

## บทที่ 1

### บทนำ



#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง (Self-regulated learning) เป็นคุณสมบัติในตัวผู้เรียนที่นักวิจัยทางการศึกษาสนใจทำการศึกษามาเมื่อประมาณ 20 ปีมาแล้ว โดยเริ่มจากการศึกษาคุณสมบัติของผู้เรียนที่มีลักษณะเป็นที่ยอมรับร่วมกันว่ามีการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ดังที่ โบเคิร์ท (Boekaerts, 1997:162) กล่าวว่าผู้ที่มีการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง จะมีลักษณะมีความเชื่อมั่นในการกำกับตนเอง มีการตั้งเป้าหมายในการหาความรู้ของตนเอง และในการเสริมแรงจิตใจของตนเอง ตระหนักถึงสิ่งที่ตนเองรู้ และรู้ว่าต้องศึกษาเนื้อหาความรู้ด้านใด ต้องใช้กลยุทธ์ทางปัญญาแบบใด และต้องใช้กลยุทธ์ทางแรงจูงใจแบบใด จึงจะทำให้บรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ของตนเอง รู้ว่าการบรรลุถึงความสามารถที่ต้องการนั้นจะพบกับความยากลำบากอย่างไร รู้ว่าตนเองมีความสามารถและแรงจูงใจเพียงใด ในการหาแหล่งประโยชน์มาช่วยให้ตนเองบรรลุเป้าหมายในการเรียน

ความหมายของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ที่ได้รับการยอมรับกันในปัจจุบัน เป็น ความหมายที่ให้ไว้โดยนักวิจัยในทฤษฎีปัญญาสังคม คือ ชุงค์และซิมเมอร์แมน (Schunk & Zimmerman, 1994:3) ให้ความหมายไว้ว่า การเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง หมายถึง การที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของตนเองอย่างเต็มที่ ทั้งทางด้านเมตาคอคนิชั่น ด้านแรงจูงใจ และด้านพฤติกรรม

หลักฐานการวิจัยสนับสนุนว่า ผู้เรียนที่กำกับตนเองในการเรียนรู้ มีผลการเรียนรู้ที่ดีกว่าผู้เรียนที่ไม่กำกับตนเองในการเรียนรู้ เช่น ผลการวิจัยของสแวนสัน (Swanson, 1990:306-314) พบว่าเด็กกลุ่มที่มีเมตาคอคนิชั่นสูง (higher metacognitive children) มีผลการแก้ปัญหาดีกว่าเด็กกลุ่มที่มีเมตาคอคนิชั่นต่ำกว่า การวิจัยของพินริชและเดอกรูท (Pintrich & De Groot, 1990:33-38) พบว่าการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองเป็นตัวแปรที่ทำนายการเรียนรู้ในวิชาวิทยาศาสตร์ และภาษาอังกฤษได้ดีที่สุด การวิจัยของสมจิตร์ทรัพย์อัประโมย (2540) พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการพัฒนาเมตาคอคนิชั่น มีคะแนนผลสัมฤทธิ์ในการแก้โจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มควบคุม

ปัจจุบันอาจกล่าวได้ว่านักการศึกษายอมรับกันแล้วว่าผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพที่สุดคือผู้ที่กำกับตนเองในการเรียนรู้ (Butler & Winne, 1995:245) ตัวอย่างเช่น อันเดอร์บาคค์ บอร์ก และ ปีเตอร์สัน (Underbakke ,Borg & Peterson, 1996:138-146) ได้เสนอว่าในการสอนการคิดขั้นสูง (Higher order thinking) ควรสอนให้ผู้เรียนมีการตระหนักในการควบคุมความคิดของตนเอง และ มาซาโน (Mazano, 1996:154-160) มีความเห็นที่สอดคล้องกันว่า การกำกับตนเองเป็นกลยุทธ์การคิดที่ครุมีค้อยได้สอน อย่างไรก็ตามการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองมีความเหมาะสมกับผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา ดังที่พินทริช (Pintrich, 1995:3-12) ได้กล่าวว่า การเรียนรู้โดยการกำกับตนเองเหมาะกับบริบทของการเรียนในวิทยาลัย เพราะถ้านักศึกษาสามารถควบคุมเวลาศึกษาเล่าเรียนของตนเองได้ก็จะสามารถปรับตัวเข้ากับวิถีชีวิตของนักศึกษาในระดับวิทยาลัยได้ดีขึ้น ทั้งในด้านการเรียนและด้านสังคม

ความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นคุณลักษณะสำคัญที่นักการศึกษาในสาขาพยาบาลศาสตร์ระบุว่า มีความจำเป็นสำหรับพยาบาลในอนาคต ดังเช่น วิธนา นานาคิลป์ (2539:9-17) ได้ศึกษาถึงคุณสมบัติบางประการที่พยาบาลจำเป็นต้องมีในสองทศวรรษหน้า คือ ความใฝ่รู้และศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ และได้เสนอแนะวิธีการจัดการเรียนการสอนว่าควรเน้นให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ที่สามารถแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเองอย่างอิสระ การวิจัยของละเอียด แจ่มจันทร์ (2541:41-46) เสริมย้ำการศึกษาข้างต้น โดยได้กล่าวถึงคุณลักษณะที่จำเป็นของพยาบาลในศตวรรษหน้า คือ ความอยากเรียนรู้ โดยเน้นที่สิ่งแวดล้อมในวิทยาลัยพยาบาลให้เป็นวิทยาลัยที่เน้นความใฝ่รู้ (Inquiry based college) ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนชอบการอ่าน ค้นคว้าด้วยตนเอง กรองไต่ อุณหสูต (2539:40) ได้กล่าวไว้ทำนองเดียวกันว่า หากจะต้องปรับปรุงการจัดการเรียนการสอน ทางพยาบาลศาสตร์ เพื่อให้เกิดคุณลักษณะของพยาบาลที่สอดคล้องกับสังคมที่กำลังก้าวไป และสามารถรองรับปัญหาสุขภาพของสังคมได้ ในการเรียนการสอนควรเน้นการสอนให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และการสอนให้ผู้เรียนแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง เพราะต่อไปจะไม่มีระบบการศึกษาใดที่จะตามไปให้ความรู้ได้ ความรู้ต่างๆ จะเข้ามาในรูปของสื่อต่างๆ ประกอบกับวิทยาการด้าน วิทยาศาสตร์สุขภาพเจริญรุดหน้าไปอย่างรวดเร็ว การรู้ในวิธีแสวงหาความรู้เท่านั้นที่จะทำให้รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงและความเจริญก้าวหน้าของความรู้ได้

ความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเองมีความสำคัญในวงการการศึกษาพยาบาลเป็นอย่างยิ่ง ดังมีปรากฏอยู่ในวัตถุประสงค์ของหลักสูตรประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ ฉบับปรับปรุง ปี 2537 ซึ่งปัจจุบันใช้อยู่ในวิทยาลัยพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุขทั่วประเทศ วัตถุประสงค์ของหลักสูตรระบุว่า “เมื่อสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตรนี้แล้ว ผู้สำเร็จการศึกษาจะมีความสามารถในการเฝ้าหาความรู้ พัฒนาตนเอง และวิชาชีพ”

ทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเองมีความสำคัญเพิ่มมากขึ้นเมื่อพิจารณาถึงแนวโน้ม การจัดการเรียนการสอนทางพยาบาลศาสตร์ในอนาคตของประเทศไทย เนื่องจากทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างอิสระเป็นทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการเรียนรู้แบบเน้นปัญหาเป็นหลัก (ศุภรีใจ เจริญสุข, 2541:29-33) การเรียนการสอนแบบเน้นปัญหาเป็นหลักเป็นแนวโน้มทางการศึกษาที่ได้รับการยอมรับเข้ามาใช้ในการศึกษาพยาบาลใน

ประเทศไทยอย่างกว้างขวาง วิทยาลัยพยาบาลของกระทรวงสาธารณสุขทุกแห่งได้รับการสนับสนุนให้ใช้การเรียนการสอนแบบเน้นปัญหาเป็นหลักตั้งแต่ พ.ศ. 2537 (สถาบันพระบรมราชชนก, 2537) และคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล ได้นำการเรียนการสอนแบบเน้นปัญหาเป็นหลักมาทดลองใช้ในการเรียนการสอนภาคทฤษฎี (พยอม อยู่สวัสดิ์ และคณะ, 2539:67-78) และภาคปฏิบัติ (กรองไธ อุณหสูต, 2538:18-25)

จุดอ่อนของการนำการเรียนรู้อย่างเน้นปัญหาเป็นหลักมาใช้กับนักศึกษาพยาบาลในประเทศไทยคือ นักศึกษาต้องได้รับการปฐมนิเทศให้ตระหนักถึงความสำคัญและประโยชน์ของการเรียนรู้ ต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ เข้าใจบทบาทของตนเอง ต้องรับผิดชอบร่วมกันในการศึกษา ค้นคว้า เป็นกลุ่ม และนักศึกษาต้องมีเวลาดำเนินการพอสมควรด้วย (สมพันธ์ ธิญชรีระนันท์, 2538:10-17) ผลการทดลองใช้การเรียนการสอนแบบนี้มีสิ่งบ่งชี้ว่า นักศึกษาพยาบาลของไทยมีจุดอ่อนเหล่านี้ ดังจะเห็นได้จากการทดลองใช้การเรียนการสอนแบบเน้นปัญหาเป็นหลักที่คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล อุปสรรคของการเรียนที่ได้จากการรายงานของนักศึกษา คือ นักศึกษารู้สึกเป็นกังวลและเครียด นักศึกษามีเวลาดำเนินการหาความรู้ด้วยตนเองน้อย หนังสือมีน้อย หาไม่ได้ มีการเตรียมตัวก่อนเข้าเรียนน้อย ไม่แน่ใจในสิ่งที่ค้นคว้ามาได้ ความรู้ไม่ครอบคลุมวัตถุประสงค์ ขาดการเน้นจุดสำคัญของเนื้อหา และไม่รู้จักขอบเขตของเนื้อหา (พยอม อยู่สวัสดิ์, 2539:67-78) และการประเมินผลการเรียนการสอนแบบเน้นปัญหาเป็นหลักของมหาวิทยาลัยมหิดล ในด้านการชี้แนะการเรียนด้วยตนเอง พบว่า นักศึกษามีปัญหาต้องทำให้ชอบวิชาที่เรียน ต้องทำให้ชอบวิธีเรียน นักศึกษาไม่มีเวลาทบทวนบทเรียน และมีความรู้พื้นฐานไม่เพียงพอเมื่อต้องการศึกษาประเด็นที่ได้รับมอบหมายให้เรียนรู้ด้วยตนเอง (สมพันธ์ ธิญชรีระนันท์ และ กรองไธ อุณหสูต, 2540:214-223)

การเรียนรู้โดยการกำกับตนเองเป็นทักษะที่มีความสำคัญทั้งในการศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียน และการศึกษาเพื่อพัฒนาตนเองหลังสำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนไปแล้ว ดังนั้นนักการศึกษาในปัจจุบันจึงมีความเห็นสอดคล้องกันว่าเป้าหมายสำคัญประการหนึ่งของการศึกษาในระบบควรจะเป็นเรื่องการสอนให้ผู้เรียนมีทักษะการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง (Boekaerts, 1997 : 161)

จากความสำคัญของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ต่อการศึกษาขั้นพื้นฐาน และการศึกษาในวิชาชีพพยาบาลดังกล่าวข้างต้น กล่าวได้ว่าการสอนเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองเป็นสิ่งจำเป็น และหลีกเลี่ยงไม่ได้ในอนาคต จึงควรมีการศึกษาตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองในบริบทของสังคมไทย และการศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรคัดสรรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการจัดการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ผลการศึกษาจะแสดงถึงตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลไทย และการนำตัวแปรคัดสรรจากความสัมพันธ์ที่ศึกษานี้ไปใช้ในการพัฒนาการจัดการเรียนการสอน จะบอกถึงแนวทางการจัดการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองที่ได้ผล และผลการวิจัยจะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาพยาบาล ในการผลิตบัณฑิตที่มีความสามารถพัฒนาตนเองและวิชาชีพต่อไปในอนาคต

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. คัดสรรตัวแปรของเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล
2. ศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรคัดสรรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล โดย

2.1 เปรียบเทียบการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลระหว่างกลุ่มที่จัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรคัดสรรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล กับกลุ่มที่จัดการเรียนการสอนตามปกติ

2.2 เปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษาพยาบาลระหว่างกลุ่มที่จัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรคัดสรรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล กับกลุ่มที่จัดการเรียนการสอนตามปกติ

2.3 เปรียบเทียบผลการเรียนของนักศึกษาพยาบาลระหว่างกลุ่มที่จัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรคัดสรรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล กับกลุ่มที่จัดการเรียนการสอนตามปกติ

## สมมติฐานของการวิจัย

แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาทางสังคมเสนอว่า ระบบย่อยของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ประกอบด้วยกระบวนการสังเกตตนเอง การตัดสินใจตนเอง และการมีปฏิริยาต่อตนเอง (Bandura, 1986) โดยมีการรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองเป็นแหล่งของแรงจูงใจในการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองอย่างแท้จริง ทั้งก่อนการเรียนรู้ ระหว่างการเรียนรู้ และหลังการเรียนรู้ (Zimmerman, 1989:330; Schunk, 1998:141) การเรียนรู้โดยการกำกับตนเองมีพัฒนาการแบ่งเป็น 4 ระดับ คือ ระดับสังเกต ระดับเลียนแบบ ระดับควบคุมตนเอง และระดับกำกับตนเอง การจัดการประสบการณ์การเรียนการสอนที่ผู้สอนให้การสนับสนุนผู้เรียนอย่างสอดคล้องกับระดับของพัฒนาการในการกำกับตนเองของผู้เรียน ช่วยให้ผู้เรียนสามารถกำกับตนเองได้ คือมีความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ (Zimmerman and Bonner, cited by Schunk and Zimmerman, 1997:189) นอกจากนี้ทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาทางสังคมเสนอว่า การเรียนรู้โดยการกำกับตนเองได้รับอิทธิพลจากตัวแปร 3 ด้าน คือ บุคคล สิ่งแวดล้อม และพฤติกรรม ในลักษณะที่ต่างมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน (Reciprocal) ในปัจจัยทั้ง 3 ด้านนี้ การรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองเป็นปัจจัยด้านบุคคลที่สำคัญที่สุด การสังเกตตนเอง การตัดสินใจตนเอง และการมีปฏิริยาต่อตนเองเป็นปัจจัยด้านพฤติกรรมที่สำคัญที่สุด ส่วนปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่สำคัญได้แก่บริทางกายภาพและประสบการณ์ทางสังคม (Zimmerman, 1989:329-339)

จากแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองดังกล่าว มีผลการวิจัยสนับสนุนว่าการรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองเป็นตัวแปรด้านบุคคลที่สำคัญต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ได้แก่ การวิจัยของพินทริชและเดอกรูท (Pintrich and De-Groot, 1990) การวิจัยของซิมเมอร์แมน และมาตินเนซพอนด์ (Zimmerman and Martinez-Pons, 1992 cited by Bandura, 1993:117-148) และการวิจัยของซิมเมอร์แมนและแบนดูรา (Zimmerman and Bandura, 1994:845-862) ที่พบว่าการรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองมีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง

ตัวแปรด้านบุคคลที่นักวิจัยได้ทำการศึกษาพบว่ามียุทธพลต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองได้แก่ การมุ่งเป้าหมาย ความสนใจในกิจกรรม การรับรู้ความสำคัญของกิจกรรม และความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน ดังเช่น ผลการวิจัยของพินทริชและเดอกรูท (Pintrich and De-Groot, 1990:33-40) ที่พบว่า การมุ่งเป้าหมาย การรับรู้ความสำคัญของงาน และความสนใจภายใน มีความสัมพันธ์กับการใช้กลยุทธ์ทางปัญญาและเมตาคอกนิตชั้นสูง ผลการวิจัยของแอบลาร์ด และลิปชูลท์ (Ablard and Lipschultz, 1998:94-101) และการวิจัยของมีค (Meece et.al. 1988 ) ที่พบว่า การมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง และผู้เรียนที่มีการมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้และเพื่อผลงานสูงมีการกำกับตนเองสูงกว่าผู้เรียนกลุ่มอื่น และผลการวิจัยของ อติวัตติ พรหมสา (2533) ที่พบว่า นักเรียนที่มีคะแนนความเชื่อภายในตนเองสูงที่ได้รับการฝึกการควบคุมตนเอง มีคะแนนความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มนักเรียนที่มีความเชื่อภายในตนเองต่ำ

ทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคมเน้นว่าแม่แบบเป็นตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่สำคัญยิ่งต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง (Zimmerman, 1989) โดยมีผลการวิจัยที่สนับสนุนข้อเสนอนี้ ได้แก่ ผลการวิจัยของชุงค์และแฮนสัน (Schunk and Hanson, 1989:431-434) และการวิจัยของชุงค์ แฮนสัน และคอกซ์ (Schunk , Hanson and Cox 1987:54-61) ที่พบว่าแม่แบบที่เป็นเพื่อนหรือครูช่วยเพิ่มการรับรู้ความสามารถของผู้สังเกตได้ดีกว่าไม่มีแม่แบบ และแม่แบบหลายคนส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของผู้สังเกตได้ดีกว่าแม่แบบคนเดียว

แนวคิดทฤษฎี Self-Determination เสนอว่า บรรยากาศครอบครัวและบรรยากาศการเรียนการสอนที่สนับสนุนความเป็นอิสระ เอาใจใส่ และมีโครงสร้างสิ่งแวดล้อมในการเรียน เอื้ออำนวยให้ผู้เรียนเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง โดยมีผลการวิจัยสนับสนุนข้อเสนอนี้ ได้แก่การวิจัยของ โกรลนิกและไรอัน (Grolnick and Ryan, 1989:143-154) ที่พบว่า การสนับสนุนความเป็นอิสระของพ่อสัมพันธ์กับเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของลูก และการวิจัยของโกรลนิก ไรอัน และเดโค (Grolnick Ryan and Deci, 1991:508-517) ที่พบว่า การรับรู้ว่ามีพ่อแม่เอาใจใส่ และสนับสนุนความเป็นอิสระมีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของผู้เรียน การวิจัยของไรอันและโกรลนิก (Ryan and Grolnick, 1981:550-558) และการวิจัยของวิลเลียม (Williams, 1993 cited by Reeve 1996:28) ที่พบว่าผู้เรียนที่รับรู้ว่ามีสิ่งแวดล้อมในการเรียนสนับสนุนความเป็นอิสระของตนเองมาก มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงด้วย

มีผลการวิจัยสนับสนุนว่า ผู้เรียนที่กำกับตนเองในการเรียนรู้สูงมีผลการเรียนรู้ที่ดีกว่าผู้เรียนที่กำกับตนเองในการเรียนรู้ ต่ำกว่า ดังเช่น ผลการวิจัยของสวานสัน (Swanson, 1990:306-314) ที่พบว่าเด็กที่มีเมตาคอกนิชันสูง มีผลการแก้ปัญหาดีกว่าเด็กกลุ่มที่มีเมตาคอกนิชันต่ำกว่า ผลการวิจัยของพินทริชและเดอกรูท (Pintrich and De-Groot, 1990:33-38) ที่พบว่าการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองเป็นตัวแปรที่ทำนายการเรียนรู้ในวิชาวิทยาศาสตร์ วิชาภาษาอังกฤษได้มากที่สุด ผลการวิจัยของซิมเมอร์แมนและมาติเนซพอนส์ (Zimmerman and Martinez - Pons, 1986: 614 - 628) พบว่าความผันแปรของคะแนนผลสัมฤทธิ์ 93% มีความผันแปรร่วมกับการใช้กลยุทธ์การเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของผู้เรียน และผลการวิจัยของสมจิตร์ทรัพย์ประไพ (2540) ที่พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการพัฒนาเมตาคอกนิชัน มีคะแนนผลสัมฤทธิ์ในการแก้โจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มควบคุม

จากแนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องข้างต้นผู้วิจัยจึงได้กำหนดสมมติฐานการวิจัยดังนี้

1. ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้แก่ การรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเอง การมุ่งเป้าหมาย บรรยากาศครอบครัว ความสนใจในกิจกรรมและการรับรู้ความสำคัญของกิจกรรม แม่แบบ ความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน และบรรยากาศการเรียนการสอน
2. การจัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรอิสระของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง จะทำให้นักศึกษาพยาบาลในกลุ่มทดลองมีพัฒนาการในการเรียนรู้แตกต่างจากนักศึกษาพยาบาลในกลุ่มควบคุม ดังนี้
  - 3.1 นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองสูงกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
  - 3.2 นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีการรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองสูงกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
  - 3.3 นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีผลการเรียนในด้าน ความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยจิตเวช เจตคติต่อผู้ป่วยจิตเวชและต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวช และการปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชสูงกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

#### ขอบเขตของการวิจัย

1. นักศึกษาพยาบาลในการวิจัยครั้งนี้ ครอบคลุมเฉพาะนักศึกษาพยาบาลระดับปริญญาตรี หลักสูตร 4 ปี ไม่ครอบคลุมถึงนักศึกษาพยาบาลในหลักสูตรระดับปริญญาตรีที่เป็นผู้สำเร็จการศึกษาพยาบาลระดับต้น ที่เข้าศึกษาต่อเนื่องในระดับปริญญาตรี หลักสูตร 2 ปี
2. ตัวแปรอิสระในการวิจัยครั้งนี้ ครอบคลุมตัวแปรด้านการรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเอง การมุ่งเป้าหมาย บรรยากาศครอบครัว ความสนใจในกิจกรรม การรับรู้ความสำคัญของกิจกรรม แม่แบบ บรรยากาศการเรียนการสอน และความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน เท่านั้น

## ข้อตกลงเบื้องต้น

การนำตัวแปรอิสระของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลมาใช้เป็นแนวทางในการออกแบบวิธีการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองในครั้งนี้ นำมาเฉพาะตัวแปรที่จัดกระทำได้เท่านั้น

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**การเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง** หมายถึง กระบวนการที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของตนเอง โดยการสังเกตตนเอง การตัดสินใจตนเอง การมีปฏิสัมพันธ์ตนเอง การกำหนดเป้าหมายหรือมาตรฐานการเรียนรู้ และการวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง เพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายหรือมาตรฐานการเรียนรู้ที่กำหนดไว้ ซึ่งสามารถวัดได้จากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งประกอบด้วยคำถาม 5 ด้าน คือ

1. **การสังเกตตนเอง** หมายถึง การวางแผนใส่ใจจดจำเหตุการณ์ในการเรียนและ/หรือผลการเรียนของตนเองในด้านต่างๆ โดยการบันทึกและตรวจสอบพฤติกรรมการณ์การเรียนและ/หรือผลการเรียนของตนเองอย่างสม่ำเสมอ

2. **เป้าหมายหรือมาตรฐานของตนเอง** หมายถึง ความรู้ ทักษะ และระดับคะแนนที่ผู้เรียนมีความตั้งใจเปลี่ยนแปลงตนเองให้บรรลุถึง โดยกำหนดจาก ความรู้ ทักษะ และระดับคะแนนที่สถาบันการศึกษากำหนด หรือกำหนดจากความรู้ ทักษะ และระดับคะแนนของผู้เรียนผู้อื่น หรือกำหนดจากความรู้ ทักษะ และระดับคะแนนเดิมของตนเอง

3. **การวางแผนการเรียนรู้** หมายถึง การกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ไว้ล่วงหน้าเป็นลำดับก่อนหลังหรือเป็นช่วงเวลาที่จะทำกิจกรรม

4. **การตัดสินใจตนเอง** หมายถึง การเปรียบเทียบพฤติกรรมและ/หรือผลการเรียนของตนเองในปัจจุบันกับเป้าหมายหรือมาตรฐานที่ตนเองกำหนดไว้ เพื่อบอกคุณภาพและความก้าวหน้าในการเรียนของตนเอง และ การอนุมานสาเหตุของความสำเร็จหรือความล้มเหลวการเรียนของตนเอง

5. **การมีปฏิสัมพันธ์ตนเอง** หมายถึง การตอบสนองต่อการตัดสินใจตนเองในทางยอมรับหรือไม่ยอมรับผลการเรียนของตนเอง การจูงใจให้ตนเองดำเนินกระบวนการกำกับตนเองต่อไป และการปรับเปลี่ยนกลยุทธ์การเรียนรู้ของตนเองให้เหมาะสมใน ด้านส่วนบุคคล ด้านพฤติกรรม หรือด้านสิ่งแวดล้อม

**การรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเอง** หมายถึง ความคาดหวังของผู้เรียนเกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการที่จะเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง และความคาดหวังของผู้เรียนเกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการที่จะบรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรายวิชา ซึ่งวัดได้จากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

**การมุ่งเป้าหมาย** หมายถึง ลักษณะเป้าหมายเด่นๆ ที่ผู้เรียนมีความโน้มเอียงจะยึดถือในการเรียน โดยทั่วไป ซึ่งวัดจากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามการมุ่งเป้าหมายที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งประกอบด้วย การมุ่งเป้าหมาย 2 ประเภทคือ

1. การมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ หมายถึง การที่ผู้เรียนมีความต้องการเรียนเพื่อพัฒนาตนเองโดยการเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ การเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ และการเพิ่มพูนความสามารถของตนเอง
2. การมุ่งเป้าหมายเพื่อผลงาน หมายถึง การที่ผู้เรียนมีความต้องการเรียนเพื่อพิสูจน์ความสามารถของตนเอง ให้ตนเองได้รับการตัดสินในทางที่ดี และหลีกเลี่ยงการถูกตัดสินในทางลบ

**การรับรู้ความสำคัญของกิจกรรม** หมายถึง การประมาณค่าผลประโยชน์ที่ผู้เรียนคาดว่า ตนเองจะได้รับจากการที่ตนเองได้เรียนรู้ทักษะและความรู้ตามที่กำหนดไว้ในวัตถุประสงค์รายวิชาในด้านการทำงาน ด้านสังคม ด้านครอบครัว ด้านชีวิตส่วนตัว และด้านการศึกษา ซึ่งวัดจากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามการรับรู้ความสำคัญของรายวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น

**ความสนใจในกิจกรรม** หมายถึง การแสดงความพึงพอใจเมื่อทำกิจกรรมนั้น การเลือกทำ กิจกรรมนั้นมากกว่ากิจกรรมอื่นๆ ด้วยความเต็มใจ ความพากเพียรพยายามในการทำกิจกรรม และรู้สึกพึงพอใจที่จะทำกิจกรรมนั้นเมื่อมีเวลาว่าง ซึ่งวัดจากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามความสนใจในกิจกรรม วิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช ซึ่งมีข้อความครอบคลุมลักษณะต่างๆ ของความสนใจในกิจกรรม 3 ลักษณะ ดังนี้

1. เวลาอิสระ หมายถึง การเลือกทำกิจกรรมนั้นๆ ด้วยตนเองมากกว่ากิจกรรมอื่นๆ เมื่อมีเวลาว่าง พอดีที่จะสละเวลาในการหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับกิจกรรม
2. ความเพียรพยายาม หมายถึง การทำงานที่ยากมากแม้จะทำได้ หรือ ทำงานที่ตนสนใจอย่างต่อเนื่องและไม่ลี้มเลิกง่าย ๆ
3. ความเต็มใจ หมายถึง การทำกิจกรรมนั้นๆ ด้วยความสมัครใจ เต็มใจโดยไม่ต้องบีบบังคับ

**ความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอก** หมายถึง ความนึกคิดของบุคคลที่มีต่อประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นว่าเป็นผลของการกระทำของตนเอง และตนเองสามารถควบคุมได้ หรือเป็นผลจากอิทธิพลของอำนาจภายนอกที่ควบคุมไม่ได้ ซึ่งวัดจากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอก ซึ่งมีข้อความแบ่งเป็น 2 ประเภทได้แก่

1. ความเชื่ออำนาจภายในตน หมายถึง ความนึกคิดของบุคคลที่มีต่อประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นเป็นผลของการกระทำของตนเองและตนเองสามารถควบคุมได้
2. ความเชื่ออำนาจภายนอกตน หมายถึง ความนึกคิดของบุคคลที่มีต่อประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นว่าเป็นผลจากอิทธิพลของอำนาจภายนอกที่ควบคุมไม่ได้



**แม่แบบ** หมายถึง การเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของเพื่อนนักศึกษา อาจารย์ หรือพยาบาล ที่ได้แสดงออกโดยการกระทำ การพูดความคิด หรือการพูดอธิบายเหตุผลในการกระทำ ที่ผู้เรียนมีความชื่นชอบและมีความใส่ใจ จดจำและมีความต้องการนำมาจัดแบบ ความคิด ความเชื่อ และการกระทำของตนเอง ซึ่งวัดจากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามแม่แบบในการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น

**บรรยากาศครอบครัว** หมายถึง การรับรู้ของผู้เรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมของพ่อแม่ ผู้ปกครอง ในการสนับสนุนความเป็นอิสระ การเอาใจใส่ และการจัดโครงสร้างสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ซึ่งวัดจากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามบรรยากาศครอบครัวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งมีข้อความครอบคลุมลักษณะบรรยากาศครอบครัว 3 ประการดังนี้

1. การสนับสนุนความเป็นอิสระได้แก่ การที่พ่อแม่ผู้ปกครองเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เลือกทำกิจกรรมอย่างอิสระ เปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ และยอมรับความคิดเห็นของผู้เรียน
2. การเอาใจใส่ ได้แก่ การที่พ่อแม่ผู้ปกครองมีความใส่ใจความรู้สึกทางอารมณ์ของผู้เรียน ใช้เวลาอยู่กับผู้เรียนอย่างสม่ำเสมอ
3. โครงสร้างของสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ได้แก่ การที่พ่อแม่ผู้ปกครองมีกฎระเบียบและความคาดหวังต่อสมาชิกในครอบครัวที่ชัดเจนและสม่ำเสมอเป็นแนวทางในการปฏิบัติได้

**บรรยากาศการเรียนการสอน** หมายถึง การรับรู้ของผู้เรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้สอน ในการสนับสนุนความเป็นอิสระ การเอาใจใส่ และการจัดโครงสร้างสิ่งแวดล้อมในการเรียน ซึ่งวัดจากคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามบรรยากาศการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งมีข้อความครอบคลุมลักษณะบรรยากาศการเรียนการสอน 3 ประการดังนี้

1. การสนับสนุนความเป็นอิสระ ได้แก่ การที่ผู้สอนเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีทางเลือก เปิดโอกาสให้ผู้เรียนตัดสินใจด้วยตนเอง ยอมรับความคิดเห็นและความรู้สึกของผู้เรียน สนับสนุนความคิดริเริ่มของผู้เรียน
2. การเอาใจใส่ ได้แก่ การที่ผู้สอนแสดงความรู้สึกชื่นชม รักใคร่ ผู้เรียน มีความสนุกสนานในการสอน เข้าใจความรู้สึกของผู้เรียน ให้ความสนใจและแรงกายเพื่อช่วยเหลือผู้เรียน
3. การจัดโครงสร้างสิ่งแวดล้อมในการเรียน ได้แก่ การที่ผู้สอนมีกฎระเบียบในการเรียนและความคาดหวังในตัวผู้เรียนที่ชัดเจนและสม่ำเสมอ การให้ข้อมูลย้อนกลับผู้เรียนอย่างสม่ำเสมอ และคงเส้นคงวา ให้ความช่วยเหลือที่จำเป็น

**นักศึกษาพยาบาล** หมายถึง ผู้เรียนที่กำลังศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรระดับปริญญาตรี หรือเทียบเท่าปริญญาตรี หลักสูตร 4 ปี สังกัดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสังกัดกระทรวงสาธารณสุข

**การคัดสรรตัวแปร** หมายถึง การคัดเลือกตัวแปรที่มีความสำคัญต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ซึ่งประกอบด้วย 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 การทบทวนแนวคิดทฤษฎี และการวิจัยเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง และตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง คัดเลือกตัวแปรที่มีการวิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง

ขั้นตอนที่ 2 การเก็บรวบรวมข้อมูลการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง และข้อมูลตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง จากนักศึกษายาบาล นำมาวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ และคัดเลือกตัวแปรที่ผลวิเคราะห์ข้อมูลพบว่ามีสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง

**การจัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรคัดสรรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง** หมายถึง วิธีการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยออกแบบขึ้น โดยมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาจากแนวคิดเกี่ยวกับตัวแปรคัดสรร ที่มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษายาบาล ได้แก่ การรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเอง การมุ่งเป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ ความสนใจในกิจกรรมและการรับรู้ความสำคัญของกิจกรรม แม่แบบ การมุ่งเป้าหมายเพื่อผลงาน บรรยากาศการเรียนการสอน และความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน เรียนการสอนประกอบด้วย ระยะสังเกตและเลียนแบบ ระยะควบคุมตนเอง และระยะกำกับตนเอง และบรรยากาศการเรียนการสอนในระหว่างการเรียนทั้ง 3 ระยะ มีลักษณะ สนับสนุนความเป็นอิสระ เอาใจใส่ และจัดโครงสร้างสิ่งแวดล้อมในการเรียน เน้น พัฒนาการด้านความรู้และทักษะ เน้นความพยายามในการเรียนรู้ และเน้นความสัมพันธ์ระหว่างวิธีการปฏิบัติกับผลการปฏิบัติ ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการจัดการเรียนการสอนในวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช 3 ในระยะเวลา 8 สัปดาห์

**ผลการเรียน** หมายถึง ความรู้ เจตคติและการปฏิบัติการพยาบาลที่นักศึกษายาบาลได้รับการฝึกปฏิบัติรายวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช 3 ซึ่งครอบคลุม ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติการพยาบาลที่มีลักษณะ ต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยจิตเวช หมายถึง การได้ตอบของนักศึกษายาบาลต่อคำถามเกี่ยวกับแนวคิดสำคัญของการปฏิบัติ ความหมายของการปฏิบัติ วิธีปฏิบัติ เหตุผลของการปฏิบัติ ต่อผู้ป่วยจิตเวช เมื่อแรกรับ เมื่อปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน และเมื่อเตรียมการจำหน่าย ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ วัดได้จากค่าเฉลี่ยของคะแนนที่ได้จากการตอบแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยจิตเวช จำนวน 22 ข้อ

2. เจตคติต่อผู้ป่วยจิตเวช หมายถึง ความรู้สึกทางบวก หรือทางลบของนักศึกษายาบาลที่มีต่อผู้ป่วยจิตเวช ซึ่งมีพื้นฐานมาจากความเชื่อของนักศึกษายาบาล ต่อลักษณะของผู้ป่วยจิตเวชในด้านความคิดสติปัญญา และอารมณ์ความรู้สึก และการประเมินความเชื่อเหล่านั้น ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ วัดได้จากค่าเฉลี่ยของคะแนนที่ได้จากการตอบแบบวัดเจตคติต่อผู้ป่วยจิตเวช จำนวน 40 ข้อ

3. เจตคติต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวช หมายถึง ความรู้สึกทางบวกหรือทางลบของนักศึกษายาบาล ต่อลักษณะของการดูแลผู้ป่วยจิตเวช ในด้านความคิดสติปัญญา อารมณ์ความรู้สึก และลักษณะของพยาบาล

จิตเวช และการประเมินความเชื่อเหล่านั้น ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้วัดได้จากค่าเฉลี่ยของคะแนนที่ได้จากการตอบแบบวัดเจตคติต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวช จำนวน 50 ข้อ

4. การปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช หมายถึง การที่นักศึกษาพยาบาลทำการประเมินสภาวะจิตสังคมของผู้ป่วยจิตเวช ให้คำปรึกษาและเผยแพร่ความรู้แก่ผู้ป่วยจิตเวช ให้การพยาบาลผู้ป่วยจิตเวชเป็นรายบุคคล จัดกิจกรรมเพื่อการบำบัดผู้ป่วยจิตเวช และสร้างสัมพันธภาพเพื่อการบำบัดกับผู้ป่วยจิตเวชเป็นรายบุคคล ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้วัดได้จากผลรวมของคะแนนที่ผู้นิเทศก์ทำการประเมินการฝึกภาคปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาล โดยใช้แบบประเมินการฝึกภาคปฏิบัติวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช จำนวน 8 ฉบับ

**กลุ่มควบคุม** หมายถึง นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคการศึกษาต้น ปีการศึกษา 2543 ในวิชา 501413 สุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช 3 ตามคู่มือสำหรับการฝึกภาคปฏิบัติวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช 3 ของวิทยาลัยพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์

**กลุ่มทดลอง** หมายถึง นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคการศึกษาต้น ปีการศึกษา 2543 ที่ในวิชา 501413 สุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช 3 ตามวิธีการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยออกแบบขึ้น

### **ประโยชน์ที่ได้รับ**

ผลการคัดสรรตัวแปรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในวิจัยครั้งนี้ ทำให้มีความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองเพิ่มขึ้น ซึ่งเป็นข้อมูลที่ประโยชน์ต่อครอบครัวและสถานศึกษา ในการอบรมเลี้ยงดูและจัดการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาการกำกับตนเองให้เกิดขึ้น การศึกษาผลการจัดการเรียนการสอนที่อิงตัวแปรคัดสรรของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแนวทางสำหรับผู้สอนในสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาในสาขาพยาบาลศาสตร์ ในการส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลมีการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น