาติเนซ-พอนส์ (Zimmerman and Martinez – Pons 1988) ซึ่งประเมินโดยครู จำนวน 3 คน เป็นผู้ชาย 2 คน เป็นผู้หญิง 1 คน แต่ละคนมีประสบการณ์ในการสอนมากกว่า 5 ปี เป็นตัวแทนของแต่ละสาขาวิชา ได้แก่ วิชาภาษาอังกฤษ วิชาสังคมศึกษา และวิชาคณิตศาสตร์ และยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ค่าความเที่ยงของมาตราวัด RSSRL ที่ทดสอบด้วย Kuder – Richardson formula 20 เท่ากับ .95 เมื่อทดสอบวิชาคณิตศาสตร์และวิชาภาษาอังกฤษ ด้วยแบบทดสอบมาตรฐาน Metropolitan Achievement Test (MAT) คะแนนเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานวิชาคณิตศาสตร์ เท่ากับ 77.15 และ 7.82 ตามลำดับ และคะแนนเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานวิชาภาษาอังกฤษเท่ากับ 74.88 และ 17.25 ตามลำดับ

ผลการวัดการใช้กลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเองด้วยการสัมภาษณ์นักเรียนและจากการประเมินของครู พบว่ามีความแตกต่างกัน แต่ทั้งสองวิธีแสดงให้เห็นถึงการมีพื้นฐานภาวะสันนิษฐานร่วมกัน สหสัมพันธ์ Canonical ระหว่างการประเมินของครูกับการรายงานตนเองเกี่ยวกับกลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียนมีค่าค่อนข้างสูง ($R = .70$) ผลของค่าสหสัมพันธ์ Canonical แสดงให้เห็นชัดเจนถึง ความตรงสอดคล้อง (convergent validity) ของการวัดทั้งสองแบบ ที่ได้จากกลวิธีตามรูปแบบของ Zimmerman และ Martinez – Pons (1986) เมื่อพิจารณาความตรงสอดคล้อง (convergent validity) ของการวัดการใช้กลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียนทั้งสองวิธี พบว่ามีความตรงจำแนก (discriminant validity) ร่วมด้วย ค่าความตรงจำแนกมาจากคุณภาพของการวัด ที่สามารถแยกได้อย่างชัดเจน ระหว่างภาวะสันนิษฐานตามความหมายที่ให้ไว้ (intended construct) กับภาวะสันนิษฐานอื่นที่สัมพันธ์ใกล้ชิด (closely related construct) จากการทดสอบด้วยแบบทดสอบมาตรฐาน (MAT) พบ

ว่าผลสัมฤทธิ์ที่ได้มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียน แต่ขณะเดียวกันก็มีความแตกต่างจากการเรียนรู้การกำกับตนเองด้วย ผลการวิจัยแสดงไว้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1

น้ำหนักถ่วงปัจจัยของข้อความของ RSSRL และผลสัมฤทธิ์จากการทดสอบด้วย MAT ของวิชาคณิตศาสตร์และภาษาอังกฤษ

Variable	Factors						Communality
	Unrotated(a)			Rotated(b)			
	I	II	III	I	II	III	
RSSRL							
Item1	.81	-.37	.00	.89	-.10	.11	.79
Item2	.85	-.37	-.10	.95	-.05	.02	.87
Item3	.88	-.36	-.10	.79	.15	.05	.81
Item4	.76	-.25	-.17	.82	.06	-.08	.67
Item5	.71	-.32	-.11	.83	-.06	-.02	.62
Item6	.88	.14	-.10	.46	.54	.03	.80
Item7	.76	.44	-.10	.10	.83	.01	.79
Item8	.88	.03	.05	.52	.38	.17	.78
Item9	.75	.55	-.11	-.01	.95	-.04	.87
Item10	.90	.09	-.06	.51	.48	.05	.83
Item11	.72	.54	.03	-.08	.90	.10	.81
Item12	.86	-.13	-.06	.71	.20	.05	.75
MAT							
Mathematics	.43	.03	.79	-.13	.06	.93	.81
English	.54	-.15	.46	.28	-.05	.58	.52

หมายเหตุ I หมายถึงครุคนที่1 II หมายถึงครุคนที่2 III หมายถึงครุคนที่3

แหล่ง : (Zimmerman and Martinez – Pons 1988 หน้า 287)

ข. แบบวัดการเรียนรู้การกำกับตนเองของพินทริชและดีกรูท

แบบวัดการเรียนรู้การกำกับตนเองของพินทริชและดีกรูท (Printric and De-Groot , 1990) เป็นมาตราส่วนประเมินค่า 7 ระดับ แบบลิเคิร์ตส์เกล แบ่งเป็น 3 องค์ประกอบคือ

1. การเรียนรู้การกำกับตนเองจะรวมถึงกลวิธีการรู้คิดของตน (Metacognitive strategies)

2. กลวิธีการควบคุมความพยายามของตนเอง (Effort management strategies) เช่น มีความคงทนต่องานที่ยาก การปิดกั้นต่อสิ่งรบกวนต่างๆ การใช้สติปัญญาในการทำงาน เพื่อทำงานได้ดี

3. กลวิธีที่ใช้ทางปัญญา (Cognitive strategy use) กลวิธีต่างๆนี้ได้แก่ การท่องจำ (rehearsal) การเชื่อมโยง (elaboration) การจัดรูปแบบ (organization) การตั้งเป้าหมายและการวางแผน (goal setting and planing)

พินทริชและดีกรูท (Printric and De- Groot , 1990) ได้วิเคราะห์องค์ประกอบของแบบวัดนี้ พบว่าแบบวัดการเรียนรู้การกำกับตนเอง ประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 ประการคือ

1. ด้านกลวิธีที่ใช้ทางปัญญา (Cognitive strategy use) มี 13 ข้อ มีค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์อัลฟา เท่ากับ .80

2. ด้านการกำกับตนเอง (Self regulation) มี 9 ข้อ โดยองค์ประกอบด้านนี้ เป็นการรวมเนื้อหาด้านกลวิธีการรู้คิดของตนเอง (metacognitive strategies) และกลวิธีการควบคุมความพยายามของตนเอง (effort management strategies) เข้าไว้ด้วยกัน มีค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์อัลฟา เท่ากับ .74

ค. ขั้นตอนการสร้างแบบวัดของผู้วิจัย

ในการสร้างแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบวัดดังนี้

1. ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตน (self - efficacy) การเรียนรู้การกำกับตนเอง (self-regulated learning) และแนวคิดเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จากเอกสาร บทความ และงานวิจัยเกี่ยวกับการใช้กลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเองของซิมเมอร์

แมนและมาติเนส-พอนส์ (Zimmerman and Martinez – Pons 1986) และกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้การกำกับตนเองของพินทริชและดีกรูท (Printric and De- Groot , 1990) เพื่อนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมกับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

2. สัมภาษณ์นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนค้อวังวิทยาคม อำเภอค้อวังจำนวน 30 คน เกี่ยวกับกลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียน โดยอาศัยแนวทางจากแบบสัมภาษณ์ SRLIS ของซิมเมอร์แมนและมาติเนส-พอนส์ (Zimmerman and Martinez – Pons ,1986)

3. นำคำตอบที่ได้จากการสัมภาษณ์มาสร้างข้อคำถาม (Items) ที่ถามถึงความมั่นใจในการใช้กลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเอง ตามกลวิธีการเรียนรู้การกำกับตนเอง 14 ด้านของซิมเมอร์แมนและมาติเนส-พอนส์ (Zimmerman และ Martinez – Pons (1986) กลวิธีที่ใช้ทางปัญญา ได้แก่ การเชื่อมโยง ของพินทริชและดีกรูท (Printric and De- Groot , 1990) ที่จะนำไปสู่การมีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ได้ข้อคำถามทั้งหมด 75 ข้อและนำไปตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

1.1 ผู้วิจัยนำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองไปให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิในคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ รศ.สุภาพรณ โคตรจรัส รศ.ดร.ชุมพร ยงกิตติกุลและ รศ.ดร.พรรณราย ทรัพย์ประภา พิจารณาความตรงตามคำจำกัดความของข้อคำถามที่สร้างขึ้น โดยที่ผู้วิจัยได้กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ กลุ่มตัวอย่าง จุดมุ่งหมายในการสร้างแบบวัด และคำจำกัดความของการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองให้แก่ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อเป็นแนวทาง

1.2 นำผลการตรวจสอบของผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน มาคัดเลือก โดยถือเกณฑ์ตัดสิน 2 ใน 3 ท่าน นำข้อคำถามที่ผ่านการพิจารณา ตลอดจนข้อเสนอแนะต่าง ๆ มาพิจารณาเพื่อปรับปรุงแก้ไขตามความเหมาะสม ได้ข้อคำถามทั้งหมด 75 ข้อ

2. การตรวจความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

2.1 นำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง ซึ่งสอบถามความมั่นใจในการควบคุมตนเองในการเรียนรู้การกำกับตนเอง ไปทดลองใช้กับนักเรียนโรงเรียนโยธินธรพิทยาคม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 140 คน

2.2 นำคะแนนที่ได้จากแบบวัดมาวิเคราะห์โดยรวมคะแนนทั้งหมด แล้วเรียงลำดับจากต่ำไปสูง แบ่งคะแนนออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มต่ำและกลุ่มสูง ดังนี้

กลุ่มต่ำ หมายถึง นักเรียนที่มีคะแนนรวมอยู่ในช่วง 33% ของคะแนนต่ำสุด จำนวน 46 คน

กลุ่มสูง หมายถึง นักเรียนที่มีคะแนนรวมอยู่ในช่วง 33% ของคะแนนสูงสุด จำนวน 46 คน

2.3 นำคะแนนทั้งสองกลุ่ม มาวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรม SPSSx ดังนี้

2.3.1 นำคะแนนเฉลี่ยทั้งสองกลุ่มมาทดสอบค่าที่ (t-test) เพื่อหาอำนาจจำแนกระหว่างกลุ่มสูงกับกลุ่มต่ำในแต่ละข้อ โดยวิเคราะห์รวมทั้งฉบับ ผ่านการทดสอบค่าที่ (t-test) ทั้งหมด 75 ข้อ

2.3.2 นำข้อคำถามที่ผ่านการทดสอบค่าที่ (t-test) ทั้ง 75 ข้อ มาวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item - Total Correlation) เพื่อคัดเลือกข้อคำถามที่อยู่ในคุณลักษณะของการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองเหมือนกัน โดยตัดข้อคำถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ดังกล่าวมากกว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์วิกฤต (Critical r) จากตาราง Herzberg (1983) $n = 140$; $r > .259$ ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 ได้ข้อคำถามที่ผ่านการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item - Total Correlation) ทั้งหมด 75 ข้อ

2.4 การหาความตรงของแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง โดยใช้เทคนิคการจำแนกกลุ่มที่รู้ลักษณะแล้ว (Known group) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโยธินธรพิทยาสรรค์ จำนวน 90 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มเก่ง 45 คน กลุ่มอ่อน 45 คน

กลุ่มเก่ง หมายถึง นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม ตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป

กลุ่มอ่อน หมายถึง นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม ตั้งแต่ 1.80 และต่ำกว่า

นำคะแนนเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม มาทดสอบค่าที (t-test) เพื่อหาอำนาจจำแนก ระหว่างกลุ่มเก่งและกลุ่มอ่อนในแต่ละข้อ ผ่านการทดสอบค่าที (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญ .01 ทั้งหมด 70 ข้อจาก 75 ข้อ (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค. หน้า 155)

2.5 นำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง ทั้ง 70 ข้อไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนค้อวังวิทยาคมและโรงเรียนตระกูล ประเทืองวิทยาจำนวน 100 คน เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติของคะแนนในกลุ่ม ได้ค่าเฉลี่ย = 421.20 คะแนน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) = 93.59 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ง. หน้า 165)

3. หาค่าความเที่ยง (Reliability)

แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง ประกอบด้วย ด้านต่าง ๆ 11 ด้าน ได้แก่

1. การประเมินตนเอง (Self – Evaluation) ประกอบด้วยข้อกระทง 8 ข้อ
2. การจัดรูปแบบและการเปลี่ยนแปลงรูปแบบ (Organization and Transformation) ประกอบด้วยข้อกระทง 6 ข้อ
3. การตั้งเป้าหมายและการวางแผน (Goal Setting and Planning) ประกอบด้วยข้อกระทง 7 ข้อ
4. การค้นหาข้อมูลข่าวสาร (Information Seeking) ประกอบด้วยข้อกระทง 3 ข้อ
5. การจดบันทึกและการเตือนความจำ (Keeping Record and Monitoring) ประกอบด้วยข้อกระทง 5 ข้อ
6. การจัดสภาพแวดล้อม (Environmental Structuring) ประกอบด้วยข้อกระทง 5 ข้อ
7. การให้รางวัลต่อความสำเร็จและลงโทษต่อความล้มเหลวของตน (Self-consequences) ประกอบด้วยข้อกระทง 6 ข้อ
8. การฝึกหัดและการจำ (Rehearsing and Memorizing) ประกอบด้วยข้อกระทง 5 ข้อ
9. การขอความช่วยเหลือทางสังคม (Seeking social assistance) ประกอบด้วยข้อกระทง 12 ข้อ

10.การทบทวนจากบันทึกต่างๆ (Reviewing Records) ประกอบด้วยข้อ
 กระทบ 8 ข้อ

11 การเชื่อมโยง (Elaboration) เป็นกลยุทธ์ที่ใช้ทางปัญญา (Cognitive
 strategy use) ประกอบด้วยข้อกระทบ 5 ข้อ

นำคะแนนที่ได้จากแบบวัดทั้ง 70 ข้อ มาหาค่าความเที่ยงของแบบวัดการรับรู้
 ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความคงที่
 ภายใน (Coefficient of Internal Consistency) ด้วยสูตรของครอนบาค (Cronbach's
 Coefficiency Alfa) ได้ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ = 0.96

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. ระยะเวลาก่อนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยและสถานที่วิจัย โดยขอหนังสือ
 จากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนคำเขื่อนแก้วขุณูปถัมภ์ ในการ
 อำนวยความสะดวก และสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมของ
 เทอมต้น ปีการศึกษา 2542 ตั้งแต่ 2.00 ลงไป เข้าร่วมในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้

1.2 คัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมของเทอมต้น ปีการศึกษา 2542
 ตั้งแต่ 2.00 ลงไปและไม่ได้อยู่ในโปรแกรมการเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ได้นักเรียนที่สมัคร
 ทั้งสิ้น 60 คน

1.3 ให้กลุ่มตัวอย่างที่ผ่านเกณฑ์ ทำแบบทดสอบการรับรู้ความสามารถของ
 ตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น คัดเฉพาะผู้ที่ได้คะแนนการรับรู้ความ
 สามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองต่ำกว่าค่าเฉลี่ย -1SD คือ ต่ำกว่า 327 คะแนน ได้
 นักเรียนที่มีคุณสมบัติครบตามเกณฑ์ จำนวน 28 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ประชุมชี้แจงกฎ
 เกณฑ์ในการเข้าร่วมโครงการกับนักเรียนเหล่านี้ เพื่อสำรวจความพร้อมในการเข้าร่วมโครงการ
 พร้อมทั้งบอกข้อจำกัดในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ว่าสามารถรับได้เพียง 20 คน ขออาสาสมัครที่
 สามารถเข้าร่วมโครงการได้ทุกครั้ง ได้นักเรียนที่อาสาสมัคร จำนวน 20 คน เมื่อได้กลุ่มตัวอย่าง
 จำนวน 20 คนแล้ว ผู้วิจัยสุ่มกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน

1.4 สนทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มทดลองทั้ง 10 คน เพื่อสัมภาษณ์และทำความเข้าใจในการเข้าร่วม การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยการพูดคุยเกี่ยวกับความต้องการและเป้าหมายของการเข้ากลุ่มของกลุ่มตัวอย่าง ตลอดจนลักษณะการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

2. ระยะดำเนินการทดลอง

2.1 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง โดยใช้เวลาในการเข้ากลุ่มทั้งหมด 12 ครั้ง ๆ ละ 1.30 - 2 ชั่วโมง ในระยะเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้ง รวมเวลาที่ใช้ทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง เริ่มตั้งแต่วันที่ 11 พฤศจิกายน 2542 - 21 ธันวาคม 2542 โดยนักเรียนจะต้องเข้าร่วมโปรแกรมการประชุมกลุ่มทุกครั้ง ถ้าหากนักเรียนคนใดขาดการประชุมเกิน 1 ครั้งจะไม่มีคำแนะนำจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองมาพิจารณาและในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุม จะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง แต่หลังจากสิ้นสุดการทดลอง กลุ่มควบคุมจะได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง

2.3 การเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม โดยมีบทบาทในการเอื้ออำนวยให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่ม กำหนดทิศทางของกลุ่ม รวมทั้งเอื้ออำนวยการอภิปรายเพื่อให้สมาชิกเรียนรู้และแบ่งปันประสบการณ์ในการเรียน เน้นความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในการแก้ปัญหาของตนเอง และใช้เทปบันทึกเสียงตลอดระยะเวลาการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

2.4 สรุปรการประชุมกลุ่มในวันที่ 21 ธันวาคม 2542

3. ระยะหลังการทดลอง

3.1 เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเอง เป็นการทดสอบหลังการทดลอง (Post-test) โดยให้ทั้งสองกลุ่มทำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองพร้อมกันที่ห้องโสตทัศนูปกรณ์ ในวันที่ 21 ธันวาคม 2542

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

โดยนำผลที่ได้จากการตอบแบบวัด มาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์ผล เปรียบเทียบข้อมูลโดยใช้วิธีทางสถิติ

การเก็บข้อมูล

ผู้วิจัยทดสอบกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองก่อนและหลังการทดลอง

โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง

จากแนวคิดของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ที่กล่าวถึงความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ว่า มนุษย์ต้องการที่จะให้และได้รับความรักจากผู้อื่นรู้สึกถึงความมีคุณค่าในตนเองและรู้สึกว่าคุณค่าต่อผู้อื่น หากบุคคลไม่ได้รับความต้องการพื้นฐานเหล่านี้เขาก็จะพัฒนาเอกลักษณ์ของตนไปสู่เอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (failure identity) ดังนั้นการที่จะช่วยให้เขาสามารถพัฒนาเอกลักษณ์ไปสู่เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จได้ ก็โดยการช่วยให้เขาสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานดังกล่าวโดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น ดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพเต็มที่ และมีความสุขในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นต่อไป

การกำหนดโปรแกรม ยึดหลักการสำคัญของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง (Reality Therapy) ของกลาสเซอร์ หลักการสำคัญของแนวคิดนี้มี 8 ประการ คือ

1. การสร้างสัมพันธภาพของการปรึกษา
2. การเน้นพฤติกรรมปัจจุบัน
3. การประเมินคุณค่าของพฤติกรรม
4. วางแผนสร้างพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ
5. การผูกมัดตนเองที่จะปฏิบัติตามแผนที่กำหนด
6. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว
7. การไม่ใช้การลงโทษ
8. การไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ

ผู้วิจัยใช้แนวคิดข้างต้นและหลักการทั้ง 8 ประการ มาจัดโปรแกรมกลุ่มเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ดังนี้

1. สัมพันธภาพของการปรึกษา ผู้นำกลุ่มต้องสร้างบรรยากาศกลุ่มให้มีความเป็นมิตร อ่อนโยน จริงใจ ใส่ใจต่อกันอย่างแท้จริง มีความไว้วางใจ โดยผู้นำกลุ่มเป็นตัวแทนของผู้ที่มีความรับผิดชอบ จริงใจ ใส่ใจต่อสมาชิกกลุ่มอย่างแท้จริง บรรยากาศของความจริงใจและไว้วางใจจะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ที่จะสร้างสัมพันธภาพที่จริงใจต่อกัน เต็มใจที่จะเปิดเผยตนเองและสำรวจตนเองเพื่อตระหนักถึงการแสดงออกของตนเองอย่างชัดเจน เพื่อหาแนวทางแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมต่อไป

2. การตระหนักรู้ต่อตนเอง ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกแต่ละคนได้สำรวจตนเอง ทำความเข้าใจและยอมรับตนเองถึงความสามารถ ความเข้มแข็งและการแสดงออกของตนเอง ต่อสิ่งแวดล้อมและบุคคลรอบข้าง โดยเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบันที่ตนต้องการเปลี่ยนหรือพฤติกรรมที่แสดงออกในขณะที่มีความรู้สึกไม่พอใจของตน ผู้นำกลุ่มจะไม่ส่งเสริมให้สมาชิกได้พิจารณาถึงอดีตที่ผ่านมาไปแล้ว หรืออนาคตที่ยังไม่เกิดขึ้นมากนัก จะเน้นที่การทำให้สมาชิกสามารถเข้าใจและยอมรับถึงการกระทำของตนเอง และผลของการกระทำนั้นว่ามีผลอย่างไร

3. สมาชิกเรียนรู้การเปลี่ยนแปลงที่ดีกว่า เมื่อสมาชิกกลุ่มสามารถตระหนักถึงการกระทำและความรับผิดชอบของตนแล้ว ผู้นำกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาหาแนวทางการเปลี่ยนแปลงเพื่อสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เหมาะสมโดยเน้นวิธีการหลัก คือ WDEP ได้แก่ การสำรวจความต้องการของตนเอง (Want) ตระหนักถึงพฤติกรรมปัจจุบันของตน (Direction and doing) การประเมินคุณค่าของพฤติกรรม (Evaluation) และการวางแผนเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Planning and Commitment) และหาแนวทางเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้อย่างถูกต้อง ตามความเป็นจริง ตามหลักศีลธรรมจรรยา

จากข้อมูลที่ได้จากการศึกษานำร่อง (Pilot study) การนำโปรแกรมการประชุมกลุ่มไปใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนค้อวังวิทยาคม ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ พบว่าสามารถเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองได้ ผู้วิจัยจึงนำมาปรับปรุงและพัฒนาโปรแกรมและกำหนดเวลาในการดำเนินการ โดยใช้เวลาจัดกลุ่มทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1.30 - 2 ชั่วโมง รวมเวลาที่ใช้ทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง เริ่มตั้งแต่วันที่ 11 พฤศจิกายน 2542 – 21 ธันวาคม 2542 มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ระยะเวลาที่ใช้ในการประชุมกลุ่ม

ครั้งที่	หลักการ	วัน เดือน ปี	เวลา	ระยะเวลา (ชั่วโมง)
1	การสร้างสัมพันธภาพ	11 พ.ย 2542	14.40 -16.40	2
2	การสร้างสัมพันธภาพ	15 พ.ย 2542	14.40 -16.40	2
3	การสร้างสัมพันธภาพและการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ	18 พ.ย 2542	14.40 -16.40	2
4	การสำรวจพฤติกรรม/ การเน้นพฤติกรรมปัจจุบัน	22 พ.ย 2542	14.40 -16.40	2
5-6	การประเมินคุณค่าพฤติกรรม	25 พ.ย 2542	14.40 -16.40	2
		29 พ.ย 2542	14.40 -16.40	2
7	การวางแผนเพื่อการกระทำ/ การประกาศข้อผูกมัด	2 ธ.ค 2542	14.40 -16.40	2
8-11	การดำเนินการตามแผน/ ไม่ใช่	6 ธ.ค 2542	16.00 – 16.30	1.30
	การลงโทษ/ ไม่ยอมรับข้อแก้ตัว/ ไม่ล้มเลิกความตั้งใจ	9 ธ.ค 2542	15.00 – 16.30	1.30
		13 ธ.ค 2542	15.00 – 16.30	1.30
		16 ธ.ค 2542	15.00 – 16.30	1.30
12	สรุปและยุติบริการการปรึกษา	21 ธ.ค 2542	14.40 -16.40	2

โปรแกรมการประชุมกลุ่ม

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	การสร้างสัมพันธภาพ (Involvement)	เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความรู้สึกเป็นมิตรและ พัฒนาความไว้วางใจ	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ ระยะเวลาในการประชุมกลุ่มและข้อตกลงของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ด้วยท่าที่ที่อบอุ่นและแสดงความเป็นมิตร ช่วยเอื้อให้เกิดบรรยากาศของความเป็นกันเองมากที่สุด - ให้สมาชิกได้มีโอกาสแนะนำตัว ทำความรู้จักซึ่งกันและกัน โดยให้แต่ละคนได้บอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตัวเอง ได้แก่ความเป็นมา เกิดที่ไหน สภาพครอบครัว สิ่งที่ชอบหรือพอใจในตัวเอง - ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน - เมื่อทุกคนเล่าเกี่ยวกับตัวเองแล้วให้กลุ่มช่วยกันสรุป ความรู้สึกที่ได้รับจากการเป็นผู้เล่าและการรับฟังผู้อื่น - พบว่าสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นในระยะนี้ยังคงมีลักษณะเป็นสัมพันธภาพทางสังคม - กล่าวปิดกลุ่ม

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	การสร้างสัมพันธภาพ (Involvement)	เพื่อพัฒนาบรรยากาศของความไว้วางใจมากขึ้น มีความเป็นมิตรและส่งเสริมให้มีการเปิดเผยตัวเองมากขึ้น	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสรุปสิ่งที่พูดคุยกันในครั้งที่ 1 - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้บอกเล่าความรู้สึกในการเข้ากลุ่มครั้งที่ 1 และพิจารณาแนวทางในการดำเนินกลุ่มร่วมกัน - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกทำความคุ้นเคยและเปิดเผยตัวเองมากขึ้นโดยใช้กิจกรรม " ตราประจำตัว " พบว่าบรรยากาศของกลุ่มก่อให้เกิดความไว้วางใจและความเข้าใจมากขึ้น
3	การสร้างสัมพันธภาพและการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จโดยตระหนักเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อพัฒนาบรรยากาศของความไว้วางใจ อบอุ่นใจและความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย ซึ่งบรรยากาศนี้จะคงไว้ตลอดกระบวนการให้การปรึกษา - ส่งเสริมให้สมาชิกรับรู้ความสามารถของตนเองมองเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่นซึ่งเป็นพื้นฐาน 	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้พิจารณาประสบการณ์แห่งความสำเร็จของตนโดยใช้บทความ "แห่งความสำเร็จ" ของ รศ.ดร.โสรัจ โปธิแก้ว เป็นสื่อในการบอกเล่า - ให้สมาชิกได้บอกเล่าและแลกเปลี่ยนประสบการณ์แห่งความภาคภูมิใจ/ ความสำเร็จเพื่อเป็นการวางพื้นฐานให้สมาชิกได้ตระหนักถึงความสำคัญของการ

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
4ถึง11	การสำรวจพฤติกรรม การเน้นพฤติกรรม ปัจจุบัน(Focus on Present Behavior) เน้นหลักการ WDEP W หมายถึง การ สำรวจความต้องการ	ฐานสำคัญของการ พัฒนาไปสู่การมีเอก ลักษณ์แห่งความสำเร็จ เพื่อส่งเสริมสมาชิกให้ เกิดการรับรู้ความต้องการ หรือเป้าหมายของตน อย่างชัดเจน ซึ่งเป็นพื้น ฐานสำคัญที่จะทำให้ สมาชิกพิจารณาพฤติ กรรมปัจจุบันของตนได้ว่า	ให้และการได้รับความรักและความรู้ สึกมีคุณค่าในตนเอง และเกิดความ เชื่อมั่นในความสามารถของตน - ผู้นำกลุ่มประเมินสัมพันธภาพของ สมาชิกภายในกลุ่มและการพัฒนา เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จโดยการ สังเกตและพบว่าสมาชิกมีสัมพันธ ภาพที่ดีโดยกล้าเปิดเผยตนเองและ เต็มใจในการแลกเปลี่ยนประสบ การณ์และมีลักษณะของผู้มีเอก ลักษณ์แห่งความสำเร็จ มองเห็นว่า ตนเองมีความสามารถที่จะตอบ สนองความต้องการของตนเองได้ รู้ สึกมีคุณค่าและมีความสำคัญทั้งต่อ ตนเองและผู้อื่นพร้อมที่จะสำรวจ ความต้องการและพฤติกรรม ปัจจุบันของตน - ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสรุปสิ่งที่ได้ พูดคุยในครั้งที่ 3 - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ สำรวจความต้องการหรือเป้าหมาย ในปัจจุบันของตนและให้สมาชิกแต่ ละคนบอกเล่าความต้องการหรือ เป้าหมายของตนให้เพื่อนสมาชิก

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	<p>การวางแผนเพื่อการกระทำ (Positive Plan to Action)</p> <p>การประกาศข้อผูกมัด</p>	<p>จากพฤติกรรมการแสดงออกของพฤติกรรมของตนเอง</p> <p>เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการจัดการกับพฤติกรรมของตนเอง กำหนดกลวิธีการเรียนเพื่อวางแผนแก้</p>	<p>ชอบของตนเอง</p> <p>- ผลอันเกิดจากการแสดงออกของพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบในการปฏิบัติตามหน้าที่ว่ามีผลต่อตนเองและผู้อื่นอย่างไร</p> <p>- เปิดโอกาสให้สมาชิกได้พิจารณาถึงวิธีการใช้เผชิญต่อสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดการขาดความรับผิดชอบในพฤติกรรมของตนว่าเหมาะสมหรือไม่อย่างไร</p> <p>- ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกเกิดความเข้าใจและยอมรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง</p> <p>- ผู้นำกลุ่มสังเกตได้ว่าสมาชิกที่ประเมินคุณค่าของพฤติกรรมตนเองได้ต้องตระหนักว่าพฤติกรรมปัจจุบันของตนเป็นพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบหรือไม่นำไปสู่ความสำเร็จหรือล้มเหลว เป็นพฤติกรรมที่ถูกหรือผิด</p> <p>- ผู้นำกลุ่มสรุปถึงพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบและเชื้อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงความต้องการของตนเองที่จะกระทำกับพฤติกรรมที่ตนได้</p>

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	<p>(Commitment)</p> <p>ดำเนินการตามแผน ไม่ใช้การลงโทษ (No Punishment) ไม่ยอมรับข้อแก้ตัว (No Excuses) ไม่ล้มเลิกความตั้งใจ (Refuse to give up)</p>	<p>ไขพฤติกรรมที่ขาดความ รับผิดชอบและเลือกพฤติ กรรมการเรียนที่เหมาะสม</p> <p>-เพื่อตรวจสอบการปฏิบัติ ของสมาชิกและเพื่อให้ สมาชิกได้รับประสบ- การณ์ของความสำเร็จ และรับรู้ว่าตนมีความ สามารถในการใช้กลวิธี การเรียนที่เหมาะสม</p> <p>-เพื่อส่งเสริมให้เกิดพฤติ- กรรมที่มีความรับผิดชอบ มากขึ้น</p>	<p>กระทำอยู่ในปัจจุบัน</p> <p>-เชื้ออำนาจให้สมาชิกพิจารณาวาง แผนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ขาด ความรับผิดชอบและเลือกกลวิธีการ เรียนที่เหมาะสมและเป็นไปได้จริง พร้อมทั้งให้บอกถึงแผนการปฏิบัติ ให้สมาชิกอื่นทราบ เป็นการประกาศ สัญญาเพื่อเป็นข้อผูกมัด</p> <p>-ผู้นำกลุ่มประเมินสมาชิกโดยสังเกต ว่าสมาชิกสามารถวางแผนการ ปฏิบัติที่เป็นไปได้และสามารถ ปฏิบัติได้สำเร็จ</p> <p>-ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกบอก เล่าถึงผลของการปฏิบัติตามแผนที่ กำหนดไว้ หากสมาชิกสามารถ ปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ผู้นำ กลุ่มจะให้กำลังใจเพื่อให้สมาชิกรู้ สึกว่าตนมีความสามารถที่จะทำได้ และภาคภูมิใจที่สามารถทำสำเร็จ แต่หากสมาชิกไม่สามารถปฏิบัติ ตามแผนที่กำหนดไว้ ผู้นำกลุ่มจะ ไม่ตำหนิหรือลงโทษใดๆ แต่จะให้ สมาชิกได้พิจารณาหาแนวทางปรับ ปรุงวิธีการและวางแผนวิธีการใหม่</p>

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12	สรูปและยุติบริการ ปรึกษา	เพื่อให้สมาชิกได้รับกำลังใจจากเพื่อนสมาชิกด้วยกัน เพื่อให้มีความเข้มแข็งที่จะรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนในการที่จะจัดการกับการเรียนได้อย่างเหมาะสม	ให้เหมาะสมและสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงเพื่อส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จ -ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้รายงานผลการปฏิบัติแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ที่ถูกต้องเหมาะสมและตั้งใจที่จะนำพฤติกรรมเหล่านี้ไปใช้เมื่อสิ้นสุดการประชุมกลุ่ม และเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ให้กำลังใจซึ่งกันและกันตลอดจนให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้จากการเข้าร่วมประชุมกลุ่ม

(ดูรายละเอียดกระแสดกลุ่มในภาคผนวก จ. หน้า 171 และแบบฝึกหัดในภาคผนวก ฉ. หน้า 198)

หมายเหตุ กระบวนการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง หลักการสำคัญ ได้แก่ การสร้างสัมพันธภาพ การเน้นพฤติกรรมปัจจุบัน การประเมินคุณค่าพฤติกรรม การวางแผนสร้างพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ การแสดงความมุ่งมั่น การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว การไม่ใช้การลงโทษและการไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ ซึ่งหลักการทั้ง 8 ประการนี้ จะมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันและจะต้องปฏิบัติร่วมกันไปตลอดกระบวนการให้การปรึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่วัดหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t - independent test)

2. การทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่วัดก่อนและหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t - dependent test)