

การศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และอิทธิพลที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง
ของนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป์ โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน



บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิธีวิทยาการวิจัยการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2557
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A STUDY ON THE FORMATION OF SELF-PRACTICE HABIT
AND FACTORS INFLUENCING THE SELF-PRACTICE HABIT OF STUDENTS
OF THE COLLEGE OF DRAMATIC ARTS BY USING SELF-REGULATION AS MEDIATER



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education Program in Educational Research Methodology
Department of Educational Research and Psychology
Faculty of Education
Chulalongkorn University
Academic Year 2014
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และอิทธิพล ที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป์ โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน
โดย	นางสาวนาทณา ตรีอุบล
สาขาวิชา	วิธีวิทยาการวิจัยการศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	รองศาสตราจารย์ ดร. วรณี แกมเกต

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

.....คณบดีคณะครุศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร. บัญชา ชลาภิรมย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงกมล ไตรวิจิตรคุณ)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(รองศาสตราจารย์ ดร. วรณี แกมเกต)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. ทวีศักดิ์ มณีโชติ)

นาทณา ตรีอุบล : การศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และอิทธิพลที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป์ โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน (A STUDY ON THE FORMATION OF SELF-PRACTICE HABITAND FACTORS INFLUENCING THE SELF-PRACTICE HABIT OF STUDENTS OF THE COLLEGE OF DRAMATIC ARTS BY USING SELF-REGULATION AS MEDIATER) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รศ. ดร. วรณิ แกมเกตุ, 169 หน้า.

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธีที่มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน 2) ศึกษาวิธีการที่ครูใช้ในการเสริมสร้างนิสัยการฝึกฝนตนเองของนักเรียน และ 3) วิเคราะห์อิทธิพลของวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนโดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน การดำเนินการวิจัยมี 2 ขั้นตอนคือ 1) การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ สัมภาษณ์กรณีศึกษา คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สาขาโขนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ปีการศึกษา 2557 จำนวน 18 คน และอาจารย์ประจำวิชาเอก สาขาโขนและละคร จำนวน 10 คน ด้วยแบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา 2) การศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณ ตัวอย่างวิจัยคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 6 จำนวน 769 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นตามระดับชั้นของนักเรียน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์สถิติบรรยายได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงสรุปอ้างอิงได้แก่ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน การตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ตามหลักการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างโดยใช้โปรแกรมลิสเรล

ผลการวิจัยพบว่า 1) วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองประกอบด้วย การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การเปรียบเทียบกับเพื่อนคนอื่นและการให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม 2) วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนประกอบด้วย การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม และการเสริมแรง 3) วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และการกำกับตนเองในการฝึกฝนเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลรวมอย่างน้อยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง โดยวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และการกำกับตนเองในการฝึกฝนมีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองมีอิทธิพลทางอ้อมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อนิสัยฝึกฝนตนเองโดยมีการกำกับตนเองในการฝึกฝนเป็นตัวแปรส่งผ่าน และโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยมีค่าไค-สแควร์เท่ากับ 60.30 ที่ค่าองศาอิสระเท่ากับ 49 ค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ 0.129 ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.990 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.975 และค่าดัชนีกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR) เท่ากับ 0.0127

ภาควิชา วิจัยและจิตวิทยาการศึกษา

ลายมือชื่อนิสิต

สาขาวิชา วิธีวิทยาการวิจัยการศึกษา

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

ปีการศึกษา 2557

5683346827 : MAJOR EDUCATIONAL RESEARCH METHODOLOGY

KEYWORDS: SELF-PRACTICE PRACTICING HABIT DANCING PRACTICE SELF-REGULATION

NATNAPA TREEUBON: A STUDY ON THE FORMATION OF SELF-PRACTICE HABIT AND FACTORS INFLUENCING THE SELF-PRACTICE HABIT OF STUDENTS OF THE COLLEGE OF DRAMATIC ARTS BY USING SELF-REGULATION AS MEDIATOR. ADVISOR: ASSOC. PROF. WANNEE KAEMKATE, 169 pp.

The purpose of this research were: (1) to investigate how students form their self-practice habit, (2) to investigate how teachers assist students in the habit formation, and (3) to analyze effect of the methods the students used for forming self-practice habits, the methods the teachers used for assisting the students to form the habits and practicing self-regulation as mediator effecting toward self-practice habit. Population were 874 secondary school students from the College of Dramatic Arts in the field of khon (a type of Thai drama) and drama. 840 students were identified using Stratified Random Sampling. Equipment used in the study were a questionnaires and the unstructured interview. Data were analyze by descriptive statistics as frequency, percentage, mean and standard deviation and inferential statistics as Pearson' s product moment correlation coefficient. Analysis and eximination of developed factors and empirical data were done by LISREL program

The research finding were as follow:

(1) The methods the students used for forming self-practice habit were setting the practice targets, comparing self-progress with others, and requesting others for assistance.

(2) The methods the teachers used for assisting the students to form the habit were providing practice supports, determining the practice targets, creating positive attitudes towards learning, defining appropriate teaching techniques, searching for practice-assisting tools, and positive reinforcement.

(3) The methods the students used for forming self-practice habit, the methods the teachers used for assisting the students to form the habit and practicing self-regulation had significant total effect on self-practice habit. The methods the students used for forming self-practice habit and practicing self-regulation had significant direct effect on self-practice habit, the methods the students used for forming self-practice habit and the methods the teachers used for assisting the students to form the habits had significant indirect effect on self-practice habit by using practicing self-regulation as mediator. The casual relationship model of self-practice habit was valid and fit to the empirical data. The model indicated that the Chi-square goodness of the test was 60.30, $df = 49$, $p = 0.129$, $GFI = 0.990$, $AGFI = 0.975$ and $RMR = 0.0127$

Department: Educational Research and
Psychology

Student's Signature
Advisor's Signature

Field of Study: Educational Research Methodology

Academic Year: 2014

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงมาอย่างดีด้วยความอนุเคราะห์ และความกรุณาเอ็นดูของ รองศาสตราจารย์ ดร.วรวรรณี แกมเกตุ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.ดวงกมล ไตรวิจิตรคุณ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.ทิวต์ มณีโชติ กรรมการภายนอกสอบวิทยานิพนธ์ ที่ให้คำแนะนำ และมุมมองที่เป็นประโยชน์ในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ และเป็นแหล่งสารสนเทศทางการวิจัย การศึกษาที่จะเป็นประโยชน์ต่อวงการการศึกษาต่อไป

ขอขอบพระคุณคณาจารย์สาขาวิธีวิทยาการวิจัย คณะครุศาสตร์ทุกท่าน ที่อบรมสั่งสอน และให้ความรู้ ประสบการณ์ และเจตคติที่ดีต่อการวิจัย ที่ส่งเสริมให้ผู้วิจัยมีความสามารถในดำเนินการวิจัยครั้งนี้ได้จนสำเร็จตามที่คาดหวัง

ขอขอบคุณอาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร.ดวงกมล ไตรวิจิตรคุณ อาจารย์ ดร.ชยุตม์ ภิรมย์สมบัติ อาจารย์พิมพ์ภัทร์ ฌมรงค์ศักดิ์ อาจารย์สมบูรณ์ พนเสาวภาคย์ และอาจารย์อัมพล สังขเศรษฐี ที่กรุณาสละเวลาในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์อาจารย์ประจำสาขาโซน ละครทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ เกี่ยวกับข้อมูลเชิงคุณภาพที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ รวมถึงผู้อำนวยการ วิทยาลัยนาฏศิลป์ ที่ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณจากนักเรียนแต่ละระดับชั้น จนได้ข้อมูลครบถ้วนตามเป้าหมาย และขอขอบคุณนักเรียน สาขาโซน ละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ที่สละเวลาในการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อผลการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม ที่ให้ความอนุเคราะห์และส่งเสริมให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสในการศึกษาต่อ รวมถึงคณาจารย์โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถมทุกท่านที่ได้มีส่วนร่วมในการให้คำแนะนำปรึกษา ช่วยเหลืองานทั้งด้านการสอน การดูแลนักเรียน และเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยสามารถทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้จนสำเร็จไปด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อ คุณแม่ พี่ชาย และทุกคนในครอบครัว ตลอดจนบุคคลใกล้ชิด และเพื่อนๆทุกคนที่คอยห่วงใย ให้กำลังใจ และสนับสนุนผู้วิจัยด้วยความรักและจริงใจมาโดยตลอด

ขอขอบคุณพี่ เพื่อน และน้องสาขาวิธีวิทยาการวิจัยร่วมรุ่นทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือ แนะนำ และเป็นกำลังใจให้กันเสมอมา

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามวิจัย.....	4
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
ตอน 1 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ	7
ตอน 2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเองในการฝึกฝน	19
ตอน 3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์	28
ตอน 4 กรอบแนวคิดเบื้องต้นของการวิจัย	31
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	34
ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ.....	34
ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณ	36
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	51

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ	51
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ.....	71
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	90
สรุปผลการวิจัย.....	91
อภิปรายผลการวิจัย.....	93
ข้อเสนอแนะในการวิจัย.....	99
รายการอ้างอิง	101
ภาคผนวก.....	106
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	169



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 ตัวอย่างเกณฑ์การให้คะแนนการอ่านทำนองเสนาะ	13
ตารางที่ 2.2 ตัวอย่างมาตรฐานค่าแบบตัวเลข.....	17
ตารางที่ 2.3 ตัวอย่างมาตรฐานค่าแบบพรรณนา	17
ตารางที่ 2.4 ตัวอย่างแบบสำรวจรายการ.....	18
ตารางที่ 2.5 ตัวอย่างการวางแผนการฝึกฝนประจำวัน	21
ตารางที่ 3.1 จำนวนตัวอย่างวิจัยจำแนกตามระดับชั้น.....	37
ตารางที่ 3.2 โครงสร้างของตัวแปรที่ต้องการวัดและจำนวนข้อในแบบสอบถาม.....	39
ตารางที่ 3.3 ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสอบถาม	40
ตารางที่ 3.4 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ของตัวแปรสังเกตได้ของวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง.....	42
ตารางที่ 3.5 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้าง นิสัยฝึกฝนตนเอง.....	43
ตารางที่ 3.6 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ขององค์ประกอบวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน	44
ตารางที่ 3.7 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัย ฝึกฝนตนเองของนักเรียน	45
ตารางที่ 3.8 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ขององค์ประกอบการกำกับตนเองในการฝึกฝน.....	46
ตารางที่ 3.9 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดการกำกับตนเอง.....	47
ตารางที่ 3.10 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ขององค์ประกอบนิสัยฝึกฝนตนเอง	48
ตารางที่ 3.11 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดนิสัยฝึกฝนตนเอง	49
ตารางที่ 3.12 จำนวนอัตราการตอบกลับของแบบสอบถาม จำแนกตามระดับชั้น.....	50

ตารางที่ 4.1 จำนวน ร้อยละของตัวอย่างวิจัย จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียน วิชานาฏศิลป์	73
ตารางที่ 4.2 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับระยะเวลาในการฝึกฝน จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์	74
ตารางที่ 4.3 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับจำนวนครั้งของการ ฝึกฝน จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์	77
ตารางที่ 4.4 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับช่วงเวลาในการฝึกฝน จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์	79
ตารางที่ 4.5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของตัวอย่างวิจัย ($n = 769$).....	83
ตารางที่ 4.6 ค่าสถิติผลการวิเคราะห์อิทธิพลของตัวแปรในโมเดลเชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง ..	85



สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบของนิสัยการฝึกฝนตนเอง.....	22
ภาพที่ 2.2 กระบวนการของการกำกับตนเอง	24
ภาพที่ 2.3 องค์ประกอบของการกำกับตนเองในการฝึกฝน.....	28
ภาพที่ 2.4 กรอบแนวคิดเบื้องต้นของการวิจัย	33
ภาพที่ 3.1 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง.....	43
ภาพที่ 3.2 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน	45
ภาพที่ 3.3 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดการกำกับตนเอง.....	47
ภาพที่ 3.4 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดนิสัยฝึกฝนตนเอง	49
ภาพที่ 4.1 กรอบแนวคิดของการวิจัย	68
ภาพที่ 4.2 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง	88
ภาพที่ 4.3 ผลการวิเคราะห์การเป็นตัวแปรส่งผ่านของการกำกับตนเอง โดยมีวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองเป็นตัวแปรต้น	89
ภาพที่ 4.4 ผลการวิเคราะห์การเป็นตัวแปรส่งผ่านของการกำกับตนเอง โดยมีวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนเป็นตัวแปรต้น.....	89

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ (skill) เป็นการนำความรู้มาแสดงออกด้วยการลงมือปฏิบัติ อย่างเป็นลำดับขั้นตอน โดยอาศัยการทำงานของอวัยวะส่วนต่างๆของร่างกายที่สัมพันธ์กัน ซึ่งการพัฒนาทักษะจำเป็นจะต้องอาศัยเวลาเพื่อพัฒนาทักษะอย่างค่อยเป็นค่อยไป และจำเป็นต้องได้รับตัวกระตุ้นที่เหมาะสม (Colletti, 2014) นักเรียนจะสามารถพัฒนาทักษะได้ดี หากได้รับการฝึกฝนปฏิบัติซ้ำๆส่งผลต่อการจดจำบทเรียนและเกิดเป็นลักษณะเฉพาะบุคคล ทั้งนี้ การฝึกฝนที่มีประสิทธิภาพต้องมีลักษณะของ “การฝึกฝนสร้างความสมบูรณ์แบบ” หรือ “การฝึกฝนสร้างความสามารถที่คงทนถาวร” (Quarrier, 2013) ไม่ว่านักเรียนจะมีความแตกต่างด้านปัจจัยต่างๆ เช่น เพศ สภาพร่างกาย พื้นฐานความพร้อม เจตคติต่อการเรียน แต่ทุกคนก็สามารถพัฒนาทักษะของตนเองได้ด้วยการฝึกฝนลงมือปฏิบัติซ้ำๆโดยอาจใช้ระยะเวลาที่ต่างกัน (Stanton, 2011)

การฝึกฝนเป็นการลงมือปฏิบัติซ้ำๆเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน เพื่อทบทวนความรู้หลังจากการเรียนกับครูในระยะเวลาที่จำกัด เนื่องจากเป็นกระบวนการที่สำคัญในการพัฒนาทักษะให้มีประสิทธิภาพที่นักเรียนสามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง และใช้เวลาในการฝึกฝนได้โดยไม่จำกัด นักเรียนควรใช้เวลาในการฝึกฝนด้วยตนเองอย่างน้อย 1 ใน 3 ส่วนของระยะเวลาที่เรียนกับครู (Horsey, 2011) หัวใจหลักของการฝึกฝนนั้นไม่ได้มุ่งเน้นที่ระยะเวลาในการฝึกฝนแต่ละครั้ง แต่อยู่ที่ความสม่ำเสมอในการฝึกฝน (Macknight, 2006) นักเรียนจะต้องมีความอดทน ในการใช้เวลาฝึกฝนอย่างค่อยเป็นค่อยไป และต้องให้ความสำคัญกับการปฏิบัติอย่างถูกต้อง และเต็มความสามารถทุกครั้ง เพื่อให้สมองจดจำรูปแบบการปฏิบัติที่ถูกต้องอยู่เสมอ และสามารถพัฒนาทักษะนั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น (Horsey, 2011) นอกจากนี้การฝึกฝนยังทำให้นักเรียนได้ทราบถึงระดับความสามารถ ข้อผิดพลาดในการปฏิบัติ ข้อจำกัดในการปฏิบัติของตนเองเพื่อค้นหาวิธีแก้ไข และเพิ่มโอกาสในการปรับปรุงตนเองก่อนที่จะเรียนกับครูในครั้งต่อไป (Stanton, 2011)

การที่นักเรียนจะสามารถฝึกฝนตนเองอย่างสม่ำเสมอได้นั้นจำเป็นต้องอาศัยปัจจัยต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นระดับแรงจูงใจ การตั้งเป้าหมายความสำเร็จที่ชัดเจน (Macknight, 2006; Weinberg, 2007) และโดยเฉพาะอย่างยิ่งการกำกับตนเอง (G. E. McPherson & McCormick, 1999; P. Miksza, 2006) เป็นคุณลักษณะที่สำคัญในการควบคุมตนเอง เพื่อแสดงพฤติกรรม หรือลงมือปฏิบัติ สิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยตนเอง และสามารถกำหนดให้ตนเองเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือสร้างลักษณะนิสัยใหม่ขึ้นได้ (Baumeister, Gailliot, DeWall, & Oaten, 2006; G. E. McPherson & McCormick,

1999) อีกทั้งเป็นคุณลักษณะสำคัญที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีความกระตือรือร้น อดทน และมีความเพียรพยายามในการลงมือปฏิบัติทบทวนทักษะด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ และมีการพัฒนาทักษะอย่างมีประสิทธิภาพ (P. Miksza, 2006)

ในการฝึกฝนตนเองนั้น จะต้องเริ่มจากการวางแผน และจัดตารางเวลาสำหรับการฝึกฝน ให้เป็นกิจวัตรประจำวัน นักเรียนจะต้องมีความมั่นใจในตนเอง และมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนวางไว้อย่างเคร่งครัด ด้วยการเริ่มต้นฝึกฝนในระยะเวลาสั้นๆ และเพิ่มระยะเวลาให้มากขึ้น ประกอบกับการกำหนดเงื่อนไขของการฝึกฝนให้เป็นกิจวัตรมากขึ้น เช่น กำหนดว่าต้องฝึกฝนทุกวัน หลังเวลาอาหารเย็น และควรให้รางวัลแก่ตนเองเมื่อสามารถฝึกฝนได้อย่างสม่ำเสมอ นอกจากนี้ นักเรียนที่เป็นปัจจัยสำคัญ บุคคลรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นสมาชิกในครอบครัว เพื่อน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ครูยังเป็นอีกปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมโอกาส และเวลาให้นักเรียนสามารถฝึกฝนได้ตามแผนที่วางไว้ (Colletti, 2014; Macknight, 2006) เช่น การกำหนดระยะเวลา และสถานที่ในการฝึกฝน (Williamon & Valentine, 2000) การกำหนดตัวกระตุ้น หรือรูปแบบของการฝึกฝน (Jonides, 2008; Oermann, Kardong-Edgren, & Odom-Maryon, 2011) การให้ผลสะท้อนกลับ (Dhaliwal, 2012) ทั้งนี้ แม้นักเรียนจะสามารถฝึกฝนและพัฒนาทักษะให้เป็นไปตามเป้าหมายได้แล้ว แต่ระดับคุณภาพของทักษะสามารถเปลี่ยนแปลงและลดระดับลงได้ การรักษาระดับคุณภาพของทักษะจึงจำเป็นต้องฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่อง และปฏิบัติให้เป็นนิสัยต่อไป (Jonides, 2008)

การสร้างนิสัยการฝึกฝนตนเอง เป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาทักษะในการเรียนวิชาต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิชาที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการฝึกทักษะปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็นทักษะการพยาบาล (Grol & Grimshaw, 2003; Oermann et al., 2011) ทักษะการใช้กล้ามเนื้อ การเล่นกีฬาในวิชาพลศึกษา (Helsen, Hodges, Winckel, & Starkes, 2000) หรือทักษะทางด้านศิลปะเกี่ยวกับทัศนศิลป์ (Ericsson, 2014; Sullivan, 2010) ทักษะการเล่นดนตรีและขับร้อง (Bruser, 1997; Colletti, 2014; Ericsson, 2014; Jonides, 2008; G. E. McPherson & McCormick, 1999; Quarrier, 2013) รวมถึงทักษะเกี่ยวกับวัฒนธรรมที่มีแบบแผนอย่างวิชานาฏศิลป์ที่จำเป็นต้องอาศัยระยะเวลาในการฝึกฝนอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ เพื่อให้นักเรียนเกิดการพัฒนาด้านทักษะที่แสดงออก โดยการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายอย่างสัมพันธ์กันทั้งศีรษะ หน้า ลำตัว แขน มือ ขา และเท้า เป็นท่ารำ ที่ถูกต้องตามจังหวะ ตามลำดับท่า และถูกต้องสวยงามตามแบบแผน

ในการจัดการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์ พบว่ามีหลายปัจจัยที่ส่งผลให้ครูไม่สามารถพัฒนาทักษะของนักเรียนให้ดีเท่าที่ควรได้ ไม่ว่าจะเป็นเวลาเรียนที่มีจำกัด ไม่เพียงพอต่อการฝึกฝนทักษะระดับทักษะที่แตกต่างกันของนักเรียน (มณิศา วศินารมณ, 2553; วิชิต สุรัตน์เรืองชัย และวิวัฒน์ เพชรศรี, 2551) จากประสบการณ์ในการสอนวิชานาฏศิลป์ ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่สามารถปฏิบัติท่ารำได้ถูกต้องตามลำดับท่า เมื่อปฏิบัติตามไปพร้อมกับครูเท่านั้น แต่ไม่สามารถปฏิบัติท่ารำให้ถูกต้อง

ตามจังหวะ และตามแบบแผนได้ นักเรียนบางคนไม่สามารถปฏิบัติทำร่าให้ถูกต้องได้ ทั้งตามจังหวะตามลำดับท่า และตามแบบแผน ขณะเดียวกัน นักเรียนที่สามารถปฏิบัติทำร่าได้อย่างถูกต้องและสวยงามตามแบบแผนนั้นมีจำนวนน้อยมาก หรืออาจกล่าวได้ว่า นักเรียนส่วนใหญ่ยังไม่สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ที่สำคัญของการเรียนวิชานี้ ประกอบกับบริบทของวิชานาฏศิลป์ในยุคสมัยปัจจุบันที่ได้รับอิทธิพลทางวัฒนธรรมชาติต่างๆ เข้ามามากมาย ทำให้นักเรียนมีความสนใจในการเรียนวิชานี้ค่อนข้างน้อย จึงขาดความเอาใจใส่ในการฝึกฝนตนเอง จำเป็นจะต้องปลูกฝังให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเอง เพื่อให้สามารถพัฒนาทักษะของตนเองให้มีคุณภาพมากขึ้น

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาพบว่ามีการศึกษาใน 2 ประเด็นหลักคือ ประเด็นแรกกล่าวถึงการสร้างนิสัยทั่วไปที่เกิดจากการปฏิบัติหรือการแสดงออกซ้ำๆจนกลายเป็นคุณลักษณะเฉพาะของบุคคล เพื่อพัฒนาให้เกิดทักษะและความสามารถที่มีประสิทธิภาพสูงสุดที่คงอยู่กับบุคคลตลอดชีวิต (Dhaliwal, 2012) เป็นการเปลี่ยนความคิดที่มีอยู่เดิมของบุคคลไปอย่างสิ้นเชิง โดยอาศัยตั้งเป้าหมาย สร้างแรงบันดาลใจ (Neal, Quinn, & Wood, 2006) และมีการกำกับตนเองอยู่เสมอ จึงจะแสดงออกหรือมีพฤติกรรมที่คาดหวังซ้ำๆ (Baumeister et al., 2006) ประเด็นที่สองเกี่ยวกับการฝึกฝนทักษะโดยทั่วไปที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาทักษะด้านต่างๆ (Ambrose, Bridges, Lovett, DiPietro, & Norman, 2010; Stanton, 2011) โดยมีขั้นตอนในการฝึกฝนที่แตกต่างกันไปตามลักษณะเฉพาะของแต่ละทักษะ และมีตัวกระตุ้นที่ส่งเสริมให้เกิดการฝึกฝน ได้แก่ แรงจูงใจที่แท้จริง การตั้งเป้าหมายความสำเร็จ การรู้คิด ความเคร่งครัดในฝึกฝน ความเชื่อในความสำเร็จ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งการกำกับตนเอง ที่ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถเริ่มต้นการฝึกฝน ดำเนินการฝึกฝน และรักษาระดับการฝึกฝน ตลอดจนทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ ประสบการณ์จากการฝึกฝน และเกิดการพัฒนาทักษะได้อย่างดี (G. E. McPherson & Renwick, 2001; P. Miksza, 2006; P. Miksza, 2011) นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาว่าการนอนหลับในเวลากลางคืน มีผลต่อการฝึกฝนทักษะที่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวร่างกาย และเกิดการพัฒนาด้านทักษะอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด (Walker, Brakefield, Morgan, Hobson, & Stickgold, 2002) จะเห็นได้ว่ามีเอกสารและงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการเผยแพร่เกี่ยวกับหลักการสร้างนิสัยทั่วไปและขั้นตอนในการฝึกฝนทักษะบางประเภทเท่านั้น ยังพบข้อมูลเกี่ยวกับรูปแบบการฝึกฝนทักษะในวิชานาฏศิลป์ และวิธีการสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองในการฝึกทักษะนาฏศิลป์ไม่มากนัก งานวิจัยนี้จึงจำเป็นต้องศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพเกี่ยวกับวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนในกรณีศึกษาการฝึกทักษะนาฏศิลป์ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สาขาโขนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ เพราะโรงเรียนดังกล่าวมีหลักสูตรการจัดการเรียนการสอนที่มุ่งการพัฒนาความรู้ และทักษะทางนาฏศิลป์ และศิลปะแขนงต่างๆ ให้เกิดความเชี่ยวชาญ สามารถศึกษาต่อ ประกอบ

อาชีพ และเผยแพร่วัฒนธรรมได้ นักเรียนที่เข้าศึกษาได้รับการสอนและฝึกฝนทักษะอย่างเข้มงวด และมีคุณภาพ โดยครูที่มีความเชี่ยวชาญทั้งในด้านการสอนและการแสดง เป็นที่รู้จัก และยอมรับในวงการการสอนนาฏศิลป์จำนวนมาก เพื่อนำข้อมูลไปใช้ในการศึกษาอิทธิพลที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองด้วยการศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณในลำดับต่อไป โดยมีการกำกับตนเองของนักเรียนเป็นตัวส่งผ่าน อันเป็นคุณลักษณะสำคัญ ที่ทำให้นักเรียนสามารถสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้ได้วิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองให้แก่นักเรียนที่เหมาะสมกับระดับการกำกับตนเองของนักเรียน เพื่อนำมาใช้พัฒนานักเรียนให้เกิดคุณลักษณะที่ส่งเสริมให้นักเรียนพัฒนาทักษะให้บรรลุตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ต่อไป

คำถามวิจัย

1. นักเรียนมีวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองอย่างไร
2. ครูมีวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองให้นักเรียนอย่างไร
3. วิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่านหรือไม่ อย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน
2. เพื่อศึกษาวิธีการที่ครูใช้ในการเสริมสร้างนิสัยการฝึกฝนตนเองของนักเรียน
3. เพื่อวิเคราะห์อิทธิพลของวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนโดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองเป็นการวิจัยที่มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน เนื่องจากตัวนักเรียนถือเป็นบุคคลสำคัญที่กำหนดตนเองให้ปฏิบัติ หรือแสดงพฤติกรรมต่างๆ และเกิดเป็นลักษณะนิสัยเฉพาะตัว (Horsey, 2011; Macknight, 2006; G. E. McPherson & McCormick, 1999; P. Miksza, 2006; Weinberg, 2007) โดยศึกษาผ่านอิทธิพลของระดับการกำกับตนเอง ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมหรือการแสดงออกของตนเองให้ลงมือฝึกฝนจนเกิดการพัฒนาทักษะที่มีประสิทธิภาพ และควบคุมตนเองให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือสร้างลักษณะนิสัยใหม่ขึ้นได้ และศึกษาวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยการฝึกฝนตนเองของนักเรียน เพราะครูเป็นบุคคลที่อยู่ใกล้ชิดกับนักเรียนในบริบท

ของการจัดการเรียนการสอน ที่สามารถส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมต่างๆ รวมถึงเกิดนิสัยฝึกฝนตนเองได้ (Dhaliwal, 2012; Jonides, 2008; Macknight, 2006; Oermann et al., 2011; Williamon & Valentine, 2000) นอกจากนี้ยังศึกษาอิทธิพลของวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยการฝึกฝนตนเองตามการรับรู้ของนักเรียน ที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน วิทยาลัยนาฏศิลป์ โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน

นิสัยฝึกฝนตนเองเป็นลักษณะนิสัยที่สำคัญที่เป็นการทบทวนการปฏิบัติทักษะเพิ่มเติม นอกเวลาเรียนด้วยตนเอง เพื่อพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นทักษะการอ่าน ทักษะการเล่นกีฬา ทักษะการเล่นดนตรี ฯลฯ ในงานวิจัยนี้มุ่งศึกษาการสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกทักษะนาฏศิลป์ ตามบทเรียน โดยเป็นการฝึกฝนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน เพราะเป็นวิชาที่มีความเป็นเอกลักษณ์ของชาติ และมีคุณค่าทางวัฒนธรรมที่นักเรียนในประเทศไทยควรให้ความสำคัญ การเรียนวิชานาฏศิลป์ และฝึกฝนทักษะอย่างถูกต้องตามแบบแผน นับเป็นการสืบทอด และอนุรักษ์ศิลปะประจำชาติ อีกทั้งมีงานวิจัยสนับสนุนว่าในการจัดการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์ มีปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะของนักเรียนให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของการเรียน (มณิศา วศินารมณ, 2553; วิชิต สุรัตน์เรืองชัย และ วิวัฒน์ เพชรศรี, 2551) ในงานวิจัยนี้ศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สาขาโขนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ เพราะวิทยาลัยนาฏศิลป์เป็นสถาบันการศึกษาที่มีหลักสูตรมุ่งเน้นการพัฒนาความรู้และทักษะทางนาฏศิลป์ให้เกิดความเชี่ยวชาญ สามารถศึกษาต่อในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องในระดับที่สูงขึ้น ใช้ความรู้ความสามารถทางนาฏศิลป์ ไปประกอบอาชีพ ตลอดจนเผยแพร่วัฒนธรรมได้ นักเรียนที่เข้าศึกษาในวิทยาลัยดังกล่าวจึงได้รับการสอนและฝึกฝนอย่างเข้มงวดและมีคุณภาพ และศึกษาวิธีการของครูประจำวิชาเอก สาขาโขนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ที่เสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน เพราะเป็นครูที่มีความเชี่ยวชาญทั้งในด้านการสอน และการแสดง เป็นที่รู้จักและยอมรับในวงการมาเป็นเวลานาน

นิยามศัพท์เฉพาะ

นิสัยฝึกฝนตนเอง (self-practice habit) หมายถึง การแสดงพฤติกรรมฝึกฝนเพิ่มเติมด้วยตนเองเพื่อทบทวนบทเรียนนอกเวลาเรียนอย่างเป็นกิจวัตร และสม่ำเสมอ

วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง หมายถึง กลยุทธ์ที่นักเรียนใช้ในการส่งเสริม และกระตุ้นให้ตนเองฝึกซ้อมรำตามบทเรียนเพิ่มเติมนอกเวลาอย่างต่อเนื่องและเป็นกิจวัตร

วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน หมายถึง กลยุทธ์ที่ครูปฏิบัติต่อนักเรียน เพื่อส่งเสริม และกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมรำตามบทเรียนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียนอย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตรด้วยตนเองตามการรับรู้ของนักเรียน

การกำกับตนเอง (self-regulation) หมายถึง การควบคุมการแสดงพฤติกรรมการฝึกฝนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียนของตนเอง ให้เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยเป็นการฝึกฝนที่มีคุณภาพ มีความสม่ำเสมอและต่อเนื่อง ในทุกสภาพแวดล้อม

การฝึกทักษะนาฏศิลป์ หมายถึง การทบทวนการปฏิบัติทำรำนอกเวลาเรียน เป็นการปฏิบัติทำร่าอย่างถูกต้องตามจังหวะ ตามลำดับท่า และถูกต้องสวยงามตามแบบแผน

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ประโยชน์เชิงวิชาการ

1.1 ได้สารสนเทศเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ในการฝึกทักษะนาฏศิลป์ ว่านักเรียนมีพฤติกรรม หรือกระบวนการคิดอย่างไรในการกำหนดให้ตนเองฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอจนเกิดเป็นนิสัย

1.2 ได้สารสนเทศเกี่ยวกับวิธีการที่ครูใช้ในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ว่าครูมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้นักเรียนฝึกฝนอย่างสม่ำเสมออย่างไรบ้าง

1.3 ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับอิทธิพลของปัจจัยที่ส่งผลให้นักเรียนเกิดนิสัยฝึกฝนตนเองที่เกิดขึ้นในระหว่างกระบวนการเรียนการสอน ว่าวิธีการของนักเรียน และครูใช้ในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนมีผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร และการกำกับตนเองในการฝึกฝนมีบทบาทต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนหรือไม่ อย่างไร

2. ประโยชน์เชิงปฏิบัติ

2.1 ครูสามารถนำแนวทางการปฏิบัติไปปรับใช้ในการจัดการเรียนการสอน เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเอง และพัฒนาทักษะได้อย่างเหมาะสม

2.2 ครูสามารถจัดกิจกรรมที่กระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมฝึกฝนเพิ่มเติมด้วยตนเอง

3. ประโยชน์เชิงนโยบาย

ข้อค้นพบที่ได้สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายสำหรับวางแผนการจัดการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์ ที่สามารถพัฒนาทักษะของนักเรียนให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกทักษะนาฏศิลป์ มีการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย สามารถนำเสนอเนื้อหาสาระเป็น 4 ตอน ประกอบด้วย ตอน 1 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ ตอน 2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับนิสัยฝึกฝนตนเอง ตอน 3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์ และตอน 4 กรอบแนวคิดของการวิจัย โดยมีรายละเอียดในแต่ละตอน ดังนี้

ตอน 1 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ

1.1 การเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ

ทักษะปฏิบัติ (Skill) เป็นความสามารถในการลงมือปฏิบัติกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งอย่างต่อเนื่องตามลำดับขั้นตอน มีการเคลื่อนไหวที่สัมพันธ์กันระหว่างอวัยวะส่วนต่างๆของร่างกาย โดยปฏิบัติอย่างถูกต้อง คล่องแคล่วรวดเร็ว และมีการตอบสนองที่ต่อเนื่องกัน โดยทักษะปฏิบัติมีพัฒนาการตามลำดับการเรียนรู้ 3 ขั้นตอน (ณัฐภรณ์ หลาวทอง, ม.ป.ป.) คือ

1. การปฏิบัติตามตัวอย่างหรือการเลียนแบบ (imitation) เป็นการจัดการเรียนการสอน โดยให้นักเรียนสังเกตต้นแบบ หรือการสาธิตกระบวนการ วิธีการ และการปฏิบัติทีละขั้นตอนของครู เป็นแบบอย่าง และปฏิบัติตาม จากนั้นให้นักเรียนฝึกปฏิบัติซ้ำๆโดยมีครูคอยดูแลและให้แนะนำอย่างใกล้ชิด

2. การฝึกฝนปฏิบัติ (Practice) เป็นขั้นตอนที่นักเรียนฝึกปฏิบัติซ้ำๆด้วยตนเองตามรูปแบบที่กำหนดให้ จนสามารถปฏิบัติได้อย่างคล่องแคล่วและมีประสิทธิภาพ เกิดเป็นความชำนาญ โดยครูเป็นผู้สังเกตและให้ความช่วยเหลือในกรณีจำเป็น

3. การกระทำจนเป็นนิสัย (Habit) ในขั้นตอนนี้ นักเรียนสามารถวางแผนการดำเนินงาน และลงมือปฏิบัติหรือแสดงความสามารถด้วยความชำนาญได้โดยอัตโนมัติ และเป็นธรรมชาติ

การเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ เป็นการสร้างความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกายที่มีความสัมพันธ์กันระหว่างอวัยวะต่างๆ (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2534) ที่แสดงออกโดยการกระทำ สามารถพัฒนาระดับความสามารถให้คล่องแคล่ว เป็นธรรมชาติ และเป็นลักษณะของบุคคลได้ อาศัยการฝึกฝนลงมือปฏิบัติตามกระบวนการซ้ำ ๆ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ (สุวิมล ว่องวาณิช, 2546) โดยมีแนวคิดระดับการพัฒนาการเรียนรู้ด้านทักษะ ดังนี้

มีนักการศึกษาหลายท่านได้เสนอแนวคิดในการจัดกลุ่มทักษะ ซึ่งมีหลายแนวคิดที่ได้รับการยอมรับและนำไปใช้กันอย่างแพร่หลาย (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2550) สรุปได้ดังนี้

1. แนวคิดของแรกเดล (Ragdale's Taxonomy) โดยแรกเดลได้เสนอเกี่ยวกับกิจกรรมด้านการเคลื่อนไหวของนักเรียนในวัยเด็ก 3 หมวด ได้แก่

1.1 กิจกรรมด้านวัตถุสิ่งของ (Object motor activities) เป็นการกระทำ หรือลงมือปฏิบัติกับวัตถุโดยตรง โดยต้องอาศัยความคล่องแคล่วรวดเร็ว และความแม่นยำ

1.2 กิจกรรมด้านภาษา (Language motor activities) เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารด้วยภาษา เช่น การฟัง การพูด การเขียน การคัดลายมือ

1.3 กิจกรรมด้านความรู้สึก (Feeling motor activities) รวมไปถึงด้านอารมณ์ต่าง ๆ ด้วย แนวคิดของแรกเดลนั้น ไม่เป็นที่นิยมในวงการการศึกษามากนัก เนื่องจากไม่สอดคล้องกับการกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ด้านทักษะในการเรียนวิชาต่าง ๆ

2. แนวคิดของกิลฟอร์ด (Guilford's Taxonomy) กิลฟอร์ดได้เสนอเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านทักษะ 7 ชั้น ลำดับตามความสำคัญ ได้แก่

2.1 กำลัง (Power)

2.2 ความกดดัน (Pressure)

2.3 ความเร็ว (Speed)

2.4 ความแม่นยำในสภาวะสถิตย์ (Static Precision)

2.5 ความแม่นยำในสภาวะที่มีการเคลื่อนไหว (Dynamic Precision)

2.6 การประสานสัมพันธ์ (Coordination)

2.7 ความยืดหยุ่น (Flexibility)

3. แนวคิดของเดฟ (Dave's Taxonomy) เดฟได้นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านทักษะ 5 ชั้น ได้แก่

3.1 การเลียนแบบ (Imitation)

3.2 การปฏิบัติหรือการจัดกระทำ (Manipulation)

3.3 ความแม่นยำ (Precision)

3.4 การกระทำที่เหมาะสมกับเวลา ความเร็ว และตัวแปรอื่นๆ

3.5 การกระทำที่เป็นธรรมชาติหรืออัตโนมัติ (Naturalization) ถือเป็นทักษะขั้นสูงสุดที่นักเรียนสามารถปฏิบัติได้ด้วยความคล่องแคล่ว โดยอาศัยพฤติกรรมทั้ง 4 ข้างต้นอย่างสัมพันธ์กัน

แนวคิดของเดฟ ถือว่าเป็นที่ยอมรับ และได้รับความนิยมในการใช้กำหนดวัตถุประสงค์การศึกษาในปัจจุบัน

4. แนวคิดของไคเบลอร์ และคณะ (Kibler's Classification) ไคเบลอร์ และคณะได้เสนอแนวคิดด้านทักษะที่มีความสำคัญต่อจิตวิทยาพัฒนาการของนักเรียนวัยเด็ก ได้แก่

4.1 การเคลื่อนไหวว้าะขึ้นใหญ่ของร่างกาย (Gross bodily movement) อาจเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายส่วนบน หรือส่วนล่าง หรืออาจเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายแยกส่วน หรือสัมพันธ์กันระหว่างแขน ขา ศีรษะ

4.2 การเคลื่อนไหวที่ประสานสัมพันธ์กันของอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น การประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับหู ตา มือ กับเท้า มือ นิ้ว กับตา

4.3 พฤติกรรมการสื่อสารที่ไม่ใช้ภาษา (Non-verbal Communication Behaviors) เช่น การแสดงออกทางสีหน้าท่าทาง การใช้ภาษามือ

4.4 พฤติกรรมด้านการพูด คือ ความสามารถในการสื่อสารด้วยการเปล่งเสียง อาจประกอบกับสีหน้าท่าทาง หรือการเคลื่อนไหวร่างกายอื่นๆ เพื่อสื่อสารความหมาย และความรู้สึกนึกคิด

5. แนวคิดของซิมป์สัน (Simpson's Taxonomy) มีการอธิบายแนวคิดเกี่ยวกับระดับพัฒนาการเรียนรู้ด้านทักษะเป็นลำดับ จากระดับง่ายไปจนถึงระดับซับซ้อน 7 ระดับ (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2534) ได้แก่

5.1 การรับรู้ด้วยระบบประสาทและกล้ามเนื้อ (perception) เป็นขั้นตอนแรกของการลงมือปฏิบัติ เป็นความสามารถในการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ หู ตา จมูก ปาก และลิ้น ในการรับรู้การเคลื่อนไหว และสื่อสาร เกี่ยวกับวัตถุสิ่งของ คุณสมบัติ หรือความสัมพันธ์ เช่น การเคลื่อนที่เพื่อเก็บลูกบอล การใช้มีอนวดดินเหนียวจนสามารถบอกได้ว่า เนื้อดินมีความเข้ากันดีพร้อมที่จะใช้งานแล้ว ระดับแรกนี้สามารถแบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่

5.1.1 การกระตุ้นประสาทสัมผัสส่วนใดส่วนหนึ่ง หรือหลายส่วนพร้อมกัน ด้วยสิ่งเร้า เช่น การฟัง การมองเห็น การสัมผัส การชิม การดม

5.1.2 การเลือกสิ่งบอกเหตุ เป็นความสามารถในการพิจารณาสาเหตุของปัญหา หรืออุปสรรคในการปฏิบัติได้ เช่น การสังเกตเสียงที่ผิดปกติของการทำงานของเครื่องยนต์ได้

5.1.3 การแปลความหมาย เป็นความสามารถในการแปลความหมายของสิ่งที่รับรู้ และแสดงออกเป็นการปฏิบัติได้ เช่น การเดินร่าเข้าจังหวะ เมื่อได้ยินเสียงดนตรี

5.2 ความพร้อมที่จะปฏิบัติ (set) เป็นการเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกาย สมอง และอารมณ์ ที่จะใช้ทักษะที่ต้องการในการแสดงออก หรือลงมือปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างอิสระ หรือตามแบบที่กำหนดให้ เป็นการเตรียมตัวให้เกิดความพร้อมที่จะพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสมอง เช่น การจัดตำแหน่งของอวัยวะในการแสดงท่าทางนาฏศิลป์ได้ถูกต้องตามรูปแบบ

การมีความเข้าใจขั้นตอนการปฏิบัติงานตามที่คู่มือกำหนดไว้ ความพร้อมที่จะปฏิบัติ แบ่งได้ 3 ด้าน ได้แก่

5.2.1 ความพร้อมทางใจ ที่จะปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

5.2.2 ความพร้อมทางกาย สุขภาพร่างกายอยู่ในสภาวะพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติงาน

5.2.3 ความพร้อมทางอารมณ์ เป็นความพร้อมด้านเจตคติและความสนใจที่จะปฏิบัติงานหนึ่งๆ

5.3 การปฏิบัติตามข้อแนะนำ (guided response) การลงมือปฏิบัติด้วยการเลียนแบบ การสาธิต รวมไปถึงการลองผิดลองถูก ถือเป็นขั้นตอนที่สำคัญของการเกิดการเรียนรู้ทักษะ การวัดและประเมินผลในขั้นนี้จะให้ความสำคัญกับผลการปฏิบัติของนักเรียนว่าเหมือน และเป็นไปตามกระบวนการที่ครูสาธิตมาน้อยเพียงใด เช่น การคัดลายมือ การรำไทย การร้องเพลงไทยเดิมและจากนั้นนักเรียนฝึกฝนการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ

5.4 การปฏิบัติจนเป็นนิสัย (mechanism) เป็นการฝึกปฏิบัติตามลำดับขั้นตอนซ้ำๆ จนเกิดเป็นความชำนาญ และปฏิบัติเช่นนั้นอยู่เสมอ กลายเป็นความเคยชินติดเป็นนิสัย มีความพร้อมสามารถปฏิบัติกิจกรรมที่ไม่ซับซ้อนได้โดยอัตโนมัติ ไม่ต้องคิดกังวลเรื่องขั้นตอนและวิธีการ เช่น การขับรถ การว่ายน้ำ การอ่านโน้ตดนตรี

5.5 การปฏิบัติที่มีความซับซ้อน (complex overt response) การปฏิบัติกิจกรรมที่มีกระบวนการซับซ้อนมากขึ้น โดยใช้ทักษะที่ชำนาญ ด้วยความคล่องแคล่ว ว่องไว ถูกต้อง และมีประสิทธิภาพสูงขึ้น แต่ใช้กระบวนการคิด และความกังวลน้อยลง เช่น การถอยรถเข้าช่องจอดรถ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการปฏิบัติกิจกรรมทางศิลปะ นักเรียนจำเป็นต้องทักษะหลายอย่างพร้อมกัน เพื่อให้สามารถตอบสนอง และแสดงออกได้อย่างรวดเร็ว และมีประสิทธิภาพ เช่น การร้องเพลงตามโน้ตและเสียงดนตรีประกอบ ผู้ที่มีทักษะในระดับนี้ จะสามารถปฏิบัติสิ่งใดๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ 2 ประการคือ

5.5.1 ปฏิบัติได้อย่างไม่ลังเล

5.5.2 ปฏิบัติได้โดยอัตโนมัติ สามารถควบคุมร่างกายได้ทำงานได้อย่างสัมพันธ์กัน

5.6 การปรับประยุกต์การปฏิบัติการ (adaptation) เป็นการปรับเปลี่ยนกระบวนการและวิธีการปฏิบัติให้มีความเหมาะสมกับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม และมีประสิทธิภาพ เช่น การปรับเปลี่ยนรูปแบบการสอนให้สอดคล้องกับความต้องการของนักเรียน การพัฒนาท่าเต้น

5.7 การสร้างปฏิบัติการใหม่ (origination) เป็นการสร้างสรรค์วิธีการปฏิบัติรูปแบบใหม่ เพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์หนึ่งๆ และได้ผลงานที่แปลกใหม่เป็นของตนเอง เพื่อให้ให้นักเรียนได้รู้จักตัวตนของตัวเอง รู้จักคิดเป็น ทำเป็น ตลอดจนมีความริเริ่มสร้างสรรค์ซึ่งต้องอาศัยทักษะที่ได้รับ

การพัฒนาเป็นอย่างดี เช่น การสร้างทฤษฎีใหม่ การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอน การประดิษฐ์นวัตกรรมต่างๆ

6. แนวคิดของฮาร์โรว์ (Harrow's Taxonomy)

6.1 การเคลื่อนไหวแบบสะท้อนกลับ (Reflex Movement) อาจเป็นลักษณะของการสะท้อนกลับในบางส่วน หรือการสะท้อนกลับระหว่างส่วนต่างๆ

6.2 การเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นลักษณะการวางท่าทางที่ถูกต้องตามหลักการ ทั้งในขณะเคลื่อนไหว หรือขณะที่ไม่มีการเคลื่อนไหว

6.3 ความสามารถในการรับรู้ แบ่งเป็น 4 ด้านคือ

6.3.1 การรับรู้ในการเคลื่อนไหว เป็นความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกของตนเอง ในขณะที่ทรงตัว และขณะที่เคลื่อนไหวร่างกายในลักษณะต่างๆ หรือความสัมพันธ์ของอวัยวะส่วนต่างๆ ต่อวัตถุสิ่งแวดล้อม

6.3.2 การรับรู้ในการจำแนกสิ่งที่มองเห็น เป็นความสามารถในการจดจำ ติดตาม จำแนกภาพ รวมถึงความชัดเจน และคงเส้นคงวาในการมองเห็นสิ่งต่างๆ

6.3.3 การรับรู้ในการจำแนกเสียงที่ได้ยิน เป็นความสามารถในการจดจำ ติดตาม จำแนกเสียง รวมถึงความชัดเจนในการได้ยินเสียงต่างๆ

6.3.4 การรับรู้ในการสัมผัส เป็นความสามารถในการรู้สึกได้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างอวัยวะส่วนต่างๆ เช่น ตากับมือ ตากับเท้า

6.4 ความสามารถทางกาย เป็นความคล่องแคล่ว และแม่นยำในการควบคุมอวัยวะส่วนต่างๆ และการเคลื่อนไหวร่างกาย

6.5 ความสามารถในการเคลื่อนไหวอย่างมีทักษะ มีการปรับพัฒนาทักษะในระดับที่สูงขึ้น จากระดับเบื้องต้นไปสู่ระดับที่มีความซับซ้อนมากขึ้น

6.6 ความสามารถในการสื่อสารด้วยการแสดงออกทางสีหน้าท่าทาง เป็นลักษณะการเคลื่อนไหวร่างกายส่วนต่างๆ เพื่อสื่อความหมายจากผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร

แนวคิดของฮาร์โรว์นั้น แม้จะไม่ได้กำหนดเกณฑ์ในการจัดหมวดหมู่ไว้อย่างชัดเจน แต่ถือได้ว่าเป็นแนวคิดที่ได้รับการยอมรับมากที่สุดแนวคิดหนึ่ง ที่ชี้แจงรายละเอียดไว้อย่างครอบคลุม และแยกย่อย รวมถึงอธิบายความแตกต่างของแต่ละหมวดหมู่ได้อย่างชัดเจน

จากแนวคิดของนักการศึกษาหลายท่านแสดงมีลักษณะลำดับขั้นของพัฒนาการทักษะที่ใกล้เคียงกันคือ การปฏิบัติทักษะไม่ว่าจะเป็นการปฏิบัติทักษะในศาสตร์ใด ล้วนแต่มีการพัฒนาเป็นลำดับจากระดับง่ายคือมีปัจจัยภายนอกต่างๆ เช่น ครู บุคคลต้นแบบ ตัวกระตุ้นต่างๆ การรับรู้โดยประสาทสัมผัส ไปถึงระดับที่ยากมากขึ้นคือ ปัจจัยภายนอกมีบทบาทน้อยลง ประสาทสัมผัสสามารถรับรู้ในระดับที่ซับซ้อนมากขึ้น และร่างกายสามารถปฏิบัติเองได้อย่างอัตโนมัติ ในการพัฒนา

ทักษะจากระดับหนึ่งไปยังอีกระดับหนึ่ง จำเป็นต้องอาศัยการปฏิบัติซ้ำหรือการฝึกฝนด้วยวิธีการและระยะเวลาที่แตกต่างกันตามความแตกต่างของลักษณะแต่ละบุคคล และเมื่อทักษะได้รับการพัฒนาถึงระดับสูง หรือซับซ้อนแล้ว บุคคลจะสามารถปฏิบัติทักษะนั้นๆ ได้อย่างคล่องแคล่วรวดเร็ว และมีความชำนาญ

1.2 การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ

การวัดและการประเมินผล เป็นกระบวนการที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน แต่มีความหมายที่ต่างกันคือ

การวัด (measurement) หมายถึง การกำหนดค่าตัวเลข หรือให้คะแนนกับสิ่งที่วัด โดยมีเกณฑ์ในการกำหนดค่าที่ชัดเจน และเป็นที่ยอมรับ โดยมีเครื่องมือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการวัด

การประเมิน (evaluation) หมายถึง การตัดสินคุณค่า หรือให้ความหมายของผลการวัด จากเกณฑ์ที่กำหนดไว้ มีองค์ประกอบที่สำคัญ 3 อย่างคือ

1. ข้อมูลจากการวัด หรือผลที่ได้จากการวัด
2. เกณฑ์ เป็นกรอบตัดสินระดับคุณภาพจากคะแนนที่กำหนดผู้วัดประเมินกำหนดไว้ล่วงหน้า
3. การตัดสินตีค่าความหมาย เป็นการกำหนดระดับคุณภาพให้แก่สิ่งที่วัด

ในการวัดและประเมิน มีสิ่งที่จะต้องคำนึงถึงดังต่อไปนี้

1. มีการระบุสิ่งที่ต้องการวัด และคุณลักษณะของสิ่งที่ต้องการวัดให้ชัดเจน อีกทั้งต้องระบุกลุ่มบุคคลที่จะวัด และพิจารณาความสามารถพื้นฐานของกลุ่มบุคคลนั้นๆ เพื่อเลือกใช้เครื่องมือในการวัดได้อย่างเหมาะสม

2. เลือกรูปวิธีการวัดและเครื่องมือการวัดที่เหมาะสม และมีคุณภาพคือ มีความตรง และความเที่ยง เพื่อให้ผลการวัดมีความถูกต้องและเหมาะสมกับคุณสมบัติของผู้เรียนที่แท้จริง และสามารถนำผลการวัดไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งวิธีการวัดมี 3 วิธีหลัก (ศิริเดช สุชีวะ, 2546) ได้แก่

- 2.1 การทดสอบ (testing) เป็นวิธีการวัดที่เหมาะสมสำหรับการวัดพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านความรู้ความเข้าใจ เช่น การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การแก้ปัญหา หรืออาจใช้ในการวัดพฤติกรรม การเรียนรู้ด้านเจตคติ เช่น แบบวัดความสนใจ

- 2.2 การสอบถาม (questioning) เป็นวิธีการวัดที่เหมาะสมสำหรับการวัดพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านเจตคติ เช่น ความคิดเห็น เจตคติ วิธีการวัดนี้ เช่น การสัมภาษณ์ หรือการรายงานตนเอง

- 2.3 การสังเกต (observation) เป็นวิธีการวัดที่เหมาะสมสำหรับการวัดพฤติกรรม การเรียนรู้ด้านทักษะ ที่เป็นคุณลักษณะหรือความสามารถที่แสดงออกมาเป็นพฤติกรรม เช่น ทักษะการสื่อสาร ทักษะการเล่นกีฬา

3. ใช้วิธีการวัดหลายวิธีประกอบกัน เนื่องจากเครื่องมือวัดแต่ละประเภทมีข้อดี และข้อจำกัดแตกต่างกัน ดังนั้น จึงควรเลือกวิธีการวัดหลายวิธีเพื่อให้ครอบคลุมสิ่งที่ต้องการวัด และควรทำการวัดหลายครั้ง

4. กำหนดเกณฑ์ในการวัด และขั้นตอนในการวัดที่ชัดเจน เพื่อให้เกิดความเที่ยงและความยุติธรรมในการวัด และเกิดความเท่าเทียมกันเมื่อได้รับการวัดจากผู้ประเมินคนละคนที่มีความแตกต่างกันระหว่างบุคคล ดังตัวอย่างเกณฑ์การวัดทักษะต่อไปนี้

ตารางที่ 2.1 ตัวอย่างเกณฑ์การให้คะแนนการอ่านทำนองเสนาะ

3	2	1
อ่านถูกต้องตามจังหวะ การออกเสียงอักขระถูกต้อง น้ำเสียงสอดคล้องกับเรื่องที่อ่าน	อ่านถูกต้องตามจังหวะพอใช้ การออกเสียงอักขระถูกต้อง เป็นส่วนใหญ่ น้ำเสียงสอดคล้อง กับเรื่องที่อ่านปานกลาง	อ่านไม่ถูกต้องตามจังหวะ การออกเสียงอักขระไม่ถูกต้อง น้ำเสียงไม่สอดคล้องกับ เรื่องที่อ่าน

5. นำผลจากการวัด ถือเป็นข้อมูลสารสนเทศที่สำคัญ ที่ควรนำไปใช้เพื่อการปรับปรุงและพัฒนาสิ่งที่วัดให้มีคุณภาพดีขึ้น หรืออาจกล่าวได้ว่า การนำผลที่ได้จากการไปใช้ให้เกิดประโยชน์ทางการศึกษา และพัฒนาประสิทธิภาพของการเรียนการสอนนั้นเป็นวัตถุประสงค์ที่สำคัญของการวัดประเมินผล

ในการวัดผลด้านทักษะ จำเป็นต้องมีการวางแผนกระบวนการวัดอย่างเป็นลำดับขั้นตอน (บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์, 2544; สุวิมล ว่องวานิช, 2546) ดังนี้

1. การวิเคราะห์จุดมุ่งหมายของหลักสูตร นำไปสู่การกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่เหมาะสมตามธรรมชาติของวิชา

2. การวางแผนการวัดด้านทักษะ เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพ เช่น ห้องเรียน วัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็น ตลอดจนวางแผนกิจกรรมการเรียนการสอนตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนดไว้ เช่น การอธิบาย การสาธิต และกำหนดกิจกรรมให้ผู้เรียนปฏิบัติตามลำดับขั้นตอน

3. กำหนดคุณลักษณะที่ต้องการวัด (performance indicators) ซึ่งประกอบด้วย

3.1 การวิเคราะห์งาน (job analysis) เป็นการอธิบายรายละเอียด ขั้นตอนการทำงาน นิยาม จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติ เงื่อนไขสถานการณ์ต่างๆในการปฏิบัติ ระหว่างผลงานหรือขั้นตอนการปฏิบัติตามที่มอบหมายให้ปฏิบัติ และการปฏิบัติที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ และเกณฑ์มาตรฐานทักษะความสามารถที่ต้องใช้ในการปฏิบัติงานนั้นๆ และผลงานจากการปฏิบัติ

ระบุลักษณะของงาน หรือกิจกรรม ตลอดจนกำหนดจำนวนงาน หรือกิจกรรมในการประเมิน ที่เพียงพอต่อจุดประสงค์การเรียนรู้

3.2 การกำหนดน้ำหนักของคุณลักษณะที่ต้องการวัด ว่ามุ่งเน้นคุณลักษณะใด มากน้อย เพียงใด โดยแต่ละงานจะประกอบไปด้วย วิธีการปฏิบัติงาน (procedure) หรือกระบวนการ ขั้นตอน การปฏิบัติ ซึ่งสามารถวัดได้จาก การปฏิบัติที่ตามลำดับขั้นตอน ความร่วมมือกันในการปฏิบัติ ความเอาใจใส่ตั้งใจในการปฏิบัติ และการปฏิบัติภายในเวลาที่กำหนด และผลของงาน (product) เป็นผลลัพธ์ของการลงมือปฏิบัติที่เป็นรูปธรรม สามารถวัดได้จาก ปริมาณของงาน และคุณภาพของงาน

4. การกำหนดวิธีวัดทักษะปฏิบัติ สามารถกระทำได้หลายวิธี แตกต่างกันไปตามธรรมชาติ ของแต่ละวิชา เช่น การให้ผู้เรียนปฏิบัติในสถานการณ์ที่กำหนดให้ ได้แก่ การทำการทดลอง การร้อง เพลง การแสดงละคร

5. การกำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการวัด รวมถึงบุคคลผู้ประเมิน อาจเป็นครูผู้สอน ตัวผู้เรียน หรือเพื่อนในกลุ่ม และช่วงเวลาที่ทำการวัดให้มีความเหมาะสม สอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการวัด และวิธีการวัด เช่น การใช้แบบสังเกต แบบประเมินผลงาน แบบทดสอบภาคปฏิบัติ ซึ่งอาจมีลักษณะ เป็นแบบตรวจสอบรายการ มาตรฐานค่า รวมถึงกำหนดเกณฑ์ในการตัดสินระดับคุณภาพ คุณลักษณะของการปฏิบัติที่คาดหวัง และรูปแบบการประเมิน ระหว่างการประเมินรายบุคคล และรายกลุ่ม

6. การกำหนดวิธีการประเมินผล ที่เหมาะสมและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนดไว้ ได้แก่

6.1 การประเมินแบบอิงเกณฑ์ (criterion-referenced evaluation) เป็นการประเมิน เพื่อเปรียบเทียบระดับความสามารถของผู้เรียนกับเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดโดยผู้สอน

6.2 การประเมินแบบอิงกลุ่ม (norm-referenced evaluation) เป็นการประเมิน เพื่อเปรียบเทียบระดับความสามารถของผู้เรียนกับระดับความสามารถของกลุ่มเพื่อน

6.3 การประเมินอิงพัฒนาการ (self-referenced evaluation) เป็นการประเมิน เพื่อเปรียบเทียบระดับความสามารถของผู้เรียนในช่วงเวลาต่างๆที่มีระยะเวลาห่างกันที่เหมาะสม

ดังที่กล่าวมาแล้วว่า ทักษะเป็นพฤติกรรมการเรียนรู้หนึ่งที่มุ่งเน้นการแสดงออก ดังนั้น ในการวัดผลทางด้านทักษะ ผู้สอนควรเลือกรูปแบบ วิธีการและเครื่องมือในการวัดให้มีความเหมาะสม กับธรรมชาติของวิชา วัตถุประสงค์การเรียนรู้ และความสามารถเบื้องต้นของผู้เรียน ซึ่งมีรูปแบบของ การวัดผลทางด้านทักษะที่หลากหลาย ได้แก่

1) การประเมินตามสภาพจริง (Authentic Assessment)

การประเมินสภาพจริง หมายถึง การที่ผู้ประเมิน ทำการประเมินผลการปฏิบัติ (Performance) ของผู้เรียน หรือกิจกรรมที่เป็นส่วนหนึ่งของจุดประสงค์การเรียนรู้ ที่ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ และปฏิบัติได้จริง โดยการประเมินตามสภาพจริงนั้น มีหลักการดังนี้

1.1) เป็นการประเมิน ที่เน้นการประเมินทักษะการคิดระดับสูง ในการลงมือปฏิบัติ ที่มีความใกล้เคียงกับการปฏิบัติในเหตุการณ์จริง

1.2) เป็นการวัดผลสัมฤทธิ์ที่มีประโยชน์ต่อการประเมินการทำงาน และความก้าวหน้าของการปฏิบัติ

1.3) เป็นการสะท้อนสภาพ และสิ่งที่บุคคลได้ลงมือปฏิบัติจริง ด้วยการสังเกต

2) การสังเกตการปฏิบัติงานจริง

ในการวัดการปฏิบัติงานจริง ผู้สอนจะต้องใช้การสังเกตเพื่อการวัดความสามารถและทักษะในการปฏิบัติ มีจุดมุ่งหมายในการวัดและประเมินผลการปฏิบัติ 2 ส่วนคือ วิธีการ (Procedure) ซึ่งเป็นลำดับขั้นตอนของการปฏิบัติของผู้เรียน และผลงาน (Products) หรือผลที่ได้จากการลงมือปฏิบัติตามขั้นตอน โดยเน้นที่การวัดว่าผู้เรียนสามารถลงมือปฏิบัติอย่างไร มากกว่าการวัดว่าผู้เรียนได้เรียนรู้อะไร

ในการวัดวิธีการปฏิบัติ เช่น วิธีการพูด วิธีการร้องเพลง วิธีการใช้เครื่องมือในการทดลอง วิธีการวาดภาพ ผู้ประเมินจะต้องใช้เวลาในการสังเกตการปฏิบัติทุกขั้นตอน โดยจะต้องมีการกำหนดประเด็นที่จะวัด และเน้นที่ประสิทธิภาพ และความแม่นยำของกระบวนการดำเนินงาน ซึ่งในขณะที่ทำการวัด จะต้องมีการจัดให้ผู้เรียนอยู่ในสถานะที่เป็นธรรมชาติมากที่สุด ส่วนการวัดผลงานถือว่าเป็นการวัดที่มีความเป็นอัตนัยมาก เนื่องจากงานแต่ละประเภท มีเกณฑ์ในการวัดและประเมินที่แตกต่างกันไป จึงจำเป็นจะต้องมีการกำหนดเกณฑ์ที่เป็นที่ยอมรับ เพื่อให้ผลการวัดประเมินเป็นไปในทิศทางเดียวกัน ทั้งนี้การกำหนดเกณฑ์ จะต้องคำนึงถึง อายุของผู้เรียน ระดับวุฒิภาวะ และประสบการณ์ของผู้เรียน และไม่ควรใช้เกณฑ์ที่เปรียบเทียบผลงานของเรียนกับผลงานที่ผลิตโดยผู้มีวิชาชีพ แต่ใช้เกณฑ์ในระดับที่ผู้สอนมุ่งหวังให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติได้

วิธีการสังเกตการปฏิบัติงานจริง หรือที่เรียกว่าการสังเกตโดยตรง (Direct Observation) ทำให้ผู้สอนได้ข้อมูลที่ตี ว่าผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนดไว้หรือไม่ ซึ่งการสังเกต มี 2 รูปแบบคือ

1) การสังเกตตามกรอบ มีองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1.1) การกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่ต้องการวัด

1.2) เครื่องมือที่ใช้ในการบันทึกเก็บรวบรวมข้อมูลการสังเกต เช่น Anecdotal

Notebook Rating Scale

1.3) ประเด็นในการสังเกต ซึ่งผู้ประเมินจะต้องกำหนดไว้ล่วงหน้า

1.4) มีการเจาะจงตัวผู้เรียน ที่จะทำการสังเกต

2) การสังเกตไม่มีกรอบ ควรมีลักษณะดังนี้

2.1) ไม่ต้องระบุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่ต้องการวัด

2.2) ใช้เครื่องมือทั่วไปในการบันทึกข้อมูล เช่น กระดาษเปล่า

2.3) ไม่มีกำหนดเฉพาะเจาะจงตัวผู้เรียน สามารถสังเกตผู้เรียนคนใดก็ได้ขึ้นอยู่กับ

สถานการณ์ขณะที่สังเกต

2.4) มีกำหนดการในการสังเกตหรือไม่ก็ได้

ในการวัดทักษะปฏิบัติ ผู้ประเมินจำเป็นต้องใช้เครื่องมือในการสังเกต เช่น

1) มาตรฐานค่า (Rating Scale)

ลักษณะของมาตรฐานค่าเป็นการเปรียบเทียบระดับพฤติกรรม หรือทักษะการปฏิบัติของผู้เรียน กับเกณฑ์มาตรฐานที่ประเมินกำหนดไว้ว่าในแต่ละระดับ ผู้เรียนจะต้องพฤติกรรม หรือทักษะการปฏิบัติอย่างไรบ้าง มาตรฐานค่าลักษณะนี้มีข้อดีคือ ใช้ในการเปรียบเทียบลักษณะของผู้เรียนระหว่างกลุ่มได้ แต่มีข้อจำกัดคือ ผู้ประเมินจะต้องมีความเที่ยงในการประมาณค่าลักษณะของผู้เรียนแต่ละคนให้เท่าเทียมกัน อีกทั้งความแตกต่างของผู้ประเมินแต่ละคน ในการวัดประเมินผลผู้เรียนกลุ่มเดียวกัน ทำให้ผลการวัดประเมินมีความแตกต่างกัน จึงจำเป็นต้องมีการกำหนดเกณฑ์ที่ชัดเจน และเป็นมาตรฐานเดียวกัน มาตรฐานค่า แบ่งเป็น 3 รูปแบบ คือ

1.1) มาตรฐานค่าแบบตัวเลข (Numerical Rating Scale) เป็นแบบมาตรที่ง่ายที่สุด โดยผู้ประเมินทำเครื่องหมายบนตัวเลขที่แทนระดับพฤติกรรมของผู้เรียน ตามเกณฑ์ที่ผู้ประเมินกำหนดไว้ล่วงหน้า และชี้แจงไว้ตอนต้นของแบบมาตรวัด โดยมีความหมายเดียวกันทุกมาตรา ซึ่งทั่วไปจะใช้ระหว่าง 3 - 9 ระดับ และมักให้จำนวนระดับเป็นจำนวนเลขคู่ เพื่อให้มีค่าตรงกลางแทนค่าเฉลี่ยของมาตรนั้นๆ เช่น

ตารางที่ 2.2 ตัวอย่างมาตรประมาณค่าแบบตัวเลข

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย **X** ตรงตัวเลขระดับทักษะการเล่นเทนนิสของผู้เรียน โดยแต่ละตัวเลขมีความหมายของระดับพฤติกรรมดังนี้

5	หมายถึง	ดีมาก
4	หมายถึง	สูงกว่าปกติ
3	หมายถึง	ปกติ
2	หมายถึง	ต่ำกว่าปกติ
1	หมายถึง	อ่อน

1	ผู้เรียนตีลูกโดรฟ์หน้ามือได้ดีระดับใด	5	4	3	2	1
2	ผู้เรียนตีลูกโดรฟ์หลังมือได้ดีระดับใด	5	4	3	2	1

(สมศักดิ์ สิ้นธุระเวชญ์, 2545)

1.2) มาตรประมาณค่าแบบพรรณนา (Descriptive Rating Scale) เป็นมาตรที่ใช้คำบรรยายบอกระดับพฤติกรรมของผู้เรียน โดยมีคำอธิบายคุณลักษณะของพฤติกรรมนั้นๆ มักมีจำนวนระดับเป็นจำนวนคู่เช่นเดียวกับมาตรการจัดอันดับคุณภาพแบบตัวเลข

ตารางที่ 2.3 ตัวอย่างมาตรประมาณค่าแบบพรรณนา

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย **X** ลงในกรอบสี่เหลี่ยมเหนือข้อความระดับทักษะการเล่นเทนนิสที่เหมาะสมกับพฤติกรรมของนักเรียนมากที่สุด

1) ผู้เรียนตีลูกโดรฟ์หน้ามือได้ดีเพียงใด

เคลื่อนไหวผิด 13 ครั้ง หรือ มากกว่า เข้าหาลูก ไม่คงที่มากกว่า 60	เคลื่อนไหวผิด 8-12 ครั้ง เข้าหาลูกไม่คงที่ 40-59	เคลื่อนไหวผิด 2-4 ครั้ง เข้าหาลูกไม่คงที่ 20-39	เคลื่อนไหวผิด 2-4 ครั้ง เข้าหาลูกไม่คงที่ 10-19	เข้าตีลูกท่าดี จังหวะดี เข้าหาลูกไม่คงที่ 0-9

(สมศักดิ์ สิ้นธุระเวชญ์, 2545)

2) แบบสำรวจรายการ (Checklist)

เป็นรายการที่แสดงขั้นตอนการปฏิบัติ หรือลักษณะของการปฏิบัติ ให้ผู้ประเมินสำรวจพฤติกรรมของผู้เรียนว่าตรงกับรายการพฤติกรรมข้อใดบ้าง มีประโยชน์ในการเก็บข้อมูลที่เป็นกระบวนการ ขั้นตอน หรือวิธีการที่สามารถแยกการปฏิบัติได้อย่างชัดเจน ทั้งนี้ แบบสำรวจรายการไม่เหมาะที่จะใช้ในการบันทึกจำนวนครั้งของปฏิบัติ

ในการสร้างแบบสำรวจรายการ จะต้องมีการกำหนดประเด็นของการปฏิบัติ หรือลักษณะของผลงานที่จะวัดให้ชัดเจน โดยมีการจัดเรียงลำดับก่อนหลังของพฤติกรรม หรือขั้นตอนการปฏิบัติ และจะต้องมีการชี้แจงวิธีการใช้แบบสำรวจให้ผู้ประเมินทำความเข้าใจได้ตรงกัน ส่วนการให้คะแนน อาจมีการกำหนดคะแนนไว้ เช่น ถ้าปฏิบัติได้ถูกต้อง และครบถ้วนสมบูรณ์ให้ 1 คะแนน ถ้าปฏิบัติได้แต่ไม่ถูกต้องครบถ้วนให้ ½ คะแนน และถ้าปฏิบัติไม่ได้ให้ 0 คะแนน หรืออาจให้ทำเครื่องหมาย ✓ หรือ ✗ แทนความหมายว่าผ่าน หรือไม่ผ่าน เช่น

ตารางที่ 2.4 ตัวอย่างแบบสำรวจรายการ

ผลการเรียนรู้ : สามารถทำความสะอาดบ้านได้		
พฤติกรรม	ปฏิบัติได้	ปฏิบัติไม่ได้
1. การเลือกไม้กวาดได้ถูกกับงาน		
2. การจับไม้กวาดและกวาดบ้าน		
3. การปัดฝุ่น		
4. การเช็ดพื้น		
5. การใช้แปรงเปลี่ยนกมะพร้าวขัดพื้น		
6. การเก็บไม้กวาดและแปรงเข้าที่		

(สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์, 2545)

การใช้แบบสำรวจรายการนั้น ผู้ประเมินจะต้องให้ความสำคัญกับกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนที่เฉพาะเจาะจง ชัดเจน และต้องตระหนักถึงเท่าเทียมกันระหว่างตัวผู้เรียน และระหว่างผู้ประเมินแต่ละคนในการให้คะแนนเสมอ โดยผู้ประเมินจะต้องสังเกตและประเมินเฉพาะพฤติกรรมหรือการปฏิบัติที่ระบุในรายการสำรวจเท่านั้น

ตอน 2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการกำกับตนเองในการฝึกฝน

2.1 แนวคิดเกี่ยวกับนิสัยฝึกฝนตนเอง

นิสัยเป็นการแสดงออกทางพฤติกรรมโดยอัตโนมัติ ที่มีลักษณะพฤติกรรมที่แน่นอน แม้จะอยู่ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน เช่น การดำเนินชีวิตประจำวันที่มีการปฏิบัติแบบเดิมซ้ำๆ จนเป็นกิจวัตร และเป็นนิสัย สามารถแสดงพฤติกรรมนั้นๆ ได้โดยไม่ได้ตั้งใจ และดำเนินไปจนเสร็จสิ้นพฤติกรรมโดยไม่ต้องมีการควบคุมใด ๆ ทั้งนี้ เกิดจากการปฏิบัติซ้ำอย่างค่อยเป็นค่อยไป และมีแนวโน้มของการเกิดพฤติกรรมเหล่านั้นขึ้นเกือบทุกวัน โดยแต่ละบุคคลต่างมีพฤติกรรมที่แสดงออกซ้ำๆ นี้แตกต่างกันไป ซึ่งนิสัยเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้บุคคลปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างสม่ำเสมอ นอกจากนี้ การแสดงออกที่เป็นนิสัยยังมีประโยชน์ในทำนายนพฤติกรรม การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และการควบคุมตนเองของบุคคลนั้นได้ (Neal et al., 2006)

นิสัยการฝึกฝนตนเอง หรือการทบทวนทักษะด้วยการปฏิบัติซ้ำด้วยตนเอง ถือเป็นกระบวนการที่สำคัญในการเรียนให้จดจำบทเรียนได้ดี (Jonides, 2008) และพัฒนาทักษะให้เกิดความชำนาญในการปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งทุกคนสามารถพัฒนาทักษะให้อยู่ในระดับที่เท่ากันได้ แต่อาจใช้ระยะเวลา วิธีการ หรือตัวกระตุ้นส่งเสริมที่แตกต่างกันไป ตามความแตกต่างของบุคคล (Macknight, 2006; Stanton, 2011) ดังคำกล่าวที่ว่า “อัจฉริยะเกิดจากแรงบันดาลใจ 1 เปอร์เซ็นต์ และการลงมือทำอย่างเหน็ดเหนื่อย 99 เปอร์เซ็นต์ (Genius is one percent inspiration, ninety-nine percent perspiration) (Edison, 1932 อ้างถึงใน Horsey, 2011)

ในการฝึกฝนทักษะปฏิบัติด้วยตนเอง มีกระบวนการสำคัญที่ส่งเสริมให้การฝึกฝนมีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. การปฏิบัติสิ่งที่ถูกต้องอยู่เสมอ สมองของมนุษย์เรียนรู้และจดจำรูปแบบของการปฏิบัติจากการลงมือปฏิบัติในแต่ละครั้ง ดังนั้น การปฏิบัติอย่างถูกต้องสมบูรณ์ จึงส่งเสริมให้สมองจดจำรูปแบบที่ถูกต้องได้อย่างดีมากขึ้น โดยในช่วงแรกจะต้องฝึกฝนอย่างค่อยเป็นค่อยไป เริ่มจากการปฏิบัติอย่างช้าๆ จนแน่ใจว่าสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องในทุกรายละเอียดของขั้นตอนการปฏิบัติ จึงปฏิบัติให้เร็วขึ้น (Lindros, 1932 อ้างถึงใน Horsey, 2011) หรือกล่าวได้ว่าการฝึกฝนที่ดี มุ่งเน้นที่คุณภาพของกระบวนการมากกว่าปริมาณของการปฏิบัติ (Sterner, 2012)

2. การกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจน เปรียบเหมือนมีป้ายบอกทางให้รู้ทิศทางของการปฏิบัติ เมื่อสมองรับรู้ถึงเป้าหมายของการปฏิบัติ สมองจะสั่งการให้นักเรียนปฏิบัติในสิ่งที่ต้องการได้ และทำให้นักเรียนมีความพยายามในการปฏิบัติอย่างมีพัฒนาการได้ดีขึ้น โดยในการกำหนดเป้าหมาย นักเรียนจะต้องรู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเองว่าต้องการสิ่งใดจากการฝึกฝน และต้องกำหนดเป้าหมายอย่างละเอียดในเชิงบวกว่า ตนเองจะต้องลงปฏิบัติสิ่งหนึ่งๆ เพื่อปรับปรุง หรือพัฒนาให้เกิด

การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น และต้องมีความมั่นใจในตนเองอยู่เสมอว่าตนเองสามารถปฏิบัติให้บรรลุเป้าหมายนั้นได้ เป้าหมายที่นักเรียนกำหนดนั้น ควรเป็นเป้าหมายในระดับที่ท้าทายตนเอง หรืออยู่ในระดับสูง แต่ต้องอยู่ในขอบเขตที่นักเรียนสามารถปฏิบัติได้จริง (Colletti, 2014; Horsey, 2011; P. Miksza, 2011; Weinberg, 2007) นอกจากนี้ตัวนักเรียนเองที่มีบทบาทสำคัญในการปฏิบัติให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ บุคคลรอบข้าง เช่น พ่อแม่ เพื่อน ครู ยังเป็นบุคคลสำคัญที่ส่งเสริมให้นักเรียนประสบความสำเร็จในเป้าหมายนั้นได้ (Colletti, 2014; Macknight, 2006) นอกจากนี้ การมองหาแรงบันดาลใจจากบุคคลตัวอย่างก็เป็นอีกวิธีที่ดีของการกำหนดเป้าหมายที่ช่วยให้นักเรียนมีเป้าหมายที่กระตุ้นการปฏิบัติอย่างจริงจังของนักเรียนได้ (Coyle, 2012)

3. การวางแผน และจัดตารางเวลาสำหรับการฝึกฝนให้เป็นกิจวัตร ไม่ควรกำหนดเป็นระยะเวลาที่ตายตัว เพราะจะทำให้นักเรียนมุ่งสมาธิไปที่เวลาว่าจะถึงเวลาที่กำหนดไว้เมื่อไหร่มากกว่าการมุ่งสมาธิไปกับแต่ละขั้นตอนของการฝึกฝน ดังคำกล่าวที่ว่า “มันไม่ได้สำคัญว่าใช้เวลาในการฝึกฝนไปเท่าไร แต่สำคัญว่า ใส่อะไรลงไปในการบวนการฝึกฝน” (It’s not necessarily the time you spend at practice that counts; it’s what you put into the practice) (Lindros อ้างถึงใน Horsey, 2011) หรือสรุปได้ว่า การเอาใจใส่ในขั้นตอน และคุณภาพการฝึกฝนมีความสำคัญกว่าระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกฝน (Williamson & Valentine, 2000) ดังนั้น จึงควรกำหนดให้คู่กับกิจกรรมที่ปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวัน เช่น ฝึกฝนหลังจากตื่นนอน หลังจากกลับจากโรงเรียน หลังจากทำการบ้านเสร็จ หลังจากชมรายการโทรทัศน์ที่ชื่นชอบ เป็นการวางเงื่อนไขให้นักเรียนสามารถปฏิบัติอย่างเคร่งครัดได้มากขึ้น และเมื่อนักเรียนสามารถฝึกฝนตามช่วงเวลาที่กำหนดไว้ได้อย่างเป็นกิจวัตร การฝึกฝนจะกลายเป็นนิสัยที่สมองเรียนรู้และจดจำว่า จะต้องลงมือปฏิบัติตามเวลาโดยอัตโนมัติ อาจเริ่มต้นจากการฝึกฝนโดยใช้ระยะเวลาสั้นๆ แล้วจึงเพิ่มระยะเวลาให้มากขึ้น (Colletti, 2014)

ทั้งนี้ การวางแผนที่เป็นลายลักษณ์อักษรสามารถส่งเสริมให้นักเรียนมีความเคร่งครัดมากขึ้น โดยจัดทำตารางแผนการฝึกฝนประจำวัน ดังเช่นตัวอย่าง

ตารางที่ 2.5 ตัวอย่างการวางแผนการฝึกฝนประจำวัน

วัน	ช่วงที่ 1	ช่วงที่ 2
วันที่มีการเรียนการสอน	หลังจากกลับถึงบ้าน และรับประทานของว่างเรียบร้อย	
1 วันหลังการเรียนการสอน	ทันทีที่กลับถึงบ้าน	
5 วันก่อนการเรียนการสอน	ทันทีที่กลับถึงบ้าน	หลังจากรับประทานอาหาร มื้อเย็น (ถ้าไม่มีการบ้าน)
4 วันก่อนการเรียนการสอน	หลังจากเล่นกีฬาเสร็จ กลับถึงบ้าน อาบน้ำ รับประทานอาหารว่าง และเริ่มฝึกฝนทันที	
3 วันก่อนการเรียนการสอน	ไม่มีการฝึกฝน	
2 วันก่อนการเรียนการสอน	30 นาทีหลังจากตื่นนอนตอนเช้า	ทันทีหลังจากดูรายการแข่งขัน ฟุตบอลจบ
1 วันก่อนการเรียนการสอน	หลังจากรับประทานอาหารมื้อเช้า	อาจฝึกฝนเพิ่มเติมตามต้องการ

(Horsey, 2011)

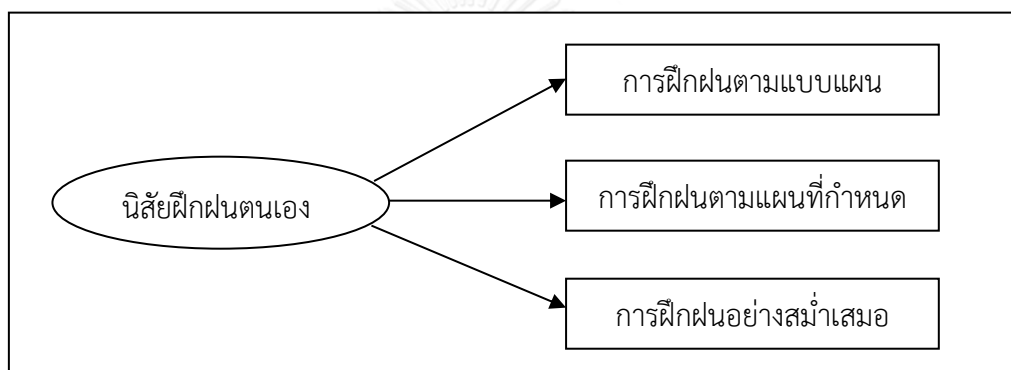
สิ่งที่สำคัญในการวางแผนการฝึกฝนคือ การทำให้แผนที่วางไว้เกิดขึ้นจริง และต้องปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง โดยนักเรียนต้องระลึกอยู่เสมอว่าการฝึกฝนเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องปฏิบัติเพื่อทบทวนทักษะในแต่ละวัน ดังนั้น หากวันใดที่นักเรียนมีกิจกรรมที่จำเป็นต้องปฏิบัติมากมายจนไม่สามารถจัดเวลาสำหรับการฝึกฝนได้ จะต้องไม่มีการกำหนดเวลาสำหรับการฝึกฝนในวันนั้น ๆ และในกรณีที่นักเรียนสามารถฝึกฝนได้เป็นกิจวัตรแล้ว อาจกำหนดตารางการฝึกฝนเป็นช่วงที่ 2 เพิ่มเติมได้ (ดังเช่นตัวอย่างในตารางที่ 2.5) (Horsey, 2011)

เมื่อนักเรียนลงมือปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างตั้งใจ และได้ผลลัพธ์ที่ดี ประสบความสำเร็จ จะทำให้นักเรียนเกิดเจตคติที่ดี มีความสุขกับการปฏิบัติสิ่งนั้น และยังส่งผลให้นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อการฝึกฝนการปฏิบัติสิ่งนั้นมากขึ้น และสามารถบรรลุเป้าหมายที่นักเรียนคาดหวังได้เร็วขึ้น นอกจากนี้ การให้รางวัลแก่ตนเองเมื่อสามารถฝึกฝนได้อย่างสม่ำเสมอ ก็เป็นอีกหนึ่งกระบวนการที่ส่งเสริมให้ ตัวนักเรียน มีความมุ่งมั่นในการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอต่อไป (Colletti, 2014)

จากกระบวนการในการฝึกฝนด้วยตนเอง สามารถสังเคราะห์และสรุปเป็นองค์ประกอบของนิสัยการฝึกฝนตนเอง และให้นิยามเชิงปฏิบัติการได้ดังนี้

นิสัยฝึกฝนตนเอง คือการแสดงพฤติกรรมฝึกฝนเพิ่มเติมด้วยตนเองเพื่อทบทวนบทเรียนนอกเวลาเรียนอย่างเป็นกิจวัตร และสม่ำเสมอ ประกอบด้วย

1. การฝึกฝนตามแบบแผน คือการทบทวนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้อง ตามลำดับขั้นตอน และตามระเบียบแบบแผน จารีตให้ได้ผลลัพธ์จากการปฏิบัติที่มีคุณภาพ
2. การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด คือมีการวางแผนตารางการฝึกฝน โดยกำหนดช่วงเวลา และขอบเขตของการปฏิบัติในการฝึกฝนแต่ละครั้ง และดำเนินการทบทวนการปฏิบัติทักษะตามแผนที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด
3. การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ คือการทบทวนการปฏิบัติทักษะอย่างต่อเนื่องให้เป็นกิจวัตร จากการสังเคราะห์องค์ประกอบของนิสัยฝึกฝนตนเอง สามารถสรุปเป็นโมเดลองค์ประกอบการวัดได้ดังนี้



ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบของนิสัยการฝึกฝนตนเอง

กระบวนการที่สำคัญที่สุดในการฝึกฝนตนเองให้เกิดการพัฒนาทักษะอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด คือการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องจนเกิดเป็นนิสัย เพื่อให้ระดับของพัฒนาการทางทักษะมีความคงทนอยู่เสมอ และกระบวนการที่ยากที่สุดในการฝึกฝนคือ การเริ่มต้นลงมือปฏิบัติ ทั้งนี้ นักเรียนจะต้องมีความมั่นใจในตนเอง และมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนวางไว้อย่างเคร่งครัด หรือที่เรียกว่า “การกำกับตนเอง” ดังคำกล่าวที่ว่า “ความอดทนและความมุ่งมั่นเพียงอย่างเดียวมีอำนาจทุกอย่าง” (Persistence and determination alone are omnipotent) (Coolidge อ้างถึงใน Horsey, 2011)

2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการกำกับตนเอง

การกำกับตนเองคือ คุณลักษณะทางจิตวิทยาที่สำคัญในการพัฒนา หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง ที่ใช้ควบคุมการแสดงออกทางพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ (Schunk, 1990; Zimmerman, 1989) ศึกษาระดับคุณภาพของพฤติกรรมให้มีความคงทนและยาวนาน สามารถต้านทานปัจจัยภายนอกที่จะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมนอกขอบเขตที่กำหนดไว้ได้ และสามารถแสดงพฤติกรรมที่กำหนดเป้าหมายนั้นได้

ในทุกสภาพแวดล้อม รวมถึงมีการให้รางวัลตนเองเมื่อแสดงพฤติกรรมได้ดี และลงโทษตนเองเมื่อละเลยพฤติกรรมนั้นอีกด้วย (Bandura, 1986 อ้างถึงใน สถาพร สูสุข, 2554) โดยการกำกับตนเองนี้ จะเกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลมีความสามารถในการเริ่มต้นการแสดงพฤติกรรม และรักษาระดับของพฤติกรรมได้ด้วยตนเอง ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญในการกำหนดพฤติกรรม ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตลอดจนการสร้างนิสัยในการดำเนินชีวิตใหม่ เช่น ในการควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย (Neal et al., 2006) สำหรับปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการกำกับตนเองนั้นได้แก่ แรงจูงใจ การใช้กลยุทธ์ การบริหารจัดการเวลา การประเมินตนเอง สภาพแวดล้อม ปัจจัยทางสังคม (G. E. McPherson & Zimmerman, 2002) ผลประโยชน์ส่วนตัวที่ยอมรับจากสังคม บุคคลตัวอย่าง (Bandura, 1986 อ้างถึงใน สถาพร สูสุข, 2554)

มีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการกำกับตนเองในการจัดการเรียนการสอน เพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการปรับพฤติกรรมของนักเรียนพบว่า การกำกับตนเองเป็นทักษะสำคัญที่ทำให้ให้นักเรียนมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง และสามารถเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต โดยนักเรียนที่มีการกำกับตนเองจะมีความมั่นใจในตนเอง อุดหนุน กระตือรือร้น และความพยายามในการเรียน ส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงตามไปด้วย (อัจฉรา สุขสำราญ, 2546) เป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย มีความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น (ปิยวรรณ พันธุ์มงคล, 2542) โดยมีปัจจัยที่ส่งผลต่อการกำกับตนเองในการเรียนได้แก่ ระดับผลการเรียน การอบรมเลี้ยงดู ระดับชั้นเรียน ความวิตกกังวล (วัฒนา เตชะโกมล, 2541; สถาพร สูสุข, 2554) การรับรู้ความสามารถของตนเอง และเจตคติต่อการเรียน (ไอฟน ตนสาลี, 2549; ปณิตา นิรมล, 2546; สถาพร สูสุข, 2554) ทั้งนี้ นักเรียนที่เกิดพัฒนาการเรียนรู้มากขึ้น จะยังมีการกำกับตนเองในมากขึ้นตามไปด้วย (P. Miksza, 2006)

นอกจากนี้ ยังมีการนำเสนอกระบวนการของการกำกับตนเอง (Bandura, 1986 อ้างถึงใน สถาพร สูสุข, 2554; Schunk, 1990) ได้แก่

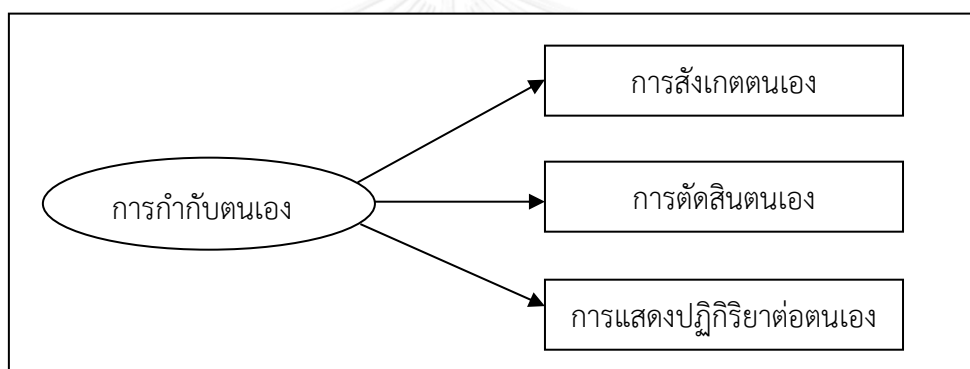
1. การสังเกตตนเอง (Self-Observation) เป็นกระบวนการแรกที่สำคัญของการกำกับตนเอง ประกอบด้วย

1.1 การตั้งเป้าหมาย (goal setting) เป็นการกำหนดวัตถุประสงค์หรือสิ่งที่คาดหวังและมุ่งมั่นให้ประสบความสำเร็จ เป็นเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจง มีความเป็นรูปธรรม และมีลักษณะที่ทำหาย เพื่อกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมได้มากขึ้น โดยเป้าหมายนั้นอาจเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ หรือผลลัพธ์อย่างใดอย่างหนึ่งที่ต้องการให้ปรากฏขึ้นหลังจากการลงมือกระทำ ทั้งนี้บุคคลจะต้องมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง เพื่อตั้งเป้าหมายได้อย่างเหมาะสม

1.2 การตรวจสอบตนเอง (self - monitoring) เป็นการสังเกตพฤติกรรมของตนเอง เพื่อประเมินทิศทางของพฤติกรรม และความสำเร็จในแต่ละระยะ ด้วยการบันทึกพฤติกรรมของตนเอง

2. การตัดสินตนเอง (Self-Judgement) เป็นการพิจารณาผลที่เกิดจากพฤติกรรมของตนเองที่ปฏิบัติภายใต้กรอบของเป้าหมายที่กำหนดไว้ ว่ามีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างมีประสิทธิภาพหรือไม่ การเปลี่ยนแปลงนั้นตรงตามเป้าหมายหรือมาตรฐานที่วางไว้หรือไม่ โดยพิจารณาจากประเภทของเป้าหมายหรือมาตรฐานที่กำหนดไว้ (type of standards) ที่ระบุพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงและชัดเจน องค์ประกอบของเป้าหมาย (goal properties) และคุณค่าความสำคัญของการบรรลุเป้าหมาย (importance of goal attainment)

3. การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self-Reaction) เป็นการประเมินพฤติกรรมของตนเอง (evaluative) และความเป็นไปได้ที่จะบรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ (tangible) เพื่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมเหล่านั้นต่อไป และแสดงพฤติกรรมอย่างมีคุณภาพมากขึ้น อาจมีการให้รางวัลแก่ตนเอง เมื่อสามารถแสดงพฤติกรรมภายใต้กรอบของเป้าหมายได้ดี หรือลงโทษตนเองเมื่อละเลยพฤติกรรมใด ๆ ที่สำคัญ



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาพที่ 2.2 กระบวนการของการกำกับตนเอง

ที่มา: Bandura (1986 อ้างถึงใน สถาพร สู้สุข, 2554)

จากกระบวนการของการกำกับตนเองตามแนวคิดของ Bandura มีงานวิจัยที่นำกระบวนการดังกล่าวไปศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการด้านต่างๆ เช่น การทดลองใช้โปรแกรมการกำกับตนเองในการควบคุมพฤติกรรมการรับประทานอาหารของผู้ป่วยเบาหวานที่ประกอบไปด้วย 3 กระบวนการหลักคือ 1) กระบวนการสังเกตตนเอง โดยผู้วิจัยให้ความรู้เกี่ยวกับสิ่งที่ผู้ป่วยเบาหวานพึงปฏิบัติ แนะนำการตั้งเป้าหมายและการสังเกตข้อมูลทางคลินิกของตนเอง เช่น ระดับน้ำตาลในเลือด น้ำหนัก รอบเอว 2) กระบวนการตัดสิน โดยผู้วิจัยให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับข้อมูลทางคลินิกของผู้ป่วย เปรียบเทียบกับเป้าหมายของผู้ป่วย เพื่อให้ทราบถึงผลสำเร็จของตนเอง และ 3) กระบวนการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยการพูดให้กำลังใจ และให้ผู้ป่วยได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา และหาทางแก้

ร่วมกัน รวมถึงการแนะนำให้ผู้ป่วยให้รางวัลกับตนเอง เมื่อสามารถควบคุมเบาหวานได้ตามเป้าหมายที่ตนเองกำหนดไว้ (สุรีพร แสงสุวรรณ, 2554)

นอกจากนี้ยังมีการนำกระบวนการของการกำกับตนเองตามแนวคิดของ Bandura ไปศึกษา กับกระบวนการเรียนรู้ เช่น การพัฒนาตัวบ่งชี้คุณลักษณะการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียน โดยการประยุกต์ใช้โมเดลการวิเคราะห์ห้องประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง พบว่า กระบวนการกำกับตนเองในการเรียนประกอบไปด้วยองค์ประกอบ 3 ด้าน ได้แก่ 1) กระบวนการสังเกตตนเอง (self-observation) ตัวบ่งชี้คือ การจับตาดูผลการเรียนอย่างมีระเบียบ การจัดเวลาในการทำแบบฝึกหัด การปฏิบัติตนตามระเบียบของสถานศึกษา การตรวจทานงานอย่างละเอียด การตรงต่อเวลา 2) กระบวนการตัดสินใจ (judgment process) ตัวบ่งชี้คือ การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าในการเรียนรู้ การตัดสินใจอย่างเด็ดขาด การตัดสินใจอย่างมีหลักการเหตุผล และ 3) การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (self-reaction) ตัวบ่งชี้ คือ การให้รางวัลตนเอง การสะท้อนการปฏิบัติของ ตนเอง การปรับปรุงแก้ไขเมื่อทำงานผิด (ชัยวิชิต เขียรชนะ และคณะ, 2553) เช่นเดียวกับการศึกษา ผลของวิธีการกำกับการเรียนบนเว็บและวิธีสอนเสริมในการเรียนแบบผสมผสานที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและทักษะการกำกับตนเองในการเรียนของนักศึกษาปริญญาบัณฑิตที่ได้สรุป กระบวนการหรือองค์ประกอบของการกำกับตนเองในการเรียนตามแนวคิดของ Zimmerman เพื่อนำไปสร้างเครื่องมือวิจัยว่าประกอบด้วย 1) การสังเกตตนเอง ด้วยการตั้งเป้าหมายและการวางแผน กลยุทธ์ในการเรียนของตนเอง โดยการสังเกตตนเองนี้สามารถทำได้ด้วยการบันทึกด้วยตนเอง ผู้เรียน จะบันทึกเหตุการณ์ที่เกิดพฤติกรรมไปตามลักษณะต่างๆ เช่น เวลาที่เกิดพฤติกรรม สถานที่เกิด พฤติกรรม และช่วงระยะเวลาที่เกิดพฤติกรรม ซึ่งมีเกณฑ์ที่สำคัญ 2 อย่างคือ ความสม่ำเสมอ และความใกล้เคียงกับเหตุการณ์จริง ความสม่ำเสมอคือ พฤติกรรมการสังเกตมีความถี่ คงที่ ความใกล้เคียง คือมีการบันทึกพฤติกรรมทันทีที่เกิดเหตุการณ์ 2) การประเมินตนเอง โดยนำกลยุทธ์ ในการเรียนของตนเองที่วางแผนไว้ไปใช้และการตรวจสอบการใช้กลยุทธ์ของตนเอง ด้วยการเปรียบเทียบ ผลงานในปัจจุบันกับเป้าหมายของตนเอง มีผลมาจากมาตรฐานที่นำมาใช้ในการตัดสินตนเอง คุณสมบัติของเป้าหมาย ความสำคัญของการบรรลุเป้าหมาย และ 3) ขั้นตอนตอบสนองตนเอง คือการมีปฏิกิริยาต่อตนเองจากผลงานที่ได้รับการตัดสิน เช่น เมื่อทำการเปรียบเทียบผลงานของ ตนเองกับเป้าหมาย และมาตรฐานที่ตั้งไว้แล้ว ผู้เรียนอาจตอบสนองว่า ผลงานนี้ดีหรือไม่ดี ยอมรับได้ หรือยอมรับไม่ได้ (นุชจรี บุญเกต, 2554) สอดคล้องกับการพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของการกำกับตนเองด้านความมีวินัยของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโดยมีองค์ประกอบของการกำกับตนเอง ด้านความมีวินัย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การรับรู้พฤติกรรมความมีวินัยคือ การที่บุคคลรู้ว่าตนเอง แสดงพฤติกรรมตามกฎระเบียบ ข้อตกลงของโรงเรียน สังคมและครอบครัวอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ 2) การตัดสินพฤติกรรมความมีวินัยคือ การที่บุคคลให้คุณค่าความสำคัญกับความมีวินัยในโรงเรียน

สังคม ครอบครัว และตัดสินพฤติกรรมความมีวินัย โดยอาศัยมาตรฐานส่วนบุคคล ที่ได้จากการสั่งสอน การสังเกตตัวแบบ และการเปรียบเทียบกับกลุ่มอ้างอิงทางสังคม 3) การแสดงปฏิกิริยาต่อความมีวินัย คือ การที่บุคคลควบคุมพฤติกรรมของตนเอง ให้เป็นผู้มีวินัย โดยประเมินผลการกระทำด้านความมีวินัย ทั้งด้านบวกและด้านลบ (สถาพร สู่สุข, 2554) เช่นเดียวกับผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลพลประชานุกูล อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น ที่กล่าวว่าการกำกับตนเอง เป็นกระบวนการหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาทักษะ ด้านต่างๆ เนื่องจากเป็นกระบวนการที่มีระบบขั้นตอนที่ชัดเจน โดยโปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนมีกระบวนการที่สำคัญประกอบด้วย 1) กระบวนการสังเกตตนเอง 2) กระบวนการตัดสินตนเอง และ 3) กระบวนการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยบุคคลจะใช้มาตรฐาน ภายในของตน จูงใจให้ตนเองกระทำพฤติกรรมและประเมินปฏิกิริยาการกระทำด้วยตนเองโดย ทุกกระบวนการขึ้นอยู่กับตัวผู้ปฏิบัติเอง (ศิริลักษณ์ ศรีกันต์, 2552)

นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการกำกับตนเองในการฝึกฝน อย่างเช่นในการศึกษา เกี่ยวกับการสังเกตพฤติกรรมการกำกับตนเองในการฝึกฝนของนักเรียนในวงออคเคสตราที่ได้กล่าวถึง ประเด็นในการตรวจสอบพฤติกรรมการกำกับตนเองในการฝึกฝนการบรรเลงดนตรีว่ามี 3 ประเด็นคือ 1) วิธีการในการเลือกและประยุกต์ใช้กลยุทธ์ในการฝึกฝนของตนเอง และสังเกตกระบวนการฝึกฝน ของตนเอง 2) พฤติกรรมในการฝึกฝน โดยจะต้องมีความสามารถในการประเมินพฤติกรรมฝึกฝน ของตนเอง ตรวจสอบการฝึกฝนของตนเอง และตอบสนองต่อผลการฝึกฝนของตนเองได้ และ 3) การจัดการ เวลาสำหรับการฝึกฝน และใช้เวลาในการมุ่งมั่นจดจ่อกับการฝึกฝน (P. Miksza, Prichard, & Sorbo, 2012) ซึ่งทั้ง 3 ประเด็นของการตรวจสอบพฤติกรรมการกำกับตนเองในการฝึกฝนการบรรเลงดนตรี นั้นมีความสอดคล้อง กับกระบวนการการกำกับตนเองตามแนวคิดของ Bandura ดังนี้ที่กล่าวไว้ ข้างต้น เช่นเดียวกับการศึกษาวิธีการสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองให้กับนักดนตรีที่กล่าวว่า นักดนตรีจำเป็น มีการควบคุมพฤติกรรมของตนเองด้วยการปฏิบัติตามกระบวนการสำคัญ 6 กระบวนการคือ 1) กำหนดเป้าหมายของการฝึกฝน 2) เริ่มต้นด้วยการฝึกฝนทีละน้อย และคอยสังเกตตนเองอยู่เสมอ 3) กำหนดเงื่อนไขในการฝึกฝนของตนเอง 4) ให้รางวัลตนเอง เมื่อประเมินผลการฝึกฝนของตนเอง แล้วพบว่า เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ 5) ให้คนรอบข้างช่วยกระตุ้นการฝึกฝน และ 6) ปฏิบัติ อย่างต่อเนื่องไม่สิ้นสุด ซึ่งจากกระบวนการทั้ง 6 กระบวนการนี้มีสอดคล้องกับ 3 กระบวนการ การกำกับตนเอง แนวคิดของ Bandura โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกระบวนการที่ 2 และ 4 (Colletti, 2014)

จากการศึกษาแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการกำกับตนเอง สามารถสรุปเป็นองค์ประกอบ ของการกำกับตนเองตามแนวคิด ของ Bandura ในบริบทของการฝึกฝนทักษะ และให้นิยาม เชิงปฏิบัติการได้ดังนี้

การกำกับตนเองในการฝึกฝน คือการควบคุมการแสดงพฤติกรรมฝึกฝนเพิ่มเติม นอกเวลาเรียนของตนเอง ให้เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยเป็นการฝึกฝนที่มีคุณภาพ มีความสม่ำเสมอ และต่อเนื่อง ในทุกสภาพแวดล้อม ประกอบด้วย

1. การรับรู้พฤติกรรมฝึกฝน คือการที่นักเรียนกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝนวางแผน ตารางการฝึกฝนด้วยตนเอง และรู้ถึงความถูกต้อง สม่ำเสมอ และเคร่งครัดในการฝึกฝนของตนเอง ตามตารางเวลาที่กำหนดไว้

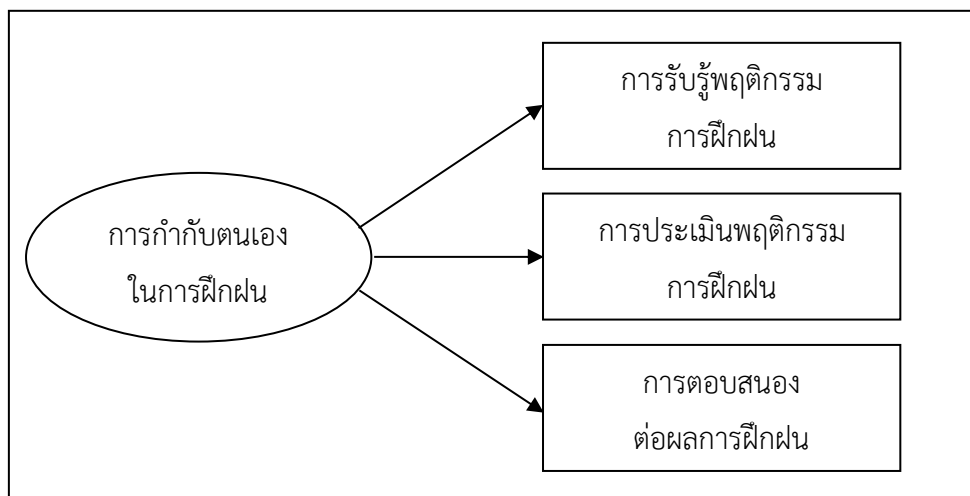
2. การประเมินพฤติกรรมฝึกฝน คือการสังเกตการลงมือฝึกฝนของตนเอง เปรียบเทียบกับ ตารางการฝึกฝนที่ตนเองวางไว้ และสังเกตพัฒนาการจากการฝึกฝน โดยนักเรียนประเมิน การเปลี่ยนแปลงระดับคุณภาพของการปฏิบัติ ด้วยการเปรียบเทียบกับระดับคุณภาพเดิมของตนเอง หรือเปรียบเทียบกับระดับคุณภาพของเพื่อนร่วมชั้น

3. การตอบสนองต่อผลการฝึกฝน คือการมีปฏิริยาต่อผลของการประเมินการฝึกฝนของ ตนเอง เพื่อเป็นแรงเสริมในการปรับปรุงพฤติกรรมฝึกฝน รักษาหรือพัฒนาระดับการฝึกฝนต่อไป แบ่งได้ 2 ลักษณะ

3.1 การให้รางวัลตนเอง เมื่อนักเรียนสามารถฝึกฝนได้ตามแผนที่ตนเองกำหนดไว้ หรือเมื่อมีพัฒนาการทางทักษะตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ อาจเป็นปัจจัยที่เป็นสิ่งจูงใจภายนอก เช่น การทำกิจกรรมที่ตนเองชอบ การพักผ่อน ของรางวัลที่เป็นวัตถุ หรืออาจเป็นปัจจัยที่เป็นสิ่งจูงใจ ภายใน เช่น การชื่นชมตนเอง การภาคภูมิใจในตนเอง

3.2 การลงโทษตนเอง เมื่อนักเรียนไม่ฝึกฝนทักษะได้ตามแผนที่ตนเองกำหนดไว้ หรือ เมื่อมีพัฒนาการทางทักษะต่ำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยการลงโทษนี้อาจไม่เป็นลักษณะของการ กระทำ แต่อาจเป็นการตำหนิตนเอง หรือทบทวนการละเลย หรือข้อบกพร่องของตนเอง

จากการสังเคราะห์องค์ประกอบของการกำกับตนเองในการฝึกฝน สามารถสรุปเป็นโมเดล องค์ประกอบการวัดการกำกับตนเองในการฝึกฝนได้ดังนี้



ภาพที่ 2.3 องค์ประกอบของการกำกับตนเองในการฝึกฝน

ตอน 3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์

3.1 ความหมายของนาฏศิลป์

นักวิชาการในวงการการศึกษา และวงการนาฏศิลป์ไทยได้ให้ความหมายของคำว่า นาฏศิลป์ไว้หลายประเด็น โดยกล่าวตรงกันว่า นาฏศิลป์เป็นศิลปะการฟ้อนรำที่มีลีลาท่าทางประณีตสวยงาม และมีแบบแผน (เต็มสิริ บุญสิงห์ และเจือ สตะเวทิน, 2526; ธนิต อยู่โพธิ์, 2531; สมถวิล วิเศษสมบัติ, 2525) บางท่านกล่าวว่านาฏศิลป์นั้นเกิดจากการประดิษฐ์สร้างสรรค์ของมนุษย์ โดยมีรากฐานมาจากธรรมชาติ (พาณี สีสวย, 2526; สมถวิล วิเศษสมบัติ, 2525; อาคม สายาคม, 2525; อภรณ์ มนตรีศาสตร์ & จาตุรงค์ มนตรีศาสตร์, 2517) เป็นการรำร่าที่จำเป็นจะต้องปฏิบัติควบคู่ไปกับการบรรเลงดนตรี และการขับร้อง (จินดา เครือหงส์, 2544; สุนนมาลย์ นิมนต์พันธ์, 2538; อาคม สายาคม, 2525) นอกจากนี้ยังมีการให้ความหมายของนาฏศิลป์ว่าเป็นวิชาหนึ่งในกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ ที่มุ่งเน้นการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ในหลายด้าน ทั้งทฤษฎีความรู้ การปฏิบัติทักษะ ความคิดสร้างสรรค์ ตลอดจนสุนทรียภาพ และการเห็นคุณค่าความสำคัญของศิลปวัฒนธรรม (ณัฐภรณ์ หลาวทอง, ม.ป.ป.)

จากข้อมูลดังกล่าวสามารถสรุปนิยามของนาฏศิลป์ได้เป็น 2 ลักษณะคือ

1. นิยามด้านศิลปะคือ นาฏศิลป์ เป็นศิลปะแขนงหนึ่งที่แสดงออกด้วยการเคลื่อนไหว ส่วนต่างๆของร่างกายทั้งศีรษะ ลำตัว แขน มือ ขา และเท้าอย่างสัมพันธ์กัน เป็นการฟ้อนรำในท่าทางที่ประณีต สวยงาม และมีแบบแผน ประกอบการขับร้อง และบรรเลงดนตรี เพื่อการสื่อสารความหมายและถ่ายทอดอารมณ์ ความรู้สึกและสะท้อนถึงวัฒนธรรม วิถีชีวิตของคนไทย

2. นิยามด้านการศึกษาคือ นาฏศิลป์เป็นวิชาหนึ่งในกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ มีสาระเกี่ยวกับการพอรำและการละครประเภทต่างๆ ในด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติ โดยเน้นการปฏิบัติ ทำรำให้สวยงาม และถูกต้องตามแบบแผน เพื่อพัฒนาศักยภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของนักเรียน

3.2 ลักษณะของนาฏศิลป์

นาฏศิลป์เป็นศิลปะที่มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวที่เกิดจากการสังสม รวบรวมจาก วัฒนธรรมประเพณี ค่านิยม และวิถีชีวิตของคนไทยหลายยุคหลายสมัย ถือเป็นสมบัติทางวัฒนธรรมที่มีคุณค่า (เต็มสิริ บุญสิงห์ และเจือ สตะเวทิน, 2526) มีองค์ประกอบที่สำคัญ (เรณู โกลสินานนท์, 2535; สมถวิล วิเศษสมบัติ, 2525) ได้แก่

1. ทำรำที่มีความอ่อนช้อยงดงาม ร่วมกับการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมกับบทบาท
2. มีการบรรเลงดนตรี อาจเป็นเพลงที่สื่อถึงอารมณ์ต่างๆตามบทบาทการแสดง
3. คำร้อง หรือเนื้อร้อง เป็นบทประพันธ์ประเภทต่างๆ โดยมากนิยมกลอนสุภาพ หรือกลอนแปด
4. การแต่งกาย ที่มีความเป็นเอกลักษณ์ ไม่เหมือนกับชาติใดๆ สามารถยืดหยุ่นตามขนาดตัวของนักแสดงได้ โดยใช้การตรึงด้วยด้าย แทนการเย็บแบบสำเร็จรูป

นาฏศิลป์ มีลักษณะเป็นการแสดงที่ถ่ายทอดด้วยการรำรำที่กรีดกราย สวยงาม อ่อนช้อย ใช้วชิระส่วนต่างๆอย่างสัมพันธ์กัน ทั้งนี้ มือ แขน หน้า ลำตัว ไหล่ ออก เอว สะโพก ขา และเท้าเป็นทำรำต่างๆ ซึ่งทำรำแต่ละท่านั้นจะมีจุดเริ่มต้น ดำเนินทำทางไปจนหมดทำหนึ่ง แล้วจึงเริ่มต้นทำใหม่ต่อเนื่องกันไปในหลายๆท่า เป็นการรำหรือการแสดงชุดหนึ่ง

จากข้อมูลข้างต้น สรุปได้ว่า นาฏศิลป์ไทยนั้น ไม่ได้มีแต่การรำรำ หรือการเคลื่อนไหวร่างกายที่มีแบบแผนเท่านั้น แต่จะต้องเป็นการรำรำ ที่เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายส่วนต่างๆอย่างสอดคล้องสัมพันธ์กันเป็นทำรำทำต่างๆอย่างเป็นลำดับ เพื่อสื่อความหมาย และอารมณ์ตามบทบาท และเรื่องราวที่แสดง โดยเคลื่อนไหวตามจังหวะและทำนองเพลงที่บรรเลง และอาจควบคู่ไปกับการขับร้อง ด้วยคำร้องที่ประพันธ์ขึ้นด้วยภาษาที่สละสลวย และมีการสวมเครื่องแต่งกายที่มีเอกลักษณ์ตามบทบาทของผู้แสดง

3.3 การจัดการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์

ในการจัดการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์มีโครงสร้างของวิชาที่ประกอบไปด้วยเนื้อหา และกิจกรรมหลัก 3 ส่วน คือ

1. กิจกรรมเน้นจังหวะ
2. กิจกรรมเน้นการฟังและการร้องเพลง
3. กิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย

ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ จำเป็นจะต้องจัดเนื้อหาและกิจกรรมให้ครบทั้ง 3 ส่วนข้างต้น ให้ความสำคัญสอดคล้องสัมพันธ์กัน เช่น ให้นักเรียนฟังเพลง พร้อมกับเคาะจังหวะประกอบ ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญที่ใช้ในการทำกิจกรรมส่วนต่อๆ ไปได้อย่างถูกต้อง จากนั้นให้นักเรียนได้ฝึกร้องเพลง และเคาะจังหวะควบคู่กัน สุดท้ายให้นักเรียนได้ปฏิบัติท่าทางประกอบเพลง การที่นักเรียนได้เคลื่อนไหวร่างกาย เป็นการตอบสนองความต้องการ และความสนใจพื้นฐานของนักเรียน ที่จะทำให้นักเรียนแสดงออกอย่างมีความสุข และช่วยให้เกิดพัฒนาการทางด้านร่างกายเป็นอย่างดี (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2551)

นอกจากนี้ ในการจัดการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์ ควรจัดให้มีการเรียนการสอนในลักษณะกระบวนการกลุ่มให้มากที่สุด ให้นักเรียนได้มีโอกาสร่วมกันทำกิจกรรม ร่วมกันคิด และช่วยเหลือเกื้อกูลกันในการฝึก และแก้ไขข้อบกพร่อง เป็นการฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น และได้พัฒนาคุณลักษณะต่างๆ โดยกิจกรรมนั้นจะเริ่มจาก ให้นักเรียนสังเกตแบบอย่าง หรือการสาธิตของครู เกี่ยวกับจังหวะ ท่าทาง และความสัมพันธ์ของการเคลื่อนไหวร่างกาย รวมไปถึงความพร้อมเพรียง เป็นการให้นักเรียนได้เห็น และศึกษาจากสิ่งที่ถูกต้อง แล้วจึงฝึกปฏิบัติตามรูปแบบที่กำหนดให้ จากนั้นให้นักเรียนได้ผ่านกระบวนการสนทนาอภิปรายร่วมกัน ศึกษากระบวนการปฏิบัติที่ถูกต้อง และปัญหาหรืออุปสรรคในการปฏิบัติ ร่วมกันเสนอแนะวิธีการแก้ไขปัญหา และปรับปรุงให้ดีขึ้น ทั้งนี้ในการทำกิจกรรมกลุ่มดังกล่าวควรมีการสลับสับเปลี่ยนสมาชิกของกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนอย่างทั่วถึง

ในการจัดการเรียนการสอนนาฏศิลป์ภาคปฏิบัติที่มุ่งพัฒนาทักษะของนักเรียนให้ปฏิบัติท่ารำได้อย่างถูกต้อง และสวยงาม ครูถือเป็นบุคคลสำคัญในการส่งเสริมการพัฒนาของผู้เรียน ด้วยการเลือกใช้วิธีสอนที่สร้างสุนทรียภาพแก่ผู้เรียน วิธีการสอนนาฏศิลป์สามารถจำแนกได้เป็น 2 ลักษณะ (มะลิวัลย์ ปัทมะ, 2551; อุษา สบฤกษ์, 2536) คือ

1. การสอนภาคทฤษฎี เป็นเนื้อหาความรู้เกี่ยวกับประวัติประเภทการแสดงนาฏศิลป์ ประวัติความเป็นมาของการแสดงชุดต่างๆ องค์ประกอบ และหลักวิธีการแสดง เช่น เครื่องดนตรี เครื่องแต่งกาย อุปกรณ์ประกอบการแสดง เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาที่สอดคล้องกับการแสดงที่จะเรียนในภาคปฏิบัติต่อไป ส่วนใหญ่ครูจะสอนด้วยวิธีการบรรยายและใช้สื่อต่างๆ ประกอบ เช่น รูปภาพ การใช้คำถามกระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นวิธีการสาธิต และการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง

2. การสอนภาคปฏิบัติ ใช้วิธีการสอนที่ปฏิบัติสืบทอดกันมา ดังนี้

- 2.1 วิธีสอนโดยให้เลียนแบบครูเป็นหลัก นักเรียนจะต้องสังเกต และจดจำวิธีการปฏิบัติที่ครูรำเป็นแบบอย่าง ไปพร้อมกับการปฏิบัติตามครู และฝึกปฏิบัติซ้ำจนจำได้อย่างแม่นยำ และสามารถปฏิบัติเองได้

2.2 วิธีสอนโดยอธิบายวิธีการปฏิบัติท่ารำในขณะที่ปฏิบัติให้นักเรียนดู โดยครูจะบอกท่ารำล่วงหน้าก่อนที่จะถึงจังหวะที่ปฏิบัติท่ารำนั้นๆ จนนักเรียนสามารถจำท่ารำได้ พร้อมทั้งมีการอธิบายนาฏยศัพท์ หรือคำที่ใช้เรียกเป็นชื่อเฉพาะของท่ารำไปด้วย

2.3 วิธีสอนโดยการจับท่ารำให้นักเรียน หลังจากทีครูต่อท่ารำ หรือสอนท่ารำให้นักเรียน ได้ฝึกปฏิบัติจนจำได้แม่นยำแล้ว ครูจะต้องจับท่ารำของนักเรียนให้อยู่ในตำแหน่ง และระดับที่ถูกต้อง สวยงาม จนนักเรียนสามารถปฏิบัติเองได้อย่างถูกต้องตามแบบแผน และสวยงาม ในขั้นตอนการจับท่ารำนี้ ถือเป็นขั้นตอนและวิธีการสอนที่สำคัญที่ช่วยพัฒนาให้นักเรียนมีทักษะการปฏิบัติท่ารำที่ดี อีกทั้งยังเป็นการแก้ไขข้อบกพร่องในการปฏิบัติท่ารำของนักเรียนอีกด้วย

จากข้อมูลข้างต้นกล่าวได้ว่า แม้ในการจัดการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์จะประกอบไปด้วย องค์ความรู้ที่เป็น ทฤษฎีความรู้ ทักษะการปฏิบัติ และเจตคติ หรือลักษณะนิสัย แต่โดยหัวใจหลักของ ธรรมชาติวิชานี้ จะมุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดการพัฒนาทางด้านทักษะเป็นส่วนใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นทักษะ การฟัง การร้อง การเคลื่อนไหวร่างกาย ควบคู่ไปกับการเข้าใจในจังหวะ และทำนองของบทเพลง โดยมีรูปแบบการถ่ายทอดความรู้จากครูไปสู่ นักเรียนที่แตกต่างกัน เช่น การฝึกปฏิบัติ โดยการเลียนแบบ การอธิบายวิธีการปฏิบัติ รวมไปถึงการที่ครูจับท่ารำให้แก่ นักเรียนเป็นรายบุคคล ทั้งนี้ เพื่อให้นักเรียนสามารถพัฒนาทักษะทางนาฏศิลป์ได้อย่างถูกต้องตามระเบียบแบบแผน ทางวัฒนธรรมประเพณีไทยที่สืบทอดกันมา

ตอน 4 กรอบแนวคิดเบื้องต้นของการวิจัย

การสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง นักเรียนถือเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญในการแสดงพฤติกรรม หรือสร้างลักษณะนิสัยฝึกฝนทักษะปฏิบัติด้วยตนเองด้วยวิธีการต่างๆ รวมถึงครูยังเป็นอีกบุคคลหนึ่ง ที่สำคัญในการส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรม การเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองได้เช่นกัน ซึ่งจากการศึกษาเอกสารพบว่ามีข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะต่างๆ เช่น ทักษะการพยาบาล ทักษะการเล่นกีฬา ทักษะทางทัศนศิลป์ โดยนักเรียนมีวิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองได้แก่ การสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง การตั้งเป้าหมายของการฝึกฝน การสร้างบรรยากาศกระตุ้นการฝึกฝน และการให้บุคคลรอบข้างไม่ว่าจะเป็นครอบครัว เพื่อน ครูได้มีส่วนร่วมในการกระตุ้นการฝึกฝน ส่วนครูมีวิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองคือ การเสริมแรง ซึ่งมีทั้งการเสริมแรงทางบวก เช่น การให้คะแนน การให้คำชม การสร้างแรงบันดาลใจจากบุคคลตัวอย่าง หรืออาจเป็นการเสริมแรงทางลบ เช่น การหักคะแนน การตำหนิ การเปรียบเทียบกับเพื่อนร่วมชั้น การให้ตัวกระตุ้น และการให้ผลสะท้อนกลับ (Dhaliwal, 2012; Jonides, 2008; Williamon & Valentine, 2000) ทั้งนี้ วิธีการของนักเรียนและครู

ในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยข้างต้นเป็นเพียงข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะอื่นๆเท่านั้น ส่วนข้อมูลเกี่ยวกับวิธีเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในทักษะนาฏศิลป์นั้นยังมีไม่มากนัก จึงแสดงวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองในการฝึกฝนทักษะอื่นๆ เป็นเพียงข้อมูลเบื้องต้นเท่านั้น เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพเกี่ยวกับวิธีเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในทักษะนาฏศิลป์ และกำหนดเป็นกรอบแนวคิดของการวิจัยในลำดับต่อไป

ทั้งนี้จากการศึกษาเอกสารยังพบว่าวิธีการของนักเรียนและครูที่เสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อมโดยมีการกำกับตนเองในการฝึกฝนเป็นตัวแปรส่งผ่าน เพื่อควบคุมให้ตนเองมีนิสัยฝึกฝนตนเอง โดยมีการฝึกฝนตามแบบแผน (Baumeister et al., 2006; Macknight, 2006; G. E. McPherson & McCormick, 1999; P. Miksza, 2006) ฝึกฝนตามแผนตารางที่ตนเองกำหนดไว้อย่างเคร่งครัด และฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ (Macknight, 2006; P. Miksza, 2006; P. Miksza, 2011; Neal et al., 2006; Weinberg, 2007)

จากการศึกษาเอกสารข้างต้นสามารถแสดงเป็นกรอบแนวคิดเบื้องต้นของการวิจัย โดยประกอบด้วยตัวแปรดังนี้

ตัวแปรผลคือ นิสัยฝึกฝนตนเอง วัดได้จากตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัวแปรคือ การฝึกฝนตามแบบแผน การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด และการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ

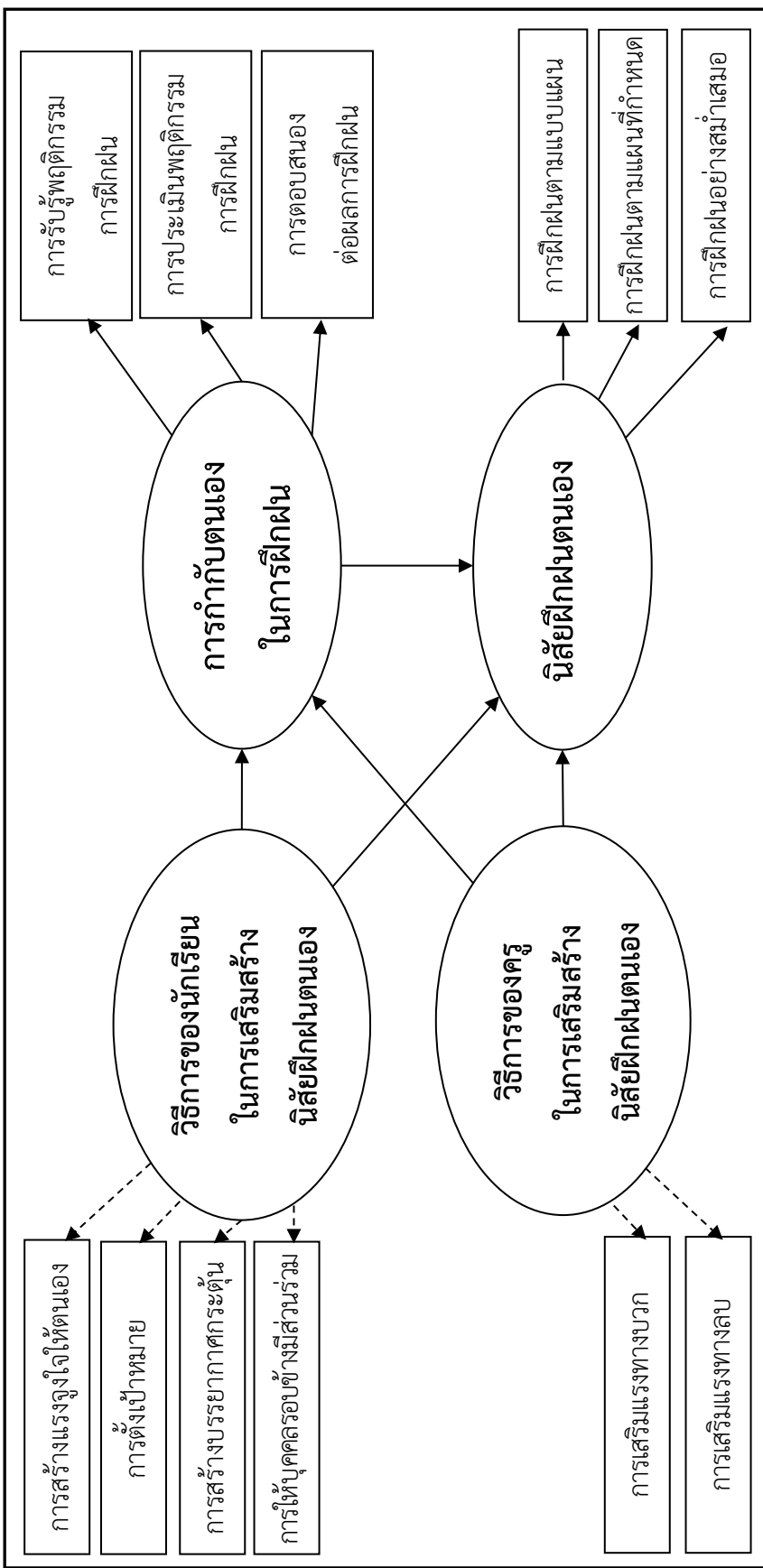
ตัวแปรสาเหตุประกอบด้วย ตัวแปรแฝง 3 ตัวแปรได้แก่

1. วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง มีองค์ประกอบในเบื้องต้นคือการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง การตั้งเป้าหมาย การสร้างบรรยากาศกระตุ้น และการให้บุคคลรอบข้างมีส่วนร่วม

2. วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน มีองค์ประกอบในเบื้องต้นคือการเสริมแรงทางบวก และการเสริมแรงทางลบ

3. การกำกับตนเองในการฝึกฝน ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้คือ การรับรู้พฤติกรรม การฝึกฝน การประเมินพฤติกรรมฝึกฝน และการตอบสนองต่อผลการฝึกฝน

โดยตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนคือ การกำกับตนเองในการฝึกฝน ส่วนตัวแปรที่มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนคือ วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน สามารถนำเสนอเป็นกรอบแนวคิดเบื้องต้นของการวิจัยในรูปแบบของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ดังแผนภาพที่ 2.4



ภาพที่ 2.4 กรอบแนวคิดเบื้องต้นของการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (mixed method) ประกอบด้วย การวิจัยเชิงคุณภาพ และการวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน 2) ศึกษาวิธีการที่ครูใช้ในการเสริมสร้างนิสัยการฝึกฝนตนเองของนักเรียน และ 3) วิเคราะห์อิทธิพลของวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนโดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน และเพื่อให้สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 และ 2 จึงต้องมีการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพในเบื้องต้นก่อน และนำผลที่ได้มาศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 จึงมีการดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 2 ขั้นตอนคือ ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ เป็นการศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ด้วยการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ จากการสัมภาษณ์นักเรียนและครู และวิเคราะห์เนื้อหาสรุปเป็นองค์ความรู้ ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณ เป็นการศึกษาอิทธิพลของวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ด้วยการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ โดยนำองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาเชิงคุณภาพมาสร้างเครื่องมือวัดไปเก็บข้อมูลกับตัวอย่างวิจัย และวิเคราะห์เชิงปริมาณ เพื่อตอบคำถามวิจัยต่อไป ประชากรของการวิจัยคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สาขาโขนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ปีการศึกษา 2558 จำนวน 874 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 1 มิถุนายน 2558 จากฝ่ายทะเบียน วิทยาลัยนาฏศิลป์) มีรายละเอียดและขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ

ในการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ มุ่งศึกษาตัวแปรสำคัญจำนวน 2 ตัวคือ

1. วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง คือ กลยุทธ์ที่นักเรียนใช้ในการส่งเสริมและกระตุ้นให้ตนเองมีพฤติกรรมฝึกฝนทักษะต่างๆ อย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตร
2. วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน คือ กลยุทธ์ที่ครูใช้ในการส่งเสริม และกระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมฝึกฝนทักษะต่างๆ อย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตร

โดยศึกษาตัวแปรดังกล่าวในบริบทของการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ เนื่องจากเป็นวิชาที่มีความเป็นเอกลักษณ์ของชาติ และมีคุณค่าทางวัฒนธรรมที่นักเรียนในประเทศไทยควรให้ความสำคัญกับการเรียนวิชานาฏศิลป์และฝึกฝนทักษะอย่างถูกต้องตามแบบแผน นอกจากนี้ยังเป็นวิชาที่พบปัญหาในการจัดการเรียนการสอน และการพัฒนาทักษะของนักเรียนให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของการเรียน (มณีนสา วศินารมณ, 2553; วิจิต สุรัตน์เรืองชัย และวิวัฒน์ เพชรศรี, 2551)

1.1 กรณีศึกษา

ในการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพใช้กรณีศึกษาจำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ 1 กรณีศึกษาในการศึกษาวิธีการของนักเรียนในเสริมสร้างการฝึกฝนตนเอง เป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมการฝึกฝนทักษะปฏิบัติจากบทเรียนเพิ่มเติมนอกเวลา และได้รับการยอมรับจากครูประจำวิชาเอกกว่า เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการฝึกฝนนอกเวลาอยู่เสมอ ระดับชั้นละ 3 คน จาก 6 ระดับชั้น รวมจำนวน 18 คน โดยสอบถามรายชื่อนักเรียนจากครูประจำวิชาเอกแต่ละระดับชั้น ระดับชั้นละ 3 - 4 คน และใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง พิจารณาจากความถี่ของรายชื่อที่อาจารย์เสนอ

กลุ่มที่ 2 กรณีศึกษาในการศึกษาวิธีการของครูในเสริมสร้างการฝึกฝนตนเอง เป็นครูประจำวิชาเอก สาขาวิชาและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 10 คน โดยมีเกณฑ์ในการเลือกคือ

- 1) มีประสบการณ์ในการสอนวิชานาฏศิลป์ในวิทยาลัยนาฏศิลป์มากกว่า 20 ปี
- 2) มีตำแหน่งทางวิชาการ
- 3) เป็นที่รู้จักและยอมรับในวงการการสอนนาฏศิลป์

1.2 เครื่องมือวิจัย

ในการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพเป็นการเก็บข้อมูลด้วยตัวผู้วิจัยเอง โดยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสัมภาษณ์ เป็นแบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง มีการเตรียมประเด็นคำถามจำนวน 2 ชุด คือ

ชุดที่ 1 ใช้เก็บข้อมูลกับกรณีศึกษากลุ่มที่ 1 (นักเรียน) มีประเด็นคำถามเกี่ยวกับรูปแบบการฝึกฝน (ความถี่ ระยะเวลาที่ใช้ความต่อเนื่อง) ปัจจัยที่กระตุ้นให้มีพฤติกรรมการฝึกฝนด้วยตนเอง (ตนเอง บุคคลอื่น) และวิธีการกำหนดให้ตนเองฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ

ชุดที่ 2 ใช้เก็บข้อมูลกับกรณีศึกษากลุ่มที่ 2 (ครู) มีประเด็นคำถามเกี่ยวกับรูปแบบวิธีการสอน พฤติกรรมหรือวิธีการที่คิดว่าเป็นการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองให้นักเรียนฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ

แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ มีขั้นตอนในการสร้าง และการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

1. ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1.1 ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับลักษณะนิสัยฝึกฝนตนเอง และกระบวนการสร้างลักษณะนิสัย

1.2 วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะนิสัยฝึกฝนตนเอง และกำหนดประเด็นคำถาม

ที่เหมาะสมกับบริบทของกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

2. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของภาษา และความตรงเชิงเนื้อหาของประเด็นคำถาม

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการสัมภาษณ์ด้วยตนเอง โดยเริ่มเก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 9 – 27 กุมภาพันธ์ 2558 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2557

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ วิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์กรณีศึกษาทั้งนักเรียน และครูด้วยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) เพื่อให้ได้ประเด็นเกี่ยวกับวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ตามวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 และ 2

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณ

จากการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้ประเด็นเกี่ยวกับวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ผู้วิจัยได้นำองค์ความรู้ดังกล่าวเป็นข้อมูลในการสร้างเครื่องมือวัดสำหรับนำไปเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ โดยในการศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณ มุ่งศึกษาตัวแปรสำคัญจำนวน 4 ตัวคือ

1) วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง คือ กลยุทธ์ที่นักเรียนใช้ในการส่งเสริม และกระตุ้นให้ตนเองมีพฤติกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตร ที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์กรณีศึกษากลุ่มที่ 1 (นักเรียน)

2) วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน คือ กลยุทธ์ที่ครูปฏิบัติต่อนักเรียน เพื่อส่งเสริม และกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมซ้ำตามบทเรียนเพิ่มเติมนอกเวลาอย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตรด้วยตนเองตามการรับรู้ของนักเรียน ที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์กรณีศึกษากลุ่มที่ 2 (ครู)

3) การกำกับตนเองในการฝึกฝน คือ คุณลักษณะที่นักเรียนสามารถควบคุมตนเองให้แสดงพฤติกรรมใด ๆ อย่างเคร่งครัด โดยวัดจาก

- 3.1) การรับรู้พฤติกรรมฝึกฝน
- 3.2) การประเมินพฤติกรรมฝึกฝน
- 3.3) การตอบสนองต่อผลการฝึกฝน

4) นิสัยฝึกฝนตนเอง คือ คุณลักษณะของนักเรียนในการทบทวนการปฏิบัติทักษะเพิ่มเติม นอกเวลาเรียนด้วยตนเอง โดยวัดจาก

- 4.1) การฝึกฝนตามแบบแผน
- 4.2) การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด
- 4.3) การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ

2.1 ตัวอย่างวิจัย

ในการศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณใช้ตัวอย่างวิจัยในการศึกษาอิทธิพลของวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สาขาโขนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ภาคต้น ปีการศึกษา 2558 ถือเป็นตัวอย่างวิจัยกลุ่มที่ 3 ของงานวิจัยนี้ โดยกำหนดตัวอย่างการวิจัยตามแนวคิดของ Hair et al. (1998 อ้างถึงใน นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542) ที่กำหนดให้มีตัวอย่าง 10-20 คน ต่อ 1 พารามิเตอร์ที่ต้องประมาณค่า 1 ค่า ในการวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดขนาดของตัวอย่าง 20 คน ต่อ 1 พารามิเตอร์ และจากผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากการสัมภาษณ์กรณีศึกษา กลุ่มที่ 1 และ 2 มีตัวแปรสังเกตได้ 15 ตัวแปร ตัวแปรแฝง 4 ตัว และมีพารามิเตอร์ที่ต้องประมาณค่าประมาณ 37 ค่า ดังนั้น ตัวอย่างที่เหมาะสมควรมีอย่างน้อย 740 คน ผู้วิจัยจึงเพิ่มตัวอย่างเพื่อชดเชยอัตราการตอบกลับของแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยทำการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นตามระดับชั้นของนักเรียนทั้งหมด 6 ระดับชั้นคือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 6 ระดับชั้นละ 140 คน รวมจำนวน 840 คน ดังตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 จำนวนตัวอย่างวิจัยจำแนกตามระดับชั้น

ระดับชั้น	จำนวน
มัธยมศึกษาปีที่ 1	140
มัธยมศึกษาปีที่ 2	140
มัธยมศึกษาปีที่ 3	140
มัธยมศึกษาปีที่ 4	140
มัธยมศึกษาปีที่ 5	140
มัธยมศึกษาปีที่ 6	140
รวม	840

2.2 เครื่องมือวิจัย

ในการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณเป็นการเก็บข้อมูลด้วยการส่งไปรษณีย์ โดยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถาม โดยนำข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนจากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนและครูมาสร้างเป็นข้อคำถาม เพื่อเก็บข้อมูลกับตัวอย่างวิจัยกลุ่มที่ 3 โดยข้อคำถามมีเนื้อหาแบ่งเป็น 4 ตอนคือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วยแบบสำรวจรายการ (checklist) เกี่ยวกับภูมิหลังของผู้ตอบแบบสอบถาม (เพศ ระดับชั้น ระดับผลการเรียนในวิชาเอกโขน-ละคร)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับพฤติกรรมกาฝึกฝน (ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกฝนแต่ละครั้ง ความถี่ในการฝึกฝน และช่วงเวลาในการฝึกฝน) และแบบประเมินความพอใจของการปฏิบัติของตนเอง เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ (rating scale)

ตอนที่ 3 แบบวัดวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง การกำกับตนเองในการฝึกฝน และนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ (rating scale) โดยแต่ละระดับมีความหมาย ดังนี้

- | | | | |
|---|---------|--|----------|
| 1 | หมายถึง | ไม่เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับน้อยมาก | (0-20) |
| 2 | หมายถึง | เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับน้อย | (21-40) |
| 3 | หมายถึง | เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับปานกลาง | (41-60) |
| 4 | หมายถึง | เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับมาก | (61-80) |
| 5 | หมายถึง | เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับมากที่สุด | (81-100) |

ตอนที่ 4 แบบวัดวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนตามการรับรู้ของนักเรียน เป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ (rating scale) โดยแต่ละระดับมีความหมาย ดังนี้

- | | | | |
|---|---------|---|----------|
| 1 | หมายถึง | นักเรียนไม่เคยรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครู | (0-20) |
| 2 | หมายถึง | นักเรียนรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครูในระดับน้อย | (21-40) |
| 3 | หมายถึง | นักเรียนรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครูในระดับปานกลาง | (41-60) |
| 4 | หมายถึง | นักเรียนรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครูในระดับมาก | (61-80) |
| 5 | หมายถึง | นักเรียนรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครูในระดับมากที่สุด | (81-100) |

แบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ มีขั้นตอนในการสร้าง และการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

1. ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1.1 ศึกษาผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนที่ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียน และครู และวิเคราะห์เอกสารเกี่ยวกับการกำกับตนเอง และลักษณะนิสัยฝึกฝนตนเอง เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดของการวิจัย โครงสร้างของตัวแปรที่ต้องการวัด เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

1.2 กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปร “วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง” และ “วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน” ที่ได้จากการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ (รายละเอียดนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรในบทที่ 4)

1.3 สร้างข้อคำถามจากองค์ประกอบที่วิเคราะห์ได้ตามโครงสร้างของแบบสอบถาม และกำหนดความหมายการให้คะแนนแต่ละระดับของแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ (rating scale) ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความครอบคลุมของข้อคำถาม ปริมาณของข้อคำถามที่เหมาะสม ความชัดเจนของภาษา และรูปแบบของแบบสอบถาม และปรับแก้ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ตารางที่ 3.2 โครงสร้างของตัวแปรที่ต้องการวัดและจำนวนข้อในแบบสอบถาม

ประเด็นหลัก	ประเด็นย่อย	ข้อที่	จำนวนข้อ
วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง	1.การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม	1-5	5
	2.การเปรียบเทียบกับเพื่อน	6-10	5
	3.การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม	11-15	5
วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน	1.การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม	46-50	5
	2.การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม	51-55	5
	3.การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน	56-60	5
	4.การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม	61-65	5
	5. การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม	66-71	6
	6. การเสริมแรง	71-76	5
การกำกับตนเองของนักเรียน	1. การรับรู้พฤติกรรมฝึกฝน	16-20	5
	2. การประเมินพฤติกรรมฝึกฝน	21-25	5
	3. การตอบสนองต่อผลการฝึกฝน	26-30	5

ตารางที่ 3.2 โครงสร้างของตัวแปรที่ต้องการวัดและจำนวนข้อในแบบสอบถาม (ต่อ)

ประเด็นหลัก	ประเด็นย่อย	ข้อที่	จำนวนข้อ
นิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน	1. การฝึกฝนตามแบบแผน	31-35	5
	2. การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด	36-40	5
	3. การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ	41-45	5
รวมทั้งหมด			76

2. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

2.1 การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของตัวแปรที่มุ่งวัด ครอบคลุมของข้อคำถามและความถูกต้องเหมาะสมของภาษา ด้วยการตรวจสอบค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามของตัวแปรที่ต้องการวัด (Item objective congruence : IOC) ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญด้านวิจัยและวัดประเมินผลการศึกษา จำนวน 2 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านการสอนวิชานาฏศิลป์ (มีประสบการณ์การสอนนาฏศิลป์ระดับมัธยมศึกษามากกว่า 10 ปี) จำนวน 3 ท่าน ปรับแก้ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ ในการพิจารณาปรับปรุงข้อคำถามที่มีค่า IOC น้อยกว่า 0.5 (ตารางในภาคผนวก) และคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปมาใช้

2.2 การตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนที่ไม่ใช่ตัวอย่างวิจัย จำนวน 30 คน นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป ได้ผลว่าแบบสอบถามมีค่าความเที่ยงจำแนกตามตัวแปรแฝงอยู่ระหว่าง .854 - .894 อยู่ในระดับดีมาก และมีค่าความเที่ยงจำแนกตามตัวแปรสังเกตได้อยู่ระหว่าง .581 - .843 อยู่ในระดับดีและดีมาก ดังตารางที่ 3.3

ตารางที่ 3.3 ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสอบถาม

ตัวแปรที่วัด	ค่าความเที่ยง
วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง	.894
การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม	.843
การเปรียบเทียบกับเพื่อน	.840
การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม	.630

ตารางที่ 3.3 ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสอบถาม (ต่อ)

ตัวแปรที่วัด	ค่าความเที่ยง
วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน	.880
การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม	.728
การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม	.671
การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน	.656
การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม	.743
การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม	.581
การเสริมแรง	.706
การกำกับตนเองของนักเรียน	.862
การรับรู้พฤติกรรมการฝึกฝน	.729
การประเมินพฤติกรรมการฝึกฝน	.692
การตอบสนองต่อผลการฝึกฝน	.724
นิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน	.854
การฝึกฝนตามแบบแผน	.801
การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด	.637
การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ	.641

2.3 การตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) ของเครื่องมือในการวัดตัวแปรแฝงที่ใช้ในการศึกษาเชิงปริมาณ หรือการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัด หรือความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง และตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวบ่งชี้ของตัวแปรนั้นๆ โดยนำผลที่ได้จากการทดลองใช้แบบสอบถาม มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม LISREL ได้ผลความตรงเชิงโครงสร้าง จำแนกตามตัวแปรแฝงที่มุ่งวัด ทั้ง 4 ตัวแปรคือ วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน การกำกับตนเองของนักเรียน และนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ดังนี้

1) การตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า ตัวแปรบ่งชี้วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองทุกตัวมีความสัมพันธ์กัน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ตั้งแต่ .549 - .637 โดยการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม และการให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม มีความสัมพันธ์กันมากที่สุด มีค่าเท่ากับ .637 รองลงมาคือ การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม และการเปรียบเทียบกับเพื่อน มีค่าเท่ากับ .636 เมื่อพิจารณาค่าสถิติ Bartlett's Test of Sphericity เพื่อทดสอบสมมติฐานความเป็นเมทริกซ์เอกลักษณ์ (identity matrix) มีค่าสถิติเท่ากับ 29.869 ($p < .000$) แสดงว่าเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแตกต่างจากเมทริกซ์สหสัมพันธ์เอกลักษณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีไชเกอร์-ไมเยอร์-ออลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin : KMO) มีค่าเท่ากับ .709 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 1 แสดงให้เห็นว่าตัวแปรสังเกตได้ ที่เป็นตัวบ่งชี้ของวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองมีความสัมพันธ์กันมาก และมีความเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์องค์ประกอบต่อไป ดังตารางที่ 3.4

ตารางที่ 3.4 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันของ ตัวแปรสังเกตได้ของวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง

ตัวแปร	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST
STARGET	1		
SCOMPARE	.636**	1	
SREQUEST	.637**	.549**	1
Mean	4.273	3.753	4.513
SD	0.661	0.746	0.445
Bartlett's Test of Sphericity = 29.869 df = 3 p = .000			
KMO = .709			

หมายเหตุ ** $p < .01$

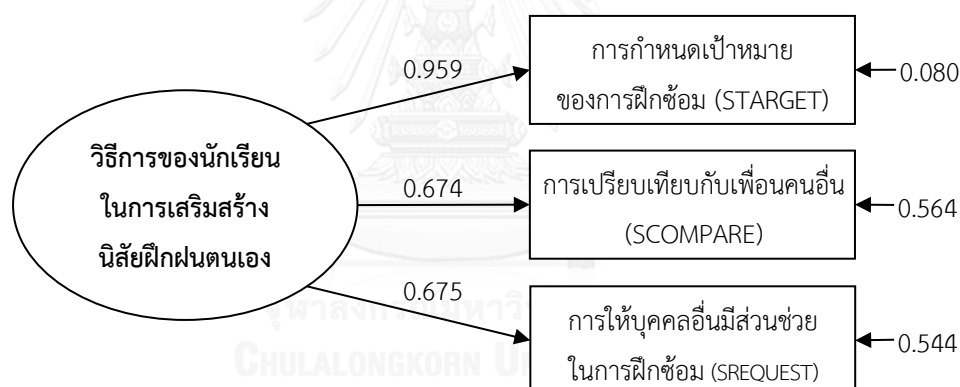
สำหรับผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัย ฝึกฝนตนเองพบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจาก ค่าไค-สแควร์ (Chi-square) มีค่าเท่ากับ 1.024 ซึ่งมีความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.315 ที่องศาอิสระ เท่ากับ 1 ($df = 1$) ซึ่งค่าไค-สแควร์แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ยอมรับ สมมติฐานหลักที่ว่า โมเดลการวัดมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจาก ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.978 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว

(AGFI) เท่ากับ 0.868 ค่าดัชนีกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR) เท่ากับ 0.013 ดังตารางที่ 3.5 และแผนภาพที่ 3.1

ตารางที่ 3.5 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง

ตัวแปร	น้ำหนักองค์ประกอบ		t	R ²	สปส.คะแนน องค์ประกอบ
	b(SE)	B			
STARGET	0.633(0.087)	0.959	7.246***	0.920	0.633
SCOMPARE	0.503(0.121)	0.674	4.150***	0.454	0.503
SREQUEST	0.300(0.072)	0.675	4.158***	0.456	0.300
Chi-square = 1.024		df = 1	p = 0.315		
GFI = 0.978		AGFI = 0.868	RMR = 0.013		

หมายเหตุ *** p < .001



ภาพที่ 3.1 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง

2) การตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สันพบว่าตัวแปรบ่งชี้วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ตั้งแต่ .144 - .670 โดยมีตัวแปรบ่งชี้ที่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจำนวน 9 คู่ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

ตั้งแต่ .414 - .670 โดยการหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม และการเสริมแรงมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด มีค่าเท่ากับ .670 รองลงมาคือการทำให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม และการสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน มีค่าเท่ากับ .649 เมื่อพิจารณาค่าสถิติ Bartlett's Test of Sphericity เพื่อทดสอบสมมุติฐานความเป็นเมทริกซ์เอกลักษณ์ (identity matrix) มีค่าสถิติเท่ากับ 63.876 ($p < .000$) แสดงว่าเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแตกต่างจากเมทริกซ์สหสัมพันธ์เอกลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีไคเกอร์-ไมเยอร์-ออลคิน (Kaiser-Mayer-Olkin : KMO) มีค่าเท่ากับ .705 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 1 แสดงให้เห็นว่าตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวบ่งชี้ของวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนมีความสัมพันธ์กันมาก และมีความเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์โมเดลรีสเรลต่อไป ดังตารางที่ 3.6

ตารางที่ 3.6 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันขององค์ประกอบวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน

ตัวแปร	TSUPPORT	TTARGET	TATTITUDE	TTEACH	TTOOL	TREIN
TSUPPORT	1					
TTARGET	.414*	1				
TATTITUDE	.649**	.354	1			
TTEACH	.144	.487**	.224	1		
TTOOL	.416*	.574**	.227	.552**	1	
TREIN	.481**	.420*	.229	.301	.670**	1
Mean	4.180	4.220	4.360	3.820	4.010	4.200
SD	0.586	0.537	0.491	0.659	0.496	0.563
Bartlett's Test of Sphericity = 63.876 df = 15 p = .000						
KMO = .705						

หมายเหตุ * $p < .05$ และ ** $p < .01$

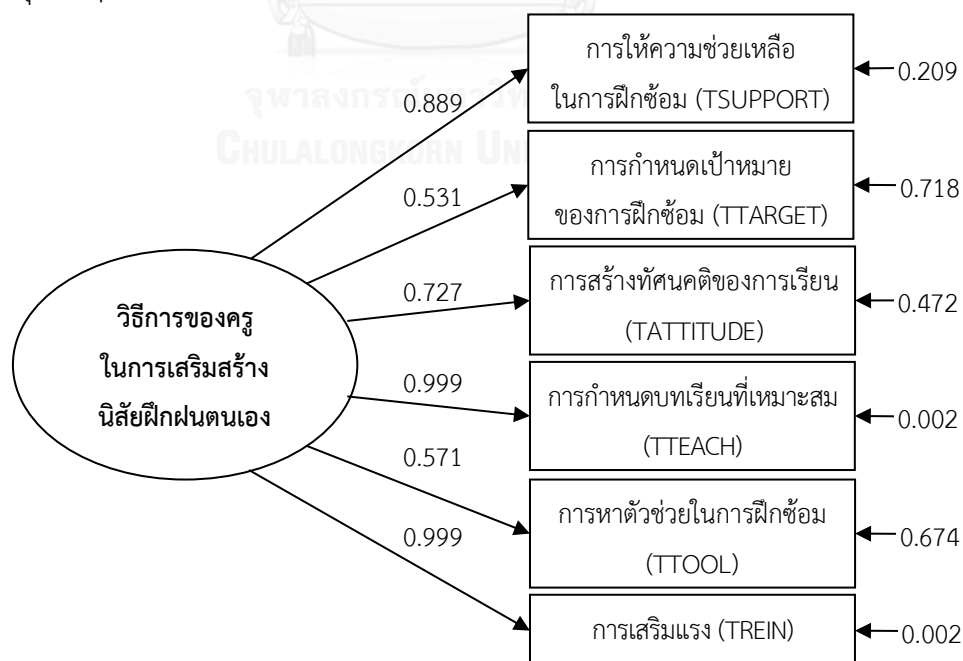
สำหรับผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนพบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ (Chi-square) มีค่าเท่ากับ 3.246 ซึ่งมีความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.355 ที่องศาอิสระเท่ากับ 3 ($df = 3$) ซึ่งค่าไค-สแควร์แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ยอมรับสมมุติฐานหลักที่ว่า โมเดลการวัดมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจาก

ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.965 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.757 ค่าดัชนีกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR) เท่ากับ 0.020 ดังตารางที่ 3.7 และแผนภาพที่ 3.2

ตารางที่ 3.7 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน

ตัวแปร	น้ำหนักองค์ประกอบ		t	R^2	สปส.คะแนน องค์ประกอบ
	b(SE)	B			
TSUPPORT	0.528(0.104)	0.889	5.071***	0.791	0.528
TTARGET	0.289(0.095)	0.531	3.035***	0.282	0.289
TATTITUDE	0.364(0.088)	0.727	4.132***	0.528	0.364
TTEACH	0.667(0.082)	0.999	8.134***	0.998	0.667
TTOOL	0.283(0.069)	0.571	4.106***	0.326	0.283
TREIN	0.548(0.067)	0.999	8.130***	0.998	0.548
Chi-square = 3.246		df = 3	p = 0.355		
GFI = 0.965		AGFI = 0.757	RMR = 0.020		

หมายเหตุ *** $p < .001$



ภาพที่ 3.2 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน

3) การตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดการกำกับตนเองในการฝึกฝน

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สันพบว่า ตัวแปรบ่งชี้การกำกับตนเองในการฝึกฝนทุกตัวมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ตั้งแต่ .485 - .662 โดยการรับรู้พฤติกรรมกรรมการฝึกฝนและการประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกฝนมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด มีค่าเท่ากับ .662 รองลงมาคือการประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกฝน และการตอบสนองต่อผลการฝึกฝนมีค่าเท่ากับ .637 เมื่อพิจารณาค่าสถิติ Bartlett's Test of Sphericity เพื่อทดสอบสมมติฐานความเป็นเมทริกซ์เอกลักษณ์ (identity matrix) มีค่าสถิติเท่ากับ 30.127 ($p < .000$) แสดงว่าเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแตกต่างจากเมทริกซ์สหสัมพันธ์เอกลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีไคเอร์-ไมเยอร์-ออลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin : KMO) มีค่าเท่ากับ .675 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 1 แสดงให้เห็นว่าตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวบ่งชี้ของการกำกับตนเองในการฝึกฝนมีความสัมพันธ์กันมาก และมีความเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์โมเดลรีสเรลต่อไป ดังตารางที่ 3.8

ตารางที่ 3.8 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันขององค์ประกอบการกำกับตนเองในการฝึกฝน

ตัวแปร	OBSERV	JUDGE	REAC
OBSERV	1		
JUDGE	.662**	1	
REAC	.485**	.637**	1
Mean	4.093	4.106	4.013
SD	0.535	0.548	0.596
Bartlett's Test of Sphericity = 30.127 df = 3 p = .000			
KMO = .675			

หมายเหตุ ** $p < .01$

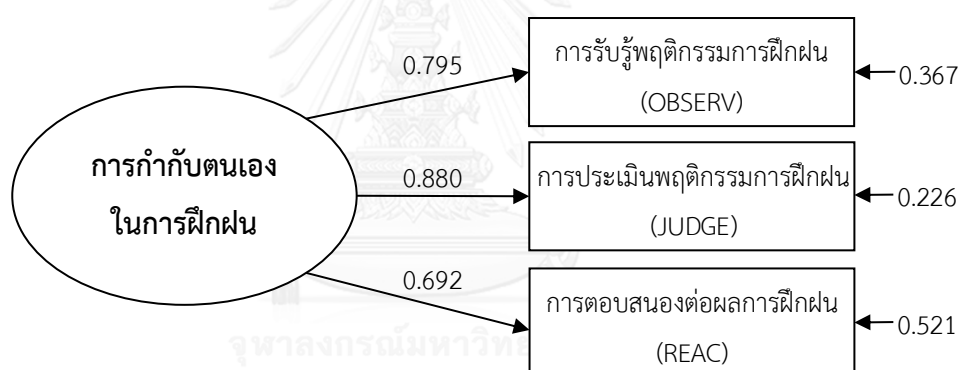
สำหรับผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดการกำกับตนเองในการฝึกฝนพบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ (Chi-square) มีค่าเท่ากับ 1.001 ซึ่งมีความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.317 ที่องศาอิสระเท่ากับ 1 ($df = 1$) ซึ่งค่าไค-สแควร์แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ยอมรับสมมติฐานหลักที่ว่า โมเดลการวัดมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าดัชนีวัดระดับ

ความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.978 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.866 ค่าดัชนีกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR) เท่ากับ 0.010 ดังตารางที่ 3.9 และแผนภาพที่ 3.3

ตารางที่ 3.9 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดการกำกับตนเอง

ตัวแปร	น้ำหนักองค์ประกอบ		t	R ²	สปส.คะแนน องค์ประกอบ
	b(SE)	B			
OBSERV	0.413(0.081)	0.795	5.115***	0.633	0.591
JUDGE	0.482(0.086)	0.880	5.605***	0.774	1.005
REAC	0.413(0.101)	0.692	4.080***	0.479	0.316
Chi-square = 1.001		df = 1	p = 0.317		
GFI = 0.978		AGFI = 0.866	RMR = 0.010		

หมายเหตุ *** p < .001



ภาพที่ 3.3 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดการกำกับตนเอง

4) การตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดนิสัยฝึกฝนตนเอง

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า ตัวแปรบ่งชี้นิสัยฝึกฝนตนเองส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ตั้งแต่ .449 - .730 โดยการฝึกฝนตามแบบแผน และการฝึกฝนตามแผนที่กำหนดมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด มีค่าเท่ากับ .730 รองลงมาคือการฝึกฝนตามแบบแผน และการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอมีค่าเท่ากับ .557 เมื่อพิจารณาค่าสถิติ Bartlett's Test of Sphericity เพื่อทดสอบสมมุติฐานความเป็นเมทริกซ์เอกลักษณ์ (identity matrix) มีค่าสถิติเท่ากับ 30.907 (p<.000) แสดงว่าเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแตกต่างจากเมทริกซ์สหสัมพันธ์เอกลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีไชเกอร์-ไมเยอร์-ออลคิล

(Kaiser-Mayer-Olkin : KMO) มีค่าเท่ากับ .649 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 1 แสดงให้เห็นว่าตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวบ่งชี้ของนิสสัยฝึกฝนตนเองมีความสัมพันธ์กันมาก และมีความเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์โมเดลรีเกรสชั่นต่อไป ดังตารางที่ 3.10

ตารางที่ 3.10 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันขององค์ประกอบนิสสัยฝึกฝนตนเอง

ตัวแปร	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
THEOR	1		
SCHEDULE	.730**	1	
ROUTINE	.557**	.449*	1
Mean	4.227	3.760	4.160
SD	0.591	0.562	0.485
Bartlett's Test of Sphericity = 30.907 df = 3 p = .000			
KMO = .649			

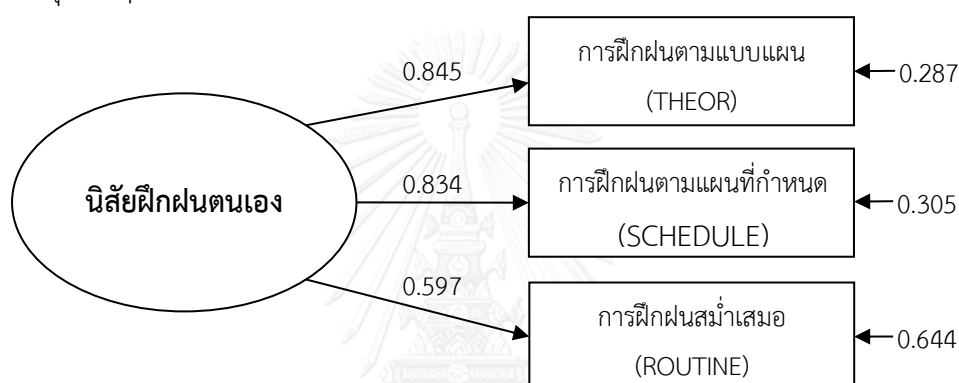
หมายเหตุ * $p < .05$ และ ** $p < .01$

สำหรับผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดนิสสัยฝึกฝนตนเองพบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ (Chi-square) มีค่าเท่ากับ 1.024 ซึ่งมีความน่าจะเป็นเท่ากับ 0.311 ที่องศาอิสระเท่ากับ 1 ($df = 1$) ซึ่งค่าไค-สแควร์แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ยอมรับสมมุติฐานหลักที่ว่า โมเดลการวัดมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.979 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.872 ค่าดัชนีกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR) เท่ากับ 0.009 ดังตารางที่ 3.11 และแผนภาพที่ 3.4

ตารางที่ 3.11 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดนิสัยฝึกฝนตนเอง

ตัวแปร	น้ำหนักองค์ประกอบ		t	R ²	สปส.คะแนน องค์ประกอบ
	b(SE)	B			
THEOR	0.506(0.090)	0.845	5.658***	0.713	0.777
SCHEDULE	0.469(0.090)	0.834	5.221***	0.695	0.770
ROUTINE	0.289(0.086)	0.597	3.375***	0.356	0.302
Chi-square = 1.024		df = 1	p = 0.311		
GFI = 0.979		AGFI = 0.872	RMR = 0.009		

หมายเหตุ *** p < .001



ภาพที่ 3.4 ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดนิสัยฝึกฝนตนเอง

จากการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างของโมเดลการวัดวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน การกำกับตนเองในการฝึกฝน และนิสัยฝึกฝนตนเอง พบว่าทุกโมเดลการวัดมีความมีความตรงเชิงโครงสร้าง หรือมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้วิธีการส่งแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยเริ่มเก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 5 - 12 มิถุนายน 2558 รวมระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลจำนวน 8 วัน ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาจำนวน 769 ชุด จากจำนวนที่ส่งไปทั้งหมด 840 ชุด คิดเป็นร้อยละ 91.55

ตารางที่ 3.12 จำนวนแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืน จำแนกตามระดับชั้น

ระดับชั้น	จำนวน
มัธยมศึกษาปีที่ 1	172
มัธยมศึกษาปีที่ 2	151
มัธยมศึกษาปีที่ 3	133
มัธยมศึกษาปีที่ 4	106
มัธยมศึกษาปีที่ 5	102
มัธยมศึกษาปีที่ 6	105
รวม	769

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 วิเคราะห์ค่าสถิติบรรยายด้วยการหาค่าความถี่ และร้อยละของตัวอย่างวิจัย จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ ระดับพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียน จำแนกตามระยะเวลา จำนวนครั้ง และช่วงเวลาในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์นอกเวลาเรียนที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 และตอนที่ 2

4.2 วิเคราะห์อิทธิพล (path analysis) ของวิธีการของนักเรียนและครู ในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองต่อนักเรียน โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน ด้วยโปรแกรม LISREL เพื่อตอบวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 3

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผลการวิจัยที่ได้จากการศึกษาทั้งข้อมูลเชิงคุณภาพเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และการศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณเกี่ยวกับวิเคราะห์อิทธิพลของวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนโดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน จึงแบ่งการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ตอนคือ

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิเคราะห์เชิงคุณภาพ เป็นผลที่ได้จากการศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองในบริบทของการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ ที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน และข้อที่ 2 เพื่อศึกษาวิธีการที่ครูใช้ในการเสริมสร้างนิสัยการฝึกฝนตนเองของนักเรียน ที่ได้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์นักเรียนและครู วิทยาลัยนาฏศิลป์ มีรายละเอียด ดังนี้

1.1 วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง

วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ได้จากการสัมภาษณ์นักเรียนสาขาโขนและละคร ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 6 วิทยาลัยนาฏศิลป์ ภาคต้น ปีการศึกษา 2558 รวมจำนวน 18 คน โดยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง พบว่านักเรียนมีวิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง หรือกลยุทธ์ที่นักเรียนใช้ในการส่งเสริม และกระตุ้นให้ตนเองมีพฤติกรรมการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์อย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตร ได้แก่ การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การเปรียบเทียบกับเพื่อนคนอื่น และการให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม จากการสัมภาษณ์นักเรียนส่วนใหญ่กล่าวถึงสิ่งที่คาดหวังไว้ล่วงหน้าจากการฝึกซ้อมที่คล้ายกัน ได้แก่ การจดจำท่ารำได้อย่างแม่นยำ เพื่อเตรียมพร้อมที่จะเรียนบทเรียนใหม่ในคาบต่อไป การพัฒนาทักษะ และแก้ไขข้อบกพร่อง เพื่อให้ตนเองปฏิบัติท่ารำได้อย่างถูกต้องตามลำดับท่า ตามจังหวะ และสวยงามตามแบบแผน

“หนูว่ายังไม่พอล่ะ เรียนวิชาเอกประมาณ 2 – 3 ชั่วโมง แล้วก็ต่อทำรำใหม่เรื่อยๆ ถ้าไม่ซ้อมต่างหากเพิ่ม ก็จะเรียนในห้องไม่ทันค่ะ”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.2 (3), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

“ถ้าเราซ้อมมาก ทำเราก็จะถูกต้องค่ะ ได้แก้ไขข้อบกพร่องตัวเอง หนูก็อยากรำได้สวยๆค่ะ เลยต้องซ้อมเพิ่มเยอะๆ”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (1), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“อยากแก้ไขข้อบกพร่องค่ะ เพราะว่าหนูเป็นคนขี้เกียจ ก็ต้องทำให้ดูสมส่วน ให้เราดีที่สุดในที่จะทำได้”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

จากเป้าหมายข้างต้นนำมาซึ่งเป้าหมายในระดับต่อไปที่แตกต่างกันคือ สามารถปฏิบัติทำรำได้ทันตามบทเรียนที่ครูสอนใหม่ทุกวัน คะแนนจากการสอบ ผลการเรียนปลายภาค และการได้รับคัดเลือกให้เป็นนักแสดงในงาน หรือโอกาสต่างๆที่วิทยาลัยจัดขึ้น ตลอดจนเพื่อการได้รับคัดเลือกให้เป็นนักแสดงโขนพระราชทาน ที่มีลักษณะคล้ายการแข่งขัน เนื่องจากผู้สมัครเข้ารับการคัดเลือกเป็นนักเรียนจำนวนมากจากวิทยาลัยนาฏศิลปภูมิภาคต่างๆ ทั้ง 12 แห่ง

“หนูซ้อมเพราะว่าเวลาเรียนในห้องจะได้รำตามครูทันค่ะ เวลาครูจะต่อทำใหม่ก็คือเราจำทำเก่าได้แล้ว”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.3 (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“ยังอยากรำ ดีกว่านี้ไปเรื่อยๆค่ะ อยากรำดี แล้วก็อยากมีโอกาสได้ร่วมแสดง โขนพระราชทานด้วยค่ะ...เขาให้ไปสมัครแล้วก็จะคัดเลือกจากความสามารถค่ะ”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.3 (1), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

นอกจากนี้ยังมีเป้าหมายเพื่อศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น และประกอบอาชีพที่เกี่ยวข้องกับศาสตร์นาฏศิลป์ไทย ไม่ว่าจะเป็นครู หรือนักแสดง จึงต้องฝึกซ้อมเพิ่มเติมเพื่อพัฒนาทักษะให้มีความเชี่ยวชาญเหมาะสมที่จะปฏิบัติตามเป้าหมายเหล่านั้น

“อยากเป็นนางรำที่ดี อยากเรียนรำไปจนจบ...อยากเป็นนักแสดง
ไม่ก็ครูสอนนาฏศิลป์ค่ะ”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.1 (1), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“หนูอยากเป็นศิลปิน ที่เผยแพร่วัฒนธรรม หนูฝึกตั้งแต่เด็ก ๆ แล้ว เลยอยาก
พัฒนาตัวเองให้ไปถึงจุดนั้น”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.1 (3), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

นักเรียนหลายคนที่มีความพยายามในการฝึกซ้อมอย่างสม่ำเสมอ ไม่ได้เกิดจากการกำหนด เป้าหมายด้วยสิ่งที่คาดหวังให้เกิดขึ้นกับตนเองอย่างเดียวเท่านั้น แต่เป็นเป้าหมายที่ได้มาจากการสร้างแรงบันดาลใจจากการมีบุคคลเป็นแบบอย่าง ไม่ว่าจะเป็นครู รุ่นพี่ เพื่อน ที่สามารถปฏิบัติ ทำรำได้อย่างถูกต้อง สวยงาม หรือได้รับการคัดเลือกไปแสดงงานต่างๆบ่อยครั้ง เป็นแรงจูงใจ ที่กระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเพิ่มเติม เพื่อให้ตนเองสามารถปฏิบัติทำรำได้ดีเช่นเดียวกับบุคคลที่เป็น แรงบันดาลใจเหล่านั้น

“ครูพจนัน์วรรณค่ะ ครูเค้าร่ำรวย เค้าร่ำสง่า หนูก็อยากรำให้ได้แบบนี้บ้าง
เลยซ้อมมากขึ้น”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.2 (2), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

“อยากรำสวยเหมือนครูอัจฉรา จันทิค่ะ...ครูเขารำท่ามากเลยคะ
หนูชอบครูเขารำมาตั้งแต่เข้ามาม.1 อยากรำได้แบบครูเขา”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“พี่อ้อม วริศราค่ะ...พี่เขาเป็นรุ่นพี่ที่รำสวยมากๆคะ แล้วก็มี ความแข็งแรง
ดูเท่ สง่า”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.3 (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

นอกจากนี้ นักเรียนหลายคนไม่เพียงแต่มีเป้าหมายเพื่อการพัฒนาทักษะตนเอง หรือเพื่อให้ตนเองได้รับโอกาสในการแสดง ซึ่งเป็นเป้าหมายที่มีผลต่อตนเองอย่างเดียวเท่านั้น แต่ยังมีเป้าหมาย เพื่อสร้างความภาคภูมิใจให้แก่พ่อแม่ ผู้ปกครอง ในผลที่ได้จากการฝึกฝนของตนเอง ไม่ว่าจะเป็น การได้คะแนนหรือผลการเรียนที่ดี หรือการได้แสดงในงานหรือโอกาสต่างๆของโรงเรียนด้วย

“พ่อแม่ช่วยกระตุ้นด้านการเรียนของหนูมากๆเลย...แม่หนูคอยพูดกับหนูเสมอว่าตั้งใจเรียน เรียนให้สูงๆเพื่ออนาคตของตัวเองเพื่ออนาคตที่ดี จะได้ไม่ต้องลำบากเหมือนแม่ มันทำให้หนูตั้งใจเรียนอยากเรียนสูงๆ ทำเพื่อแม่ โดมาหนูจะได้เลี้ยงแม่ได้ค่ะ”
(สัมภาษณ์, นักเรียนม.3 (3), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“คือทุกอย่างที่หนูทำ อยากให้ยายกับแม่ด้วยค่ะ เพราะแม่กับยายหนูชอบมาตั้งแต่เด็กๆ หนูเป็นเหมือนตัวแทนของเค้าค่ะ เหมือนเค้าก็อยากจะทำ แต่เหมือนพ่อแม่เค้าไม่ให้ หนูก็อยากทำให้เค้าภูมิใจค่ะ”
(สัมภาษณ์, นักเรียนม.6 (1), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

สิ่งที่สำคัญที่สุดของการกำหนดเป้าหมายคือ เมื่อนักเรียนกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อมแล้ว นักเรียนยังมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ตนเองสามารถบรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ มีความตั้งใจแน่วแน่ที่จะทำให้ตนเองได้รับสิ่งที่ตนเองคาดหวังไว้ แม้จะมีข้อจำกัดในการฝึกซ้อมไม่ว่าจะเป็นความเกียจคร้าน มีภาระงานหรือกิจกรรมที่ต้องรับผิดชอบ ไม่ว่าจะเป็นการบ้าน งานกลุ่ม และกิจกรรมของรายวิชาอื่นๆ ฯลฯ ด้วยการพยายามจัดเวลาให้ตนเองได้มีโอกาสฝึกซ้อมเพิ่มเติม และเอาใจใส่ในรายละเอียดของการฝึกซ้อม ให้ตนเองสามารถปฏิบัติทำซ้ำได้สวยงามมากขึ้น แม่นยำ และถูกต้องตามแบบแผน

“เคยซีเกียจค่ะ แต่ก็ต้องซ้อม เพราะอยากให้มันดี ซีเกียจก็ต้องทน ไม่งั้นเราก็ทำไม่ได้ดีสักที อยากเก่งก็ต้องทนค่ะ ซ้อมไปเรื่อยๆ”
(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (1), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“วันไหนไม่ได้ซ้อมเหมือนทุกวัน แล้วเพื่อนคนอื่นๆได้ซ้อมกัน หนูก็ซ้อมคนเดียวค่ะในหอ หลังจากทำการบ้านเสร็จ ซ้อมแบบหนึ่ง...ยังไงก็ต้องได้ซ้อม”
(สัมภาษณ์, นักเรียนม.1 (1), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

เมื่อนักเรียนมีความมุ่งมั่นในเป้าหมายของตนเอง นักเรียนส่วนใหญ่จึงให้ความสำคัญและเอาใจใส่ในรายละเอียดของการฝึกซ้อม จึงมีวิธีการในการช่วยให้ตนเองได้ฝึกซ้อมปฏิบัติทำซ้ำที่ถูกต้องตามแบบแผน แม่นยำ และสวยงามมากขึ้น ด้วยการใช้อุปกรณ์ หรือแหล่งเรียนรู้ต่างๆ เช่น สมุดบันทึกทำซ้ำ การถ่ายภาพ ถ่ายวิดีโอทำซ้ำ การดูคลิปทำซ้ำจากอินเทอร์เน็ต การสังเกตตนเองจากกระจก ฯลฯ

“ถ้าจะพอช่วยเวลาซ้อมได้บ้าง ก็มีสมุดทำรำคะที่จดทำรำไว้ แต่บางทีเพิ่งต่อท่ามาแล้วยังจำท่าไม่แม่นคะก็จะยังไม่ได้จด... อย่างเวลารำเพลงเก่าๆ ถ้าจำไม่ได้ ก็หยิบมาเปิดดู”

(สัมภาษณ์, แพรวทิพย์ เจือมิ่ง, 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“ถ้าไม่แน่ใจจริงๆ จะให้เพื่อนทำให้ดู แล้วถ่ายรูปเก็บไว้...แต่เป็นท่าติดต่อกัน ก็จะถ่ายเป็นวิดีโอไว้ เสร็จแล้วก็ลบเอา เอ้อ แล้วก็ยังมีสมุดทำรำคะ ถ้าเวลาเราทำเราก็นึกท่าตามไปด้วย ถ้าจำไม่ได้จริงๆก็เอามาเปิด ที่นี้เราก็จะจำท่าได้”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.1 (3), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

2. การเปรียบเทียบกับเพื่อนคนอื่น นักเรียนหลายคนกล่าวว่า ตนเองสามารถรับรู้ได้ว่าเพื่อนคนไหนสามารถปฏิบัติท่ารำได้ดี คือรำได้อย่างถูกต้อง และสวยงาม จากการชื่นชมของครู และจากการสังเกตด้วยตนเอง จึงเปรียบเทียบระดับคุณภาพทักษะ และผลการเรียนของตนเองกับเพื่อนกลุ่มดังกล่าว ทำให้นักเรียนมีพยายามในการฝึกซ้อมอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้ตนเองสามารถปฏิบัติท่ารำได้ดีในระดับเดียวกับเพื่อนที่สามารถปฏิบัติท่ารำได้ดี รวมถึงพยายามพัฒนาให้ตนเองมีระดับคุณภาพทักษะเป็นอันดับต้นๆของระดับชั้น

“เราได้เกรด 4 เพื่อนได้เกรด 4 แล้วเราหันไปมองคนที่ได้เกรด 4 ค่ะ เราก็รู้สึกว้าว เค้าก็ได้เกรดเท่าเรา จะทำไงให้เราเอาดีกว่าเค้าคะ อยากก้าวต่อไปเรื่อยๆ”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.1 (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“เป็นความกดดันค่ะ แบบเพื่อนเค้าได้กันแล้ว แล้วแบบเวลาไปรำกันในห้อง เพื่อนเค้าได้กันแล้ว แต่เรายังไม่ได้ ก็เป็นความกดดันเราเราก็ต้องรำได้เหมือนคนอื่น”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (3), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

มีการเปรียบเทียบระดับคุณภาพทักษะของตนเอง กับเพื่อนที่อยู่ใกล้ชิด แม้ว่าจะสามารถปฏิบัติท่ารำได้ในระดับเดียวกัน และมีความพยายามที่จะฝึกซ้อมเพิ่มเติมเพื่อพัฒนาตนเองให้สามารถปฏิบัติท่ารำให้มีคุณภาพดีกว่าไปเรื่อยๆ

“จะมีกลุ่มที่เราสนิทกัน จะช่วยๆกันค่ะ (เพื่อนในกลุ่มมีคนที่ครูมักจะชม ว่าร่าดีบ้างหรือไม่) มีค่ะ แล้วเพื่อนอย่างคนนี้ร่าสวยมาก หนูก็อยากร่าเหมือนเค้า”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

3. การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม นักเรียนส่วนใหญ่ให้ข้อมูลที่คล้ายกันคือ นักเรียนขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็นครู รุ่นพี่ หรือเพื่อน เป็นผู้ช่วยในการฝึกซ้อม และร่วมอยู่ในกระบวนการฝึกซ้อมของนักเรียน เพื่อให้คำแนะนำ วิจารณ์ข้อบกพร่อง และชี้แนะวิธีการแก้ไข ให้การฝึกซ้อมเป็นไปอย่างถูกต้องตามลำดับท่าร่า และถูกต้องตามระเบียบแบบแผน

“บางทีหนูแบบบางท่าเราไม่ดี พอเห็นเพื่อนทำดีเราก็เออเธอทำให้เราดูบ้าง สอนเราอะไรอย่างนี้ เราก็ทำแบบเพื่อน เพื่อนเค้าก็สอนเราให้”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.2 (1), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

“ส่วนใหญ่หนูเป็นคนไปขอครูเค้าซ้อมนะคะแบบตอนเย็นกับเพื่อน ก็บอก ครูหาช่วยซ้อมให้หนูหน่อย หนูไม่ได้ทำนี่ๆ อย่างเพลงที่ต่อใหม่ ก็ขอครูทวนทำให้ ครูเค้าก็ยินดี”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“แม่ก็จะคอยถาม วันนี้ต่อไรมาบ้าง และก็ร่าให้ดู”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.5 (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

นอกจากนี้ เพื่อนยังมีบทบาทในการกระตุ้นการฝึกซ้อมของนักเรียนในลักษณะของการชักชวนกันฝึกซ้อมในแต่ละวัน นักเรียนอาจมีการท้อหรือละเลยการฝึกซ้อม เพื่อนจึงทำหน้าที่กระตุ้น หรือบังคับให้นักเรียนมาฝึกซ้อมได้ตามปกติ

“มีเพื่อนค่ะ ที่มาซ้อมด้วยกัน บางทีเพื่อนก็จะมาตามมาเรียก”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (3), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“อย่างเพื่อน ก็อยู่หอเดียวกัน ก็จะเรียกๆกันซ้อม บางทีก็บังคับให้ลงไป ช่วยกันดูหน่อย”

(สัมภาษณ์, นักเรียนม.4 (1), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

1.2 วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน

วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ได้จากการสัมภาษณ์ครูประจำวิชาเอกสาขาโขนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ จำนวน 10 คน โดยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง พบว่าครูมีวิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน หรือกลยุทธ์ที่ใช้ในการส่งเสริม และกระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมการฝึกซ้อมเพิ่มเติมอย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตร ได้แก่ การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม และการเสริมแรง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม ครูส่วนใหญ่กล่าวว่า ครูต้องเป็นผู้รับผิดชอบให้นักเรียนมาฝึกซ้อมเพิ่มเติม โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับนักเรียนที่มีปัญหาด้านทักษะ ทั้งจำทำไม่แม่นยำ ปฏิบัติทำไม่ถูกต้องตามแบบแผน และมีข้อบกพร่องในการปฏิบัติท่ารำ โดยครูจะต้องคอยสังเกตในระหว่างที่จัดการเรียนการสอนว่านักเรียนแต่ละคนมีทักษะเป็นอย่างไร ใครที่มีปัญหาด้านทักษะบ้าง และมีปัญหาอย่างไร เพื่อให้คำแนะนำและการช่วยเหลือในการฝึกซ้อมได้อย่างเหมาะสมกับปัญหาของนักเรียนแต่ละคน แต่ละกลุ่ม ทั้งนี้ช่วงเวลาครูที่นัดหมายนักเรียนเพื่อฝึกซ้อมเพิ่มเติม ได้แก่ ช่วงเช้าก่อนเข้าแถวเคารพธงชาติ เวลาพักระหว่างชั่วโมงเรียนวิชาเอก เวลาพักกลางวัน ช่วงเย็นหลังเลิกเรียน และชั่วโมงซ่อมเสริมคาบสุดท้ายของตารางเรียนวันจันทร์

“สมมุติเราต่อไปใหม่ ยังช้ากว่าของคนอื่นเขาอีกแล้ว...เราก็พยายามสอนย้ำเขา เราก็จะจำว่าทำนี่เขาไม่ได้ เดียวก่อน ต่อทำไปทั้งห้องก่อน พอเพื่อนพัก เรียกเขามา ตัวต่อตัวย้ำทำที่เขาไม่ได้ ทำลึกลงตรงนี้ 5 เที้ยว 10 เที้ยว ทำให้ครูดู จนกว่าเขาจะทำได้ ขณะที่เพื่อนพัก เขาต้องรำ นี่คือแก้ไขภายในห้อง แต่ถ้ายังทำไม่ได้อีก การแก้ไขนอกห้องก็คงเหมือนกับครูคนอื่นๆคือ นัดมาตอนกลางวัน”

(สัมภาษณ์, ครู (6), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“ครูจะต้องรับนัดเด็ก 7 โมง...บางทีก็ทำเรื่องขอว่าขออนุญาตไม่เข้าแถว...กลางวันบางทีช่วง เด็กจะเลิก 11 โมงครึ่ง ให้กินข้าวเร็วหน่อย แล้วมาสักครึ่งชั่วโมง ก็ยังได้ประโยชน์ แล้วช่วงเย็นนี่คือยาวเลย ขอผู้ปกครองยาวเลย 5 โมงรันไปเลย 3 ทุ่ม 4 ทุ่ม”

(สัมภาษณ์, ครู (5), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

ทั้งนี้ ช่วงเวลานัดหมายขึ้นอยู่กับความสะดวกของครูผู้สอน เนื่องจากมีข้อจำกัดหลายประการคือ ภาระงานอื่นที่ครูต้องรับผิดชอบนอกเหนือจากงานสอน เช่น งานแสดง ประชุม ที่ตั้งของวิทยาลัยอยู่ชานเมืองส่งผลต่อการระยะเวลาค่อนข้างมากในการเดินทางไปกลับวิทยาลัยของนักเรียน และครู และยังส่งผลต่อระยะเวลาที่ครูสามารถดูแลนักเรียนฝึกซ้อมได้น้อย โดยครูพยายามมุ่งเน้นการนัดหมายกับนักเรียนที่มีปัญหาด้านทักษะก่อน อย่างไรก็ตาม ภายใต้อุปสรรคเหล่านี้ ครูได้พยายามเปิดโอกาสให้นักเรียนสามารถเข้ามาขอความช่วยเหลือ และขอคำแนะนำสำหรับการฝึกซ้อมได้ทุกโอกาส สำหรับนักเรียนที่มีทักษะค่อนข้างดีอยู่แล้ว ส่วนใหญ่จะดำเนินการฝึกซ้อมนอกเวลาด้วยตนเองตามความเหมาะสม โดยที่ครูไม่ต้องเป็นผู้นัดหมาย นอกจากนี้ ครูหลายท่านยังกล่าวอีกว่า นักเรียนที่มีปัญหาด้านทักษะที่จะฝึกซ้อมเพิ่มเติมด้วยตนเองยังมีจำนวนน้อย ครูจึงเป็นบุคคลหลักในการนัดหมายฝึกซ้อมเพิ่มเติม อีกทั้งการเป็นผู้ที่อยู่ในกระบวนการฝึกซ้อมร่วมกับนักเรียนในการควบคุม และดำเนินการฝึกซ้อม ให้ความช่วยเหลือ และให้คำแนะนำในการซ้อม จับท่าแก้ไข ข้อบกพร่องต่างๆ ซึ่งกระบวนการฝึกซ้อมที่ครูเป็นผู้ช่วยนี้ จะทำให้นักเรียนได้ฝึกซ้อมเพิ่มเติมอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุดคือ ฝึกซ้อมได้อย่างถูกต้องตามลำดับท่า ตรงตามจังหวะ และถูกต้องตามแบบแผน

“เราก็จะมาแบ่งเกรดกันว่า ระดับเด็กคนนี้ $A B C$ แต่ถ้า ถ้าคนไหนที่แบบว่าไม่ได้เลย ก็จะมีวิชาในช่วงวันจันทร์ ตอนเย็น เป็นชั่วโมงซ้อมเสริม เราก็จะคัดเด็กกลุ่มนี้มาก่อน ที่เราแบ่งเกรดไว้ตามห้องว่าอันนี้อ่อน ครูพูดเล่นๆ ใจว่า อันนี้ถูกเงิน ต้องเข้าไปโรงพยาบาล ก็คือต้องมาตอนเย็น เข้าคลินิกตอนเย็น ห้องนี้มี 5 คนก็มาแบ่งว่าวันจันทร์นี้จะต้องเอาผู้อาการหนักก่อนคือคัดเลย เธอ $A B$ ไม่ต้องมาเอามาก่อนที่แบบว่าไม่ได้เลย คัดแต่ละห้องมาและก็มาเคี้ยวก่อน อาทิตย์หน้าวันจันทร์มีคลินิกเปิดอีก พวกนี้ที่อยู่ ICU ออกจาก ICU ได้หรือยัง ครูก็พูดเล่นๆ กันนะ ถ้าออกได้ก็มารวมกับอีกกลุ่มหนึ่ง และก็เคี้ยวกันอย่างนี้”

(สัมภาษณ์, ครู (9), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“คนที่อ่อนมากๆ โดยส่วนใหญ่ นะ คำก็ไม่ต้องการการซ้อม เพราะเค้าไม่ชอบเค้าเลยรำไม่ได้ ...เด็กรำไม่ได้ครูจะนัดมาเป็นพิเศษ...นัดเค้าก็ไม่มาหรอกค่ะ บางทีครูนัดแบบช่วงปิดคอร์ส ครูก็รอไป บางทีก็ไม่มา บางทีก็มาสาย ถึงบอกว่าต้องใจรักแต่รักก็ซ้อมเองอยู่บ้านก็ได้แล้ว”

(สัมภาษณ์, ครู (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“เขาจะมากบอกว่า ครูขา หนูขออนุญาตมาเบิกเทปไปซ้อมรำ เราก็จะเข้าไปดู แล้วช่วยแก้ไขให้...เราต้องเป็นผู้แก้ไขข้อบกพร่อง...ต้องโดยครูเท่านั้น”

(สัมภาษณ์, ครู (7), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

2. การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ และเป้าหมายของการฝึกซ้อม ได้แก่ ตารางเรียน ที่ระบุระยะเวลาในการเรียนแต่ละบทเพลง รวมถึงตารางสอบ ที่นัดหมายเพื่อประเมินผลไว้ล่วงหน้า ทำให้นักเรียนวางแผนการเรียนของตนเอง และมีความกระตือรือร้นในการฝึกซ้อมเพิ่มเติม เพื่อเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับการเรียน และการสอบ เนื่องจากคะแนน และผลการเรียนของนักเรียนจะส่งผลต่อเป้าหมายระดับต่อไปที่ครูกำหนดคือ การได้รับคัดเลือกเป็นนักแสดงในงาน และโอกาสต่างๆที่วิทยาลัยจัดแสดง โดยครูกล่าวว่า ครูจะคัดเลือกนักเรียนที่มีผลการเรียนดีในวิชาเอก ตั้งแต่ระดับ 4 3.5 และ 3 เพื่อเป็นนักแสดงก่อน ดังนั้น นักเรียนที่อยากได้รับโอกาสดังกล่าวจึงพยายามสอบให้ได้คะแนนดี และได้รับผลการเรียนระดับที่ดี

“ถ้ามีงานมาเนี่ย ก็จะเป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่ง ฉันได้ออกงาน ครูเลือกให้ออกงาน แล้วครูเลือกใคร ครูเลือกที่รำดี ได้เกรด4 พัฒนาให้ได้อย่างเค้าสิ มันก็เป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่ง”

(สัมภาษณ์, ครู (9), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

“การสอบจะเป็นแรงจูงใจที่ดี...คะแนนมีผลต่อการเรียนของหนู การปฏิบัติของหนู มันมีผลต่อคะแนน ถ้ามันทำแล้วไม่สวย คนอื่นที่เค้าทำสวยกว่าก็จะได้คะแนนมากกว่า...เราจะบอกเค้าเลยถ้าเค้าดีขึ้น เค้าก็จะได้มีโอกาสรับเลือกให้ไปแสดง เพราะครูที่เค้าคัดเด็กไปเค้าก็ต้องดูพัฒนาการของเด็กว่ามีพัฒนาการไหม”

(สัมภาษณ์, ครู (8), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

นอกจากเป้าหมายที่กระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเพิ่มเติมแล้ว ครูยังบอกแนวคิดของการฝึกซ้อม ผลของการฝึกซ้อม และการไม่ฝึกซ้อมให้นักเรียนทราบล่วงหน้าคือ หากนักเรียนฝึกซ้อมมาก นักเรียนจะสามารถพัฒนาทักษะได้ดีมากขึ้น แต่หากไม่ฝึกซ้อม นอกจากจะไม่สามารถพัฒนาทักษะได้ดีเท่าที่ควร ยังก่อให้เกิดผลเสียแก่ตนเองและชื่อเสียงของวิทยาลัย การบอกผลให้นักเรียนทราบล่วงหน้า ทำให้นักเรียนสามารถพิจารณาและเลือกปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม นอกจากครูจะเป็น

ผู้กำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อมแล้ว ครูยังต้องกระตุ้นให้นักเรียนคาดหวังผลที่จะได้รับจากฝึกซ้อม หรือเป้าหมายในอนาคตไว้ล่วงหน้าด้วย

“ครูบอกเด็กทุกคนเลยนะว่าฝีมือมันทันกันได้ และก็ให้จำเลย ทันกันแน่นอน สมมุติว่าเราเคยเก่งอย่างนี้ ไม่ใช่ว่าคนที่ได้ 4 จะได้ 4 ตลอด...ไม่สนใจ ล้าไป 4 ก็อาจจะกระโดดถอยลง แต่ถ้าหนูหมั่นฝึกฝนพยายาม หนูก็อาจจะกระโดดมาได้ 4 เหมือนกัน

(สัมภาษณ์, ครู (1), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

“เราต้องถามก่อนว่าคุณรู้จักตัวอะไรบ้าง คุณมีเป้าหมายหรือมีแรงบันดาลใจ จากลิงตัวไหนที่เคยไปเห็นโฆษณาเล่นกันก่อน แล้วก็ถามว่าตัวนั้น ถ้าอยากเป็น ต้องฝึกให้ได้ ต้องฝึกอันนี้ อันนี้ เป็นขั้นเป็นตอน...ให้เขาเห็นความสำคัญของตัวละคร ที่เขาอยากจะเป็นในอนาคต แล้วเราก็ค่อยสอนเขาไป”

(สัมภาษณ์, ครู (4), 18 กุมภาพันธ์ 2558)

3. การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน ครูกล่าวว่าทัศนคติเป็นสิ่งที่สำคัญที่ทำให้นักเรียนทุ่มเท และกระตือรือร้นในการเรียน และแบ่งเวลาในการฝึกซ้อมเพิ่มเติมด้วยความเต็มใจ ครูบางท่านจึง สร้างทัศนคติที่ดีต่อวิชานาฏศิลป์ไทยให้แก่ นักเรียน โดยการพูดให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของวิชานาฏศิลป์ไทย อันเป็นศิลปะแขนงหนึ่งที่สำคัญของประเทศชาติ

“ถ้าเข้ามา.1 ครูก็จะพูดถึงว่า วิชานี้มีมันสำคัญยังไง เป็นศิลปะประจำชาติ ที่เราควรอนุรักษ์ และก็ต้องภาคภูมิใจขนาดไหน ที่เราเป็นสถาบันหนึ่งเดียว ที่สามารถนำพาศิลปวัฒนธรรมไทยไปเผยแพร่ถึงต่างประเทศ รักษาเอาไว้ ซึ่งความเป็นวัฒนธรรมไทย”

(สัมภาษณ์, ครู (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

สำหรับตัวนักเรียนเองถือเป็นบุคคลที่สำคัญในการเรียนรู้ เพื่อถ่ายทอดและเผยแพร่ศิลปะต่อไป การเรียนรู้ในศิลปะแขนงนี้ไม่ใช่เรื่องง่าย แต่กลับต้องใช้สติปัญญา และความสามารถหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นความจำ ความอดทน ความสามารถในการปฏิบัติทำให้สวยงาม และยังต้องเรียนรู้ในวิชาสามัญทั่วไป ดังนั้น นักเรียนจึงเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถไม่ยิ่งหย่อนกว่านักเรียนของโรงเรียนทั่วไป อีกทั้งเมื่อนักเรียนเลือกที่เรียนนาฏศิลป์ ในวิทยาลัยนาฏศิลป์ นักเรียนจะต้องมี

ความรัก และศรัทธาในศาสตร์นี้ อันจะเป็นวิชาชีพของตนเองในอนาคต โดยครูยกตัวอย่างบุคคลที่เป็นต้นแบบมีความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์ที่โดดเด่น ไม่ว่าจะเป็นครู นักแสดง หรือศิลปินแห่งชาติที่มีชื่อเสียง และผลงานการแสดงเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป รวมถึงแนะนำให้ชมการแสดงที่มีคุณภาพ มีความสร้างสรรค์ และหลากหลาย เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจในการเรียน และพยายามพัฒนาทักษะของตนเองด้วยการฝึกซ้อมเพิ่มเติม

“ครูก็เคยคุยให้เค้าฟังว่า เหมือนกับสร้างแรงจูงใจ ให้เค้ามีความภาคภูมิใจว่า นี่หนูรู้ไหมว่า การที่เราเรียนที่นี้เราไม่ใช่เด็กที่ไม่ฉลาดนะ จริงๆเราเป็นเด็กที่มีสติปัญญานะ เพราะหนึ่งเราเรียนปฏิบัติทุกวัน โรงเรียนสามัญข้างนอก ไม่ได้เรียนรำอย่างเราทุกวัน เราต้องจำท่ารำให้ใหม่ เราต้องรำได้ก็เพลงเราก็รำได้ เราต้องใช้ความสามารถด้วยไม่ใช่ความจำอย่างเดียว อวัยวะทุกส่วนหนูก็ดูได้ใช้หมดเลย ได้บังคับอวัยวะเราทั้งหลาย แสดงว่าเราไม่ใช่คนไม่ฉลาด เราฉลาดนะ ขณะเดียวกันเราก็เรียนหนังสือด้วย แล้วเราต้องแยก ต้องจำทั้งสองอย่าง จำละครด้วย จำสายวิชาเอกปฏิบัติของเราด้วย วิชาสามัญด้วย...เราก็กยกตัวอย่างเลย พระเอกละคร นางเอกละคร ศิลปินแห่งชาติ ทำยังไงกว่าจะรำมาถึงตรงนี้ได้ เค้าต้องอาศัยการฝึกฝน ต้องอาศัยความชำนาญ ไม่ใช่ว่ารำวันสองวันก็ได้เลย เราต้องมีใจด้วย ตรงนี้สำคัญที่สุด”

(สัมภาษณ์, ครู (8), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นอกจากการสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน ในด้านของธรรมชาติวิชาแล้ว ครูยังสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียนให้กับนักเรียน ด้วยการสร้างบรรยากาศในห้องเรียน โดยมุ่งเน้นที่การปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูและนักเรียน โดยครูหลายคนกล่าวว่า การสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ไม่ว่าจะเป็นการพูดคุยที่เป็นกันเอง การเปิดโอกาสในการแสดงความคิดเห็นในชั้นเรียน การสร้างความไว้วางใจ ยินดีที่จะรับฟังปัญหาของนักเรียน ทำให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ดีในการเรียนในชั้นเรียน และยอมที่จะเชื่อฟังคำสั่งแนะ ตลอดจนการนัดหมายของครูในการฝึกซ้อมเพิ่มเติม

“คือเราต้องทำให้เขาเกิดความสุขในห้องเรียนก่อน ได้ไม่ได้ ไม่ใช่เรา จะดูเขาตลอดเวลา เราก็ต้องเรียกเขา พยายามใช้จิตวิทยาทำให้เด็กไม่กลัว ให้เด็กเข้าหา มีทั้งดู ทั้งขู่ มีทั้งพูดเล่นด้วย ให้เขามีความรู้สึกว่าเขาเข้าหาครูได้ กล้าที่จะบอกครูว่า ครูขาดตรงนั้นหนูไม่ได้ ตรงนี้หนูไม่ได้ จะเปิดใจแล้วก็พยายามให้เขาพูดกับเราบ่อยๆ เราถามเขา พูดเล่นบ้าง อยู่ในห้องเรียนไม่ให้เครียด...อาศัย

วิธีการซักถาม เปิดโอกาสให้เด็กได้พูดได้คุยถึงปัญหาว่าตัวเองติดขัดตรงไหน มีอะไรไม่ได้ ใช้วิธีการเปิดใจครูกับเด็กให้มากขึ้น.”

(สัมภาษณ์, ครู (10), 9 กุมภาพันธ์ 2558)

4. การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม การจัดการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนแต่ละระดับชั้นมีความแตกต่างกันไปตามวัย ความสามารถ และความถนัดของนักเรียน เช่น นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเรียนบทเพลงที่เป็นการฝึกแม่ทำพื้นฐาน ได้แก่ เพลงช้า เพลงเร็ว เพลงแม่บท ปฏิบัติซ้ำๆจนเกิดความชำนาญ เพื่อเป็นพื้นฐานการฝึกปฏิบัติทำรำในชุดการแสดงอื่นๆ ในระดับต่อไป โดยครูจะแบ่งเพลงในการสอนและสอบประเมินเป็น 2 – 4 ส่วน ตามความสามารถของนักเรียนแต่ละระดับชั้น และแต่ละรุ่น เนื่องจากบทเพลงฝึกแม่ทำพื้นฐานดังกล่าวมีความยาว 20 – 40 นาที การต่อทำรวดเดียวจนจบเพลง นักเรียนจะไม่สามารถจดจำทำรำได้ และปฏิบัติได้ไม่สวยงามตามแบบแผน ทำให้ตารางโครงการสอนที่กำหนดไว้ล่วงหน้าต้องยืดหยุ่น ระยะเวลาในการเรียนแต่ละบทเพลงอาจเพิ่มมากขึ้น และไม่เร่งรัดนักเรียนให้เกิดความรู้สึกกังวลในการเรียนมากเกินไป ส่วนนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นนักเรียนที่ผ่านการเรียนเพลงฝึกแม่ทำพื้นฐานมาครบแล้ว และมีทักษะค่อนข้างคงที่ สามารถปรับตัวเข้ากับรูปแบบการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์ได้แล้ว ครูจะยืดการสอนบทเพลงตามตารางโครงการสอนที่กำหนดไว้ล่วงหน้าอย่างเคร่งครัดมากขึ้น ให้นักเรียนรับผิดชอบตนเองในการฝึกซ้อมทำรำให้ทันกับบทเรียนในวันต่อไป และทันต่อการสอบที่กำหนดไว้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

“อย่างเมื่อก่อนรุ่นเรา เพลงช้าถูกแบ่งครึ่งเป็นสองส่วน เพลงเร็วรำทั้งเพลง เดียวนี้ใช้วิธีเพลงเร็ว จากเด็กที่รำได้ทั้งเพลงบางคนที่ไม่มีทักษะ ครูก็ต้องหั่นออกเป็นสองสองแล้วถ้าเด็กไม่ดีขึ้น ต้องหั่นออกเป็นสี่สี่แล้วส่วนไหนที่เด็กไม่ได้ ต้องย้ำตรงนั้นบ่อยๆ โดยยอมจากที่เด็กต้องได้ในเวลาที่กำหนด ในระยะเวลาที่เรากำหนดว่า การแก้ไขต้องแค่นี้ เราต้องเพิ่มให้เขาไป...ส่วนเด็กชั้นกลางหรือเด็กมัธยมปลาย... ก็จะใช้วิธีบอกระยะเวลาว่าเรามีเวลาเรียนแค่นี้ แล้วกำหนดแผนให้ชัดเจนว่าอาทิตย์นี้เรียนอะไร สอบวันไหน กำหนดสอบวันไหน ต้องเสร็จสิ้นภายในวันไหน ใช้เวลาเรียนเป็นตัวกำหนด ทำตารางแผน ชั้นต้นก็ต้องทำนะจะต้องยืดหยุ่นตามทักษะของเด็ก แต่ม.ปลายคือเป๊ะตามนั้น”

(สัมภาษณ์, ครู (10), 9 กุมภาพันธ์ 2558)

นอกจากนี้ครูยังจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่กระตุ้นให้นักเรียนได้ฝึกซ้อมเพิ่มเติมมากขึ้น เช่น การมอบหมายงาน ครูหลายท่านกล่าวว่า หลังจากการจัดการเรียนการสอนแล้ว การกระตุ้นให้นักเรียนไปฝึกซ้อมเพิ่มเติม นั้น จะต้องมอบหมายเป็นงาน หรือการบ้านที่ชัดเจน เช่น ให้จดจำทำรำที่ต่อไปในชั่วโมงเรียน ให้จดจำบทร้องของเพลง และนัดหมายเพื่อขอผลการฝึกซ้อม ว่านักเรียนสามารถปฏิบัติได้อย่างที่มอบหมายไว้หรือไม่ รวมถึงรูปแบบของการสอบที่กระตุ้นให้นักเรียนกระตือรือร้นในการเตรียมตัวสอบด้วยการฝึกซ้อมให้เต็มที่มากขึ้น เช่น การจัดให้มีการสอบเป็นกลุ่ม เพื่อให้นักเรียนช่วยเหลือกันในกลุ่มในการฝึกซ้อมทำรำร่วมกัน การสอบในรูปแบบการจัดการแสดง ให้นักเรียนได้จัดเตรียมองค์ประกอบของการแสดงเพิ่มเติม เช่น การแปรแถว การจัดหาเครื่องแต่งกาย การจัดฉากการแสดง เพิ่มความสนใจ และกระตือรือร้นในการเตรียมความพร้อมในการสอบมากขึ้น

“ต้องรู้จักเข้ากลุ่ม แล้วจับฉลากว่า ใครเป็นปู่ ใครเป็นไก่ ใครเป็นไก่หมู แล้วก็ไปสัมพันธ์กันเอง...ต้องได้หมดและมาจับฉลาก เค้าก็จะรู้จักว่า ได้ ไม่ได้ ไม่ได้เธอก็ซ้อม เวลาซ้อมมันซ้อมทั้งกลุ่ม ก็ต้องช่วยกัน โตะแล้วก็ต้องรู้จักว่า ช่วยกันเอง เพื่อนช่วยเพื่อน เขาก็ซ้อมกันไปเอาเป็นเอาตาย ค่ะแนนเท่าไรไม่รู้”

(สัมภาษณ์, ครู (10), 9 กุมภาพันธ์ 2558)

สิ่งที่สำคัญหลังจากการมอบหมายงานคือ การติดตามผล ครูจะต้องเป็นผู้ติดตามผลตามที่นัดหมายไว้อย่างเคร่งครัด แต่ในการติดตามผลอาจไม่ใช่การติดตามผลรายบุคคล หรือการติดตามผลของงานทั้งหมดที่มอบหมายไว้ อาจเรียกสุ่มเป็นบางคน หรือสุ่มดูผลงานเพียงบางตอนก็ได้ หรืออาจเป็นการบอกข้อบกพร่องและวิธีแก้ไขข้อบกพร่องของนักเรียนรายบุคคล หลังจากการเรียนและการสอบ เพื่อให้นักเรียนได้ทราบปัญหาของตนเอง และสามารถฝึกซ้อมเพิ่มเติมเพื่อแก้ไขปรับปรุงตนเองได้อย่างถูกต้อง

“เราจะเห็นพัฒนาการทุกวัน เพราะเค้าต้องเรียนกับเราทุกวันอยู่แล้ว ขณะที่เค้าเรียนกับเราทุกวัน ก็จะเห็นว่าเค้ามีการปรับปรุง มีพัฒนาการดีขึ้นใหม่ มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นใหม่ หรือเหมือนเดิม”

(สัมภาษณ์, ครู (8), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

5. การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม ในกระบวนการฝึกซ้อม ครูสามารถหาตัวช่วยในการฝึกซ้อมได้หลายรูปแบบ ทั้งการเป็นผู้ที่อยู่ในกระบวนการฝึกซ้อมร่วมกับนักเรียน ในการควบคุม

และดำเนินการฝึกซ้อม ให้ความช่วยเหลือ และให้คำแนะนำในการซ้อม จับท่าแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ซึ่งกระบวนการฝึกซ้อมที่ครูเป็นผู้ช่วยนี้ จะทำให้นักเรียนได้ฝึกซ้อมเพิ่มเติมอย่างมีคุณภาพมากที่สุด คือ ฝึกซ้อมได้อย่างถูกต้องตามลำดับท่า ตรงตามจังหวะ และถูกต้องตามแบบแผน ทั้งนี้ ในการฝึกซ้อมเพิ่มเติม ครูไม่สามารถอยู่ในกระบวนการฝึกซ้อม เพื่อให้คำแนะนำ และช่วยเหลือนักเรียนได้ ทุกครั้ง แต่เพื่อให้การฝึกซ้อมของนักเรียนเป็นไปอย่างถูกต้องมากที่สุด ครูจึงมอบหมายให้บุคคลอื่น ได้แก่ รุ่นพี่ เป็นผู้ช่วยในการฝึกซ้อมแทน สามารถช่วยเหลือนักเรียนรุ่นน้องที่ฝึกอาศัยในหอพัก เดียวกันให้ทำได้ถูกต้องตามลำดับท่า ตรงตามจังหวะ และช่วยแก้ไขข้อบกพร่องให้ถูกต้องตามแบบแผนได้ในระดับหนึ่ง โดยเป็นการฝึกซ้อมในช่วงเย็นภายในหอพัก และมีการเช็คชื่อนักเรียนที่มาฝึกซ้อมด้วย

“ตอนนี้มีเด็กหอใน ครูประจำหอหรือพี่หรือครูคนใดคนหนึ่งก็จะช่วยดู เด็กพวกนี้ก็จะได้ซ้อมเหมือนนักเรียนประจำสมัยก่อน จะมีโอกาสได้ซ้อมเป็นพิเศษ เย็นๆในส่วนของสาขาของตัวเองก็จะทบทวนกัน จะมีพี่ชั้นโตสุดคอยดูแลอยู่”

(สัมภาษณ์, ครู (1), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

“การดูพี่ที่เรียนอยู่ใกล้ๆกันว่าเขาทำอะไรกันบ้าง ตีลังกายังไง แล้วเด็กกลุ่มนี้ ก็จะเข้าไปสอบถามพี่ๆ แล้วก็ฝึกหัด ช่วยกันซ้อม ช่วยกันฝึก จนกระทั่งเกิดทำได้”

(สัมภาษณ์, ครู (4), 18 กุมภาพันธ์ 2558)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นอกจากนี้ยังมีการมอบหมายให้เพื่อนร่วมชั้นเป็นผู้ช่วยในการฝึกซ้อม หรือใช้วิธีการ เพื่อนช่วยเพื่อนมาใช้ในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนและเพื่อนร่วมชั้น โดยครูเป็นผู้จับกลุ่มเพื่อนที่มีทักษะปฏิบัติในระดับดี จากการประเมินของครู และมอบหมายให้ เป็นผู้ช่วยในการดูแล การฝึกซ้อมเพิ่มเติมเกี่ยวกับความถูกต้องของท่าท่า และความสวยงามในระดับพื้นฐานของเพื่อนที่มี ทักษะปฏิบัติในระดับที่ด้อยกว่า

“ต้องใช้กระบวนการให้เพื่อนช่วย แนะนำให้เด็กไปอยู่กับกลุ่มที่ทำได้แล้ว ให้เขาช่วยดูกัน มันก็ได้ผลในระดับหนึ่ง”

(สัมภาษณ์, ครู (4), 18 กุมภาพันธ์ 2558)

“ถ้าอย่างตอนเย็น มันจะมีว่าจับกลุ่มเพื่อนเก่ง คุณแลเพื่อนที่ด้อยกว่า หรือที่ดุน้อง รุ่นพี่ที่อยู่ประจำจะดูแลรุ่นน้อง แต่ถ้าเป็นกลุ่มเพื่อน เราก็เอาเพื่อนที่เรียนเก่งๆ มาช่วยดูแลเพื่อน...ต้องมีเพื่อนที่เราไวใจได้ช่วยดู”

(สัมภาษณ์, ครู (6), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

ทั้งนี้ การฝึกซ้อมโดยเพื่อนเป็นผู้ช่วยเหลือนั้น ช่วยให้นักเรียนฝึกซ้อมได้ถูกต้องตามลำดับท่า และตรงตามจังหวะเท่านั้น การแก้ไขข้อบกพร่องไม่สามารถปฏิบัติได้อย่างเต็มที่ เนื่องจากมีจารีตห้าม นักเรียนที่ยังไม่ได้รับมอบความเป็นครูจับแก้ไขท่าของเพื่อนนักเรียนด้วยกัน และนักเรียนในระดับเดียวกันยังไม่สามารถสังเกต วิเคราะห์ และแก้ไขข้อบกพร่องได้อย่างชัดเจน

“ในการสอนครั้งนี้เราบอกเลยว่าห้ามจับตัวกันนะ เพราะเรายังไม่ได้รับมอบ การถ่ายทอดเป็นครู เพียงแต่ให้เปล่งเสียงบอกท่านนี้ไม่ถูก ท่านนี้ก็จังหวะ...ครูต้องเป็นคนจับแก้ไขข้อบกพร่อง เพื่อนเป็นแค่ตัวช่วย แล้วเราก็แก้ไขข้อบกพร่อง”

(สัมภาษณ์, ครู (7), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

นอกจากนี้ ครูบางท่านกล่าวว่า ผู้ปกครองเป็นอีกบุคคลหนึ่งที่สามารถเป็นผู้ช่วย ในการกระตุ้นการฝึกซ้อมของนักเรียนได้ โดยครูจะขอความร่วมมือจากผู้ปกครองในการพูดกระตุ้น ให้นักเรียนหมั่นฝึกซ้อมเพิ่มเติม หรือในกรณีของนักเรียนที่มีปัญหาด้านทักษะ และไม่มีพฤติกรรมการฝึกซ้อมอย่างชัดเจน ครูจะจัดทำตารางการฝึกซ้อมประจำวันให้นักเรียน นำไปให้ผู้ปกครองลงนาม ยืนยันการฝึกซ้อมรายวันของนักเรียนเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเพิ่มเติมมากขึ้น

“ถ้าอาการหนักมากๆ ต้องให้ถึงขนาดทำตารางไป แล้วให้ผู้ปกครองเซ็น เป็นการบังคับว่าซ้อมรีเปลาให้เซ็นมา...ก็ต้องโทรคุยกับผู้ปกครองด้วย ให้เค้าช่วยเหลือ”

(สัมภาษณ์, ครู (8), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

ในกระบวนการฝึกซ้อม นักเรียนยังมีตัวช่วยที่สำคัญอีกหนึ่งอย่างคือ สมุดบันทึกท่ารำ เป็นสมุดที่ครูมอบหมายให้นักเรียนทุกคนจดบันทึกอธิบายท่ารำที่เรียนในห้องเรียน โดยมีรูปแบบในการเขียนที่เข้าใจง่าย แบ่งเป็นท่ารำส่วนศีรษะ ส่วนมือ และส่วนเท้า พร้อมทั้งให้นักเรียนวาดภาพ ตึกตาหัวเข็มหมุดประกอบการอธิบายท่ารำ การเขียนบันทึกนี้ทำให้นักเรียนได้ทบทวนท่ารำที่เรียนในห้องเรียน และสามารถใช้ประกอบในการฝึกซ้อมเพิ่มเติมด้วยตนเองได้อย่างถูกต้องตามลำดับท่า

“ตอนนี้ก็มีให้นักเรียนบันทึกทำรำ สมัยนี้มาก็พัฒนาขึ้น เป็นตุ๊กตาหัวหมุด วิธีการบันทึกอย่างเป็นทางการเป็นระเบียบของทางวิชาการ ก็ให้เด็กได้ทำ พอต่อทำไป ก็บอกให้เด็กกลับไปบันทึกเล่นนะ จะได้ไม่ลืมกลับไปบ้านอย่างน้อยเกิดลืมทำก็เปิดดูได้ อันนี้ส่วนหนึ่งที่นักเรียนกลับไปทบทวนได้”

(สัมภาษณ์, ครู (2), 20 กุมภาพันธ์ 2558)

สำหรับในกระบวนการจัดการเรียนการสอน ครูสามารถให้ตัวช่วยนักเรียนสำหรับการฝึกซ้อมเพิ่มเติมด้วยตนเองได้ เช่น อนุญาตให้นักเรียนอัดเพลงที่เรียนไว้สำหรับเปิดฝึกซ้อมเองนอกเวลา ถ่ายภาพหรือวิดีโอทำรำจากเพื่อนในชั้นเรียน สำหรับเปิดดูประกอบการฝึกซ้อมด้วยตนเอง

“ตอนนี้ต้องยอมรับว่ามีสื่อ เครื่องมือที่เอามาช่วย ไม่ว่าจะป็นโทรศัพท์ก็ต้องเปิดโอกาสให้เด็กแล้วอย่างเพลงไม่ได้ รำไม่ได้ ให้ปรึกษาเพื่อนช่วยเพื่อนหรือถ่ายภาพ ถ่ายวิดีโอไปดู”

(สัมภาษณ์, ครู (10), 9 กุมภาพันธ์ 2558)

นอกจากนี้ครูยังแนะนำแหล่งการเรียนรู้เกี่ยวกับวิดีโอทำรำในอินเทอร์เน็ต โดยให้คำแนะนำในการเลือกดูจากแหล่งที่เหมาะสม และน่าเชื่อถือ เช่น ให้เลือกดูวิดีโอที่จัดทำขึ้นโดยกรมศิลปากร รวมถึงการซื้อข้อบกพร่องของนักเรียนรายบุคคล เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเพิ่มเติมมากขึ้น และฝึกซ้อมอย่างถูกต้องตามลำดับท่าตามแบบแผนจารีต และสวยงาม

6. การเสริมแรง เป็นวิธีการที่กระทำหลังจากการใช้วิธีการต่างๆข้างต้นแล้ว จึงใช้วิธีการเสริมแรงในการกระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมการฝึกซ้อมเพิ่มเติมมากขึ้น โดยแบ่งเป็น

6.1 การเสริมแรงทางบวก เป็นการปฏิบัติต่อนักเรียนเพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกในทางบวก ใช้เมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมการฝึกซ้อมเพิ่มเติมแล้ว ได้แก่ การชมเชย สามารถทำได้ทั้งการชมเชยแบบส่วนตัว และชมเชยต่อหน้าเพื่อนๆ การให้กำลังใจ การให้คะแนน การให้โอกาสในการแสดง

“อย่างคนนี้รำไม่ค่อยดีมาก่อน เราก็บอกเค้าว่าดีขึ้นนะ...ให้รู้สึกว่ามีผลนะ ครูก็เห็นว่าดีขึ้น เหมือนกับเป็นการสร้างแรงจูงใจนะ ”

(สัมภาษณ์, ครู (1), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

“ในเมื่อเด็กตั้งใจ เราต้องมีผลตอบแทน เราต้องเป็นผู้นำทางในการชี้แนะ เวลาแสดง เราต้องจับเด็กเราไปให้มีประสบการณ์ ต้องมีเวทีให้เล่น”

(สัมภาษณ์, ครู (5), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

6.2 การเสริมแรงทางลบ เป็นการปฏิบัติต่อนักเรียนเพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกในทางลบ ใช้เมื่อนักเรียนไม่มีพฤติกรรมการฝึกซ้อม ได้แก่ การตำหนิ การลงโทษ การเปรียบเทียบกับเพื่อนที่ดีกว่า

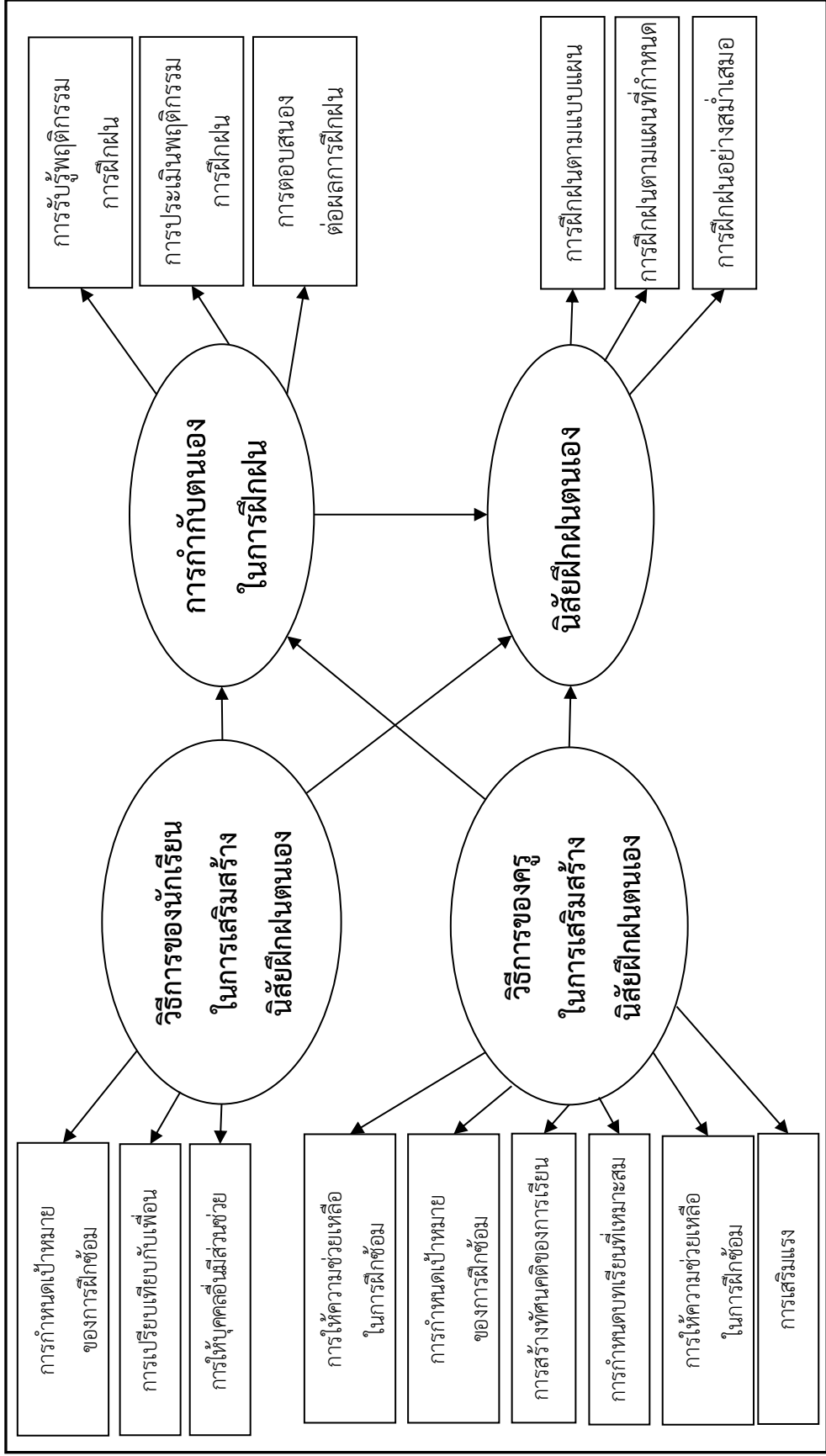
“ต้องมีเงื่อนไข เช่น ดัดมือ โคนดัดมือ เหมือนโดนทำโทษ หรือก็มีนั้น หรือพวกรำ รำเพลงช้า เพลงเร็ว เงื่อนไขข้อตกลงนะ ทั้งหมดเนี่ยรำเพลงช้า ครูอนุญาตให้ผิดได้ 12 ครั้ง เอียงผิด ครูอนุญาตให้ผิดได้ 3 ครั้ง ถ้ารำไปถ้าผิดครบตามเงื่อนไข เริ่มต้นใหม่นะ เด็กพวกนี้เค้าเบื่อกว่าไม่ยอมได้ทำ ต้องมีเงื่อนไข เป็นวิธีการดุน้อยอย่างหนึ่ง”

(สัมภาษณ์, ครู (3), 9 กุมภาพันธ์ 2558)

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพเกี่ยวกับวิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง สามารถกำหนดเป็นกรอบแนวคิดของการวิจัยเพื่อใช้ในการศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณต่อไป

1.3 กรอบแนวคิดของการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ที่ได้จากการสัมภาษณ์ข้างต้น ทั้งวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ที่ได้จากเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพสามารถกำหนดกรอบแนวคิดของการวิจัยที่แตกต่างไปจากกรอบแนวคิดเบื้องต้นของการวิจัยที่ได้จากการศึกษาเอกสารเกี่ยวกับวิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนในบริบทของทักษะด้านอื่นๆที่กล่าวไว้ในบทที่ 2 กล่าวคือ มีวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองเพิ่มเติม 1 วิธีการคือ การเปรียบเทียบกับเพื่อน และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนเพิ่มเติม 5 วิธีการได้แก่ การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม และการหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม จะเห็นได้ว่าจากการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพทำให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ในบริบทของการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์เพิ่มเติมจากกรอบแนวคิดเบื้องต้นของการวิจัยหลายวิธีการ นำไปสู่การระบุนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปร เพื่อใช้ศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณในลำดับต่อไปได้ดังนี้



ภาพที่ 4.1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง คือกลยุทธ์ที่นักเรียนใช้ในการส่งเสริม และกระตุ้นให้ตนเองฝึกซ้อมซ้ำตามบทเรียนเพิ่มเติมนอกเวลาอย่างต่อเนื่องและเป็นกิจวัตร ประกอบด้วย

1. การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม (Setting the practice targets) หมายถึง การคาดการณ์ผลที่จะได้รับจากการฝึกซ้อมเพิ่มเติมไว้ล่วงหน้า และมุ่งมั่นให้ตนเองได้รับสิ่งที่คาดการณ์นั้นแม้จะมีข้อจำกัดในการฝึกซ้อม

2. การเปรียบเทียบกับเพื่อน (Comparing self-progress with others) หมายถึง การกระตุ้นให้ตนเองฝึกซ้อมเพิ่มเติม เพื่อให้ตนเองมีคุณภาพทักษะที่ใกล้เคียงหรือดีกว่าเพื่อนร่วมชั้น

3. การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม (Requesting others for assistance) หมายถึง การยินยอมให้บุคคลรอบข้าง เช่น ครู รุ่นพี่ เพื่อน พ่อแม่ เป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการฝึกซ้อมเพิ่มเติม เพื่อช่วยให้คำแนะนำ วิเคราะห์ข้อบกพร่อง และชี้แนะวิธีการแก้ไข ให้การฝึกซ้อมเป็นไปอย่างถูกต้องตามลำดับท่าท่า และถูกต้องตามระเบียบแบบแผน ตลอดจนยินยอมให้บุคคลเหล่านั้นกระตุ้นการฝึกซ้อมของนักเรียน

วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน คือกลยุทธ์ที่ครูปฏิบัติต่อนักเรียน เพื่อส่งเสริมและกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมซ้ำตามบทเรียนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียนอย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตรด้วยตนเองตามการรับรู้ของนักเรียน ประกอบด้วย

1. การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม (Providing practice supports) หมายถึง การกำหนดตารางการฝึกซ้อมเพิ่มเติมทั้งช่วงเวลา และระยะเวลาในการฝึกซ้อม ตลอดจนเปิดโอกาสให้นักเรียนเข้ามาขอคำแนะนำสำหรับการฝึกซ้อมได้

2. การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม (Determining the practice targets) หมายถึง การแจ้งวัตถุประสงค์ ผลที่จะได้รับจากการฝึกซ้อม และรายละเอียดการวัดผลการเรียนรู้ให้นักเรียนทราบล่วงหน้า ตลอดจนกระตุ้นให้นักเรียนคาดหวังผลที่จะได้รับจากการฝึกซ้อมไว้ล่วงหน้า

3. การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน (Creating positive attitudes towards learning) หมายถึง การที่ครูโน้มน้าวให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อการเรียนวิชานาฏศิลป์ ตลอดจนการสร้างบรรยากาศในห้องเรียน ให้นักเรียนเรียนวิชานาฏศิลป์อย่างมีความสุข และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูและนักเรียน

4. การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม (Defining appropriate teaching techniques) หมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน รูปแบบการสอบ และการมอบหมายงานที่ยืดหยุ่นและสอดคล้องกับวัย ระดับความสามารถ ความถนัด และความสนใจของนักเรียนแต่ละระดับชั้น รวมถึงครูติดตาม และประเมินผลการเรียน ผลการสอบ และผลการปฏิบัติงานตามที่ครูมอบหมายอย่างเคร่งครัด และทั่วถึงนักเรียนทุกคน

5. การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม (Searching for practice-assisting tools) หมายถึง การที่ครูมอบหมายให้บุคคลอื่นที่มีคุณภาพทักษะที่ดีกว่าในการดูแลช่วยเหลือการฝึกซ้อม รวมถึงครูจัดหาสื่อ เทคนิคใหม่ๆเพิ่มเติม และชี้ข้อบกพร่องของนักเรียนรายบุคคล เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเพิ่มเติมมากขึ้น และฝึกซ้อมอย่างถูกต้องตามลำดับทำตามแบบแผน และสวยงาม

6. การเสริมแรง (Reinforcement) หมายถึง การตอบสนองต่อผลของการแสดงพฤติกรรม การฝึกซ้อมเพิ่มเติมของนักเรียนที่กระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมฝึกซ้อมเพิ่มเติมมากขึ้น

จากกรอบแนวคิดในการวิจัย นอกจากวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ยังมีตัวแปรสำคัญอื่น ๆ ในการศึกษา ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่

การกำกับตนเองในการฝึกฝน (Practicing self-regulation) คือการควบคุมการแสดงพฤติกรรมฝึกฝนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียนของตนเอง ให้เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยเป็นการฝึกฝนที่มีคุณภาพ มีความสม่ำเสมอและต่อเนื่อง ในทุกสภาพแวดล้อม ประกอบด้วย

1. การรับรู้พฤติกรรมฝึกฝน (Self-Observation) คือ การที่นักเรียนกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝน วางแผนตารางการฝึกฝนด้วยตนเอง และรู้ถึงความถูกต้อง สม่ำเสมอ และเคร่งครัดในการฝึกฝนของตนเองตามตารางเวลาที่กำหนดไว้

2. การประเมินพฤติกรรมฝึกฝน (Self-Judgement) คือ การสังเกตการลงมือฝึกฝนของตนเอง เปรียบเทียบกับตารางการฝึกฝนที่ตนเองวางไว้ และสังเกตพัฒนาการจากการฝึกฝน โดยนักเรียนประเมินการเปลี่ยนแปลงระดับคุณภาพของการปฏิบัติ ด้วยการเปรียบเทียบกับระดับคุณภาพเดิมของตนเอง หรือเปรียบเทียบกับระดับคุณภาพของเพื่อนร่วมชั้น

3. การตอบสนองต่อผลการฝึกฝน (Self-Reaction) หมายถึง การมีปฏิกิริยาต่อผลของการประเมินการฝึกฝนของตนเอง เพื่อเป็นแรงเสริมในการปรับปรุงพฤติกรรมฝึกฝน รักษาหรือพัฒนาระดับการฝึกฝนต่อไป แบ่งได้ 2 ลักษณะคือ การให้รางวัลตนเอง เมื่อนักเรียนสามารถฝึกฝนได้ตามแผนที่ตนเองกำหนดไว้ หรือเมื่อมีพัฒนาการทางทักษะตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ และการลงโทษตนเอง เมื่อนักเรียนไม่ฝึกฝนทักษะได้ตามแผนที่ตนเองกำหนดไว้ หรือเมื่อมีพัฒนาการทางทักษะต่ำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

นิสัยฝึกฝนตนเอง (self-practice habit) คือการแสดงพฤติกรรมฝึกฝนเพิ่มเติมด้วยตนเองเพื่อทบทวนบทเรียนนอกเวลาเรียนอย่างเป็นกิจวัตร และสม่ำเสมอ ประกอบด้วย

1. การฝึกฝนตามแบบแผน (Theoretic practicing) หมายถึง การทบทวนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้อง ตามลำดับขั้นตอน และตามระเบียบแบบแผน จาริตให้ได้ผลลัพธ์จากการปฏิบัติที่มีคุณภาพ

2. การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด (Scheduled practicing) หมายถึง มีการวางแผนตารางฝึกฝน โดยกำหนดช่วงเวลา และขอบเขตของการปฏิบัติในการฝึกฝนแต่ละครั้ง และดำเนินการทบทวนการปฏิบัติทักษะตามแผนที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด

3. การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ (Routine practicing) หมายถึง การทบทวนการปฏิบัติทักษะอย่างต่อเนื่องให้เป็นกิจวัตร

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ เป็นผลการวิจัยที่ได้นำผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพมาใช้ในการศึกษาต่อเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 3 เพื่อวิเคราะห์อิทธิพลของวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน ซึ่งได้ข้อมูลจากแบบสอบถามที่เก็บข้อมูลจากนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สาขาโขนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ปีการศึกษา 2558 จำนวน 769 คน โดยในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ และความหมายที่ใช้แทนค่าสถิติ และตัวแปรต่างๆ ดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนค่าทางสถิติ

\bar{X}	หมายถึง	มัชฌิมเลขคณิต หรือค่าเฉลี่ย (mean)
SD	หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)
χ^2	หมายถึง	ดัชนีตรวจสอบความกลมกลืน ประเภทค่าสถิติไค-สแควร์
df	หมายถึง	องศาอิสระ (degree of freedom)
TE	หมายถึง	ขนาดอิทธิพลรวม (total effect)
IE	หมายถึง	ขนาดอิทธิพลทางอ้อม (indirect effect)
DE	หมายถึง	ขนาดอิทธิพลทางตรง (direct effect)
R^2	หมายถึง	สัมประสิทธิ์การทำนาย (coefficient of determination)
GFI	หมายถึง	ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of Fit Index)
AGFI	หมายถึง	ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted Goodness of Fit Index)
RMR	หมายถึง	ดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (Root Mean Squared Residual)

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปร

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปรแฝง

STUD	หมายถึง	วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง
TEAC	หมายถึง	วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน
REG	หมายถึง	การกำกับตนเองในการฝึกฝน
HABIT	หมายถึง	นิสัยฝึกฝนตนเอง

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปรสังเกตได้

วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง

STARGET	หมายถึง	การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม
SCOMPARE	หมายถึง	การเปรียบเทียบกับเพื่อน
SREQUEST	หมายถึง	การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม

วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน

TSUPPORT	หมายถึง	การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม
TTARGET	หมายถึง	การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม
TATTITUDE	หมายถึง	การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน
TTEACH	หมายถึง	การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม
TTOOL	หมายถึง	การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม
TREIN	หมายถึง	การเสริมแรง

การกำกับตนเองในการฝึกฝน

OBSERV	หมายถึง	การรับรู้พฤติกรรมกรรมการฝึกฝน
JUDGE	หมายถึง	การประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกฝน
REAC	หมายถึง	การตอบสนองต่อผลการฝึกฝน

นิสัยฝึกฝนตนเอง

THEOR	หมายถึง	การฝึกฝนตามแบบแผน
SCHEDULE	หมายถึง	การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด
ROUTINE	หมายถึง	การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ

2.1 ข้อมูลทั่วไปของตัวอย่างวิจัย

ตัวอย่างวิจัยที่ให้ข้อมูลเชิงปริมาณในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยนักเรียนเพศหญิงหรือนักเรียนสาขาละครจำนวน 696 คน คิดเป็นร้อยละ 90.5 และเป็นนักเรียนเพศชาย หรือนักเรียนสาขาโขนจำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 9.5 เรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มากที่สุดจำนวน

172 คน คิดเป็นร้อยละ 22.4 รองลงมาคือ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 22.4 และระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 17.3 ตามลำดับ และเรียนอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 น้อยที่สุดจำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 13.3 โดยนักเรียนมีระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ ในภาคเรียนที่ผ่านมาในระดับ 3.50 มากที่สุดจำนวน 224 คน คิดเป็นร้อยละ 29.1 รองลงมาคือในระดับ 4.00 จำนวน 206 คน คิดเป็นร้อยละ 26.8 และในระดับ 3.00 จำนวน 204 คน คิดเป็นร้อยละ 26.5 ตามลำดับ และมีผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ ในภาคเรียนที่ผ่านมาในระดับ 1.00 น้อยที่สุดจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 0.3

ตารางที่ 4.1 จำนวน ร้อยละของตัวอย่างวิจัย จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์

	ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	73	9.5
	หญิง	696	90.5
	รวม	769	100.0
ระดับชั้น	มัธยมศึกษาปีที่ 1	172	22.4
	มัธยมศึกษาปีที่ 2	151	19.6
	มัธยมศึกษาปีที่ 3	133	17.3
	มัธยมศึกษาปีที่ 4	106	13.8
	มัธยมศึกษาปีที่ 5	102	13.3
	มัธยมศึกษาปีที่ 6	105	13.7
	รวม	769	100.0
ระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ (ภาคปลาย ปีการศึกษา 2557)	4.00	206	26.8
	3.50	224	29.1
	3.00	204	26.5
	2.50	93	12.1
	2.00	30	3.9
	1.50	10	1.3
	1.00	2	0.3
	รวม	769	100.0

2.2 พฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียน

นักเรียนที่เป็นตัวอย่างวิจัยส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์นอกเวลาเรียน 30 นาที จำนวน 241 คน คิดเป็นร้อยละ 31.3 รองลงมาคือใช้ระยะเวลา 60 นาที จำนวน 132 คน คิดเป็นร้อยละ 17.2 และใช้ระยะเวลา 20 นาที จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 12.9 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามเพศพบว่า นักเรียนชายส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการฝึกฝน 15 นาที จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 3.1 รองลงมาคือ ใช้ระยะเวลา 30 นาที จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 2.1 นักเรียนหญิงส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการฝึกฝน 30 นาที จำนวน 225 คน คิดเป็นร้อยละ 29.3 รองลงมาคือ ใช้ระยะเวลา 60 นาที จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 15.3 เมื่อจำแนกตามระดับชั้นพบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 5 ส่วนใหญ่ ใช้ระยะเวลาในการฝึกฝน 30 นาที จำนวน 53, 50, 36, 39 และ 40 คนตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 6.9, 6.5, 4.7, 5.1 และ 5.2 ตามลำดับ ส่วนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการฝึกฝน 60 นาที จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 4.2 เมื่อจำแนกตามระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์พบว่า นักเรียนที่มีผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ในระดับ 2.50 - 4.00 ส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการฝึกฝน 30 นาที จำนวน 9, 25, 68, 67 และ 68 คนตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 1.2, 3.3, 8.8, 8.7 และ 8.8 ตามลำดับ ส่วนนักเรียนที่มีผลการเรียนวิชา นาฏศิลป์น้อยกว่าระดับ 2.50 มีจำนวนไม่มากนัก ใช้ระยะเวลาในการฝึกฝน 10, 20, 30 และ 60 นาที

ตารางที่ 4.2 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับระยะเวลาในการฝึกฝน จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์

ข้อมูลทั่วไป	ระยะเวลาในการฝึกฝน(นาทีต่อครั้ง)														รวม		
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	60	90	120	150		180	
เพศ ชาย	จำนวน	0	4	24	5	0	16	0	0	3	0	14	2	5	0	0	73
	ร้อยละ	0.0	0.5	3.1	0.7	0.0	2.1	0.0	0.0	0.4	0.0	1.8	0.3	0.7	0.0	0.0	9.5
หญิง	จำนวน	20	78	70	94	4	225	1	21	20	12	118	5	24	1	3	696
	ร้อยละ	2.6	10.1	9.1	12.2	0.5	29.3	0.1	2.7	2.6	1.6	15.3	0.7	3.1	0.1	0.4	90.5
รวม	จำนวน	20	82	94	99	4	241	1	21	23	12	132	7	29	1	3	769
	ร้อยละ	2.6	10.7	12.2	12.9	0.5	31.3	0.1	2.7	3.0	1.6	17.2	0.9	3.8	0.1	0.4	100.0
ระดับชั้น ม.1	จำนวน	6	24	16	23	2	53	0	10	6	3	25	0	4	0	0	172
	ร้อยละ	0.8	3.1	2.1	3.0	0.3	6.9	0.0	1.3	0.8	0.4	3.3	0.0	0.5	0.0	0.0	22.4

ตารางที่ 4.2 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับระยะเวลาในการฝึกฝน
จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	ระยะเวลาในการฝึกฝน(นาทีต่อครั้ง)																
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	60	90	120	150	180	รวม	
ระดับชั้น ม.2	จำนวน	3	21	34	16	1	50	0	2	3	0	20	1	0	0	0	151
(ต่อ)	ร้อยละ	0.4	2.7	4.4	2.1	0.1	6.5	0.0	0.3	0.4	0.0	2.6	0.1	0.0	0.0	0.0	19.6
ม.3	จำนวน	7	9	12	19	0	36	1	5	2	3	27	1	8	1	2	133
	ร้อยละ	0.9	1.2	1.6	2.5	0.0	4.7	0.1	0.7	0.3	0.4	3.5	0.1	1.0	0.1	0.3	17.3
ม.4	จำนวน	3	15	7	15	1	39	0	1	5	4	12	1	3	0	0	106
	ร้อยละ	0.4	2.0	0.9	2.0	0.1	5.1	0.0	0.1	0.7	0.5	1.6	0.1	0.4	0.0	0.0	13.8
ม.5	จำนวน	1	9	9	13	0	40	0	2	3	1	16	0	7	0	1	102
	ร้อยละ	0.1	1.2	1.2	1.7	0.0	5.2	0.0	0.3	0.4	0.1	2.1	0.0	0.9	0.0	0.1	13.3
ม.6	จำนวน	0	4	16	13	0	23	0	1	4	1	32	4	7	0	0	105
	ร้อยละ	0.0	0.5	2.1	1.7	0.0	3.0	0.0	0.1	0.5	0.1	4.2	0.5	0.9	0.0	0.0	13.7
รวม	จำนวน	20	82	94	99	4	241	1	21	23	12	132	7	29	1	3	769
	ร้อยละ	2.6	10.7	12.2	12.9	0.5	31.3	0.1	2.7	3.0	1.6	17.2	0.9	3.8	0.1	0.4	100.0
ระดับ 4.00	จำนวน	7	22	28	19	3	68	1	4	8	4	32	2	7	0	1	206
ผลการเรียน	ร้อยละ	0.9	2.9	3.6	2.5	0.4	8.8	0.1	0.5	1.0	0.5	4.2	0.3	0.9	0.0	0.1	26.8
3.50	จำนวน	7	22	25	36	0	67	0	10	6	3	33	2	12	0	1	224
	ร้อยละ	0.9	2.9	3.3	4.7	0.0	8.7	0.0	1.3	0.8	0.4	4.3	0.3	1.6	0.0	0.1	29.1
3.00	จำนวน	3	26	24	16	1	68	0	2	7	5	41	2	7	1	1	204
	ร้อยละ	0.4	3.4	3.1	2.1	0.1	8.8	0.0	0.3	0.9	0.7	5.3	0.3	0.9	0.1	0.1	26.5
2.50	จำนวน	1	8	12	17	0	25	0	5	1	0	20	1	3	0	0	93
	ร้อยละ	0.1	1.0	1.6	2.2	0.0	3.3	0.0	0.7	0.1	0.0	2.6	0.1	0.4	0.0	0.0	12.1
2.00	จำนวน	1	3	5	6	0	9	0	0	1	0	5	0	0	0	0	30
	ร้อยละ	0.1	0.4	0.7	0.8	0.0	1.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	3.9

ตารางที่ 4.2 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับระยะเวลาในการฝึกฝน
จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	ระยะเวลาในการฝึกฝน(นาทีต่อครั้ง)															
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	60	90	120	150	180	รวม
ระดับ 1.50	จำนวน 0	1	0	4	0	4	0	0	0	0	1	0	0	0	0	10
ผลการเรียน	ร้อยละ 0.0	0.1	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3
(ต่อ) 1.00	จำนวน 1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
	ร้อยละ 0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3
รวม	จำนวน 20	82	94	99	4	241	1	21	23	12	132	7	29	1	3	769
	ร้อยละ 2.6	10.7	12.2	12.9	0.5	31.3	0.1	2.7	3.0	1.6	17.2	0.9	3.8	0.1	0.4	100.0

นักเรียนที่เป็นตัวอย่างวิจัยฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์นอกเวลาเรียน 5 ครั้งต่อสัปดาห์มากที่สุด จำนวน 264 คน คิดเป็นร้อยละ 34.3 รองลงมาคือ 3 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 23.7 และ 2 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 13.1 เมื่อจำแนกตามเพศพบว่า ทั้งนักเรียนชายและหญิงส่วนใหญ่ฝึกฝน 5 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน 47 และ 217 คนตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 6.1 และ 28.2 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามระดับชั้นพบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 4 และระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ส่วนใหญ่ฝึกฝน 5 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน 69, 43, 52, 35 และ 46 คนตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 9.0, 5.6, 6.8, 4.6 และ 6.2 ตามลำดับ ส่วนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ส่วนใหญ่ฝึกฝน 3 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน 39 คิดเป็นร้อยละ 5.1 เมื่อจำแนกตามระดับผลการเรียนวิชา นาฏศิลป์พบว่า นักเรียนที่มีผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ในระดับ 3.00 - 4.00 ส่วนใหญ่ฝึกฝน 5 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน 73, 77 และ 76 คนตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 9.5, 10.0 และ 9.9 ตามลำดับ ส่วนนักเรียนที่มีผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ในระดับน้อยกว่า 3.00 ส่วนใหญ่ฝึกฝน 2 - 3 ครั้งต่อสัปดาห์ในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน

ตารางที่ 4.3 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับจำนวนครั้งของการฝึกฝน
จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์

ข้อมูลทั่วไป		จำนวนครั้งของการฝึกฝน (ครั้งต่อสัปดาห์)													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	15	รวม	
เพศ	ชาย	จำนวน	1	2	6	6	47	4	5	1	0	1	0	0	73
	ร้อยละ	0.1	0.3	0.8	0.8	6.1	0.5	0.7	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	9.5	
	หญิง	จำนวน	24	99	176	69	217	55	30	1	1	12	4	8	696
	ร้อยละ	3.1	12.9	22.9	9.0	28.2	7.2	3.9	0.1	0.1	1.6	0.5	1.0	90.5	
รวม		จำนวน	25	101	182	75	264	59	35	2	1	13	4	8	769
	ร้อยละ	3.3	13.1	23.7	9.8	34.3	7.7	4.6	0.3	0.1	1.7	0.5	1.0	100.0	
ระดับชั้น	ม.1	จำนวน	4	8	51	20	69	14	3	0	0	2	0	1	172
	ร้อยละ	0.5	1.0	6.6	2.6	9.0	1.8	0.4	0.0	0.0	0.3	0.0	0.1	22.4	
	ม.2	จำนวน	0	24	42	19	43	8	9	1	0	3	1	1	151
	ร้อยละ	0.0	3.1	5.5	2.5	5.6	1.0	1.2	0.1	0.0	0.4	0.1	0.1	19.6	
	ม.3	จำนวน	6	23	15	16	52	11	5	0	0	5	0	0	133
	ร้อยละ	0.8	3.0	2.0	2.1	6.8	1.4	0.7	0.0	0.0	0.7	0.0	0.0	17.3	
	ม.4	จำนวน	7	16	23	6	35	6	7	0	0	1	1	4	106
	ร้อยละ	0.9	2.1	3.0	0.8	4.6	0.8	0.9	0.0	0.0	0.1	0.1	0.5	13.8	
	ม.5	จำนวน	4	23	39	9	19	2	4	0	0	1	0	1	102
	ร้อยละ	0.5	3.0	5.1	1.2	2.5	0.3	0.5	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	13.3	
	ม.6	จำนวน	4	7	12	5	46	18	7	1	1	1	2	1	105
	ร้อยละ	0.5	0.9	1.6	0.7	6.0	2.3	0.9	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1	13.7	
รวม		จำนวน	25	10	182	75	264	59	35	2	1	13	4	8	769
	ร้อยละ	3.3	13.1	23.7	9.8	34.3	7.7	4.6	0.3	0.1	1.7	0.5	1.0	100.0	

ตารางที่ 4.3 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับจำนวนครั้งของการฝึกฝน
จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนครั้งของการฝึกฝน (ครั้งต่อสัปดาห์)												รวม	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	15		
เกรดเฉลี่ย 4.00	จำนวน	6	24	42	18	76	18	12	1	0	5	0	4	206
	ร้อยละ	0.8	3.1	5.5	2.3	9.9	2.3	1.6	0.1	0.0	0.7	0.0	0.5	26.8
3.50	จำนวน	8	18	53	27	77	20	13	0	1	3	2	2	224
	ร้อยละ	1.0	2.3	6.9	3.5	10.0	2.6	1.7	0.0	0.1	0.4	0.3	0.3	29.1
3.00	จำนวน	6	32	50	20	73	13	5	1	0	2	0	2	204
	ร้อยละ	0.8	4.2	6.5	2.6	9.5	1.7	0.7	0.1	0.0	0.3	0.0	0.3	26.5
2.50	จำนวน	4	15	24	6	31	6	4	0	0	3	0	0	93
	ร้อยละ	0.5	2.0	3.1	0.8	4.0	0.8	0.5	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0	12.1
2.00	จำนวน	1	7	9	3	5	2	1	0	0	0	2	0	30
	ร้อยละ	0.1	0.9	1.2	0.4	0.7	0.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	3.9
1.50	จำนวน	0	5	2	1	2	0	0	0	0	0	0	0	10
	ร้อยละ	0.0	0.7	0.3	0.1	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3
1.00	จำนวน	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
	ร้อยละ	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3
รวม	จำนวน	25	101	182	75	264	59	35	2	1	13	4	8	769
	ร้อยละ	3.3	13.1	23.7	9.8	34.3	7.7	4.6	0.3	0.1	1.7	0.5	1.0	100.0

นักเรียนที่เป็นตัวอย่างวิจัยส่วนใหญ่ฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์นอกเวลา
ในเวลาหลังเลิกเรียน จำนวน 642 คน คิดเป็นร้อยละ 83.5 รองลงมาคือในเวลาเข้าก่อนเข้าเรียน
จำนวน 250 คน คิดเป็นร้อยละ 32.5 และในเวลาว่างอื่นๆ เช่น ระหว่างคาบเรียนวิชาสามัญที่
อาจารย์ไม่สอนหรือเวลาว่างระหว่างวัน จำนวน 205 คน คิดเป็นร้อยละ 26.7 เมื่อจำแนกตามเพศ
พบว่า ทั้งนักเรียนชายและหญิงส่วนใหญ่ฝึกฝนในเวลาหลังเลิกเรียน จำนวน 60 และ 582 คน
ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 7.8 และ 75.7 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามระดับชั้นพบว่า นักเรียนระดับ
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ส่วนใหญ่ฝึกฝนในเวลาหลังเลิกเรียน จำนวน 133, 134, 112, 87, 83

และ 93 คนตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 17.3, 17.4, 14.6, 11.3, 10.8 และ 12.1 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์พบว่า นักเรียนที่มีผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ ในทุกระดับส่วนใหญ่ฝึกฝนในเวลาหลังเลิกเรียน จำนวน 2, 8, 28, 72, 166, 193 และ 173 คน ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ 0.3, 1.0, 3.6, 9.4, 21.6, 25.1 และ 22.5 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.4 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียนเกี่ยวกับช่วงเวลาในการฝึกฝน จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์

ข้อมูลทั่วไป			ช่วงเวลาในการฝึกฝน					
			เช้า	พักกลางวัน	หลังเลิกเรียน	กลางคืน	วันหยุด	เวลาว่างอื่นๆ
เพศ	ชาย	จำนวน	39	22	60	10	5	11
		ร้อยละ	5.1	2.9	7.8	1.3	0.7	1.4
	หญิง	จำนวน	211	149	582	139	154	194
		ร้อยละ	27.4	19.4	75.7	18.1	20.0	25.2
รวม		จำนวน	250	171	642	149	159	205
		ร้อยละ	32.5	22.2	83.5	19.4	20.7	26.7
ระดับชั้น	ม.1	จำนวน	69	18	133	32	29	27
		ร้อยละ	9.0	2.3	17.3	4.2	3.8	3.5
	ม.2	จำนวน	69	47	134	34	32	57
		ร้อยละ	9.0	6.1	17.4	4.4	4.2	7.4
	ม.3	จำนวน	36	23	112	28	38	39
		ร้อยละ	4.7	3.0	14.6	3.6	4.9	5.1
	ม.4	จำนวน	33	26	87	14	21	36
		ร้อยละ	4.3	3.4	11.3	1.8	2.7	4.7
	ม.5	จำนวน	12	11	83	15	29	24
		ร้อยละ	1.6	1.4	10.8	2.0	3.8	3.1

ตารางที่ 4.4 ค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการศึกษาของนักเรียนเกี่ยวกับช่วงเวลาในการฝึกฝน
จำแนกตามเพศ ระดับชั้น และระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	ช่วงเวลาในการฝึกฝน						เวลาร่าง อื่นๆ
	เช้า	พักกลางวัน	หลังเลิก เรียน	กลางคืน	วันหยุด		
ระดับชั้น ม.6	จำนวน	31	46	93	26	10	22
(ต่อ)	ร้อยละ	4.0	6.0	12.1	3.4	1.3	2.9
รวม	จำนวน	250	171	642	149	159	205
	ร้อยละ	32.5	22.2	83.5	19.4	20.7	26.7
เกรดเฉลี่ย 4.00	จำนวน	68	39	173	47	44	51
	ร้อยละ	8.8	5.1	22.5	6.1	5.7	6.6
3.50	จำนวน	74	45	193	32	49	61
	ร้อยละ	9.6	5.9	25.1	4.2	6.4	7.9
3.00	จำนวน	61	54	166	38	49	48
	ร้อยละ	7.9	7.0	21.6	4.9	6.4	6.2
2.50	จำนวน	32	20	72	21	10	33
	ร้อยละ	4.2	2.6	9.4	2.7	1.3	4.3
2.00	จำนวน	10	7	28	7	5	8
	ร้อยละ	1.3	0.9	3.6	0.9	0.7	1.0
1.50	จำนวน	4	5	8	3	2	4
	ร้อยละ	0.5	0.7	1.0	0.4	0.3	0.5
1.00	จำนวน	1	1	2	1	0	0
	ร้อยละ	0.1	0.1	0.3	0.1	0.0	0.0
รวม	จำนวน	250	171	642	149	159	205
	ร้อยละ	32.5	22.20	83.50	19.40	20.70	26.70

2.3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งหมด

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษาในงานวิจัยนี้ เป็นการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ เพื่อพิจารณาตรวจสอบความเหมาะสมของเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ที่จะนำไปใช้ในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของระดับนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน มีรายละเอียดการนำเสนอในตารางที่ 4.3

เมื่อพิจารณาสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้จำนวน 15 ตัว พบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีจำนวน 104 คู่ โดยความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีนัยสำคัญทางสถิติเป็นความสัมพันธ์ทางบวก มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตั้งแต่ .176 ถึง .720

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมดพบว่า ตัวแปรทุกตัวมีความสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญระดับ .01 เป็นความสัมพันธ์ทางบวก หมายความว่าตัวแปรทุกคู่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม (TTOOL) และการเสริมแรง (TREIN) มีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระดับ .01 เท่ากับ .720 แสดงว่า หากครูใช้วิธีการหาตัวช่วยในการฝึกซ้อมกับนักเรียนมากขึ้น จะทำให้ครูใช้วิธีการเสริมแรงมากขึ้นตามไปด้วย

สำหรับความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ของวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง พบว่าตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม (STARGET) และการเปรียบเทียบกับเพื่อน (SCOMPARE) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระดับ .01 เท่ากับ .670 แสดงว่าถ้านักเรียนใช้วิธีการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อมของตนเองมากขึ้น จะทำให้นักเรียนใช้วิธีการเปรียบเทียบกับเพื่อนมากขึ้นเช่นกัน

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ของวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน พบว่าตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม (TTOOL) และการเสริมแรง (TREIN) มีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระดับ .01 เท่ากับ .720 แสดงว่า หากครูใช้วิธีการหาตัวช่วยในการฝึกซ้อมกับนักเรียนมากขึ้น จะทำให้ครูใช้วิธีการเสริมแรงมากขึ้นตามไปด้วย

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ของการกำกับตนเองในการฝึกฝนพบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การรับรู้พฤติกรรมการฝึกฝน (OBSERV) และการประเมินพฤติกรรมการฝึกฝน (JUDGE) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระดับ .01 เท่ากับ .660 แสดงว่าถ้านักเรียนรับรู้พฤติกรรมการฝึกฝนตนเองมากขึ้น จะส่งผลให้นักเรียนประเมินพฤติกรรม การฝึกฝนของตนเองมากขึ้นด้วย

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ของนิสัยฝึกฝนตนเองพบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด (SCHEDULE) และการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ (ROUTINE) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระดับ .01 เท่ากับ .575 แสดงว่าถ้านักเรียนฝึกฝนตามแผนตารางเวลาที่กำหนดไว้เคร่งครัดมากขึ้น จะส่งผลให้นักเรียนมีการฝึกฝนที่สม่ำเสมอมากขึ้นเช่นกัน

กล่าวโดยสรุปเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 15 ตัว รวม 104 คู่ พบว่าทุกคู่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระดับ .01 ในทิศทางเดียวกันคือ มีความสัมพันธ์ทางบวก แสดงว่าหากตัวแปรตัวใดตัวหนึ่งเพิ่มขึ้น ตัวแปรตัวอื่นๆจะเพิ่มขึ้นด้วย ในขณะที่เดียวกันหากตัวแปรตัวใดตัวหนึ่งลดลง ตัวแปรตัวอื่นๆจะลดลงด้วย



ตารางที่ 4.5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของตัวอย่างวิจัย (n = 769)

ตัวแปร	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	TATTITUDE	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	REAC	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
STARGET	1														
SCOMPARE	.670**	1													
SREQUEST	.598**	.560**	1												
TSUPPORT	.352**	.267**	.319**	1											
TTARGET	.397**	.332**	.420**	.454**	1										
TATTITUDE	.468**	.346**	.462**	.450**	.684**	1									
TTEACH	.429**	.347**	.426**	.486**	.590**	.699**	1								
TTOOL	.401**	.320**	.398**	.488**	.613**	.671**	.670**	1							
TREIN	.399**	.314**	.358**	.473**	.484**	.598**	.611**	.720**	1						
OBSERV	.606**	.520**	.553**	.387**	.356**	.381**	.379**	.337**	.336**	1					
JUDGE	.621**	.525**	.583**	.291**	.359**	.401**	.333**	.346**	.378**	.660**	1				
REAC	.622**	.535**	.529**	.354**	.388**	.427**	.432**	.376**	.368**	.596**	.578**	1			
THEOR	.573**	.472**	.551**	.329**	.432**	.473**	.386**	.395**	.379**	.597**	.663**	.611**	1		
SCHEDULE	.496**	.393**	.370**	.373**	.294**	.356**	.393**	.350**	.390**	.630**	.483**	.549**	.498**	1	
ROUTINE	.572**	.404**	.390**	.317**	.337**	.381**	.344**	.319**	.372**	.496**	.486**	.553**	.461**	.575**	1
\bar{x}	3.850	3.600	4.024	3.461	3.954	3.982	3.653	3.766	3.762	3.607	3.594	3.597	3.864	3.214	3.402
SD	.728	.819	.729	.972	.760	.768	.804	.762	.842	.736	.569	.745	.716	.659	.709

2.4 ผลการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองกับข้อมูลเชิงประจักษ์

การวิเคราะห์ข้อมูลในตอนนี้เป็นการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองหรือโมเดลเชิงสาเหตุ กับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีสมมุติฐานในการทดสอบคือ เมทริกซ์ความแปรปรวน – ความแปรปรวนร่วมตามโมเดลสมมุติฐานเท่ากับเมทริกซ์ความแปรปรวน – ความแปรปรวนร่วมที่ได้จากข้อมูลเชิงประจักษ์ ($H_0 : \Sigma = S$) โดยมีตัวแปรแฝงทั้งหมด 4 ตัวแปรคือ วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง การกำกับตนเองในการฝึกฝน และนิสัยฝึกฝนตนเอง และมีตัวแปรสังเกตใช้ในการวิเคราะห์ทั้งหมด 15 ตัว

การตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลเชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองตามสมมุติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า โมเดลตามสมมุติฐานไม่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์มีค่าเท่ากับ 473.17 ที่ค่าองศาอิสระเท่ากับ 85 และความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ 0.000 ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.922 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.890 ค่าดัชนีกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR) เท่ากับ 0.0230 และค่าเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐานระหว่างตัวแปรสูงสุด (largest standardized residuals) เท่ากับ 4.672

จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าว ผู้วิจัยได้ทำการปรับโมเดลเชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง โดยยอมให้ความคลาดเคลื่อนมีความสัมพันธ์กันได้ ซึ่งการปรับโมเดลในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยพิจารณาจากดัชนีตัดแปรโมเดล (Modification Indices) และผลการปรับโมเดล ทำให้ได้โมเดลเชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองที่มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ตามรายละเอียดของผลการวิเคราะห์ในตารางที่ 12 เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์โมเดลเชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองพบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าสถิติที่ใช้ตรวจสอบความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ได้แก่ ค่าไค-สแควร์มีค่าเท่ากับ 60.30 ที่ค่าองศาอิสระเท่ากับ 49 และความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ 0.129 แสดงว่าผลการทดสอบค่าไค-สแควร์ไม่แตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หมายความว่า ยอมรับสมมุติฐานว่าโมเดลการวิจัยที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI = 0.990) ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI = 0.975) ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 1 ค่าดัชนีกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR = 0.0127) มีค่าเข้าใกล้ศูนย์ ค่าเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐานระหว่างตัวแปรสูงสุด (largest standardized residuals) เท่ากับ 0.065 ซึ่งมีค่าอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม (<2.00) และกราฟคิวพล็อตของค่าเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐาน (Q plot of standardized residuals) มีค่าความชันมากกว่าแนวทแยงหมายความว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ตารางที่ 4.6 ค่าสถิติผลการวิเคราะห์อิทธิพลของตัวแปรในโมเดลเชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง

ตัวแปรผล	REG			HABIT		
ตัวแปรสาเหตุ	TE	IE	DE	TE	IE	DE
STUD	0.122* (0.037)	- -	0.122* (0.037)	0.893* (0.061)	0.025* (0.012)	0.868* (0.061)
TEAC	0.826* (0.043)	- -	0.826* (0.043)	0.064* (0.037)	0.169* (0.086)	-0.105 (0.097)
REG	- -	- -	- -	0.205* (0.101)	- -	0.205* (0.101)
ค่าสถิติ						
ไค-สแควร์ = 60.30, df = 49, p = 0.12926, GFI = 0.990, AGFI = 0.975, RMR = 0.0127						
ตัวแปร	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	TATTITUDE
ความเที่ยง	0.705	0.501	0.632	0.378	0.576	0.790
ตัวแปร	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	REAC
ความเที่ยง	0.706	0.633	0.527	0.622	0.691	0.666
ตัวแปร	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE			
ความเที่ยง	0.591	0.441	0.368			
สมการโครงสร้างตัวแปร			REG	HABIT		
R SQUARE			0.818	0.870		
เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร			REAC	HABIT	STUD	TEAC
REAC			1.000			
HABIT			0.644	1.000		
STUD			0.615	0.931	1.000	
TEAC			0.899	0.597	0.597	1.000

หมายเหตุ *p < .05 ตัวเลขทึบคือ ค่าอิทธิพลในรูปคะแนนมาตรฐาน ตัวเลขในวงเล็บคือ ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน

การวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง เป็นการศึกษาว่าอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวมจากตัวแปรภายนอกจำนวน 2 ตัวคือ วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง (STUD) และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน (TEAC) และตัวแปรภายในที่เป็นตัวแปรส่งผ่านจำนวน 1 ตัวคือ การกำกับตนเองในการฝึกฝน (REG) ที่ส่งผลต่อตัวแปรแฝงภายในที่เป็นตัวแปรตามจำนวน 1 ตัวคือ นิสัยฝึกฝนตนเอง (HABIT)

เมื่อพิจารณาค่าความเที่ยงในการวัดตัวแปรสังเกตได้แต่ละตัวพบว่า ตัวแปรสังเกตได้ส่วนใหญ่มีค่าความเที่ยงอยู่ในเกณฑ์ดีคือ มีค่าระหว่าง 0.501 – 0.790 ยกเว้นความเที่ยงในการวัดตัวแปรการให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม (TSUPPORT) และการฝึกฝนตามแผนที่กำหนด (SCHEDULE) ที่มีค่าความเที่ยงค่อนข้างต่ำ มีค่าระหว่าง 0.368 ถึง 0.441

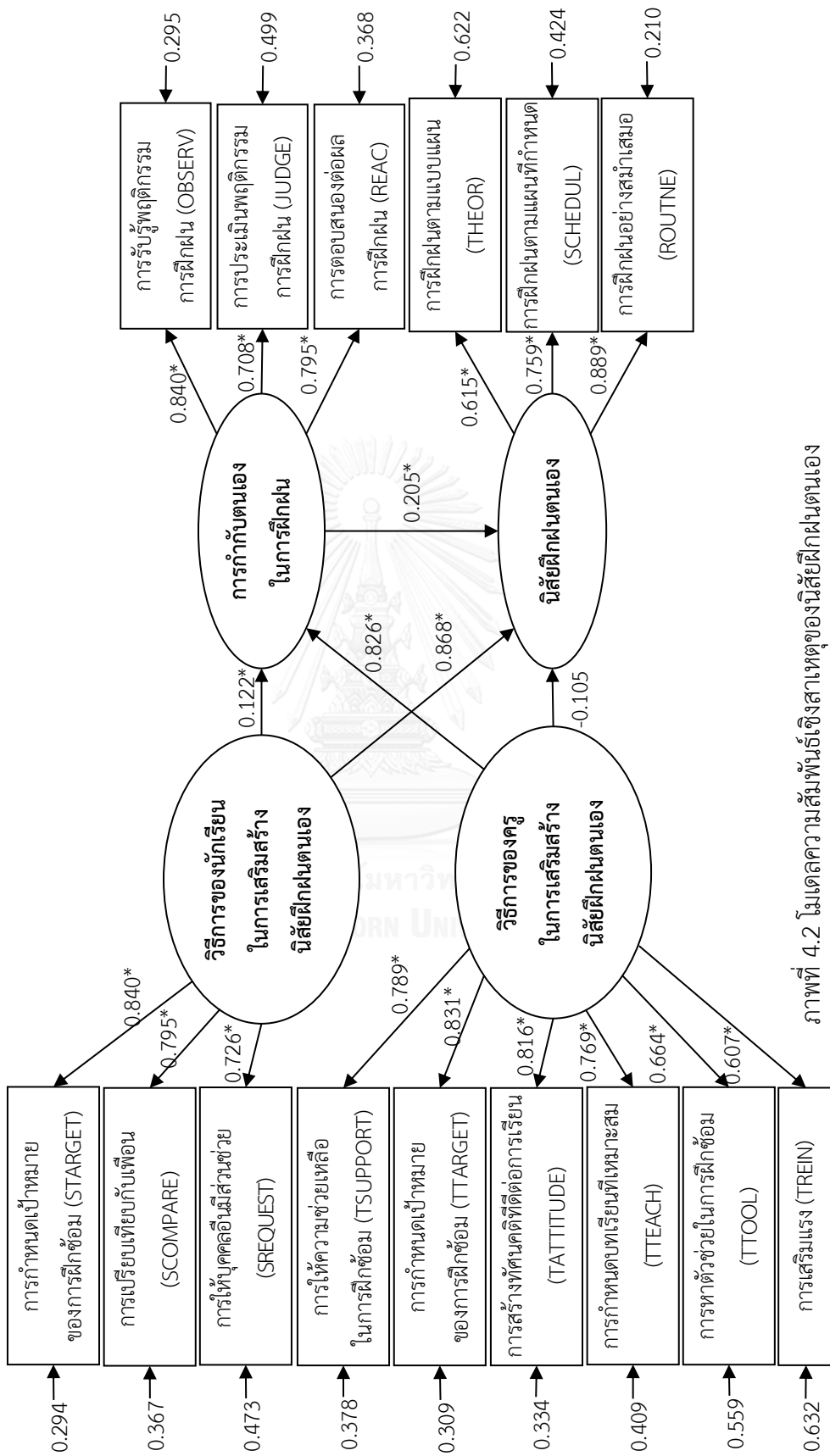
เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R-Square) ของสมการโครงสร้างของตัวแปรภายในที่เป็นตัวแปรตามและตัวแปรส่งผ่านได้แก่ การกำกับตนเองในการฝึกฝน ($R^2 = 0.818$) และนิสัยฝึกฝนตนเอง ($R^2 = 0.870$) พบว่า ตัวแปรทำนายหรือปัจจัยเชิงสาเหตุด้านวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง (STUD) ด้านวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน (TEAC) และการกำกับตนเองในการฝึกฝน (REG) ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรนิสัยฝึกฝนตนเอง (HABIT) ได้ร้อยละ 87.0 ตัวแปรทำนายหรือปัจจัยเชิงสาเหตุด้านวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง (STUD) และด้านวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน (TEAC) ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรการกำกับตนเองในการฝึกฝน (REG) ได้ถึงร้อยละ 81.8

จากผลการพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองพบว่า วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง (STUD) มีอิทธิพลรวมสูงสุดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญที่ส่งผลให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองสูงขึ้น หรือกล่าวได้ว่า หากนักเรียนมีการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม เปรียบเทียบกับเพื่อน และให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อมจะช่วยให้ นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองเพิ่มขึ้น โดยตัวแปรวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง (STUD) มีการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม เป็นสิ่งที่สำคัญ รองลงมาคือเปรียบเทียบกับเพื่อน และให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อมตามลำดับ ส่วนตัวแปรวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน (TEAC) มีการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อมเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด รองลงมาคือ การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม และการกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสมตามลำดับ และสำหรับตัวแปรการกำกับตนเองในการฝึกฝน (REG) มีการประเมินพฤติกรรม การฝึกฝนเป็นสิ่งสำคัญที่สุด รองลงมาคือการตอบสนองต่อผลการฝึกฝน และการรับรู้พฤติกรรม การฝึกฝนตามลำดับ

เมื่อพิจารณาค่าอิทธิพลในรูปของคะแนนมาตรฐานของตัวแปรที่เป็นตัวแปรทำนายหรือปัจจัยเชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองพบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงทางบวกอย่างมีนัยสำคัญต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนสูงสุดคือ วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง (STUD) รองลงมาคือ การกำกับตนเองในการฝึกฝน (REG) โดยมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.868 และ 0.205 ตามลำดับ หมายความว่า นักเรียนที่ใช้วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝน

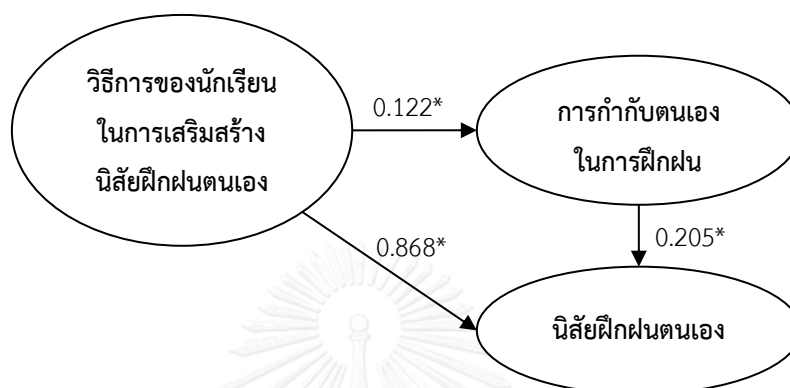
ตนเอง ทั้งการฝึกฝนตามแบบแผน การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ และมีการกำกับตนเองในการฝึกฝนทั้งการรับรู้พฤติกรรมกรรมการฝึกฝน การประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกฝน และการตอบสนองต่อผลการฝึกฝน จะทำให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองสูง แต่วิธีการของครู ในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง (STUD) และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน (TEAC) ยังมีอิทธิพลทางอ้อมต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง โดยผ่านการกำกับตนเองในการฝึกฝน (REG) ด้วยขนาดอิทธิพลทางอ้อมเท่ากับ 0.025 และ 0.169 ตามลำดับ

จากการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกทักษะนาฏศิลป์ของนักเรียน แสดงให้เห็นว่านักเรียนจะมีนิสัยฝึกฝนตนเองได้นั้น จำเป็นจะต้องใช้วิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของตัวนักเรียนเอง ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อมเปรียบเทียบกับเพื่อน และให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม เนื่องจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองมีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่หากนักเรียนมีการกำกับตนเองในการฝึกฝนประกอบไปด้วย จะช่วยให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองได้เช่นกันตามที่ผลการวิเคราะห์พบว่า วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน (TEAC) ยังมีอิทธิพลทางอ้อมต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง โดยผ่านการกำกับตนเองในการฝึกฝน



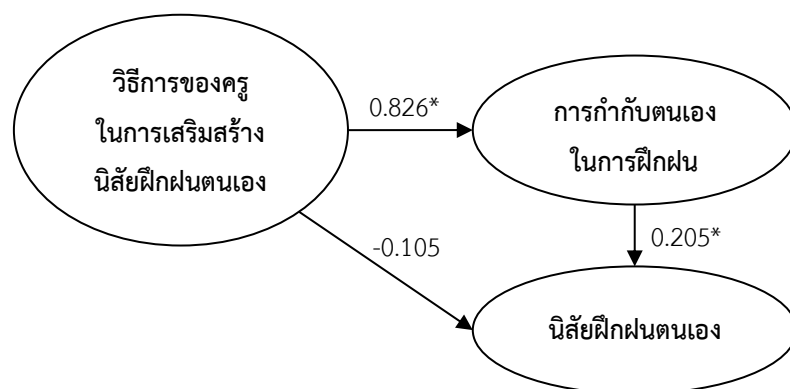
ภาพที่ 4.2 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง

เมื่อพิจารณาบทบาทการส่งผ่านของการกำกับตนเองในการฝึกฝน ในโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง พบว่า วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และการกำกับตนเองในการฝึกฝนมีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($B = 0.868, 0.205$ ตามลำดับ) ดังนั้น การกำกับตนเองในการฝึกฝนมีบทบาทในการส่งผ่านแบบบางส่วน (partial mediator) ดังภาพ 4.3



ภาพที่ 4.3 ผลการวิเคราะห์การเป็นตัวแปรส่งผ่านของการกำกับตนเอง โดยมีวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองเป็นตัวแปรต้น

เมื่อพิจารณาบทบาทการส่งผ่านของการกำกับตนเองในการฝึกฝน ในโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง พบว่า วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนมีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนตนเองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($B = -0.105$) และการกำกับตนเองในการฝึกฝนมีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($B = 0.205$) ดังนั้น การกำกับตนเองในการฝึกฝนมีบทบาทในการส่งผ่านแบบสมบูรณ์ (complete mediator) ดังภาพ 4.4



ภาพที่ 4.4 ผลการวิเคราะห์การเป็นตัวแปรส่งผ่านของการกำกับตนเอง โดยมีวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนเป็นตัวแปรต้น

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธีประกอบด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ และการวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน 2) ศึกษาวิธีการที่ครูใช้ในการเสริมสร้างนิสัยการฝึกฝนตนเองของนักเรียน และ 3) วิเคราะห์อิทธิพลของวิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยประชากรของการวิจัยคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สาขาโชนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ปีการศึกษา 2558 จำนวน 874 คน มีการดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 2 ขั้นตอนหลักคือ ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ เป็นการศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้างจำนวน 2 ชุด คือแบบสัมภาษณ์ชุดที่ 1 เป็นแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการสัมภาษณ์นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สาขาโชนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ ปีการศึกษา 2558 ระดับชั้นละ 3 คน รวมจำนวน 18 คน และแบบสัมภาษณ์ชุดที่ 2 เป็นแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการสัมภาษณ์ครูประจำวิชาเอก สาขาโชนและละคร วิทยาลัยนาฏศิลป์ จำนวน 10 คน โดยใช้วิธีการเลือกผู้ให้ข้อมูลทั้งนักเรียนและครูแบบเจาะจง และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา สรุปเป็นองค์ความรู้เพื่อนำไปใช้ในการดำเนินงานวิจัยขั้นตอนที่ 2 เป็นการศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณ เกี่ยวกับอิทธิพลของวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง โดยนำองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพมาสร้างเครื่องมือวัดคือ แบบสอบถาม ใช้เก็บข้อมูลกับตัวอย่างวิจัยที่สุ่มแบบแบ่งชั้นตามระดับชั้นของนักเรียนคือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 6 จำนวน 769 คน โดยการศึกษาในขั้นตอนนี้เป็นอิทธิพลของวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน (ตามการรับรู้ของนักเรียน) และการกำกับตนเองในการฝึกฝนที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ และมีการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการต่างๆ ได้แก่ การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นโดยใช้สถิติบรรยายได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงสรุปอ้างอิงได้แก่ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product-Moment Correlation Coefficient) การตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดล ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรปัจจัยที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง เพื่อหาขนาดอิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวมของปัจจัยที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง ตามหลักการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง โดยใช้โปรแกรมลิสเรล (LISREL)

สรุปผลการวิจัย

ในการสรุปผลการวิจัยครั้งนี้ สามารถนำเสนอตามลำดับเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ ดังนี้

1. วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง หรือกลยุทธ์ที่นักเรียนใช้ในการส่งเสริม และกระตุ้นให้ตนเองมีพฤติกรรมการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์อย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตร ประกอบด้วย การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม ได้แก่ การจดจำท่ารำได้อย่างแม่นยำ การพัฒนาทักษะ และแก้ไขข้อบกพร่องในการปฏิบัติท่ารำ พร้อมในการเรียนบทเรียนใหม่ คະแนนจากการสอบ ผลการเรียนปลายภาค การได้รับคัดเลือกให้เป็นนักแสดงในงาน หรือโอกาสต่างๆ การศึกษาต่อ การประกอบอาชีพ การพัฒนาตนเองตามแรงบันดาลใจจากบุคคลเป็นแบบอย่าง การสร้างความภาคภูมิใจให้แก่พ่อแม่ ผู้ปกครอง และการมุ่งมั่นในเป้าหมายที่กำหนดไว้ การเปรียบเทียบกับเพื่อนคนอื่น ได้แก่ การเปรียบเทียบระดับคุณภาพทักษะ และการเปรียบเทียบผลการเรียน และสุดท้ายคือ การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม ได้แก่ ครูเป็นผู้ช่วยในการฝึกซ้อม รุ่นพี่เป็นผู้ช่วยในการฝึกซ้อม และเพื่อนเป็นผู้ช่วยในการฝึกซ้อม และชักชวนกระตุ้นการฝึกซ้อม

2. วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน หรือกลยุทธ์ที่ใช้ในการส่งเสริม และกระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมการฝึกซ้อมเพิ่มเติม อย่างต่อเนื่อง และเป็นกิจวัตร ประกอบด้วย การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม ได้แก่ ครูนัดหมายช่วงเวลาในการฝึกซ้อม และครูให้คำแนะนำ และการช่วยเหลือในการฝึกซ้อม กำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม ได้แก่ การระบุระยะเวลาในการเรียนแต่ละบทเพลง รวมถึงตารางสอบ การได้รับคัดเลือกเป็นนักแสดงในงาน และโอกาสต่างๆ การแนะนำข้อดีของการฝึกซ้อม และข้อเสียของการไม่ฝึกซ้อม และการกระตุ้นให้นักเรียนคาดหวังเป้าหมายของการฝึกซ้อม การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน ได้แก่ การชี้แนะให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของวิชานาฏศิลป์ไทย ชี้แนะให้นักเรียนเห็นคุณค่าของตนเอง การยกตัวอย่างบุคคลต้นแบบ การแนะนำให้ชมการแสดงที่มีคุณภาพ มีความสร้างสรรค์ และหลากหลาย และการสร้างบรรยากาศในห้องเรียน ด้วยการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูและนักเรียน การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม ได้แก่ การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับวัย ความสามารถ และความถนัดของนักเรียน การมอบหมายงาน และติดตามผลงาน และการกำหนดรูปแบบของการสอบที่กระตุ้นให้มีการฝึกซ้อมมากขึ้น การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม ได้แก่ การเป็นผู้ที่อยู่ในกระบวนการฝึกซ้อมร่วมกับนักเรียน ในการควบคุมและดำเนินการฝึกซ้อม การมอบหมายให้บุคคลอื่น ได้แก่ รุ่นพี่ เพื่อนร่วมชั้น เป็นผู้ช่วยในการฝึกซ้อม การขอความร่วมมือจากผู้ปกครองในการกระตุ้นการฝึกซ้อม และการมอบหมายงานให้นักเรียนจัดบันทึกท่ารำ

และสุดท้ายคือ การเสริมแรง ไม่ว่าจะเป็นการเสริมแรงทางบวก ได้แก่ การชมเชย การให้กำลังใจ การให้คะแนน การให้โอกาสในการแสดง หรือการเสริมแรงลบ ได้แก่ การตำหนิ การลงโทษ การเปรียบเทียบกับเพื่อน

3. อิทธิพลที่ส่งผลและโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ของนักเรียน พิจารณาจากอิทธิพลรวมที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน และการกำกับตนเองในการฝึกฝน โดยมีอิทธิพลทางบวกเท่ากับ 0.893 0.064 และ 0.205 ตามลำดับ ได้รับอิทธิพลทางตรงจากวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และการกำกับตนเองในการฝึกฝน โดยมีอิทธิพลทางบวกเท่ากับ 0.868 และ 0.205 ตามลำดับ ได้รับอิทธิพลทางอ้อมที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน โดยส่งผ่านการกำกับตนเองในการฝึกฝน ด้วยอิทธิพลทางบวกเท่ากับ 0.025 และ 0.169 ตามลำดับ

ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเอง พบว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าสถิติที่ใช้ตรวจสอบความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ได้แก่ ค่าไค-สแควร์ มีค่าเท่ากับ 60.30 ที่ค่าองศาอิสระเท่ากับ 49 และความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ 0.129 แสดงว่าผลการทดสอบค่าไค-สแควร์ไม่แตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หมายความว่า ยอมรับสมมุติฐานว่าโมเดลการวิจัยที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI = 0.990) และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI= 0.975) ค่าดัชนีกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR = 0.0127) ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R-Square) ของสมการโครงสร้างของตัวแปรภายในแฝงพบว่า ตัวแปรในโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของนิสัยฝึกฝนตนเองสามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรการกำกับตนเองในการฝึกฝนได้ ร้อยละ 81.8 และนิสัยฝึกฝนตนเอง ร้อยละ 87.0

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยที่นำเสนอตามลำดับของประเด็นการวิจัย มีข้อค้นพบที่น่าสนใจสามารถนำเสนอในการอภิปรายผลแยกตามประเด็นของการวิจัยได้ดังนี้

1. วิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์

จากผลการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพเกี่ยวกับวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองพบว่า มีหลายวิธีการที่คล้ายกับวิธีการส่งเสริมนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะด้านอื่นๆ ที่ได้จากการศึกษาเอกสารคือ วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองด้วยการกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝน (Colletti, 2014; Horsey, 2011; P. Miksza, 2011; Weinberg, 2007) และการให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกฝน (Colletti, 2014; Macknight, 2006) และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนด้วยการเสริมแรง (Dhaliwal, 2012; Jonides, 2008; Williamon & Valentine, 2000) นอกจากนี้ การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพทำให้ได้วิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองที่เพิ่มเติม และแตกต่างไปจากการศึกษาข้อมูลจากเอกสารหลายประการได้แก่ วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองด้วยการเปรียบเทียบกับเพื่อน และวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ด้วยการให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน การกำหนดรูปแบบการเรียน การสอนที่เหมาะสม และการหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม ทั้งนี้ อาจต้องใช้หลายวิธีการร่วมกัน และต้องอาศัยความร่วมมือกันระหว่างนักเรียนและครู จึงจะสามารถเสริมสร้างให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองได้

วิธีการของนักเรียน และครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้เป็นวิธีการที่ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองได้ เนื่องจากนักเรียนทุกคนมีสิ่งที่สำคัญที่สุดเหมือนกันคือเป้าหมายของการฝึกฝนที่ชัดเจน และมีความมุ่งมั่นในเป้าหมายของตนเองมากเพียงพอ ทำให้นักเรียนมีความพยายามในการฝึกฝนอย่างเคร่งครัด นอกจากนี้ นักเรียนยังแข่งขันกับตนเอง และเพื่อนร่วมชั้น เพื่อพัฒนาทักษะของตนเองให้มีความชำนาญ เหมาะสมกับบริบทของการเป็นนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป์ที่ตนเองเลือกเรียนเพื่อพัฒนาทักษะเฉพาะด้านนาฏศิลป์อีกด้วย อีกทั้งนักเรียนยังเปิดใจให้บุคคลรอบข้างไม่ว่าจะเป็นเพื่อน รุ่นพี่ พ่อแม่ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งครู ให้ความช่วยเหลือในการฝึกฝนของนักเรียน เพื่อพัฒนาให้ได้รับสิ่งที่เป็นเป้าหมายของตนเอง ซึ่งบุคคลรอบข้างเหล่านี้ถือเป็นบุคคลสำคัญที่ส่งเสริมให้นักเรียนประสบความสำเร็จในเป้าหมาย (Colletti, 2014; Macknight, 2006)

นอกจากนี้ครูทุกคนยังให้ความสำคัญกับการให้ความช่วยเหลือนักเรียนในการฝึกซ้อม ไม่ว่าจะเป็นการนัดหมายตารางฝึกซ้อม หรือวิธีการอื่นๆของครู ซึ่งเป็นส่วนที่สำคัญในการส่งเสริมให้นักเรียนฝึกฝนตามแผนตารางได้จริงอย่างต่อเนื่อง และช่วยกระตุ้นนักเรียนที่มีเป้าหมายของการฝึกฝนไม่ชัดเจน หรือไม่มีเป้าหมายของการฝึกฝนได้ลงมือฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ และเกิดการพัฒนาด้านทักษะ ซึ่งอาจเป็นกระตุ้นให้นักเรียนได้กำหนดเป้าหมายของตนเองต่อไป และเป็นการสร้างทัศนคติที่ดีขึ้นต่อการเรียนนาฏศิลป์อีกด้วย ทั้งนี้ วิธีการต่างๆในการเสริมสร้างสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ก็ยังมีข้อจำกัดที่ควรคำนึงหลายประการ

สำหรับข้อจำกัดในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ พบว่าวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การเปรียบเทียบกับเพื่อน หรือการให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม นักเรียนจะใช้วิธีการต่างๆเหล่านี้ด้วยตนเองได้ จำเป็นจะต้องมีทัศนคติที่ดีต่อการปฏิบัติทักษะนาฏศิลป์ จึงจะสามารถกระตุ้นให้ตนเองลงมือปฏิบัติสิ่งนั้นซ้ำๆได้อย่างต่อเนื่อง เมื่อนักเรียนที่มีความรักและชอบในศาสตร์นาฏศิลป์ไทยจะมีความกระตือรือร้น พยายามฝึกฝนได้ด้วยตนเอง โดยที่ครูไม่ต้องกระตุ้นนักเรียน แต่สำหรับนักเรียนบางคนที่ไม่มีความรัก และชอบในศาสตร์นี้ แม้ว่าครูจะกระตุ้นด้วยวิธีการใดก็ตาม ก็ไม่เกิดพฤติกรรมการฝึกฝน สอดคล้องกับที่กล่าวไว้เมื่อนักเรียนตระหนักถึงความสำคัญ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนวิชาที่เกี่ยวข้องกับทักษะใดๆ นักเรียนจะมีความตั้งใจในการฝึกซ้อมทักษะนั้นๆมากขึ้น (สุภชชา โพธิ์เงิน, 2555) ทั้งนี้ นักเรียนแต่ละคนย่อมมีลักษณะส่วนบุคคลแตกต่างกัน นักเรียนจึงมีทัศนคติที่แตกต่างกันไปด้วย หรืออาจกล่าวได้ว่า นักเรียนจะมีทัศนคติที่ดีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งเหมือนกันทุกคนนั้น เป็นไปได้ยาก ครูผู้มีบทบาทในการจัดการเรียนการสอนให้แก่ นักเรียนทุกคน จึงเป็นบุคคลสำคัญที่จะพัฒนาให้นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อสิ่งนั้นๆ หรืออย่างน้อยที่สุดคือ ครูจะต้องทำให้นักเรียนทุกคนเห็นคุณค่าในสิ่งที่ตนเองมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบ ดังเช่น การเรียนวิชาเอกสาขา โขน ละคร ในวิทยาลัยนาฏศิลป์ ที่นักเรียนเป็นผู้สมัครเข้าเรียนนักเรียนก็ต้องตั้งใจเรียน และพัฒนาตนเองให้ดีที่สุดเพื่อให้ได้ผลการเรียนที่ดี และส่งเสริมให้นักเรียนมีอนาคตในการศึกษาต่อ หรือในการประกอบอาชีพที่ดี ครูจึงมีหน้าที่ในการส่งเสริม และสนับสนุนให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองในการเรียนวิชาเอกดังกล่าว และมีความกระตือรือร้นในการพัฒนาทักษะที่ตนเองเลือกเรียนอย่างเต็มความสามารถ ในขณะเดียวกัน แม้ว่านักเรียนบางคนจะมีความรักและชอบในศาสตร์นี้ แต่ไม่สามารถกระตุ้นให้ตนเองลงมือฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ได้ อันเนื่องมาจากสาเหตุต่างๆ อาจเป็นความท้อ ความเหนื่อย หรือขี้เกียจ ก็จำเป็นจะต้องได้รับการกระตุ้นจากครูผู้สอนเพิ่มเติมเช่นกัน

นอกจากนี้ อีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่เป็นข้อจำกัดให้นักเรียนและครูไม่สามารถดำเนินวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนนาฏศิลป์ได้อย่างเต็มที่คือ เวลาที่จำกัด โดยในกรณีของ

การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่า เกิดจากสถานที่ตั้งโรงเรียนที่อยู่ชานเมือง หรือไกลจากตัวเมือง ทำให้นักเรียนและครูใช้เวลาในการเดินทางไปกลับวิทยาลัยมากขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับช่วง 10 ปีก่อน วิทยาลัยนาฏศิลป์ตั้งอยู่ที่สนามหลวงซึ่งอยู่กลางเมือง นักเรียนและครูส่วนใหญ่สามารถเดินทางไปถึงวิทยาลัยได้แต่เช้า มีเวลาในการฝึกฝนทักษะค่อนข้างมาก ครูจึงสามารถนัดหมาย และกระตุ้นให้นักเรียนมาฝึกฝนได้อย่างเต็มที่ และยังใช้เวลาในช่วงเย็นในการฝึกฝนเพิ่มเติมได้อีกด้วย นอกจากนี้หลักสูตรในช่วง 10 ปีก่อน นั้นยังกำหนดให้เรียนบทเรียนไม่มากนัก นักเรียนจึงมีภาระงานเกี่ยวกับวิชาสามัญไม่มากเกินไป นักเรียนสามารถจัดเวลาเพื่อฝึกฝนได้ค่อนข้างมาก รวมถึงช่วงเวลาในการฝึกฝนทักษะแต่ละบทเพลงได้มากกว่าอีกด้วย แต่ในปัจจุบันหลักสูตรวิชานาฏศิลป์กำหนดให้นักเรียนเรียนบทเรียนที่มากขึ้น ผสมกับหลักสูตรวิชาสามัญมีเนื้อหามากขึ้น ทำให้นักเรียนมีการบ้านและกิจกรรมสำหรับวิชาสามัญมากขึ้น ทำให้นักเรียนมีเวลาในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ ซึ่งเป็นวิชาเอกได้น้อยลงรวมถึง ทำให้นักเรียนมีเวลาในการฝึกฝนทักษะแต่ละบทเรียนน้อยลงเช่นกัน ซึ่งเป็นสภาพของข้อจำกัดที่เหมือนกันข้อจำกัดในการเรียนการสอนวิชานาฏศิลป์ในโรงเรียนทั่วไป ทั้งนี้ถือเป็นข้อจำกัดที่สำคัญที่ทำให้นักเรียนจัดเวลาเพื่อให้ตนเองฝึกฝนทักษะได้ไม่มากเท่าที่ควร และส่งผลให้ครูไม่สามารถกระตุ้นนักเรียนให้ฝึกฝนอย่างเคร่งครัดเท่าที่ควรจะเป็นได้เช่นกัน

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์

จากการวิเคราะห์อิทธิพลของปัจจัยที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ของนักเรียนพบว่า วิธีการของนักเรียนและครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนที่มีอิทธิพลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองมากที่สุดเหมือนกันคือ การกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝน ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดเป้าหมายของตัวนักเรียนเองที่เป็นเป้าหมายในระยะสั้นอย่างคะแนน ผลการเรียน การได้รับโอกาสในการแสดง หรือเป้าหมายในระยะยาวอย่างการพัฒนาทักษะ การศึกษาต่อ ตลอดจนการประกอบอาชีพ หรือแม้กระทั่งเป้าหมายของการฝึกฝนที่ครูกำหนดให้นักเรียน ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดวันสอบแต่ละบทเพลงที่เรียน การคัดเลือกเป็นนักแสดงในงาน และโอกาสต่างๆ ที่วิทยาลัยจัดแสดง การบอกผลของการฝึกซ้อม เช่น การสร้างชื่อเสียงให้กับวิทยาลัย หรือแม้กระทั่งการกระตุ้นให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝนของตนเอง ล้วนแต่เป็นเป้าหมายที่มีความท้าทายตนเองที่ต้องอาศัยความมุ่งมั่นกับเป้าหมายของตนเอง จึงจะได้รับสิ่งที่เป็นเป้าหมายของตนเองทั้งสิ้น ซึ่งมีเพียงการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ และถูกต้องตามแบบแผนเท่านั้นจึงจะช่วยให้นักเรียนไปถึงเป้าหมายเหล่านั้นได้ ยิ่งนักเรียนอยากได้สิ่งที่คาดหวังมากเท่าไร นักเรียนยิ่งต้องฝึกฝนมากขึ้นเท่านั้น และหากนักเรียนฝึกฝนมากเพียงพอที่จะทำให้นักเรียนได้รับสิ่งที่คาดหวังได้ในระดับหนึ่งแล้ว นักเรียนจะยิ่งเห็นความสำคัญ และประโยชน์ของการฝึกฝนมากยิ่งขึ้น ทำให้นักเรียนมีเป้าหมายในระดับต่อไปเรื่อยๆ และมีการฝึกฝนอย่างต่อเนื่องตามมาเช่นกัน ดังนั้น หากนักเรียนมีเป้าหมาย

ที่ชัดเจน และมีความมุ่งมั่นในเป้าหมายของตนเองมากเพียงพอ จะทำให้นักเรียนมีความพยายามในการฝึกฝนอย่างเคร่งครัด สอดคล้องกับเอกสารที่กล่าวว่า การกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจน เปรียบเหมือน มีป้ายบอกทางให้รู้ทิศทางของการปฏิบัติ และนักเรียนจะมีความพยายามในการปฏิบัติมากขึ้น ด้วยการกำหนดเป้าหมาย และรู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเองว่าต้องการสิ่งใดจากการฝึกฝน (Colletti, 2014; Horsey, 2011; P. Miksza, 2011; Weinberg, 2007)

นอกจากนี้วิธีการที่ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองที่สำคัญรองลงมาจากการกำหนดเป้าหมายคือ การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน เนื่องจากทัศนคติเป็นสิ่งที่สำคัญที่ทำให้ นักเรียนสามารถลงมือฝึกฝนด้วยตนเองได้อย่างมีความสุข ดังที่ครูท่านหนึ่งกล่าวว่า “มันอยู่ที่ศิลปะนิสัยของนักเรียนด้วย คือมันตั้งแต่แรกเริ่มที่เข้ามา ถ้านักเรียนมีศิลปะนิสัยมีใจรักด้านศิลปะอยู่แล้ว เข้ามาด้วยความรักที่จะเรียนตรงนี้จริงๆ เค้าย่จะติดการที่จะฝึกซ้อมตัวเองไปที่บ้านด้วย โดยไม่ต้องมีใครบังคับ นักเรียนเข้ามาโดยการที่ถูกบังคับให้เข้ามาเรียน มันก็เป็นไปได้ยากที่เค้าจะใช้เวลาวางในการฝึกซ้อม เพราะเค้าเรียนในห้องเรียนก็คงเบื่อแล้ว” (สัมภาษณ์, ครู (2), 27 กุมภาพันธ์ 2558)

สำหรับวิธีการที่ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองที่สำคัญในลำดับต่อมาคือ การที่นักเรียนเปรียบเทียบกับคุณภาพทักษะ หรือระดับผลการเรียนกับเพื่อน เพื่อกระตุ้นให้ตนเองพยายามพัฒนาตนเองให้มีความเท่าเทียม กับเพื่อนหรือดีกว่าเพื่อนอยู่เสมอ ทำให้นักเรียนต้องฝึกฝนทักษะอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอเช่นกัน เพราะหากนักเรียนหยุดพักการฝึกฝน อาจทำให้เพื่อนคนอื่นมีพัฒนาการที่นำหน้านักเรียนไป หรือนักเรียนอาจมีพัฒนาการที่ช้าลง และอาจด้อยกว่าเพื่อนร่วมชั้น หรือการที่นักเรียนหมั่นฝึกฝนอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอก็อาจทำให้นักเรียนมีพัฒนาการที่นำหน้าเพื่อนบางคนได้เช่นกัน ดังที่ครูท่านหนึ่งกล่าวว่า “ครูบอกเด็กทุกคนเลยนะว่าฝีมือมันทันกันได้ และก็ให้จำเลย ทันกันแน่นอน สมมุติว่าเราเคยเก่งอย่างนี้ ไม่ใช่ว่าคนที่ได้ 4 จะได้ 4 ตลอด....ไม่สนใจ ถ้าไป 4 ก็อาจจะกระโดดถอยลง แต่ถ้าหนูหมั่นฝึกฝนพยายาม หนูก็อาจจะกระโดดมาได้ 4 เหมือนกัน” (สัมภาษณ์, ครู (1), 27 กุมภาพันธ์ 2558) นอกจากนี้การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกฝน ก็เป็นอีกวิธีการสำคัญที่ช่วยให้นักเรียนสามารถฝึกซ้อมได้อย่างสม่ำเสมอ และฝึกฝนอย่างถูกต้องตามระเบียบแบบแผนได้ เนื่องจากนักเรียนยินดีเปิดใจให้บุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็นครู รุ่นพี่ หรือเพื่อน ได้กระตุ้นให้เรียนฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่องได้ และช่วยเหลือในการให้คำแนะนำ ตลอดจนมีส่วนในการแก้ไขข้อบกพร่องของนักเรียนได้ด้วย

จากการอภิปรายข้างต้นจะเห็นได้ว่า วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ทั้ง 3 วิธีการมีอิทธิพลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองมากเป็นลำดับแรกๆ จึงเป็นสาเหตุวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองมีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนของนักเรียนมากที่สุด นอกจากนี้วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ยังส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองโดยผ่านทาง การกำกับตนเองของนักเรียนอีกด้วย กล่าวคือ วิธีการต่างๆที่นักเรียนใช้ในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง

ไม่เพียงแต่ส่งผลให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองมากขึ้นเท่านั้น แต่ส่งผลให้นักเรียนมีการกำกับตนเองในการฝึกฝนมากขึ้นด้วย เนื่องจากหากนักเรียนกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝน และมุ่งมั่นกับเป้าหมายนั้นด้วยการพยายามฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง การวางแผนตารางการฝึกฝนเป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้นักเรียนสามารถฝึกฝนได้อย่างสม่ำเสมออย่างที่ตั้งใจไว้ ส่งผลให้นักเรียนมีการรับรู้พฤติกรรมกรรมการฝึกฝนของตนเอง และอาจพิจารณาตนเองได้ว่าเมื่อมีการวางแผนตารางแล้วตนเองสามารถปฏิบัติตามแผนนั้นได้จริงหรือไม่ หรือเมื่อตนเองเปรียบเทียบกับทักษะของตนเองกับเพื่อนร่วมชั้นเพื่อกระตุ้นการฝึกฝนพัฒนาทักษะของตนเองได้ นั่นก็แสดงว่านักเรียนสามารถประเมินได้เช่นกันว่าการรำที่ถูกต้องหรือการรำที่สวยงามนั้นเป็นอย่างไร นักเรียนจึงจะทราบได้ว่าตนเองรำดีกว่าเพื่อนหรือไม่ หรือตนเองรำเป็นอย่างไร หรือเป็นการประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกฝนของตนเองนั่นเอง และสุดท้ายคือการให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม โดยมีครู รุ่นพี่ หรือเพื่อนเป็นผู้ช่วยกระตุ้นให้นักเรียนฝึกฝน และให้คำแนะนำในการฝึกฝน ตลอดจนการช่วยเหลือแก้ไขข้อบกพร่องของนักเรียน อาจส่งผลให้นักเรียนมีการตอบสนองต่อผลการฝึกฝนได้ เนื่องจากถ้านักเรียนฝึกฝนได้อย่างถูกต้องดีแล้ว บุคคลที่ช่วยเหลือในการฝึกซ้อมอาจจะชมเชย หรือให้รางวัลทำให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจต่อตนเอง และมีความรู้สึกทางบวกต่อผลการฝึกฝนของตนเอง ในทางกลับกันหากนักเรียนฝึกฝนได้ไม่มีคุณภาพเพียงพอ อาจทำให้บุคคลที่ช่วยเหลือการฝึกซ้อมตำหนิ หรือให้ฝึกฝนซ้ำๆมากขึ้น ทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกผิดหวังกับตนเอง ตำหนิตนเอง และมีความรู้สึกทางลบต่อผลการฝึกฝนของตนเองได้

สำหรับวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนที่ได้ผลจากการวิเคราะห์ว่าไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อนิสัยฝึกฝนตนเองในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์ของนักเรียน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะวิธีการต่างๆที่ครูใช้ในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน ไม่ว่าจะเป็นการให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม และการเสริมแรง แม้ว่าจะเป็นวิธีการที่สามารถกระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมกรรมการฝึกฝนอย่างถูกต้องตามแบบแผน และฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอได้ แต่เป็นเพียงการกระตุ้นจากครู ซึ่งเป็นการกระตุ้นจากปัจจัยภายนอกเท่านั้น หากครูไม่ได้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ นักเรียนก็อาจมีพฤติกรรมกรรมการฝึกฝนที่ไม่ต่อเนื่องสม่ำเสมอได้เช่นกัน หรือนักเรียนอาจมีพฤติกรรมกรรมการฝึกฝนเฉพาะเวลาที่ครูกระตุ้นด้วยวิธีการต่างๆข้างต้นเท่านั้น ดังนั้นการที่วิธีการของครูจะสามารถส่งเสริมนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนได้อย่างแท้จริงนั้น อาจเกิดขึ้นได้กับกลุ่มนักเรียนที่มีทัศนคติพื้นฐานที่ดีต่อการปฏิบัติทักษะนาฏศิลป์เท่านั้น ดังที่กล่าวไว้ในการอภิปรายข้อ 1

ถึงแม้ว่าวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองจะไม่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนโดยตรง แต่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองโดยผ่านทางกำกับตนเองของนักเรียน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะวิธีการต่างๆของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน อย่างเช่น

การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม รวมถึงการนัดหมายให้นักเรียนมาฝึกซ้อม และการกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม ทำให้นักเรียนมีแผนตารางการฝึกซ้อมที่แน่นอน และมีความต่อเนื่องมากขึ้น และส่งผลให้นักเรียนมีการรับรู้พฤติกรรมการฝึกฝน หรือการกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝนให้นักเรียน รวมถึงการกระตุ้นให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝนของตนเอง ทำให้นักเรียนต้องคอยสังเกตและประเมินพัฒนาการของตนเองว่าสามารถปฏิบัติทักษะได้ตามเป้าหมาย หรือได้รับสิ่งที่คาดหวังจากการฝึกฝนบ้างหรือไม่ และจากการที่ครูหาตัวช่วยในการฝึกซ้อมให้นักเรียน ช่วยให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ความถูกต้องและสวยงามของการปฏิบัติท่าทำได้ และสามารถประเมินคุณภาพทักษะของตนเองได้ และสุดท้ายการสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน และการเสริมแรงครูอาจทำให้นักเรียนมีการตอบสนองต่อผลการฝึกฝนของตนเอง เช่น เกิดความภาคภูมิใจหรือเกิดความรู้สึกผิดหวังกับตนเอง และตำหนิตนเองต่อผลการฝึกฝนของตนเอง

สำหรับการกำกับตนเองในการฝึกฝน ถือว่าเป็นตัวแปรที่มีความสำคัญต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง เนื่องจากการกำกับตนเองในการฝึกฝนมีบทบาทในการส่งผ่านแบบสมบูรณ์ในกรณีที่ใช้วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน อาจเป็นเพราะในการเสริมสร้างนิสัยใดๆ ให้นักเรียน ตัวนักเรียนเองเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลมากที่สุดในการควบคุม หรือสร้างพฤติกรรมใหม่ให้กับตนเอง หรือเป็นแรงกระตุ้นจากภายใน ซึ่งวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ถือเป็นเพียงแรงกระตุ้นจากปัจจัยภายนอกเท่านั้น ในทางกลับกันหากครูใช้วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง แต่ถ้านักเรียนแรงกระตุ้นภายในในการควบคุม หรือสร้างพฤติกรรมใหม่ด้วยตนเอง ควบคุมไปด้วย ก็จะไม่ส่งผลให้นักเรียนมีนิสัยใหม่ขึ้นได้ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์อิทธิพลของปัจจัยที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองที่พบว่า วิธีของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนไม่มีผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนโดยตรง แต่จะมีผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนโดยผ่านการกำกับตนเองของนักเรียนเท่านั้น และสอดคล้องกับที่ครูท่านหนึ่งกล่าวว่า “โดยส่วนใหญ่นะ คำก็ไม่ต้องการการซ้อม เพราะเค้าไม่ชอบ เค้าเลยรำไม่ได้ เพราะฉะนั้นนี่มาเนี่ย คือมีเด็กกรณีอย่างนี้ เด็กรำไม่ได้ครูจะนัดมาเป็นพิเศษ...นัดเค้าก็ไม่มาหรือค่ะ บางทีครูนัดแบบช่วงปิดคอร์ส ครูก็รอไป บางทีก็ไม่มา บางทีก็มาสาย” (สัมภาษณ์, ครู (2), 27 กุมภาพันธ์ 2558) เช่นเดียวกับวิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองที่มีผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองโดยผ่านการกำกับตนเองเช่นกัน โดยการกำกับตนเองในการฝึกฝนมีบทบาทในการส่งผ่านแบบบางส่วน จึงมีความจำเป็นต้องใช้ควบคู่กันไปทั้งวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และการกำกับตนเองในการฝึกฝน

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

จากการดำเนินการวิจัย และผลการวิจัยที่ได้ในครั้งนี สามารถนำเสนอข้อเสนอแนะในการวิจัยเป็น 2 ส่วนคือ ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้ และข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. การนำผลการศึกษเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองในการฝึกทักษะนาฏศิลป์ไปใช้จำเป็นต้องคำนึงถึงความแตกต่างทางบริบทของแต่ละโรงเรียน รวมถึงหลักสูตร และลักษณะของนักเรียน โดยปรับรูปแบบของวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองในการฝึกทักษะนาฏศิลป์ให้มีความสอดคล้อง และเหมาะสมกับแต่ละโรงเรียน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการนำผลวิจัยไปใช้

2. จากผลการศึกษาอิทธิพลของปัจจัยที่ส่งผลให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์สะท้อนให้เห็นว่าในการนำผลการวิจัยเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองไปใช้จะต้องมุ่งเน้นที่วิธีการที่มีอิทธิพลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองมากไปหาน้อยตามลำดับ โดยวิธีการสำคัญที่นักเรียนจะต้องปฏิบัติในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองคือ มีการกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝนให้ชัดเจน รองลงมาคือมีการเปรียบเทียบระดับคุณภาพของทักษะ หรือผลการเรียนกับเพื่อน และสุดท้ายคือจะต้องเปิดใจให้บุคคลเข้ามามีส่วนช่วยเหลือในการฝึกซ้อม จึงจะเป็นการกระตุ้นให้ตนเองมีนิสัยฝึกฝนตนเองได้ ส่วนวิธีการสำคัญที่ครูจะต้องปฏิบัติในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียนคือจะต้องมีการกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝนให้ชัดเจน รองลงมาคือการสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน และการให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม

นอกจากนี้ จากผลการวิจัยที่พบว่าวิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองไม่ใช่ปัจจัยที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองโดยตรง แต่เป็นปัจจัยที่เสริมสร้างการกำกับตนเองของนักเรียน และทำให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองต่อไป ดังนั้นครูผู้สอนวิชานาฏศิลป์ควรให้ความสำคัญกับการกระตุ้นนักเรียนให้มีการกำกับตนเองมากขึ้น มากกว่าการมุ่งเน้นให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเอง โดยการส่งเสริมให้นักเรียนมีเป้าหมายของฝึกฝน อาจเป็นเป้าหมายในระยะสั้นอย่างคะแนนการสอบผลการเรียน หรือเป้าหมายในระยะยาว อย่างการศึกษาต่อ อาชีพในอนาคต รวมถึงส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักการจัดการเวลาเพื่อกำหนดตารางการฝึกฝนที่เหมาะสมกับตัวนักเรียนแต่ละคน ตลอดจนสอนให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ความถูกต้องและสวยงามของการปฏิบัติท่ารำได้ เพื่อนักเรียนจะสามารถประเมินคุณภาพทักษะของตนเองได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองในการฝึกทักษะนาฏศิลป์ในครั้งนี้ เป็นการศึกษาข้อมูลวิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ที่ใช้ในการฝึกฝนทักษะเฉพาะด้าน ที่มีลักษณะของการปฏิบัติทักษะที่แตกต่างไปจากการปฏิบัติทักษะด้านอื่นๆ ในการวิจัยครั้งต่อไปจึงควรศึกษาวิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกทักษะด้านอื่นๆเพิ่มเติม เพื่อให้เห็นความเหมือน และความแตกต่างของวิธีการในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง และสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ได้อย่างกว้างขวางมากขึ้น
2. จากผลการวิจัยที่พบว่า การกำกับตนเองเป็นตัวแปรที่สำคัญที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเองในการวิจัยครั้งต่อไปจึงควรศึกษาว่า เพศ ระดับชั้นหรือช่วงชั้น ระดับผลการเรียน และวุฒิภาวะที่แตกต่างกันส่งผลต่อการกำกับตนเองที่แตกต่างกันหรือไม่ เพื่อเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง ได้อย่างเหมาะสมกับคุณลักษณะของนักเรียน
3. จากผลการวิจัยที่พบว่า วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองมีผลต่อการเกิดนิสัยฝึกฝนตนเอง ในการฝึกฝนทักษะนาฏศิลป์โดยตรง โดยมีการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม เป็นสิ่งสำคัญที่สุด จึงควรมีการศึกษาถึงสาเหตุหรือปัจจัยที่กระตุ้นให้นักเรียนแต่ละคนได้ใช้วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีนิสัยฝึกฝนตนเองมากขึ้นต่อไป

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- เต็มสิริ บุญสิงห์ และเจือ สตะเวทิน. (2526). วิชานาฏศิลป์ไทยการละครเพื่อการศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- เรณู โกสินานนท์. (2535). รำไทย. กรุงเทพฯ: คุรุสภาลาดพร้าว.
- ไอฟิน ตนสาลี. (2549). การศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสุพรรณบุรี. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จินดา เครือหงส์. (2544). การพัฒนาเครื่องวัดการปฏิบัติวิชานาฏศิลป์ไทย สาขาละคร ระดับนาฏศิลป์ชั้นต้น. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- ชัยวิชิต เขียรชนะ และคณะ. (2553). การพัฒนาตัวบ่งชี้คุณลักษณะการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียน: การประยุกต์ใช้โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง. (ปริญาครุศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.
- ณัฐภรณ์ หลาวทอง. (ม.ป.ป.). เอกสารประกอบการสอน รายวิชา 2702303 การวัดและการประเมินผลทางการศึกษา. ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธนิต อยู่โพธิ์. (2531). ศิลปะการละคอนรำหรือคู่มือนาฏศิลป์ไทย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- นุชจรี บุญเกต. (2554). ผลของวิธีกำกับการเรียนบนเว็บและวิธีสอนเสริมในการเรียนแบบผสมผสานที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและทักษะการกำกับตนเองในการเรียนของนักศึกษาปริญญาบัณฑิต. (ปริญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. (2544). การประเมินการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ: แนวคิดและวิธีการ. กรุงเทพฯ: บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด.
- ปณิตา นิรมล. (2546). การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุการกำกับตนเองในการเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. (ปริญญามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ปิยวรรณ พันธุ์มงคล. (2542). ผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อการมีวินัยในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. (ปริญาครุศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พาณี สีสวย. (2526). สุนทรียของนาฏศิลป์. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัดชนะการพิมพ์.

- มณิศา วศินารมณ. (2553). การพัฒนาทักษะด้านนาฏศิลป์สู่ความเป็นศิลปินของนักศึกษา ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่4 สาขาศิลปการแสดง (นาฏศิลป์ไทย) คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา โดยใช้การจัดการเรียนรู้ที่หลากหลาย. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- มะลิวัลย์ ปัทมมะ. (2551). การพัฒนาเจตคติและความสามารถทางนาฏศิลป์ไทยของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้เทคนิคแม่แบบผสมผสาน : การวิจัยเชิงทดลองแบบอนุกรมเวลา. (ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัฒนา เตชะโกมล. (2541). ปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร. (ครุศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิจิต สุรัตน์เรืองชัย และวิวัฒน์ เพชรศรี. (2551). การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้นาฏศิลป์ที่ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ทางนาฏศิลป์ของนักเรียนในระดับช่วงชั้นที่ 2. วารสารการศึกษาและพัฒนาสังคม, 4(2).
- ศิริเดช สุชีวะ. (2546). หลักการประเมินการเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนรู้แนวใหม่. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริชัย กาญจนวาสี. (2534). เอกสารการสอนชุดจิตวิทยาและสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการวัดและประเมินผล. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ศิริลักษณ์ ศรีกันต์. (2552). ผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลพลประชานุกูล อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น (ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- สภาพร สู้สุข. (2554). การพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของการกำกับตนเองด้านความมีวินัยของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. (ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมถวิล วิเศษสมบัติ. (2525). วรรณคดีการละคร. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัดอักษรบัณฑิต.
- สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์. (2545). สร้างความเข้าใจสู่การปฏิบัติจริง การวัดและประเมินผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: บริษัท สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด.
- สุโขทัยธรรมาธิราช, ม. (2550). เอกสารการสอนชุดจิตวิทยา และสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการวัดและประเมินผลการศึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 6). นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุโขทัยธรรมาธิราช, ม. (2551). เอกสารการสอนชุดจิตวิทยา และสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการวัดและประเมินผลการศึกษา นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

- สุภัชชา โพธิ์เงิน. (2555). การนำเสนอรูปแบบการจัดการเรียนรู้วิชาดนตรีสำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6. (ครุศาสตร์มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุนนมาลย์ นิมเนตพันธ์. (2538). นาฏศิลป์ไทย1: ภาควิชาศิลปะการแสดง คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สุรีพร แสงสุวรรณ. (2554). ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองด้วยข้อมูลทางคลินิกต่อพฤติกรรมการรับประทานอาหารและระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานที่ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สุวิมล ว่องวานิช. (2546). การวัดทักษะปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: ครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อัจฉรา สุขสำราญ. (2546). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่1. (ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อาคม สายาคม. (2525). รายงานนิพนธ์ของนายอาคม สายาคม ผู้เชี่ยวชาญนาฏศิลป์ กรมศิลปากร: ม.ป.พ.
- อาภรณ์ มนต์รีศาสตร์, & จาตุรงค์ มนต์รีศาสตร์. (2517). วิชานาฏศิลป์ศึกษา. กรุงเทพฯ: องค์การค้ำค้ำสุสภา.
- อุษา สบถุภษ์. (2536). การศึกษาพฤติกรรมการสอนนาฏศิลป์ไทยในวิทยาลัยนาฏศิลป์. (ปริญญาครุศาสตร์มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- Ambrose, S., Bridges, M., Lovett, M., DiPietro, M., & Norman, M. (2010). *How learning works: 7 research-based principles for smart teaching*. San Francisco, CA: Jossey.
- Baumeister, R. F., Gailliot, M., DeWall, C. N., & Oaten, M. (2006). Self-Regulation and Personality: How Interventions Increase Regulatory Success, and How Depletion Moderates the Effects of Traits on Behavior. *Journal of personality*, 74(6), 1773-1802.
- Bruser, M. (1997). *The art of practicing, A guide to making music from the heart*. New York: Three Rivers Press.
- Colletti, J. (2014). Building the practice habit: 6science-supported steps to great musicianship. from Trust Me, I'm a Scientist. <http://www.trustmeimascientist.com>

- Coyle, D. (2012). *The Little Book of Talent*. London, UK: Random House Business Books.
- Dhaliwal, G. (2012). Clinical excellence: Make it a habit. *Academic Medicine*, 87(11), 1473.
- Ericsson, K. A. (2014). *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games*. New York: Psychology Press.
- Grol, R., & Grimshaw, J. (2003). From best evidence to best practice: effective implementation of change in patients' care. *The lancet*, 362(9391), 1225-1230.
- Helsen, W. F., Hodges, N. J., Winckel, J. V., & Starkes, J. L. (2000). The roles of talent, physical precocity and practice in the development of soccer expertise. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 727-736.
- Horsey, S. (2011). Practice Makes Perfect. from Music Essentials www.essential-music-practice.com
- Jonides, J. (2008). *Learning, Arts and The Brain*. New York/Washington, D.C.: Dana Press.
- Macknight, E. (2006). *Good Habits, Good Students*. the United States of America: Llumina Press.
- McPherson, G. E., & McCormick, J. (1999). Motivational and self-regulated learning components of musical practice. *Bulletin of the Council for Research in Music Education*, 35(141), 98-102.
- McPherson, G. E., & Renwick, J. M. (2001). A longitudinal study of Self-regulation in Children's musical practice: . *Music Education Research*, 3(2), 169-186.
- McPherson, G. E., & Zimmerman, B. J. (2002). *The new handbook of research on music teaching and learning*. New York, NY: Oxford University Press.
- Miksza, P. (2006). An exploratory investigation of self-regulatory and motivational variables in the music practice of junior high band students. *Contributions to Music Education*, 33(2), 9.
- Miksza, P. (2011). Relationships among impulsivity, achievement goal motivation, and the music practice of high school wind players. *Psychology of Music*. 39(1), 50-67.

- Miksza, P., Prichard, S., & Sorbo, D. (2012). An Observational Study of Intermediate Band Students' Self-Regulated Practice Behaviors. *Journal of Research in Music Education*, 60(3).
- Neal, D. T., Quinn, J. M., & Wood, W. (2006). Habits: A repeat performance. *Psychological and Science*, 15(4), 198-202.
- Oermann, M. H., Kardong-Edgren, S. E., & Odom-Maryon, T. (2011). Effects of monthly practice on nursing students' CPR psychomotor skill performance. *Resuscitation*, 82(4), 447-453.
- Quarrier, N. F. (2013). Musicians are athletes too. *Yoga & Physical Therapy*, 3(3), 137.
- Schunk, D. H. (1990). Goal setting and self-efficacy during self-regulation learning. *Educational Psychology*, 25, 71-86.
- Stanton, E. (2011). Doing, re-doing and undoing: practice, repetition and critical evaluation as mechanisms for learning in a dance technique class 'laboratory'. *Doing, re-doing and undoing: practice, repetition and critical evaluation as mechanisms for learning in a dance technique class 'laboratory'*. *Theatre, Dance and Performance Training*, 2(1), 86-98.
- Sterner, T. M. (2012). *The practicing mind: Developing focus and discipline in your life*. Canada: First New World Library.
- Sullivan, G. (2010). *Art practice as research: Inquiry in visual arts*. the United States of America: SAGE.
- Walker, M. P., Brakefield, T., Morgan, A., Hobson, J. A., & Stickgold, R. (2002). Practice with sleep makes perfect: sleep-dependent motor skill learning. *Neuron*, 35(1), 205-211.
- Weinberg, R. S. (2007). Goal setting in sport and exercise: results, methodological issues and future directions for research. *Revistade PsicologiadelDeporte*, 4(2), 115-125.
- Williamon, A., & Valentine, E. (2000). Quantity and quality of music practice as predictors of performance quality. *British Journal of Psychology*, 91, 353-376.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social Cognitive View of Self - Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81, 229-329.



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY



รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

อาจารย์ทางด้านการวัดและประเมินผลการศึกษา

1. รองศาสตราจารย์ ดร.ดวงกมล ไตรวิจิตรคุณ อาจารย์สาขาวิชาวิทยาการวิจัยการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. อาจารย์ ดร.ชยุตม์ ภิรมย์สมบัติ อาจารย์สาขาวิชาวิทยาการวิจัยการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อาจารย์ทางด้านนาฏศิลป์ไทย

1. อาจารย์พิมณภัทร์ ถมั่งรักษ์สัตว์ อาจารย์คณะศิลปศึกษา สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์
2. อาจารย์สมบุรณ์ พนเสาวภาคย์ อาจารย์คณะศิลปศึกษา สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์
3. อาจารย์อรัมพล สังฆเศรษฐี อาจารย์กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ (ดนตรี นาฏศิลป์) โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม



ภาคผนวก ข

แบบสัมภาษณ์และแบบสอบถาม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบสัมภาษณ์เรื่อง วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง

ประเด็นคำถามเรื่อง วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างการฝึกฝนตนเอง

1. นักเรียนฝึกซ้อมทำจำเองนอกเวลาเรียนกี่ครั้งต่อสัปดาห์
 - 1.1 นักเรียนใช้เวลาในการฝึกซ้อมแต่ละครั้ง ครั้งละประมาณกี่นาที
 - 1.2 นักเรียนมีปัจจัยหรือเงื่อนไขอะไรบ้าง ที่เป็นตัวกำหนดจำนวนครั้งในการฝึกซ้อมแต่ละสัปดาห์ และระยะเวลาในการฝึกซ้อมแต่ละครั้ง
2. นักเรียนมีการวางแผนการฝึกซ้อมที่แน่นอนหรือไม่ (วัน เวลา ระยะเวลา)
 - 2.1 ถ้ามีการวางแผน สามารถฝึกซ้อมตามแผนได้มากน้อยแค่ไหน
 - 2.2 สาเหตุที่ทำให้ไม่ได้ฝึกซ้อมตามแผนที่กำหนดไว้คืออะไร
 - 2.3 มีวิธีกำหนดให้ตัวเองฝึกซ้อมตามแผนที่กำหนดไว้ได้อย่างไรบ้าง
 - 2.4 เมื่อนักเรียนสามารถฝึกซ้อมได้ตามแผนที่กำหนดไว้ นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร
 - 2.5 นักเรียนเคยรู้สึกเกียจคร้านกับการฝึกซ้อมบ้างหรือไม่ หากเคย นักเรียนปฏิบัติอย่างไรต่อไป (ยังซ้อมหรือไม่) เพราะเหตุใด
 - 2.6 นอกจากตัวนักเรียนเองแล้ว มีบุคคล หรือปัจจัยอื่นที่มีส่วนกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเองนอกเวลาหรือไม่
3. นักเรียนกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อมไว้ล่วงหน้าหรือไม่ อย่างไร
 - 3.1 ถ้าไม่มีเป้าหมาย นักเรียนคาดหวังสิ่งใด หรือมีเหตุผลอะไรในฝึกซ้อมเองนอกเวลา
 - 3.2 ถ้ามีเป้าหมาย การฝึกซ้อมทำให้นักเรียนได้ผลลัพธ์ที่เข้าใกล้เป้าหมายบ้างหรือไม่ หรือบรรลุเป้าหมายอย่างไร
 - 3.3 ถ้านักเรียนสามารถบรรลุเป้าหมายที่คาดหวังได้แล้ว นักเรียนมีเป้าหมายในระดับต่อไปหรือไม่ อย่างไร และยังคงฝึกซ้อมเองต่อไปหรือไม่
 - 3.4 ในกรณีที่นักเรียนฝึกซ้อมแล้ว ไม่ได้ผลที่เป็นไปตามที่คาดหวังไว้ (ยังคงปฏิบัติไม่ได้) นักเรียนมีวิธีแก้ปัญหาอย่างไร
4. เมื่อนักเรียนไม่ได้ฝึกซ้อม นักเรียนสามารถปฏิบัติทำจำได้หรือไม่
 - 4.1 ถ้าปฏิบัติได้ นักเรียนคิดว่าคุณภาพผลการปฏิบัติอยู่ในระดับใด
 - 4.2 ถ้าปฏิบัติไม่ได้ นักเรียนแก้ปัญหาอย่างไร
5. นักเรียนมีขั้นตอนในการซ้อมอย่างไรบ้าง

5.1 ซ้อมอย่างถูกต้องตามแบบแผนหรือไม่

5.2 มีบุคคลอื่นอยู่ในกระบวนการฝึกซ้อม หรือให้คำชี้แนะระหว่างการฝึกซ้อมหรือไม่

6. เมื่อนักเรียนสามารถฝึกซ้อมด้วยตนเองได้อย่างมีคุณภาพ (ไม่ว่าจะเป็นการฝึกซ้อมตรงตามแผนที่กำหนดไว้ หรือตามเป้าหมายที่คาดหวังไว้) นักเรียนมีการให้รางวัลตนเองบ้างหรือไม่อย่างไร

7. บุคคลอื่น (เพื่อน ครู พ่อแม่) มีส่วนในการสนับสนุน หรือกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมทำรำนอกเวลาด้วยตนเองหรือไม่ อย่างไรบ้าง

8. นักเรียนได้รับประโยชน์อะไรจากการฝึกซ้อมนอกเวลาบ้าง



แบบสัมภาษณ์เรื่อง วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน

ประเด็นคำถามเรื่อง วิธีการของครูในการเสริมสร้างการฝึกฝนของนักเรียน

1. ในการเรียนการสอน ครูมีวิธีการสอนที่กระตุ้นให้ผู้เรียนฝึกซ้อมเองนอกเวลาหรือไม่อย่างไร
2. ที่นอกเหนือจากการสอนในห้องเรียน ครูมีวิธีการอย่างไรบ้างในการกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเองนอกเวลา
 - 2.1 เมื่อใช้วิธีการนั้นแล้ว คิดว่าได้ผลระดับใด
 - 2.2 ครูจะทราบได้อย่างไรว่านักเรียนฝึกซ้อมเองหรือไม่
3. รูปแบบการฝึกซ้อมนอกเวลาเป็นอย่างไร (ครูหรือนักเรียนเป็นผู้กำหนดตารางการซ้อมวันเวลาของตารางการซ้อม)
4. มีการกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อมหรือไม่ อะไรบ้าง
5. สำหรับนักเรียนที่ไม่ฝึกซ้อม ครูมีวิธีการอย่างไรในการกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเอง
6. ครูมีการตอบสนองต่อผลการฝึกซ้อมนักเรียนที่ฝึกซ้อมเองดีแล้ว และไม่ฝึกซ้อม อย่างไรก็ตามแตกต่างกันอย่างไร

แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการฝึกฝนในการเรียนทักษะนาฏศิลป์

แบบสอบถามชุดนี้ เกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียนในการฝึกซ้อมการปฏิบัตินาฏศิลป์ตามบทเรียน โดยเป็นการซ้อมรำเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน หรือนอกตารางเรียน โดยคำตอบของนักเรียนถือเป็นประโยชน์ ในการศึกษาและพัฒนาองค์ความรู้ที่สำคัญ จึงขอความร่วมมือนักเรียนตอบแบบสอบถามครบทุกข้อคำถาม และตอบตามความเป็นจริงมากที่สุด คำตอบของนักเรียนจะถูกเก็บรักษาเป็นความลับ และไม่มีผลต่อคะแนน และผลการเรียนวิชานาฏศิลป์แต่อย่างใด ทั้งนี้ ผู้ศึกษาขอขอบคุณเป็นอย่างยิ่งในความร่วมมือของนักเรียน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องข้อมูลที่ตรงกับนักเรียนมากที่สุด (เลือกเพียงข้อเดียว)

1. เพศ

1) ชาย

2) หญิง

2. ระดับชั้น

1) ชั้นต้นปีที่ 1

2) ชั้นต้นปีที่ 2

3) ชั้นต้นปีที่ 3

4) ชั้นกลางปีที่ 1

5) ชั้นกลางปีที่ 2

6) ชั้นกลางปีที่ 3

3. ระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 (เทอมที่ผ่านมา)

1) 4.00

2) 3.50

3) 3.00

4) 2.50

5) 2.00

6) 1.50

7) 1.00

8) 0.50

9) 0.00

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการฝึกฝนของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อมูลในช่องว่าง และทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับระดับความพอใจการปฏิบัติของนักเรียนพร้อมทั้งอธิบายเหตุผลประกอบการประเมินระดับความพอใจของการปฏิบัติของตนเอง โดยแต่ละระดับมีความหมาย ดังนี้

- 1 = ยังไม่พอใจกับการปฏิบัติของตนเอง
- 2 = พอใจกับการปฏิบัติของตนเองในระดับน้อย
- 3 = พอใจกับการปฏิบัติของตนเองในระดับปานกลาง
- 4 = พอใจกับการปฏิบัติของตนเองในระดับมาก
- 5 = พอใจกับการปฏิบัติของตนเองในระดับมากที่สุด

พฤติกรรมกรฝึกฝน	ระดับความพอใจ					เหตุผล
	1	2	3	4	5	
4. ฉันใช้เวลาในการซ้อมรำประมาณ _____ นาทีต่อครั้ง						_____ _____ _____
5. ฉันซ้อมรำประมาณ _____ ครั้งต่อสัปดาห์						_____ _____ _____
6. ฉันซ้อมรำเพิ่มเติมในเวลา (เช่น ตอนเช้า หลังเลิกเรียน)	1) _____					_____ _____ _____
	2) _____					_____ _____ _____
	3) _____					_____ _____ _____

ตอนที่ 3 ความคิดเห็น และระดับการปฏิบัติของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็น หรือระดับการปฏิบัติของนักเรียน โดยแต่ละระดับมีความหมาย ดังนี้

- 1 = ไม่เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับน้อยมาก (0-20)
- 2 = เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับน้อย (21-40)
- 3 = เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับปานกลาง (41-60)
- 4 = เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับมาก (61-80)
- 5 = เห็นด้วย หรือมีการปฏิบัติในระดับมากที่สุด (81-100)

ข้อ ที่	รายการประเมิน	ระดับการปฏิบัติ				
		1	2	3	4	5
1	ฉันตั้งความคาดหวังไว้ว่าฉันจะซ่อมร่าเพิ่มเติม เพื่อพัฒนาทักษะการร่าของตนเอง	1	2	3	4	5
2	ฉันมีเป้าหมายของการซ่อมร่าเพิ่มเติมคือ การได้รับคัดเลือกให้แสดงในงานต่างๆ	1	2	3	4	5
3	ฉันคาดหวังว่าการซ่อมร่าเพิ่มเติมของฉัน จะทำให้ฉันมีอนาคตที่ดีในวงการนาฏศิลป์ (ในการศึกษาต่อ/ประกอบอาชีพ)	1	2	3	4	5
4	ฉันซ่อมร่าเพิ่มเติมอยู่เสมอ เพราะอยากร่าได้เหมือนกับครู รุ่นพี่ เพื่อน หรือศิลปินที่ฉันชื่นชม	1	2	3	4	5
5	แม้ว่าจะมีอุปสรรคใดๆเกิดขึ้น ฉันยังคงมุ่งมั่นซ่อมร่าเพิ่มเติม เพื่อให้สิ่งที่ฉันคาดหวังนั้นเป็นความจริง	1	2	3	4	5
6	ฉันพยายามซ่อมร่าเพิ่มเติม เพราะอยากร่าได้ดีกว่าเพื่อนๆ	1	2	3	4	5
7	ฉันซ่อมร่าเพิ่มเติม เพราะอยากร่าได้ดีเหมือนเพื่อนที่ได้รับคำชมเชยจากครู	1	2	3	4	5
8	ฉันอยากร่าได้ดีไม่น้อยกว่าเพื่อนคนอื่น ฉันจึงพยายามซ่อมร่าเพิ่มเติม	1	2	3	4	5
9	ฉันพยายามพัฒนาให้ตัวเองร่าได้ดีกว่าเพื่อนคนอื่นๆอยู่เสมอ	1	2	3	4	5
10	ฉันอยากร่าเก่งเป็นอันดับต้นๆของระดับชั้น	1	2	3	4	5
11	ฉันขอให้บุคคลอื่นช่วยให้คำแนะนำระหว่างที่ฉันซ่อมร่า	1	2	3	4	5
12	ฉันยินดีรับฟังคำวิจารณ์จากบุคคลอื่นเกี่ยวกับการร่าของฉัน	1	2	3	4	5
13	ฉันเต็มใจที่จะปรับเปลี่ยนการร่าของฉันตามคำแนะนำของบุคคลอื่น	1	2	3	4	5

ข้อ ที่	รายการประเมิน	ระดับการปฏิบัติ				
		1	2	3	4	5
14	ฉันพยายามแก้ไขการรำของฉันทามที่บุคคลอื่นแนะนำ	1	2	3	4	5
15	ถ้ามีบุคคลอื่นมาชวนให้ฉันซ้อมรำ ฉันจะยินดีซ้อมอย่างเต็มที่	1	2	3	4	5
16	ฉันซ้อมรำตามตารางที่กำหนดไว้อยู่เสมอ ไม่ว่าจะป็นตารางที่กำหนดขึ้นเอง หรือตารางที่ครูกำหนดให้	1	2	3	4	5
17	ฉันมีวินัยในการฝึกซ้อมตามตารางที่กำหนด	1	2	3	4	5
18	ฉันซ้อมรำด้วยความตั้งใจทุกครั้ง	1	2	3	4	5
19	ฉันรู้ว่า ฉันมาซ้อมรำตามตารางที่ครูกำหนดให้ทุกครั้ง	1	2	3	4	5
20	ฉันรู้ว่า ฉันพยายามซ้อมรำด้วยท่ารำที่ถูกต้องอยู่เสมอ	1	2	3	4	5
21	ฉันสังเกตการซ้อมของตัวเองว่า ซ้อมรำได้ครบตามตารางที่ฉันหรือครูกำหนดไว้	1	2	3	4	5
22	ฉันสังเกตตนเองอยู่เสมอว่าจากการซ้อมรำเพิ่มเติม ทำให้ฉันรำได้สวยขึ้น	1	2	3	4	5
23	จากการซ้อมรำเพิ่มเติม ทำให้ฉันมีพัฒนาการดีขึ้น	1	2	3	4	5
24	ฉันไม่เคยสังเกตว่า ฉันมีพัฒนาการอย่างไรจากการฝึกซ้อมเพิ่มเติม	1	2	3	4	5
25	ฉันมีวินัยอย่างเคร่งครัดในการซ้อมรำเพิ่มเติม	1	2	3	4	5
26	ฉันภาคภูมิใจที่ได้ซ้อมรำตามตาราง หรือซ้อมรำอย่างสม่ำเสมอ	1	2	3	4	5
27	ฉันรู้สึกผิด หากฉันยังรำได้ไม่ดีตามที่ตั้งเป้าหมายไว้	1	2	3	4	5
28	ฉันให้รางวัลแก่ตัวเอง เมื่อฉันสามารถปฏิบัติท่ารำได้ดีขึ้นจากการซ้อมรำเพิ่มเติม	1	2	3	4	5
29	ฉันรู้สึกกังวล หากไม่ได้ซ้อมรำเพิ่มเติมตามที่ตั้งใจไว้	1	2	3	4	5
30	ฉันมีความสุขที่ตนเองพยายามซ้อมรำเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน	1	2	3	4	5
31	ฉันซ้อมรำตามลำดับท่ารำที่ถูกต้องทุกครั้ง	1	2	3	4	5
32	เวลาซ้อมรำเพิ่มเติม ฉันพยายามรำให้ถูกต้องตามแบบแผนตามที่ครูสอนอยู่เสมอ	1	2	3	4	5
33	ฉันฝึกฝนตนเองในการปฏิบัติท่ารำให้ถูกต้องตามจังหวะและท่าของทุกเพลง	1	2	3	4	5
34	เวลาฉันซ้อมรำ ฉันนึกถึงคำแนะนำที่ครูบอกในห้องเรียนและทำตาม	1	2	3	4	5

ข้อ ที่	รายการประเมิน	ระดับการปฏิบัติ				
		1	2	3	4	5
35	เวลาฉันซ้อมรำ ฉันให้ความสำคัญกับจารีต และแบบแผนของการรำ เช่น การจับเข้าอกด้วยมือซ้ายเท่านั้น การรำคู่พระนาง โดยตัวพระต้องอยู่ทางซ้ายเสมอ	1	2	3	4	5
36	ฉันมีการวางแผนช่วงเวลา และระยะเวลาในการซ้อมรำไว้ล่วงหน้า	1	2	3	4	5
37	ฉันมีตารางการซ้อมรำที่แน่นอนไม่ว่าจะเป็นตารางที่กำหนดขึ้นเองหรือตารางที่อาจารย์กำหนดให้	1	2	3	4	5
38	ฉันซ้อมรำตามตารางที่กำหนดไว้อยู่เสมอ	1	2	3	4	5
39	หากฉันมีนัดกับไปเที่ยวกับเพื่อน ฉันจะงดซ้อมรำตามตารางที่กำหนดไว้	1	2	3	4	5
40	ฉันวางแผนว่าแต่ละวันจะซ้อมทำรำเพลงไหน ท่อนไหนบ้าง	1	2	3	4	5
41	แม้ว่าจะไม่มีสอบ หรืองานแสดง ฉันก็ยังพยายามหาเวลาซ้อมรำเพิ่มเติมอยู่เสมอ	1	2	3	4	5
42	ฉันพยายามซ้อมรำให้เป็นกิจวัตรสำคัญที่ขาดไม่ได้	1	2	3	4	5
43	ฉันจะซ้อมรำเพิ่มเติมเฉพาะก่อนสอบเท่านั้น	1	2	3	4	5
44	สำหรับฉัน การซ้อมรำถือเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ฉันต้องทำเป็นประจำ สม่ำเสมอ แม้ไม่มีกำหนดในตารางซ้อม	1	2	3	4	5
45	ฉันยังคงซ้อมรำอยู่เสมอ แม้ว่าฉันจะมีกิจกรรมอย่างอื่นมากมาย	1	2	3	4	5

ตอนที่ 4 ระดับการรับรู้ของนักเรียน เกี่ยวกับพฤติกรรมที่ครูมีต่อนักเรียน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับระดับการรับรู้ของนักเรียน เกี่ยวกับพฤติกรรมที่ครูมีต่อนักเรียน โดยแต่ละระดับมีความหมาย ดังนี้

- 1 = นักเรียนไม่เคยรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครู (0-20)
 2 = นักเรียนรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครูในระดับน้อย (21-40)
 3 = นักเรียนรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครูในระดับปานกลาง (41-60)
 4 = นักเรียนรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครูในระดับมาก (61-80)
 5 = นักเรียนรับรู้ได้ถึงพฤติกรรมนั้นๆของครูในระดับมากที่สุด (81-100)

ข้อ ที่	รายการประเมิน	ระดับการปฏิบัติ				
		1	2	3	4	5
46	ครูนัดให้ฉันมาซ่อมรำเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน	1	2	3	4	5
47	ครูนัดหมายให้ฉันมาซ่อมรำ เพื่อแก้ไขข้อบกพร่อง	1	2	3	4	5
48	ครูจัดเวลาให้ฉันได้มาซ่อมรำกับครูเพิ่มเติม เพื่อให้ฉันรำได้ ทันเพื่อน	1	2	3	4	5
49	ครูนัดให้เพื่อนที่มีปัญหาด้านการรำไปซ่อมรำเพิ่มเติม โดยจัด กลุ่มย่อยซ่อมร่วมกัน	1	2	3	4	5
50	ครูอนุญาตให้ฉันไปขออนัดซ่อมรำนอกเวลาเรียนกับครูได้	1	2	3	4	5
51	ครูแจ้งวันสอบรำแต่ละเพลงให้ฉันทราบล่วงหน้า	1	2	3	4	5
52	ครูแจ้งเกณฑ์การให้คะแนนในการสอบรำให้ฉันทราบล่วงหน้า	1	2	3	4	5
53	ครูแจ้งให้ฉันทราบล่วงหน้าเกี่ยวกับสิ่งที่จะได้รับการฝึกซ้อม เพิ่มเติม	1	2	3	4	5
54	ครูชี้แจงความสำคัญของการให้ซ่อมรำเพิ่มเติมให้ฉันทราบ เป็นประจำ	1	2	3	4	5
55	ครูบอกให้ฉันทราบเกี่ยวกับผลเสียที่เกิดขึ้นจากการไม่ซ่อมรำ เพิ่มเติม	1	2	3	4	5
56	ครูชี้แนะให้ฉันเห็นความสำคัญของการเรียนวิชาเอกนาฏศิลป์ ทำให้ฉันรู้สึกภูมิใจที่ได้มีโอกาสเรียนวิชานี้	1	2	3	4	5
57	ครูแนะนำให้ฉันรู้สึกว่าการเรียนวิชาเอกในวิทยาลัยนาฏศิลป์ เป็นการเรียนที่ต้องใช้ความรู้ความสามารถ เช่นเดียวกับ การเรียนวิชาสามัญในโรงเรียนทั่วไป	1	2	3	4	5

ข้อ ที่	รายการประเมิน	ระดับการรับรู้				
		1	2	3	4	5
58	ครูชี้แนะให้ฉันทราบว่าวิชาชีพทางด้านนาฏศิลป์เป็นวิชาที่มีคุณค่าต่อประเทศชาติ	1	2	3	4	5
59	ครูพูดคุย และแสดงท่าทีด้วยความเป็นมิตรกับฉัน ทำให้ฉันมีความสุขในการเรียนวิชาเอกนาฏศิลป์	1	2	3	4	5
60	ครูเปิดโอกาสให้ฉันได้พูดคุย ปรีกษาเกี่ยวกับปัญหาการเรียนของฉัน ทำให้ฉันเรียนวิชาเอกนาฏศิลป์ด้วยความสบายใจ	1	2	3	4	5
61	ครูปรับเปลี่ยนตารางการเรียนแต่ละเพลงตามความสามารถของนักเรียนในห้อง (เช่น ยืดระยะเวลาการสอนบางเพลง แบ่งท่อนเพลงในการสอบ)	1	2	3	4	5
62	ครูใช้วิธีการสอนที่หลากหลาย เหมาะสมกับความสามารถของนักเรียน ในห้อง เช่น การสาธิตการให้นักเรียนผลัดกันวิจารณ์การรำของเพื่อน	1	2	3	4	5
63	ครูจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับวัยของนักเรียน เช่น สอดแทรกการเล่าเรื่องบทละคร การเล่นเกมส์ การตอบคำถามในชั่วโมงเรียน	1	2	3	4	5
64	ครูมอบหมายงานที่มีลักษณะที่นักเรียนสนใจ เช่น การทำงานเป็นกลุ่ม การสอบการจัดการแสดง	1	2	3	4	5
65	ครูติดตามผลงานที่ครูมอบหมายให้นักเรียนทำ	1	2	3	4	5
66	ครูมอบหมายให้รุ่นพี่ หรือเพื่อนที่รำถูกต้อง และสวยงามตามแบบแผนเป็นผู้ช่วยดูแลการซ้อมรำของฉัน หรือเพื่อนคนอื่นๆ	1	2	3	4	5
67	ครูให้ข้อสังเกตในการรำท่ารำต่างๆให้ฉันจำไว้ซ้อมรำให้ถูกต้อง	1	2	3	4	5
68	ครูอนุญาตให้ฉันถ่ายภาพ วีดีโอท่ารำ หรืออัดเสียงเพลง (อย่างใดอย่างหนึ่ง) เพื่อเอาไว้ใช้ในการซ้อมรำเพิ่มเติม	1	2	3	4	5
69	ครูให้นักเรียนบันทึกท่ารำไว้สำหรับใช้ในการซ้อมรำนอกเวลา	1	2	3	4	5
70	ครูบอกข้อบกพร่องในการรำของฉัน ให้ฉันฝึกซ้อมรำเพิ่มเติมเพื่อแก้ไขข้อบกพร่องของการปฏิบัติท่ารำแต่ละท่า	1	2	3	4	5
71	ครูให้พ่อแม่ผู้ปกครอง เป็นผู้ช่วยในการกระตุ้นให้ฉันซ้อมรำเพิ่มเติม	1	2	3	4	5

ข้อ ที่	รายการประเมิน	ระดับการรับรู้				
		1	2	3	4	5
72	ครูกล่าวคำชม เมื่อฉันหรือเพื่อนร่ำได้ดีขึ้น	1	2	3	4	5
73	ครูให้กำลังใจฉันหรือเพื่อนที่มีพัฒนาการในการร่ำดีขึ้น	1	2	3	4	5
74	ครูเลือกฉัน หรือเพื่อนที่ร่ำได้ดีตามเกณฑ์ที่ครูกำหนด ไปแสดงในงานต่างๆ	1	2	3	4	5
75	ครูให้คำแนะนำฉันหรือเพื่อน เมื่อร่ำไม่ได้ตามที่ครูสอนไว้	1	2	3	4	5
76	ครูยกตัวอย่างการร่ำที่บกพร่องของฉัน เทียบกับการปฏิบัติทำร่ำที่ถูกต้องตามแบบแผนของเพื่อน	1	2	3	4	5



ขอขอบคุณในความร่วมมือน



ภาคผนวก ค

ผลการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

ผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษาของเครื่องมือวิจัยในการศึกษา
เรื่อง วิธีการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองและอิทธิพลที่ส่งผลต่อนิสัยฝึกฝนตนเอง
ของนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป์โดยมีการกำกับตนเองเป็นตัวแปรส่งผ่าน

โครงสร้างของตัวแปรที่ต้องการวัดและจำนวนข้อในแบบสอบถาม

ประเด็นหลัก	ประเด็นย่อย	ข้อที่	จำนวนข้อ	น้ำหนัก
ข้อมูลเบื้องต้นของ ผู้ตอบ แบบสอบถาม	1. เพศ 2. ระดับชั้น 3. ระดับผลการเรียนวิชานาฏศิลป์ ภาคเรียนสุดท้าย 4. พฤติกรรมการฝึกฝน			
วิธีการของนักเรียน ในการเสริมสร้าง นิสัยฝึกฝนตนเอง	1.การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม 2.การเปรียบเทียบกับเพื่อน 3.การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการ ฝึกซ้อม	1-5 6-10 11-15	5 5 5	6.579 6.579 6.579
วิธีการของอาจารย์ ในการเสริมสร้าง นิสัยฝึกฝนตนเอง ของนักเรียน (ตามการรับรู้ของ นักเรียน)	1.การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม 2.การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม 3.การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน 4.การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอน ที่เหมาะสม 5. การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม 6. การเสริมแรง	46-50 51-55 56-60 61-65 66-71 71-76	5 5 5 5 6 5	6.579 6.579 6.579 6.579 7.895 6.579
การกำกับตนเอง ของนักเรียน	1. การรับรู้พฤติกรรมกรรมการฝึกฝน 2. การประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกฝน 3. การตอบสนองต่อผลการฝึกฝน	16-20 21-25 26-30	5 5 5	6.579 6.579 6.579
นิสัยฝึกฝนตนเอง ของนักเรียน	1. การฝึกฝนตามแบบแผน 2. การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด 3. การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ	31-35 36-40 41-45	5 5 5	6.579 6.579 6.579
รวมทั้งหมด			76	100

1. **วิธีการของนักเรียนในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเอง** คือกลยุทธ์ที่นักเรียนใช้ในการส่งเสริมและกระตุ้นให้ตนเองฝึกซ้อมรำตามบทเรียนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียนอย่างต่อเนื่องและเป็นกิจวัตร ประกอบด้วย

1) การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม หมายถึง การคาดหมายผลที่จะได้รับจากการฝึกซ้อมเพิ่มเติมไว้ล่วงหน้า และมุ่งมั่นให้ตนเองได้รับสิ่งที่คาดหมายนั้นแม้จะมีข้อจำกัดในการฝึกซ้อม

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
1	ฉันตั้งความคาดหวังไว้ว่าฉันจะซ้อมรำเพิ่มเติม เพื่อพัฒนาทักษะการรำของตนเอง	0.8		
2	ฉันมีเป้าหมายของการซ้อมรำเพิ่มเติมคือ การได้รับคัดเลือกให้แสดงในงานต่างๆ	0.8		
3	ฉันคาดหวังว่าการซ้อมรำเพิ่มเติมของฉัน จะทำให้ฉันมีอนาคตที่ดีในวงการนาฏศิลป์ (ในการศึกษาต่อ/ประกอบอาชีพ)	1.0		
4	ฉันซ้อมรำเพิ่มเติมอยู่เสมอ เพราะอยากรำได้เหมือนกับครู รุ่นพี่ เพื่อน หรือศิลปินที่ฉันชื่นชม	0.8		
5	แม้ว่าจะมีอุปสรรคใดๆเกิดขึ้น ฉันยังคงมุ่งมั่นซ้อมรำเพิ่มเติม เพื่อให้สิ่งที่ฉันคาดหวังนั้นเป็นความจริง	0.6		

2) การเปรียบเทียบกับเพื่อน หมายถึง การกระตุ้นให้ตนเองฝึกซ้อมเพิ่มเติม เพื่อให้ตนเองมีคุณภาพทักษะที่ใกล้เคียง หรือดีกว่าเพื่อนร่วมชั้น

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
6	ฉันพยายามซ้อมรำเพิ่มเติม เพราะอยากรำได้ดีกว่าเพื่อนๆ	0.6	- ฉันพยายามซ้อมรำเพิ่มเติมเพราะต้องการให้ฝีมือการรำอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีฝีมือการรำดีที่สุดในระดับชั้น	ฉันพยายามซ้อมรำเพิ่มเติมเพราะต้องการให้ฝีมือการรำดีที่สุดของระดับชั้น
7	ฉันซ้อมรำเพิ่มเติม เพราะอยากรำได้ดีเหมือนเพื่อนที่ได้รับคำชมเชยจากครู	0.8		
8	ฉันอยากรำได้ดีไม่น้อยกว่าเพื่อนคนอื่น ฉันจึงพยายามซ้อมรำเพิ่มเติม	1.0		
9	ฉันพยายามพัฒนาให้ตัวเองรำได้ดีกว่าเพื่อนคนอื่นๆอยู่เสมอ	1.0		
10	ฉันไม่อยากมีคุณภาพทักษะเป็นอันดับท้ายๆของชั้นเรียน จึงพยายามซ้อมรำเพิ่มเติม	1.0	- ฉันอยากรำเก่งเป็นอันดับต้นๆหรือฉันไม่อยากเป็นอันดับสุดท้าย	ฉันอยากรำเก่งเป็นอันดับต้นๆของระดับชั้น

3) การให้บุคคลอื่นมีส่วนช่วยในการฝึกซ้อม หมายถึง การยินยอมให้บุคคลรอบข้าง เช่น ครู รุ่นพี่ เพื่อน พ่อแม่ เป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการฝึกซ้อมเพิ่มเติม เพื่อช่วยให้คำแนะนำ วิเคราะห์ ข้อบกพร่อง และชี้แนะวิธีการแก้ไข ให้การฝึกซ้อมเป็นไปอย่างถูกต้องตามลำดับท่าท่า และ ถูกต้องตามระเบียบแบบแผน ตลอดจนยินยอมให้บุคคลเหล่านั้นกระตุนการฝึกซ้อมของนักเรียน

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
11	ฉันขอให้บุคคลอื่นช่วยให้คำแนะนำระหว่างที่ฉันซ้อมรำ	1.0		
12	ฉันยินดีรับฟังคำวิจารณ์จากบุคคลอื่นเกี่ยวกับการรำของฉัน	1.0		
13	ฉันเต็มใจที่จะปรับเปลี่ยนการรำของฉันตามคำแนะนำของบุคคลอื่น	1.0		
14	ฉันพยายามแก้ไขการรำของฉันตามที่บุคคลอื่นแนะนำ	1.0		
15	ฉันตื่นตัวที่จะซ้อมรำมากขึ้นเมื่อบุคคลอื่นชวน หรือบังคับให้ไปซ้อมรำด้วยกัน	0.8	- ไม่ควรมีข้อความว่า “หรือบังคับ” ซึ่งเชื่อมโยงไปถึงคำอธิบายของหัวข้อ3(ในนิยาม) ควรตัดออก - ปรับเป็น “ถ้ามีคนมาชวนให้ฉันซ้อมรำ ฉันจะยินดีซ้อมอย่างเต็มที่”	ถ้ามีบุคคลอื่นมาชวนให้ฉันซ้อมรำ ฉันจะยินดีซ้อมอย่างเต็มที่

2. วิธีการของครูในการเสริมสร้างนิสัยฝึกฝนตนเองของนักเรียน คือกลยุทธ์ที่ครูปฏิบัติต่อนักเรียน เพื่อส่งเสริมและกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมรำตามบทเรียนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียนอย่างต่อเนื่องและเป็นกิจวัตรด้วยตนเองตามการรับรู้ของนักเรียน ประกอบด้วย

1) การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม หมายถึง การกำหนดตารางการฝึกซ้อมเพิ่มเติมทั้งช่วงเวลา และระยะเวลาในการฝึกซ้อม ตลอดจนเปิดโอกาสให้นักเรียนเข้ามาขอคำแนะนำสำหรับการฝึกซ้อมได้

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
46	ครูนัดให้ฉันมาซ้อมรำเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน	1.0	- ข้อ16- 20 ครูกับฉัน รวมแล้วแปลว่าอะไร	
47	ครู นัดหมายให้ฉันมาซ้อมรำเพื่อแก้ไขข้อบกพร่อง	0.8		
48	ครูจัดเวลาให้ฉันได้มาซ้อมรำกับครูเพิ่มเติม เพื่อให้ฉันรำได้ทันเพื่อน	0.8		
49	ครูนัดให้เพื่อนที่มีปัญหาด้านการรำไปซ้อมเพิ่มเติม	0.6	- ครูนัดให้เพื่อนที่มีปัญหาด้านการรำไปซ้อมรำเพิ่มเติม โดยจัดกลุ่มย่อยซ้อมร่วมกัน	ครูนัดให้เพื่อนที่มีปัญหาด้านการรำไปซ้อมรำเพิ่มเติม โดยจัดกลุ่มย่อยซ้อมร่วมกัน
50	ครูอนุญาตให้ฉันไปขอนัดซ้อมรำนอกเวลาเรียนกับครูได้	1.0		

2) การกำหนดเป้าหมายของการฝึกซ้อม หมายถึง การแจ้งวัตถุประสงค์ ผลที่จะได้รับจากการฝึกซ้อม และรายละเอียดการวัดผลการเรียนรู้ให้นักเรียนทราบล่วงหน้า ตลอดจนกระตุ้นให้นักเรียนคาดหวังผลที่จะได้รับจากการฝึกซ้อมไว้ล่วงหน้า

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
51	ครูแจ้งวันสอบร่ำแต่ละเพลงให้ฉันทราบล่วงหน้า	1.0		
52	ครูแจ้งเกณฑ์การให้คะแนนให้ฉันทราบล่วงหน้า	1.0	- เพิ่มคำ “คะแนนในการสอบร่ำ”	ครูแจ้งเกณฑ์การให้คะแนนในการสอบร่ำให้ฉันทราบล่วงหน้า
53	ครูแจ้งให้ฉันทราบล่วงหน้าเกี่ยวกับสิ่งที่จะได้รับจากการฝึกซ้อมเพิ่มเติม	1.0		
54	ครูชี้แจงความสำคัญของการให้ซ้อมร่ำเพิ่มเติมให้ฉันทราบเป็นประจำ	1.0		
55	ครูบอกให้ฉันทราบเกี่ยวกับผลเสียที่เกิดขึ้นจากการไม่ซ้อมร่ำเพิ่มเติม	1.0		

3) การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียน หมายถึง การที่ครูโน้มน้าวให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อการเรียนวิชานาฏศิลป์ ตลอดจนการสร้างบรรยากาศในห้องเรียน ให้นักเรียนเรียนวิชานาฏศิลป์อย่างมีความสุข และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูและนักเรียน

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
56	ครูชี้แนะให้ฉันเห็นความสำคัญของการเรียนวิชาเอกนาฏศิลป์ ทำให้ฉันรู้สึกภูมิใจที่ได้มีโอกาสเรียนวิชานี้	1.0		
57	ครูแนะนำให้ฉันรู้สึกว่าการเรียนวิชาเอกในวิทยาลัยนาฏศิลป์เป็นการเรียนที่ต้องใช้ความรู้ความสามารถ เช่นเดียวกับการเรียนวิชาสามัญในโรงเรียนทั่วไป	1.0		
58	ครูทำให้ฉันรู้สึกว่า วิชาชีพทางด้านนาฏศิลป์เป็นวิชาที่มีคุณค่าต่อประเทศชาติ	1.0	- ถ้าครูโน้มน้าวแต่เด็กยังมีทัศนคติต่ำ คะแนนข้อนี้ควรมากหรือน้อย ระ วัง เต็ ก ต อ บ ทัศนคติที่ตัวเองมี ไม่ใช่ การสร้าง ทัศนคติของครู	ครูชี้แนะให้ฉันทราบว่าวิชาชีพทางด้านนาฏศิลป์เป็นวิชาที่มีคุณค่าต่อประเทศชาติ
59	ครูพูดคุย และแสดงท่าทีด้วยความเป็นมิตรกับฉัน ทำให้ฉันมีความสุขในการเรียนวิชาเอกนาฏศิลป์	0.8		
60	ครูเปิดโอกาสให้ฉันได้พูดคุยปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาการเรียนของฉัน ทำให้ฉันเรียนวิชาเอกนาฏศิลป์ด้วยความสบายใจ	1.0		

4) การกำหนดรูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสม หมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน รูปแบบการสอบ และการมอบหมายงาน ที่ยืดหยุ่นและสอดคล้องกับวัย ระดับความสามารถ ความถนัด และความสนใจของนักเรียนแต่ละระดับชั้น รวมถึงครูติดตาม และประเมินผลการเรียน ผลการสอบ และผลการปฏิบัติงานตามที่ครูมอบหมายอย่างเคร่งครัด และทั่วถึงนักเรียนทุกคน

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
61	ครูปรับเปลี่ยนตารางการเรียนแต่ละเพลงตามความสามารถของนักเรียนในห้อง (เช่น ยืดระยะเวลาการสอนบางเพลง แบ่งท่อนเพลงในการสอบ)	1.0		
62	ครูสอนบทเพลงที่เหมาะสมกับความสามารถของนักเรียนในห้อง	0.6	- มีเนื้อหาในหลักสูตรเป็นตัวกำกับ ความหมายข้อนี้คือ อะไรไม่ชัดเจน - เป็นไปตามแผนการสอนหรือเนื้อหาที่ระบุไว้ในหลักสูตร	ครูใช้วิธีการสอนที่หลากหลาย เหมาะสมกับความสามารถของนักเรียนในห้อง เช่น การสาธิต การให้นักเรียนผลัดกันวิจารณ์การรำของเพื่อน
63	ครูสอนบทเพลงที่เหมาะสมกับวัยของนักเรียน เช่น บทเพลงที่มีรูปแบบหลากหลาย เพลงมาตรฐานที่เหมาะสมกับการพัฒนาทักษะ	0.6	- มีเนื้อหาในหลักสูตรเป็นตัวกำกับ ความหมายข้อนี้คือ อะไรไม่ชัดเจน	ครูจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับวัยของนักเรียน เช่น สอดแทรกการเล่าเรื่องบทละคร การเล่นเกมส์ การตอบคำถามในช่วงโม่งเรียน
64	ครูมอบหมายงานที่มีลักษณะที่นักเรียนสนใจ เช่น การทำงานเป็นกลุ่ม การสอบการจัดการแสดง	1.0		

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
65	ครูติดตามผลงานที่ครูมอบหมายให้ นักเรียนทำ	0.8		

5) การหาตัวช่วยในการฝึกซ้อม หมายถึง การที่ครูมอบหมายให้บุคคลอื่นที่มีคุณภาพทักษะ
ที่ดีกว่าในการดูแลช่วยเหลือการฝึกซ้อม รวมถึงครูจัดหาสื่อ เทคนิคใหม่ๆเพิ่มเติม และชี้ข้อบกพร่อง
ของนักเรียนรายบุคคล เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนฝึกซ้อมเพิ่มเติมมากขึ้น และฝึกซ้อมอย่างถูกต้อง
ตามลำดับท่าตามแบบแผน และสวยงาม

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
66	ครูมอบหมายให้รุ่นพี่ หรือเพื่อนที่รำ ได้ดีเป็นผู้ช่วยดูแลการซ้อมรำของ ฉัน หรือเพื่อนคนอื่นๆ	0.8	- คำจำกัดความ ของคำว่ารำดีคือ อะไร	ครูมอบหมายให้รุ่นพี่ หรือ เพื่อน ที่ รำ ถูกต้อง และสวยงาม ตามแบบแผนเป็น ผู้ช่วยดูแลการซ้อม รำของฉัน หรือเพื่อน คนอื่นๆ
67	ครูให้ข้อสังเกตในการรำท่าต่างๆ ให้ฉันจำไว้ซ้อมรำให้ถูกต้อง	0.8	- เพิ่ม “ในการรำ ท่ารำต่างๆ”	ครูให้ข้อสังเกตใน การรำท่ารำต่างๆ ให้ฉันจำไว้ซ้อมรำให้ ถูกต้อง
68	ครูอนุญาตให้ฉันถ่ายภาพ วิดีโอท่า รำ หรืออัดเสียงเพลง (อย่างใด อย่างหนึ่ง) เพื่อเอาไว้ใช้ในการซ้อม รำเพิ่มเติม	1.0		
69	ครูให้นักเรียนบันทึกท่ารำไว้สำหรับ ใช้ในการซ้อมร้านอกเวลา	0.8	- ชี้กับความหมาย ข้อ 38 หรือไม่	

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
70	ครูบอกข้อบกพร่องในการรำของฉันทน์ ให้ฉันทน์ฝึกซ้อมรำเพิ่มเติมเพื่อแก้ไข ข้อบกพร่องเหล่านั้น	0.8	- “เหล่านั้น” ให้ใช้ เป็น “ แก้ ไข ข้อบกพร่องของการ ปฏิบัติท่ารำแต่ละ ท่า”	ครูบอกข้อบกพร่อง ในการรำของฉันทน์ ให้ ฉันทน์ ฝึ ก ซ้ อ ม รำ เพิ่มเตมิเพื่อแก้ไข ข้อบกพร่องของการ ปฏิบัติท่ารำแต่ละท่า
71	ครูให้พ่อแม่ผู้ปกครอง เป็นผู้ช่วยใน การกระตุ้นให้ฉันทน์ซ้อมรำเพิ่มเติม	0.8		

6) การเสริมแรง หมายถึง การตอบสนองต่อผลของการแสดงพฤติกรรมการฝึกซ้อมเพิ่มเติม
ของนักเรียนที่กระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมการฝึกซ้อมเพิ่มเติมมากขึ้น

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
72	ครูกล่าวคำชม เมื่อฉันทน์ หรือเพื่อนรำ ได้ดีขึ้น	1.0		
73	ครูให้กำลังใจฉันทน์ หรือเพื่อนที่มี พัฒนาการในการรำดีขึ้น	1.0		
74	ครูเลือกฉันทน์ หรือเพื่อนที่รำได้ดีตาม เกณฑ์ที่ครูกำหนด ไปแสดงในงาน ต่างๆ	0.8		
75	ครูตำหนิฉันทน์หรือเพื่อน เมื่อรำไม่ได้ ตามที่ครูสอนไว้	0.6	- ครู ” ชี้ น ะ / อธิบาย/สาธิต	ครูให้คำแนะนำฉันทน์ หรือเพื่อน เมื่อรำ ไม่ได้ตามที่ครูสอนไว้
76	ครูกล่าวเปรียบเทียบฉันทน์ หรือเพื่อน กับเพื่อนคนอื่นๆที่รำได้ดีกว่า	-0.2	- ครู” ยกตัวอย่าง การรำที่บกพร่อง ของฉันทน์ เทียบกับ การปฏิบัติท่ารำที่ ถูกต้องของเพื่อน	ครูยกตัวอย่างการรำ ที่บกพร่องของฉันทน์ เทียบกับการปฏิบัติ ท่ารำที่ถูกต้องตาม แบบแผนของเพื่อน

3. การกำกับตนเองในการฝึกฝน คือการควบคุมการแสดงพฤติกรรมการฝึกฝนเพิ่มเติมนอกเวลาเรียนของตนเอง ให้เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยเป็นการฝึกฝนที่มีคุณภาพ มีความสม่ำเสมอและต่อเนื่อง ในทุกสภาพแวดล้อม ประกอบด้วย

1) การรับรู้พฤติกรรมการฝึกฝน คือ การที่นักเรียนกำหนดเป้าหมายของการฝึกฝนวางแผนตารางการฝึกฝนด้วยตนเอง และรู้ถึงความถูกต้อง สม่ำเสมอ และเคร่งครัดในการฝึกฝนของตนเองตามตารางเวลาที่กำหนดไว้

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
16	ฉันซ้อมรำตามตารางที่กำหนดไว้อยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นตารางที่กำหนดขึ้นเอง หรือตารางที่ครูกำหนดให้	1.0		
17	ฉันรู้ตัวอยู่เสมอว่า ฉันซ้อมรำตามตารางที่กำหนดไว้เป็นประจำ	0.8	- ฉันมีวินัย ซื่อสัตย์ ฝึกซ้อมตามตาราง ที่กำหนด	ฉันมีวินัยในการ ฝึกซ้อมตามตาราง ที่กำหนด
18	ฉันรู้ตัวอยู่เสมอว่า แต่ละครั้งฉันซ้อมรำด้วยความตั้งใจ	0.8	- ดีความแล้ว ความเดียวกัน แต่ถ้าใช้คำว่า “ฉัน มีความสุขต่อการได้ ฝึกซ้อมการรำ แต่ละครั้ง” - ปรับเป็น “ฉันซ้อม รำด้วยความตั้งใจ ทุกครั้ง”	ฉันซ้อมรำด้วยความ ตั้งใจทุกครั้ง
19	ฉันรู้ว่า ฉันมาซ้อมรำตามตารางที่ครูกำหนดให้ทุกครั้ง	1.0		
20	ฉันรู้ดีว่า ฉันซ้อมรำด้วยท่ารำที่ถูกต้องอยู่เสมอ	0.8	- ถ้ารู้ดี จะซ้อม ท่าไม่	ฉันรู้ตัวว่า ฉัน พยายามซ้อมรำ ด้วยท่ารำที่ถูกต้อง อยู่เสมอ

2) การประเมินพฤติกรรมการฝึกฝน คือ การสังเกตการลงมือฝึกฝนของตนเอง เปรียบเทียบกับตารางการฝึกฝนที่ตนเองวางไว้ และสังเกตพัฒนาการจากการฝึกฝน โดยนักเรียน ประเมินการเปลี่ยนแปลงระดับคุณภาพของการปฏิบัติ ด้วยการเปรียบเทียบกับระดับคุณภาพเดิมของตนเอง หรือเปรียบเทียบกับระดับคุณภาพของเพื่อนร่วมชั้น

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
21	ฉันสังเกตตัวเองว่า ฉันซ้อมรำได้ ครบตามตารางที่ฉันหรือครูกำหนด ไว้	0.6	- ต้องบอกว่า ข้อสังเกตถึงอะไร	ฉันสังเกตการซ้อม ของตัวฉันเองว่า ซ้อมรำได้ครบตาม ตารางที่ฉันหรือครู กำหนดไว้
22	ฉันสังเกตตนเองอยู่เสมอว่าจากการ ซ้อมรำเพิ่มเติม ทำให้ฉันรำได้ สวยขึ้น	1.0		
23	ฉันรู้ตัวว่าจากการซ้อมรำเพิ่มเติม ทำให้ฉันรำได้สวยเท่ากับเพื่อน หรือ สวยกว่าเพื่อน	0.8	- ใช้ “ฉันพบว่าการ ซ้อมรำเพิ่มเติม ทำ ให้ฉันมีพัฒนาการ ดีขึ้น” - ตัดคำว่า “ฉันรู้ตัว ว่า”	จากการซ้อมรำ เพิ่มเติม ทำให้ฉันมี พัฒนาการดีขึ้น
24	ฉันไม่เคยสังเกตว่า ฉันมีพัฒนาการ อย่างไรจากการฝึกซ้อมเพิ่มเติม (-)	0.6		
25	ฉันรู้ตัวดีว่า ฉันซ้อมรำเพิ่มเติมอย่าง เคร่งครัดตามที่ตั้งใจไว้	0.8	- ใช้ “มีวินัยอย่าง เคร่งครัดในการ ซ้อมรำเพิ่มเติม” - ตัดคำว่า “ฉันรู้ตัว ดีว่า”	ฉันมีวินัยอย่าง เคร่งครัดในการซ้อม รำเพิ่มเติม

3) การตอบสนองต่อผลการฝึกฝน หมายถึง การมีปฏิริยาต่อผลของการประเมิน การฝึกฝนของตนเอง เพื่อเป็นแรงเสริมในการปรับปรุงพฤติกรรมกรรมการฝึกฝน รักษาหรือพัฒนาระดับ การฝึกฝนต่อไป แบ่งได้ 2 ลักษณะคือการให้รางวัลตนเอง เมื่อนักเรียนสามารถฝึกฝนได้ตามแผนที่ ตนเองกำหนดไว้ หรือเมื่อมีพัฒนาการทางทักษะตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ และการลงโทษตนเอง เมื่อนักเรียนไม่ฝึกฝนทักษะได้ตามแผนที่ตนเองกำหนดไว้ หรือเมื่อมีพัฒนาการทางทักษะต่ำตาม เป้าหมายที่กำหนดไว้

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
26	ฉันรู้สึกดี เมื่อได้ซ่อมร่าตามตาราง หรือซ่อมร่าอย่างสม่ำเสมอ	0.8	- ให้ใช้ “ฉัน ภาควิใจ”	ฉันภาควิใจที่ได้ ซ่อมร่าตามตาราง หรือซ่อมร่าอย่าง สม่ำเสมอ
27	ฉันตำหนิตนเอง หากฉันยังร่าได้ไม่ดี ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้	0.8	- ให้ใช้ “ฉันรู้สึกผิด”	ฉันรู้สึกผิด หากฉัน ยังร่าได้ไม่ดี ตามที่ ตั้งเป้าหมายไว้
28	ฉันให้รางวัลแก่ตัวเอง เมื่อฉัน สามารถปฏิบัติทำร่าได้ดีขึ้นจากการ ซ่อมร่าเพิ่มเติม	0.8		
29	ฉันรู้สึกกังวล หากไม่ได้ซ่อมร่า เพิ่มเติมตามที่ตั้งใจไว้	0.8	- ความหมาย เดียวกับข้อ 58	
30	ฉันภูมิใจที่ตนเองพยายามซ่อมร่า เพิ่มเติมนอกเวลาเรียน	0.8	- ความหมาย เดียวกับข้อ57 อาจ เปลี่ยน ข้อนี้เป็น “ฉันมีความสุข”	ฉันมีความสุข ที่ ตนเองพยายาม ซ่อมร่าเพิ่มเติมนอก เวลาเรียน

4. **นิสัยฝึกฝนตนเอง** คือการแสดงพฤติกรรมการฝึกฝนเพิ่มเติมด้วยตนเองเพื่อทบทวนบทเรียนนอกเวลาเรียนอย่างเป็นกิจวัตร และสม่ำเสมอ ประกอบด้วย

1) การฝึกฝนตามแบบแผน หมายถึง การทบทวนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้อง ตามลำดับขั้นตอน และตามระเบียบแบบแผน จารีตให้ได้ผลลัพธ์จากการปฏิบัติที่มีคุณภาพ

ข้อที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการประเมิน
31	ฉันซ้อมรำตามลำดับท่ารำที่ถูกต้องทุกครั้ง	1.0		
32	เวลาซ้อมรำเพิ่มเติม ฉันพยายามรำให้สวยตามที่ครูสอนอยู่เสมอ	0.8	- ให้ใช้ “ รำให้ถูกต้องตามแบบแผน” แทน“สวย”	เวลาซ้อมรำเพิ่มเติม ฉันพยายามรำให้ถูกต้องตามแบบแผนตามที่ครูสอนอยู่เสมอ
33	ฉันใส่ใจกับการรำตามจังหวะที่พร้อมเพรียงกัน	0.8	- “ฉันฝึกฝนตนเองในการปฏิบัติท่ารำให้ถูกต้องตามจังหวะและท่าของเพลงทุกเพลง”	ฉันฝึกฝนตนเองในการปฏิบัติท่ารำให้ถูกต้องตามจังหวะและท่าของทุกเพลง
34	เวลาฉันซ้อมรำ ฉันนึกถึงคำแนะนำที่ครูบอกในห้องเรียนและทำตาม	1.0		
35	เวลาฉันซ้อมรำ ฉันให้ความสำคัญกับจารีต และแบบแผนของการรำ เช่น การจับเข้าออกด้วยมือซ้ายเท่านั้น การรำคู่พระนางโดยตัวพระต้องอยู่ทางซ้ายเสมอ	1.0		

2) การฝึกฝนตามแผนที่กำหนด หมายถึง มีการวางแผนตารางการฝึกฝน โดยกำหนดช่วงเวลา และขอบเขตของการปฏิบัติในการฝึกฝนแต่ละครั้ง และดำเนินการทบทวนการปฏิบัติทักษะตามแผนที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
36	ฉันมีการวางแผนช่วงเวลา และระยะเวลาในการซ้อมรำไว้ล่วงหน้า	1.0		
37	ฉันมีตารางการซ้อมรำที่แน่นอนไม่ว่าจะเป็นตารางที่กำหนดขึ้นเองหรือตารางที่อาจารย์กำหนดให้	1.0	- ข้อ68 กับ 69 คล้ายกัน	
38	ฉันซ้อมรำตามตารางที่กำหนดไว้ อยู่เสมอ ไม่ว่าจะ เป็นตารางที่กำหนดขึ้นเอง หรือตารางที่อาจารย์กำหนดให้	1.0	- คำถามซ้ำกับช่วงแรกหรือไม่ - ตัดคำที่จะซ้ำกับข้อที่ 68 “ไม่ว่าจะเป็นตารางที่กำหนดขึ้นเอง หรือตารางที่ อ า จ า ร ย ์ กำหนดให้”	ฉันซ้อมรำตามตารางที่กำหนดไว้ อยู่เสมอ
39	หากฉันมีนัดกับไปเที่ยวกับเพื่อน ฉันจะงดซ้อมรำตามตารางที่กำหนดไว้ (-)	0.8		
40	ฉันวางแผนว่าแต่ละวันจะซ้อมท่ารำเพลงไหน ท่อนไหนบ้าง	0.8	- การซ้อมรำอาจมีการเปลี่ยนแปลงถ้าสามารถรำได้เร็วกว่าเดิม อาจซ้อมเพิ่มได้	

3) การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ คือการทบทวนการปฏิบัติทักษะอย่างต่อเนื่องให้เป็นกิจวัตร

ข้อ ที่	รายการประเมิน	IOC	ข้อเสนอแนะ	ปรับแก้รายการ ประเมิน
41	แม้ว่าจะไม่มีสอบ หรืองานแสดง ฉันก็ยังพยายามหาเวลาซ้อมรำ เพิ่มเติมอยู่เสมอ	0.8		
42	ฉันพยายามซ้อมรำให้เป็นกิจวัตร สำคัญที่ขาดไม่ได้	0.8		
43	ฉัน จะ ซ้อม รำ เติ ม เติ ม เฉพาะก่อนสอบเท่านั้น (-)	0.6		
44	สำหรับฉัน การซ้อมรำถือเป็น กิจกรรมหนึ่งที่ต้องทำเป็นประจำ สม่ำเสมอ	1.0	- เพิ่ม ” แม้ไม่มี กำหนดในตาราง ซ้อม”	สำหรับฉัน การซ้อม รำถือเป็นกิจกรรม หนึ่งที่ต้องทำเป็น ประจำ สม่ำเสมอ แม้ไม่มีกำหนดใน ตารางซ้อม
45	ฉันยังคงซ้อมรำอยู่เสมอ แม้ว่าฉัน จะมีกิจกรรมอย่างอื่นมากมาย	1.0		

ภาคผนวก ง
ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ
ของนิสัยฝึกฝนตนเอง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

DATE: 6/26/2015

TIME: 11:10

L I S R E L 9.20 (STUDENT)

BY

Karl G. Jöreskog & Dag Sörbom

This program is published exclusively by
 Scientific Software International, Inc.
<http://www.ssicentral.com>

Copyright by Scientific Software International, Inc., 1981-
 2014

Use of this program is subject to the terms specified in
 the
 Universal Copyright Convention.

The following lines were read from file D:\HABIT-SYNTAX.spl:

HABIT EFA
 DA NI=15 NO=769 MA=CM
 LA
 TARGET SCOMPARE SREQUEST TSUPPORT TTARGET TATTITUDE TTEACH TTOOL
 TREIN OBSERV JUDGE REAC THEOR SCHEDULE ROUTINE
 KM
 1
 .670 1
 .598 .560 1
 .352 .267 .319 1
 .397 .332 .420 .454 1
 .468 .346 .462 .450 .684 1
 .429 .347 .426 .486 .590 .699 1
 .401 .320 .398 .488 .613 .671 .670 1
 .399 .314 .358 .473 .484 .598 .611 .720 1
 .606 .520 .553 .387 .356 .381 .379 .337 .336 1
 .621 .525 .583 .291 .359 .401 .333 .346 .378 .660 1
 .622 .535 .529 .354 .388 .427 .432 .376 .368 .596 .578 1
 .573 .472 .551 .329 .432 .473 .386 .395 .379 .597 .663 .611 1
 .496 .393 .370 .373 .294 .356 .393 .350 .390 .630 .483 .549 .498 1
 .572 .404 .390 .317 .337 .381 .344 .319 .372 .496 .486 .553 .461
 .575 1
 ME
 3.8499 3.5997 4.0239 3.4606 3.9545 3.9823 3.6525 3.7657 3.7623
 3.6070 3.5940 3.5966 3.8637 3.2135 3.4021
 SD
 .72837 .81869 .72890 .97180 .75977 .76845 .80406 .76204 .84174
 .73556 .56900 .74508 .71614 .65870 .70938
 MO NY=6 NX=9 NE=2 NK=2 LX=FU,FI LY=FU,FI GA=FU,FI PH=FU,FI PS=FU,FI
 TE=FU,FI TD=FU,FI be=fu,fi
 FR LX 1 1 LX 4 2 LY 1 1 LY 4 2
 FR LX 2 1 LX 3 1 LX 5 2 LX 6 2 LX 7 2 LX 8 2 LX 9 2
 FR LY 2 1 LY 3 1 LY 5 2 LY 6 2
 FR GA 1 1 GA 2 1 GA 1 2 GA 2 2

```

FR TD(1,1) TD(2,2) TD(3,3) TD(4,4) TD(5,5) TD(6,6) TD(7,7) TD(8,8)
TD(9,9)
fr be 2 1
FR TE(1,1) TE(2,2) TE(3,3) TE(4,4) TE(5,5) TE(6,6)
FR PS(1,1) PS(2,2)
FR PH(1,1) PH(2,2) ph 2 1
fr te 3 1 te 2 1 te 6 4 te 6 2
fr td 3 2 td 9 8 td 5 1 td 8 4 td 8 5 td 6 5 td 9 6 td 8 3 td 9
3 td 9 1 td 8 1 td 7 1 td 8 2 td 6 4
fr th 8 1 th 3 4 th 3 5 th 9 1 th 8 3 th 4 5 th 8 4 th 8 5 th 4 4
th 8 2 th 6 3 th 9 3 th 8 5 th 2 5 th 7 6 th 7 5 th 2 4 th 9 6
LK
'STUDENT' 'TEACHER'
LE
'REG' 'HABIT'
PD
OU SC EF RS MI AD=OFF

```

HABIT EFA

```

Number of Input Variables 15
Number of Y - Variables 6
Number of X - Variables 9
Number of ETA - Variables 2
Number of KSI - Variables 2
Number of Observations 769

```

HABIT EFA

Covariance Matrix

TATTITUD	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
STARGET	0.531					
SCOMPARE	0.400	0.670				
SREQUEST	0.317	0.334	0.531			
TSUPPORT	0.249	0.212	0.226	0.944		
TTARGET	0.220	0.207	0.233	0.335	0.577	
TATTITUD	0.262	0.218	0.259	0.336	0.399	
TTEACH	0.251	0.228	0.250	0.380	0.360	
TTOOL	0.223	0.200	0.221	0.361	0.355	
TREIN	0.245	0.216	0.220	0.387	0.310	
T-OBSERV	0.325	0.313	0.296	0.277	0.199	
T-JUDGE	0.257	0.245	0.242	0.161	0.155	
T-REAC	0.338	0.326	0.287	0.256	0.220	
T-THEOR	0.299	0.277	0.288	0.229	0.235	
T-SCHEDULE	0.238	0.212	0.178	0.239	0.147	
T-ROUTINE	0.296	0.235	0.202	0.219	0.182	

Covariance Matrix

	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
REAC	-----	-----	-----	-----	-----	---

TTEACH	0.647					
TTOOL	0.411	0.581				
TREIN	0.414	0.462	0.709			
OBSERV	0.224	0.189	0.208	0.541		
JUDGE	0.152	0.150	0.181	0.276	0.324	
REAC	0.259	0.213	0.231	0.327	0.245	
0.555						
THEOR	0.222	0.216	0.228	0.314	0.270	
0.326						
SCHEDULE	0.208	0.176	0.216	0.305	0.181	
0.269						
ROUTINE	0.196	0.172	0.222	0.259	0.196	
0.292						

Covariance Matrix

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
THEOR	-----	-----	-----
THEOR	0.513		
SCHEDULE	0.235	0.434	
ROUTINE	0.234	0.269	0.503

Total Variance = 8.650 Generalized Variance = 0.189168D-07

Largest Eigenvalue = 4.257 Smallest Eigenvalue = 0.106

Condition Number = 6.340

HABIT EFA

Parameter Specifications

LAMBDA-Y

	REG	HABIT
STARGET	-----	-----
STARGET	0	0
SCOMPARE	1	0
SREQUEST	2	0
TSUPPORT	0	0
TTARGET	0	3
TATTITUD	0	4

LAMBDA-X

	STUDENT	TEACHER
TTEACH	-----	-----
TTEACH	5	0
TTOOL	6	0
TREIN	7	0

OBSERV	0	8
JUDGE	0	9
REAC	0	10
THEOR	0	11
SCHEDULE	0	12
ROUTINE	0	13

BETA

	REG	HABIT
	-----	-----
REG	0	0
HABIT	14	0

GAMMA

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	15	16
HABIT	17	18

PHI

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
STUDENT	0	
TEACHER	19	0

PSI

	REG	HABIT
	-----	-----
	20	21

THETA-EPS

	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
	-----	-----	-----	-----	-----	---
TATTITUD						

STARGET	22					
SCOMPARE	23	24				
SREQUEST	25	0	26			
TSUPPORT	0	0	0	27		
TTARGET	0	0	0	0	28	
TATTITUD	0	29	0	30	0	
31						

THETA-DELTA-EPS

	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
	-----	-----	-----	-----	-----	---
TATTITUD						

TTEACH	0	0	0	0	0	
0						
TTOOL	0	0	0	33	34	
0						

0	TREIN	0	0	0	36	37
0	OBSERV	0	0	0	40	41
0	JUDGE	0	0	0	0	0
0	REAC	0	0	45	0	0
50	THEOR	0	0	0	0	49
0	SCHEDULE	53	54	55	56	57
66	ROUTINE	64	0	65	0	0

THETA-DELTA

	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
REAC	-----	-----	-----	-----	-----	---

TTEACH	32					
TTOOL	0	35				
TREIN	0	38	39			
OBSERV	0	0	0	42		
JUDGE	43	0	0	0	44	
REAC	0	0	0	46	47	
48						
THEOR	51	0	0	0	0	
0						
SCHEDULE	58	59	60	61	62	
0						
ROUTINE	67	0	68	0	0	
69						

THETA-DELTA

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
THEOR	52		
SCHEDULE	0	63	
ROUTINE	0	70	71

HABIT EFA

Number of Iterations = 15

LISREL Estimates (Maximum Likelihood)

LAMBDA-Y

	REG	HABIT
STARGET	0.611	- -
SCOMPARE	0.579	- -

	(0.026)		
	22.442		
SREQUEST	0.580	- -	
	(0.027)		
	21.648		
TSUPPORT	- -	0.599	
TTARGET	- -	0.575	
		(0.037)	
		15.551	
TATTITUD	- -	0.679	
		(0.042)	
		16.342	

LAMBDA-X

	STUDENT	TEACHER	
	-----	-----	
TTEACH	0.674	- -	
	(0.025)		
	27.176		
TTOOL	0.606	- -	
	(0.024)		
	25.032		
TREIN	0.608	- -	
	(0.028)		
	21.935		
OBSERV	- -	0.579	
		(0.023)	
		25.296	
JUDGE	- -	0.473	
		(0.017)	
		27.189	
REAC	- -	0.607	
		(0.024)	
		25.532	
THEOR	- -	0.551	
		(0.022)	
		24.694	
SCHEDULE	- -	0.434	
		(0.023)	
		19.099	
ROUTINE	- -	0.429	
		(0.024)	
		17.649	

BETA

	REG	HABIT
	-----	-----
REG	- -	- -
HABIT	0.205 (0.101) 2.024	- -

GAMMA

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	0.122 (0.037) 3.295	0.826 (0.043) 19.180
HABIT	0.868 (0.061) 14.207	-0.105 (0.097) -1.088

Covariance Matrix of ETA and KSI

	REG	HABIT	STUDENT	TEACHER
	-----	-----	-----	-----
REG	1.000			
HABIT	0.644	1.000		
STUDENT	0.615	0.931	1.000	
TEACHER	0.899	0.597	0.597	1.000

PHI

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
STUDENT	1.000	
TEACHER	0.597 (0.030) 19.899	1.000

PSI

Note: This matrix is diagonal.

	REG	HABIT
	-----	-----
	0.182 (0.043) 4.237	0.123 (0.034) 3.618

Squared Multiple Correlations for Structural Equations

REG	HABIT
-----	-------

----- -----
 0.818 0.877

NOTE: R² for Structural Equatios are Hayduk's (2006) Blocked-Error R²

Reduced Form

	STUDENT	TEACHER
REG	0.122 (0.037) 3.293	0.826 (0.043) 19.167
HABIT	0.893 (0.062) 14.517	0.064 (0.037) 1.734

Squared Multiple Correlations for Reduced Form

REG	HABIT
0.818	0.870

THETA-EPS

TATTITUD	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET
STARGET	0.156 (0.019) 8.095				
SCOMPARE	0.045 (0.016) 2.762	0.334 (0.021) 15.791			
SREQUEST	-0.036 (0.013) -2.716	- -	0.196 (0.016) 11.950		
TSUPPORT	- -	- -	- -	0.590 (0.036) 16.557	
TTARGET	- -	- -	- -	- -	0.243 (0.015) 16.021
TATTITUD	- -	-0.022 (0.010) -2.313	- -	-0.074 (0.016) -4.577	- -

Squared Multiple Correlations for Y - Variables

	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
TATTITUD	-----	-----	-----	-----	-----	--

0.790	0.705	0.501	0.632	0.378	0.576	
THETA-DELTA-EPS						
	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
TATTITUD	-----	-----	-----	-----	-----	--

TTEACH	--	--	--	--	--	
--						
TTOOL	--	--	--	0.027	0.027	
--				(0.017)	(0.012)	
				1.626	2.361	
TREIN	--	--	--	0.042	-0.021	
--				(0.020)	(0.013)	
				2.069	-1.579	
OBSERV	--	--	--	0.066	0.007	
--				(0.015)	(0.009)	
				4.508	0.767	
JUDGE	--	--	--	--	--	
--						
REAC	--	--	-0.031	--	--	
--			(0.011)			
			-2.882			
THEOR	--	--	--	--	0.029	
0.029					(0.010)	
(0.009)					2.840	
3.119						
SCHEDULE	-0.008	-0.021	-0.048	0.054	-0.013	
--	(0.010)	(0.012)	(0.010)	(0.015)	(0.010)	
	-0.804	-1.828	-4.573	3.531	-1.273	
ROUTINE	0.052	--	-0.025	--	--	
0.017	(0.010)		(0.011)			
(0.010)						

	5.308		-2.256			
1.744						
	THETA-DELTA					
	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
REAC	-----	-----	-----	-----	-----	---

TTEACH	0.189 (0.015) 12.315					
TTOOL	- -	0.213 (0.015) 14.299				
TREIN	- -	0.090 (0.014) 6.415	0.332 (0.021) 15.882			
OBSERV	- -	- -	- -	0.204 (0.013) 15.650		
JUDGE	-0.028 (0.007) -3.863	- -	- -	- -	0.100 (0.007) 13.938	
REAC	- -	- -	- -	-0.029 (0.010)	-0.040 (0.008)	
0.185						
(0.015)						
12.669				-2.969	-5.172	
	THEOR					
- -	-0.014 (0.010) -1.394	- -	- -	- -	- -	
SCHEDULE	0.022 (0.010) 2.193	0.017 (0.010) 1.724	0.043 (0.012) 3.738	0.050 (0.011) 4.715	-0.025 (0.007) -3.356	
ROUTINE	-0.004 (0.011)	- -	0.035 (0.011)	- -	- -	
0.027						
(0.011)						
2.543	-0.363		3.053			
	THETA-DELTA					
	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE			

THEOR	-----	-----	-----
	0.210		
	(0.012)		
	17.237		
SCHEDULE	- -	0.239	
		(0.015)	
		16.401	
ROUTINE	- -	0.074	0.316
		(0.011)	(0.017)
		6.750	18.095

Squared Multiple Correlations for X - Variables

	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
REAC	-----	-----	-----	-----	-----	---

0.666	0.706	0.633	0.527	0.622	0.691	

Squared Multiple Correlations for X - Variables

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
-----	-----	-----	-----
	0.591	0.441	0.368

Log-likelihood Values

	Estimated Model	Saturated Model
	-----	-----
Number of free parameters(t)	71	120
-2ln(L)	-2079.997	-2140.294
AIC (Akaike, 1974)*	-1937.997	-1900.294
BIC (Schwarz, 1978)*	-1608.195	-1342.883

*LISREL uses $AIC = 2t - 2\ln(L)$ and $BIC = t\ln(N) - 2\ln(L)$

Goodness-of-Fit Statistics

Degrees of Freedom for (C1)-(C2)	49
Maximum Likelihood Ratio Chi-Square (C1)	60.298 (P =
0.1293)	
Browne's (1984) ADF Chi-Square (C2_NT)	60.327 (P =
0.1287)	
Estimated Non-centrality Parameter (NCP)	11.298
90 Percent Confidence Interval for NCP	(0.0 ; 35.149)
Minimum Fit Function Value	0.0784
Population Discrepancy Function Value (F0)	0.0147
90 Percent Confidence Interval for F0	(0.0 ; 0.0457)
Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)	0.0173
90 Percent Confidence Interval for RMSEA	(0.0 ; 0.0305)
P-Value for Test of Close Fit (RMSEA < 0.05)	1.00

Expected Cross-Validation Index (ECVI)	0.263
90 Percent Confidence Interval for ECVI	(0.248 ;
0.294)	
ECVI for Saturated Model	0.312
ECVI for Independence Model	9.178
Chi-Square for Independence Model (105 df)	7027.976
Normed Fit Index (NFI)	0.991
Non-Normed Fit Index (NNFI)	0.997
Parsimony Normed Fit Index (PNFI)	0.463
Comparative Fit Index (CFI)	0.998
Incremental Fit Index (IFI)	0.998
Relative Fit Index (RFI)	0.982
Critical N (CN)	955.240
Root Mean Square Residual (RMR)	0.0127
Standardized RMR	0.0214
Goodness of Fit Index (GFI)	0.990
Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)	0.975
Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI)	0.404

HABIT EFA

Fitted Covariance Matrix

	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
TATTITUD	-----	-----	-----	-----	-----	---

STARGET	0.529					
SCOMPARE	0.398	0.669				
SREQUEST	0.318	0.336	0.533			
TSUPPORT	0.236	0.223	0.224	0.949		
TTARGET	0.226	0.215	0.215	0.345	0.574	
TATTITUD	0.267	0.231	0.254	0.333	0.391	
0.583						
TTEACH	0.253	0.240	0.240	0.376	0.361	
0.426						
TTOOL	0.228	0.216	0.216	0.365	0.352	
0.383						
TREIN	0.228	0.217	0.217	0.381	0.305	
0.385						
TOBSERV	0.318	0.301	0.302	0.274	0.206	
0.235						
TJUDGE	0.260	0.246	0.247	0.169	0.163	
0.192						
TREAC	0.333	0.316	0.286	0.217	0.209	
0.246						
TREOR	0.302	0.287	0.287	0.197	0.218	
0.252						
TSCHEDULE	0.231	0.205	0.178	0.210	0.137	
0.176						
TRoutine	0.288	0.224	0.199	0.154	0.148	
0.191						

Fitted Covariance Matrix

REAC	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	---
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---
TTEACH	0.642					
TTOOL	0.408	0.580				
TREIN	0.410	0.458	0.702			
OBSERV	0.233	0.210	0.210	0.539		
JUDGE	0.162	0.171	0.172	0.274	0.324	
REAC	0.244	0.220	0.221	0.323	0.247	
0.554						
THEOR	0.208	0.199	0.200	0.319	0.261	
0.335						
SCHEDULE	0.197	0.174	0.201	0.301	0.181	
0.264						
ROUTINE	0.169	0.155	0.190	0.249	0.203	
0.288						

Fitted Covariance Matrix

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
-----	-----	-----	-----
THEOR	0.514		
SCHEDULE	0.239	0.428	
ROUTINE	0.237	0.260	0.500

Fitted Residuals

TATTITUD	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	---
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---
STARGET	0.002					
SCOMPARE	0.001	0.001				
SREQUEST	0.000	-0.002	-0.001			
TSUPPORT	0.013	-0.011	0.002	-0.004		
TTARGET	-0.007	-0.008	0.018	-0.009	0.003	
TATTITUD	-0.005	-0.013	0.005	0.003	0.009	
0.007						
TTEACH	-0.002	-0.012	0.009	0.004	0.000	
0.006						
TTOOL	-0.005	-0.016	0.005	-0.004	0.003	
0.010						
TREIN	0.016	0.000	0.003	0.006	0.005	
0.002						
OBSERV	0.007	0.012	-0.005	0.003	-0.007	
-0.020						
JUDGE	-0.002	-0.002	-0.005	-0.008	-0.007	
-0.017						
REAC	0.004	0.010	0.001	0.039	0.011	
-0.002						
THEOR	-0.004	-0.010	0.000	0.032	0.017	
0.008						
SCHEDULE	0.007	0.007	-0.001	0.029	0.011	
0.004						

ROUTINE 0.008 0.011 0.003 0.065 0.034
0.017

Fitted Residuals

REAC	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
TTEACH	0.004					
TTOOL	0.002	0.001				
TREIN	0.004	0.004	0.007			
OBSERV	-0.009	-0.021	-0.002	0.002		
JUDGE	-0.010	-0.021	0.009	0.002	0.000	
REAC	0.015	-0.006	0.010	0.004	-0.002	
THEOR	0.014	0.016	0.028	-0.005	0.009	
SCHEDULE	0.011	0.002	0.015	0.004	0.000	
ROUTINE	0.027	0.017	0.032	0.010	-0.007	

Fitted Residuals

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
THEOR	-0.001		
SCHEDULE	-0.004	0.006	
ROUTINE	-0.002	0.009	0.003

Summary Statistics for Fitted Residuals

Smallest Fitted Residual = -0.021
Median Fitted Residual = 0.003
Largest Fitted Residual = 0.065

Stemleaf Plot

```

- 2|110
- 1|76
- 1|32100
- 0|999887777655555
- 0|44442222222111000000
0|1111122222233333344444444
0|555666677778899999
1|00001111234
1|55667778
2|
2|789
3|224
3|9
4|
4|
5|
5|
6|
6|5
    
```

Standardized Residuals

	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
TATTITUD	-----	-----	-----	-----	-----	--

STARGET	0.066					
SCOMPARE	0.075	0.026				
SREQUEST	-0.011	-0.068	-0.048			
TSUPPORT	0.552	-0.379	0.084	-0.084		
TTARGET	-0.442	-0.341	0.836	-0.317	0.103	
TATTITUD	-0.220	-0.600	0.274	0.127	0.356	
0.325						
TTEACH	-0.079	-0.458	0.423	0.127	-0.015	
0.232						
TTOOL	- -	-0.707	0.254	-0.135	0.143	
0.411						
TREIN	0.758	-0.010	0.115	0.185	0.183	
0.085						
OBSERV	0.293	-0.587	-0.272	0.115	-0.473	
-1.369						
JUDGE	-0.188	-0.114	-0.314	-0.379	-1.062	
-1.010						
REAC	0.202	0.415	0.057	1.611	0.582	
-0.089						
THEOR	-0.169	-0.416	0.017	1.258	0.885	
0.393						
SCHEDULE	0.421	0.345	-0.048	1.282	0.652	
0.238						
ROUTINE	0.381	0.514	0.202	2.598	1.686	
0.802						

Standardized Residuals

	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
REAC	-----	-----	-----	-----	-----	--

TTEACH	0.129					
TTOOL	0.108	0.021				
TREIN	0.144	0.135	0.184			
OBSERV	-0.405	-1.128	-0.097	0.088		
JUDGE	-1.057	-1.537	0.627	0.122	-0.021	
REAC	0.676	- -	0.555	0.181	-0.119	
0.038						
THEOR	0.819	0.865	1.392	-0.202	0.536	
-0.389						
SCHEDULE	0.569	0.106	0.852	0.227	0.017	
0.298						
ROUTINE	1.304	0.904	1.540	0.560	-0.446	
0.253						

Standardized Residuals

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
THEOR	-----	-----	-----
	-0.035		

SCHEDULE	- -	0.268	
ROUTINE	-0.135	0.487	0.152

Summary Statistics for Standardized Residuals

Smallest Standardized Residual = -1.537
 Median Standardized Residual = 0.119
 Largest Standardized Residual = 2.598

Stemleaf Plot

```

-14|4
-12|7
-10|3661
- 8|
- 6|10
- 4|765421
- 2|988421720
- 0|974421098875532111000
  0|2223467889901112233344458888
  2|0033455779024689
  4|1222914566789
  6|3586
  8|0245780
 10|
 12|6809
 14|4
 16|19
 18|
 20|
 22|
 24|
 26|0
    
```

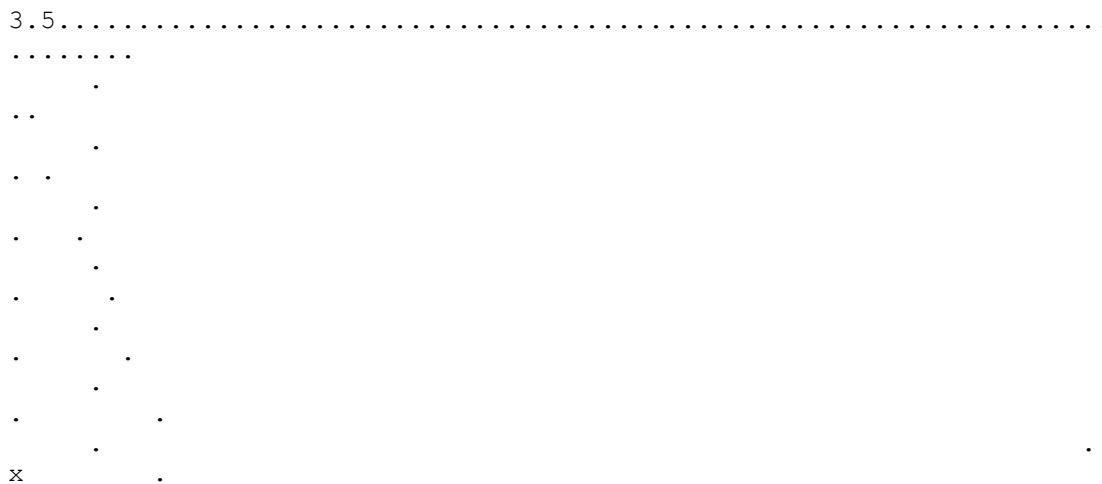


Largest Positive Standardized Residuals
 Residual for ROUTINE and TSUPPORT 2.598

HABIT EFA

CHULALONGKORN UNIVERSITY

Qplot of Standardized Residuals



.
. .
. . x .
. . x .
. . x .
. . xx .
. . * .
. . x .
. . * .
N . x* .
. . o . *x .
. . r . xx .
. . m . x* .
. . a . *x .
. . l . *x
. . . . *x
Q . .x
. . u . *
. . a . x
. . n . x*
. . t . x
i . . xx
l . . x*
e . . x
s . . *
. . . . x
. . . . xx
. . . . xx
. . . . x
. . . . x
. . . . x
. . . . x





HABIT EFA

Modification Indices and Expected Change

Modification Indices for LAMBDA-Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	- -	0.392
SCOMPARE	- -	1.176
SREQUEST	- -	3.133
TSUPPORT	0.354	- -
TTARGET	0.658	- -
TATTITUD	1.371	- -

Expected Change for LAMBDA-Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	- -	-0.019
SCOMPARE	- -	-0.039
SREQUEST	- -	0.061
TSUPPORT	0.029	- -
TTARGET	0.027	- -
TATTITUD	-0.044	- -

Standardized Expected Change for LAMBDA-Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	- -	-0.019
SCOMPARE	- -	-0.039
SREQUEST	- -	0.061
TSUPPORT	0.029	- -
TTARGET	0.027	- -
TATTITUD	-0.044	- -

Completely Standardized Expected Change for LAMBDA-Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	- -	-0.027
SCOMPARE	- -	-0.047
SREQUEST	- -	0.083
TSUPPORT	0.030	- -
TTARGET	0.036	- -
TATTITUD	-0.057	- -

Modification Indices for LAMBDA-X

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
TTEACH	- -	0.405
TTOOL	- -	4.637
TREIN	- -	3.421
OBSERV	2.851	- -
JUDGE	5.839	- -
REAC	0.001	- -
THEOR	5.714	- -
SCHEDULE	0.422	- -
ROUTINE	7.136	- -

Expected Change for LAMBDA-X

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
TTEACH	- -	0.022
TTOOL	- -	-0.055
TREIN	- -	0.053
OBSERV	-0.043	- -
JUDGE	-0.052	- -
REAC	0.001	- -
THEOR	0.069	- -
SCHEDULE	0.019	- -
ROUTINE	0.085	- -

Standardized Expected Change for LAMBDA-X

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
TTEACH	- -	0.022
TTOOL	- -	-0.055
TREIN	- -	0.053
OBSERV	-0.043	- -
JUDGE	-0.052	- -
REAC	0.001	- -
THEOR	0.069	- -
SCHEDULE	0.019	- -
ROUTINE	0.085	- -

Completely Standardized Expected Change for LAMBDA-X

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
TTEACH	- -	0.027

TTOOL	- -	-0.072
TREIN	- -	0.064
OBSERV	-0.059	- -
JUDGE	-0.091	- -
REAC	0.001	- -
THEOR	0.097	- -
SCHEDULE	0.029	- -
ROUTINE	0.119	- -

No Non-Zero Modification Indices for BETA

No Non-Zero Modification Indices for GAMMA

No Non-Zero Modification Indices for PHI

No Non-Zero Modification Indices for PSI

Modification Indices for THETA-EPS

	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
TATTITUD	-----	-----	-----	-----	-----	--

STARGET	- -	- -	- -	- -	- -	
SCOMPARE	- -	- -	- -	- -	- -	
SREQUEST	- -	- -	- -	- -	- -	
TSUPPORT	0.020	0.748	0.186	- -	- -	
TTARGET	2.037	0.065	1.341	0.771	- -	
TATTITUD	0.214	- -	0.149	- -	0.771	
--						

Expected Change for THETA-EPS

	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
TATTITUD	-----	-----	-----	-----	-----	--

STARGET	- -	- -	- -	- -	- -	
SCOMPARE	- -	- -	- -	- -	- -	
SREQUEST	- -	- -	- -	- -	- -	
TSUPPORT	0.002	-0.014	-0.006	- -	- -	
TTARGET	-0.012	0.003	0.011	-0.018	- -	
TATTITUD	0.004	- -	0.004	- -	0.020	
--						

Completely Standardized Expected Change for THETA-EPS

	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
TATTITUD	-----	-----	-----	-----	-----	--

STARGET	- -	- -	- -	- -	- -	
SCOMPARE	- -	- -	- -	- -	- -	
SREQUEST	- -	- -	- -	- -	- -	
TSUPPORT	0.003	-0.018	-0.009	- -	- -	
TTARGET	-0.022	0.005	0.021	-0.024	- -	
TATTITUD	0.008	- -	0.007	- -	0.035	
--						

Modification Indices for THETA-DELTA-EPS

TATTITUD	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	--
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---
TTEACH	0.288	0.196	0.147	0.101	0.749	
0.007						
TTOOL	0.023	0.026	1.049	- -	- -	
2.215						
TREIN	0.568	0.000	2.039	- -	- -	
1.731						
OBSERV	0.181	1.360	0.357	- -	- -	
0.613						
JUDGE	0.024	0.040	0.235	1.912	0.001	
1.107						
REAC	0.000	0.797	- -	1.353	0.059	
0.129						
THEOR	0.055	1.693	0.001	0.682	- -	
- -						
SCHEDULE	- -	- -	- -	- -	- -	
0.422						
ROUTINE	- -	0.075	- -	3.295	2.264	
- -						

Expected Change for THETA-DELTA-EPS

TATTITUD	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	--
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---
TTEACH	-0.005	-0.005	0.004	0.007	-0.016	
0.001						
TTOOL	0.001	-0.002	0.009	- -	- -	
0.016						
TREIN	0.007	0.000	-0.015	- -	- -	
-0.015						
OBSERV	0.003	0.012	-0.006	- -	- -	
-0.007						
JUDGE	0.001	-0.002	-0.004	-0.015	0.000	
-0.007						
REAC	0.000	0.010	- -	0.017	0.002	
-0.003						
THEOR	-0.002	-0.013	0.000	0.012	- -	
- -						
SCHEDULE	- -	- -	- -	- -	- -	
0.008						
ROUTINE	- -	0.004	- -	0.029	0.017	
- -						

Completely Standardized Expected Change for THETA-DELTA-EPS

TATTITUD	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	--
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---

TTEACH	-0.008	-0.008	0.007	0.008	-0.026
0.002					
TTOOL	0.002	-0.002	0.016	- -	- -
0.027					
TREIN	0.011	0.000	-0.024	- -	- -
-0.024					
OBSERV	0.007	0.020	-0.011	- -	- -
-0.012					
JUDGE	0.002	-0.003	-0.009	-0.027	0.000
-0.017					
REAC	0.000	0.017	- -	0.023	0.004
-0.006					
THEOR	-0.004	-0.023	-0.001	0.017	- -
- -					
SCHEDULE	- -	- -	- -	- -	- -
0.015					
ROUTINE	- -	0.006	- -	0.042	0.032
- -					

Modification Indices for THETA-DELTA

	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
REAC	-----	-----	-----	-----	-----	---

TTEACH	- -	- -	- -	- -	- -	
TTOOL	0.073	- -	- -	- -	- -	
TREIN	0.073	- -	- -	- -	- -	
OBSERV	0.000	0.179	0.169	- -	- -	
JUDGE	- -	5.543	6.795	0.756	- -	
REAC	1.101	1.056	0.213	- -	- -	
- -						
THEOR	- -	1.754	0.071	0.818	6.612	
1.332						
SCHEDULE	- -	- -	- -	- -	- -	
0.159						
ROUTINE	- -	0.000	- -	0.204	3.565	
- -						

Modification Indices for THETA-DELTA

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
THEOR	-----	-----	-----
THEOR	- -	- -	- -
SCHEDULE	0.653	- -	- -
ROUTINE	0.059	- -	- -

Expected Change for THETA-DELTA

	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
REAC	-----	-----	-----	-----	-----	---

TTEACH	- -	- -	- -	- -	- -	
TTOOL	-0.004	- -	- -	- -	- -	
TREIN	0.004	- -	- -	- -	- -	
OBSERV	0.000	-0.004	-0.004	- -	- -	
JUDGE	- -	-0.015	0.019	0.007	- -	

REAC	0.011	-0.009	-0.005	- -	- -
THEOR	- -	0.012	0.003	-0.008	0.020
SCHEDULE	- -	- -	- -	- -	- -
ROUTINE	- -	0.000	- -	0.005	-0.015

Expected Change for THETA-DELTA

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
THEOR	- -		
SCHEDULE	-0.009	- -	
ROUTINE	-0.002	- -	- -

Completely Standardized Expected Change for THETA-DELTA

	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE
REAC					
TTEACH	- -				
TTOOL	-0.006	- -			
TREIN	0.005	- -	- -		
OBSERV	0.000	-0.006	-0.007	- -	
JUDGE	- -	-0.034	0.041	0.017	- -
REAC	0.019	-0.015	-0.008	- -	- -
THEOR	- -	0.021	0.004	-0.016	0.049
SCHEDULE	- -	- -	- -	- -	- -
ROUTINE	- -	0.000	- -	0.009	-0.038

Completely Standardized Expected Change for THETA-DELTA

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
THEOR	- -		
SCHEDULE	-0.018	- -	
ROUTINE	-0.005	- -	- -

Maximum Modification Index is 7.14 for Element (9, 1) of LAMBDA-X

HABIT EFA

Standardized Solution

LAMBDA-Y

	REG	HABIT
STARGET	0.611	- -
SCOMPARE	0.579	- -

SREQUEST	0.580	- -
TSUPPORT	- -	0.599
TTARGET	- -	0.575
TATTITUD	- -	0.679

LAMBDA-X

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
TTEACH	0.674	- -
TTOOL	0.606	- -
TREIN	0.608	- -
OBSERV	- -	0.579
JUDGE	- -	0.473
REAC	- -	0.607
THEOR	- -	0.551
SCHEDULE	- -	0.434
ROUTINE	- -	0.429

BETA

	REG	HABIT
	-----	-----
REG	- -	- -
HABIT	0.205	- -

GAMMA

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	0.122	0.826
HABIT	0.868	-0.105

Correlation Matrix of ETA and KSI

	REG	HABIT	STUDENT	TEACHER
	-----	-----	-----	-----
REG	1.000			
HABIT	0.644	1.000		
STUDENT	0.615	0.931	1.000	
TEACHER	0.899	0.597	0.597	1.000

PSI

Note: This matrix is diagonal.

	REG	HABIT
	-----	-----
	0.182	0.123

Regression Matrix ETA on KSI (Standardized)

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	0.122	0.826
HABIT	0.893	0.064

HABIT EFA

Completely Standardized Solution

LAMBDA-Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	0.840	- -
SCOMPARE	0.708	- -
SREQUEST	0.795	- -
TSUPPORT	- -	0.615
TTARGET	- -	0.759
TATTITUD	- -	0.889

LAMBDA-X

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
TTEACH	0.840	- -
TTOOL	0.795	- -
TREIN	0.726	- -
OBSERV	- -	0.789
JUDGE	- -	0.831
REAC	- -	0.816
THEOR	- -	0.769
SCHEDULE	- -	0.664
ROUTINE	- -	0.607

BETA

	REG	HABIT
	-----	-----
REG	- -	- -
HABIT	0.205	- -

GAMMA

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	0.122	0.826
HABIT	0.868	-0.105

Correlation Matrix of ETA and KSI

	REG	HABIT	STUDENT	TEACHER
	-----	-----	-----	-----
REG	1.000			
HABIT	0.644	1.000		
STUDENT	0.615	0.931	1.000	
TEACHER	0.899	0.597	0.597	1.000

PSI

Note: This matrix is diagonal.

	REG	HABIT
	-----	-----
	0.182	0.123

THETA-EPS

TATTITUD	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
-----	-----	-----	-----	-----	-----	--

STARGET	0.295					
SCOMPARE	0.075	0.499				
SREQUEST	-0.069	- -	0.368			
TSUPPORT	- -	- -	- -	0.622		
TTARGET	- -	- -	- -	- -	0.424	
TATTITUD	- -	-0.036	- -	-0.100	- -	
0.210						

THETA-DELTA-EPS

TATTITUD	STARGET	SCOMPARE	SREQUEST	TSUPPORT	TTARGET	
-----	-----	-----	-----	-----	-----	--

TTEACH	- -	- -	- -	- -	- -	

TTOOL	- -	- -	- -	0.036	0.047	

TREIN	- -	- -	- -	0.051	-0.033	

OBSERV	- -	- -	- -	0.093	0.013	

JUDGE	- -	- -	- -	- -	- -	

REAC	- -	- -	-0.056	- -	- -	

THEOR	- -	- -	- -	- -	0.053	
0.053						
SCHEDULE	-0.016	-0.039	-0.101	0.085	-0.026	

ROUTINE	0.101	- -	-0.049	- -	- -	
0.031						

THETA-DELTA

REAC	TTEACH	TTOOL	TREIN	OBSERV	JUDGE	
-----	-----	-----	-----	-----	-----	--

TTEACH	0.294					
TTOOL	- -	0.367				
TREIN	- -	0.141	0.473			
OBSERV	- -	- -	- -	0.378		
JUDGE	-0.062	- -	- -	- -	0.309	
REAC	- -	- -	- -	-0.053	-0.095	
0.334						
THEOR	-0.024	- -	- -	- -	- -	

SCHEDULE	0.042	0.033	0.079	0.104	-0.067	

ROUTINE	-0.007	- -	0.058	- -	- -	
0.052						

THETA-DELTA

	THEOR	SCHEDULE	ROUTINE
	-----	-----	-----
THEOR	0.409		
SCHEDULE	- -	0.559	
ROUTINE	- -	0.159	0.632

Regression Matrix ETA on KSI (Standardized)

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	0.122	0.826
HABIT	0.893	0.064

HABIT EFA

Total and Indirect Effects

Total Effects of KSI on ETA

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	0.122 (0.037) 3.295	0.826 (0.043) 19.180
HABIT	0.893 (0.061) 14.527	0.064 (0.037) 1.735

Indirect Effects of KSI on ETA

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	- -	- -
HABIT	0.025 (0.012) 2.068	0.169 (0.086) 1.979

Total Effects of ETA on ETA

	REG	HABIT
	-----	-----
REG	- -	- -
HABIT	0.205 (0.101) 2.024	- -

Largest Eigenvalue of $B*B'$ (Stability Index) is 0.042

Total Effects of ETA on Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	0.611	- -
SCOMPARE	0.579 (0.026) 22.442	- -
SREQUEST	0.580 (0.027) 21.648	- -
TSUPPORT	0.123 (0.061) 2.024	0.599
TTARGET	0.118 (0.058) 2.031	0.575 (0.037) 15.551
TATTITUD	0.139 (0.068) 2.033	0.679 (0.042) 16.342

Indirect Effects of ETA on Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	- -	- -
SCOMPARE	- -	- -
SREQUEST	- -	- -
TSUPPORT	0.123 (0.061) 2.024	- -
TTARGET	0.118 (0.058) 2.031	- -
TATTITUD	0.139 (0.068) 2.033	- -

Total Effects of KSI on Y

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
STARGET	0.074 (0.023) 3.295	0.505 (0.026) 19.180
SCOMPARE	0.071 (0.022)	0.478 (0.029)

	3.276	16.454
SREQUEST	0.071 (0.021)	0.479 (0.027)
	3.293	17.989
TSUPPORT	0.535 (0.037)	0.038 (0.022)
	14.527	1.735
TTARGET	0.514 (0.030)	0.037 (0.021)
	17.260	1.737
TATTITUD	0.606 (0.029)	0.043 (0.025)
	20.834	1.736

HABIT EFA

Standardized Total and Indirect Effects

Standardized Total Effects of KSI on ETA

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	0.122	0.826
HABIT	0.893	0.064

Standardized Indirect Effects of KSI on ETA

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
REG	- -	- -
HABIT	0.025	0.169

Standardized Total Effects of ETA on ETA

	REG	HABIT
	-----	-----
REG	- -	- -
HABIT	0.205	- -

Standardized Total Effects of ETA on Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	0.611	- -
SCOMPARE	0.579	- -
SREQUEST	0.580	- -
TSUPPORT	0.123	0.599
TTARGET	0.118	0.575
TATTITUD	0.139	0.679

Completely Standardized Total Effects of ETA on Y

	REG	HABIT
--	-----	-------

	-----	-----
STARGET	0.840	- -
SCOMPARE	0.708	- -
SREQUEST	0.795	- -
TSUPPORT	0.126	0.615
TTARGET	0.155	0.759
TATTITUD	0.182	0.889

Standardized Indirect Effects of ETA on Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	- -	- -
SCOMPARE	- -	- -
SREQUEST	- -	- -
TSUPPORT	0.123	- -
TTARGET	0.118	- -
TATTITUD	0.139	- -

Completely Standardized Indirect Effects of ETA on Y

	REG	HABIT
	-----	-----
STARGET	- -	- -
SCOMPARE	- -	- -
SREQUEST	- -	- -
TSUPPORT	0.126	- -
TTARGET	0.155	- -
TATTITUD	0.182	- -

Standardized Total Effects of KSI on Y

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
STARGET	0.074	0.505
SCOMPARE	0.071	0.478
SREQUEST	0.071	0.479
TSUPPORT	0.535	0.038
TTARGET	0.514	0.037
TATTITUD	0.606	0.043

Completely Standardized Total Effects of KSI on Y

	STUDENT	TEACHER
	-----	-----
STARGET	0.102	0.694
SCOMPARE	0.086	0.585
SREQUEST	0.097	0.657
TSUPPORT	0.549	0.039
TTARGET	0.678	0.049
TATTITUD	0.794	0.057

Time used 0.031 seconds

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวนาทนภา ตรีอุบล เกิดเมื่อวันที่ 23 สิงหาคม พ.ศ. 2531 จังหวัด กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาศีษาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยศึกษาคณะศิลปศึกษา สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ เมื่อปีการศึกษา 2553 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิธีวิทยาการวิจัยการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา ตั้งแต่ปีการศึกษา 2556 ปัจจุบันเป็นอาจารย์พนักงานมหาวิทยาลัยที่โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม

