

## บรรณานุกรม

### ภาษาไทย

- วิฑูร วรณบุรณ. "การเปรียบเทียบผลการระลึกได้ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จากการเรียนด้วยวิธีสอนแบบบรรยายที่ใช้การทบทวนต่างแบบกัน."  
วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาโสตทัศนศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

### ภาษาต่างประเทศ

#### หนังสือ

- Ausubel, David P. Educational Psychology : A cognitive view.  
New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc, 1969.
- Bell-Gredler, Margaret E. Learning and Instruction : Theory into Practice. New York: Macmillan Publishing Company, 1986.
- Klausmeier, Herbert J. Educational Psychology : Fifth edition.  
New York: Harper & Row, 1985.
- Mayer, Richard E. The Promise of Cognitive Psychology. San Francisco:  
W.H., Freeman and Company, 1981.
- Mayer, Richard E. Educational Psychology : Cognitive Approach.  
Boston: Little, Brown and Company, 1987.

บทความ

- Barnett, J. E., Di Vesta, F. J., and Rogozinski, J. T. "What is Learned in Note Taking ?." Journal of Educational Psychology 73 (1981): 181-192.
- Bretzing, B. H., and Kulhavy, R. W. "Note Taking and Passage Styles." Journal of Educational Psychology 73 (1981): 242-250.
- Bromage, B. K., and Mayer, R. E. "Quantitative and Qualitative Effects of Repetitive on Learning from Technical Text." Journal of Educational Psychology 78 (1986): 271-278.
- Carter, J. F., and Matre, M. H. "Note Taking versus Note Having." Journal of Educational Psychology 67 (1975): 900-904.
- Di Vesta, F. J., and Gray, S. G. "Listening and Notetaking." Journal of Educational Psychology 64 (1972): 8-14.
- Frank, B. M., Garlinger, D. K., and Kiewra, K. A. "Used of Embedded Headings and Intact Outline with Videotaped Instruction." Journal of Educational Psychology 82 (1989): 277-281.
- Hartley, J. "Lecture Handouts and Student Notetaking." Programmed Learning and Educational Technology 13 (1976): 58-64.
- Hartley, J. "Notetaking Research : Resetting the Scoreboard." Bulletin of The British Psychological Society 36 (1983): 13-14.

- Kiewra, K. A. "Investigating Notetaking and Review : A Depth of Processing Alternative." Educational Psychologist 20 (1985): 23-32.
- Kiewra, K. A. "Aids to Lecture Learning." Educational Psychologist 26 (1991): 37-53.
- Kiewra, K. A., and Boston, S. L. "The Relationship between Information-Processing Ability and Note Taking." Contemporary Educational Psychology 13 (1988): 33-44.
- Kiewra, K. A., Boston, S. L., and Lewis, L. B. "Qualitative Aspects of Note Taking and Their Relationship with Information Processing Ability." Journal of Instructional Psychology 80 (1987): 595-597.
- Kiewra, K. A., DuBois, N. F., Christensen, M., Kim, S., and Lindberg, N. "A More Equitable Account of The Note-Taking Functions in Learning from Lecture and from Text." Instructional Science 18 (1989): 217-232.
- Kiewra, K. A., DuBois, N. F., Christian, D., McShane, A., Meyerhoffer, M., and Roskelley, D. "Note-Taking Functions and Techniques." Journal of Educational Psychology 83 (1991a): 240-245.
- Kiewra, K. A., and Fletcher, H. J. "The Relationship between Notetaking Variables and Achievement Measures." Human Learning 3 (1984): 273-280.

- Kiewra, K. A., Mayer, R. E., Christensen, M., Kim, S., and Risch, N.  
"Effects of Repetition on Recall and Note Taking : Strategies  
for Learning from Lecture." Journal of Educational Psychology  
83 (1991b): 120-123.
- Ladas, H. S. "Note Taking on Lectures : An Information Processing  
Approach." Educational Psychologist 15 (1980): 44-53.
- Mayer, R. E. "Aids to Text Comprehension." Educational Psychologist  
19 (1984): 30-42.
- Moore, J. C. "Cueing for Selection Note Taking." Journal of  
Experimental Education 36 (1968): 69-72.
- Peper, R. J., and Mayer, R. E. "Note Taking as a Generative Activity."  
Journal of Educational Psychology 70 (1978): 514-522.
- Peper, R. J., and Mayer, R. E. "Generative Effects of Note Taking  
during Science Lecture." Journal of Educational Psychology 78  
(1986): 34-38.
- Rothkopf, E. Z. "The Concept of Mathemagenic Activities." Reviews of  
Educational Research 40 (1970): 325-336.
- Wittrock, M. C. "Learning as a Generative Process." Educational  
Psychologist 11 (1974): 87-95.



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## เนื้อเรื่องที่ใช้ในการบรรยาย

### การปรับพฤติกรรม ตอนที่ 1

#### ความหมายของการปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรม หมายถึงวิธีการเปลี่ยนพฤติกรรมของอินทรีย์อย่างเป็นระบบ ด้วยหลักการเรียนรู้ จากความหมายดังกล่าวการปรับพฤติกรรมมีลักษณะสำคัญสองประการ คือการปรับพฤติกรรมเป็นวิธีการเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างมีระบบ และวิธีการเปลี่ยนพฤติกรรมประยุกต์จากหลักการเรียนรู้

#### เทคนิคการปรับพฤติกรรม

##### 1. การเสริมแรงทางบวก

การเสริมแรงทางบวก คือการให้ผลกรรมที่บุคคลพึงพอใจ หลังจากที่ถูกคนนั้น แสดงพฤติกรรมบางอย่าง อันเป็นผลทำให้พฤติกรรมนั้นเพิ่มมากขึ้นหรือเกิดขึ้นสม่ำเสมอ ผลกรรมที่บุคคลพึงพอใจเรียกว่า ตัวเสริมแรงทางบวก ซึ่งผลกรรมที่บุคคลพึงพอใจนี้ อาจจะเป็นสิ่งของหรือแม้กระทั่งความรู้สึกที่เป็นสุข การใช้การเสริมแรงทางบวก จัดได้ว่าเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการเสริมสร้างและปรับพฤติกรรมของเด็ก อีกทั้งเป็นวิธีที่ใช้ได้ง่าย แต่ในการใช้ตัวเสริมแรงทางบวกจะต้องพิจารณาให้เหมาะสมกับบุคคล วัย และเวลา เนื่องจากว่าคนเรามีความแตกต่างกัน อีกทั้งคนคนเดียวกันในเวลาที่ต่างกันอาจจะชอบสิ่งที่ต่างกันอีกด้วย ตัวอย่างเช่น ถ้าเอาอาหารที่เด็กชอบมาให้ในขณะที่เด็กกำลังหิวอาหารอยู่ ก็ย่อมที่จะเสริมแรงพฤติกรรมของเด็กคนนั้นได้ แต่ถ้าเด็กคนนี้เกิดรับประทานอาหารมาใหม่ ๆ อาหารที่เด็กชอบนี้ก็ย่อมจะไม่มีอำนาจเป็นตัวเสริมแรงเลย ตัวเสริมแรงทางบวกที่นิยมใช้ แบ่งออกเป็น 5 ประเภทคือ

##### 1.1 ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ

เป็นตัวเสริมแรงชนิดที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข จึงมีประสิทธิภาพในตัวเองมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อใช้กับเด็ก ได้แก่ ขนม เครื่องดื่ม ของเล่น สมุด หนังสือ เสื้อผ้า เครื่องดนตรี หรือสัตว์เลี้ยง เป็นต้น

##### 1.2 ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรมหรือสิทธิพิเศษ

บางครั้งพบว่าตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของอาจจะทำไม่ได้ในบางแห่ง หรือ

บางโรงเรียน เนื่องจากมีกฎข้อห้ามต่าง ๆ มากมาย ตลอดจนจำเป็นต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก ดังนั้นจึงหันมานิยมใช้ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรมหรือสิทธิพิเศษ ซึ่งสามารถให้ได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม เนื่องจากสิ่งเหล่านั้นเป็นสิ่งที่บุคคลมักกระทำอยู่เป็นประจำ เช่น การที่เด็กชอบดูรายการโทรทัศน์ ดูเทปบันทึกภาพ อ่านหนังสือการ์ตูน ชอบช่วยครูทำงานที่โต๊ะ ชอบที่จะทำหน้าที่แทนครู หรือชอบที่จะได้สิทธิพิเศษในการออกจากชั้นเรียนก่อนเวลาเลิกเรียน เป็นต้น

### 1.3 ตัวเสริมแรงทางสังคม

เป็นตัวเสริมแรงชนิดที่ต้องวางเงื่อนไข แบ่งได้เป็นสองลักษณะ คือ ตัวเสริมแรงที่เป็นคำพูด และตัวเสริมแรงที่เป็นลักษณะท่าทาง คำพูดที่ใช้ในการเสริมแรง อาจ ได้แก่ ดีมาก เก่งมาก เยี่ยมจริง ๆ ยินดีด้วย ทำได้ดีมากจริง ๆ น่ารักมาก เป็นต้น ส่วนตัวเสริมแรงที่เป็นลักษณะท่าทาง ได้แก่ การยิ้ม การมองตา การแสดงที่ท่ายอมรับ การกอด การจับมือ การหัวเราะ เป็นต้น การใช้การเสริมแรงทางสังคมให้มีประสิทธิภาพนั้น ควรจะให้คำพูดและท่าทางไปด้วยกัน ถ้าคำพูดและท่าทางไม่ไปด้วยกัน อาจกลายเป็นการให้สิ่งที่ไม่พึงพอใจ ตัวเสริมแรงทางสังคมนั้น สามารถนำมาใช้ในสถานการณ์ทั่วไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่เมื่อใช้แล้วควรบอกถึงลักษณะของพฤติกรรมที่บุคคลกระทำด้วย แล้วจึงเสริมแรงพฤติกรรมนั้น

### 1.4 ตัวเสริมที่เป็นเบ็ชอร์รถกร

เบ็ชอร์รถกรเป็นตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข ได้แก่ แด้ม ดาว เบ็ช หรือคะแนน เป็นต้น โดยที่สิ่งเหล่านี้สามารถนำไปแลกเปลี่ยนสิ่งของอื่น ๆ ที่ต้องการได้ ดังนั้นเบ็ชอร์รถกรจึงเป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด เพราะสามารถสนองความต้องการของทุกคนได้ และสามารถนำมาแลกเปลี่ยนเป็นตัวเสริมแรงอื่น ๆ ได้ เช่น อาจจะแลกเปลี่ยนขนม แลกเป็นของว่าง แลกเป็นคำชมเชย หรือแลกเปลี่ยนสิ่งของอื่น ๆ

### 1.5 การให้ข้อมูลย้อนกลับ

การให้ข้อมูลย้อนกลับ คือการให้ข้อมูลเกี่ยวกับผลของการกระทำของบุคคล จัดเป็นตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข เนื่องจากข้อมูลย้อนกลับนั้นต้องไปสัมพันธ์กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ ดังนั้นจึงต้องใช้คู่กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ ด้วยจึงจะได้ผล เช่น ใช้คู่กับตัวเสริมแรงทางสังคม ขนม หรือกิจกรรมอื่น ๆ เป็นต้น การให้ข้อมูลย้อนกลับนั้นใช้ได้ง่าย แต่ใช้ไม่ได้กับทุกคน

## 2. การลงโทษ

การลงโทษ คือการให้สิ่งทีบุคคลไม่พึงพอใจหรือถอดถอนสิ่งที่พึงพอใจ หลังจากที



บุคคลแสดงพฤติกรรมบางอย่าง อันเป็นผลทำให้พฤติกรรมนั้นลดลงหรือหยุดลงชั่วขณะหนึ่ง การลงโทษไม่ใช่วิธีการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา แต่เป็นวิธีการที่ใช้เพื่อระงับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเท่านั้น ประโยชน์ของการลงโทษคือทำให้พฤติกรรมที่เป็นปัญหายุติลงชั่วคราว เพื่อเปิดโอกาสให้ครูได้เสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ให้กับเด็ก ในขณะที่เดียวกัน การลงโทษอาจก่อให้เกิดปัญหาแก่ตัวเด็กได้มาก เช่น ทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจ มีความก้าวร้าวมากขึ้น มีความวิตกกังวลสูง และมีความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงหรือหนีจากสถานการณ์ที่ถูกลงโทษนั้น ซึ่งย่อมไม่เป็นผลดีต่อการเรียนของเด็กเลย นอกจากนี้ การลงโทษถ้าจะใช้ให้ได้ผล จะทำได้ยากมาก ดังนั้นก่อนจะใช้การลงโทษครูต้องรู้ก่อนว่าต้องการจะให้เด็กมีพฤติกรรมเช่นใด พร้อมทั้งเตรียมตัวเสริมแรงพฤติกรรมดังกล่าวด้วย ซึ่งถ้าครูยังไม่มีเป้าหมายและวิธีการที่แน่นอน ครูไม่ควรจะใช้การลงโทษเลย เพราะนอกจากจะไม่ให้ประโยชน์ใด ๆ แล้ว ยังอาจสร้างปัญหาในระยะยาวได้อีกด้วย วิธีการลงโทษที่นิยมใช้มี 3 วิธีคือ

### 2.1 การแก้ไขเกินกว่าเหตุ

การแก้ไขเกินกว่าเหตุเป็นวิธีการลงโทษที่ทำได้ง่าย นั่นคือ เมื่อใดก็ตามที่เด็กทำบางสิ่งบางอย่างที่ผิด ก็ให้เด็กแก้ไขสิ่งที่ผิดเกินกว่าสิ่งที่เด็กทำ จะทำให้เด็กไม่ทำสิ่งที่ผิดนั้นในเวลาต่อมา เช่นการที่เด็กทิ้งกระดาษบนพื้นห้องเรียน แทนที่ครูจะบอกให้เด็กเก็บกระดาษที่เด็กทิ้งลงบนพื้น ไปทิ้งที่ถังขยะแต่เพียงอย่างเดียว ครูจะบอกให้เด็กทำความสะอาดพื้นที่เหล่านั้นด้วย

### 2.2 การใช้เวลานอก

การใช้เวลานอก เป็นการนำบุคคลออกจากสถานที่ได้รับการเสริมแรงชั่วระยะเวลาหนึ่ง ซึ่งโดยปกติจะใช้เวลาประมาณ 5 ถึง 10 นาที เช่น การที่เด็กเล่นในชั้นเรียนแกล้งเพื่อนตลอดเวลา ครูอาจจะลงโทษโดยการให้เด็กคนนี้ออกไปอยู่นอกชั้นเรียน ซึ่งสภาพการณ์นอกชั้นเรียนจะต้องไม่เป็นสถานที่เด็กพึงพอใจ การใช้เวลานอกจะไม่ได้ผลเลย ถ้าเด็กชอบอยู่คนเดียว หรือชอบเล่นกับตัวเอง และไม่ควรใช้เวลานานกว่า 5 ถึง 10 นาที เพราะถ้าใช้เวลานานกว่านี้ อาจทำให้เด็กเรียนไม่ทันเพื่อน

### 2.3 การปรับสินไหม

การปรับสินไหม คือการถอดถอนสิ่งที่คุณค่าพึงพอใจหลังจากแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา ได้แก่ การตัดคะแนน การไม่ให้เด็กทำกิจกรรมบางอย่างที่เคยทำ การตัดสิทธิพิเศษ หรือการปรับเงิน เป็นต้น การปรับสินไหมเป็นวิธีที่ใช้กันมากพอสมควรในสังคม เช่น

## การที่ตำรวจปรับเงินผู้ทำผิดกฎจราจร

### 3. การหยุดยั้ง

การหยุดยั้ง คือการยุติการให้การเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เคยได้รับการเสริมแรง อันเป็นผลทำให้พฤติกรรมนั้นมีแนวโน้มที่จะลดลง และยุติลงในที่สุด ตัวอย่างเช่นกรณีของเด็กคนหนึ่ง นุดจากอภวครุในชั้นเรียน ดังนั้นถ้าครูบอกให้เด็กทุกคนในชั้นไม่สนใจ แล้วครูก็ทำที่เป็นไม่สนใจ พฤติกรรมการนุดจากอภวครุของเด็กคนนี้น่าจะยุติในเวลาต่อมา การหยุดยั้งใช้ได้ยากกว่าการ ลงโทษ แต่ผลข้างเคียงในทางลบจะเกิดขึ้นน้อยกว่าการลงโทษ ข้อควรระวังคือต้องไม่ใช้การหยุดยั้ง กับพฤติกรรมที่มีความรุนแรงสูง เพราะอาจเกิดอันตรายถึงชีวิตได้ เนื่องจากว่าพฤติกรรมที่ได้รับ การหยุดยั้งนั้นจะเพิ่มขึ้นอย่างสูง ก่อนที่จะยุติลง

### 4. การควบคุมตนเอง

การควบคุมตนเองเป็นเป้าหมายสูงสุดของการปรับพฤติกรรม การควบคุมตนเอง หมายถึงการที่บุคคลค่อย ๆ ลดอิทธิพลจากการถูกควบคุมจากบุคคลภายนอกลง และทำให้บุคคลนั้นมี อิสระในการควบคุมตนเองมากขึ้น การควบคุมตนเองนั้นทำได้ไม่่ง่ายนัก และมีใช้ว่ายุติ ๆ ทุกคนจะมี แต่ต้องอาศัยการฝึกฝน โดยมีขั้นตอน 4 ขั้นตอน ดังนี้คือ

- 1) ให้บุคคลนั้นสามารถตั้งเป้าหมายพฤติกรรมด้วยตนเอง
- 2) สังเกตและบันทึกพฤติกรรมด้วยตนเอง
- 3) ประเมินพฤติกรรมตนเอง
- 4) เสริมแรงหรือลงโทษตนเอง

ศูนย์วิจัยกสิกรรมสุขภาพ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## การปรับพฤติกรรม ตอนที่ 2

### หลักการจัดโปรแกรมการปรับพฤติกรรม

การดำเนินการปรับพฤติกรรมให้ได้ผลดีนั้น ขึ้นอยู่กับการวางเงื่อนไขและการสร้างโปรแกรมที่เหมาะสม ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

#### 1. กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจน

ครูจะต้องกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจน นั่นคือพฤติกรรมนั้นจะต้องสังเกตเห็นได้ วัดได้ตรงกัน และวิธีการกำหนดเป้าหมายนั้นให้เด็กได้มีส่วนร่วมด้วย เช่น กำหนดว่าเด็กทุกคนจะต้องเข้าชั้นเรียนตรงเวลา ยืนตรงเคารพธงชาติ ทำงานส่งครู ไม่คุยกับเพื่อนขณะที่ครูสอน เป็นต้น

#### 2. การสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

หลังจากที่กำหนดเป้าหมายชัดเจนแล้ว ให้ครูสังเกตและบันทึกพฤติกรรมเป้าหมายของเด็กเสียก่อน เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางเงื่อนไขปรับพฤติกรรมต่อไป ซึ่งการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมนั้นสามารถดำเนินการได้โดยวิธีการดังต่อไปนี้

##### 2.1 สังเกตและบันทึกพฤติกรรมตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

วิธีนี้ใช้ในระยะเริ่มต้นก่อนการวางแผนดำเนินการปรับพฤติกรรม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์สภาพแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมต่าง ๆ ของเด็ก ซึ่งจะต้องบันทึกถึงสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นก่อนที่เด็กจะแสดงพฤติกรรม ตลอดจนบันทึกถึงผลกรรมของพฤติกรรมนั้นด้วย ส่วนใหญ่มักจะสังเกตและบันทึกพฤติกรรมเป็นช่วงเวลาต่อเนื่อง อาจใช้เวลาประมาณ 30 นาที หนึ่งชั่วโมง หรือหลาย ๆ ชั่วโมงก็ได้ ตามความเหมาะสมของสภาพการณ์ ลักษณะพฤติกรรมที่สนใจ และสภาพของเด็กเอง

##### 2.2 การสังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรม

วิธีนี้มักจะทำการนับจำนวนของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง หรือนับจำนวนของผลงานพฤติกรรม เช่น นับจำนวนการถามคำถาม ตอบคำถาม นับจำนวนนักเรียนที่เข้าชั้นเรียนตรงเวลา หรือนับจำนวนการส่งการบ้านของเด็ก เป็นต้น พฤติกรรมที่

สามารถใช้การสังเกตและบันทึกแบบนี้ได้นั้น มักจะเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในระยะเวลาสั้น ๆ และการเกิดแต่ละครั้งจะใช้เวลาที่ใกล้เคียงกัน

### 2.3 การสังเกตและบันทึกความยาวนานของเวลา

มักจะใช้กับพฤติกรรมที่เมื่อเกิดขึ้นแต่ละครั้งต้องใช้เวลายาวนานพอสมควร และแต่ละครั้งใช้เวลาไม่เท่ากัน เช่น พฤติกรรมการร้องไห้ การทำงาน การลุกจากที่นั่ง การคุยกัน เป็นต้น การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมแบบนี้อาจทำได้ในสองลักษณะ คือการสังเกตและบันทึกความยาวนานของเวลาของการเกิดพฤติกรรมนั้น ๆ เพียงครั้งเดียว ซึ่งส่วนใหญ่มักเป็นพฤติกรรมที่ไม่ค่อยเกิดขึ้นบ่อยนัก และมักจะเกิดขึ้นเป็นเวลา เช่น การล้างมือ การเข้าห้องน้ำ การทำการบ้าน เป็นต้น ส่วนอีกลักษณะหนึ่งคือการสังเกตและบันทึกความยาวนานของเวลาของการเกิดพฤติกรรมนั้น ๆ ภายในช่วงเวลาที่กำหนด ซึ่งมักจะเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นบ่อย แต่การเกิดแต่ละครั้งต้องอาศัยเวลา เช่น พฤติกรรมการคุยกันในชั้นเรียน การลุกจากที่นั่งโดยไม่ได้รับอนุญาต การเล่นกับตนเอง การเล่นกับเพื่อนในชั้นเรียน เป็นต้น

### 2.4 การสังเกตและบันทึกแบบช่วงเวลา

การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมแบบนี้มีข้อดีกว่าแบบความถี่ และความยาวนานของเวลา เนื่องจากสามารถใช้บันทึกพฤติกรรมได้เกือบทุกพฤติกรรม และเหมาะสมสำหรับใช้ในสภาพชั้นเรียน ซึ่งวิธีการบันทึกนี้ให้กำหนดความยาวนานของช่วงเวลาที่จะบันทึก แล้วบันทึกว่าพฤติกรรมเป้าหมายนั้นเกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้น โดยบันทึกเพียง 1 กับ 0 คือ 1 แทนการเกิดของพฤติกรรมเป้าหมาย โดยไม่สนใจว่าพฤติกรรมนั้นจะเกิดขึ้นกี่ครั้งก็ตามในช่วงเวลานั้น ส่วน 0 แทนการไม่เกิดของพฤติกรรมเป้าหมาย

## 3. การหาตัวเสริมแรงทางบวก

การเสริมแรงทางบวกนับว่ามีความสำคัญอย่างมากในการปรับพฤติกรรม เพราะการเสริมแรงทางบวกจะช่วยให้โปรแกรมการปรับพฤติกรรมบรรลุเป้าหมายได้ดีกว่า เมื่อใช้ควบคู่กับเทคนิคอื่น ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับวิธีการลงโทษ และการหยุดยั้ง แต่การเลือกใช้ ต้องให้เหมาะสมกับเวลาและโอกาส ซึ่งวิธีการหาตัวเสริมแรงทางบวกอาจทำได้ 3 วิธีคือ

### 3.1 ใช้วิธีการสังเกต

โดยสังเกตว่า เด็กชอบทำอะไรบ่อยที่สุด เด็กชอบเล่นเกมอะไร หรือเด็กชอบไปที่ไหน เป็นต้น ซึ่งอะไรที่เด็กชอบหรือทำบ่อย ๆ สิ่งเหล่านั้นอาจนำมาใช้เป็นตัว

## เสริมแรงทางบวกได้

### 3.2 ใช้วิธีการสัมภาษณ์

วิธีการเช่นนี้ทำได้ง่ายกว่าการสังเกต แต่ข้อมูลที่ได้อาจจะไม่แม่นยำเท่ากับการสังเกต แต่ถ้าผู้สัมภาษณ์รู้เทคนิคการสัมภาษณ์ที่ดี ก็อาจจะได้ข้อมูลที่แม่นยำได้ คำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์ อาจได้แก่

- เธออยากให้ครูพูดอย่างไรกับเธอ
- เธอชอบอะไรมากที่สุดในห้องเรียน
- เธออยากให้โรงเรียนมีอุปกรณ์อะไรบ้าง

### 3.3 ใช้วิธีการออกแบบสอบถาม

วิธีนี้ทำได้ง่ายที่สุด อีกทั้งทำให้ได้ข้อมูลเป็นจำนวนมากในระยะเวลาอันสั้น แต่ข้อมูลที่ได้นั้นมีความเชื่อมั่นได้น้อยกว่าข้อมูลที่ได้จากทั้ง 2 วิธีที่กล่าวมาแล้ว วิธีนี้มีข้อจำกัดอยู่ประการหนึ่งคือไม่สามารถใช้กับเด็กที่ยังไม่สามารถอ่านออกเขียนได้

## 4. เลือกวิธีการปรับพฤติกรรม

การที่จะเลือกวิธีการใด ย่อมขึ้นอยู่กับเป้าหมายว่าต้องการที่จะลด หรือเพิ่มพฤติกรรม สภาพแวดล้อม ตลอดจนลักษณะของเด็กด้วย เช่น ถ้าต้องการที่จะลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็ก จะพบว่าวิธีที่เหมาะสมที่สุดน่าจะเป็นการลงโทษ แต่ถ้าสภาพการณ์นั้นใช้การลงโทษไม่เหมาะสม ก็สามารถให้การเสริมแรงทางบวกแทนได้ นั่นคือให้การเสริมแรงทางบวกเสริมสร้างพฤติกรรมที่ขัดแย้งกับพฤติกรรมก้าวร้าว โดยที่ถ้าพฤติกรรมนั้นเกิดขึ้น พฤติกรรมก้าวร้าวย่อมไม่มีโอกาสเกิดขึ้นได้ เช่น ถ้าต้องการจะลดพฤติกรรมการพูดจาหยาบคาย ก็อาจทำได้โดยเพิ่มการพูดจาสุภาพขึ้นมาแทน เป็นต้น

### 5. ขอบพฤติกรรมเป้าหมายให้กับเด็ก

ในการดำเนินการปรับพฤติกรรมใด ๆ ก็ตาม จะประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี ถ้าเด็กเข้าใจและยอมรับเป้าหมายนั้น เมื่อเด็กตอบตกลงตามพฤติกรรมเป้าหมายที่ตั้งไว้แล้ว ขั้นต่อไปคือจะต้องสร้างเป็นกฎเกณฑ์ขึ้นมา โดยที่เด็กจะต้องเป็นผู้ร่วมสร้างด้วย เมื่อกฎเกณฑ์ได้ตั้งขึ้นมาแล้วด้วยความร่วมมือของเด็ก ขั้นต่อมาควรจะได้มีการสร้างเงื่อนไขทันที โดยเน้นในกรณีที่เด็กทำได้ตามเงื่อนไขจะมีการเสริมแรงอย่างไร และถ้าเด็กทำไม่ได้ตามเงื่อนไขจะมีการลงโทษ

อย่างไร

#### 6. การดำเนินการ

เมื่อกฎเกณฑ์ได้ตั้งขึ้นมาแล้ว การดำเนินการก็ทำได้ง่ายมาก นั่นคือจะต้องเคารพตามกฎเกณฑ์ที่ตั้งไว้เท่านั้น ถ้าเด็กทำตามก็ให้การเสริมแรงตามที่ตกลงกันไว้ และถ้าเด็กไม่ทำตามกฎที่ตั้งไว้ก็ให้การลงโทษ ซึ่งในขั้นดำเนินการนี้ ความสำเร็จของโปรแกรมจะอยู่ที่ความสม่ำเสมอของผู้ดำเนินการ เพราะถ้าผู้ดำเนินการไม่ทำตามกฎเกณฑ์อย่างสม่ำเสมอแล้ว โปรแกรมนั้นจะไม่มีทางสำเร็จเลย นอกจากนี้ควรเพิ่มวิธีการเสริมแรงทางสังคม และวิธีการให้ข้อมูลย้อนกลับควบคู่กันไปด้วย จะทำให้โปรแกรมประสบความสำเร็จได้เร็วยิ่งขึ้น

#### 7. การประเมินผล

การประเมินผล ทำได้โดยการเปรียบเทียบข้อมูลในช่วงก่อนดำเนินการกับระหว่างการดำเนินการ ถ้าข้อมูลเป็นไปตามที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้ แสดงว่าโปรแกรมประสบความสำเร็จ แต่ถ้าข้อมูลไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงตามที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้ ย่อมแสดงว่าโปรแกรมล้มเหลว ซึ่งควรจะหยุดดำเนินการ แล้วต้องหาวิธีการอื่นต่อไป

#### 8. การถอดถอนโปรแกรม

วิธีการถอดถอนโปรแกรมการปรับพฤติกรรม มีความสำคัญไม่น้อยกว่าการดำเนินการปรับพฤติกรรม เพราะถ้าการถอดถอนโปรแกรมไม่ดีพอ ผลของความพยายามที่ทำมาทั้งหมด ก็คงจะหมดไปพร้อมกับการถอดถอนโปรแกรม ดังนั้นก่อนการถอดถอนโปรแกรม จะต้องคำนึงถึงวิธีการที่จะทำให้พฤติกรรมเป้าหมายนั้นคงไว้ให้ได้เสียก่อน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แรงจูงใจ ตอนที่ 1

การกระทำหรือการแสดงออกทุกอย่างของคนเราจะต้องมีสาเหตุทั้งนั้น เรามักจะมีเรื่องต้องคิดหรือคุยกันอยู่บ่อย ๆ ว่าทำไมเพื่อนของเราจึงต้องแสดงกิริยาอย่างนั้น ทำไมวันนี้เพื่อนของเราจึงหน้าบึ้ง ทำไมจึงต้องไปรับประทานอาหารตามร้านอาหารที่มีชื่อและราคาแพง ทำไมจึงต้องไปช้อปปิ้งต่างประเทศ ทำไมจึงต้องเรียนให้ได้ปริญญา เป็นต้น ความสงสัยในสาเหตุของการกระทำหรือพฤติกรรมของมนุษย์เรานี้เอง ทำให้เกิดคำถามว่า "ทำไม?" ทำไมคนเราจึงต้องทำสิ่งต่าง ๆ อย่างที่เขากระทำ ถ้าพิจารณาในแง่จิตวิทยาแล้ว คำตอบก็คือบุคคลดังกล่าวต่างก็มีความต้องการหรือมีแรงจูงใจให้ทำ แรงจูงใจนี้จะผลักดันให้บุคคลทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการหรือนำไปสู่จุดหมายที่ต้องการ

### ความหมายของแรงจูงใจ

แรงจูงใจ หรือ Motive หมายถึงสภาวะใด ๆ ก็ตามที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมา

ส่วนการจูงใจ หรือ Motivation หมายถึงการนำปัจจัยต่าง ๆ ที่เป็นแรงจูงใจมาผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมอย่างมีทิศทาง เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายหรือเงื่อนไขที่ต้องการ ปัจจัยต่าง ๆ ที่นำมาอาจจะเป็นเครื่องล่อ รางวัล การลงโทษ การทำให้เกิดการตื่นตัว รวมทั้งทำให้เกิดความคาดหวัง

การจูงใจจึงเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นตลอดเวลา ตราบใดที่มนุษย์ยังมีความต้องการซึ่งทำให้สภาวะของร่างกายเกิดความไม่สมดุลย์ เมื่อร่างกายไม่สมดุลย์ จะทำให้มีแรงขับที่จะกำหนดทิศทางเพื่อสนองต่อความต้องการนั้น ๆ เมื่อคนเราได้รับการตอบสนอง แรงขับก็จะลดลง เราจึงเกิดความพึงพอใจ เช่นเวลาคนเราหิว เกิดมีน้ำย่อยมากกระตุ้นกระเพาะอาหาร (แรงขับ) ทำให้คนเราแสวงหาอาหาร (ทิศทาง) เมื่ออิ่มแล้วจึงหายหิว เกิดภาวะสมดุลย์ในร่างกาย เป็นต้น

### แรงจูงใจภายนอก

#### 1. ความหมายของแรงจูงใจภายนอก

แรงจูงใจภายนอกเป็นสิ่งที่เร้า อันได้แก่ ตัวเสริมแรง หรือสิ่งจูงใจต่าง ๆ ที่ทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจ มีบทบาทในการเป็นตัวกระตุ้นให้คนแสดงพฤติกรรมมากขึ้น

## 2. ชนิดของการเสริมแรง

การเสริมแรงมี 2 ชนิดคือ

### 2.1 การเสริมแรงทางบวก

การเสริมแรงทางบวก คือการให้สิ่งทีุ่บุคคลพอใจ เช่น รางวัล คำชมเชย การยิ้ม การพยักหน้า และความสนใจ ซึ่งเป็นตัวเสริมแรงที่มีอิทธิพลมากสำหรับเด็ก ทั้งยังตรงกับความต้องการอย่างหนึ่งของมนุษย์ คือต้องการเป็นที่ยอมรับ ต้องการเป็นที่รัก ต้องการคำชมเชย เป็นต้น

### 2.2 การเสริมแรงทางลบ

การเสริมแรงทางลบคือการนำสิ่งที่ไม่สบายใจต่าง ๆ ออกไป ได้แก่ การดุ การตำหนิ การที่สังคมไม่ยอมรับ คำวิจารณ์ ตลอดจนเสียงที่ดังอีกทีจนเกินไป ฉะนั้นเมื่อขจัดสิ่งที่ไม่สบายใจต่าง ๆ ออกไป จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้

ดังนั้น การให้การเสริมแรงทางบวกหรือการเสริมแรงทางลบ จะให้ผลเช่นเดียวกัน คือทำให้เกิดการเรียนรู้

## 3. ลักษณะพฤติกรรมที่เกิดจากแรงจูงใจภายนอก

เนื่องจากผู้ที่มีแรงจูงใจภายนอกจะเป็นผู้ที่ทำอะไรโดยที่ความต้องการคำชม ต้องการยอมรับ หรือต้องการความเห็นชอบจากผู้อื่น ซึ่งจะนำไปสู่ความรู้สึกที่ไม่ค่อยเป็นตัวของตัวเอง ทำอะไรต้องคอยระมัดระวังต่อการยอมรับของผู้อื่น คอยคิดว่าผู้อื่นจะคิดอย่างไรกับตน ส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่คอยพึ่งพาผู้อื่น มักจะทำดีหรือสร้างสัมพันธภาพเฉพาะบุคคลที่ทำประโยชน์ให้ มักจะทำดีเฉพาะเวลาที่มีคนเห็น ถ้าไม่มีคนรู้เห็นจะเกิดความท้อถอยเบื่อหน่าย หหมดกำลังใจที่จะทำดีต่อไป เช่น คนที่ทำดีเพื่อหวังจะได้สองชั้น ถ้าไม่ได้ดังที่หวัง ก็จะมีรู้สึกผิดหวัง เสียใจ โกรธเคือง ท้อถอยและอาจจะเลิกทำดีอีกต่อไป



## แรงจูงใจภายใน

### 1. ความหมายของแรงจูงใจภายใน

แรงจูงใจภายใน เป็นสภาวะที่บุคคลต้องการที่จะกระทำ หรือเรียนรู้บางสิ่งบางอย่างด้วยตนเอง ไม่ต้องอาศัยการชักจูงจากสิ่งเร้าภายนอก ได้แก่ ความต้องการ ความสนใจ พิเศษ ความรู้สึกนึกคิดหรือทัศนคติของแต่ละบุคคล

### 2. ลักษณะพฤติกรรมที่เกิดจากแรงจูงใจภายใน

เนื่องจากคนที่มีแรงจูงใจประเภทนี้จะเป็นผู้ที่มีความสุขในการทำสิ่งต่าง ๆ โดยมิได้หวังรางวัลหรือค่าชม จึงมีแรงจูงใจที่จะทำสิ่งต่าง ๆ อย่างต่อเนื่องไม่มีที่สิ้นสุด ไม่มีความเบื่อหน่าย จะเป็นผู้ที่ทำงานเพราะรักในงาน ถึงแม้จะไม่มีใครเห็น ไม่มีใครชม ก็ไม่เกิดความท้อถอยเบื่อหน่าย เป็นผู้ที่ทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการของตนเอง ไม่ต้องคอยวิตกกังวลว่าใครจะคิดอย่างไรกับตน ซึ่งทำให้สามารถทำงานได้เต็มที่ เป็นผู้ที่สามารถสร้างสัมพันธภาพกับคนทั่ว ๆ ไปได้ดี มิใช่สร้างสัมพันธภาพเฉพาะบุคคลที่ทำประโยชน์ให้ได้เท่านั้น และทำงานโดยมุ่งประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน

## ประเภทของแรงจูงใจ

แรงจูงใจแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภทคือ

### 1. แรงจูงใจทางสรีรวิทยา

แรงจูงใจประเภทนี้เกิดขึ้นเพื่อสนองความต้องการของร่างกายทั้งหมด เพื่อให้บุคคลมีชีวิตอยู่ได้ เป็นความต้องการที่จำเป็นตามธรรมชาติของมนุษย์ แรงจูงใจทางสรีระที่สำคัญคือ ความหิว ความกระหาย ความต้องการทางเพศ แรงจูงใจดังกล่าวเกิดขึ้นจากความต้องการภายในร่างกาย และอิทธิพลของฮอร์โมน เราสามารถวัดระดับความต้องการทางสรีระ ได้จากการสังเกตพฤติกรรมของบุคคล คือจากความมากน้อยของการกระทำ การเลือกกระทำ และการโต้ตอบต่อสิ่งที่มาชักชวน

## 2. แรงจูงใจทางจิตวิทยา

แรงจูงใจทางจิตวิทยา มีความสำคัญน้อยกว่าแรงจูงใจทางสรีระวิทยา เพราะจำเป็นในการดำรงชีวิตน้อยกว่า แต่จะช่วยคนเราทางด้านจิตใจ ทำให้มีสุขภาพจิตดี รู้สึกพอใจ และสบายใจ แรงจูงใจประเภทนี้ได้แก่

- ความอยาก رؤอยากเห็นและการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม
- ความต้องการความรักและความเอาใจใส่ใกล้ชิดจากผู้อื่น

## 3. แรงจูงใจทางสังคม

แรงจูงใจทางสังคมมีอยู่ 5 ประเภทคือ

### 3.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

เป็นความต้องการที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง จะมีความมานะพยายาม อดทน ทำงานแบบมีเป้าหมาย ตั้งระดับความคาดหวังไว้สูง และพยายามเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ เพื่อให้งานสำเร็จลุล่วงไปได้ ส่วนผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ จะทำงานแบบไม่มีเป้าหมาย หรือตั้งเป้าหมายง่าย ๆ เพราะกลัวความล้มเหลวในการทำงาน และตั้งระดับความคาดหวังไว้ต่ำ

### 3.2 แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์

เป็นความต้องการเป็นที่ยอมรับ ได้รับความนิยมในกลุ่ม หลีกเลี้ยงการโต้แย้ง และมีพฤติกรรมคล้อยตาม บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง จะเป็นคนที่เห็นอกเห็นใจผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีจิตใจกว้างขวางโอบอ้อมอารี

### 3.3 แรงจูงใจใฝ่อำนาจ

เป็นความต้องการที่จะมีอิทธิพลเหนือการตัดสินใจของบุคคล ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม เป็นความพยายามที่จะควบคุมสิ่งที่มีอำนาจเหนือตน บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่อำนาจสูง มักชอบการถกเถียงโต้แย้ง ทำอะไรไม่ค่อยนึกถึงผู้อื่น พอใจที่จะทำงานในลักษณะที่เป็นผู้นำ แต่จะไม่พอใจกับการทำงานที่มีผู้นำหลายคน และจะไม่พอใจมากยิ่งขึ้น ถ้ารู้สึกว่าตนเองถูกผู้อื่นแนะนำ

### 3.4 แรงจูงใจใฝ่ก้าวร้าว

เป็นความต้องการที่จัดความโกรธ หรือความคับข้องใจ โดยใช้ความรุนแรงโดยทางวาจา หรือท่าทาง การก้าวร้าวเกิดจากการเรียนรู้โดยเลียนแบบจากพ่อแม่ หรือคนที่อยู่ใกล้เคียง ตลอดจนเกิดจากความกดดัน อันเนื่องมาจากความเข้มงวดกวดขันของพ่อแม่

### 3.5 แรงจูงใจใฝ่พึ่งพา

เป็นความต้องการความช่วยเหลือ การสนับสนุน คำปรึกษา เพื่อให้เกิดความมั่นใจในการทำกิจกรรมต่าง ๆ และการทำงาน บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่พึ่งพาสสูง จะเป็นคนที่ไม่เชื่อมั่นในตนเอง ทำอะไรไม่กล้าตัดสินใจ ลังเล ไม่กล้าเสี่ยง



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แรงจูงใจตอนที่ 2

### ทฤษฎีแรงจูงใจ

เพื่อที่จะอธิบายสาเหตุที่ทำให้บุคคลกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ละเอียดขึ้น นักจิตวิทยาได้พยายามศึกษาการกระทำของบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ และได้ตั้งทฤษฎีแรงจูงใจของมนุษย์ขึ้น เพื่ออธิบายเกี่ยวกับการที่บุคคลเลือกที่จะกระทำเช่นนั้น ดังนั้น เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจในเรื่องแรงจูงใจได้ดีขึ้น จึงสมควรอย่างยิ่งที่จะต้องศึกษาทฤษฎีแรงจูงใจที่นักจิตวิทยาได้ตั้งขึ้น ทฤษฎีแรงจูงใจอาจแบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่มคือ กลุ่มเน้นพื้นฐานทางชีววิทยา กลุ่มเน้นความสำคัญของการเรียนรู้ และกลุ่มเน้นองค์ประกอบทางปัญญา

#### 1. ทฤษฎีทางชีววิทยา

##### 1.1 ทฤษฎีสัญชาตญาณ

สัญชาตญาณ เป็นสิ่งที่ติดตัวบุคคลมาตั้งแต่กำเนิด ซึ่งทำให้บุคคลมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ โดยไม่จำเป็นต้องมีการเรียนรู้ เช่น เมื่อแรกคลอด ทารกจะสามารถตอบสนองต่ออาหาร น้ำ ความรู้สึกร้อนหนาว ความรู้สึกเจ็บปวดได้ ลักษณะของสัญชาตญาณซึ่งเป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิดนี้ จึงเป็นปฏิกิริยาที่มีผลต่อแรงจูงใจ ทำให้บุคคลได้กระทำพฤติกรรมต่าง ๆ เราอาจนิยามสัญชาตญาณว่าเป็นแบบอย่างของพฤติกรรมที่ไม่ได้เกิดจากการเรียนรู้ เช่น การสร้างรังของนก การสะสมอาหารของมด ความอยาก رؤ้อยากเห็น การชอบอยู่เป็นหมู่เป็นกลุ่ม เป็นต้น อย่างไรก็ตาม มีพฤติกรรมของมนุษย์มากมายที่นอกเหนือไปจากสัญชาตญาณ ทฤษฎีสัญชาตญาณไม่อาจอธิบายเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคล ด้วยเหตุผลเหล่านี้ประกอบกับการที่นักจิตวิทยาได้ตระหนักถึงบทบาทสำคัญของการเรียนรู้ที่มีต่อพฤติกรรมของมนุษย์ จึงทำให้พวกเขาละทิ้งทฤษฎีสัญชาตญาณ

##### 1.2 ทฤษฎีแรงขับ

โดยปกติพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลนั้น จะมีส่วนสัมพันธ์กับแรงขับภายในของแต่ละบุคคล แรงขับเป็นสภาวะความตึงเครียดทางร่างกาย เป็นตัวการที่ทำให้ร่างกายแสดง

พฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อจัดความเครียดนั้นออกไป แรงขับมีลักษณะที่สำคัญ 2 ลักษณะ คือแรงขับภายในร่างกายหรือแรงขับปฐมภูมิ เป็นแรงขับที่เกิดจากความต้องการของร่างกาย และแรงขับภายนอกหรือแรงขับทุติยภูมิ เป็นแรงขับที่เกิดจากความต้องการทางด้านสติปัญญา อารมณ์ และสังคม ซึ่งลักษณะดังกล่าวจะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่แตกต่างกันออกไป อันเป็นผลเนื่องมาจากประสบการณ์ และการเรียนรู้ที่สะสมไว้ในแต่ละบุคคล

### 1.3 ทฤษฎีความต้องการ

ในเรื่องทฤษฎีความต้องการนี้ จะได้กล่าวถึงทฤษฎีที่น่าสนใจไว้ 2 ทฤษฎี คือ ทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์ และทฤษฎีความต้องการของเมอร์เรย์

#### 1.3.1 ทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์

มาสโลว์ได้แบ่งความต้องการของมนุษย์ออกเป็นขั้น ๆ ความคิดสำคัญของทฤษฎีนี้คือ ความต้องการส่วนใหญ่ในขั้นที่ต่ำกว่าต้องได้รับการตอบสนองก่อน แล้วความต้องการในขั้นที่สูงขึ้นไปจึงจะเกิดขึ้น อย่างไรก็ตาม ความต้องการมากกว่าหนึ่งระดับ อาจเกิดขึ้นในเวลาเดียวกัน แต่ความต้องการในระดับที่ต่ำกว่า ถ้ายังไม่ได้รับการตอบสนองจะเกิดขึ้นก่อน

ความต้องการตามลำดับขั้นที่มาสโลว์ได้กล่าวไว้ มี 5 ข้อดังนี้คือ

- 1) ความต้องการทางสรีระ
- 2) ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง
- 3) ความต้องการความรักและเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม
- 4) ความต้องการเกียรติยศ
- 5) ความต้องการการเข้าถึงตนเองอย่างถ่องแท้

#### 1.3.2 ทฤษฎีความต้องการของเมอร์เรย์

ทฤษฎีนี้มีแนวคิดที่ว่า ความต้องการเป็นพื้นฐานที่จะทำให้เกิดแรงขับหรือแรงจูงใจ ซึ่งจะเป็นผลทำให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมไปในทิศทางที่จะนำไปสู่เป้าหมาย เมอร์เรย์ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับบุคคลปกติกลุ่มหนึ่ง และได้แบ่งความต้องการทางจิตวิทยาออกเป็น 20 ชนิด ความต้องการของเมอร์เรย์ที่ยังคงใช้อยู่ในปัจจุบัน มี 7 ข้อ ดังนี้คือ

- 1) ความต้องการใฝ่ลัทธิ

- 2) ความต้องการที่จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น
- 3) ความต้องการการก้าวร้าว
- 4) ความต้องการที่จะเป็นตัวของตัวเอง
- 5) ความต้องการที่จะมีอิทธิพลหรือบังคับผู้อื่น
- 6) ความต้องการที่จะสร้างความประทับใจให้ปรากฏแก่ผู้อื่น
- 7) ความต้องการที่จะปกป้องคุ้มครองผู้อื่น

## 2. ทฤษฎีทางการเรียนรู้

นักทฤษฎีทางการเรียนรู้โต้แย้งว่า ความต้องการทางสรีระอาจจะมีบทบาทในพฤติกรรม แต่การเรียนรู้จะมีบทบาทมากกว่าในการกำหนดทิศทางของพฤติกรรมของมนุษย์ นักจิตวิทยาที่เป็นผู้นำทางทฤษฎีการเรียนรู้คือ สกินเนอร์ สกินเนอร์ได้แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมส่วนใหญ่อาจทำให้เกิดขึ้นได้โดยการให้รางวัลหลังจากพฤติกรรมที่พึงปรารถนาได้เกิดขึ้น นักทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม เช่น แบนคูรา ได้ขยายแนวความคิดของสกินเนอร์ โดยเน้นว่ารางวัลที่มีอำนาจมากที่สุดสำหรับมนุษย์คือรางวัลทางสังคม เช่น การชมเชย ดังนั้น เด็กที่ได้รับการชมเชยเมื่อประพฤติตนเป็นคนดี เขาจะพัฒนายนิสัยของการเป็นคนดี ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม เมื่อบุคคลเห็นผู้อื่นทำอะไรแล้วได้รับรางวัล เขาจะทำตาม และยึดเอาบุคคลที่เขาทำตามเป็นตัวอย่าง สำหรับเด็ก ตัวแบบที่ล้ำค่ามักจะเป็นผู้ปกครองของเขา

## 3. ทฤษฎีทางปัญญา

ทฤษฎีทางปัญญาใช้กระบวนการคิดเป็นหลัก เพื่ออธิบายว่า ทำไมคนเราจึงทำดั่งที่เขาทำ นักจิตวิทยาปัญญานิยมชี้ให้เห็นว่า แนวทางที่เราตอบสนองต่อเหตุการณ์ ขึ้นอยู่กับการตีความหมายของเหตุการณ์นั้น ๆ ของเรา ตัวอย่างเช่น เมื่อมีคนเหยียบเท้าของเรา เราอาจตีความหมายได้หลายอย่าง เป็นต้นว่า เขาอาจตั้งใจ เขาอาจเมา เขาอาจบ้า เขาอาจใจลอย หรือเขาอาจเป็นคนพิการ อะไรก็ตามที่เราตีความหมายว่าทำให้เขาทำเช่นนั้น จะมีผลต่อการกระทำของเรา ทฤษฎีที่เป็นตัวแทนของทฤษฎีทางปัญญา ได้แก่ ทฤษฎีการระบุสาเหตุ ทฤษฎีความสอดคล้องทางปัญญา และทฤษฎีความคาดหวัง

### 3.1 ทฤษฎีการระบุสาเหตุ

ตามทฤษฎีการระบุสาเหตุ ได้กล่าวว่า พฤติกรรมของบุคคลเป็นผลมาจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง คืออาจมาจากสาเหตุภายใน เช่น ลักษณะบุคลิกภาพ หรือความพยายามของบุคคล หรือมาจากสาเหตุภายนอก เช่น สถานการณ์ทางสังคม การกระทำของคนอื่น หรือโชค ตัวอย่างเช่น เมื่อเพื่อนของเราสอบวิชาจิตวิทยาได้เกรด A เราอาจยกการได้เกรด A ให้เป็นเรื่องของความสามารถของเพื่อน (สาเหตุภายใน) หรือยกให้เป็นเรื่องของข้อสอบง่าย อาจารย์ใจดี อาจารย์รอกคะแนนผิด (สาเหตุภายนอก)

### 3.2 ทฤษฎีความสอดคล้องทางปัญญา

ทฤษฎีความสอดคล้องทางปัญญา เสนอโดยเฟสติงเจอร์ กล่าวว่าเมื่อบุคคลเกิดความรู้ความเข้าใจที่ขัดแย้งกัน เขาจะเกิดความไม่สบายใจ และเมื่อเกิดความขัดแย้งทางปัญญา บุคคลจะต้องเปลี่ยนความคิดหรือการกระทำของเขา เพื่อพยายามทำให้เกิดความสอดคล้องขึ้น ยกตัวอย่างเช่น ชายผู้หนึ่งติดบุหรี่ ต่อมาเขาได้รับข่าวสารว่าบุหรี่ทำให้เกิดมะเร็ง เขาจะเกิดความไม่สบายใจ และจะต้องจัดการอย่างใดอย่างหนึ่งลงไป เขาอาจหาข่าวสารมาลบล้างว่าการสูบบุหรี่ของเขาไม่เป็นภัย ถ้าเขาเชื่ออย่างนั้นจริง ๆ เขาก็สูบบุหรี่ด้วยความสบายใจ หรือเขาอาจตระหนักแน่ชัดว่าบุหรี่เป็นโทษต่อเขา เขาจึงเลิกสูบบุหรี่เสีย ทฤษฎีความสอดคล้องทางปัญญา เน้นถึงวิธีการที่บุคคลเข้าใจ ตีความหมาย และมีประสบการณ์ต่อโลกอย่างอัตนัย

### 3.3 ทฤษฎีการคาดหวัง

ทฤษฎีการคาดหวัง มีพื้นฐานมาจากแนวความคิดของนักจิตวิทยาทางการรู้ การเข้าใจ หรือทางปัญญา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เคิร์ท เลวิน และทอลแมน ตามทฤษฎีของนักจิตวิทยาปัญญานิยม ปัจเจกบุคคลมีความคิดเกี่ยวกับผลที่อาจเกิดขึ้นจากการกระทำของเขา และเขาอาจจะเลือกที่จะกระทำตามคุณค่าของผลที่เกิดขึ้น และความน่าจะเป็นที่จะทำได้สำเร็จ

ตัวอย่างคำแนะนำหน้าของเอกสาร

## คำแนะนำ

อ่านคำแนะนำข้างล่างนี้อย่างละเอียด และปฏิบัติตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

- ขั้นที่ 1 ตอบคำถามในเอกสารหมายเลข 1 ให้ครบทุกข้อ
- ขั้นที่ 2 ดูวิดีโอเทปคำบรรยายและจดคำบรรยายลงในกระดาษเอกสารหมายเลข 2 เพื่อใช้สำหรับการตอบคำถามในภายหลัง
- ขั้นที่ 3 ส่งคืนเอกสารหมายเลข 2 ให้แก่ผู้ทำการทดลอง
- ขั้นที่ 4 ตอบคำถามในเอกสารหมายเลข 3
- ขั้นที่ 5 ตอบคำถามในเอกสารหมายเลข 4
- ขั้นที่ 6 เก็บเอกสารทุกฉบับลงในซอง และส่งคืนผู้ทำการทดลอง



ตัวอย่างกระดาษจดคำบรรยายแบบเป็นรายชื่อ

ชื่อ-นามสกุล..... เลขประจำตัว.....

1. ความหมายของการปรับพฤติกรรม

---

---

---

---

---

---

2. เทคนิคการปรับพฤติกรรม

2.1 การเสริมแรงทางบวก

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

ก. ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ

---

---

---

---

---

---

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



จ. การให้ข้อมูลย้อนกลับ

2.2 การลงโทษ

ก. การแก้ไขเกินกว่าเหตุ

ศูนย์วิทยพัชร์พยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข. การใช้เวลานอก



แบบทดสอบวัดความสามารถในการระลึกตามตัวนะ

ฉบับที่ 1

ชื่อ-นามสกุล.....เลขประจำตัว.....

-----

คำสั่ง จงอธิบายรายละเอียดของหัวข้อต่าง ๆ ค่อไปนี้ให้มากที่สุดเท่าที่ท่านจำได้ ตามที่ท่านได้  
 ึ่งจากคำบรรยายเรื่อง "การปรับพฤติกรรม"

1. ความหมายของการปรับพฤติกรรม

---



---



---



---



---



---

2. การเสริมแรงทางบวก

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

ศูนย์วิทยพัชยากร  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3. ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ

---



---



---



---



---

4. ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรมหรือสิทธิพิเศษ

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

5. ตัวเสริมแรงทางสังคม

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

ศูนย์วิทยพัชร์พยากร  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



9. การแก้ไขเกินกว่าเหตุ

---

---

---

---

---

---

10. การใช้เวลาออก

---

---

---

---

---

---

---

---

11. การปรับสินไหม

---

---

---

---

---

---

12. การหยุดยั้ง

---

---

---

---

---

---





แบบทดสอบวัดความสามารถในการระลึกตามตัวนะ

ฉบับที่ 2

ชื่อ-นามสกุล..... เลขประจำตัว.....

-----

คำสั่ง จงอธิบายรายละเอียดของหัวหรือต่าง ๆ ต่อไปนี้ให้มากที่สุดเท่าที่ท่านจำได้ ตามที่ท่านได้  
ฟังจากคำบรรยายเรื่อง "หลักการจัดโปรแกรมการปรับพฤติกรรม"

การดำเนินการปรับพฤติกรรม มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจน

---



---



---



---



---



---

2. การสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

---



---



---



---

3. การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

---



---



---



---



---

## 4. การสังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรม

---

---

---

---

---

---

---

---

## 5. การสังเกตและบันทึกความยาวนานของเวลา

---

---

---

---

---

---

---

---

## 6. การสังเกตและบันทึกแบบช่วงเวลา

---

---

---

---

---

---

---

---

## 7. การหาตัวเสริมแรงทางบวก

---

---

---

---

---

---

---

---

8. การหาตัวเสริมแรงทางบวกโดยใช้วิธีการสังเกต

---

---

---

9. การหาตัวเสริมแรงทางบวกโดยใช้วิธีการสัมภาษณ์

---

---

---

---

---

10. การหาตัวเสริมแรงทางบวกโดยใช้วิธีการออกแบบสอบถาม

---

---

---

---

---

11. การเลือกวิธีการปรับพฤติกรรม

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

12. การบอกพฤติกรรมเป้าหมายให้กับเด็ก

---

---

---

---

---

13. การดำเนินการปรับพฤติกรรม

---

---

---

---

---

14. การประเมินผล

---

---

---

15. การถอดถอนโปรแกรม

---

---

---

---

---



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบทดสอบวัดความสามารถในการระลึกตามตัวนะ

ฉบับที่ 3

ชื่อ-นามสกุล..... เลขประจำตัว.....

-----

คำสั่ง จงอธิบายรายละเอียดของหัวหรือต่าง ๆ ต่อไปนี้ให้มากที่สุดเท่าที่ท่านจำได้ ตามที่ท่านได้  
ฟังจากคำบรรยายเรื่อง "แรงจูงใจ"

1. ความหมายของแรงจูงใจ

---



---



---



---

2. ความหมายของแรงจูงใจภายนอก

---



---



---

3. การเสริมแรงทางบวก

---



---



---



---

4. การเสริมแรงทางลบ

---



---



---

5. ลักษณะพฤติกรรมที่เกิดจากแรงจูงใจภายนอก

---

---

---

6. ความหมายของแรงจูงใจภายใน

---

---

7. ลักษณะพฤติกรรมที่เกิดจากแรงจูงใจภายใน

---

---

---

8. แรงจูงใจทางเสรีวิทยา

---

---

---

9. แรงจูงใจทางจิตวิทยา

---

---

---

10. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

---

---

---

11. แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์

---

---

---

12. แรงจูงใจใฝ่อำนาจ

---

---

---

---

13. แรงจูงใจใฝ่ก้าวหน้า

---

---

---

---

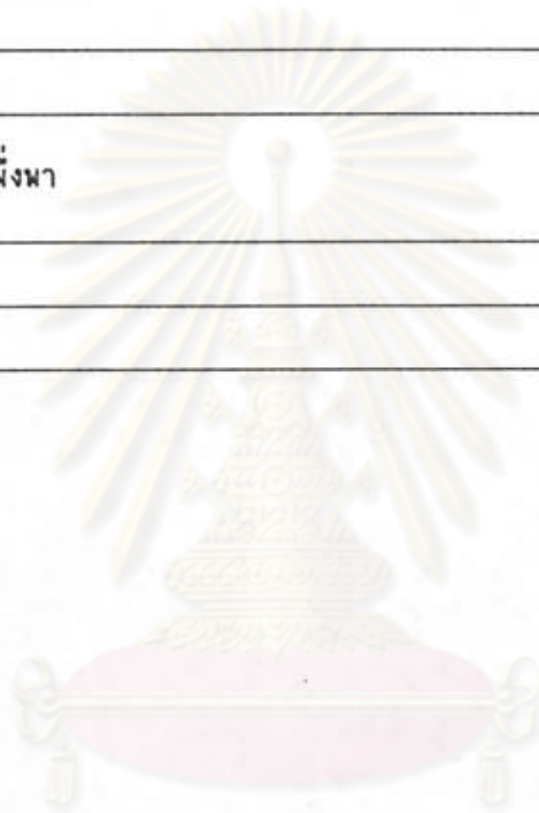
14. แรงจูงใจใฝ่พึงพา

---

---

---

---



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



แบบทดสอบวัดความสามารถในการระลึกตามตัวนะ

ฉบับที่ 4

ชื่อ-นามสกุล..... เลขประจำตัว.....

-----

คำสั่ง จงอธิบายรายละเอียดของหัวหรือค่าง ๆ ต่อไปนี้ให้มากที่สุดเท่าที่ท่านจำได้ ตามที่ท่านได้  
ฟังจากคำบรรยายเรื่อง "ทฤษฎีแรงจูงใจ"

1. ทฤษฎีสัญชาตญาณ

---



---



---



---

2. ทฤษฎีแรงขับ

---



---



---



---

3. ทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์

---



---



---



---

4. ทฤษฎีความต้องการของเมอร์เรย์

---



---

5. ทฤษฎีทางการเรียนรู้

---

---

---

---

6. ทฤษฎีทางปัญญา

---

---

---

---

7. ทฤษฎีการระบุดสาเหตุ

---

---

---

---

8. ทฤษฎีความสอดคล้องทางปัญญา

---

---

---

---

9. ทฤษฎีการคาดหวัง

---

---

---

---

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบทดสอบวัดความเข้าใจ

ฉบับที่ 1

ชื่อ-นามสกุล.....เลขประจำตัว.....

\*\*\*\*\*

\* คำสั่ง จงทำเครื่องหมายกากบาท (X) ในข้อที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว \*

\*\*\*\*\*

1. ข้อใดมีประสิทธิภาพในการเสริมแรงมากที่สุด ?
  - (ก) ครูยิ้มให้เมื่อนักเรียนตอบถูก
  - ข. ครูบอกให้วิภาทราบว่าทำเลขถูกที่ข้อ
  - ค. ครูกล่าวชมว่าวิโรจน์มีความประพฤติเรียบร้อย
  - ง. ครูให้คะแนนพิเศษ 5 คะแนน เมื่อนักเรียนตอบถูก ซึ่งเขาสามารถนำไปแลกเปลี่ยนสิ่งของอื่น ๆ ได้
  
2. ข้อใดคือตัวอย่างของการลงโทษด้วยวิธีการปรับลินใหม่ ?
  - ก. ครูไม่พูดกับสมชายอีกเพราะเขาไม่เชื่อฟังคำสั่งสอน
  - (ข) ครูตัดคะแนนความประพฤติของสมชาติเพราะเขาแต่งกายผิดระเบียบ
  - ค. ครูสั่งให้สมบัติออกไปอยู่นอกห้องเรียนเพราะเขาแกล้งเพื่อนตลอดเวลา
  - ง. ครูสั่งให้สมโชคทำความสะอาดห้องเรียนเพียงคนเดียวเพราะเขามักจะทิ้งขยะไม่เป็นที่
  
3. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการใช้การเสริมแรงทางบวก ?
  - (ก) ควรบอกถึงการเสริมแรงก่อนที่เด็กแสดงพฤติกรรม
  - ข. ควรบอกเด็กด้วยว่าให้การเสริมแรงต่อพฤติกรรมใด
  - ค. ควรให้การเสริมแรงทันทีที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น
  - ง. ควรเลือกชนิดของตัวเสริมแรงให้เหมาะสมกับความต้องการของเด็ก

4. ถ้าต้องการปรับพฤติกรรมการขับรถด้วยความเร็วสูง วิธีการใดไม่เหมาะสมที่จะนำมาใช้ ?
- การหยุดยั้ง
  - การลงโทษ
  - การควบคุมตนเอง
  - การเสริมแรงทางบวก
5. เป้าหมายสูงสุดของการปรับพฤติกรรมคือข้อใด ?
- มงคลไม่เล่นการพนันเพราะกลัวถูกจับ
  - สมบัติเล็กสลับขู่เพราะระงับความต้องการได้
  - เศรษฐีสอบได้คะแนนสูงขึ้นเพราะจะได้รับทุนการศึกษา
  - สุชาติมีความประพฤติเรียบร้อยเพราะได้รับคำชมเชย
6. ข้อใดต่อไปนี้ที่ไม่มีผลต่อการเสริมแรง ?
- ครูบอกให้รู้ว่าทำเลขผิดก็ข้อ
  - ครูงดการบ้านเพราะทำเลขถูกทุกข้อ
  - ครูกล่าวชมพร้อมกับยิ้มเมื่อทำเลขถูกทุกข้อ
  - เมื่อทำเลขถูกทุกข้อ ครูให้ดาว 2 ดวง ซึ่งเก็บสะสมไว้แลกเป็นขนมได้
7. ข้อใดคือวิธีการเสริมแรงทางสังคม ?
- เมื่อถึงวันขึ้นปีใหม่ ครูใหญ่ส่งบัตรอวยพรถึงผู้ปกครองนักเรียนทุกคน
  - เมื่อนักเรียนจะสอบปลายภาค ครูใหญ่อบรมนักเรียนให้พยายามดูหนังสือให้มาก
  - เมื่อนักเรียนได้รับรางวัลการประกวดคุณลักษณะ ครูใหญ่ยิ้มและกล่าวว่าเก่งมาก
  - เมื่อนักเรียนนักการแข่งชันกีฬา ครูใหญ่ให้คำแนะนำสำหรับการแข่งขันในครั้งต่อไป

8. ข้อใดเป็นวิธีที่คิดที่สุดในการปรับพฤติกรรม ?

- ก. ครูให้รางวัลเมื่อนักเรียนประพฤติเรียบร้อย
- ข. ครูให้นักเรียนที่คุยกันระหว่างครูสอนออกไปยืนหน้าห้อง
- ค. ครูให้นักเรียนพิจารณาตนเองว่ามีความประพฤติเรียบร้อยอย่างที่ตั้งใจไว้หรือไม่
- ง. ครูคอยเยี่ยมทุกครั้งที่นักเรียนทำหนังสือหล่นเสียงดังในขณะเรียน ต่อมาครูทำเป็นไม่ใส่ใจ

9. ข้อใดไม่ใช่ตัวเสริมแรงทางบวก ?

- ก. ความสุข
- ข. อาหารขณะที่กำลังหิว
- ค. ลูกสุนัขขนปุยสำหรับคนรักสัตว์
- ง. รายการโทรทัศน์รอบคิกสำหรับคนนอนหัวค่ำ

10. เทคนิคการปรับพฤติกรรมด้วยวิธีการหยุดยั้งและการลงโทษคล้ายกันในลักษณะใด ?

- ก. เป็นการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์
- ข. เป็นวิธีการระงับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์
- ค. เป็นวิธีที่ต้องวางเงื่อนไขคู่กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ
- ง. เป็นวิธีที่เหมาะสมกับการปรับพฤติกรรมที่มีอันตราย

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบทดสอบวัดความเข้าใจ

ฉบับที่ 2

ชื่อ-นามสกุล..... เลขประจำตัว.....

\*\*\*\*\*  
 \* คำสั่ง จงทำเครื่องหมายกากบาท (X) ในข้อที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว \*  
 \*\*\*\*\*

1. ข้อใดไม่ใช่วิธีการหาตัวเสริมแรงทางบวก ?
  - ก. จากการสังเกตพบว่ามานะชอบดูโทรทัศน์
  - ข. จากการพูดคุยกับมานะพบว่ามานะชอบเล่นบิงปอง
  - ค. จากการสอบถามมานะว่ามานะทำคะแนนวิชาสุขศึกษาได้ดีที่สุด
  - ง. จากการตอบแบบสอบถามพบว่ามานะชอบเรียนวิชาศิลปะศึกษามากที่สุด
  
2. พฤติกรรมต่อไปนี้ ข้อใดที่สมควรใช้วิธีการสังเกตและบันทึกความยาวนานของเวลา ?
  - ก. พฤติกรรมก้าวร้าวในชั่วโมงภาษาไทย
  - ข. จำนวนนักเรียนที่ส่งการบ้านตรงเวลา
  - ค. การเอาการบ้านวิชาอื่นมาทำในชั่วโมงภาษาไทย
  - ง. จำนวนนักเรียนที่ยกมือเพื่อขอตอบคำถามในชั่วโมงภาษาไทย
  
3. จากการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม ผู้สังเกตเขียนรายงานว่า "เมื่อครูหันหลังเข้ากระดานคำ รักติหยิบปากกามาเคาะโต๊ะเล่น เพื่อน ๆ ในห้องหันไปมอง ครูจึงหันกลับมา แล้วครูรักติ" ลักษณะเช่นนี้จัดอยู่ในข้อใด ?
  - ก. การสังเกตและบันทึกแบบช่วงเวลา
  - ข. การสังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรม
  - ค. การสังเกตและบันทึกความยาวนานของเวลา
  - ง. การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

4. พฤติกรรมใดต่อไปที่ไม่สามารถดำเนินการปรับพฤติกรรมได้
- การไม่ส่งการบ้าน
  - การสับหูในห้องน้ำ
  - ความเข้าใจในเรื่องที่สอน
  - การหยิ่งขงของเพื่อนไปใช้โดยไม่บอก
5. ถ้าต้องการศึกษาว่าเด็กอายุ 5 ขวบ ชอบของเล่นอะไรมากที่สุด วิธีการใดไม่เหมาะสมที่จะนำมาใช้ ?
- ให้เด็กทำแบบสอบถามเกี่ยวกับของเล่นที่เด็กชอบมากที่สุด
  - อ่านรายชื่อของเล่นให้เด็กฟัง แล้วให้เด็กบอกว่าชอบหรือไม่ชอบ
  - ถามเด็กว่าชอบของเล่นอะไรบ้าง แล้วนำมาจัดเรียงตามลำดับความชอบ
  - จัดกลุ่มให้เด็กเล่นของเล่นชนิดต่าง ๆ แล้วดูว่าของเล่นชิ้นใดที่เด็กหยิ่งขงที่สุด
6. พฤติกรรมต่อไปนี้ ข้อใดที่สมควรใช้วิธีการสังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรม ?
- สุณเปลี่ยนที่นั่งกับเพื่อนทุกชั่วโมง
  - สุพรช่วยแม่ทำกับข้าวทุกครั้งทีกลับบ้านต่างจังหวัด
  - สุเช่วยยกมือเพื่อถามคำถามในชั่วโมงคณิตศาสตร์
  - สุรียร้องไห้อยู่หลายวันเมื่อสุนัขตัวโปรดถูกรถชนตาย
7. ข้อใดมีผลทำให้ขั้นตอนการดำเนินการ ในโปรแกรมการปรับพฤติกรรม ไม่ประสบความสำเร็จ ?
- ครูสมศรีกล่าวชมเชยทุกครั้งทีวิชาลุกขึ้นตอบคำถามในชั้น
  - ครูสมศรีให้วิชาออกไปยืนนอกห้อง เมื่อวิชานั่งหลับขณะที่ครูกำลังสอน
  - ครูสมศรีเคยให้รางวัลเมื่อวิชาสอบได้ที 1 ต่อมาครูสมศรีทำเป็นไม่ใส่ใจ
  - ครูสมศรีกล่าวว่า "วิชา อาทิตย์นี้เธอเข้าชั้นเรียนสายเพียงครั้งเดียว ครูภูมิใจเธอมาก"

8. การสังเกตและบันทึกว่า ระหว่างเวลา 9.15-9.30 น. และ 9.45-10.00 น. วนัยคุยกับเพื่อนหรือไม่ ลักษณะเช่นนี้จัดอยู่ในข้อใด ?
- การสังเกตและบันทึกแบบช่วงเวลา
  - การสังเกตและบันทึกความถี่ของพฤติกรรม
  - การสังเกตและบันทึกตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น
  - การสังเกตและบันทึกความยาวนานของเวลา
9. ถ้าต้องการปรับพฤติกรรมการขว้างปาสิ่งของของเด็กหญิงเย็นใจ ข้อใดต่อไปนี้ที่สมควรทำเป็นอันดับแรก ?
- พูดคุยกับเด็กหญิงเย็นใจเพื่อหาสิ่งที่เขาชอบและนำมาใช้เป็นตัวเสริมแรง
  - นับจำนวนของการขว้างปาสิ่งของที่เกิดขึ้นใน 1 ชั่วโมง
  - เปรียบเทียบความถี่ของพฤติกรรมขว้างปาสิ่งของก่อนและหลังการปรับพฤติกรรม
  - กำหนดว่าการขว้างปาสิ่งของเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์
10. การปรับพฤติกรรมมีจุดมุ่งหมายเพื่อต้องการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ หรือลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ข้อใดต่อไปนี้ที่มีจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมแตกต่างจากข้ออื่น ?
- การร้องไห้
  - การสับสนหวั
  - การโยนข้าวของ
  - การแสดงความคิดเห็นในชั้นเรียน



แบบทดสอบวัดความเข้าใจ

ฉบับที่ 3

ชื่อ-นามสกุล..... เลขประจำตัว.....

\*\*\*\*\*

\* คำสั่ง จงทำเครื่องหมายกากบาท (X) ในข้อที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว \*

\*\*\*\*\*

1. ข้อใดไม่ใช่กระบวนการจูงใจ ?
  - ก. การสร้างสภาวะที่สมคูลย์ในร่างกาย
  - ข. การแสดงพฤติกรรมอย่างมีเป้าหมาย
  - ค. การตอบสนองต่อความต้องการของร่างกาย
  - (ง) ความต้องการพัฒนาตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ
  
2. ข้อใดต่อไปนี้คือการเสริมแรงทางลบ ?
  - ก. การไม่รับงานที่นักเรียนลอกมาส่ง
  - ข. การยิ้มเมื่อเด็กทำท่าคลกล้อเพื่อน
  - ค. การคุเด็กที่ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อน
  - (ง) การยกเลิกทัณฑ์บนเด็กที่ช่วยเหลืองานของโรงเรียน
  
3. ข้อใดคือลักษณะของบุคคลที่มีแรงจูงใจภายนอก ?
  - ก. วิมลหัวเราะง่ายเพราะเป็นคนอารมณ์ดี
  - ข. วิรัตน์สะสมภาพวาดเพราะสนใจทางศิลปะ
  - (ค) วิลัยตั้งใจเรียนเพราะต้องการได้เกรดสูงขึ้น
  - ง. วิจักรข้ามถนนตรงทางม้าลายเพราะเป็นคนมีวินัย

4. ข้อใดไม่ใช่การใช้การเสริมแรงพฤติกรรมของเด็ก ?
- การลงโทษเมื่อเด็กวิ่งแกลเพื่อน
  - การยกย่องเมื่อเด็กตอบคำถามถูก
  - การให้ความสนใจเด็กที่ตั้งใจเรียน
  - การงดการบ้านเมื่อเด็กสอบได้คะแนนดี
5. ลักษณะของบุคคลที่มีแรงจูงใจภายใน ตรงกับข้อใด ?
- สุวิมลพยายามทำเลขข้อที่ทำผิด เพราะอยากรู้คำตอบ
  - สุจิตราช่วยครูทำงานที่บ้าน เพื่อให้ครูเพิ่มคะแนนพิเศษให้
  - สุวดีชอบซื้อขนมเลี้ยงเพื่อน เพื่อจะขอลอกการบ้านจากเพื่อน
  - สุมาลีช่วยครูตรวจข้อสอบ เพื่อจะได้รู้คะแนนสอบของตนเองและเพื่อน ๆ
6. "ไม่ว่าจะทำอะไร วิทยาจะต้องปรึกษาขอคำแนะนำจากเพื่อนทุกครั้ง" ลักษณะของวิทยา ตรงกับข้อใด ?
- มีแรงจูงใจใฝ่พึ่งพาสูง
  - มีแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์สูง
  - มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ
  - มีแรงจูงใจใฝ่อำนาจต่ำ
7. ข้อใดต่อไปนี้เป็นลักษณะของบุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่อำนาจสูง ?
- สมัครตั้งต้นที่จะทำงานให้เสร็จแม้จะคึกมากแล้ว
  - สนิทต้องการให้ลูกน้องรักตนจึงซื้อของมาฝากลูกน้องเสมอ
  - ส मानชอบเอาชนะผู้อื่นและจะได้แย้งทุกเรื่องที่ไม่เห็นด้วย
  - เสมอพยายามบ่ายเบี่ยงงานที่ต้องรับผิดชอบมากเพราะกลัวทำงานพลาด

8. การที่อารีไม่ค่อยเอื้อเฟื้อต่อเพื่อน เป็นผลมาจากข้อใด ?
- ก. มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ
  - ข. มีแรงจูงใจใฝ่พึ่งพาต่ำ
  - (ค) มีแรงจูงใจใฝ่สัมพันธต่ำ
  - ง. มีแรงจูงใจใฝ่อนาจต่ำ
9. แรงจูงใจประเภทใดที่มีอิทธิพลต่อการที่วินัยยังคงมุ่งมั่นในงานแม้จะเคยทำงานพลาดมาแล้ว ?
- ก. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ
  - (ข) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง
  - ค. แรงจูงใจใฝ่อนาจต่ำ
  - ง. แรงจูงใจใฝ่อนาจสูง
10. ข้อใดคือผลที่เกิดจากแรงจูงใจทางสรีรวิทยา ?
- ก. ใจรักรู้สึกปวดท้องเนื่องจากทานอาหารผิดเวลา
  - ข. ใจใสรีบประทานข้าว 2 จานเนื่องจากกับข้าวอร่อย
  - (ค) ใจคิดมีน้ำมากกว่าปกติเนื่องจากร่างกายเสียเหงื่อไปมาก
  - ง. ใจเย็นคิมน้ำมะนาวแทนน้ำเปล่าเนื่องจากใช้เสียงมากกว่าปกติ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบทดสอบวัดความเข้าใจ

ฉบับที่ 4

ชื่อ-นามสกุล..... เลขประจำตัว.....

\*\*\*\*\*

\* คำสั่ง จงทำเครื่องหมายกากบาท (X) ในข้อที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว \*

\*\*\*\*\*

1. พฤติกรรมใดต่อไปนี้ เกิดจากสัญชาตญาณ ?

- ก. การหนีเมื่อรู้สึกร้อน
- ข. การยิ้มเมื่อมีคนกล่าวชม
- ค. การก้มหน้าเมื่อรู้ว่าทำผิด
- ง. การสะดุ้งเมื่อได้ยินเสียงดัง

2. ข้อใดต่อไปนี้ เป็นผลมาจากแรงขับหัตถิภุมิ ?

- ก. ดำรงนอนเพราะนอนดึกมาหลายคืน
- ข. แดงตื่นเต้นที่จะได้ไปเที่ยวต่างจังหวัด
- ค. ขาวเหนื่อยเพราะต้องช่วยแม่ทำงานทั้งวัน
- ง. เขียวปวดท้องเนื่องจากทานอาหารผิดเวลา

3. ตามหลักการของมาสโลว์ ข้อใดต่อไปนี้ถูกต้อง ?

- ก. ความต้องการความปลอดภัยเกิดขึ้นภายหลังความต้องการเกียรติยศ
- ข. ความต้องการความปลอดภัยและความต้องการความรักอาจเกิดขึ้นพร้อมกัน
- ค. ความต้องการเกียรติยศเกิดขึ้นก่อนความต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม
- ง. แม้ความต้องการความรักจะไม่ได้รับการตอบสนอง ความต้องการเกียรติยศก็อาจเกิดขึ้นได้

4. ตามแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ทางสังคมของแบนคูรา รางวัลที่มีอำนาจมากที่สุดของมนุษย์คือข้อใด ?
- การกล่าวชมเมื่อลูกขยันเรียน
  - การขึ้นเงินเดือนเมื่อมีผลงานดี
  - การเลี้ยงอาหารเมื่อเพื่อนช่วยเหลือ
  - การเลื่อนตำแหน่งเมื่อทำงานมีประสิทธิภาพ
5. ข้อใดเป็นการเรียนรู้ ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนคูรา ?
- เด็กขยันเรียนเพราะต้องการรางวัลจากแม่
  - เด็กเชื่อว่าคนที่ได้รับเกียรตินิยมเป็นคนเก่ง
  - เด็กตั้งใจเรียนเพราะครูชมว่าเป็นเด็กขยัน
  - เด็กให้ความสำคัญกับการเรียนจึงตั้งใจเรียน
6. ข้อใดต่อไปนี้ คือหลักการเรียนรู้ของสกินเนอร์ ?
- แม่ให้มน้องเมื่อน้องร้องไห้เสียงดัง
  - แม่ทำอาหารพิเศษเมื่อบุ้มพาเพื่อนมาที่บ้าน
  - ครูตักเตือนเมื่อนักเรียนส่งเสียงดังในห้องเรียน
  - ครูเพิ่มคะแนนพิเศษเมื่อนักเรียนเข้าชั้นเรียนทุกครั้ง
7. "สครีเชื่อว่า การที่ตนได้รับเกียรตินิยมเป็นเพราะตนได้พยายามเรียนให้ดีที่สุดมาตลอด" ลักษณะนี้เรียกว่าอะไร ?
- การตั้งความคาดหวังสูง
  - การตั้งความคาดหวังต่ำ
  - การระบายสาเหตุจากภายใน
  - การระบายสาเหตุจากภายนอก

8. ข้อใดไม่ใช่หลักการของทฤษฎีความสอดคล้องทางปัญญา ?
- วิกาลขยันเรียนเพราะต้องการได้รับรางวัลจากพ่อ
  - วิกรมเชื่อว่าตนเรียนเก่งเมื่อได้เกรด C จึงไม่สบายใจ
  - วิชาเชื่อว่าตนไม่ใช่คนสวยจึงทำให้เชื่อว่าคนสวยมักไม่ฉลาด
  - วิชาอ้างว่าทุกคนย่อมถดถอยผลประโยชน์เมื่อมีโอกาส เพื่อให้ตนสบายใจขึ้นเมื่อขึ้นราคาสินค้า
9. ทฤษฎีการคาดหวังแนะว่าการที่วินัยจะขยันเรียนมากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับข้อใด ?
- วินัยเชื่อว่าตนจะได้เกรด A
  - วินัยเห็นว่าการเรียนเก่งเป็นเรื่องสำคัญ
  - วินัยเชื่อว่าหากเขาขยันเรียน เขาจะได้รับรางวัล
  - วินัยเห็นความสำคัญของการเรียนเก่งและเชื่อว่าตนจะเรียนได้ดี
10. "สุดจิตเป็นนิสัยที่มีผลการเรียนดี เธอให้ความสำคัญต่อการเรียนในมหาวิทยาลัย และคิดว่าเมื่อสำเร็จการศึกษา เธอต้องได้รับเกียรติยศแน่นอน เธอจึงมีความพยายามและตั้งใจเรียนมาก" ตัวแปรใดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของสุดจิตมากที่สุด ?
- ความคาดหวัง
  - ความสอดคล้องทางปัญญา
  - การระบุงสาเหตุจากภายใน
  - การระบุงสาเหตุจากภายนอก



ภาคผนวก ข

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของแบบทดสอบวัดความเข้าใจ

1.1 การวิเคราะห์รายข้อ (Item Analysis) เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก ระดับความยาก และประสิทธิภาพของตัวลวงของข้อสอบแต่ละข้อ

ก. การหาค่าอำนาจจำแนก ใช้การหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงกับคะแนนรวมจากสูตรเพียร์สันโปรดักโมเมนต์ (Pearsons Product Moment Correlation Coefficients) ซึ่งมีค่าตรงกับสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบพอยท์ไบเซเรียล (The point biserial correlation coefficient =  $r_{pb}$ ) (Ferguson 1976)

$$r_{xy} = \frac{\sum_{i=1}^N (X_{i,j} - \bar{X}_j)(Y_i - \bar{Y})}{\sqrt{[\sum (X_{i,j} - \bar{X}_j)^2] [\sum (Y_i - \bar{Y})^2]}}$$

เมื่อ	$r_{xy}$	คือ	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson's Product Moment
	$N$	คือ	จำนวนผู้รับการทดลอง
	$\sum$	คือ	เครื่องหมายผลรวม
	$X_{i,j}$	คือ	คะแนนของข้อ $j$ ของคนที่ $i$
	$\bar{X}_j$	คือ	คะแนนเฉลี่ยของข้อ $j$ ของคนที่ $i$
	$Y_i$	คือ	คะแนนรวมของคนี่ $i$
	$\bar{Y}$	คือ	ค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบทั้งฉบับ

ข. การหาค่าระดับความยาก (Ferguson 1981) โดยใช้สูตร

$$\text{ระดับความยากของข้อ } i = \frac{\text{จำนวนผู้ตอบถูกในข้อ } i}{\text{จำนวนผู้รับการทดลอง}}$$



1.2 การคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบทดสอบซึ่งเป็นแบบ  
ความคงที่ภายใน (Internal Consistency) ใช้สูตรของคูเดอร์ ริชาร์ดสัน สูตร 20  
(Kuder Richardson formula 20)

$$r_{xx} = \frac{n}{n-1} \left[ 1 - \frac{\sum P_i Q_i}{s_x^2} \right]$$

- เมื่อ  $r_{xx}$  คือ สัมประสิทธิ์ความเที่ยง  
 $n$  คือ จำนวนข้อสอบ  
 $P_i$  คือ สัดส่วนของคนที่ยอมรับข้อสอบที่  $i$  ได้ถูกต้อง  
 $Q_i$  คือ  $1 - P_i$   
 $P_i Q_i$  คือ ความแปรปรวนของคะแนนสอบข้อ  $i$  โดยใช้ระบบให้คะแนน  
 ถูกให้ 1 ผิดให้ 0  
 $\sum$  คือ เครื่องหมายผลบวก  
 $s_x^2$  คือ ความแปรปรวนของคะแนนแบบทดสอบทั้งหมด  
 คือ  $\sum (X_i - \bar{X})^2 / n$   
 $\bar{X}$  คือ ค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบทั้งหมด  
 ( Ebel 1965: 318-319)

## 2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

### 2.1 ค่าสถิติพื้นฐาน

$$2.1.1 \quad \bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

- เมื่อ  $\bar{X}$  = คะแนนเฉลี่ย หรือมัธยิมเลขคณิต  
 $X$  = ผลรวมของคะแนนของทุกคน  
 $N$  = จำนวนคนทั้งหมด

$$2.1.2 \quad S.D. = \sqrt{(\sum X^2/N) - (\sum X/N)^2}$$

เมื่อ S.D. = ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

X = คะแนนของแต่ละคน

X<sup>2</sup> = ผลรวมกำลังสองของคะแนนของแต่ละคน

N = จำนวนคนทั้งหมด

## 2.2 การทดสอบรายคู่แบบตึก (Tukey HSD Test)

$$HSD = q_k \sqrt{MS_{error}/n}$$

q<sub>k</sub> ได้จากตารางการกระจายของค่าสถิติ Studentized Range

MS<sub>error</sub> คือค่าความคลาดเคลื่อน คูได้จากตารางวิเคราะห์ความแปรปรวน

n คือจำนวนประชากรในแต่ละกลุ่ม

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ประวัติผู้วิจัย

นางสาวอัญชลี เย็นจิตโสมนัส เกิดเมื่อวันที่ 10 เมษายน พ.ศ. 2508 ที่จังหวัด  
สมุทรสงคราม สำเร็จการศึกษาวิทยาศาสตร์บัณฑิต (จิตวิทยาคลินิก) จากคณะสังคมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เมื่อปีการศึกษา 2529



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย