

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การออกแบบการวิจัย

การออกแบบการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงทดลอง(Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่เรียกว่า การทดลองแบบทดสอบก่อนและหลังการทดลอง โดยมีกลุ่มควบคุม (Randomized Pretest-Posttest Control Group Design) มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักศึกษาพยาบาล โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง (กลุ่มทดลอง) กับกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง (กลุ่มควบคุม)

กลุ่มตัวอย่างและการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาพยาบาลปี 1 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ ปีการศึกษา 2542 ที่มีคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยมีขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากนักศึกษาพยาบาลปี 1 ทั้งหมด ตอบแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน เพื่อคัดเลือกนักศึกษาพยาบาลที่มีคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25

2. คัดเลือกนักศึกษาพยาบาลที่มีคุณสมบัติตามข้อ 1. ได้นักศึกษาพยาบาลที่เกณฑ์ดังกล่าว จำนวน 17 คน

3. ประชุมชี้แจงกฎเกณฑ์ในการเข้าร่วมโครงการกับนักศึกษาพยาบาลทั้ง 17 คน เพื่อสำรวจดูความพร้อมในการเข้าร่วมการวิจัย ซึ่งพบว่า มีนักศึกษาพยาบาลที่เป็นนักกีฬาจำนวน 1 คน ไม่สามารถเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ได้ จึงได้นักศึกษาที่สามารถเข้าร่วมโครงการวิจัยได้ทุกครั้ง จำนวน 16 คน

4. แบ่งกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาพยาบาลที่ผ่านเกณฑ์คัดเลือกข้างต้นออกเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

5.กลุ่มทดลองจะได้รับการสัมภาษณ์ สันทนาเป็นรายบุคคลเพื่อทำความเข้าใจในการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง โดยการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาทุกครั้ง จำนวน 8 ครั้ง เป็นเวลา 3 สัปดาห์ติดต่อกัน สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 2.30 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษา แต่จะทำกลุ่มให้เมื่อผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงสามารถเพิ่มการกำกับตนเองในการเรียนได้จริง จึงนำมาทำกับกลุ่มควบคุมต่อไป (กลุ่มตัวอย่างทุกคนเป็นนักศึกษาพยาบาลที่พักอยู่ในหอพักนักศึกษา สามารถมาเข้ากลุ่มการปรึกษาได้ทุกวัน คือ วันจันทร์ถึง วันศุกร์ ช่วงเวลา 17.00 – 19.30 น.)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน ที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบสัมภาษณ์การกำกับตนเองในการเรียนอย่างมีโครงสร้าง(Self-Regulated Learning Interview Schedule) หรือ SRLIS ของซิมเมอร์แมนและมาร์ทีเนซ-พอนส์ (Zimmerman and Martinez-Pons,1986,1988) กรอบแนวคิดเรื่องการกำกับตนเองในการเรียนของพินทริคและดี-กรูธ (Pintrich and De-Groot,1990) และจาก แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของ วัฒนา เตชะโกมล (2541)

ลักษณะของแบบวัด

แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน เป็นมาตรวัดชนิดมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ จาก 1-5 คือ จริงน้อยที่สุด จริงน้อย จริงปานกลาง จริงมาก และจริงมากที่สุด โดยผู้ตอบสามารถเลือกตอบได้เพียงคำตอบเดียว แบบวัดมีจำนวน 47 ข้อ วัดการกำกับตนเองในการเรียน 2 องค์ประกอบ (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ข.) ดังนี้

1.องค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา (Cognitive Strategy Use) จำนวน 39 ข้อ วัดการกำกับตนเองในการเรียนที่ใช้กลวิธีทางปัญญา 11 ด้าน ตามแนวคิดเกี่ยวกับการกำกับตนเองในการเรียนของซิมเมอร์แมนและมาร์ทีเนซ-พอนส์ (Zimmerman and Martinez-Pons,1988) 14 ด้าน รวมกับกลวิธีที่ใช้ทางปัญญาของพินทริคและดี-กรูธ(Pintrich and De-Groot,1990) ได้แก่ ด้านการเชื่อมโยง ดังนี้

1.การประเมินตนเอง(Self-Evaluation) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการริเริ่มประเมินคุณภาพและความก้าวหน้าในงานของผู้เรียน เช่น "ฉันตรวจงานของฉันเพื่อให้แน่ใจว่าฉันทำถูกต้อง" ประกอบด้วยข้อกระทง 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1,18,39,47

2.การจัดการและการปรับเปลี่ยน(Organizing and Transforming) เป็นสถานการณ์ที่แสดงการริเริ่มการจัดสื่อการเรียนใหม่เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ เช่น "ฉันทำโครงร่างก่อนที่ฉันจะเขียนรายงาน" ประกอบด้วยข้อกระทง 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 2,19,31,46

3.การตั้งเป้าหมายและการวางแผน(Goal Setting and Planning) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการตั้งเป้าหมายในการเรียน หรือเป้าหมายและการวางแผนสำหรับลำดับเหตุการณ์ การจัดเวลาและการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายให้สำเร็จ เช่น "ฉันเริ่มอ่านหนังสือ 2 สัปดาห์ก่อนสอบ แล้วฉันก็ทำด้วยตัวของฉันเอง" ประกอบด้วยข้อกระทง 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 4,15,20,45

4.การค้นหาข้อมูล(Seeking Information)เป็นสถานการณ์ที่แสดงความพยายามขอข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่างๆ เมื่อได้รับมอบหมายงาน เช่น "ก่อนที่จะเริ่มเขียนรายงาน ฉันไปห้องสมุดเพื่อหาข้อมูลให้มากที่สุดที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่จะทำรายงาน" ประกอบด้วยข้อกระทง 2 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 6,32

5.การจดบันทึกและการเตือนตนเอง(Keeping Records and Monitoring) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะบันทึกเหตุการณ์หรือผลลัพธ์ต่างๆ เช่น "ฉันจดบันทึกการอภิปรายในชั้นเรียน" หรือ "ฉันจดบันทึกรายการคำศัพท์ที่ฉันไม่เข้าใจ" ประกอบด้วยข้อกระทง 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 9,36,40

6.การจัดสภาพแวดล้อม(Environment Structuring) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะเลือกหรือจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ง่ายขึ้น เช่น "ฉันแยกตัวเองออกจากทุกสิ่งทุกอย่างที่รบกวนฉัน" หรือ "ฉันปิดวิทยุเพื่อที่จะมีสมาธิในการทำงาน" ประกอบด้วยข้อกระทง 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 10,29,44

7.การคำนึงถึงผลที่ตามมาจากการกระทำของตนเอง(Self-Consequences) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการจัดหรือนึกถึงรางวัลสำหรับความสำเร็จหรือการลงโทษสำหรับความล้มเหลวที่จะได้รับ เช่น "ถ้าฉันทำคะแนนสอบได้ดี ฉันจะไปดูภาพยนตร์" ประกอบด้วยข้อกระทง 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 8,22,41

8.การท่องจำและการจดจำ(Rehearsal and Memorizing) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะจดจำสิ่งต่างๆ โดยการฝึกที่จะแสดงออกและไม่แสดงออกภายนอก เช่น "ในการเตรียมตัวสอบคณิตศาสตร์ ฉันเขียนสูตรต่างๆจนกระทั่งจำได้" ประกอบด้วยข้อกระทง 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 12,34,43

9.การขอความช่วยเหลือทางสังคม(Seeking Social Assistance) ประกอบด้วยด้านที่ 9-11 ของซิมเมอร์แมนและมาติเนซ-พอนส์(Zimmerman and Martinez-Pons,1988) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการขอความช่วยเหลือจากเพื่อน(9) จากครู(10) และจากผู้ใหญ่(11) เช่น

“ถ้าฉันมีปัญหาในการทำแบบฝึกหัดคณิตศาสตร์ ฉันจะขอร้องขอให้เพื่อนช่วย” ประกอบด้วยข้อ
 กระทง 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 13,14,23,24,26,42

10.การทบทวนจากบันทึกต่างๆ(Reviewing Records) ประกอบด้วยด้านที่12-14
 ของซิมเมอร์แมนและมาตินเนส-พอนส์(Zimmerman and Martinez-Pons,1988) เป็นสถานการณ์ที่
 แสดงถึงความพยายามที่จะทบทวนสมุดจด(12) ข้อสอบ(13) หรือตำราเรียน(14) เพื่อเตรียมตัว
 สำหรับการเรียนหรือการสอบ เช่น “เมื่อเตรียมตัวสอบ ฉันจะทบทวนสมุดจดของฉัน” ประกอบด้วย
 ข้อกระทง 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 16,21,27

11.การเชื่อมโยง(Elaboration) เป็นกลวิธีที่ใช้ทางปัญญาของพินทริคและดี-กรูธ
 (Pintrich and De-Groot,1990) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะเชื่อมโยงสิ่งที่เรียน
 มา เช่น “เมื่อฉันอ่านหนังสือ ฉันพยายามเชื่อมโยงสิ่งที่กำลังอ่านกับสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้มาแล้ว”
 ประกอบด้วยข้อกระทง 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 28,33,35,38

2.องค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง(Self-Regulation) หมายถึง ความรู้ของบุคคล
 เกี่ยวกับกลวิธีที่เหมาะสมที่จะใช้ในการทำให้การทำงานนั้นบรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ
 เป็นความสามารถในการตรวจสอบความคิดของตนเอง เป็นวิธีที่จะช่วยให้เกิดความเข้าใจการจัด
 ระบบ การวางแผน การลงมือปฏิบัติ และการประเมินผลทั้งในสิ่งที่ทำไปแล้วและกับสิ่งที่จะทำต่อ
 ไป เป็นกระบวนการที่บุคคลวางแผน ควบคุม และกำกับพฤติกรรมของตนเอง เป็นกรู้ว่าจะ
 ทำงานนั้นอย่างไรและเมื่อไร เป็นกระบวนการคิด ตัดสินใจ เลือกใช้วิธีการเรียนที่มีอยู่ให้เหมาะสม
 สอดคล้องกับการเรียน ซึ่งมีจำนวน 8 ข้อ วัดการกำกับตนเองในการเรียน 2 ด้าน ตามแนวคิดของ
 พินทริคและดี-กรูธ(Pintrich and De-Groot,1990) ดังนี้

1.เมตาคอคนิชั่น(Metacognitive Strategies) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความรู้อ
 ในการใช้กลวิธีอย่างเหมาะสม เช่น “เมื่อฉันอ่านหนังสือ ฉันจะทบทวนความเข้าใจเป็นตอนๆไป”
 ประกอบด้วยข้อกระทง 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 3,11,17,25

2.การควบคุมความพยายามของตนเอง(Effort Management Strategies) เป็น
 สถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามในการวางแผนควบคุมและกำกับพฤติกรรมของตนเอง เช่น
 “ฉันจะฝึกทำแบบฝึกหัดและตอบคำถามท้ายบทเรียน แม้ว่าครูจะไม่ได้มอบหมายให้ทำ” ประกอบ
 ด้วยข้อกระทง 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 5,7,30,37

ลักษณะการตอบและการตรวจให้คะแนน

วิธีการตอบแบบวัดนั้น ทำโดยให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วกาเครื่องหมาย / ในช่อง
 จริงมากที่สุด จริงมาก จริงปานกลาง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด ที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน
 โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนเป็น 5 4 3 2 และ 1 ตามลำดับ

คะแนนรวมจากแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนทั้งฉบับ มีช่วงคะแนนระหว่าง 47 ถึง 235 คะแนนต่ำ หมายถึง มีการกำกับตนเองในการเรียนต่ำ คะแนนสูง หมายถึง มีการกำกับตนเองในการเรียนสูง

ขั้นตอนการสร้างแบบวัด

ผู้วิจัยศึกษาแบบสัมภาษณ์การกำกับตนเองในการเรียนอย่างมีโครงสร้างของซิมเมอร์แมน และมาร์ทีเนส-พอนส์(1986,1988)กรอบแนวคิดเรื่องการกำกับตนเองในการเรียนของพินทริคและดี-กอร์ธ(1990) และแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของวัฒนา เตชะโกมล(2541) สรุปได้ดังนี้

ก. แบบสัมภาษณ์การกำกับตนเองในการเรียนอย่างมีโครงสร้างของซิมเมอร์แมน และมาร์ทีเนส-พอนส์(1986,1988)

ซิมเมอร์แมนและมาร์ทีเนส-พอนส์(Zimmerman and Martinez-Pons,1986) สัมภาษณ์นักเรียนเกรด 10 จำนวน 80 คน จากโรงเรียนมัธยมแถบชานเมือง โดยสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่แตกต่างกัน สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนๆละ 15 นาที ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน 6 สถานการณ์ คือ สถานการณ์ในห้องเรียน เมื่ออ่านหนังสือที่บ้าน เมื่อได้รับมอบหมายให้ทำรายงานให้สำเร็จ เมื่อได้รับมอบหมายให้ทำโจทย์คณิตศาสตร์ เมื่อเตรียมตัวสอบ และเมื่อไม่มีแรงจูงใจในการทำงาน คำถามที่ใช้ของ 6 สถานการณ์ดังกล่าว คือ

1.ขณะที่ครูกำลังอภิปรายอยู่หน้าชั้นเรียน เช่น ในเรื่องประวัติศาสตร์การเคลื่อนไหวด้านสิทธิมนุษยชน และบอกว่าจะมีการทดสอบเรื่องนี้ คุณมีวิธีที่จะช่วยในการจดจำเรื่องนี้อภิปรายนี้อย่างไรบ้าง

2.ครูมักจะให้นักเรียนเขียนรายงานมาเป็นการบ้าน เช่น เรื่องประวัติครอบครัว โดยใช้คะแนนจากงานเขียนนี้เป็นคะแนนหลักในวิชาที่เรียน คุณมีวิธีการวางแผนและเขียนรายงานนี้อย่างไรบ้าง

3.คุณมีวิธีในการทำโจทย์คณิตศาสตร์ให้สำเร็จได้อย่างไรบ้าง

4.ครูมักจะมีการทดสอบหลังการเรียน เพื่อนำผลไปตัดเกรดตอนปลายปี คุณมีวิธีการเตรียมตัวสอบในวิชาต่างๆ เช่น วิชาภาษาอังกฤษ หรือ วิชาประวัติศาสตร์อย่างไรบ้าง

5.เมื่อนักเรียนมีปัญหาหรืออุปสรรคในการทำการบ้านที่ได้รับมอบหมาย เพราะมีสิ่งอื่นที่น่าดึงดูดใจหรือน่าสนใจมากกว่า คุณมีวิธีการที่จะจูงใจตนเองอย่างไรให้ทำการบ้านให้เสร็จ

6.เมื่อมีความจำเป็นที่จะต้องทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จหรือต้องเตรียมตัวอ่านหนังสือที่บ้านเพื่อเตรียมตัวสำหรับการเรียนในวันถัดไป คุณมีวิธีที่จะทำให้การอ่านหนังสือที่บ้านดีขึ้นได้อย่างไรบ้าง

จากคำตอบที่ได้จากแบบสัมภาษณ์ทั้ง 6 คำถาม ผลปรากฏว่าสามารถจำแนกได้ เป็นกลวิธีการกำกับตนเองในการเรียน 14 วิธี และพบว่ากลวิธีต่างๆที่นักเรียนใช้มีสหสัมพันธ์สูงกับ ระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ซิมเมอร์แมนและมาร์ทีเนส-พอนส์(Zimmerman and Martinez-Pons,1988)ได้นำคำตอบที่ได้จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวข้างต้นมาหาความสอดคล้อง โดยการให้นักศึกษาปริญญาโท ประเมิน พบว่ามีระดับความเห็นด้วยมากกว่า 80% ส่วนข้อความที่ไม่เห็นด้วยจะนำกลับไปตรวจสอบกับคำจำกัดความของแต่ละวิธีอีกครั้งและอภิปรายจนหาข้อตกลงได้ จากนั้นจึงประเมินกลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนด้วย Rating Student Self-Regulated Learning Outcome : A Teacher Scale (RSSRL) ที่พัฒนาโดยซิมเมอร์แมนและมาทีเนส-พอนส์ (Zimmerman and Martinez-Pons,1988) ซึ่งจะประเมินโดยครูจำนวน 3 คน เป็นครูผู้ชาย 2 คน เป็นครูผู้หญิง 1 คน แต่ละคนมีประสบการณ์ในการสอนมากกว่า 5 ปี และเป็นตัวแทนของแต่ละสาขาวิชา ได้แก่ วิชาภาษาอังกฤษ วิชาสังคมศึกษา และวิชาคณิตศาสตร์ และยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ค่าความเที่ยงของมาตรวัด RSSRL ที่ทดสอบด้วย Kuder-Richardson formula 20 ได้เท่ากับ .95 เมื่อทดสอบวิชาคณิตศาสตร์และวิชาภาษาอังกฤษด้วยแบบทดสอบมาตรฐาน Metropolitan Achievement Test (MAT) มีคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานวิชาคณิตศาสตร์เท่ากับ 77.75 และ 7.82 ตามลำดับ ส่วนคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานวิชาภาษาอังกฤษเท่ากับ 74.88 และ 17..25 ตามลำดับ

ผลการวัดการใช้กลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนด้วยการสัมภาษณ์นักเรียนและการประเมินโดยครูนั้น พบว่ามีความแตกต่างกัน แต่ทั้งสองวิธีแสดงให้เห็นถึงการมีพื้นฐานของภาวะสันนิษฐานร่วมกัน สหสัมพันธ์Canonical ระหว่างการประเมินโดยครูกับการรายงานตนเองเกี่ยวกับกลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนมีค่าค่อนข้างสูง ($R=.70$) ผลของค่าสหสัมพันธ์Canonicalแสดงให้เห็นได้อย่างชัดเจนถึงความตรงสอดคล้อง(Convergent validity) ของการวัดทั้งสองแบบ ที่ได้จากกลวิธีตามรูปแบบของZimmerman and Martinez-Pons(1986) เมื่อพิจารณาความตรงสอดคล้อง(Convergent validity) ของการวัดการใช้กลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนทั้งสองวิธี พบว่ามีความตรงจำแนก(Discriminant validity)ร่วมด้วย ค่าความตรงจำแนกมาจากคุณภาพของการวัดที่สามารถแยกได้อย่างชัดเจนระหว่างภาวะสันนิษฐานตามความหมายที่ให้ไว้(intended construct) กับภาวะสันนิษฐานอื่นที่สัมพันธ์ใกล้ชิด(closely related construct) จากการทดสอบด้วยแบบทดสอบมาตรฐาน(MAT) พบว่า ผลสัมฤทธิ์ที่ได้มีความสัมพันธ์กับกลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียน แต่ขณะเดียวกันก็มีความแตกต่างจากการกำกับตนเองในการเรียนด้วย ผลการวิจัยแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผู้นำนักถ่วงปัจจัยของข้อความของ 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 หมายถึงครูคนที่ 1 II หมายถึง ครูคนที่ 2 III หมายถึง ครูคนที่ 3

แหล่งที่มา : Zimmerman and Martinez-Pons(1988) หน้า 287

ข. แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของพินทริคและดี-กรูธ

ในการพัฒนาแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน พินทริคและดี-กรูธ (Pintrich and De-Groot, 1990) ได้สร้างแบบวัดเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 7 ระดับ แบบ Likert scale แบ่งเป็น 3 องค์ประกอบคือ

1. กลวิธีทางเมตาคอกนิชัน (Metacognitive strategies)
2. กลวิธีการควบคุมความพยายามของตนเอง (Effort management strategies) เช่น มีความอดทนต่องานที่ยาก มีการปิดกั้นต่อสิ่งรบกวนต่างๆ มีการใช้สติปัญญาในการทำงาน เพื่อให้ทำงานได้ดี
3. กลวิธีที่ใช้ทางปัญญา (Cognitive strategy use) กลวิธีต่างๆ เหล่านี้ ได้แก่ การท่องจำ (Rehearsal) การเชื่อมโยง (Elaboration) การจัดรูปแบบ (Organization) การตั้งเป้าหมายและการวางแผน (Goal setting and planning)

เมื่อพินทริคและดี-กรูธ (Pintrich and De-Groot, 1990) นำแบบวัดมาวิเคราะห์องค์ประกอบ พบว่า แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน ประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 ประการคือ

1. ด้านกลวิธีที่ใช้ทางปัญญา (Cognitive strategy use) มีทั้งสิ้น 13 ข้อ มีค่าเพียงสัมพันธ์อัลฟาเท่ากับ .80
2. ด้านการกำกับตนเอง (Self-regulation) มีทั้งสิ้น 9 ข้อ โดยองค์ประกอบด้านนี้เป็นการรวมเนื้อหาด้านเมตาคอกนิชันหรือกลวิธีการรู้คิดของตนเอง (Metacognitive strategy) และกลวิธีการควบคุมความพยายามของตนเอง (Effort management strategies) เข้าไว้ด้วยกัน มีค่าความสัมพันธ์สัมพันธ์อัลฟาเท่ากับ .74

ค. แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของ วัตมนา เตชะโกมล (2541)

การพัฒนาแบบวัด

แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนนี้ วัตมนา เตชะโกมล (2541) สร้างขึ้นโดยใช้โครงสร้างแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน จากงานวิจัยต่อไปนี้

- 1.1 งานวิจัยของ Pintrich and De-Groot (1990) ซึ่งจากการวิเคราะห์องค์ประกอบพบว่า ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา (Cognitive Strategy Use) จำนวน 13 ข้อ และองค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง (Self-Regulation) จำนวน 9 ข้อ

1.2 งานวิจัยของ Zimmerman and Martinez-Pons (1986, 1988) ซึ่งได้เสนอแบบวัดกลวิธีการกำกับตนเองในการเรียน ที่ประกอบด้วยกลวิธีการกำกับตนเองในการเรียน 14 วิธี กลวิธีในแบบวัดนี้เป็นกลวิธีที่คล้ายคลึงกับกลวิธีทางปัญญาของ Pintrich and De-Groot

(1990) ดังนั้น เพื่อให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น วัฒนา เตชะโกมล (2541) จึงได้สร้างข้อกระทงในองค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา(Cognitive Strategy Use) เพิ่มอีก 21 ข้อ รวมเป็น 34 ข้อ ส่วนองค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง(Self-Regulation) ใช้ข้อกระทงของ Pintrich and De-Groot (1990) ทั้ง 9 ข้อ เช่นเดิม รวมข้อกระทงของแบบวัดทั้งฉบับ มีจำนวนทั้งสิ้น 43 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

วัฒนา เตชะโกมล (2541) ได้ตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน ตามขั้นตอนดังนี้

2.1 ความเที่ยงของแบบวัด

2.1.1 นำแบบวัดไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 3 และ 5 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 120 คน นำข้อมูลมาวิเคราะห์รายข้อ คัดเลือกข้อที่สามารถจำแนกกลุ่มคะแนนสูงกับกลุ่มคะแนนต่ำ ได้ค่า t ที่พิสัยระหว่าง 3.18 - 9.19 ที่ระดับนัยสำคัญ .000 ได้องค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา จำนวน 30 ข้อ และองค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง 9 ข้อ

2.1.2 นำแบบวัดที่ผ่านค่า t -test มาวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับผลรวมของข้อกระทงอื่นทั้งหมด (Corrected Item-total Correlation) โดยคัดข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ดังกล่าว มากกว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์วิกฤติ(Critical) จากตาราง Herzberg (1983) $r > .215$ ที่ระดับนัยสำคัญ .001 ได้องค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา จำนวน 29 ข้อ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .90 และองค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง จำนวน 6 ข้อ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .70

2.2 ความตรงของแบบวัด

2.2.1 หาความตรงตามโครงสร้าง (Construct Validity) ของแบบวัด โดยใช้เทคนิค Known Group ทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยค่า t -test ของกลุ่มนักเรียนที่เรียนเก่งและกลุ่มนักเรียนที่เรียนอ่อน องค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา ได้ค่า $t = 10.72$ ที่ระดับนัยสำคัญ .000 และองค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง ได้ค่า $t = 7.32$ ที่ระดับนัยสำคัญ .000

2.2.2 หาความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity) โดยหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่างระดับผลการเรียนเฉลี่ยกับคะแนนของแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน ได้ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างระดับผลการเรียนเฉลี่ยกับคะแนนองค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา เท่ากับ .71 ที่ระดับนัยสำคัญ .001 และได้ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างระดับผลการเรียนเฉลี่ยกับคะแนนองค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง เท่ากับ .57 ที่ระดับนัยสำคัญ .001

ก่อนที่จะนำแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง ได้มีการปรับปรุงแก้ไขจำนวนภาษาที่ใช้สำหรับข้อกระทงที่ไม่ผ่านการวิเคราะห์รายข้อ เพื่อหาค่าอำนาจในการจำแนกและค่าความเที่ยงขององค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา จำนวน 4 ข้อ คือ ข้อ 8,13,24 และ 31 และองค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง จำนวน 3 ข้อ คือข้อ 7,27 และ 33 เนื่องจากถ้าขาดหายไปจะทำให้แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนไม่สมบูรณ์ จึงได้แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนฉบับสมบูรณ์ จำนวนทั้งสิ้น 42 ข้อ โดยแยกเป็นองค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา 33 ข้อ องค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง 9 ข้อ

ตารางที่ 3 แสดงคุณภาพแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของ วิวัฒนา เตชะโกมล (2541:72)

องค์ประกอบ	จำนวนข้อ	ความเที่ยง	ความตรง	
			ความตรงตามโครงสร้าง	ความตรงตามสภาพ
1.กลวิธีทางปัญญา	33	.90***	10.72***	.71***
2.การกำกับตนเอง	9	.70***	7.32***	.57***
รวม	42			

*** P < .001

การพัฒนาเครื่องมือของผู้วิจัย

ในการสร้างแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบวัดดังนี้

1. ศึกษาแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเองในการเรียน (Self-Regulated Learning) เอกสาร บทความ และงานวิจัยเกี่ยวกับการใช้กลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนของ ซิมเมอร์แมนและมาร์ทีเนส-พอนส์(Zimmerman and Martinez-Pons,1986) กรอบแนวคิดเรื่องการกำกับตนเองในการเรียนของพินทริคและดี-กรูธ(Pintrich and De-Groot,1990) และแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของวิวัฒนา เตชะโกมล(2541) เพื่อนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมกับนักศึกษาพยาบาล

2. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากนักศึกษาพยาบาลปี 1-4 โดยใช้แบบสอบถามปลายเปิดที่ถามถึงวิธีการเรียนที่ใช้ในปัจจุบัน โดยอาศัยแนวทางจากแบบสัมภาษณ์SRLISของซิมเมอร์แมนและมาร์ทีเนส-พอนส์(Zimmerman and Martinez-Pons,1986) (ดังรายละเอียดภาคผนวก ข.) โดยให้นักศึกษาพยาบาลตอบเป็นข้อๆ พร้อมทั้งเรียงลำดับความมากน้อยของแต่ละวิธี

3. นำวิธีการเรียนที่ได้จากข้อ 2 มาปรับข้อกระทงในแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของ วัฒนา เตชะโกมล(2541) ซึ่งใช้วัดในระดับมัธยมศึกษาให้มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับนักศึกษาพยาบาลซึ่งอยู่ในระดับอุดมศึกษามากขึ้น และผู้วิจัยได้สร้างข้อกระทงในองค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา (Cognitive Strategy Use) เพิ่มขึ้นอีกจำนวน 10 ข้อ จากเดิม 33 ข้อ รวมเป็น 43 ข้อ ส่วนองค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง (Self-Regulation) มี 9 ข้อ เหมือนเดิมรวมทั้งสิ้น 52 ข้อ

4. นำแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนทั้ง 52 ข้อ ที่ได้จากข้อ 3. ไปตรวจสอบความตรงตามคำจำกัดความและความถูกต้องของภาษาที่ใช้ โดยนำไปให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิในคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ รศ.ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล รศ.สุภาพรพรณ โคตรจรัส และ อ.ดร.กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ ตรวจสอบ ใช้เกณฑ์การมีความคิดเห็นตรงกัน 2 ท่าน จึงจะถือว่าข้อกระทงนั้นใช้ได้

5. นำแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนที่ได้รับการตรวจสอบสำนวนภาษาแล้ว ไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาล ปี 2 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ จำนวน 10 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ ให้มีความเข้าใจความหมายตรงกัน และนำมาปรับปรุงข้อความให้ชัดเจนและสามารถสื่อความหมายได้เข้าใจตรงกัน

6. การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

6.1 การตรวจสอบความตรงตามสภาพ(Concurrent validity)

นำแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนที่ได้รับการปรับปรุงสำนวนภาษาแล้วจำนวน 52 ข้อ ไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2-4 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก จำนวน 100 คน วิเคราะห์ผลดังนี้

6.1.1 แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม โดยแบ่งเป็นกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ ดังนี้
กลุ่มสูง หมายถึง นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับผลการเรียนเฉลี่ย ตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป

กลุ่มต่ำ หมายถึง นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับผลการเรียนเฉลี่ย ต่ำกว่า 2.50 เมื่อแบ่งแล้ว ได้นักศึกษากลุ่มสูง จำนวน 30 คน นักศึกษากลุ่มต่ำ จำนวน 30 คน

6.1.2 นำคะแนนของทั้งสองกลุ่มข้างต้น มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของข้อกระทงแต่ละข้อ โดยการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำด้วยการทดสอบค่าที (t-test) ซึ่งพบว่า

ด้านกลวิธีทางปัญญา (Cognitive Strategy Use) ผ่านค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่ระดับนัยสำคัญ .05 จำนวน 38 ข้อ จาก 43 ข้อ

ด้านการกำกับตนเอง (Self-Regulation) ผ่านค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่ระดับนัยสำคัญ .05 จำนวน 8 ข้อ จาก 9 ข้อ

รวมได้ข้อกระทงทั้งสิ้น 46 ข้อ ซึ่งค่าที่มีค่าอยู่ระหว่าง 2.01-9.20 ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (ภาคผนวก ค.)

6.1.3 นำแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนที่ผ่านค่าอำนาจจำแนกทั้ง 46 ข้อ มาวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับผลรวมของข้อกระทงอื่นทั้งหมด (Corrected Item-total Correlation) พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่าง 0.32-0.67 (ดูภาคผนวก ค.)

6.1.4 ผู้วิจัยใช้เทคนิคการจำแนกกลุ่มที่รู้ลักษณะแล้ว (known groups) ทั้งสองกลุ่ม คือ กลุ่มสูง 30 คน กลุ่มต่ำ 30 คน โดยนำคะแนนที่ได้จากแบบวัดทั้ง 46 ข้อ จากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มนี้มาเปรียบเทียบกัน เพื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง ซึ่งจะเป็นการแสดงถึงค่าความตรงตามสภาพของแบบวัด จากผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง ในทั้ง 2 ด้าน(ทั้งฉบับ) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 (ค่า $t = 10.30$)

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในด้านกลวิธีทางปัญญา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 (ค่า $t = 10.54$)

ค่าเฉลี่ยของคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในด้านการกำกับตนเอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001 (ค่า $t = 7.00$)

แสดงว่า แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนชุดนี้ มีความตรงตามสภาพสามารถใช้จำแนกกลุ่มตัวอย่างที่มีวิธีการเรียนที่ไม่มีประสิทธิภาพได้

6.2 การหาความเที่ยง

นำแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนทั้ง 46 ข้อ ที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างในข้อ 6.1 มาหาความเที่ยงโดยการประเมินค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) จากสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha reliability coefficients) ได้ค่าความเที่ยงดังนี้

ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ = 0.94

ค่าความเที่ยงด้านกลวิธีทางปัญญา = 0.93

ค่าความเที่ยงด้านการกำกับตนเอง = 0.64

นำเสนอตารางสรุปข้อมูลแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนที่ใช้กับนักศึกษายาบาล ไว้ในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงผลการใช้แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนกับกลุ่มนักศึกษาพยาบาล

องค์ประกอบ	จำนวนข้อกระทง	ความเที่ยง (α) (N=60)	ความตรง (t) (N=60)
กลวิธีทางปัญญา	38	0.93***	10.54***
การกำกับตนเอง	8	0.64***	7.00***
รวมทั้งฉบับ	46	0.94***	10.30***

***P < .001

ก่อนที่จะนำแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง ได้มีการปรับปรุงแก้ไขสำนวนภาษาที่ใช้สำหรับข้อกระทงในด้านกลวิธีทางปัญญาที่ไม่ผ่านการวิเคราะห์รายข้อ จำนวน 1 ข้อ คือ ข้อที่ 42 เนื่องจากเนื้อหาของข้อกระทงนี้มีความตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักศึกษาพยาบาล และความหมายของเนื้อหาดี ซึ่งทำให้แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนมีความสมบูรณ์มากขึ้น จึงได้แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนฉบับสมบูรณ์จำนวนทั้งสิ้น 47 ข้อ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบ ดังนี้

1. องค์ประกอบด้านกลวิธีทางปัญญา จำนวน 39 ข้อ ได้แก่ข้อ 1, 2, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46 และ 47

2. องค์ประกอบด้านการกำกับตนเอง จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ข้อ 3, 5, 7, 11, 17, 25, 30 และ 37

(แบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนฉบับสมบูรณ์ อยู่ในภาคผนวก ข.)

7. สร้างเกณฑ์ปกติ

นำคะแนนที่ได้จากนักศึกษาพยาบาลกองทัพบกจำนวน 100 คน มาสร้างเกณฑ์ปกติ(Norms)ของคะแนนในกลุ่ม โดยคำนวณหาตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์(Percentile Rank) ดังแสดงตารางเปรียบเทียบคะแนนดิบกับตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ (ดูใน ภาคผนวก จ.)

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

1.ขั้นเตรียมการทดลอง

1.1 ศึกษาทฤษฎี แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง การกำกับตนเองในการเรียน

1.2 ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือจากผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ ในการอำนวยความสะดวกและสนับสนุนให้นักศึกษาพยาบาลปี 1 เข้าร่วมการวิจัย

1.3 ติดต่อขออนุญาตนำแบบสัมภาษณ์การกำกับตนเองในการเรียนอย่างมีโครงสร้าง(SRLIS)จากซิมเมอร์แมน และแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนจาก วัฒนา เตชะโกมล มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แล้วนำแบบวัดมาพัฒนาตามขั้นตอนที่กล่าวมาข้างต้น

1.4 จัดทำโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงไปทำการศึกษานำร่องกับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ที่มีคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 เพื่อพัฒนาการกำกับตนเองในการเรียนให้สูงขึ้น ระยะเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่มทั้งสิ้น 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวม 20 ชั่วโมง ตั้งแต่วันที่ 5 กันยายน 2542 ถึง 7 ตุลาคม 2542 เวลา 18.00-20.00 น.

1.5 ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากนักศึกษาพยาบาลปี 1 ทั้งหมด 39 คน ตอบแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น เพื่อคัดเลือกนักศึกษาพยาบาลที่มีคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ได้นักศึกษาที่มีคุณสมบัติดังกล่าวจำนวน 17 คน ผู้วิจัยได้ประชุมชี้แจงกฎเกณฑ์ในการเข้าร่วมโครงการกับนักเรียนทั้ง 17 คน เพื่อสำรวจความพร้อมในการเข้าร่วมโครงการวิจัยอีกครั้ง ซึ่งพบว่ามึนักศึกษาที่เป็นนักกีฬา 1 คน ไม่สามารถเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ได้ จึงได้อาสาสมัครที่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้ทุกครั้ง จำนวน 16 คน เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน ผู้วิจัยจึงได้สุ่มกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย(Simple Random Sampling)

1.6 สนทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มทดลองทั้ง 8 คน เพื่อสร้างความคุ้นเคย สัมภาษณ์และทำความเข้าใจในการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง บอกรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของกลุ่ม ลักษณะการดำเนินกลุ่ม วัน เวลา และสถานที่ในการเข้ากลุ่ม ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม รวมทั้งความต้องการและเป้าหมายของการเข้ากลุ่ม

2. ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

2.1 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงทั้งสิ้น 8 ครั้ง ในระยะเวลา 3 สัปดาห์ติดต่อกัน สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 2.30 ชั่วโมง รวมระยะเวลาทั้งหมด 20 ชั่วโมง โดยกลุ่มตัวอย่างจะต้องเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงทุกครั้งในระหว่างวันที่ 9 กุมภาพันธ์ 2543 ถึง 25 กุมภาพันธ์ 2543 ตั้งแต่เวลา 17.00-19.30 น. (กลุ่มตัวอย่างจะรับประทานอาหารเช้าให้เรียบร้อยก่อนเข้ากลุ่มตั้งแต่ช่วงเวลา 16.00-17.00 น.) โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม ถ้าผู้ใดขาดการเข้ากลุ่มเกิน 1 ครั้ง จะไม่มีการนำข้อมูลมาวิเคราะห์ ในการวิจัยครั้งนี้ กลุ่มทดลองมาเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงได้ครบทั้ง 8 ครั้ง

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงในช่วงเวลาที่กลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่ม แต่ผู้วิจัยจะจัดกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงให้หลังจากสิ้นสุดการทดลอง

2.3 การเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม โดยมีบทบาทในการเอื้ออำนวยให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่ม กำหนดทิศทางของกลุ่ม รวมทั้งเอื้ออำนวยการปฏิสัมพันธ์ในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการเรียนที่เหมาะสมมาจัดการกับปัญหาการเรียนของตนเอง และมีการใช้เทปบันทึกเสียงตลอดระยะเวลาการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

2.4 สรุปและยุติการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาในวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2543

3. ระยะเวลาหลังการทดลอง

3.1 เมื่อสิ้นสุดการทดลองแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มตอบแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนอีกครั้ง เป็นการทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) โดยให้ทั้งสองกลุ่มตอบแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนพร้อมกันที่ห้องให้คำปรึกษา ในวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2543

3.2 การจัดเก็บข้อมูล ผู้วิจัยทดสอบกลุ่มตัวอย่าง ทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ด้วยแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียน ทั้งก่อนและหลังการทดลอง ตรวจสอบและให้คะแนนแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนเพื่อนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ทางสถิติ และนำข้อมูลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงจากเทปบันทึกเสียงมาใช้ในการวิเคราะห์กระแสกลุ่ม

โปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

โปรแกรมกลุ่มในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดขึ้นโดยยึดหลักการสำคัญของการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง (Reality Therapy) ของกลาสเซอร์ (Glasser) โดยใช้เวลาในการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษา 3 สัปดาห์ติดต่อกัน สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 2.30 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 8 ครั้ง เป็นเวลา 20 ชั่วโมง ซึ่งแนวคิดนี้มีหลักการสำคัญอยู่ 8 ประการ ดังนี้คือ

1. การสร้างสัมพันธภาพในการศึกษา
2. การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน
3. การประเมินพฤติกรรม
4. การกำหนดแผนการเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ให้มีความรับผิดชอบ
5. การประกาศแผนการเพื่อเป็นข้อผูกมัดตนเองที่จะปฏิบัติตามแผนที่กำหนด
6. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัวใดๆ
7. การไม่ใช้การลงโทษใดๆ
8. การไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ

ผู้วิจัยนำหลักการสำคัญดังกล่าว ทั้ง 8 ประการ มาจัดโปรแกรมกลุ่มเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ดังนี้

1. สัมพันธภาพแห่งการช่วยเหลือ ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้บรรยากาศของกลุ่มเป็นบรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ เอาใจใส่ต่อกัน ให้ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีความเป็นมิตร โดยมีผู้นำกลุ่มเป็นแบบอย่างที่ดีในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ถึงความจริงใจ และความเอาใจใส่อย่างแท้จริงของผู้นำกลุ่ม ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ที่จะมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ยอมรับซึ่งกันและกัน ทำให้สมาชิกพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง กล้าเผชิญกับความเป็นจริงที่ตนประสบอยู่ มีการสำรวจพฤติกรรมการแสดงออกของตนเองได้อย่างชัดเจน

2. การตระหนักรู้ต่อตนเอง หลังจากที่ผู้นำกลุ่มช่วยเอื้อบรรยากาศให้สมาชิกมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน จนทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึก อบอุ่น มีการยอมรับ ไว้วางใจซึ่งกันและกัน เกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย มีความพร้อมที่จะเผชิญกับความเป็นจริงได้แล้ว ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มมีโอกาสได้สำรวจพฤติกรรมการเรียนรู้ของตนเองในปัจจุบัน รวมถึงวิธีการหรือการแสดงออกที่มีต่อบุคคลรอบข้างหรือต่อสิ่งแวดล้อมรอบตัว ทำความเข้าใจในพฤติกรรมของตนเอง เพื่อเป็นการเสริมสร้างให้สมาชิกมีความตระหนักถึงพฤติกรรมการเรียนรู้ของตนเองอย่างแท้จริง ยอมรับว่าปัจจุบันตนกำลังประพฤติปฏิบัติอะไรอยู่ ถูกต้องหรือไม่ และเมื่อทำพฤติกรรมเช่นนั้นแล้วผลที่ได้รับจะเป็นเช่นไร เพื่อเป็นการให้สมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง

3. สมาชิกมีการเรียนรู้ใหม่ที่ดีกว่า หลังจากทีสมาชิกเกิดการตระหนักรู้ และมีความรู้สึกรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเองแล้ว ผู้นำกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้มีการพิจารณาถึงแนวทางในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นอยู่ให้ดีขึ้น มีความเหมาะสม และสามารถตอบสนองต่อความต้องการของตนเองได้ตามความเป็นจริง โดยเน้นวิธีการหลัก คือ วิธีการตามระบบ WDEP มาใช้ ซึ่งได้แก่ การสำรวจความต้องการและการรับรู้ของตนเอง (W=Wants/Perceptions) การตระหนักถึงพฤติกรรมในปัจจุบันของตนเอง (D=Doing/Direction) การประเมินคุณค่าของพฤติกรรม(E=Evaluation) และการวางแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (P=Planning / Commitment) ของตนให้ไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ได้ตามความเป็นจริง ถูกต้อง และมีความชัดเจน และมีการประกาศแผนการของตนที่วางไว้ให้กลุ่มรับทราบ เพื่อเป็นการผูกมัดตนเองให้กระทำตามแผนนั้นๆ โดยผู้นำกลุ่มจะไม่มีอาการรับข้อแก้ตัวใดๆเมื่อสมาชิกไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ได้ แต่ก็ไม่ใช่การลงโทษใดๆทั้งสิ้น ผู้นำกลุ่มจะเป็นแบบอย่างที่ดีในการที่จะทำให้สมาชิกได้เห็นถึงการมีความมุ่งมั่น การไม่ยอมที่จะล้มเลิกความตั้งใจในการช่วยเหลือสมาชิกทุกคน ซึ่งจะเป็นการทำให้สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะมีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ให้บรรลุเป้าหมายของตนเอง สิ่งเหล่านี้จะเป็นแนวทางที่จะทำให้สมาชิกเกิดการพัฒนาตนเองไปสู่การมีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จได้ต่อไป

จากข้อมูลที่ได้จากการศึกษานำร่อง (Pilot study) การนำโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาไปใช้กับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ ที่มีวิธีการเรียนไม่มีประสิทธิภาพ พบว่า สามารถเพิ่มการกำกับตนเองในการเรียนของนักศึกษาพยาบาลได้ ผู้วิจัยจึงนำมาปรับปรุงและพัฒนาโปรแกรม พร้อมทั้งกำหนดเวลาในการเข้ากลุ่มการปรึกษาใหม่ โดยใช้เวลาการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั้งสิ้น 3 สัปดาห์ติดต่อกัน สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 2.30 ชั่วโมง รวมเวลาที่เข้าทั้งสิ้นประมาณ 20 ชั่วโมง มีรายละเอียดในการเข้ากลุ่มการปรึกษาดังนี้

ระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษา

สัปดาห์ที่	วัน เดือน ปี	เวลา
1	พ. 9 กุมภาพันธ์ 2543	17.00-19.30 น.
	ศ. 11 กุมภาพันธ์ 2543	17.00-19.30 น.
2	จ. 14 กุมภาพันธ์ 2443	17.00-19.30 น.
	พ. 16 กุมภาพันธ์ 2543	17.00-19.30 น.
3	ศ. 18 กุมภาพันธ์ 2543	17.00-19.30 น.
	จ. 21 กุมภาพันธ์ 2543	17.00-19.30 น.
	พ. 23 กุมภาพันธ์ 2543	17.00-19.30 น.
	ศ. 25 กุมภาพันธ์ 2543	17.00-19.30 น.

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1-8	การสร้างสัมพันธภาพ (Involvement)	<p>- เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความรู้สึกเป็นมิตรระหว่างสมาชิกกลุ่มกับผู้นำกลุ่ม และระหว่างเพื่อนสมาชิกด้วยกัน</p> <p>- เพื่อพัฒนาบรรยากาศของความไว้วางใจ ความรู้สึกมีส่วนร่วม ยอมรับซึ่งกันและกันและส่งเสริมให้เปิดเผยตนเองมากขึ้น</p>	<p>ผู้นำกลุ่มกล่าวต้อนรับสมาชิก แนะนำ และให้สมาชิกแต่ละคนได้แนะนำตนเอง ทำความรู้จักซึ่งกันและกัน โดย :</p> <p>- ให้สมาชิกบอกเล่าเรื่องราวของตนเอง แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เพื่อเป็นการทำความรู้จักคุ้นเคยกันมากยิ่งขึ้น</p> <p>- ผู้นำกลุ่มเชื้ออำนวยการให้สมาชิกทุกคนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ใส่ใจต่อเรื่องราวที่เพื่อนบอกเล่า และเปิดโอกาสให้มีการซักถามซึ่งกันและกัน</p> <p>- ผู้นำกลุ่มรับฟัง เรื่องราวของสมาชิกด้วยความใส่ใจ เอาใจใส่ในการรับฟังด้วยท่าทีที่อบอุ่น สื่อให้สมาชิกรับรู้ถึงความเข้าใจ ยอมรับห่วงใยด้วยความจริงใจ และพร้อมที่จะเป็นกำลังใจให้เสมอ ซึ่งพบว่าบรรยากาศของกลุ่มก่อให้เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน รับฟังเรื่องราวของกันและกันด้วยความใส่ใจ มีการซักถามพูดคุย รวมทั้งยังมีการแบ่งปันประสบการณ์ต่อกันอย่างจริงใจ ซึ่งทำให้สมาชิกมีความพร้อมที่จะเปิดเผยเรื่องราวเกี่ยวกับตนเองกับเพื่อนสมาชิกภายในกลุ่ม ซึ่งเป็นการแสดงถึงความไว้วางใจที่สมาชิกมีต่อกันและกันมากขึ้น</p>

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	<p>การสำรวจพฤติกรรมโดยเน้นเฉพาะพฤติกรรมในปัจจุบัน (Focus on present behavior) โดยใช้หลักการ WDEP ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม</p> <p>-การประเมินคุณค่าของพฤติกรรม (Value judgement)</p>	<p>-ให้สมาชิกได้สำรวจความต้องการและการรับรู้ของตนเอง (W=Wants/Perceptions) โดยมุ่งเน้นเฉพาะการกระทำในปัจจุบันเท่านั้น (D=Doing/Direction) เพื่อเป็นการส่งเสริมให้สมาชิกเข้าใจและยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองในปัจจุบัน</p> <p>-เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกได้ใช้เหตุผลในการพิจารณาความถูกต้องเหมาะสมของพฤติกรรม ทัศนคติถึงพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบของตนเองในปัจจุบัน และประเมินผลที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมของตนเอง (E=Evaluation)</p>	<p>-ผู้นำกลุ่มจึงชวนให้สมาชิกได้สำรวจการเรียนรู้ของตนเอง โดยชวนให้สมาชิกได้พิจารณาถึงเหตุการณ์หรือสิ่งต่างๆที่เป็นอุปสรรค รวมทั้งวิธีการเรียนที่ตนเองใช้ในปัจจุบันที่ทำให้สมาชิกไม่สามารถสนองความต้องการหรือเป้าหมายของตนเองได้ และทำให้สมาชิกไม่ประสบผลสำเร็จในการเรียน ซึ่งพบว่า สมาชิกมีการพิจารณาเรื่องราวที่ทำให้ตนเองรู้สึกไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน ทำให้สมาชิกตระหนักในพฤติกรรมของตนเองที่กระทำอยู่ในปัจจุบันได้อย่างชัดเจนขึ้นว่าเป็นพฤติกรรมที่ขัดขวางการไปสู่ความสำเร็จของตัวสมาชิกเอง</p> <p>-หลังจากที่สมาชิกได้บอกเล่าถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่อการเรียนของตนแล้ว ผู้นำกลุ่มจึงเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เกี่ยวกับ</p> <p>-พฤติกรรมการเรียนรู้ของตนเองที่แสดงออกในปัจจุบันนั้น ถูกหรือผิดอย่างไร</p> <p>-พฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบของตนเองนั้นมีผลต่อตนเองหรือผู้อื่นอย่างไรบ้าง</p> <p>-เปิดโอกาสให้สมาชิกได้พิจารณาร่วมกันถึงสิ่งทำให้เกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ที่ขาดความรับผิดชอบ</p>

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	<p>การวางแผนเพื่อการกระทำ (Positive plan to action) และการประกาศความมุ่งมั่นในสัญญาที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ (Commitment)</p>	<p>-เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการจัดการกับพฤติกรรมของตนเอง กำหนดวิธีการเรียนใหม่ เพื่อเป็นการวางแผนแก้ไขพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบของตนไปในทางที่ดีขึ้น ตัดสินใจเลือกวิธีการเรียนที่เหมาะสมด้วยตนเอง เป็นการวางแผนลงมือปฏิบัติ และมีความมุ่งมั่นที่จะ</p>	<p>ชอบของตนเองว่า มีความถูกต้องเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร</p> <p>-ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกเกิดความเข้าใจและยอมรับในพฤติกรรมของตนเอง โดยจะไม่ตัดสินคุณค่าในพฤติกรรมของสมาชิก แต่จะช่วยให้สมาชิกได้ประเมินพฤติกรรมของตนและยอมรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง ซึ่งพบว่า</p> <p>-สมาชิกเกิดการตระหนักรู้ว่าพฤติกรรมของตนเองเหล่านั้นเป็นพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ ไม่เหมาะสม</p> <p>-สมาชิกมองเห็นผลที่ตามมาจากวิธีการเรียนที่ขาดความรับผิดชอบของตนเองอย่างชัดเจนขึ้น และมีการตัดสินใจด้วยตนเองที่จะแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนที่ไม่เหมาะสมเหล่านั้น</p> <p>-หลังจากนั้น ผู้นำกลุ่มจึงสรุปถึงพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบและเอื้ออำนวยให้สมาชิกตระหนักถึงความต้องการของตนเองที่จะจัดการกับพฤติกรรมที่ตนเองได้กระทำอยู่ในปัจจุบัน</p> <p>-ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนพิจารณาวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ และเลือกใช้วิธีการเรียนที่เหมาะสมและเป็นไปได้จริง พร้อมทั้ง</p>

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	<p>ดำเนินการตามแผนที่ ตั้งไว้ โดยไม่ใช้การลง โทษ (No punishment) ไม่ยอมรับข้อแก้ตัว ใดๆ (No excused) และสนับสนุนไม่ให้ล้ม เลิกความตั้งใจ</p>	<p>ปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ (P = P l a n n i n g / Commitment)</p> <p>- เพื่อตรวจสอบการ ปฏิบัติตามแผนของสมาชิก และให้สมาชิกได้รับรู้ ประสบการณ์ของความ สำเร็จร่วมกัน ในการใช้วิธี การเรียนที่มีประสิทธิภาพ และส่งเสริมให้สมาชิกเกิด</p>	<p>ระบุวิธีการที่ตนจะลงมือปฏิบัติด้วย ตนเองไว้อย่างชัดเจน</p> <p>- ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกบอกเล่าถึง แผนการปฏิบัติของตนให้สมาชิกอื่น ทราบ เป็นการประกาศความมุ่งมั่น ในสัญญาที่จะปฏิบัติตามแผนที่วาง ไว้ ซึ่งพบว่า สมาชิกสามารถระบุพฤติ กรรมของตนเองที่ต้องการจะเปลี่ยน แปลงได้อย่างชัดเจน มีการเลือกเป้าหมาย ที่ตนสามารถจะทำได้ก่อน สมาชิกมีการเรียนรู้วิธีการเรียนที่มี ประสิทธิภาพมากขึ้น มีการรับรู้พฤติ กรรมปัจจุบันของตนเองที่ไม่เหมาะ สม ยอมรับการเปลี่ยนแปลงพฤติ กรรมไปในทางที่ดีขึ้น มีการเลือกใช้ วิธีการเรียนที่เหมาะสมกับตนเองและ มีความเป็นไปได้จริง และสมาชิกมี การกล่าวสัญญากับเพื่อนสมาชิก ด้วยกัน ทำให้เกิดความรู้สึกรับผิดชอบ ต่อพฤติกรรมของตนเองมากขึ้น และเกิดความมุ่งมั่นในการปฏิบัติ ตามแผนที่ได้ให้สัญญาไว้กับกลุ่ม</p> <p>- หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มจึงเปิด โอกาสให้สมาชิกบอกเล่าถึงผลการ ปฏิบัติจากการนำวิธีการเรียนที่มีประ สิทธิภาพไปใช้ สนับสนุนให้กำลังใจ สำหรับสมาชิกที่สามารถปฏิบัติได้ ตามแผนที่กำหนดไว้ เพื่อให้สมาชิก เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในความ</p>

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	<p>(Refuse to Give up)</p> <p>สรุป และ ยุติ การ ปรึกษา</p>	<p>พฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบมากขึ้นต่อแผนงานของตนเอง</p> <p>- เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดความเข้มแข็งและมุ่งมั่นที่จะรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง ในการใช้วิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพได้อย่างเหมาะสมต่อไป</p>	<p>สำเร็จของตน ส่วนสมาชิกที่ไม่สามารถปฏิบัติได้ตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ผู้นำกลุ่มจะไม่ตำหนิหรือลงโทษใดๆ แต่จะเปิดโอกาสให้สมาชิกได้พิจารณาถึงอุปสรรคที่เกิดขึ้น หาวิธีการใหม่ๆ ที่เหมาะสมกว่าและใช้ได้จริง ปรับเปลี่ยนแผนให้เหมาะสมยิ่งขึ้น เพื่อส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จในการนำไปปฏิบัติ ซึ่งพบว่า :</p> <ul style="list-style-type: none"> - สมาชิกได้มีการตรวจสอบการปฏิบัติตามแผนของตนเอง สมาชิกที่ไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ ก็จะมีการปรับปรุงแผนใหม่เพื่อนำไปลองปฏิบัติอีกครั้ง และนำผลมาเล่าให้กลุ่มฟังในครั้งต่อไป - ส่วนสมาชิกที่ปฏิบัติตามแผนได้สำเร็จ ผู้นำกลุ่มกล่าวให้กำลังใจในวิธีการเรียนที่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองไปสู่ความสำเร็จได้ พร้อมทั้งสนับสนุนให้สมาชิกได้นำไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง - ผู้นำกลุ่มจึงเปิดโอกาสให้สมาชิกรายงานผลการปฏิบัติถึงวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ และมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษา ให้กำลังใจแก่กันในการที่จะนำวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพเหล่านี้ไปปฏิบัติเมื่อสิ้นสุดการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาแล้ว

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>- การเข้ากลุ่มทำให้สมาชิกมีการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ตามสภาพความเป็นจริงในปัจจุบันและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้และเป็นไปได้จริง มีการเลือกใช้วิธีการกำกับตนเองในการเรียนที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ มีความรับผิดชอบในการเรียนของตนเองมากขึ้น</p>

(ดูรายละเอียดกระแสดกลุ่มในภาคผนวก ง. หน้า 120-157)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล กระทำโดยการเลือกใช้วิธีการทางสถิติ ดังนี้ คือ

1. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างที่วัดหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยการทดสอบค่าที่แบบกลุ่มอิสระ (t-independent test)

2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการกำกับตนเองในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างที่วัดก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที่แบบกลุ่มไม่อิสระ (t-dependent test)