ผลของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ปริญญานิพนธ์

ของ

ปอแก้ว ศิริจันทร์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤศจิกายน 2546

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

บทคัดย่อ

ของ

ปอแก้ว ศิริจันทร์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤศจิกายน 2546

ปอแก้ว ศิริจันทร์.(2546).ผลของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และทัศนคติทางการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ).กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.คณะกรรมการควบคุม:รองศาสตราจารย์ ดร.นวลละออ สุภาผล, ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา.

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1) ศึกษาผลของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียน 2) เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกและไม่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับทัศนคติในการเรียนของนักเรียน

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา ๒ ปีการศึกษา 2546 จำนวน 70 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 35 คน ใช้เวลาในการทดลอง ทั้งสิ้น 10 ครั้ง ๆ ละ 30 นาที โดยกลุ่มทดลองได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และแบบวัดทัศนคติในการเรียน

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ t-test และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson' s Product Moment Correlation Coefficient)

ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

1. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง รวมทั้งมีทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

2. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง รวมทั้งมีทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. นักเรียนหญิง นักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูง และนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างสูง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนชาย นักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ ตามลำดับ

4. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติในการเรียน

THE EFFECTS OF FUTURE ORIENTATION AND SELF-CONTROL TRAINING ON FUTURE ORIENTATION AND SELF-CONTROL AND LEARNING ATTITUDE OF MATHAYOMSUKSA 4 STUDENTS

AN ABSTRACT

BY

PORKAEW SIRICHAN

Presented in partial Fulfillment of the Requirements

for the Master of Education degree in Developmental Psychology

at Srinakharinwirot University

November 2003

Porkaew Sirichan.(2003). *The effects of Future Orientation and Self-control Training on Future Orientation and Self-control and Learning Attitude of Mathayom suksa 4 students*.Master thesis, M.Ed. (Developmental Psychology).Bangkok : Graduate School , Srinakharinwirot University.Advisor Committee:Assoc. Prof. Dr.Nuanla-or Supapol,Asst.Prof.Wattana Srisatwaja.

The purposes of this experimental research were : 1) to study the effects of students ' future orientation and self-control training on their existing future orientation and self-control; 2) to compare the experimental group (trained in future orientation and self-control) with another group (not trained in future orientation and self-control) in their future orientation , self-control and learning attitude; and 3) to find the relationship between future orientation , self-control and learning attitude.

The subjects for this experimental study included 70 mathayomsuksa 4 students who were randomly drawn from Navaminthrachinuthis streewittaya 2 school in the academic year 2003. They were equally divided into two groups - 35 were randomly assigned to the experimental group and 35 were randomly assigned to the control group. The experiment group was exposed to training for future orientation and self-control, while the control group engaged in the mathematics skill training on worksheet. Each training period was limited to 30 minutes , and each group was given 10 training periods. The instruments for this study were (a) the future orientation and self-control training lesson, (b) the future orientation and self-control test , and (c) the learning attitude test. The statistical methods and procedures for analyzing the data and testing the hypotheses were t-test and Pearson's Product moment correlation.

The results of the study indicated that the experimental group (trained in the future orientation and self-control) scores higher than the control group (not trained in the future orientation and self-control) on their future orientation, self-control and learning attitude. As for the experimental group , it was found that the post-test scores were higher than the pre-test scores on the future orientation , self-control and learning attitude. Finally, it was also found that future orientation and self-control were positively correlated with learning attitude.

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

ผลของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ของ

นางสาวปอแก้ว ศิริจันทร์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.นภาภรณ์ หะวานนท์)
วันที่ ..... เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. 2546

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร.นวลละออ สุภาผล)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์สมเกียรติ ทิพยทัศน์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของรองศาสตราจารย์ ดร.นวลละออ สุภาผล ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนวความคิด ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำปริญญานิพนธ์ รวมถึงการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย กระทั่งสำเร็จได้โดยสมบูรณ์ รวมทั้งรองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์และอาจารย์สมเกียรติ ทิพยทัศน์ ที่กรุณาเป็นกรรมการในการสอบปากเปล่า ผู้วิจัยซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างสูง จึงขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ทุกท่านในภาควิชาจิตวิทยา ที่ได้ให้ความรู้และคำแนะนำต่าง ๆ ตลอดระยะเวลาที่ผู้วิจัยกำลังศึกษา

ขอกราบขอบพระคุณ ผอ.อนันต์ เธียรรักษ์วิชา ผู้อำนวยการโรงเรียนนวมินทราชินูทิศสตรีวิทยา ๒ รวมทั้งอาจารย์ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการเก็บรวบรวมข้อมูล ที่อำนวยความสะดวกและให้การสนับสนุนด้วยดีตลอดมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาจารย์อัญชลี สุจริตกุล ที่ช่วยเป็นวิทยากรในการดำเนินการรวบรวมข้อมูล

ขอขอบคุณ คุณปริวัตร ปรัชญาภรณ์ ที่ช่วยสร้างชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และคุณวาทินี ผ่องอำไพ ที่ช่วยในการวิเคราะห์ข้อมูล รวมทั้งพี่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ทุกคนที่เป็นกำลังใจและให้คำแนะนำแก่ผู้วิจัยตลอดมา

อนึ่ง การวิจัยครั้งนี้จะไม่สามารถสำเร็จลงได้ หากปราศจากความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างทุกท่าน ผู้วิจัยจึงขอขอบคุณด้วยความซาบซึ้งอย่างยิ่ง

คุณค่าและประโยชน์จากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณของคุณพ่อ คุณแม่ คุณครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านที่ให้การศึกษาอบรม ให้ข้อคิดต่าง ๆ และให้ความช่วยเหลือจนผู้วิจัยประสบความสำเร็จในการศึกษา

ปอแก้ว ศิริจันทร์

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย	4
	ความสำคัญของการวิจัย	4
	ขอบเขตของการวิจัย	4
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	4
	ตัวแปรที่ศึกษา	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	5
	นิยามศัพท์ปฏิบัติการของตัวแปร	6
2	**เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง**	8
	ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง	9
	ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม	9
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติในการเรียน	12
	ความหมายและองค์ประกอบของทัศนคติ	12
	การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ	17
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติในการเรียน	19
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง	22
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต	22
	ความหมายและความสำคัญของการมุ่งอนาคต	22
	แนวทางการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต	26
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต	30
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง	33
	ความหมายและความสำคัญของการควบคุมตนเอง	33
	แนวทางการพัฒนาการควบคุมตนเอง	36
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง	40
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองร่วมกับลักษณะทางชีวสังคม	44
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองร่วมกับเพศ	44

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ หน้า

2 (ต่อ) เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง ร่วมกับฐานะทางเศรษฐกิจ 46
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 48
สมมติฐานการวิจัย 50
กรอบแนวคิดในงานวิจัย 51

3 วิธีดำเนินการวิจัย 52
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง 52
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 52
การเก็บรวบรวมข้อมูล 58
การวิเคราะห์ข้อมูล 59

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 60

5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ 68
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการวิจัย 68
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล 70
อภิปรายผล 71
ข้อเสนอแนะ 76

บรรณานุกรม 77

ภาคผนวก 88
ภาคผนวก ก 89
ภาคผนวก ข 91
ภาคผนวก ค 187

ประวัติย่อผู้วิจัย 190

บัญชีตาราง

ตาราง หน้า

1 แสดงข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 61

2 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม 62

3 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง 62

4 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงในกลุ่มทดลอง 63

5 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำและนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างสูง 64

6 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำและนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างสูง 64

7 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 65

8 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง 66

9 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของทัศนคติในการเรียนกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง 66

10 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของแบบทดสอบลักษณะมุ่งอนาคต 188

11 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดทัศนคติในการเรียน โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของแบบวัดทัศนคติในการเรียน 189

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ หน้า

1 ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม แสดงจิตลักษณะพื้นฐานและองค์ประกอบทางจิตใจของพฤติกรรมทางจริยธรรม 11

2 การบังคับให้นักเรียนเชื่อฟังควรลดลงและควรฝึกให้เด็กคิดเอง ตัดสินใจเองอย่างมีเหตุมีผลให้มากขึ้นตามระดับชั้นเรียน 37

3 กรอบแนวคิดในการวิจัย 51

บทที่ 1
บทนำ

ภูมิหลัง

โลกในยุคปัจจุบัน เปลี่ยนแปลงและเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว แต่ละประเทศจึงจำเป็นต้องปรับตัวให้ทันกับความเปลี่ยนแปลง และปัจจัยสำคัญที่สุดในการพัฒนาประเทศ คือ คุณภาพของประชากร ซึ่งได้จากการศึกษา ดังนั้น เพื่อพัฒนาคุณภาพของคนไทยให้มีลักษณะที่พึงปรารถนา คือ เก่ง ดี และมีความสุข จึงมีการปฏิรูปการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับวัฒนธรรมการเรียนรู้ในยุคโลกาภิวัฒน์ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ซึ่งเป็นการปฏิรูปการเรียนรู้จากการยึดวิชาที่เรียนเป็นตัวตั้งมาเป็นยึดที่ผู้เรียนสำคัญที่สุด การศึกษาช่วงที่สำคัญ คือ การศึกษาระดับมัธยมศึกษา เนื่องจากเป็นระดับที่วางพื้นฐานความรู้ที่จะนำไปศึกษาต่อในระดับสูงและสำหรับประกอบอาชีพ ดังคำกล่าวของ ก่อ สวัสดิพาณิชย์ (2531 : 1) ที่ว่า การมัธยมศึกษานั้น เป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง ที่สมควรได้รับ การเอาใจใส่จากทุกฝ่ายอย่างจริงจัง ปัญหาคุณภาพของพลเมืองก็ดีและปัญหาอื่น ๆ อันเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาประเทศก็ดี ย่อมเกี่ยวกับการมัธยมศึกษาทั้งสิ้น สอดคล้องกับคำกล่าวของ ขวัญเรือน อาชวิบูลโยบล (2527 : 67) ที่กล่าวว่า การศึกษาระดับมัธยมศึกษา มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าระดับอื่น ๆ และเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อ เพราะเป็นตัวเชื่อมที่สำคัญที่จะทำให้มาตรฐานการศึกษาของทรัพยากรคนมีประสิทธิภาพได้มากน้อยเพียงใด เนื่องจาก นักเรียนมัธยมเป็นวัยรุ่นที่มีความเชื่อ ศรัทธาและหลงใหลในสิ่งที่เขายึดมั่นและถูกปลูกฝัง ซึ่งความคิดเหล่านี้จะพัฒนาต่อไปเมื่อทรัพยากรคนเหล่านี้เจริญไปเป็นผู้ใหญ่ ดังที่บุชเลอร์และมาสซาริค (Buhler and Massarik.1968 : 37) กล่าวว่า การแสดงออกของวัยรุ่น ความเชื่อและค่านิยม รวมทั้งความรักและความผูกพัน จะพัฒนาในช่วงวัยรุ่น อาจมีผลต่อประสบการณ์ที่ดี ซึ่งนำไปสู่เป้าหมายที่สำคัญในชีวิตประการหนึ่ง วัยรุ่นจึงมีภารกิจที่สำคัญคือ การมีเป้าหมายระยะยาว (Propriate Striving) ซึ่งเป็นเป้าหมายระยะยาวที่เกี่ยวข้องกับตนเองและเป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่งที่จะทำให้บุคคลก้าวไปสู่ความสำเร็จของชีวิต โดยเฉพาะเรื่องการศึกษา

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา ระบบการศึกษา ได้รับการพัฒนา ในด้านกระบวนการเรียนการสอน หลักสูตร เนื้อหาวิชาและตัวผู้สอนให้มีความเหมาะสม เพื่อจะให้ผู้เรียนนั้น ประสบความสำเร็จในการเรียนตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ แต่ถึงแม้ว่าจะมีการพัฒนากระบวนการเรียนการสอนให้ดีและเหมาะสมเพียงใด ยังพบว่า มีปัญหาต่าง ๆ อยู่มากมาย และปัญหาที่สำคัญที่ครูผู้สอนประสบอยู่ทั้งในอดีตและปัจจุบัน คือ พฤติกรรมการเรียนที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน เกิดจากการไม่ตั้งใจเรียน พูดคุยหรือหลับในห้องเรียน ขาดการวางแผนในการเรียน ไม่ส่งงาน

ตามกำหนด ซึ่งพฤติกรรมไม่เหมาะสมเหล่านี้ รบกวนการดำเนินการสอนของครู ทำให้กิจกรรมการเรียนการสอนไม่สามารถดำเนินไปในทิศทางที่พึงประสงค์ ตลอดจนนักเรียนก็ไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควรดังที่ฮิลเดรท (Hildreth.1966 : 424) พบว่า สาเหตุที่เด็กฉลาดจำนวนหนึ่งไม่ประสบผลสำเร็จในการเรียน เนื่องจากมีพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำด้านการเรียนไม่เหมาะสม ซึ่งสะท้อนถึงลักษณะของจิตใจที่ขาดการมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธอร์นเบอร์ก (Thornberg.1975:181-185) ที่พบว่าปัญหาของนักเรียนที่ออกจากโรงเรียนกลางคัน คือ ไม่สนใจการเรียน ไม่ขยันหมั่นเพียร และมีทัศนคติที่ไม่ดีอย่างรุนแรงต่อการเรียน ซึ่งผลการประเมินผลทัศนคติของนักเรียนที่ออกจากโรงเรียนกลางคันนั้น พบว่า ร้อยละ 20 ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนที่มีทัศนคติที่ไม่ดีอย่างรุนแรงต่อการเรียนและกล่าวว่าหลักสูตรในการเรียนไม่มีประโยชน์ เบื่อการเรียน ครูที่สอนเน้นคะแนนมากเกินไป ครูมีความลำเอียง กฎระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียนเข้มงวดเกินไป

พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนเป็นแบบแผนพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ มิได้เกิดจากสัญชาติญาณ ดังนั้นจึงเปลี่ยนแปลงและแก้ไขได้ถ้าใช้เทคนิคและวิธีการที่เหมาะสม ดังที่ บริกก์, โทซี่ และเมอร์เลย์ (Brigges, Tosi and Morlay. 1971 : 347-350) ได้ศึกษาและทดลอง สรุปได้ว่า พฤติกรรมในการเรียนเป็นสิ่งที่สามารถปรับปรุงได้ โดยการสอนเทคนิคการเรียนและการจัดสภาพ การเรียนการสอนให้เป็นที่พอใจ ในการส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมการเรียนที่ดีนั้น ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2526 : 12) กล่าวว่า กระทำได้ 3 ประการและต้องทำไปพร้อมๆ กัน คือ สร้างสภาพแวดล้อมที่ช่วยกระตุ้นให้บุคคลกระทำพฤติกรรมนั้นได้ง่ายๆ พัฒนาพฤติกรรมที่ต้องการโดยตรงและพัฒนาจิตใจที่จะผลักดันให้บุคคลเลือกกระทำพฤติกรรมที่น่าปรารถนา ด้วยความเต็มใจและงดเว้นไม่กระทำพฤติกรรมที่ไม่น่าปรารถนา โดยไม่มีการบังคับขู่เข็ญ แต่กระทำโดยอิสระเสรี ในวัยเด็กความรู้สึกเกี่ยวกับมโนธรรม เด็กจะรับรู้เป็นสิ่งที่ "ต้อง" ซึ่งเป็นมโนธรรมที่เกิดจากการกลัวถูกลงโทษ แต่เมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่นมโนธรรมตัวนี้ ก็จะเปลี่ยนไปเป็น "ควร" การเปลี่ยนแปลงมโนธรรมจาก "ต้อง" ไปสู่ "ควร" จะเกิดจากการเรียนรู้และการฝึกฝนของพ่อแม่และครู มาสโลว์ กล่าวว่า โรงเรียนควรจะช่วยเหลือให้เด็กมองเข้าไปในตัวเอง และจากการรู้จักตนเองนี้จะทำให้เขาได้รับค่านิยมและแสวงหาความเป็นอิสระในตนเองและความเป็นธรรมชาติ โดยเป็นการมุ่งเน้นมุ่งความสนใจไปที่บทบาทของการศึกษาในระบบที่จะส่งเสริมการเรียนรู้จากภายใน แทนที่จะเน้นการเรียนรู้เนื้อหาสาระ นอกจากนี้ เพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2527:15–37) ยังได้เสนอบทบาทของโรงเรียนในการปลูกฝังลักษณะนิสัยมุ่งอนาคตว่า ครูสามารถปลูกฝังลักษณะมุ่งอนาคตให้เกิดกับนักเรียนได้ โดยใช้วิธีสนับสนุนให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มในการทำงานและมีความเพียรพยายามที่จะทำงานให้ลุล่วงไปได้ ยกย่องนักเรียนที่ทำตนเป็นผู้มุ่งอนาคต ใช้วิธีการสอนที่กระตุ้นให้นักเรียนคิดค้นหาคำตอบเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ ด้วยตนเองนักเรียนจะได้เรียนรู้วิธีการทำงาน เป็นขั้นตอนและสามารถวางแผนได้ ได้เรียนรู้เรื่องเหตุและผล สามารถคาดคะเนผลของเหตุการณ์ได้ ดังเช่นผลการศึกษาของเคลย์

และเคลลี (Kahle and Kelley 1994 : 275–290) ซึ่งศึกษาเรื่องการทำการบ้านของเด็กในวิชาคณิตศาสตร์ เปรียบเทียบระหว่างวิธีการจัดการตนเองโดยให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายด้วยตนเองกับวิธีให้ผู้ปกครองควบคุมดูแลพฤติกรรมของเด็กในการทำการบ้าน กลุ่มทดลองที่ 1 ฝึกให้กำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง กลุ่มทดลองที่ 2 ฝึกอบรมผู้ปกครองให้คอยควบคุมการทำการบ้านของเด็กแล้วบันทึกในแบบบันทึก แล้วให้ผู้วิจัยตรวจสอบในแต่ละวันที่เด็กทำการบ้าน ส่วนกลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการฝึกใด ๆ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 เด็กสามารถพัฒนาความถูกต้องของการบ้านมากขึ้นกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 ส่วนอัตราการทำการบ้านเสร็จสมบูรณ์เพิ่มขึ้นทั้งในกลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 ส่วนกลุ่มควบคุมไม่มีอัตราการเพิ่มขึ้นในการทำการบ้าน

ผู้ที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนและมีพฤติกรรมการเรียนที่ดี เป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคต (กิ่งกาญจน์ ปานทอง. 2545 : 86) สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ และไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย จึงเห็นได้ว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจัดว่าเป็นผู้ที่มีจริยธรรมสูง (Wright. 1975 : 298) นอกจากนี้ ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2520 : 13–14, 59-60) ยังอีกกล่าวว่าผู้ที่มีจริยธรรมสูงจะต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถควบคุมบังคับตนเองได้ โดยไม่ต้องพึ่งการควบคุมจากคนอื่น บุคคลที่จะควบคุมบังคับตนเองได้นั้นจะทำได้หลายมิติ เช่น ทางด้านเวลา การควบคุมตนให้มุ่งอนาคต คือ การอดได้รอได้มากกว่าจะเอาให้ได้เดี๋ยวนี้ทันที รู้จักอดเปรี้ยวไว้กินหวาน ส่วนทางด้านสถานที่ คือ ควบคุมบังคับตนเองทั้งต่อหน้าและลับหลังผู้อื่น โดยบุคคลจะต้องสามารถรู้สึกภาคภูมิใจที่ตนทำความดี แม้ผู้อื่นจะไม่รู้ไม่เห็นก็ไม่สำคัญ และหากเยาวชนได้รับการปลูกฝังความสามารถควบคุมตนเอง จะเป็นผู้ใหญ่ที่มีอิสระในตนเองอย่างสมบูรณ์ เป็นผู้ใหญ่ที่เป็นพลเมืองดีที่มีคุณภาพสูง ไม่ต้องพึ่งกำลังตำรวจมาควบคุมอย่างเคร่งครัด แทนพ่อแม่หรือครูที่เคยควบคุมมาก่อน ดังนั้น ไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ใดหรือกระทำสิ่งใด ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและสามารถควบคุมตนเองได้ ก็จะสามารถกระทำสิ่งนั้นกระทั่งประสบผลสัมฤทธิ์ได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา อันจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนานักเรียนให้เป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและมีการควบคุมตนเองไปสู่อนาคตที่มุ่งหวัง ซึ่งเป็นหนทางที่จะนำตนเองให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ในอนาคต

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับนักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

2. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. เปรียบเทียบทัศนคติในการเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับนักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

4. เปรียบเทียบทัศนคติในการเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับทัศนคติในการเรียน

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาค้นคว้านี้จะได้ทราบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองซึ่งเป็นจิตลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งนั้น สามารถฝึกให้เกิดขึ้นได้โดยการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองโดยใช้ชุดการฝึกที่นักจิตวิทยา ซึ่งสนใจในเรื่องนี้ได้เสนอแนะไว้ ซึ่งสามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนานักเรียนให้มีจิตลักษณะที่ดี รู้จักคิดคาดการณ์สิ่งที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น มีความเข้าใจว่าการกระทำในปัจจุบันจะส่งผลต่ออนาคต เล็งเห็นผลดีและผลเสียจากการกระทำนั้น จึงมีการควบคุมการกระทำในปัจจุบัน ประพฤติตนเป็นนักเรียนที่ดี เพื่อเป้าหมายที่วางแผนไว้ในอนาคต ซึ่งจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อผู้ได้รับการฝึกหลายประการ เช่น ทำให้มีเป้าหมายในการเรียนดีขึ้นหรือมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนดีขึ้น เป็นต้น

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2546 ของโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา ๒ เขตคลองสามวา กรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 200 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2546 ของโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา ๒ เขตคลองสามวา กรุงเทพมหานคร จำนวน

70 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย แล้วสุ่มออกเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 35 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 35 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ คือ

1. การฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ซึ่งแบ่งเป็น 2 กลุ่ม
   1.1 กลุ่มที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
   1.2 กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
2. ลักษณะทางชีวสังคม ได้แก่
   2.1 เพศ แบ่งเป็น
      2.1.1 เพศชาย
      2.1.2 เพศหญิง
   2.2 ฐานะทางเศรษฐกิจ แบ่งเป็น
      2.2.1 ฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างสูง
      2.2.2 ฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ
   2.3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แบ่งเป็น
      2.3.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างสูง
      2.3.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ

ตัวแปรตาม คือ

1. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
2. ทัศนคติในการเรียน

นิยามศัพท์เฉพาะ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ระดับผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ชั้น ม.1 – ม.3 ของนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 2 ระดับ คือ

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างสูง ได้แก่ ระดับผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ชั้น ม.1– ม.3 สูงกว่าหรือเท่ากับ 2.00
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ ได้แก่ ระดับผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ชั้น ม.1 – ม.3 ต่ำกว่า 2.00

ฐานะทางเศรษฐกิจ หมายถึง รายได้รวมของครอบครัวที่ได้รับในแต่ละเดือน ซึ่งรายได้นี้ นำมาใช้จ่ายในการเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัว แบ่งเป็น 2 ระดับ คือ

1. ฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างสูง ได้แก่ ครอบครัวที่มีรายได้ระหว่าง 8,001 -13,000 บาทต่อเดือน และเลี้ยงดูคนในครอบครัว 1 คน ถึง 5 คน กับครอบครัวทีมีรายได้มากกว่า 13,000 บาทต่อเดือน และเลี้ยงดูคนในครอบครัว 1 คน ถึง 9 คน

2. ฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ ได้แก่ ครอบครัวที่มีรายได้ไม่เกิน 8,000 บาทต่อเดือน และเลี้ยงดูคนในครอบครัว 1 คน ถึงมากกว่า 9 คน กับครอบครัวทีมีรายได้ 8,001 - 13,000 บาทต่อเดือน และเลี้ยงดูคนในครอบครัว 6 คน ถึง มากกว่า 9 คน

นิยามปฏิบัติการของตัวแปร

1. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

1.1 ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถทางสติปัญญา ในการคิดคาดการณ์ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอย่างมีเหตุผล เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตนให้เป็นไปในแนวทางที่เหมาะสมในปัจจุบัน ตลอดจนสามารถวางแผนการปฏิบัติตนอย่างมุ่งมั่น เพื่อความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต แทนที่จะได้รับผลเล็กน้อยในปัจจุบัน

1.2 การควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผลและความอดทน เพื่อให้เกิดผลดีตามที่ต้องการหรือหลีกเลี่ยงสิ่งไม่ดีที่อาจเกิดขึ้นด้วยตัวเอง ในปริมาณและคุณภาพที่เหมาะสม เป็นเวลานานพอที่จะนำไปสู่ผลที่ต้องการในอนาคตได้ ซึ่งเป็นการลดความสำคัญของอิทธิพลภายนอกลง และทำให้บุคคลมีอิสระที่จะกำหนดพฤติกรรมของตนมากขึ้น

ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนพิจารณาจากการวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง จากแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยอาศัยแนวคิดจากแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตของดวงเดือน พันธุมนาวินและเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520) และแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและแบบวัดการควบคุมตนเองของบุญรับ ศักดิ์มณี (2532) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ จาก "จริงมากที่สุด" ถึง "ไม่จริงเลย" จำนวน 30 ประโยค ผู้ตอบ "จริงมากที่สุด" ในข้อความทางบวก หรือผู้ตอบ "ไม่จริงเลย" ในข้อความทางลบ จะได้คะแนนสูง ส่วนผู้ที่ตอบ "ไม่จริงเลย" ในข้อความทางบวก หรือผู้ตอบ "จริงมากที่สุด" ในข้อความทางลบ จะได้คะแนนต่ำ ในกรณีแบ่งผู้ตอบออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกับกลุ่มที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองต่ำ ผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าคะแนนเฉลี่ย จัดเป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูง และผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ย จัดเป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองต่ำ

2. ทัศนคติในการเรียน หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจว่าการเรียนมีประโยชน์มากน้อยเพียงไรและความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบหรือความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจในการเรียนมากหรือน้อย และความพร้อมทางจิตใจในการเรียนว่า มีมากหรือน้อยเพียงไร ทัศนคติในการเรียนจะแสดงออก ดังนี้

1.1 ทัศนคติที่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะของการเห็นประโยชน์ของการเรียน มีความพึงพอใจ ตั้งใจเรียน สนใจมาเรียนสม่ำเสมอ เห็นคุณค่าของการเรียน และมีความพร้อมในการเรียน ซึ่งแสดงออกโดย ยอมรับความสามารถและวิธีการของครู

1.2 ทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะที่ไม่เห็นประโยชน์ของการเรียน ไม่พึงพอใจ ไม่ตั้งใจเรียน ขาดเรียนบ่อย ไม่เห็นคุณค่าของการเรียน ไม่มีความพร้อมในการเรียน ซึ่งแสดงออกโดย ไม่เห็นด้วยกับวิธีการและความสามารถของครู

ทัศนคติในการเรียนสามารถพิจารณาได้จากการวัดทัศนคติในการเรียน จากแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิดจากความหมายและองค์ประกอบของทัศนคติ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ จาก "เห็นด้วยอย่างยิ่ง" ถึง "ไม่เห็นด้วย" จำนวน 24 ประโยค ผู้ตอบ "เห็นด้วยอย่างยิ่ง" ในข้อความทางบวก หรือผู้ตอบ "ไม่จริงเลย" ในข้อความทางลบ จะได้คะแนนสูง ส่วนผู้ที่ตอบ "ไม่จริงเลย" ในข้อความทางบวก หรือผู้ตอบ "จริงมากที่สุด" ในข้อความทางลบ จะได้คะแนนต่ำ ในกรณีแบ่งผู้ตอบออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีทัศนคติในการเรียนสูงกับกลุ่มที่มีทัศนคติในการเรียนต่ำ ผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าคะแนนเฉลี่ย จัดเป็นผู้ที่มีทัศนคติในการเรียนสูง และผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ย จัดเป็นผู้ที่มีทัศนคติในการเรียนต่ำ

3. การฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง หมายถึง การจัดกระทำให้กลุ่มทดลองมีลักษณะการมุ่งอนาคตและรู้จักควบคุมตนเอง คือ สามารถคาดการณ์อนาคต เล็งเห็นว่าการกระทำใดที่ส่งผลดีหรือผลเสียต่ออนาคตของตนเอง มีเป้าหมายในการเรียน คิดวิธีการและกำหนดขั้นตอนการปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายด้านการศึกษาในอนาคตของตนเองได้ รู้จักบังคับจิตใจและการกระทำของตน มีความอดทนไม่ให้เปลี่ยนแปลงไปตามสิ่งเร้าภายนอกอันจะทำให้เกิดความล้มเหลวในการเรียน แต่ให้เป็นไปตามแนวทางที่เหมาะสม โดยไม่ต้องใช้การบังคับขู่เข็ญจากอำนาจภายนอก ตามขั้นตอนที่วางแผนการไว้ ทั้งที่มีและไม่มีผู้อื่นรู้เห็น ปรับปรุงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ตลอดจนประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้ โดยให้กลุ่มทดลองฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ซึ่งแบ่งเป็น กิจกรรมฝึกมุ่งอนาคต 5 กิจกรรมและฝึกควบคุมตนเอง 5 กิจกรรม รวมทั้งสิ้น 10 กิจกรรม

4. การฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ หมายถึง การจัดกระทำให้กลุ่มควบคุม ได้ฝึกทักษะคณิตศาสตร์โดยให้ทำแบบฝึกหัดจากเนื้อหาในบทเรียน จำนวน 10 แบบฝึกหัด

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยนี้ มีจุดมุ่งหมายที่จะพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง รวมทั้งทัศนคติในการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา โดยการทดลองฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับทัศนคติในการเรียน ดังนั้นเอกสารและงานวิจัยที่รวบรวมได้ จึงสามารถแบ่งเป็นหัวข้อ ดังนี้

1. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
   1.1 ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติในการเรียน
   2.1 ความหมายและองค์ประกอบของทัศนคติ
   2.2 การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ
   2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติในการเรียน

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต
   3.1.1 ความหมายและความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต
   3.1.2 แนวทางการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต
   3.1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

3.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง
   3.2.1 ความหมายและความสำคัญของการควบคุมตนเอง
   3.2.2 แนวทางการพัฒนาการควบคุมตนเอง
   3.2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองร่วมกับลักษณะทางชีวสังคม

4.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองร่วมกับเพศ

4.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองร่วมกับฐานะทางเศรษฐกิจ

4.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองร่วมกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2535) ได้ศึกษา จิตลักษณะที่สำคัญ ซึ่งมีผลต่อการเป็นคนดีและคนเก่ง และได้ตั้งเป็นทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง เป็นจิตลักษณะประการหนึ่งในทฤษฎีนี้ จึงขอเสนอทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม เพื่อให้เกิดความเข้าใจลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

1.1 ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม

ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมแสดงถึงสาเหตุของพฤติกรรมของคนดีและคนเก่งว่าพฤติกรรมเหล่านี้มีสาเหตุทางจิตใจอะไรบ้าง ซึ่งทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมนี้มีเนื้อความว่า ถ้าเปรียบเทียบพฤติกรรมของคทียบพฤติกรรมของคือนผลไม้บนต้น เช่น ผลมะม่วง การที่จะได้มะม่วงผลดกใหญ่หวานอร่อยบนต้นนี้ ลำต้นและรากจะต้องสมบูรณ์ ลักษณะทางจิตใจ 5 ประการ เปรียบเสมือนส่วนลำต้นของต้นไม้จริยธรรม ซึ่งเป็นสาเหตุของพฤติกรรม ได้แก่ (1) ทัศนคติ คุณธรรม ค่านิยมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่กำลังพิจารณาอยู่ (2) เหตุผลเชิงจริยธรรม หรือการเห็นแก่ผู้อื่น ส่วนรวมและหลักสากลมากกว่าการเห็นแก่ตัว (3) ลักษณะมุ่งอนาคต สามารถคาดการณ์ไกลและสามารถควบคุมตนเองให้อดได้รอได้อย่างเหมาะสม (4) ความเชื่ออำนาจในตนว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วจะต้องได้รับโทษและ (5) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์หรือความมุมานะบากบั่นฝ่าฟันอุปสรรคจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ลักษณะจิตใจทั้ง 5 ประการนี้ถ้ามีมากในบุคคลใด บุคคลนั้นจะเป็นผู้มีพฤติกรรมของคนดีและคนเก่งอย่างสม่ำเสมอ แต่ถ้าขาดลักษณะหลายประการมากเท่าใด บุคคลนั้นก็จะเป็นผู้ที่ไม่สามารถเป็นคนดีและคนเก่งได้

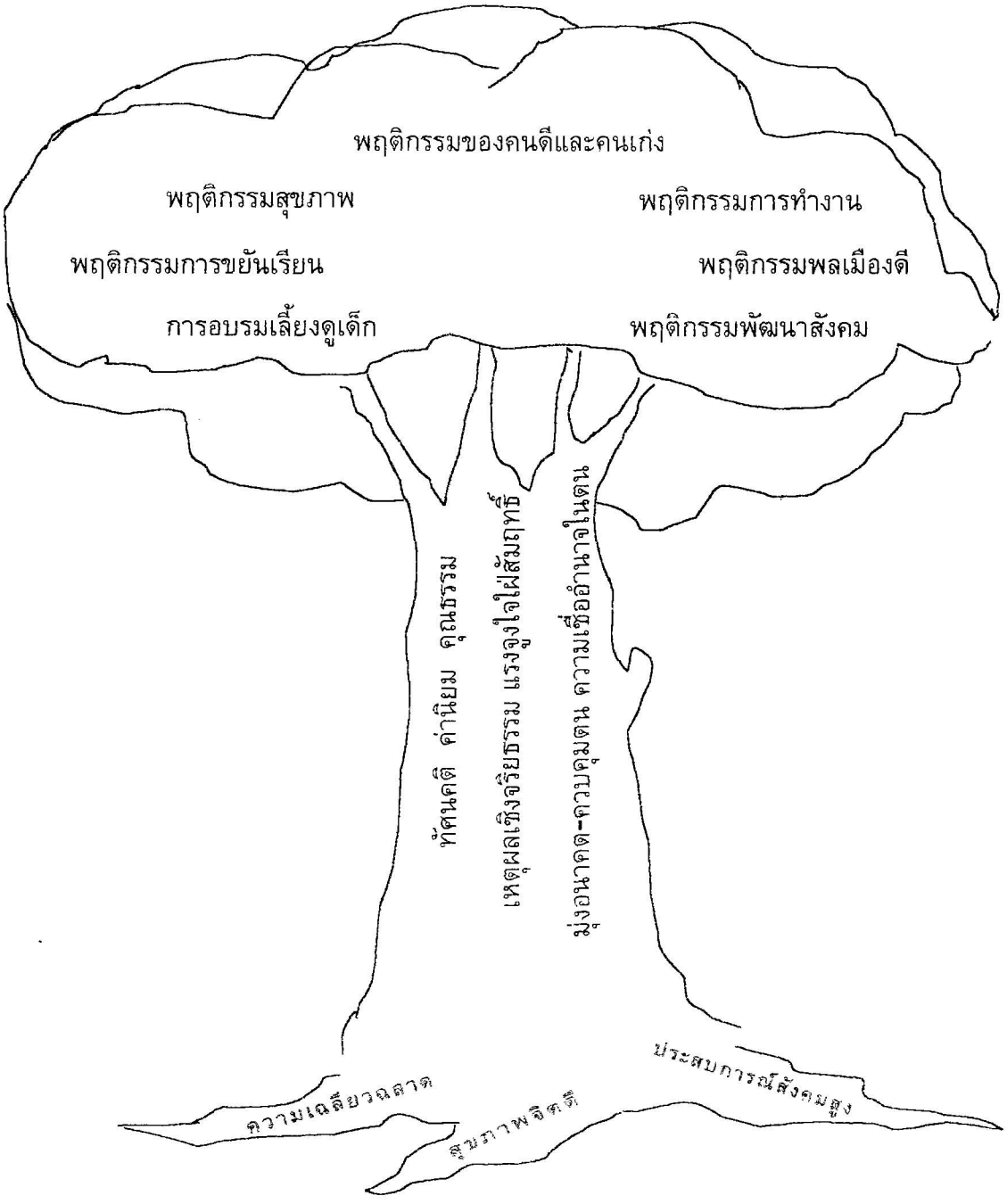
ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม แบ่งเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่เป็นดอกและผลไม้บนต้น แสดงถึงพฤติกรรมการทำดีละเว้นชั่วและ พฤติกรรมการทำงานอย่างขยันขันแข็งเพื่อส่วนรวม ซึ่งเป็นพฤติกรรมประเภทต่าง ๆ ที่รวมกันเข้าเป็นพฤติกรรมของพลเมืองดี พฤติกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศและพฤติกรรมการทำอาชีพอย่างขยันขันแข็ง ผลที่ออกมาเป็นพฤติกรรมต่างๆ ที่น่าปรารถนานี้ มีสาเหตุอยู่ 2 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นลำต้นและส่วนที่เป็นราก

2. ส่วนลำต้นของต้นไม้ เป็นสาเหตุทางจิตใจ ประกอบด้วยจิตลักษณะ 5 ด้าน คือ (1) เหตุผลเชิงจริยธรรม (2) ลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง (3) ความเชื่ออำนาจในตน (4) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และ (5) ทัศนคติ คุณธรรมและค่านิยม (ที่เกี่ยวข้องกับ

พฤติกรรมนั้นๆ หรือสถานการณ์นั้น) ถ้าต้องการที่จะเข้าใจ อธิบาย และพัฒนาพฤติกรรมชนิดใดจะต้องใช้จิตลักษณะทั้ง 5 ด้านนี้ประกอบกันจึงจะได้ผลดีที่สุด

3. ส่วนที่เป็นรากแก้ว เป็นจิตลักษณะกลุ่มที่สอง มี 3 ด้าน คือ (1) สติปัญญา (2) สุขภาพจิต (3) ประสบการณ์ทางสังคม จิตลักษณะทั้งสามนี้อาจใช้เป็นสาเหตุของการพัฒนาจิตลักษณะทั้ง 5 ประการที่ลำต้นของต้นไม้ โดยที่จิตลักษณะทั้ง 5 ประการนี้ จะพัฒนาไปเองโดยอัตโนมัติ ถ้าบุคคลมีความพร้อมทางจิตใจทั้ง 3 ด้านดังกล่าว และอยู่ในสภาพแวดล้อมทางบ้าน ทางโรงเรียนและทางสังคมเหมาะสม นอกจากนั้นบุคคลยังมีความพร้อมที่จะรับการพัฒนาจิตลักษณะบางประการใน 5 ด้านนี้ โดยวิธีการอื่น ๆ ด้วย ฉะนั้นจิตลักษณะพื้นฐาน 3 ประการจึงเป็นสาเหตุของสาเหตุของพฤติกรรมของคนดีและคนเก่งนั่นเอง นอกจากนี้ จิตลักษณะพื้นฐาน 3 ประการที่รากแก้วนี้ อาจเป็นสาเหตุร่วมกับจิตลักษณะ 5 ประการที่ลำต้น เพื่อใช้อธิบาย ทำนาย และพัฒนาพฤติกรรมดังกล่าวมาด้วย



ภาพประกอบ 1 ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม แสดงจิตลักษณะพื้นฐานและองค์ประกอบทางจิตใจของพฤติกรรมทางจริยธรรม

วิธีการใช้ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม

1. ใช้ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม เป็นกรอบในการกำหนดลักษณะทางจิตและพฤติกรรมที่จำเป็นสำหรับคนดีและคนเก่ง คือควรมีลักษณะทั้งหมด 9 ประการ (จิตลักษณะ 8 ประการ และพฤติกรรมต่างๆ) ถ้าพัฒนาจิตลักษณะเหล่านี้แล้ว ส่วนใหญ่จะเกิดผลต่อพฤติกรรมหลายด้านในหลายกาลเทศะ ทฤษฎีนี้จึงชี้ทางลัดตัดตรงในการพัฒนาบุคคลนั่นเอง

2. ใช้ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม กำหนดจิตลักษณะที่บกพร่องที่ควรพัฒนา เมื่อทราบว่าคนดีและคนเก่งต้องมีจิตลักษณะ 8 ประการ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่น่าปรารถนาแล้ว ก็นำเยาวชนหรือผู้ที่ควรรับการพัฒนา มาวิจัยแบบตรวจอาการว่ามีจิตลักษณะใดที่เหมาะสมอยู่แล้วและมีลักษณะใดที่มีอยู่น้อย ในวัยรุ่นนั้นควรพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตและความสามารถควบคุมตนเอง สุขภาพจิตที่ดีและทัศนคติที่ไม่ดีต่อการทะเลาะวิวาทกัน เพื่อป้องกันการทะเลาะวิวาทในนักเรียนอาชีวะชาย (ผ่องพรรณ แววิเศษ. 2534)

3. ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม ช่วยให้ทราบว่าควรพัฒนาจิตลักษณะใดก่อน ตามทฤษฎีนั้น จุดเริ่มต้นของการพัฒนาให้เป็นคนเก่งและคนดี คือการเริ่มที่รากของต้นไม้จริยธรรม ซึ่งเป็นการสร้างพื้นฐานทางจิตใจเป็นเบื้องต้น นั่นคือ สติปัญญา ประสบการณ์ทางสังคมและสุขภาพจิต ซึ่งเป็นสาเหตุของการพัฒนาจิตลักษณะอีก 5 ประการซึ่งอยู่ที่ลำต้นจะพัฒนาไปได้และทำให้เกิดพฤติกรรมที่พึงปรารถนาอย่างสม่ำเสมอ

4. ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม จะช่วยบอกว่า ผู้ที่เข้ารับการพัฒนานั้นควรมีความพร้อมทางด้านจิตใจกี่ด้าน อะไรบ้าง การพัฒนาจึงจะได้ผลดีอย่างจริงจัง ตามปกติแล้วการพัฒนาจิตใจหรือพฤติกรรมของมนุษย์ มักจะทำกันทีละด้าน เช่น การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตในราชการใหม่ การพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในเด็กโต (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2538 : 52-62) และจิตลักษณะที่ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2538) เห็นว่า เป็นจิตลักษณะที่สำคัญด้านหนึ่งที่ควรพัฒนาในช่วงก่อนวัยรุ่นและวัยรุ่น คือ ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติในการเรียน

2.1 ความหมายและองค์ประกอบของทัศนคติ

ความหมายของทัศนคติ

กอร์ดอน อัลพอร์ท (Gordon Allport. 1935 : 810) กล่าวว่า ทัศนคติหมายถึงสภาวะของความพร้อมทางด้านจิต ซึ่งเกิดขึ้นจากประสบการณ์ สภาวะความพร้อมนี้จะเป็นแรงที่จะกำหนดทิศทางของปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อบุคคล สิ่งของ หรือสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง

เคท (Katz. 1960 : 343) ให้ความหมายของทัศนคติว่า หมายถึง ส่วนประกอบสองส่วนประกอบ คือ ความรู้สึกในการที่จะชอบหรือไม่ชอบ และความรู้หรือความเชื่อซึ่งอธิบายถึงลักษณะ ตลอดจนความสัมพันธ์ของสิ่งหนึ่งที่มีต่อสิ่งอื่นๆ

มิลตัน (Miltion. 1970 : 112) กล่าวไว้ว่า ทัศนคติเป็นการผสมผสานหรือการจัดระเบียบของความเชื่อที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ผลรวมของความเชื่อนี้ จะเป็นตัวกำหนดแนวโน้มของบุคคลในการที่จะมีปฏิกิริยาตอบสนองในลักษณะที่ชอบหรือไม่ชอบ

ฮิลการ์ด (Hilgard. 1975 : 523) กล่าวว่า ทัศนคติหมายถึงความรู้สึกที่มีต่อสิ่งใด แนวคิดใด หรือต่อสภาพการณ์ใดๆ ในทางบวกหรือทางลบ เป็นความพร้อมที่จะตอบสนองไปในทางเข้าหาหรือหนีจากสิ่งนั้น

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2528) กล่าวไว้ว่าทัศนคติ คือ จิตลักษณะประเภทหนึ่งของบุคคล อยู่ในรูปของความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ความรู้สึกนี้เกิดจากความรู้เชิงประเมินค่าของบุคคลเกี่ยวกับสิ่งนั้นคือความรู้ว่าสิ่งนั้นมีประโยชน์ หรือมีโทษมากน้อยเพียงไร เมื่อเกิดความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจสิ่งหนึ่ง บุคคลนั้นจะมีความพร้อมที่จะกระทำต่อสิ่งนั้นไปในทางที่สอดคล้องกับความชอบหรือไม่ชอบของคนต่อสิ่งนั้น

ชูชีพ อ่อนโคกสูง (2518 : 112) สรุปไว้ว่า ทัศนคติ คือ ความพร้อมที่จะตอบสนองหรือแสดงความรู้สึกต่อวัตถุ คน สิ่งของ สังกัปอื่นๆ ตลอดจนสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งความรู้สึกหรือการตอบสนองดังกล่าว อาจเป็นไปในทางชอบ (เข้าไปหา) ไม่ชอบ (หลีกเลี่ยงหรือถอยหนี)

ชม ภูมิภาค (2516 : 70) ได้สรุปความหมายของคำว่าทัศนคติไว้ ดังนี้ ทัศนคติเป็นความพร้อมที่จะตอบสนองต่อวัตถุหนึ่ง คำว่าวัตถุนั้นคืออะไรก็ได้ อาจจะมีตัวตนหรือเหตุการณ์หรือความคิด เราเรียกว่าวัตถุทางจิตวิทยา (paychological object) คือสิ่งที่เกิดขึ้นมาในจิตของคนเรา ทัศนคติเป็นความรู้สึกทางอารมณ์ ว่าเป็นไปในทางดีหรือไม่ดี ทัศนคติย่อมแตกต่างกันในหลายทาง หรือหลายมิติ เช่นทิศทาง ปริมาณ ความเข้มข้น ตลอดจนความรู้สึกสำนึกไม่สำนึก พฤติกรรมต่างๆ ย่อมถูกกกำหนดด้วยทัศนคติต่างๆ

เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์ (2520 : 38) ได้สรุปความหมายของทัศนคติว่า ทัศนคติ หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ อันเป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้ประสบการณ์ และเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมหรือแนวโน้มที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้านั้น ๆ ไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่งอาจเป็นไปในทางสนับสนุนหรือคัดค้านก็ได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับขบวนการอบรมให้เรียนรู้ระเบียบวิธีของสังคม (Socialization) ซึ่งทัศนคตินี้จะแสดงออกหรือปรากฏให้เห็นได้ชัดในกรณีที่สิ่งเร้านั้นเป็นสิ่งเร้าทางสังคม

พวงรัตน์ ทวีรัตน์ (2530 : 193) ได้ให้ความหมายคำว่า ทัศนคติ ว่าหมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่างๆ อันเป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้ ประสบการณ์และเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมหรือแนวโน้มที่จะตอบสนองต่อสิ่งเรานั้น ๆ ไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง อาจเป็นไปในทางสนับสนุนหรือคัดค้านก็ได้

อำพัน ทันสม (2535 : 11) สรุปว่า ทัศนคติหมายถึงความรู้สึก ความคิด ความเชื่อของบุคคลที่มีต่อประสบการณ์ หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่บุคคลได้รับ โดยมีแนวโน้มที่จะตอบสนองหรือแสดงพฤติกรรมออกมาในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง คือ ทางบวกหรือทัศนคติที่ดี จะแสดงออกในลักษณะความชอบ ความพึงพอใจ ความสนใจ เห็นด้วย ทำให้อยากปฏิบัติ อยากใกล้ชิดสิ่งนั้น อีกลักษณะหนึ่งคือ ทางลบหรือทัศนคติที่ไม่ดี จะแสดงออกในลักษณะความเกลียด ไม่พึงพอใจ ไม่สนใจ ไม่เห็นด้วย อาจทำให้เกิดความเบื่อหน่าย หรือต้องการหนีห่างจากสิ่งเหล่านั้น

ความหมายของทัศนคติในการเรียน

ศิริรัตน์ ภู่สากลเจริญศักดิ์ (2529 : 31) ได้ให้ความหมายของทัศนคติในการเรียนว่า หมายถึง ความคิดเห็น หรือความรู้สึกเอนเอียงของจิตใจที่มีต่อประสบการณ์ในเรื่องการเรียนอันเกี่ยวข้องกับตัวครู การศึกษาและเพื่อน และแสดงออกในรูปพฤติกรรรม 2 ลักษณะ คือ

1. ทัศนคติที่ดีต่อการเรียน หรือทัศนคติทางบวก (Positive Attitude) นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะพึงพอใจในการเรียน สนใจการเรียน มีความรู้สึกว่าครูเป็นบุคคลที่น่าเคารพ สามารถถ่ายทอดความรู้สึกได้ดี เห็นคุณค่าของการศึกษาและเห็นว่าเพื่อนให้ความช่วยเหลือในเรื่องการเรียน

2. ทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียน หรือทัศนคติทางลบ (Negative Attitude) นักเรียนจะแสดงออกในความไม่พอใจ ไม่ชอบการเรียน ไม่ชอบครู ไม่ชอบเพื่อน ทำให้เกิดความท้อแท้ เบื่อหน่าย ขาดเรียนบ่อย ๆ

วิชชุดา เตียวกุล (2529 : 8-9) ทัศคติทางการเรียน หมายถึง สภาพทางอารมณ์และท่าทีหรือความรู้สึกที่แสดงออก ซึ่งพฤติกรรมตอบสนองต่อการเรียน ต่อครู ต่อโรงเรียน ระเบียบวินัยของโรงเรียน ซึ่งอาจแยกได้เป็น 2 ประเภท คือ

1. ทัศนคติที่ดีต่อการเรียน หรือทัศนคติในทางบวก (Positive Attitude) นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะที่พึงพอใจในการเรียน สนใจการเรียน มาเรียนอย่างสม่ำเสมอ มีความรู้สึกว่าครูเป็นผู้น่าเคารพยกย่อง สามารถถ่ายทอดความรู้ได้ดีและยอมรับว่า การเรียนจะช่วยให้รู้จักคิด รู้จักพัฒนาความสามารถของตน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ฯลฯ และสามารถนำความรู้ที่ได้มาช่วยแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้

2. ทัศนคติไม่ดีต่อการเรียน หรือทัศคติทางลบ (Negative Attitude) นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะความไม่พึงพอใจ ไม่ชอบการเรียน ไม่ชอบครู ทำให้เกิดความท้อแท้เบื่อหน่าย ขาดเรียนบ่อยๆ มีความเชื่อว่าการเรียนไม่มีความสำคัญ ไม่ช่วยให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ และไม่ช่วยแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้

สุดฤทัย มุขยวงศา (2533: 7) ได้อธิบายทัศนคติทางการเรียนว่าเป็นสภาพทางอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมที่แสดงออกเพื่อตอบสนองครู โรงเรียน และระบบการศึกษาเกิดขึ้นจากประสบการณ์และการเรียนรู้ ซึ่งอาจแสดงออกได้ 2 ด้านคือ ทัศนคติในทางที่ดีต่อการเรียน นักเรียน จะแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจ สนใจมาเรียนอย่างสม่ำเสมอ ยอมรับความสามารถ และวิธีการของครู เห็นคุณค่าของการศึกษา ทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะที่ไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ชอบ ครู ไม่ตั้งใจเรียน ขาดเรียนบ่อยๆ และไม่เห็นคุณค่าของการศึกษา

อำพัน ทันสม (2535 :14) สรุปความหมายของทัศนคติในการเรียนได้ว่า หมายถึง ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ ของนักเรียนที่มีต่อประสบการณ์ที่เกี่ยวกับการเรียนไม่ว่าจะเป็นครู เพื่อน วิชาเรียน สภาพที่เอื้อต่อการเรียนที่โรงเรียนและที่บ้าน ซึ่งส่งผลให้แสดงพฤติกรรมออกมา 2 ลักษณะ คือ

1. ทัศนคติที่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจ เห็นด้วย สนใจ มาเรียนอย่างสม่ำเสมอ ยอมรับความสามารถ และพฤติกรรมของครูเห็นคุณค่าของการศึกษา

2. ทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะของความไม่เห็นด้วย ไม่สนใจ ขาดเรียนบ่อย ๆ ไม่ชอบและไม่ยอมรับความสามารถและพฤติกรรมของครู ไม่เห็นคุณค่าของการศึกษา

จากความหมายของทัศนคติและทัศนคติในการเรียน สามารถสรุปความหมายของทัศนคติในการเรียนว่า หมายถึง ความคิด ความเชื่อ ความรู้สึกหรือพฤติกรรมของนักเรียนที่ตอบสนองต่อระบบการศึกษา โรงเรียน ครู เพื่อน วิชาเรียน ซึ่งเกิดจากประสบการณ์การเรียนรู้ แบ่งได้เป็น 2 ด้าน คือ

1. ทัศนคติที่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจ ตั้งใจเรียน สนใจมาเรียนสม่ำเสมอ เห็นคุณค่าของการเรียน ยอมรับความสามารถและวิธีการของครู

2. ทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะที่ไม่พึงพอใจ ไม่ตั้งใจเรียน ขาดเรียนบ่อย ไม่เห็นคุณค่าของการเรียน ไม่เห็นด้วยกับวิธีการและความสามารถของครู

องค์ประกอบของทัศนคติ

ประเพ็ญ สุวรรณ (2520 : 3) กล่าวถึงองค์ประกอบของทัศนคติไว้ดังนี้

1. องค์ประกอบทางด้านพุทธิปัญญา (Cognitive Component)

ได้แก่ ความคิด ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่มนุษย์ใช้ในการคิด ความคิดนี้จะอยู่ในรูปใดรูปหนึ่งแตกต่างกัน เช่นเมื่อคนหนึ่งพูดถึงหรือนึกถึง "รถยนต์" อาจนึกถึงรถยี่ห้อฟอร์ด หรือยี่ห้ออื่น ๆ ส่วนประกอบทางทัศนคติส่วนนี้แสดงให้เห็นชัดเจน เมื่อเรามองเห็นประโยคที่ว่า "รถยนต์เป็น....." หรือ "รถยนต์..." ซึ่งการที่จะอธิบายถึงรถยนต์นั้นจะต้องมีความเข้าใจก่อนว่า รถยนต์มีความหมายต่อผู้พูดอย่างไร หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ ความคิดความเข้าใจเกี่ยวกับรถยนต์นั้นเป็นอย่างไรนั่นเอง

2. องค์ประกอบทางด้านท่าทีความรู้สึก (Affective Component)

เป็นส่วนประกอบทางด้านอารมณ์ ความรู้สึก ซึ่งจะเป็นตัวเร้า ความคิด อีกต่อหนึ่งถ้าบุคคลมีภาวะความรู้สึกดี หรือไม่ดี ขณะที่คิดถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น ขณะเมื่อคิดถึงหรือนึกถึงรถยนต์ (ซึ่งจะออกมาในรูปลักษณะที่แตกต่างกัน) แสดงว่าบุคคลนั้นมีความรู้สึกในด้านบวก (positive) และมีความรู้สึกในด้านลบ (negative) ตามลำดับ ต่อรถยนต์นั้น องค์ประกอบทางด้านการปฏิบัติ (Behavioral Component) องค์ประกอบนี้ เป็นองค์ประกอบที่มีแนวโน้มในทางปฏิบัติ หรือถ้ามีสิ่งเร้าที่เหมาะสม จะเกิดการปฏิบัติหรือมีปฏิกิริยาอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ขับรถยนต์ ซื้อ หรือให้ คำชมเชยรถยนต์ เป็นต้น

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (สุรัมภา รอดมณี. 2540 : 45 ; อ้างอิงจาก ดวงเดือน. 2528) ทัศนคติของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มี 3 องค์ประกอบคือ

องค์ประกอบแรก ความรู้เชิงประเมินผล หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้เกี่ยวกับสิ่งหนึ่งว่าดีมีประโยชน์มากน้อยเพียงใด และหรือเลวมีโทษมากเพียงใด ของทุกสิ่งย่อมมีสองด้านคือด้านดีและด้านไม่ดี หรือด้านประโยชน์หรือด้านโทษ บุคคลสารถจะรับรู้รับทราบเกี่ยวกับประโยชน์และโทษของสิ่งต่าง ๆ ได้เสมอ และอาจมีความรู้เพิ่มเติมมากขึ้นตามลำดับหรือรู้เพียงด้านประโยชน์แต่ไม่ทราบเกี่ยวกับโทษของสิ่งนั้น หรือรู้ในทางตรงข้าม นอกจากนี้บุคคลส่วนใหญ่มักมีความรู้เชิงประเมินค่าของสิ่งต่างๆ แต่เพียงเล็กน้อยทำให้เกิดอคติหรือความลำเอียงได้มาก ทัศนคติต่อสิ่งนั้นจึงอาจไม่เหมาะสมกับความเป็นจริงได้มาก และอาจทำให้เกิดผลเสียหายต่อผู้ยึดถือหรือต่อส่วนรวมได้มาก ฉะนั้น การจะเปลี่ยนทัศนคติที่สำคัญคือการปรับองค์ประกอบเชิงประเมินค่าในเรื่องนั้นให้ตรงกับความเป็นจริงโดยให้บุคคลที่มีความรู้เกี่ยวกับคุณหรือโทษต่อสิ่งนั้น ๆ

องค์ประกอบที่สอง ความรู้สึกพอใจ เมื่อบุคคลทราบว่าสิ่งใดมีประโยชน์บุคคลก็จะรู้สึกชอบและพอใจสิ่งนั้น ถ้าบุคคลทราบว่าสิ่งนั้นมีโทษบุคคลก็จะรู้สึกไม่ชอบ ไม่พอใจสิ่งนั้น ส่วนใหญ่แล้วความรู้สึกพอใจของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะเกิดขึ้นสอดคล้องกับความรู้เชิงประเมินค่าเกี่ยวกับสิ่งนั้น ตามธรรมดาแล้ว บุคคลย่อมรู้สึกพอใจสิ่งหนึ่งมาก เมื่อทราบว่าสิ่งนั้น

มีประโยชน์โดยตรงต่อตนเอง แต่ถ้ามีประโยชน์ต่อคนอื่นที่ตนไม่รู้จัก หรือมีประโยชน์ต่อส่วนรวมแต่มีประโยชน์ต่อตนไม่มาก บุคคลจะรู้สึกพอใจต่อสิ่งนั้นแต่เพียงเล็กน้อย การที่บุคคลสามารถที่จะรู้สึกพอใจสิ่งหนึ่งเป็นอย่างมาก สิ่งนั้นมีประโยชน์ต่อส่วนรวม ประเทศชาติและต่อมนุษยชาติ บุคคลจะต้องเป็นผู้ที่มีเหตุผลเชิงจริยธรรมในระดับสูง (ระดับ4-6)

องค์ประกอบสุดท้ายความพร้อมกระทำ หมายถึงการที่บุคคลมีความพร้อมที่จะช่วยเหลือสนับสนุน ทำนุบำรุงส่งเสริมสิ่งที่เขาพอใจ และพร้อมที่จะทำลาย ทำร้ายหรือทำเพิกเฉยต่อสิ่งที่เขาไม่ชอบไม่พอใจ องค์ประกอบนี้ยังอยู่ภายในจิตใจของบุคคล และยังไม่ปรากฏ ออกมาเป็นพฤติกรรมการพร้อมกระทำจะปรากฏเป็นพฤติกรรมหรือไม่ย่อมขึ้นกับลักษณะอื่นๆ ของบุคคลและสถานการณ์ ผู้ที่มีลักษณะเป็นตัวของตัวเอง (ผู้ที่มีเหตุผลเชิงจริยธรรมในขั้นที่ 5 และ 6) และสามารถควบคุมบังคับตนจะเป็นผู้ผู้ที่กระทำตามทัศนคติของตน ส่วนผู้ที่ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ต้องพึ่งการควบคุมการให้รางวัลและการลงโทษจากผู้อื่นหรือจากสังคมจะเป็นผู้ทีมี การกระทำไปตามการชักจูงหรือบังคับของผู้อื่นมากกว่าที่จะทำตามทัศนคติของตนต่อสิ่งนั้น

2.2 การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ

ดารณี พานทอง พาลุสุข (2532 : 57 – 59) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงทัศนคติสรุปได้ว่า ทัศนคติเป็นปฏิกิริยาโต้ตอบที่คนเรามีต่อสิ่งเร้าทางสังคม ฏิกิริยาโต้ตอบนี้เราได้เรียนรู้มาและจะมีลักษณะตีค่าหรือประเมินผลสิ่งนั้นๆ การเปลี่ยนแปลงทัศนคตินี้มีตัวแปรที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. แหล่งข้อมูล คนบางคนยึดติดกับตัวบุคคล เช่นการที่จะเชื่อข้อมูลจะต้องดูก่อนว่าใครเป็นผู้ให้ข้อมูลนั้น คนที่ไม่เห็นด้วยหรือเป็นคนละพวกจะไม่ได้รับการยอมรับ การยึดตัวบุคคลจะทำให้ไม่สนใจกับข้อมูล สนใจเฉพาะแหล่งที่มาเท่านั้น

2. เนื้อหา อาจพิจารณาจาก

2.1 การมาถึงก่อนหรือหลัง (Primacy and Recency) ในบางกรณีข้อมูลที่มาก่อนจะมีผลมากกว่า แต่บางกรณีข้อมูลอันหลังอาจจะมีผลกว่า การเปลี่ยนใจเนื่องจากข้อมูลตัวแรก

2.2 การสื่อสารด้วยเนื้อหาที่กระตุ้นอารมณ์ การเสนอข้อมูลด้านเดียวมักมีสาเหตุด้านอารมณ์มากกว่าเหตุผล เป้าหมายก็คือการกระตุ้นความต้องการ การเลือกทางออกตามที่เสนอให้เท่ากับเป็นการได้รับการตอบสนอง กลุ่มที่ได้รับการกระตุ้นทางอารมณ์จะมีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติมากกว่า

3. ผู้ฟัง

3.1 ระยะห่างและการมีส่วนร่วม (Discrepcy and Involvement) ระยะห่างทางจิตใจของผู้ฟังที่มีความรู้สึกต่อทัศนคติหรือเนื้อหาใหม่ หากทัศนคติใหม่แตกต่าง

จากความคิดเดิมไม่มาก อาจทำให้คนรับได้ง่าย แต่บางคนรับไม่ได้เลย เพราะแตกต่างกันมากเหลือเกิน

3.2 ความแตกต่างระหว่างบุคคล เป็นเรื่องที่เดี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ เพราะบางคนมีแนวโน้มจะชอบปฏิเสธก่อน หรือไม่เชื่อเอาไว้ก่อน บางคนก็มีแนวโน้มที่จะเชื่อเอาไว้ก่อนแต่หลักทั่วไปคือคนชอบฟังความคิดของตน และหลีกเลี่ยงข้อมูลที่ขัดกับทัศนคติของคน

4. ช่องทางที่ข้อมูลผ่าน มีอยู่ 2 วิธี

4.1 แบบใช้สื่อมวลชน (Mass Media) อันเป็นสื่อที่ส่งไปถึงคนจำนวนมาก ใช้เวลาสั้นในการเข้าถึง

4.2 การเผชิญหน้าตัวต่อตัว (Face to Face Commuication) มีลักษณะเป็นส่วนตัว อาจใช้กับคนไม่มาก แต่ประสิทธิภาพค่อนข้างสูง

ชม ภูมิภาค (2516 : 69 – 70) กล่าวว่า ปัจจัยที่จะช่วยให้ทัศนคติเปลี่ยนแปลงไปได้นั้น ก็มีหลายอย่างเช่นกัน อาทิเช่น

1. ความกดดันของกลุ่ม (Grop Pressure) หากกลุ่มจะสามารถให้รางวัลหรือลงโทษได้ ย่อมจะมีแรงกดดันมากในการที่จะกำหนดทิศทางทัศนคติของเรา สิ่งยั่วยุที่เป็นรางวัลนั้นได้แก่ ความเป็นผู้มีคนรู้จักมาก การเลื่อนตำแหน่งการงานสัญลักษณ์ของการยอมรับนับถือ เป็นต้น ส่วนสิ่งยั่วยุที่เป็นการลงโทษก็เช่น การเสียเพื่อนฝูง เสี่ยชื่อเสียง เสียตำแหน่งเป็นต้น ยิ่งเรามีความผิดปกติจากกลุ่มเท่าใด แรงบีบบังคับของหมู่ยิ่งมากขึ้นเท่านั้น ยิ่งเราต้องการเป็นสมาชิกของหมู่เท่าใด แรงบีบบังคับของหมู่ย่อมมีมากเท่านั้น หรือยิ่งหมู่กลุ่มต้องการเรามากเท่าใด กลุ่มก็ยิ่งต้องการให้เราทำตามมาตรฐานของกลุ่มมากเท่านั้น กลุ่มที่มีเกียรติศักดิ์หรือศักดิ์ต่ำในหมู่ อาจจะกระทำผิดแปลกไปได้บ้าง แต่ยิ่งมีตำแหน่งสูงหรือศักดิ์สูงแล้วกระทำผิดมาตรฐานเพียงนิดเดียว แรงกดดันของหมู่จะเกิดขึ้นทันทีเพื่อให้ปฏิบัติอยู่ในแนว

2. ประสบการณ์ที่น่าพึงใจหรือไม่น่าพึงพอใจ เราอาจจะเปลี่ยนทัศนคติไปได้เมื่อเราได้รับประสบการณ์ที่น่าพอใจหรือไม่น่าพอใจ ตัวอย่างเช่น นายแดงเข้าทำงานบริษัทหนึ่งเพราะเขาเชื่อว่า จะมีความก้าวหน้า แต่ปรากฏว่า พบว่าหัวหน้าของเขาเป็นคนขี้อิจฉา เมื่อเขาเกิดเสนอความคิดเห็นดี ๆ เพื่อปฏิบัติ หัวหน้าก็อาจจะเห็นว่าการเสนอแนะของเขานั้นทำให้ฐานะของหัวหน้าสั่นคลอน และนอกจากนี้ยังทราบอีกว่า เพื่อนร่วมงานของเขาไปฟ้องแก่หัวหน้าบ่อยๆ เขาจึงอาจเปลี่ยนทัศนคติเป็นอีกแบบหนึ่ง คือมองไม่เห็นความก้าวหน้ากับบริษัทนี้ เช่นนี้ เป็นต้น

3. อิทธิพลของบุคคลผู้มีชื่อเสียง บุคคลผู้มีชื่อเสียงในความหมายเช่นนี้อาจเป็นเพื่อน ซึ่งเรานับถือความคิดของเขา หรืออาจจะเป็นผู้เชี่ยวชาญในด้านพิเศษต่าง ๆ ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดในเรื่องนี้คือ การโฆษณา ซึ่งจะใช้คนมีชื่อเสียงเข้าไปยุ่งเกี่ยว เช่น ดาราภาพยนตร์คนนั้นใช้สบู่นั้น ๆ เป็นต้น

แผนกจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ชูชีพ อ่อนโคกสูง. 2518 : 116-117 ; อ้างอิงจาก แผนกจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2513 : 169-71) ได้เสนอวิธีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ สรุปได้ดังนี้คือ

1. โดยการจัดประสบการณ์ให้ใหม่ เช่น คนที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อคนอีสาน คือคิดว่าเป็นคนขี้เกียจ นอกจากทำนาแล้วไม่ทำอะไรเลย ให้คน ๆ นั้นได้ไปคลุกคลีกับคนอีสาน ไปพบสภาพการณ์ที่แท้จริงทัศนคติของคน ๆ นั้นต่อชาวอีสานจะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี มีความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจชาวอีสานมากขึ้น

2. โดยให้ข้อเท็จจริงที่ถูกต้อง เช่น เด็กที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียนเพราะเห็นว่าไม่เป็นประโยชน์ เพราะตนเองต้องถูกครูหรือผู้ปกครองคอยจู้จี้บังคับให้เรียน ให้ทำการบ้านจึงเกิดความเบื่อหน่าย ดังนั้น ทัศนคติของเด็กอาจเปลี่ยนแปลงไปได้ ถ้าเข้าใจถึงประโยชน์ของการเรียนที่ครูผู้ปกครองชี้แจง

3. โดยการเร้าให้เกิดอารมณ์กลัว เช่น ต้องการไม่ให้เด็กรับประทานทอฟฟี่ หารูปคนกำลังถูกถอนฟัน หรือคนฟันหลอมาให้เด็กดู เราก็บอกเด็กว่า นั่นเป็นผลของการรับประทานทอฟฟี่จะ เด็กอาจจะไม่อยากรับประทานทอฟฟี่อีก นั่นคือการเปลี่ยนทัศนคติไปจากเดิมแล้ว

2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติในการเรียน

ฟลานนิแกน (Flannigan. 1970 : 5-2102) ได้ทำการวิจัยผลของการฝึกกระบวนการกลุ่มผลการทดลองปรากฏว่า หลังจากมีกระบวนการกลุ่มแล้วผู้ที่ได้รับการฝึก มีการเปลี่ยนแปลงของทัศนคติและมีความยืดหยุ่น

วิชชุดา เตียวกุล (2529 : 32 - 33) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวกลุ่มต่อนิสัยในการเรียน และทัศนคติทางดารเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 135 คน จากโรงเรียนวัดนวลนรดิส แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน และกลุ่มควบคุม 2 ห้องเรียน ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวกลุ่มมีนิสัยในการเรียนและทัศนคติทางการเรียนดีกว่ากลุ่มควบคุมทั้ง 2 ห้อง

ศิริรัตน์ ภู่สกลเจริญศักดิ์ (2529 : 63) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์ ที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนปทุมคงคา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็น กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มควบคุมได้รับข้อสนเทศ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีทัศนคติในการเรียนดีกว่ากลุ่มควบคุม

อำพัน ทันสม (2535 : 76-79) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล – อารมณ์ ที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนเมืองสรวงวิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด ที่มีทัศนคติในการเรียนต่ำ แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง

และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล อารมณ์ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับข้อสนเทศ ผลการวิจัยพบว่า ทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีทัศนคติดีขึ้น และกลุ่มทดลองมีทัศนคติในการเรียนดีกว่ากลุ่มควบคุม

คลอร์และเบรย์ (Clore and Bray. 1978 : 156) ได้ศึกษาผลการใช้นิทานที่มีผลต่อพฤติกรรมและทัศนคติของเด็ก โดยใช้หุ่นทดลองและการแสดงบทบาทสมมุติ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายระดับ 3 จำนวน 62 คน จากโรงเรียนประถมศึกษาสองแห่งพบว่า กลุ่มตัวอย่างเหล่านี้ มีทัศนคติที่ดีต่อสัตว์และหลังจากนั้นอีก 6 สัปดาห์ ได้ทำการวัดอีกครั้ง ผลปรากฏว่ากลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 โรงเรียนมีทัศนคติที่คงที่ไม่เปลี่ยนแปลง ผลการศึกษานี้แสดงว่ามีผลโดยตรงต่อพฤติกรรมและทัศนคติของเด็กได้ดี

สุปรียา อันทิวโรทัย (2529 : 68-70) ได้ศึกษาการใช้แม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2528 จำนวน 36 คน ผลการศึกษาพบว่าความแตกต่างของพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองแตกต่างกัน คะแนนเฉลี่ยทางพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง แตกต่างกัน

วันเพ็ญ แก่นกระจ่าง (2535 : 49-51) ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการใช้วีดีทัศน์ที่มีต่อเจตคติทางวิชาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางแก้วประชาสรรค์ จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 40 คนแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 20 คน เข้าร่วมกิจกรรมการใช้วีดีทัศน์เพื่อปลูกฝังเจตคติทางอาชีพ และกลุ่มควบคุม 20 คน ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ผลการทดลองปรากฏว่า นักเรียนในกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมการใช้วีดีทัศน์ที่มีต่อเจตคติทางวิชาชีพ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติทางอาชีพหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

ละดา ดอนหงษา (2531 : 60-63) ศึกษาผลของการฝึกทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ที่เรียนโดยมีเกมฝึกทักษะ และที่เรียนโดยแบบฝึกทักษะ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนหนองบัววิทยายน จังหวัดอุดรธานีจำนวน 60 คน จัดนักเรียนเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 30 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการสอนโดยเกมฝึกทักษะ กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการสอนโดยแบบฝึกทักษะเจตคติต่อการเรียนการสอนวิทยาศาสตร์ระหว่างนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยเกมฝึกทักษะและแบบฝึกทักษะแตกต่างกัน โดยเกมฝึกทักษะดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการสอนโดยแบบฝึกทักษะ

พรทิพ ตั้งจิตประสงค์ (2532 : 64-67) ทำการศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความคงทนในการเรียนรู้และเจตคติทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านบางกะปิ กรุงเทพ จำนวน 70 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยการใช้หนังสืออ่านเพิ่มเติมที่เน้นกับการเสนอเนื้อหาตามขั้นตอนของวิธีการทางวิทยาศาสตร์ ตามลำดับ ผลการทดลองปรากฏว่า เจตคติทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนที่อ่าน

หนังสืออ่านเพิ่มเติมที่เน้นกับไม่เน้นการเสนอเนื้อหาตามขั้นตอนของวิธีการทางวิทยาศาสตร์แตกต่างกัน เจตคติทางวิทยาศาสตร์ก่อนการทดลอง และหลังการทดลองของนักเรียนที่อ่านหนังสืออ่านเพิ่มเติมที่เน้นเสนอเนื้อหาตามขั้นตอนของวิธีทางวิทยาศาสตร์แตกต่างกัน และเจตคติทางวิทยาศาสตร์ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนที่อ่านหนังสืออ่านเพิ่มเติมที่ไม่เน้นการเสนอเนอหาตามขั้นตอนของวิธีทางวิทยาศาสตร์แตกต่างกัน

สมชาย วาณิชเสนี (สุรัมภา รอดมณี. 2540 : 45 ; อ้างอิงจาก สมชาย วาณิชเสนี. 2533) ได้ทำการศึกษาวิจัย เรื่องนโยบายกรมตำรวจ ศึกษากรณีโครงการตำรวจชุมชนสัมพันธ์ของกองบัญชาการตำรวจนครบาลเก็บข้อมูลก่อนและหลังมีโครงการในการทดลองและเก็บข้อมูลก่อนและหลังมีโครงการในกลุ่มควบคุม ซึ่งปรากฏผลดังนี้ กลุ่มที่มีโครงการตำรวจชุมชนสัมพันธ์ ความแตกต่างกันระหว่างก่อนและหลังมีโครงการโดยมีความเข้าใจลักษณะทัศนคติในทางบวก ความเชื่อนั้น ความสัมพันธ์อันดีระหว่างประชาชนกับตำรวจ การสนับสนุนและการมีสวนร่วมของประชาชนในการปฏิบัติห้าที่ของตำรวจในการป้องกันและปราบปรามอาชญากรรมของชุมชน สูงขึ้นและมีมากกว่าในชุมชนที่ไม่มีโครงการ

นวลละออ สุภาผล (2536) ได้ทำการวิจัยเพื่อประเมินโครงการ "นรต.ฝึกรับใช้ประชาชนชนบท" ซึ่งเป็นโครงการฝึกทักษะทางด้านมนุษยสัมพันธ์ โดยให้ นรต. ที่เข้าร่วมโครงการไปอยู่กับครอบครัวพ่อแม่สมมติเป็นเวลาทั้งสิ้น 13 วัน ซึ่งเป็นวิธีพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ (Behavioral Interaction) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนนายร้อยตำรวจกลุ่มรวมมีผลสัมฤทธิ์ของทัศนคติต่อการทำงานในชนบทระดับดีมาก ร้อยละ 30 และระดับดี ร้อยละ 70 โดยไม่มีผลสัมฤทธิ์ต่ำกว่าเกณฑ์ และเมื่อพิจารณาผลในนักเรียนนายร้อยกลุ่มย่อย ดังนี้ กลุ่มบิดามารดาอุปการะดีมากร้อยละ 30 ระดับดีร้อยละ 70 กลุ่มผู้อื่นอุปการะ ระดับดีมากร้อยละ 10 ระดับดีร้อยละ 80 กลุ่มนี้พบว่ามีผลต่ำกว่าเกณฑ์ร้อยละ 10 กลุ่มบิดามารดาประกอบอาชีพประเภท 1 ระดับดีมาก ร้อยละ 30 ระดับดี ร้อยละ 70 กลุ่มบิดามารดาประกอบอาชีพประเภท 2 ระดับดีมาก ร้อยละ 40 ระดับดี ร้อยละ 60 กลุ่มครอบครัวมีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูงและค่อนข้างต่ำมีผลตรงกันคือ ระดับดีมาก ร้อยละ 30 ระดับดี ร้อยละ 70 กลุ่มบิดามีการศึกษาค่อนข้างสูงระดับ ค่อนข้างต่ำมีผลตรงกันคือ ระดับดีมากร้อยละ 20 ระดับดี ร้อยละ 80 ซึ่งสรุปได้ว่า ทัศนคติต่อการทำงานในชนบทของนักเรียนนายร้อยตำรวจส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี โดยกลุ่มที่มีทัศนคติระดับดีมีปริมาณสูงสุดคือ กลุ่มที่อยู่ในความอุปการของผู้อื่นและกลุ่มที่มีสติปัญญาป่านกลาง

ฮาทเทน และทิโมทีย์ (Hatten and Timothy. 1993 : 161) ได้ศึกษาผลของการเข้าร่วมโครงการธุรกิจขนาดเล็กของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ที่มีต่อทัศนคติต่อตำแหน่งผู้จัดการโดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจำนวน 220 คน ผลการวิจัยพบว่า หลังจากนักศึกษาได้เข้าร่วมโครงการนี้แล้วมีทัศนคติดีขึ้น และนักศึกษาที่มีความเชื่ออำนาจในตนหลังการเข้าร่วมโครงการจะมีทัศนคติดีขึ้นไปในทางบวก

นภาพร เมฆรักษาวนิช (2515 : 66-67) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยในการเรียน ทัศนคติในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนรัฐบาล จำนวน 400 คน โดยใช้แบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียน นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีนิสัยและทัศนคติในการเรียนดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทาง การเรียนต่ำ

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติในการเรียนที่นักวิชาการหลาย ๆ ท่าน สามารถสรุปได้ว่า ทัศนคติเป็นความคิด ความรู้สึกที่มีต่อสิ่งหนึ่ง ซึ่งสามารถเปลี่ยนแปลงได้ด้วยวิธีการที่เหมาะสม และหากเปลี่ยนแปลงทัศนคติในการเรียนจึงอาจเปลี่ยนแปลงทัศนคติให้ดีขึ้นได้โดยการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่นักเรียน ดังนั้นงานวิจัยนี้จึงสนใจที่จะศึกษาทัศนคติในการเรียนของนักเรียนหลัง ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง

3.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

3.1.1 ความหมายและความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต

มิสเชล (Mischel. 1974 : 287) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตว่าหมายถึง ความสามารถในการคาดการณ์ไกลและเล็งเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีความต้องการได้รับผลในอนาคตที่ดีกว่าหรือมากกว่าผลที่จะได้รับในปัจจุบัน จึงดำเนินการวางแผนเพื่อปฏิบัติ ต่อจากนั้นจะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นเป็นตอนตามแผนที่วางไว้ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ซึ่งการดำเนินการปฏิบัติตามแผนนี้เป็นระยะเวลานานกว่าจะบรรลุผลหรือจะต้องทำเป็นจำนวนหลายครั้ง ซึ่งเป็นการควบคุมตนเองให้ละเว้นการกระทำบางอย่างในระยะเวลาหนึ่งจนกระทั่งได้ผลตามต้องการ

แลมม์ ชมิดท์ และทรอมสดรอฟ (Lamm, Schmidt, and Trommsdorff. 1976 : 317) ให้คำจำกัดความของลักษณะมุ่งอนาคต โดยประมวลความคิดเห็นจากนักจิตวิทยาหลายท่านว่าหมายถึง ความสามารถทางปัญญาของแต่ละบุคคล เกี่ยวกับความพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ การคาดคะเนฐานะได้เหมาะสม และความสามารถในการคลี่คลายเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ตรงปัญหาทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต และการมุ่งอนาคตยังเป็นสาเหตุหรือมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการอดได้รอได้ ต่อรางวัลที่ล่อใจและเกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจนึก (2520 : 35) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่ง

แสดงออกเป็นพฤติกรรมของการอดได้รอได้ในสถานการณ์ต่างๆ เช่น การรอรับรางวัลที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต แทนการรับรางวัลเล็กน้อยซึ่งจะได้รับในทันที หรือการงดบำบัดความต้องการในปัจจุบันของตนเองเพราะเล็งเห็นผลร้ายที่จะเกิดตามมาหรือการเพียรพยายามในปัจจุบัน เพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต ลักษณะมุ่งอนาคตนี้ตรงข้ามกับลักษณะมุ่งปัจจุบันและอาจถือว่าเป็นลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลได้

รัตนา ประเสริฐสม (2526 : 86) กล่าวว่า การมุ่งอนาคตเป็นความสามารถที่จะมองการณ์ไกลและวาดภาพอนาคตของตน การมุ่งอนาคตเป็นการคำนึงถึงอนาคตและควบคุมพฤติกรรมไปสู่แนวทางนั้น

พนิดา สินสุวรรณ (2527 : 8) ให้ความหมายไว้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตหมายถึง ความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมของการอดได้รอได้ ในสภาพการณ์ต่าง ๆ เพราะเล็งผลภัยที่จะเกิดตามมา หรือการเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต

จรรจา สุวรรณทัต (2531 : 48) กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตว่า เป็นลักษณะการมองสู่อนาคตข้างหน้า ซึ่งเป็นการมองที่ลึกซึ้งกว้างไกลซึ่งจะมีผลไม่เพียงแต่ตัวผู้มองเท่านั้น หากครอบคลุมไปถึงบุคคลอื่นและสังคมมนุษย์ชาติที่บุคคลนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องด้วย และถือว่าเป็นจิตลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ

สมจิตต์ เพิ่มพูล (2532 : 11) ได้ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตว่าหมายถึง ความสามารถในการคาดการณ์ไกล เห็นความสำคัญของผลดี ผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตและสามารถวางแผนปฏิบัติเพื่อรอรับผลดีหรือป้องกันผลเสียตลอดจนสามารถควบคุมตนเองในการกระทำหรือละเว้นการกระทำบางอย่างตามความต้องการของตนเองและผู้อื่นในภายหลัง

สุพล วังสินธ์ (2534 : 31-35) กล่าวถึงความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า ความปรารถนาที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี แม้จะเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ ก็ไม่ย่อท้อ มีความกระตือรือร้นที่จะฝ่าฝันอุปสรรค ทั้งโดยมุ่งที่จะให้เกิดผลสำเร็จในชีวิต ตามความปรารถนาในอนาคตเป็นหลัก ยอมรับความลำบากในปัจจุบันเพื่ออนาคตที่ดี

พิทยา อึ้งบุญชู (2538 : 60) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถในการคาดการณ์ไกล เป็นการคำนึงถึงอนาคตและสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองไปในทิศทางที่ถูกต้อง เหมาะสม เล็งเห็นผลดี ผลเสีย ที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำของตน สามารถวางแผนปฏิบัติเพื่อรอรับผลดีหรือป้องกันผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

จากความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถทางสติปัญญา ในการคิดคาดการณ์ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอย่างมีเหตุผล เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตนให้เป็นไปในแนวทางที่เหมาะสมใน

ปัจจุบัน ตลอดจนสามารถวางแผนการปฏิบัติตนอย่างมุ่งมั่น เพื่อความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต แทนที่จะได้รับผลเล็กน้อย ในปัจจุบัน

ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นด้านหนึ่งของบุคลิกภาพที่พัฒนามาจากการเรียนรู้ การศึกษาและกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งจะพัฒนาอย่างช้า ๆ ในวัยเด็ก บุคคลบางคนจะอาศัยความสามารถของตนและเวลาในปัจจุบันเป็นรากฐานที่จะคาดการณ์เกี่ยวกับตนเองในอนาคตได้ โครงสร้างของอนาคตขึ้นอยู่กับการคิด มีวิธีการหลายวิธีที่ก่อให้เกิดแผนและโครงการระยะยาว การมุ่งอนาคตที่จะกระทำและรายละเอียดบางอย่างที่ต้องทำซึ่งเปลี่ยนไปตามเวลา (รัตนา ประเสริฐสม. 2526 : 37-38) นอกจากนี้ นักจิตวิทยาพบหลักฐานว่าเป็นด้านหนึ่งของพลังอีโก้ (Ego Strenght) ของบุคคล ซึ่งจะเป็นแนวทางให้ผู้มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงสามารถระงับหรือชะลอการบำบัดความต้องการต่าง ๆ ของตนเองได้ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจนึก. 2520 : 35)

ไรท์ (Wright. 1975 : 298) กล่าวถึงความสำคัญของลักษณะมุงอนาคตว่า บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง จะเป็นผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ และไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย ซึ่งจะเห็นว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจัดว่าเป็นผู้ที่มีจริยธรรมสูง

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2520 : 39) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะหนึ่งของความเป็นพลเมืองดีและเป็นลักษณะหนึ่งพึงจะทำให้บุคคลมีความเพียรพยายามต่อสู้อุปสรรคเพื่อความเจริญของตนเองและส่งผลต่อประเทศชาติ ฉะนั้น ลักษณะมุ่งอนาคตจึงเป็นลักษณะที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาประเทศด้วย

กนกวรรณ อุ่นใจ (2535 : 29) ลักษณะมุ่งอนาคตนั้นเป็นคุณลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเป็นพลเมืองดีสามารถปฏิบัติตนได้เหมาะกับกาลเทศะ มีความขยันหมั่นเพียร รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีความรับผิดชอบ มีเป้าหมายชีวิตและเห็นความสำคัญของการวางแผนอนาคต สามารถอธิบายปรากฏการณ์ต่างๆ ได้อย่างสมเหตุสมผล มีแรงจูงใจในการกระทำพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายและเป็นผู้ที่มีความสามารถปรับตัวได้ดี

บุญรับ ศักดิ์มณี (2532 : 7-8) กล่าวถึงความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการทำงาน กล่าวคือ ถ้าแต่ละขั้นตอนในการทำงานนั้นมีผลต่อความสำเร็จหรือความก้าวหน้าของบุคคลในอนาคต ความสำเร็จในแต่ละขั้นจะเป็นแรงจูงใจให้พยายามทำงานในขั้นต่อไปให้สำเร็จ บรรลุเป้าหมายขั้นสุดท้าย แต่ในขณะเดียวกันความล้มเหลวของการทำงานในขั้นต้นๆ ก็จะทำให้คนไม่สามารถทำงานในขั้นต่อไปได้ นอกจากนี้ ลักษณะมุ่งอนาคตยังเป็นลักษณะที่สำคัญที่แสดงถึง

ความเข้าใจเรื่องเวลา ความสามารถคาดหวังเกี่ยวกับเหตุการณ์ข้างหน้าได้ ผู้ที่มุ่งอนาคตจะสามารถวางแผนและมองเห็นความเป็นไปได้ในอนาคตจากสภาพการณ์ปัจจุบันลักษณะมุ่งอนาคตจึงเกิดจากการสะสมผลของการเรียนรู้จากประสบการณ์ตั้งแต่อดีตของบุคคล บุคคลที่คาดการณ์สิ่งที่เกิดขึ้นในอนาคตได้ดี ก็จะมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงและส่งผลให้ทำงานอย่างขยันขันแข็งในปัจจุบันเพื่อที่จะรอรับ ผลดีในอนาคต

จันทนา นนทิกร (2533 : 32-33) กล่าวว่า บุคคลที่มีเป้าหมายหรือการกำหนดสิ่งที่ต้องการล่วงหน้าที่ชัดเจน ย่อมมีความตั้งใจและใช้ความพยายามอย่างจริงใจในการกระทำพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในอนาคต ซึ่งเป้าหมายจะมีหน้าที่สำคัญ 2 ประการที่เป็นพื้นฐานของแรงจูงใจ ที่มุ่งตรงไปสู่พฤติกรรม คือ

1. เป้าหมายจะกำหนดแนวทางการตัดสินใจว่าควรจะใช้ความพยายามเท่าใดในการทำงานนั้น

2. เป้าหมายมีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมการทำงาน โดยต้องตระหนักถึงความสำคัญ

มาลี วิทยาธรรัตน์ (2540 : 45) กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถทางสติปัญญาของแต่ละคนในการคาดการณ์อนาคต โดยเล็งเห็นผลดีผลเสียมีการวางแผนการปฏิบัติ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่มีคุณค่ากว่าในอนาคต ช่วยให้บุคคลมีพฤติกรรมในทางสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ส่วนรวม ซึ่งลักษณะมุ่งอนาคตนี้มีพัฒนาการขึ้นในบุคคลตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งเกิดขึ้นโดยอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม อิทธิพลจาครูและประสบการณ์ในโรงเรียน มหาวิทยาลัย

พิทยา อึ้งบุญชู (2538 : 63) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตสามารถพัฒนาและส่งเสริมให้เกิดขึ้นได้ ดังนั้น การเรียนการสอนในปัจจุบันจึงควรสอนให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของอนาคต สามารถคาดการณ์เกี่ยวกับอนาคตได้ และสามารถตัดสินใจเลือก ทางเดินเลือกกระทำสิ่งต่างๆอย่างมีเหตุผลที่เหมาะสมมีความรับผิดชอบทั้งต่อปัจจุบันและอนาคต

อุบลรัตน์ เต็งไตรลักษณ์ (2520 : 29-32) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับเด็กในการเตรียมตัวเพื่อชีวิตในอนาคต โรงเรียนจึงเป็นสถาบันการศึกษาที่สำคัญที่จะเริ่มกำหนดจุดประสงค์และวิธีการศึกษาโดยพิจารณาอนาคตมิใช่อดีต

ไพโรจน์ โตเทศ (2531 : 21-22) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตปลูกฝังให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ฝึกให้ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเข้าถึงการเปลี่ยนแปลงในสังคม ตลอดจนเน้นให้ผู้เรียนเข้าใจเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งอดีต ปัจจุบันและอนาคต และให้รู้จักวางแผน ล่วงหน้าได้

จากความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต ดังที่นักวิชาการหลายท่านกล่าวไว้ ดังกล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจะสามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ มีความเป็นพลเมืองดีและประสบความสำเร็จในการทำงานและสามารถตัดสินใจเลือกทางเดินอย่างมีเหตุผล ดังนั้นจึงเป็นจิตลักษณะสำคัญที่ควรส่งเสริมให้มีการพัฒนาให้เกิดขึ้นกับเยาวชน โดยเฉพาะกับนักเรียนเพื่อให้นักเรียนประสบความสำเร็จทั้งด้านการเรียนและการทำงานในอนาคต

3.1.2 แนวทางการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

ไรท์ (Wright. 1975 : 387) กล่าวว่า วิธีการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตนั้น ได้มาจากวิธีการวัดลักษณะมุ่งอนาคตที่ใช้ในการวิจัยทางจิตวิทยา เช่น ให้เขียนเรื่องราวหรือนวนิยายและวิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้ในการเขียนเนื้อเรื่องนั้น ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตมากจะใช้ระยะเวลาใน การเขียนเรื่องราวต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นดำเนินไป โดยระยะเวลาที่มากกว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตน้อย

ไรท์ (ดวงเดือน พันธุมนาวินและคณะ.2529 : 107 ; อ้างอิงจาก Wright.1975) เสนอแนะวิธีการกระตุ้นลักษณะมุ่งอนาคตของบุคคลไว้ว่า แนวความคิดเกี่ยวกับวิธีการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตในบุคคลนั้น ได้มาจากวิธีการวัดลักษณะมุ่งอนาคต ที่ใช้ในการวิจัยทางจิตวิทยา เช่น การให้เขียนเรื่องราว หรือนวนิยาย แล้ววิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้ในเนื้อเรื่อง ผู้ที่มุ่งอนาคตมากจะเขียนเรื่องที่เกิดขึ้นและดำเนินไปจนจบลง ในช่วงเวลาที่ยาวกว่าที่ผู้มุ่งอนาคตน้อยจะใช้ โดยขั้นตอนที่เสนอไว้มีดังนี้

ก. ให้เขียนเรื่องราวของตนเองเกี่ยวกับปัจจุบันและอนาคต โดยอาจให้เขียนถึง สภาพชีวิต และการวางแผนใช้ชีวิตในปั้นปลายด้วย

ข. ให้ฝึกเขียนนวนิยายชีวิต ซึ่งอาจกำหนดช่วงเวลาไว้ เช่นตั้งแต่เด็กจนเป็น ผู้ใหญ่หรือจากปู่ไปถึงหลาน เป็นต้น

ค. ฝึกวางแผนงานระยะยาวของหน่วยงาน โดยจะเป็นแผน 5 ปี 7 ปี 10 ปี หรือ 20 ปี ก็ได้หรือการฝึกวางตัวบุคคลเพื่อเตรียมการที่จะใช้เขาในงานใหญ่ที่จะมีมาในอนาคต เป็นต้น

ง. ฝึกเล่นหมากรุก เพื่อที่จะเอาชัยชนะ

จ. ให้แบบอย่างของการวางแผนงานระยะยาวหรือการวางแผนการดำเนินชีวิต เพื่อให้บรรลุเป้าหมายประสงค์บางประการในอนาคต

แบบอย่างของการมุ่งอนาคตในประวัติศาสตร์ไทย เช่น การฝึกฝนมกุฎราชกุมารเพื่อการปกครองประเทศในอนาคต การสร้างอนุสาวรีย์เพื่อเตือนความทรงจำของคนรุ่นหลัง การทำบันทึกเกี่ยวกับลักษณะประวัติของมนุษยชาติ เพื่อกันการสูญหายทำลาย แบบการสอนพระพุทธศาสนา ที่เน้นการกระทำในปัจจุบันที่จะส่งผลไปยังอนาคต และ

จีนกำลังภายในหลายเรื่องที่ตัวเอกมีลักษณะมุ่งอนาคต เฝ้าฝึกปรือเพลงยุทธ์เพื่อเป็นยอดฝีมือ เป็นต้น

บุญรับ ศักดิ์มณี (2532 : 61) เสนอวิธีการฝึกการมุ่งอนาคต ตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ให้ผู้เข้ารับการฝึกทราบว่าลักษณะมุ่งอนาคตคืออะไร มีความสำคัญกับตนเองและสังคมอย่างไร โดยการให้ศึกษาแบบอย่างของผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง โดยให้ผู้เข้ารับการอบรมอ่านเรื่องราวของผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง และดูเทปโทรทัศน์ หลังจากนั้นก็ร่วมกันอภิปรายและสรุปโดยวิทยากร

2. ให้ผู้เข้ารับการอบรมฝึกวางแผนสำหรับอนาคตตนเอง โดยการเขียนเรื่องราวเกี่ยวกับชีวิตและการทำงานของตนเองในอนาคต สิ่งที่ตนมุ่งหวัง และการวางแผนกิจกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของตน

3. ให้ผู้เข้าอบรมได้ศึกษาตัวอย่างกิจกรรมเพื่ออนาคตของมนุษย์จากเรื่องและภาพ หลังจากนั้นให้เข้ารับการอบรมฝึกร่วมกันคิดกิจกรรมที่แปลกใหม่ที่ให้ประโยชน์ทั้งในปัจจุบันและอนาคตแก่บุคคล กลุ่มหรือประเทศ

รัตนา ประเสริฐสม (2526 : 38) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนา ให้บุคคลมุ่งอนาคต ว่าจะต้องพิจารณาองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1. แรงจูงใจที่จะก่อให้เกิดการมุ่งเวลาในอนาคต

2. การอดได้รอได้และความจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้วิธีการควบคุม การกระทำและยับยั้งสิ่งที่ต้องการกระทำให้ทันทีทันใด

3. ความสามารถที่จะใช้สัญลักษณ์ที่จะเข้าใจอนาคต (เช่น ความเข้าใจในภาษาเป็นส่วนหนึ่งของความสามารถในการใช้สัญลักษณ์ได้)

เพ็ญแข ประจนปัจนึก (2527 : 15-37) เสนอแนะบทบาทในการปลูกฝังลักษณะนิสัยมุ่งอนาคต สำหรับครอบครัวและโรงเรียน โดยสรุปดังนี้

1. บทบาทของครอบครัว บิดามารดาต้องทำตนเป็นตัวอย่างที่ดี เช่น การรู้คุณค่าของเวลา มีการวางแผนการกำหนดการใช้เวลา เช่น ควรทำอะไรในวันหยุด และอาจใช้วิธีปลูกฝังวัยรุ่นให้เป็นผู้มุ่งอนาคตโดยการใช้วิธีการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบการรักสนับสนุน แบบใช้เหตุผล และแบบวิธีควบคุมแบบปานกลางอย่างสม่ำเสมอ คงเส้นคงวา นอกจากนี้การฝึกการใช้เหตุผลและการคาดการณ์ ควรเริ่มจากสิ่งที่เป็นเรื่องง่ายๆ จนถึงเรื่องยาก เช่น การให้วัยรุ่นวางแผนเกี่ยวกับการเรียนต่อหรือการ วางแผน เกี่ยวกับอาชีพของตนเอง เป็นต้น

2. บทบาทของโรงเรียน ครูสามารถปลูกฝังลักษณะมุ่งอนาคตให้เกิดกับนักเรียนได้โดยใช้วิธีสนับสนุนให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มในการทำงาน และมีความเพียรพยายามที่จะทำงานให้ ลุล่วงไปได้ ด้วยเรียนรู้เรื่องเหตุและผล สามารถคาดคะเนผลของ

เหตุการณ์ได้ นอกจากนี้ครูก็ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีในการเป็นผู้มุ่งอนาคตด้วย นั่นคือต้องเป็นผู้มีความเพียรพยายามและมีการวางแผนการกระทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ มีความกระตือรือร้นที่จะศึกษาหาความจริงในเรื่องต่าง ๆ เป็นต้น

สุรศักดิ์ หลาบมาลา (2527 : 14-15) กล่าวว่า การสอนเด็กเพื่อนำความรู้ไปใช้ในอนาคต ต้องเริ่มต้นด้วยการคาดการณ์ว่าในอนาคตจะมีอะไรที่สำคัญและแตกต่างไปจากปัจจุบันอย่างไรบ้าง การมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างอดีต ปัจจุบันและอนาคตจะช่วยให้การวางแผนเป็นไปด้วยความรอบคอบสมเหตุสมผล การสอนเพื่อให้นักเรียนมองอนาคตหรือมุ่งอนาคต อาจทำได้โดย

1. ให้มองอนาคตด้วยทัศนะของตนเอง เช่น มองโลกข้างหน้าว่าจะเป็นอย่างไรและตนเอง ต้องรู้ความสามารถอย่างไรจึงจะมีชีวิตอยู่ในโลกเช่นนั้นได้อย่างเหมาะสม

2. เน้นการหาทางเลือกในอนาคต โดยให้นักเรียนคิดหาวิธีการต่างๆ ที่จะทำให้โลกอยู่ดีมีสุข

3. ให้นักเรียนเข้าใจยุทธวิธีต่าง ๆ ที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการคาดคะเนอนาคต มุ่งให้นักเรียนเข้าใจสภาพและแนวโน้มของอนาคต ความสามารถที่มนุษย์ควรจะพัฒนาในอนาคต

รังสรรค์ เพ็งนู (2531 : 103) กล่าวว่า การพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้พร้อมที่จะอยู่ในโลกที่เปลี่ยนแปลงสู่อนาคตที่ไม่แน่นอนนี้ หนทางหนึ่งคือ การให้บุคคลมีทัศนะที่กว้างไกลทั้งในแง่ของมิติที่เกี่ยวกับเวลา สถานที่ ชุมชน และวิถีชีวิต เพื่อจะได้ปรับปรุง ปฏิบัติหรือกำหนดแนวทางที่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การช่วยกระตุ้นให้เยาวชนสร้างอนาคตที่พึงประสงค์ของตนเองและสังคมได้ตั้งแต่ปัจจุบันและได้เสนอแนวคิดการประยุกต์เทคนิค วิธีการเชิงอนาคต เช่น การพรรณนาอนาคต การสร้างอนาคตจำลอง วางอนาคต การวิเคราะห์เครือข่ายอาชีพและวิธีการตรวจสอบค่านิยมในอนาคต เพื่อใช้ในกระบวนการแนะ-แนวโดยมีจุดเน้นที่สำคัญ คือ

มุ่งให้นักเรียนตระหนักว่า อนาคตเกิดจากความสัมพันธ์ของเหตุการณ์ ในอดีตและสภาพแวดล้อมกับโอกาส และโดยการเลือกตัดสินใจของมนุษย์เอง

มุ่งให้นักเรียนตระหนักว่า การคาดการณ์เกี่ยวกับอนาคตเป็นการตรวจสอบทางเลือกที่อาจเป็นไปได้ในอนาคต

มุ่งให้นักเรียนมองเห็นความสัมพันธ์ของโลกและชีวิตอย่างเป็นระบบเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน

สุจริต เพียรชอบ (2530 : 32) ได้เสนอแนะว่า ในการเรียนการสอนควรสอนเรื่องของอดีตน้อยลงควรสอนเรื่องปัจจุบันและอนาคตให้มากขึ้น นักเรียนจะได้รับ

การฝึกฝนให้พร้อมที่จะ คาดการณ์ล่วงหน้าว่า ในอนาคตจะเกิดเหตุการณ์ใดขึ้น มีปัญหาใดขึ้น นักเรียนจะสามารถเผชิญกับอนาคตได้อย่างกล้าหาญ สุขุม เยือกเย็น

มาลี วิทยาธรรัตน์ (2540 : 9) เสนอขั้นตอน การฝึกการมุ่งอนาคต ดังนี้

1. ขั้นเตรียมความพร้อมของผู้เรียน คือ ความสนใจ สมาธิ และให้แนวคิดหลัก ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่จะฝึก รวมทั้งทบทวนความรู้ความเข้าใจเดิมในกิจกรรมที่ต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าในตามจุดมุ่งหมายของการฝึกแต่ละครั้งให้มากที่สุด

2. ขั้นกิจกรรม คือ ขั้นที่ผู้ฝึกจะกระทำให้ผู้เรียนรู้ตามจุดมุ่งหมาย โดยใช้วิธีการต่าง ๆ

(1) ให้ข้อมูลความรู้จากป้ายนิเทศ เอกสารประกอบ ซักถาม

(2) ให้ตัวแบบที่มีความเพียรพยายาม เพื่อความสำเร็จในอาชีพ จากวีดีทัศน์

(3) ให้ตัวแบบที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจากวีดีทัศน์ เทปบันทึกเสียง และภาพประกอบ

(4) กิจกรรมกลุ่มเพื่อฝึกวางแผน ความเพียรพยายามเพื่อเป้าหมาย

(5) ฝึกคิดและวางแผนการทำกิจกรรรมที่ก่อให้เกิดผลดีต่อตนเอง และส่วนรวม

(6) กิจกรรมรายบุคคล ฝึกด้านการปฏิบัติตนเพื่อความสำเร็จด้านการศึกษาและประกอบอาชีพ

3. ขั้นสรุป หมายถึง ขั้นที่ให้ผู้เรียนสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมแต่ละครั้ง โดยยึดจุดมุ่งหมายของการฝึกฝนแต่ละครั้งเป็นหลัก

4. ขั้นประเมินผล หมายถึง การตรวจสอบว่าผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจ ตามจุดมุ่งหมายผ่านเกณฑ์ที่ตั้งไว้เพียงใด ประเมินจากการตอบแบบสอบถาม ผลงานกลุ่มและรายบุคคล หากไม่ผ่านเกณฑ์จะต้องมีการทบทวนใหม่

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น จะพบว่าลักษณะมุ่งอนาคตสามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ด้วยเทคนิคและวิธีการที่เหมาะสม ผู้วิจัยจึงสร้างชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 1–5 ซึ่งเป็นกิจกรรมฝึกลักษณะมุ่งอนาคต จากชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ทั้งหมด 10 กิจกรรม ที่ประกอบด้วยกิจกรรมฝึกมุ่งอนาคตและกิจกรรมฝึกการควบคุมตนเอง อย่างละ 5 กิจกรรม โดยกิจกรรมที่ 1-5 เป็นกิจกรรมฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและกิจกรรมที่ 6 –10 เป็นกิจกรรมฝึกการควบคุมตนเอง สำหรับกิจกรรมฝึกมุ่งอนาคตทั้ง 5 กิจกรรม มีดังนี้

ขั้นที่ 1 ความสำคัญและคุณประโยชน์ของลักษณะมุ่งอนาคต

กิจกรรมที่ 1 ทำไมต้องวางแผนชีวิต

ให้อ่านและฟังบรรยายเกี่ยวกับความสำคัญของอนาคต และประโยชน์ของการวางแผนชีวิต

ขั้นที่ 2 ประโยชน์ของการกระทำของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต และโทษของการกระทำของบุคคลที่ไม่มีลักษณะมุ่งอนาคต

กิจกรรมที่ 2 อยากเป็นอย่างใคร

ให้ดูภาพประกอบคำบรรยายของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต และบุคคลที่ไม่มีลักษณะมุ่งอนาคต แล้วตอบคำถาม

กิจกรรมที่ 3 เรื่องของ "ทอฝัน"

ให้อ่านเรื่องราวของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง แล้วตอบคำถาม

ขั้นที่ 3 กำหนดเป้าหมายในอนาคตของตนเองและวางแผนชีวิตเพื่อไปสู่เป้าหมายในอนาคต

กิจกรรมที่ 4 สถานการณ์ที่พึงปรารถนา

ให้วาดภาพสถานการณ์ที่พึงปรารถนาพร้อมทั้งเขียนวิธีการเพื่อที่จะได้มาซึ่งสถานการณ์นั้น

กิจกรรมที่ 5 การวางแผนชีวิตเพื่อไปสู่เป้าหมายในอนาคต

ให้กำหนดเป้าหมายของชีวิตตนเองและวางแผนกรปฏิบัติตนเพื่อไปสู่เป้าหมายนั้น

3.1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

งานวิจัยในต่างประเทศ

มิเชล (Mischel. 1974 : 270) ทำการวิจัยพบว่า เด็กที่จินตนาการสูงจะมีลักษณะมุ่งอนาคตมากกว่าเด็กที่มีจินตนาการต่ำ ซึ่งความเข้าใจในสิ่งที่เป็นนามธรรมและการมีจินตนาการสูงเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องในการอ่านสิ่งพิมพ์ โดยสิ่งพิมพ์ทั่ว ๆ ไป มักเขียนในรูปแบบนามธรรม ลักษณะมุ่งอนาคตจึงเป็นบุคลิกภาพอย่างหนึ่งของมนุษย์ที่จะส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล เป็นคุณลักษณะทางจิตที่สามารถควบคุมตนเองได้ มีจุดมุ่งหมายในการกระทำเพื่อสิ่งที่ดีกว่าในอนาคต ผู้มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาพฤติกรรม เช่น พฤติกรรมความซื่อสัตย์ เป็นต้น

ไรท์ (Wright. 1975 : 298) พบว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง คือผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ และไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและ

กฎหมาย จึงเห็นได้ว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจัดว่าเป็นผู้ที่มีจริยธรรมสูงด้วย และยังพบอีกว่ายุวอาชญากรมีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำกว่าปกติ

เยทส์ (รัตนา ประเสริฐสม. 2526 : 25-26;อ้างอิงจาก Yates.1977) ศึกษาพัฒนาการของวิธีการในการควบคุมตนเองในการรู้และสามารถอดได้รอได้ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ให้กลุ่มตัวอย่างมองเห็นรางวัล ได้แก่ รางวัลที่เป็นอาหารและรางวัลที่ไม่ใช่อาหาร จึงมีการเปรียบเทียบการอดได้รอได้ของเด็กอ้วนและเด็กปกติ ผลการศึกษาพบว่าเด็กอ้วนและเด็กปกติต่างก็รู้วิธีและสามารถใช้วิธีการที่มีประสิทธิภาพใน การรอคอยอาหาร ที่ตนชอบช่วงเวลาที่รออาหารที่ตนชอบเด็กจะหันเหความสนใจไปยังสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้องกับอาหารที่ตนรอคอย เมื่อเปรียบเทียบกับผลการศึกษาเด็กอนุบาลแล้ว แสดงให้เห็นว่าเด็กประถมศึกษามีพัฒนาการในการเรียนรู้และใช้วิธีรอคอยที่มีประสิทธิภาพในการควบคุมตนเอง

การวิจัยในประเทศ

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520 : 102 – 109) ศึกษาจริยธรรมของเยาวชนไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนรัฐบาลและนิสิตทั้งชายและหญิงในเขตกรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 11 – 25 ปี และมาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม ทั้งสามระดับ จำนวน 1,400 คน พบว่า

1. ลักษณะมุ่งอนาคตแปรปรวนไปตามลักษณะทางสังคม 3 ประการ คือ เพศ ชั้นเรียน และสถานที่เกิด โดยผู้หญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าชาย ผู้ที่เรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตต่ำที่สุด และผู้ตอบที่เกิดในกรุงเทพมหานครมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าผู้ตอบที่เกิดในต่างจังหวัด

2. ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการอบรมเลี้ยงดู 3 แบบ คือผู้ที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรัก แบบใช้เหตุผลและแบบลงโทษทางจิตจะมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง

3. ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับจริยธรรม

รัตนา ประเสริฐสม (2526 : 37-38) ได้ศึกษาวิจัย การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษา จำนวน 160 คน โดยฝึกการรับรู้ผลของความพยายามและการอดได้รอได้ ผลที่พบคือ นักเรียนที่ได้รับการฝึกอดได้รอได้มีพฤติกรรมอนามัยสูงกว่ากลุ่มควบคุม แต่ผู้ที่ได้รับการฝึกด้านใดด้านหนึ่งเพียงด้านเดียวและจากการพิจารณาภูมิหลัง พบว่า นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะมีพฤติกรรมอนามัยสูงกว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำและนอกจากนี้ยังพบว่าการฝึกการอดได้รอได้ส่งผลต่อพฤติกรรมและทัศนคติ ในขณะที่การฝึกการรับรู้ผลของความพยายาม จะส่งผลต่อพฤติกรรมอย่างเดียว ฉะนั้น การฝึกอดได้รอได้ จึงให้ประโยชน์มากกว่าการฝึกการรับรู้ผลของความพยายาม

พนิดา สินสุวรรณ (2527 : 61) ศึกษาเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในวิชาสังคมศึกษา ศึกษาเรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อมด้วยการสอนโดยการใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนแบบบรรยาย ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เรียนโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์มีค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบบรรยาย และนักเรียนชายและหญิงที่เรียนโดยการใช้เทคนิคการพยากรณ์มีค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตไม่แตกต่างกัน

สมจิตต์ เพิ่มพูน (2532 : 89-90) ศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษาโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนตามคู่มือครู ผลการศึกษาพบว่าลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนที่เรียนโดยการใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนตามคู่มือครูแตกต่างกัน และลักษณะมุ่งอนาคตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

กนกวรรณ อุ่นใจ (2535 : 72) ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิคพยากรณ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนนักเรียนโรงเรียนสามร้อยยอดวิทยาคม จ.ประจวบคีรีขันธ์ กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ให้ข้อสนเทศแก่กลุ่มควบคุมและให้ใช้เทคนิคพยากรณ์แก่กลุ่มทดลอง ผลการศึกษาปรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการพัฒนาโดยการใช้เทคนิคพยากรณ์มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงขึ้น

จักรวาล ภูวพันธ์ (2536 : 72) ได้ศึกษาถึงผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร จำนวน 24 คน โดยเปรียบเทียบการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มกับการสอนแบบปกติ หลังการทดลองได้วัดลักษณะ มุ่งอนาคต พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ และนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าก่อนการทดลอง

สุพิชชา กลิ่นบุหงา (2540 : บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการแนะแนวแบบกลุ่มย่อยที่มีต่อการตระหนักในอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนหัตถสารเกษตรวิทยาคาร จังหวัดปทุมธานี จำนวน 20 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมแนะแนวแบบกลุ่มย่อย ผลการวิจัยพบว่าหลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการแนะแนวแบบกลุ่มย่อยมีคะแนนการตระหนักในอนาคตสูงกว่าก่อนเข้ารับโปรแกรมและหลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการแนะแนวแบบกลุ่มย่อยมีคะแนนการตระหนักในอนาคตสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมการแนะแนวแบบกลุ่มย่อย

สุนันท์ ปรีชาชัยรุรัตน์ (2542 : บทคัดย่อ) ศึกษาการใช้เทคนิคแม่แบบในการใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกันของนักเรียนชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนวัดโพธิ์แจ้ จังหวัดสมุทรสาคร

จำนวน 64 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกับกลุ่มที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำ แล้วสุ่มเข้ากลุ่มทดลอง 32 คน และกลุ่มควบคุม 32 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับเทคนิคแม่แบบมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับ และนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมสูงกว่านักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำ

กิ่งกาญจน์ ปานทอง (2545 : 84) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนของนักศึกษา ตามโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตทางการเรียน เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนของนักศึกษามากที่สุด

จากผลการวิจัยในประเทศและในต่างประเทศ ดังกล่าวข้างต้น ได้แสดงผลการวิจัยไว้อย่างชัดเจนว่าลักษณะมุ่งอนาคตสามารถพัฒนาขึ้นได้โดยการใช้การฝึกในรูปแบบต่าง ๆ นอกจากนี้ยังส่งผลให้พัฒนาลักษณะหรือพฤติกรรมอื่น ๆ เพิ่มขึ้นด้วย เช่น การเรียนเหตุผลเชิงจริยธรรม เป็นต้น

3.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

3.2.1 ความหมายและความสำคัญของการควบคุมตนเอง

ความหมายของการควบคุมตนเอง

แบนดูรา (นงนุช โรจนเลิศ. 2533 : 16 อ้างอิงจาก Bandura. 1977 : 140) ให้นิยามของการควบคุมตนเองว่า การควบคุมตนเองหมายถึงความสามารถในการกำหนดตนเองของบุคคล ด้านความคิด อารมณ์ความรู้สึกและการกระทำให้เป็นไปในทิศทางที่บุคคลต้องการไม่ว่า จะเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค ใดๆ หรืออยู่ในสถานการณ์ที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในใจ

คอมเมียร์ คอมเมียร์ (Comier and Comier.1979 : 476) กล่าวว่า การควบคุมตนเอง คือ กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีรวมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายและกระบวนการที่ จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นด้วยตนเอง

แคซดิน (Kazdin. 1984 : 96) ได้ให้ความหมายของการควบคุมตนเองไว้ว่า การควบคุมตนเองหมายถึงพฤติกรรมที่บุคคลกระทำเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการโดยสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ตนเองพิจารณาตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง

อุบล วุฒิญาสิทธิ์ (2527 : 12) กล่าวว่า การควบคุมตนเองเป็นการประยุกต์หลักพฤติกรรมเพื่อปรับปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมของบุคคลโดยตัวบุคคลนั้นเอง ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้บุคคลได้ควบคุมพฤติกรรมของตนเองด้วยตัวเอง

เท่ากับเป็นการลดความสำคัญของอิทธิพลภายนอกลงและทำให้บุคคลมีอิสระที่จะกำหนดพฤติกรรมของตนมากขึ้น

ปภาวดี แจ้งศิริ (2527 : 4) ให้ความหมายของการควบคุมตนเองว่า คือ การที่บุคคลสามารถตั้งเป้าหมายของตนเอง สังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ประเมินตนเอง และให้การเสริมแรงตนเองได้

บุญรับ ศักดิ์มณี (2532 : 8) กล่าวว่า การควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถ ที่จะปฏิบัติหรืองดเว้นการปฏิบัติ เพื่อผลที่ดีกว่าและมีคุณค่าสูงกว่าที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีความสำคัญต่อพฤติกรรมหลายประเภท

สมดุลย์ ชาญนุวงค์ (2533 : 52) กล่าวว่า การควบคุมตนเองหมายถึง ความสามารถ ที่จะเว้นจากการกระทำพฤติกรรมบางชนิด หรือความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมที่ต้องใช้ความเสียสละหรืออดทนในคุณภาพและปริมาณที่เหมาะสมเป็นเวลานานพอที่จะนำไปสู่ผลในอนาคตได้ ความสามารถนี้เอง ไม่ใช่คุณลักษณะทางจิตที่จะจัดการกับสภาพแวดล้อมให้ตนสามารถจะทำพฤติกรรมตามที่ตนตั้งใจไว้แต่เดิม

กาญจนา พูนสุข (2542 : 11) กล่าวว่า การควบคุมตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลกระทำเพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ตนต้องการด้วยตนเอง โดยใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีรวมกัน ซึ่งจะต้องเลือกกระทำพฤติกรรมที่ให้ผลกรรมขัดแย้งกันคือมีความน่าพอใจมากกว่าหรือน้อยกว่าโดยมารผลกรรมที่มีความพอใจมากกว่าต้องใช้ความอดทนสูงและระยะเวลานานแห่งผลกรรมที่มีความพอใจน้อยจะใช้ความอดทนต่ำและระยะเวลาสั้นกว่า

นงนุช โรจนเลิศ (2533 : 9) สรุปความหมายของการควบคุมตนเองว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะละเว้นการกระทำบางชนิดหรือความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผลและความอดทนเพื่อให้เกิดผลดีตามที่ต้องการ หรือหลีกเลี่ยงสิ่งไม่ดีที่อาจเกิดขึ้น ตลอดจนความสามารถในการจัดการสภาพแวดล้อม เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่บุคคลมุ่งหวังไว้ แม้เมื่อบุคคลนั้นเผชิญปัญหา อุปสรรค หรืออยู่ในภาวะที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในใจ

ประเทือง ภูมิภัทราคม (2540 : 326) ได้สรุปว่า การควบคุมตนเอง คือ กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีการร่วมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย เลือกวิธีการและดำเนินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อไปสู่เป้าหมายด้วยตนเอง

จากความหมายของการควบคุมตนเอง ดังกล่าว สามารถสรุปได้ว่า การควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผลและความอดทนเพื่อให้เกิดผลดีตามที่ต้องการหรือหลีกเลี่ยงสิ่งไม่ดีที่อาจเกิดขึ้นด้วยตัวเอง ในปริมาณและคุณภาพที่เหมาะสม เป็นเวลานานพอที่จะนำไปสู่ผลที่ต้องการในอนาคตได้ ซึ่งเป็นการลด

ความสำคัญของอิทธิพลภายนอกลงและทำให้บุคคลมีอิสระที่จะกำหนดพฤติกรรมของตนมากขึ้น

ความสำคัญของการควบคุมตนเอง

การควบคุมตนเอง ประกอบด้วยลักษณะทางจิตใจหลายประการ คือ การมองเห็นความสำคัญของประโยชน์ที่จะมีมาในอนาคตมากกว่าประโยชน์ในปัจจุบัน การเลือกกระทำพฤติกรรมที่แสดงถึงการอดได้รอได้ เพราะเชื่อว่าการกระทำของตนจะส่งผลให้เกิดตามที่ตนต้องการได้ และนอกจากนั้น ความสามารถควบคุมตนเอง มีความสำคัญต่อพฤติกรรมหลายประเภท เช่น การคงอยู่ของพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียน (Glynn and others.1973) การลดพฤติกรรมก้าวร้าว (Quinn.1983) การลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน (Anderson. 1984) การพัฒนาความสามารถในการเรียนคณิตศาสตร์ (Stevenson and Fantuzzo.1984) นอกจากนี้ ผู้ที่ได้รับการฝึกควบคุมตนเองในบางขั้นตอน เช่น การสังเกตตนเองและการบันทึกผลการกระทำของตน สามารถกระตุ้นผลงานของตนให้มีมากขึ้น (Ackerman & Shapiro.1984; Houtenand other.1975; ckenzie&Rushall.1974;Goldiamond. 1976; Herbert & Baer. 1972) การให้รางวัลตนเองและการตั้งเป้าหมายของตนเอง เพื่อเพิ่มพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียน (Hayes and others.1985) การให้รางวัลตนเอง และการตั้งเป้าหมายของตนเองเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานและ ความพึงพอใจในการทำงาน (Haffman. 1980) การให้รางวัลตนเองเพื่อเพิ่มพฤติกรรมการเข้ารับการฝึกออกกำลังกายประกอบเพลง พฤติกรรมการเรียนในชั้นเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (McFarlance. 1983; Smith. 1982; Myers. 1977) ฯลฯ

พิสิทธิ์ สารวิจิตร (2508 : 31) กล่าวว่า คุณสมบัติสำคัญประการหนึ่งของผู้นำ คือ การมีวินัยในตนเอง คนที่ควบคุมตนเองไม่ได้ ย่อมควบคุมคนอื่นไม่ได้ การควบคุมตนเองเป็นตัวอย่างอันมีอิทธิพลยิ่งที่ผู้ตามจะเลียนแบบ ผู้ตามยิ่งฉลาดเท่าใด ย่อมเอาอย่างผู้นำที่มีวินัยในตนเองเพียงนั้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 111) กล่าวว่า การควบคุมตนเองเป็นวิธีการที่พึงประสงค์ที่สุดของการปรับพฤติกรรม เพราะหากว่าผู้รับการปรับพฤติกรรม มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์แล้ว รู้จักการควบคุมตนเอง สามารถเข้าใจกระบวนการการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม ก็จะช่วยให้เขาสามารถแสดงพฤติกรรมหรือมีการกระทำที่เหมาะสม และเมื่อผู้รับการปรับพฤติกรรม ที่พฤติกรรมของเขาได้รับการปรับแล้วนั้น สามารถรู้จักการควบคุมตนเอง ความจำเป็นที่จะต้องอาศัยผู้ปรับพฤติกรรมต่อไปอีกนั้นก็ยุติลง

ณัฐวัตร ลุณหงส์ (2544 : 161) กล่าวว่า การควบคุมตนเอง ซึ่งถือเป็นปัจจัยภายใน คือ เป็นจิตลักษณะชนิดหนึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของนักเรียนเกือบทุกด้าน นักเรียนที่มีการควบคุมตนเองสูงจะมีพฤติกรรมที่เหมาะสมเกี่ยวกับการเรียน เกี่ยวกับครู

อาจารย์ มีความก้าวร้าวน้อย และมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมอื่น ๆ น้อยการควบคุมตนเองนี้เป็นจิตลักษณะที่สำคัญต่อพฤติกรรมของมนุษย์ เพราะเป็นลักษณะทางจิตใจที่กำหนดให้บุคคลมีการกระทำไปในทิศทางที่พึงประสงค์ หรือที่จะละเว้นกรกระทำบางชนิด และหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ดี หรือสามารถกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผลและความอดทน

จันทรา เชาว์วิทยา (2545 : 17) การควบคุมตนเองเป็นวิธีการที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีการรวมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดเป้าหมาย กระบวนการและควบคุมตัวแปร อันจะมีผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้นด้วยตนเอง

ลอเรนซ์ (Lawrence B. Schiamberg.1988) แบ่งการควบคุมตนเองออกเป็น

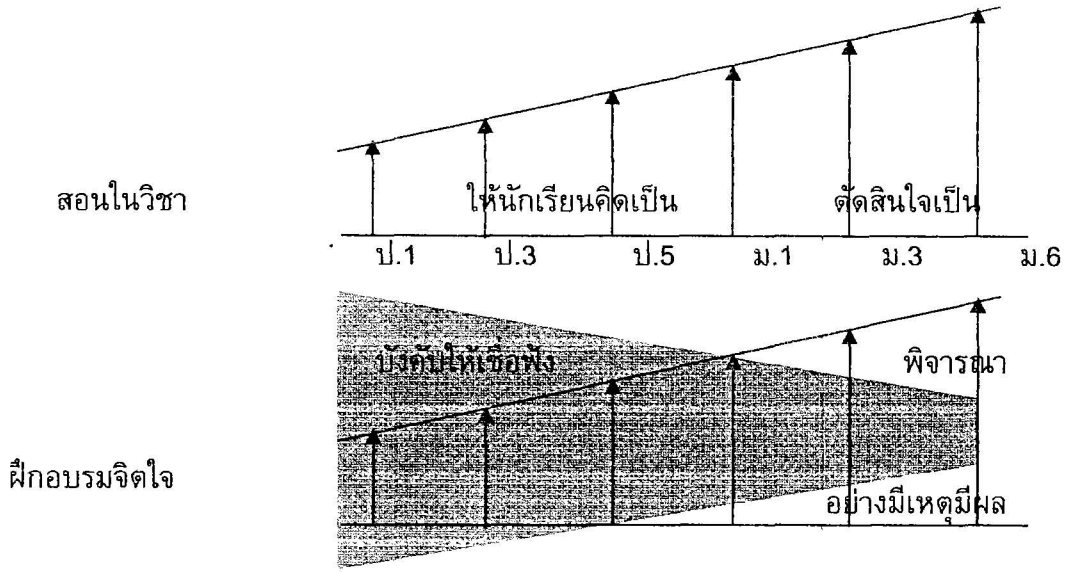
1. การควบคุมตนเอง ที่เราเป็นผู้ควบคุมเอง

2. การควบคุมตนเอง ที่สิ่งแวดล้อมภายนอกเป็นตัวกำหนด ถ้าเราตัดสินใจที่จะเชื่อสิ่งนั้น ถือเป็นการควบคุมตนเองที่เกิดจากภายใน (Internal locus of control) และถ้าเรากระทำสิ่งนั้น เพราะอำนาจของผู้อื่น ถือเป็นการควบคุมตนเองที่เกิดจากภายนอก (external locus of control)

3.2.2 แนวทางการพัฒนาการควบคุมตนเอง

การควบคุมตนเองแสดงถึงความมีศักดิ์ศรีของบุคคลที่ไม่ต้องการที่จะให้บุคคลอื่นหรือสิ่งอื่นมาคอยควบคุมตน แต่ต้องการที่จะควบคุมตนเองเป็นสำคัญ การควบคุมตนเองจึงหมายรวมถึงความสามารถที่บุคคลจะบังคับให้ตนเองทำพฤติกรรมใหม่เปลี่ยนพฤติกรรมเดิม เพิ่มหรือลดพฤติกรรมบางชนิดของตนโดยไม่ต้องใช้การบังคับขู่เข็ญจากอำนาจภายนอก ความสามารถควบคุมตนเองนี้ มิใช่ลักษณะจิตใจที่เรียกว่า "ใจแข็ง" อย่างเดียว แต่เป็นความสามารถของบุคคลที่จะจัดสภาพแวดล้อมให้คนสามารถกระทำพฤติกรรมตามที่ตนตั้งใจไว้แต่เดิม ฉะนั้น คนที่มีลักษณะจิตใจ ที่เรียกว่า "ใจอ่อน" ก็สามารถประสบความสำเร็จได้ถ้าทราบวิธีการควบคุมตนเอง ซึ่งคนเราจะมีความพอใจที่ได้ควบคุมพฤติกรรมของตนเองยิ่งกว่าการถูกผู้อื่น ควบคุม (Thoreson and Mahoney. 1974 : 3)

เยาวชนควรได้รับการปลูกฝังความสามารถควบคุมตนเองตั้งแต่ก่อนวัยรุ่น โดยผู้ใหญ่เปิดโอกาสให้คิดและตัดสินใจกระทำด้วยตนเองเป็นบางครั้ง และบ่อยครั้งขึ้นตามอายุที่มากขึ้น ผู้ใหญ่ทำตนเป็นคู่คิดคู่ปรึกษาของเด็กมากกว่าจะเรียกร้องให้เด็กเชื่อฟังตนแต่ฝ่ายเดียว มาในช่วงวัยรุ่น จะต้องมีการผ่อนการควบคุมเยาวชนลงอีก เพื่อเปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกการควบคุมตนเองได้อย่างเต็มที่ เพราะในช่วงอายุต่อจากนี้ไป เยาวชนจะเป็นผู้ใหญ่ที่มีอิสระในตนเองอย่างสมบูรณ์ ผู้ที่ถูกควบคุมน้อยลงในวัยรุ่นและมีโอกาสพัฒนาความสามารถควบคุมตนเองมากขึ้น จะเป็นผู้ใหญ่ที่เป็นพลเมืองดี มีคุณภาพสูง (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2526)



ภาพประกอบ 2 การบังคับให้นักเรียนเชื่อฟังควรลดลงและควรฝึกให้เด็กคิดเอง ตัดสินใจเอง อย่างมีเหตุมีผลให้มากขึ้นตามระดับชั้นเรียน

กลิน, ธอมัสและชี (Glynn, Thomas and shee.1973:105-113; Bandura and Perloff 1936 : 111-116) สรุปองค์ประกอบที่บุคคลใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 4 ประการ ซึ่งได้แก่ การสังเกตพฤติกรรมตนเอง การบันทึกพฤติกรรมตนเอง การเลือกตัวเสริมแรงและการให้ การเสริมแรงด้วยตนเอง

เพอรีและรีชาร์ด (Perri and Richard.1977 : 177–183) พบว่า ผู้ที่ประสบความสำเร็จในการควบคุมตนเองจะใช้หลายเทคนิคมาผสมผสานกัน นอกจากนี้การใช้เทคนิคในการควบคุมตนเองยังขึ้นอยู่กับบุคคลสภาพการณ์ และพฤติกรรมอีกด้วยการควบคุมตนเอง มีวิธีการดังต่อไปนี้

1. การตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) คือ การกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งด้วยตนเอง ซึ่งการตั้งเป้าหมายนี้จะช่วยให้ผู้แสดงพฤติกรรมรู้ถึงพฤติกรรมที่ต้องการกระทำอย่างชัดเจน ตัวอย่างการตั้งเป้าหมายของพฤติกรรม เช่น "ฉันจะอ่านหนังสือให้ได้ 20 หน้า ก่อนเข้านอน" ในกรณีที่บุคคลยังไม่สามารถตั้งเป้าหมายได้อย่างชัดเจน ก็ให้คนอื่นช่วยได้จนกว่าเขาจะสามารถตั้งเป้าหมายได้ด้วยตนเอง อย่างไรก็ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ควรจะเป็นจะเป็นเป้าหมายที่เป็นจริง และสามารถทำได้ เพราะถ้าเป็นเป้าหมายที่บุคคลไม่สามารถทำได้ จะทำให้เกิดความผิดหวังและก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนได้ (Thoresen and Mahonev. 1974 : 45)

2. การสังเกตตนเอง (Self – monitoring) เป็นกระบวนการที่บุคคลสังเกตหรือจำแนกลักษณะของพฤติกรรมของตนเอง พิจารณาว่าตนได้ทำพฤติกรรมตามเป้าหมายแล้วหรือยัง การสังเกตตนเองมักจะทำควบคู่ไปกับการบันทึกพฤติกรรม ขั้นตอนในการสังเกตตนเอง มีดังนี้

1. จำแนกพฤติกรรมเป้าหมายว่าพฤติกรรมอะไรที่ต้องการสังเกต
2. กำหนดเวลาที่จะสังเกต และบันทึกพฤติกรรม
3. กำหนดวิธีการบันทึกและเครื่องมือที่ใช้ในการบันทึก
4. สังเกตและบันทึกพฤติกรรม
5. ทำตามแผนภาพ หรือกราฟแสดงผลการบันทึก
6. วิเคราะห์ข้อมูลที่บันทึก เพื่อที่จะได้ข้อมูลย้อนกลับซึ่งจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

3. การประเมินตนเอง (Self – Evaluation) หมายถึง การที่บุคคลตัดสินพฤติกรรมของตนโดยการประเมินคุณค่าของพฤติกรรมจากข้อมูลที่ได้จากการบันทึกด้วยตนเอง ซึ่งทำให้เขาได้พิจารณาพฤติกรรมที่กำลังทำอยู่อย่างถี่ถ้วน

4. การเสริมแรงตนเอง (Self – Reinforcement) คือ การจัดผลกรรมที่เป็นแรงเสริมให้แก่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้วยตนเอง เพื่อทำให้พฤติกรรมนั้นเพิ่มขึ้นโดยที่เจ้าของพฤติกรรมเป็นผู้ดำเนินการเพื่อให้ได้แรงเสริมนั้นด้วยตนเอง

คอมเมียร์ และคอมเมียร์ (Cormier and Cormier. 1979 : 476-478) กล่าวว่า เทคนิคที่ใช้ในการควบคุมตนเอง คือ ใช้วิธีการสังเกต การบันทึกพฤติกรรมตนเอง การประเมินตนเอง การเสริมแรงตนเอง การตั้งเกณฑ์มาตรฐานของตนเอง การลงโทษตนเอง และการทำสัญญากับตนเอง

ลอค อิน ดันแคน (Locke in Ducan, et al. eds. 1980 ; Kanfer and Grimm 1976 : 459) กล่าวว่า การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเองนั้น จะทำให้บุคคลได้ทราบข้อมูล พฤติกรรมที่ตนกระทำนั้นว่า เป็นเช่นไร ทำให้เกิดการประเมินพฤติกรรมของตนเองว่าตนได้ทำพฤติกรรมบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ ซึ่งจากการประเมินพฤติกรรมของตนเองนี้จะทำให้นักเรียนได้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) ที่ทำให้เขารับรู้ความสามารถทำพฤติกรรมได้แค่ไหน การรับรู้นี้เองที่ทำให้นักเรียนเกิดความตระหนัก (awareness) ถึงพฤติกรรมในขณะนั้นของ ตนว่าตนได้ทำพฤติกรรมไปตามเป้าหมายที่ตั้งไว้แล้วหรือยัง

กรูเซคและมิลล์ (Grusec and Mills.1982) พบว่า ผู้ใหญ่ที่ใช้เหตุผลกับเด็ก จะทำให้เด็กได้พัฒนาการควบคุมตนเอง โดยเฉพาะการอธิบายให้เด็กได้เข้าใจถึงความรู้สึกของผู้อื่นหรือผลกระทบที่เกิดขึ้นกับผู้อื่น (other-oriented induction) ทำให้เด็กรู้สึกละอาย รู้สึกสำนึกผิด ดังนั้น เด็กจึงได้สิ่งเหล่านี้เป็นแรงกระตุ้นให้เขาพยายามกระทำพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นการพัฒนาการควบคุมตนเอง เด็กจะเกิดการควบคุมตนเองมากกว่ากลัวการถูกลงโทษ

เพราะ การทำให้เด็กเกิดความรู้สึกละอายใจ และสำนึกผิด เพราะเด็กเข้าใจผู้อื่น เด็กจะไม่หลบเลี่ยงเหมือนกับการถูกลงโทษและยากต่อการควบคุมอารมณ์ แม่ของเด็กที่มีการควบคุมตนเอง มีความกระตือรือร้นในการทำงาน มีความรับผิดชอบ และเป็นเด็กที่เข้าใจและยอมรับเหตุผล กล่าวว่า การใช้ทั้งเหตุผลและการลงโทษ ทำให้เด็กเชื่อฟัง (Baumrind.1973) และนอกจากนี้การชี้แจงเหตุผลหลังจากการลงโทษ ก็จำเป็นสำหรับพัฒนาการควบคุมตนเองด้วย (Zahn-Waxer, Radke-Yarrow and King. 1979 ; Grusec and Kunczynski. 1980)

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น จะพบว่า การควบคุมตนเองสามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ด้วยเทคนิคและวิธีการที่เหมาะสม ผู้วิจัยจึงสร้างชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 6-10 ซึ่งเป็นการฝึกการควบคุมตนเอง จากชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ทั้งหมด 10 กิจกรรม ที่ประกอบด้วยกิจกรรมฝึกมุ่งอนาคตและกิจกรรมฝึกการควบคุมตนเองอย่างละ 5 กิจกรรม โดยกิจกรรมที่ 1-5 เป็นกิจกรรมฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและกิจกรรมที่ 6 –10 เป็นกิจกรรมฝึกการควบคุมตนเอง ซึ่งกิจกรรมฝึกการควบคุมตนเอง มีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 สังเกตพฤติกรรมตนเอง

กิจกรรมที่ 6 สังเกตพฤติกรรมตนเอง

ให้นึกย้อนถึงพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติ

ขั้นที่ 2 ความสำคัญของการปฏิบัติตนเป็นนักเรียนที่ดี

กิจกรรมที่ 7 วิเคราะห์ตนเอง

ให้วิเคราะห์พฤติกรรมการเรียน บอกข้อดีและข้อเสียของพฤติกรรมต่าง ๆ และทางเลือกที่จะปฏิบัติตนเป็นนักเรียนที่ดี

ขั้นที่ 3 กำหนดพฤติกรรมของตนเอง

กิจกรรมที่ 8 ผลการเรียนกับอนาคตของข้าพเจ้า

ให้วิเคราะห์ผลการเรียนที่เคยได้รับและผลการเรียนที่ต้องการในอนาคตและบอกวิธีการปฏิบัติตนเพื่อให้ได้ผลการเรียนที่ต้องการนั้น

กิจกรรมที่ 9 สังเกตพฤติกรรมที่ตั้งใจจะกระทำ

ให้กำหนดพฤติกรรมที่ตั้งใจจะปฏิบัติ บอกคุณประโยชน์และเริ่มต้นสังเกตพฤติกรรมที่กำหนดนั้นด้วยตนเอง

ขั้นที่ 4 ประเมินผลการสังเกตตนเอง

กิจกรรมที่ 10 พฤติกรรมของข้าพเจ้า

ให้นักเรียนประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมของตนเองและตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการควบคุมตนเอง อันจะทำให้เกิดแนวคิดที่จะควบคุมตนเอง

3.2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

งานวิจัยต่างประเทศ

โบลสตาดและจอห์นสัน (Boldstad and Johbson. 1972 : 443 – 454) ใช้กระบวนการควบคุมตนเองในการลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนเกรด 1 และ 2 จำนวน 38 คน ที่มีพฤติกรรมก่อกวนอันได้แก่ พูดคุยเสียงดัง การทำเสียงดังโดยไม่ได้รับอนุญาต ตีเพื่อนในชั้นเรียน ลุกจากที่นั่งหรือวิ่งเล่นในชั้นเรียน ผลปรากฏว่า การฝึกกระบวนการควบคุมตนเองมีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนมากกว่าการเสริมแรงจากภายนอก

วอลเมอร์และคณะ (Vollmer and others. 1999 : 451-466) ศึกษาเกี่ยวกับการประเมิน การควบคุมตนเองและแรงกระตุ้นกับเด็กชายอายุ 9 ปี จำนวน 2 คน ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว คือ ตี ตบหน้า ผลักผู้อื่น ดึงผมและเตะ ด้วยการควบคุมพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เหล่านี้ สรุปผลได้ว่า แรงกระตุ้นจะเกิดขึ้นเมื่อ การกระทำนั้นได้รับการตอบสนองโดยทันที แม้ว่าจะได้รับการเสริมแรงปริมาณเล็กน้อย ส่วนการควบคุมตนเองจะเกิดขึ้นเมื่อได้รับการเสริมแรงในปริมาณที่มากกว่าแบบแรก ซึ่งต้องใช้เวลานานในการเกิดพฤติกรรมนี้

แดรบแมน สไปตัลนิค และโอ เลียรี่ (Drabman, Spitalnik and O'Leary. 1973 : 10 – 16) ได้ศึกษากับเด็กชายอายุ 9-10 ปี จำนวน 7 คน ได้ใช้ตัวชี้แนะร่วมกับวิธีการควบคุมตนเองทำให้พฤติกรรมสนใจเรียนของนักเรียนเพิ่มขึ้น โดยไม่ใช้การเสริมแรงจากภายนอก

บอลลาร์ดและกลินน์ (Bellerd and Glynn. 1975 : 387 – 398) ทำการศึกษาผลของการสังเกตบันทึกและประเมินผลตนเองที่มีต่อพฤติกรรมทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย (on- task behavior) และสัมฤทธิ์ผลในวิชาเขียนเรียงความของนักเรียนระดับ 3 จำนวน 14 คน ผลการทดลองพบว่า การให้นักเรียนสังเกตบันทึกและประเมินตนเองร่วมกับการให้การเสริมแรงตนเองทำให้พฤติกรรมทำงานตามที่ได้รับมอบหมายและสัมฤทธิ์ผลในการเขียนประโยค คำกิริยา คำคุณศัพท์และคำกริยาวิเศษณ์เพิ่มขึ้นจากระยะเส้นฐานพฤติกรรมและระยะที่ทำการสังเกต บันทึกและประเมินผลงานโดยไม่ให้การเสริมแรงตนเอง

ซากอตสกี แพตเตอร์สันและเลปเปอร์ (Sagotasky. Patterson and Lepper. 1978 : 242 – 253) ทำการศึกษาผลของการตั้งเป้าหมายและการสังเกตตนเองต่อพฤติกรรมการทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย (on-task behavior) และสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนเกรด 5 และเกรด 6 จำนวน 67 คน โดยแบ่งนักเรียนเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้ (1) กลุ่มที่ใช้วิธีการตั้งเป้าหมาย (2) กลุ่มที่ใช้วิธีการสังเกตตนเอง (3) กลุ่มควบคุม ผลการทดลองปรากฏว่า กลุ่มที่สังเกตตนเองมีพฤติกรรมการทำงานตามครูสั่งและมีความก้าวหน้าในบทเรียนคณิตศาสตร์เพิ่มขึ้น ส่วนกลุ่มที่ใช้วิธีการตั้งเป้าหมาย ไม่มีความก้าวหน้าทั้งพฤติกรรม การทำงานตามครูสั่งและความก้าวหน้าในบทเรียนคณิตศาสตร์

โอลิมเปีย และคณะ (Olympia and others. 1994 : 85 – 99) ได้ใช้วิธีการจัดการตนเอง ซึ่งเป็นเทคนิคของการควบคุมตนเองลักษณะหนึ่งเพิ่มพฤติกรรมการทำการบ้านให้เสร็จสมบูรณ์และถูกต้อง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 6 จำนวน 16 คน ที่มีปัญหาในการทำการบ้านจากการรายงานของผู้ปกครอง โดยทำการทดลองในวิชาคณิตศาสตร์ แล้วแบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 4 ทีม แต่ละทีมจะร่วมประชุมอภิปรายกันและร่วมกันวางแผนเพื่อหาวิธีที่จะทำการบ้านให้เสร็จสมบูรณ์และถูกต้องเพิ่มมากขึ้น โดยเริ่มจากวิธีเตือนตนเอง สอนตนเอง ประเมินตนเอง และขั้นสุดท้ายได้รับการเสริมแรงตนเองเมื่อสามารถปฏิบัติได้บรรลุตามเป้าหมายที่ได้ร่วมกันวางไว้ ผลการทดลองพบว่า นักเรียนสามารถทำการบ้านให้เสร็จและถูกต้องเพิ่มมากขึ้น

เคลย์และเคลลี (Kahle and Kelley 1994 : 275 – 290) ได้ศึกษาเรื่องการทำการบ้านของเด็กในวิชาคณิตศาสตร์ เปรียบเทียบระหว่างวิธีการจัดการตนเองโดยให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายด้วยตนเองกับวิธีให้ผู้ปกครองควบคุมดูแลพฤติกรรมของเด็กในการทำการบ้าน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 2–4 แบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 1 ฝึกให้กำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง กลุ่มทดลองที่ 2 ฝึกอบรมผู้ปกครองให้คอยควบคุมการทำการบ้านของเด็กแล้วบันทึกใน แบบบันทึก แล้วให้ผู้วิจัยตรวจสอบในแต่ละวันที่เด็กทำการบ้าน ส่วนกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการฝึกใดๆ ใช้เวลาทดลอง 6 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 เด็กสามารถพัฒนาความถูกต้องของการบ้านมากขึ้นกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 ส่วนอัตราการทำการบ้านเสร็จสมบูรณ์เพิ่มขึ้นทั้งในกลุ่มทดลองที่1 และ 2 ส่วนกลุ่มควบคุมไม่มีอัตราการเพิ่มขึ้นในการทำการบ้าน

งานวิจัยในประเทศ

ปภาวดี แจ้งศิริ (2527 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชลธารวิทยา จังหวัดชุมพร จำนวน 54 คนแบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ผลการวิจัยพบว่าการควบคุมตนเองสามารถลดพฤติกรรมก่อกวนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้

จันทรา เชาว์วิทยา (2545 : 40) ศึกษาเปรียบเทียบผลของการปรับสินไหม การควบคุมตนเอง และการเสริมแรงแบบดีอาร์เอ ที่มีต่อพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวรราชาทินัดดามาตุวิทยา อำเภอลาดหลุมแก้ว จังหวัดปทุมธานี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนจำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มที่ 1 ใช้การปรับสินไหม กลุ่มที่ 2 ใช้การควบคุมตนเอง และกลุ่มที่ 3 ใช้การเสริมแรงแบบ ดี อาร์ เอ ผล

การทดลองพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมลดลงหลังจากได้รับการปรับสินไหม การควบคุมตนเองและ การเสริมแรงแบบ ดี อาร์ เอ แต่ลดลงไม่แตกต่างกัน

คมคาย อนุจันทร์ (2538 : 53) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเอง และการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันเพื่อลดพฤติกรรมที่ก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1 โรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่จำนวน 16 คน แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ใช้การควบคุมตนเองและกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการเสริมแรง พฤติกรรมที่ขัดกันพบว่านักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง

นิตยาภรณ์ ด้วงเรือง (2540 : 80) ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้การควบคุมตนเองกับการใช้สัญญาเงื่อนไขเพื่อลดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพิปูนสังฆรักษ์ประชาอุทิศ จ.นครศรีธรรมราช พบว่านักเรียนมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ลดลงภายหลังการควบคุมตนเอง การควบคุมตนเองและได้รับการใช้สัญญาเงื่อนไข

อรสา ไทยการุณวงศ์ (2528 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการใช้การควบคุมสิ่งเร้าในการเพิ่มพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนยานนาเวศวิทยาคม กรุงเทพมหานคร จำนวน 10 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 5 คน กลุ่มควบคุม 5 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนกลุ่มที่ใช้การควบคุมสิ่งเร้าสามารถเพิ่มพฤติกรรมตั้งใจเรียนได้สูงกว่ากลุ่มควบคุม

โสภา มะเครือสี (2537 : 42 – 46) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักศึกษาวิชาชีพหลักสูตรระยะสั้นวิทยาลัยสารพัดช่างศรีสะเกษ กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับวิธีการควบคุมตนเองและกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับวิธีการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นหลังจากใช้ การควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม

ศศวรรณ เทศศรีเมือง (2535 : 48-52) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการชี้แนะที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีราชินูทิศ จังหวัดอุดรธานี กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 16 คน แบ่งเป็น กลุ่มที่ได้รับการควบคุมตนเอง 8 คน และกลุ่มที่ได้รับการชี้แนะจำนวน 8 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองมีความขยันหมั่นเพียรในการเรียนเพิ่มขึ้นมากกว่า นักเรียนที่ได้รับการชี้แนะ

ภรณี อินทศร (2526 : 72 – 75) ได้ศึกษาผลของการใช้วิธีควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 24 คน

แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน ด้วยวิธีการจับคู่นักเรียนที่มีระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนใกล้เคียงกันมากที่สุดแล้วจัดเข้ากลุ่มทดลองหรือกลุ่มควบคุม ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้วิธีการควบคุม ตนเองมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ใช้วิธีการควบคุมตนเอง

วารุณีย์ จันทร์แสงสุก (2525 : 26- 27) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการสังเกตตนเองควบคู่กับการเสริมแรงตนเอง กับการสังเกตตนเองเพียงอย่างเดียว เพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมสนใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 3 คน ผลการทดลองพบว่า การสังเกตตนเองควบคู่กับการเสริมแรงตนเอง สามารถปรับปรุงพฤติกรรมสนใจเรียนได้ดีกว่าการสังเกตตนเองหรืออย่างเดียวหรือการเสริมแรงตนเองเพียงอย่างเดียว

จากเอกสารและงานวิจัยต่างๆ ที่ได้เสนอมาแล้วนั้น สามารถสรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง เป็นจิตลักษณะที่สำคัญที่มีผลต่อการทำงาน ทั้งการเรียนและพฤติกรรมที่พึงปรารถนาหลายประการ ดังปรากฏในงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศที่กล่าวมาแล้ว อย่างไรก็ตาม ในแนวความคิดและผลการวิจัยของนักวิจัยบางคนนั้น ได้แยกการศึกษา 2 ตัวแปรนี้ ออกจากกัน เช่น ทำการฝึกเฉพาะลักษณะมุ่งอนาคตหรือการฝึกควบคุมตนเองเพียงอย่างหนึ่งอย่างเดียว แต่เมื่อพิจารณาทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมและแนวคิดของดวงเดือน พันธุมนาวิน (2538) จะปรากฏว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง เป็นตัวแปรร่วมกัน คือ เมื่อบุคคลมีการมุ่งอนาคตเขาจะต้องมีการควบคุมตนเองร่วมอยู่ด้วย ฉะนั้น ในทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม จึงเป็นจิตลักษณะที่อยู่ร่วมกันและถือว่าเป็นตัวแปรเดียวกัน ฉะนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ จะใช้แนวความคิดตามทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม คือเป็นตัวแปรร่วมกัน โดยมีการใช้ชุดฝึกร่วมกันและตั้งสมมติฐานในการวิจัยร่วมกัน

สำหรับสมมติฐานในการวิจัย ในส่วนของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และทัศนคติในการเรียนนั้น จากงานวิจัยที่เสนอมาข้างต้น สามารถนำมาเป็นหลักฐานในการตั้งสมมติฐาน การวิจัยครั้งนี้ได้ว่า

1. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

2. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน สูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

4. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองร่วมกับลักษณะทางชีวสังคม

จากการศึกษาผลการวิจัยการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองที่ผ่านมาแล้วได้พบว่า มีการศึกษาผลการฝึกดังกล่าวในตัวแปรแยกย่อยต่าง ๆ เช่น เพศ ระดับเศรษฐกิจ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เป็นต้น โดยการวิจัยที่ผ่านมา นับเป็นการศึกษาผลในกลุ่มรวมเท่านั้น ฉะนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงขอนำผลการวิจัยที่แสดงความแตกต่างของตัวแปรย่อยที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ เพศ ระดับเศรษฐกิจและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความตั้งใจเรียน การให้ความสำคัญกับอนาคต และการมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง เป็นต้น เพื่อนำมาเป็นกรอบแนวคิดในการตั้งสมมติฐานในการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวข้างต้น มีดังนี้

4.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองกับเพศ

เพททัสและฮาร์เลย์ (Pett and haley. 1980 : 273 –277) พบว่า เพศ เป็นตัวแปรที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ โดยเพศหญิงมีทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์สูงกวาเพศชาย

รุ่งทิวา จันทนพศิริ (2538 : 134-135) ศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรบางประการที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนแม่ริมวิทยาโดยการวิเคราะห์เส้นทาง พบว่า นักเรียนหญิงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่านักเรียนชายในทุกระดับชั้น

จากงานวิจัยข้างต้นจะพบว่านักเรียนหญิงจะมีพฤติกรรมการเรียนที่ดีและมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีกว่านักเรียนชาย

นอกจากนี้ ยังพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองแตกต่างกัน ดังปรากฏในงานวิจัยต่อไปนี้

สุกัญญา แย้มยิ้ม (2541 : 65-66) ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจเรียนของนักเรียนหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยสารพัดช่างสี่พระยา กรุงเทพมหานคร พบว่า ตัวแปรหนึ่ง ที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจเรียน คือตัวแปรเพศซึ่งมีความสัมพันธ์ทางลบกับความตั้งใจเรียนของนักเรียน นักเรียนหญิงมีความตั้งใจเรียนอยู่ในระดับสูง ส่วนนักเรียนชายมีความตั้งใจเรียนอยู่ในระดับต่ำ

ความสนใจ ในเรื่องการเรียน การประกอบอาชีพ และอนาคตของครอบครอบครัวที่อยู่อาศัยมาก โดยเด็กชายสนใจเรื่องการเรียนและการประกอบอาชีพมาก ในขณะที่เด็กหญิงสนใจเกี่ยวกับอนาคตครอบครัวและการแต่งงานมาก

สุพจน์ พันธนียะ (2535 : 93) ศึกษาการส่งเสริมการอ่านโดยการใช้ตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมรักการอ่านในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 – 6 โรงเรียนบ้านกำแพงเพชร จังหวัดสงขลา จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ผลการทดลอง ปรากฏว่า นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงมีพฤติกรรมการอ่านที่สูงกว่านักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำ และนักเรียนหญิงมีพฤติกรรมการอ่านมากกว่านักเรียนชาย

คาร์ตรอน และเลวี่ (Nurmi. 1991 : 18 ; citing Cartron Guerin & Levy. 1980) ได้ศึกษาการมองอนาคตด้านครอบครัวและอาชีพของวัยรุ่นชาวฝรั่งเศสจำนวน 80 คน อายุระหว่าง 12-15 ปี ผลการศึกษาพบว่าวัยรุ่นที่มีอายุมากกว่ามีการวางแผนอนาคตยาวไกลกว่าวัยรุ่นหญิง วัยรุ่นที่มีอายุน้อยกว่า วัยรุ่นชายมีการวางแผนอนาคตยาวไกลกว่าเพศหญิง วัยรุ่นที่มีอายุมากกว่าให้ความสำคัญกับอนาคตและครอบครัวมากกว่าวัยรุ่นที่มีอายุน้อย และวัยรุ่นหญิงให้ความสำคัญกับอนาคตและครอบครัวมากกว่าวัยรุ่นชาย

เบนท์เลย์ (Nurmi. 1991 : 18; citingy. Bentley. 1983) ได้ศึกษาอนาคตของเยาวชนชาวสก๊อต จำนวน 98 คนชาวสวิส 106 ที่มีอายุระหว่าง 12 - 15 ผลการศึกษาพบว่าเด็กชายสนใจในอนาคตที่ยาวไกลกว่าเด็กหญิง

แลมม์ชมิดท์ และทรอมสดอร์ฟ (มาลี วิทยาธรรัตน์. 2540 : 23 ; อ้างอิงจาก Lamm, Schmidt & Trommsdorff.1967) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ของเพศและระดับชั้นทางสังคมกับลักษณะมุ่งอนาคตในวัยรุ่นเยอรมันตะวันตกที่มีอายุระหว่าง14-16 ปี พบว่าเด็กหญิงที่มีระดับชั้นทางสังคมต่ำ มองอาชีพในอนาคตในแง่ดีกว่าเด็กหญิงที่มีระดับชั้นทางสังคมในระดับกลาง ส่วนเด็กชายที่มีระดับชั้นทางสังคมต่ำแสดงออกถึงความคาดหวังและความวิตกกังวลในอาชีพ และลักษณะมุ่งอนาคตมากกว่าเด็กหญิงที่มีระดับชั้นทางสังคมเท่ากัน

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520 : 106 –110) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง จริยธรรมของเยาวชนไทย พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคต แปรปรวนไปตามลักษณะทางสังคม 3 ประการ คือ เพศ ชั้นเรียน และที่เกิด โดยหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตมากกว่าชาย ผู้มีอายุน้อยและมีระดับการศึกษาต่ำมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าผู้ที่อายุมากและอยู่ในระดับการศึกษาสูงและผู้ตอบที่เกิดในกรุงเทพมหานครมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าผู้ตอบที่เกิดในต่างจังหวัด

เนอร์มี (nurmi. 1991 : 22 Citing Nurmi. 1989a) ได้ศึกษาความคาดหวังและมีความกลัวในอนาคตของเยาวชนชาวฟินแลนด์ที่มีอายุระหว่าง10-15 ปีผลการศึกษาพบว่าวัยรุ่นสนใจเกี่ยวกับอนาคตด้านการศึกษา อาชีพ ครอบครัว และทรัพย์สิน ความหวังเกี่ยวกับการศึกษาระดับการวางแผน ความจริง ความรู้จะเพิ่มขึ้นตามอายุ นอกจากนี้ความรู้สึกภายในและการมองอนาคตในแง่ดีจะเพิ่มขึ้นตามอายุโดยเฉพาะเด็กชาย

พรทิพย์ เจนจริยานนท์ (2542 : บทคัดย่อ) ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดตรัง ผลการศึกษาหนึ่งพบว่า ตัวแปรเพศมีความสัมพันธ์กับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ทุกระดับชั้น

จากผลการวิจัยดังกล่าวข้างต้น พบว่า เพศหญิงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีความตั้งใจในการเรียน มีพฤติกรรมการเรียนที่ดี สูงกว่าเพศชาย ส่วนงานวิจัยเกี่ยวกับลักษณะมุ่งอนาคต พบว่า งานวิจัยบางเรื่อง ชายมีมากกว่าหญิง แต่บางเรื่องพบว่าหญิงมีมากกว่าชาย แต่เมื่อพิจารณาโดยรวมแล้ว พบว่ามีงานวิจัยที่พบว่าหญิงมีมากกว่าชาย ฉะนั้นในการวิจัยครั้งนี้จึงตั้งสมมติฐานในการวิจัยว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตและทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนชาย

4.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองกับระดับเศรษฐกิจ

การศึกษาความเกี่ยวข้องของตัวแปรทั้ง 2 ตัวแปร มีดังนี้

มอทลีย์ (ประทุมมาศ ตรีวัย. 2530 : 26 อ้างอิงจาก Motley.1970 : 2507-B) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการทำนายค่าขององค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาในวิทยาลัยชั้นปีที่ 2 จำนวน 1,185 พบว่าสภาพทางเศรษฐกิจและสังคมเป็นตัวแปรหนึ่งที่ใช้ทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนอกจากนี้เพศ เชื้อชาติ ก็มีส่วนสัมพันธ์กับผลการเรียนด้วย

สุพัตรา วิจิตรโสภา (2532 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาองค์ประกอบที่ส่งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่และวิทยาเขตปัตตานี จำนวน 510 คน ผลการศึกษา พบว่า องค์ประกอบหนึ่งที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คือ องค์ประกอบด้านเศรษฐกิจ

กิ่งกาญจน์ ปานทอง (2545 : 33) สรุปว่า ปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับนักศึกษา ทำให้นักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีนั้น มิได้ขึ้นอยู่กับสติปัญญาเพียงอย่าง

เดียว แต่ยังมีปัจจัยอื่นๆ ที่ไม่ใช่สติปัญญา เช่น พฤติกรรมการเรียน นิสัยในการเรียน ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ฯลฯ ก็ส่งผลผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาด้วย

สดใส นิยมจันทร์ (2541 : 42) กล่าวว่า การมีรายได้หรือระดับเศรษฐกิจของครอบครัวสูง ทำให้เด็กมีโอกาสในการสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมได้มากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีรายได้ต่ำ

จากงานวิจัยข้างต้น พบว่า ระดับเศรษฐกิจเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน นักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจสูงจะมีพฤติกรรมการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จากการวิจัยของ ดวงเดือน และเพ็ญแข (2524) พบว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมระดับสูงใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะปานกลางหรือต่ำ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช) ซึ่งเด็กที่มีจริยธรรมสูง นั้นเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงด้วย ดังปรากฏในงานวิจัยต่อไปนี้ที่พบว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงจะมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองได้มากว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีระดับเศรษฐกิจต่ำ

เอ็ดเวิร์ด แฟรงเคิล (กอบกุล รังสิยะโรจน์. 2527 : 8 อ้างอิงจาก Edward Frankel 1962 : 174-179) พบว่า นักเรียนที่มีผู้ปกครองมีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมสูง มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ผู้ปกครองมีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำ และนักเรียน ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ จะมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อโรงเรียน ขาดเรียนบ่อย ทำผิดวินัยมาก และมีส่วนเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรน้อย

วินเซนท์ (Nurmi. 1991 : 26 ; citing Vincent.1965) ได้ศึกษาความคาดหวังในชีวิตอนาคตของวัยรุ่นชาวอเมริกัน จำนวน48คนที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปี กับระดับชั้นทางสังคมพบว่าเด็กที่มาจากระดับชั้นทางสังคมสูงมองอนาคตกว้างไกลกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่มาจากระดับชั้นทางสังคมต่ำกว่า ซึ่งสอดคลองกับการวัยของโอเรนด์และเอลลิส ซึ่งศึกษาวัยรุ่นชาวอเมริกันจำนวน 80 คน ที่มีอายุระหว่าง 17-19 ปี และของทิสซโควา ซึ่งศึกษากับวัยรุ่นชาวโปแลนด์ จำนวน 520 คน ที่มีอายุระหว่าง 11-15 ปี (Nurmi. 1991 : 22-25 ; citing Orand & Ellis. 1974 ; Tyszkawa.1980) ซึ่งพบผลตรงกันว่าวัยรุ่นที่มีระดับชั้นทางสังคมสูงมองอนาคตได้กว้างไกลและวางแผนเกี่ยวกับการศึกษาและอาชีพได้มากกว่าวัยรุ่นที่มีระดับชั้นทางสังคมต่ำกว่า

เนอร์มี (Nurmi. 1991:21 ; citing Nurmi.1987 b) ได้ศึกษาความคาดหวัง และความกลัวในชีวิตอนาคตของวัยรุ่นชาวฟินแลนด์จำนวน 48 คน ที่มีอายุระหว่าง 10-19 ปี พบว่าวัยรุ่นจากระดับชั้นทางสังคมสูงมีโครงการในอนาคตเกี่ยวกับอาชีพกว้างไกลกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับวัยรุ่นจากระดับชั้นทางสังคมต่ำกว่า

พรทิพย์ เจนจริยานนท์ (2542 : บทคัดย่อ)ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดตรัง ผลการศึกษาพบว่า ตัวแปรเพศมีความสัมพันธ์กับลักษณะมุ่งอนาคตบรรยากาศในการเรียนการสอน เพศ ฐานะทางสังคม เศรษฐกิจของครอบครัว การรับข่าวสารจากสื่อมวลชน ส่งผลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

พิไลวรรณ แตงขาว (2545 : 37) สรุปว่า ฐานะทางเศรษฐกิจเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อปัญหาของนักเรียน เด็กนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มีลักษณะขาดการควบคุมตนเอง มีแนวโน้มที่เป็นเด็กเกเรมีปัญหาต่อสังคมและขาดประสบการณ์ต่างๆ ในอันที่จะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ทำให้เด็กเกิดปัญหาอันเป็นอุปสรรคต่อการเรียน

จากผลการวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า บุคคลที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่าผู้ที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ ฉะนั้นในการวิจัย ครั้งนี้จึงตั้งสมมติฐานว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ

4.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีดังนี้

สมคิด ไชยยันบูรณ์ (2511 :104) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพของนักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนสูงกับนักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนต่ำ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างมี 52 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนสูงมีความมั่นคงทางอารมณ์ดีกว่ามีความรับผิดชอบดีกว่าและมีความสามารถในการบังคับตนเองมากกว่านักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนต่ำ

ฮาร์วิกเฮิร์ทสและนิวกาเทน (Harvighurst and Neugarten 1969 : 159) พบว่าความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง หรือระดับความมุ่งหวังในอนาคต เป็นองค์ประกอบหนึ่งที่เป็นตัวตัดสินระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

วัฒนา พุ่มเล็ก (2513 : 97) ศึกษาอิทธิพลขององค์ประกอบที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำมีปัญหาการคบเพื่อน ปัญหาครอบครัว และแผนงานในอนาคตมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

โอโนดา (พวงสร้อย วรกุล. 2522 : 19 ; อ้างอิงจาก Onoda. 1975) ได้ศึกษาพบว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบและควบคุมตนเองได้ มีสัมพันธภาพที่ดีกับครู ส่วนคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจะเป็นคนขี้เกียจ มีความสัมพันธ์กับคนอื่นไม่ดี มีความสับสนวุ่นวายใจ

กัลยา สกุลแก้ว (2533 : 10) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเรียน เจตคติต่อครู และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กรุงเทพมหานครผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษามีความสัมพันธ์กันทางบวก ความหมายว่า ถ้าหากมีแบบแผนการปฏิบัติงานในการเรียน รู้จักจัดตารางเวลาทำงาน รู้จักวิธีการทำงานที่ดี รู้จักหาสถานที่ทำงานที่ช่วยให้การเรียนมีประสิทธิภาพ รู้เทคนิคในการอ่านหนังสือให้รวดเร็วและเข้าใจ ขยันขันแข็งในการทำงาน เพื่อให้เสร็จทันตามเวลาที่กำหนดสม่ำเสมอ หรือมีพฤติกรรมในการเรียนที่ดีแล้วนักเรียนเหล่านี้ ย่อมเรียนหนังสือได้อย่างมีประสิทธิภาพจึงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมสูง

วันชัย ดนัยตโมนุท (2536 : 82–84) ได้ศึกษาคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดปทุมธานี ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความขยันหมั่นเพียรในการเรียน มีความมานะพยายามในการศึกษาเล่าเรียนให้บรรลุไปได้ด้วยดีและมีความเพียรพยายามสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

ผลการวิจัย ดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า บุคคลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง เป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองได้ดีกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ฉะนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานว่า ภายหลังการทดลองนักเรียน ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีลักษณะมุ่งอนาคตและทัศนคติต่อการเรียนสูงกว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

นอกจากเหตุผลในการตั้งสมมติฐานตามแนวคิดนี้แล้ว ผู้ที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองแล้ว จะมีแนวโน้มที่จะลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้น รวมทั้งมีทัศนคติในการเรียนสูงขึ้น และสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการฝึก ในการวิจัยครั้งนี้ จึงเห็นสมควรทดสอบความสัมพันธ์ของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับทัศนคติในการเรียน จึงได้ตั้งสมมติฐานว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศคติในการเรียน

จากเอกสารและงานวิจัยต่างๆ รวมทั้งแนวคิดเกี่ยวกับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองที่มีผลต่อผู้ได้รับการฝึกดังกล่าว ทำให้ผู้ได้รับการฝึกมีพัฒนาการที่ดีหลายประการ เช่น

มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ทัศนคติในการเรียน พฤติกรรมการเรียนและการปรับปรุงพฤติกรรมด้านอื่นๆ ให้ดีขึ้น โดยการวิจัยทั้งหมดได้ผลสอดคล้องกันทั้งสิ้น ฉะนั้นจากผลการวิจัยเหล่านั้น ผู้วิจัยจึงได้นำมาตั้งสมมติฐานในการวิจัยครั้งนี้ ได้ดังต่อไปนี้

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

2. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน สูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

4. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

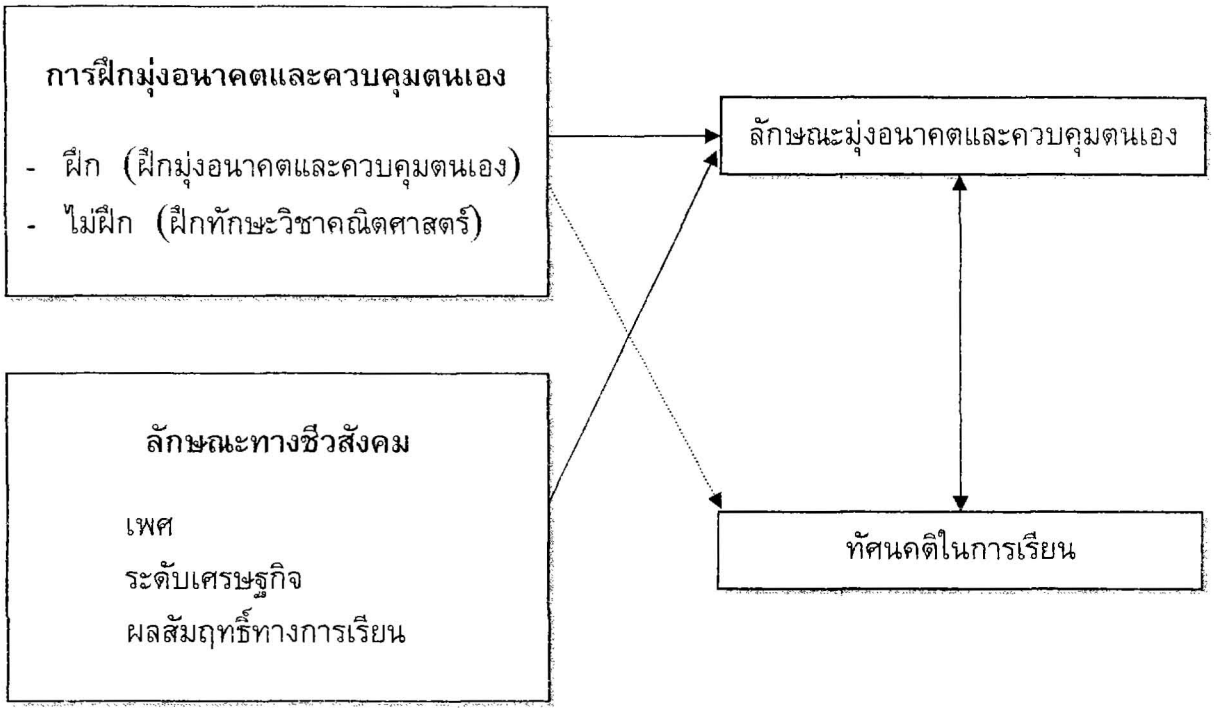
5. นักเรียนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนชาย

6. นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ

7. ภายหลังการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีผลการเรียนเฉลี่ยค่อนข้างสูงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ

8. ทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

กรอบแนวคิดในงานวิจัย



บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2546 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา ๒ เขตคลองสามวา กรุงเทพมหานคร จำนวน 200 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2546 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา ๒ เขตคลองสามวา จำนวน 70 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร โดยขอความร่วมมือและสอบถามความสมัครใจจากประชากรทั้งหมด จากนั้นจึงใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากนักเรียนที่สมัครใจ มาจำนวน 70 คน เพื่อเข้าร่วมการทดลองครั้งนี้ จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายอีกครั้ง เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 35 คน และกลุ่มควบคุม 35 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามลักษณะทางชีวสังคม
2. แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
3. แบบวัดทัศนคติในการเรียน
4. ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
5. ชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

1. แบบสอบถามลักษณะทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเฉลี่ย มีลักษณะ ดังนี้

เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

ฐานะทางเศรษฐกิจ

รายได้ทั้งสิ้นของครอบครัวของข้าพเจ้า ประมาณเดือนละ

☐ ไม่เกิน 8,000 บาท

☐ 8,001 – 13,000 บาท

☐ สูงกว่า 13,000 บาท

รายได้ข้างต้นใช้เลี้ยงดูคนในครอบครัวจำนวน ..... คน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ระดับผลการเรียนเฉลี่ยของข้าพเจ้า ตั้งแต่ ม.1 - ม.3 ของข้าพเจ้า

☐ ต่ำกว่า 2.00

☐ 2.01 - 2.50

☐ 2.51 - 3.00

☐ สูงกว่า 3.00

2. แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ลักษณะของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง เป็นข้อความบรรยายถึงลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริงเลย โดยให้นักเรียนอ่านและเลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของตนเองมากที่สุด 1 ตัวเลือก

วิธีดำเนินการสร้างแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

2. ผู้วิจัยกำหนดนิยามศัพท์ปฏิบัติการของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. สร้างแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง โดยอาศัยแนวคิดจากแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตของ ดวงเดือน พันธุมนาวินและเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520) และแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและแบบวัดการควบคุมตนเองของบุญรับ ศักดิ์มณี (2532) ปรับปรุงให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและสอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการ

4. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้วิจัยนำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบรายละเอียดของ แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ให้สอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

5. ทดลองใช้เครื่องมือ (Try Out) โดยนำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนีย์) ๔ เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน

6. ผู้วิจัยนำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง 100 ชุดจากข้อ 5 มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product-moment correlation)

7. ผู้วิจัยนำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ที่คัดเลือกจากข้อ 6 มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (α-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .72

เกณฑ์การให้คะแนน

ถ้าข้อความนั้นมีความหมายทางบวก

จริงที่สุด	ให้	4	คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้	3	คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	1	คะแนน

ถ้าข้อความนั้นมีความหมายในทางลบ

จริงที่สุด	ให้	1	คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้	2	คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้	3	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	4	คะแนน

ความหมายคะแนน ผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าคะแนนเฉลี่ย จัดเป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูง และผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ย จัดเป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองต่ำ

ตัวอย่างแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วทำเครื่องหมาย "✓" ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริงเลย
(0) ข้าพเจ้าทำงานเสร็จและส่งทันตามกำหนด				
(00) ข้าพเจ้าจะทบทวนบทเรียนเมื่อใกล้สอบเท่านั้น				

3. แบบวัดทัศนคติในการเรียน

ลักษณะของแบบสอบถามทัศนคติในการเรียน เป็นข้อความบรรยายถึงทัศนคติในการเรียน และมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง ค่อนข้าง เห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย โดยให้นักเรียนอ่านและเลือกคำตอบที่ตรงกับ ความเป็นจริงของตนเองมากที่สุด 1 ตัวเลือก

วิธีดำเนินการสร้างแบบวัดทัศนคติในการเรียน

1. ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติในการเรียน

2. ผู้วิจัยกำหนดนิยามศัพท์ปฏิบัติการของทัศนคติในการเรียน

3. สร้างแบบวัดทัศนคติในการเรียน โดยอาศัยแนวคิดจาก ความหมายและองค์ประกอบของทัศนคติ สร้างให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและสอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการ

4. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้วิจัยนำแบบวัดทัศนคติในการเรียน ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบรายละเอียดของแบบวัดทัศนคติในการเรียน ให้สอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

5. ทดลองใช้เครื่องมือ (Try Out) โดยนำแบบสอบถามทัศนคติในการเรียน ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียน บดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนีย์) ๔ เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน

6. ผู้วิจัยนำแบบวัดทัศนคติในการเรียน 100 ชุดจากข้อ 5 มาตรวจและให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product-moment correlation)

7. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามทัศนคติในการเรียน ที่คัดเลือกจากข้อ 6 มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (α-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) พบว่ามีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .78

เกณฑ์การให้คะแนน

ถ้าข้อความนั้นมีความหมายทางบวก

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	4	คะแนน
ค่อนข้างเห็นด้วย	ให้	3	คะแนน
ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	ให้	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้	1	คะแนน

ถ้าข้อความนั้นมีความหมายในทางลบ

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้	1	คะแนน

ค่อนข้างเห็นด้วย ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ให้ 3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย ให้ 4 คะแนน

ความหมายคะแนน ผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าคะแนนเฉลี่ย จัดเป็นผู้ที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียน และผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ย จัดเป็นผู้ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียน

ตัวอย่างแบบสอบถามทัศนคติในการเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วทำเครื่องหมาย "✓" ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ค่อนข้างเห็นด้วย	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
(0) ทุกวิชาที่เรียนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ทั้งสิ้น (00) ในบางวิชา ข้าพเจ้าไม่ชอบอาจารย์ผู้สอน จึงไม่ยากเข้าเรียน				

4. ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ประกอบด้วยกิจกรรม 10 กิจกรรม ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 ทำไมต้องวางแผนชีวิต

ให้อ่านและฟังบรรยายเกี่ยวกับความสำคัญของอนาคตและประโยชน์ของการวางแผนชีวิต

กิจกรรมที่ 2 อยากเป็นอย่างใคร

ให้ดูภาพประกอบคำบรรยายของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและบุคคลที่ไม่มีลักษณะมุ่งอนาคตแล้วตอบคำถาม

กิจกรรมที่ 3 เรื่องของ "ทอฝัน"

ให้อ่านเรื่องราวของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงแล้วตอบคำถาม

กิจกรรมที่ 4 สถานการณ์ที่พึงปรารถนา

ให้วาดภาพสถานการณ์ที่พึงปรารถนาพร้อมทั้งเขียนวิธีการเพื่อที่จะได้มาซึ่งสถานการณ์นั้น

กิจกรรมที่ 5 การวางแผนชีวิตเพื่อไปสู่เป้าหมายในอนาคต

ให้กำหนดเป้าหมายของชีวิตตนเองและวางแผนการปฏิบัติตนเพื่อไปสู่เป้าหมายนั้น

กิจกรรมที่ 6 สังเกตพฤติกรรมตนเอง

ให้นึกย้อนถึงพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติ

กิจกรรมที่ 7 วิเคราะห์ตนเอง

ให้วิเคราะห์พฤติกรรมการเรียน บอกข้อดีและข้อเสียของพฤติกรรมต่าง ๆ และทางเลือกที่จะปฏิบัติตนเป็นนักเรียนที่ดี

กิจกรรมที่ 8 ผลการเรียนกับอนาคตของข้าพเจ้า

ให้วิเคราะห์ผลการเรียนที่เคยได้รับและผลการเรียนที่ต้องการในอนาคตและบอกวิธีการปฏิบัติตนเพื่อให้ได้ผลการเรียนที่ต้องการนั้น

กิจกรรมที่ 9 สังเกตพฤติกรรมที่ตั้งใจจะกระทำ

ให้กำหนดพฤติกรรมที่ตั้งใจจะปฏิบัติบอกคุณประโยชน์และเริ่มต้นสังเกตพฤติกรรมที่กำหนดนั้นด้วยตนเอง

กิจกรรมที่ 10 พฤติกรรมของข้าพเจ้า

ให้นักเรียนประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมของตนเองและตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการควบคุมตนเอง อันจะทำให้เกิดแนวคิดที่จะควบคุมตนเอง

ในการทดลองใช้ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง จะทดลอง 10 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ต่อเนื่องกันทั้ง 10 ครั้ง โดยสัปดาห์ที่ 1 2 และ 3 จะฝึกสัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธและวันศุกร์ ส่วนในสัปดาห์ที่ 4 จะฝึกในวันจันทร์วันเดียว

วิธีดำเนินการสร้างชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

2. ผู้วิจัยสร้างชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ให้เนื้อหาสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและนิยามปฏิบัติการของตัวแปร โดยชุดฝึกนี้แบ่งเป็น 10 กิจกรรม ประกอบด้วย กิจกรรมฝึกมุ่งอนาคต จำนวน 5 กิจกรรมและกิจกรรมฝึกควบคุมตนเอง จำนวน 5 กิจกรรม

3. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของชุดฝึก โดยนำชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบรายละเอียดของชุดฝึกนี้ ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

4. ทดลองใช้ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง โดยนำชุดฝึกที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียน บดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนีย์)

๔ เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน เพื่อหาข้อบกพร่องและนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป

5. ชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ มีลักษณะเป็นแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ ในเนื้อหาที่นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ ในการใช้ชุดฝึกนี้จะทดลอง 10 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ต่อเนื่องกันทั้ง 10 ครั้ง โดยสัปดาห์ที่ 1,2 และ 3 จะฝึกสัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ส่วนในสัปดาห์ที่ 4 จะฝึกในวันจันทร์วันเดียว

วิธีดำเนินการสร้างชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ ดังนี้

1. ผู้วิจัยกำหนดชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ จากการศึกษารวบรวมข้อมูลในตำราเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ชุดฝึกทักษะนี้มีลักษณะเป็นแบบฝึกหัดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ในเนื้อหาที่นักเรียนกำลังศึกษาอยู่

2. นำชุดฝึกทักษะที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจรายละเอียดของชุดฝึกนี้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของ ผู้ทรงคุณวุฒิ

3. ทดลองใช้ชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ โดยนำชุดฝึกทักษะที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนีย์) ๔ เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน เพื่อหาข้อบกพร่องและนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขั้นก่อนการทดลอง ผู้วิจัยทำการสอบก่อนการทดลอง (Pretest) โดยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

2. ขั้นทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังนี้

2.1 กลุ่มทดลอง ในการทดลองใช้ชุดฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง 10 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ต่อเนื่องกันทั้ง 10 ครั้ง โดยสัปดาห์ที่ 1,2 และ 3 จะฝึกสัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธและวันศุกร์ ส่วนในสัปดาห์ที่ 4 จะฝึกในวันจันทร์วันเดียว

2.2 กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยใช้ชุดฝึกทักษะ 10 ครั้ง ในการทดลองใช้ชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ 10 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ต่อเนื่องกันทั้ง 10 ครั้ง โดยสัปดาห์ที่ 1,2 และ 3 จะฝึกสัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธและวันศุกร์ ส่วนในสัปดาห์ที่ 4 จะฝึกในวันจันทร์วันเดียว

3. ขั้นหลังการทดลอง ผู้วิจัยทำการสอบหลังการทดลอง (Posttest) โดยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองอีกครั้งหนึ่ง

นำคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 คะแนนเฉลี่ย

1.2 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง โดยใช้สูตรการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product-moment correlation)

2.2 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง โดยใช้สูตรการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 ใช้ t - test แบบ dependent เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

3.2 ใช้ t - test แบบ independent เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2-7

3.3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product-moment correlation) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 8

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ทางสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
SD	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าที่ใช้ในการพิจารณาการแจกแจงแบบที
p	แทน	ความน่าจะเป็น
df	แทน	จำนวนค่าที่เป็นอิสระของคะแนนที่เปลี่ยนแปรไป
**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อศึกษาผลของการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนโดยเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการฝึก และเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกและไม่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับทัศนคติในการเรียนของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนนวมินทราชูทิศ สตรีวิทยา ๒ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการใช้แบบสอบถามลักษณะทางชีวสังคม แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง แบบสอบถามทัศนคติในการเรียน ชุดมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และชุดฝึกทักษะทางคณิตศาสตร์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และนำข้อมูลที่ได้มาทดสอบความมีนัยสำคัญ โดยทดสอบค่าที (t-test) คำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson 's product – moment correlation) ซึ่งผลการวิจัยได้นำเสนอด้วยตารางประกอบการบรรยาย เป็น 4 ส่วนตามลำดับดังนี้

ส่วนที่ 1 ลักษณะทางชีวสังคม จำแนกตาม เพศ ระดับทางเศรษฐกิจและผลการเรียน นำเสนอเป็นจำนวนร้อยละ

ส่วนที่ 2 การทดสอบความแตกต่างของลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง โดยใช้การทดสอบ t-test

ส่วนที่ 3 การทดสอบความแตกต่างของทัศนคติในการเรียนโดยใช้การทดสอบ t-test

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติในการเรียนกับลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง นำเสนอเป็นตารางแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

ส่วนที่ 1

ตาราง 1 แสดงข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ ฐานะทางเศรษฐกิจและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
กลุ่มทดลอง (n= 35)		
เพศ		
ชาย	10	28.57
หญิง	25	71.43
ฐานะทางเศรษฐกิจ		
ค่อนข้างต่ำ	4	11.43
ค่อนข้างสูง	31	88.57
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
ค่อนข้างต่ำ	11	31.42
ค่อนข้างสูง	24	68.58
กลุ่มควบคุม (n = 35)		
เพศ		
ชาย	10	28.57
หญิง	25	71.43
ฐานะทางเศรษฐกิจ		
ค่อนข้างต่ำ	4	11.43
ค่อนข้างสูง	31	88.57
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
ค่อนข้างต่ำ	19	54.29
ค่อนข้างสูง	16	45.71

จากตาราง 1 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองเป็นเพศชาย ร้อยละ 28.57 เพศหญิงร้อยละ 71.43 มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำร้อยละ 11.43 ค่อนข้างสูงร้อยละ 88.57 และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับค่อนข้างต่ำ ร้อยละ 31.42 ค่อนข้างสูงร้อยละ 68.58 ส่วนกลุ่มควบคุมเป็นเพศชาย ร้อยละ 28.57 เพศหญิงร้อยละ 71.43 มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ

ร้อยละ 11.43 ค่อนข้างสูงร้อยละ 88.57 และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ ร้อยละ 54.29 ค่อนข้างสูงร้อยละ 45.71

ส่วนที่ 2

ตาราง 2 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ภายหลังการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

กลุ่ม	$\bar{X}$	SD	t	p
กลุ่มทดลอง	3.10	.10	8.48	.01**
กลุ่มควบคุม	2.84	.15		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเท่ากับ 3.10 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเท่ากับ 2.84 โดยคะแนนเฉลี่ยในกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 ที่ว่านักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะทางคณิตศาสตร์

ตาราง 3 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ระยะเวลา	$\bar{X}$	SD	t	p
ก่อนการฝึก	2.43	.10	4.93	.01**
หลังการฝึก	3.10	.10		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ก่อนการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง เท่ากับ 2.43 และหลังการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง มีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง เท่ากับ 3.10 และพบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่านักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ตาราง 4 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงในกลุ่มทดลอง ภายหลังการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

เพศ	$\bar{X}$	SD	t	p
ชาย	2.37	.08	2.45	.01**
หญิง	3.07	.11		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 พบว่า นักเรียนหญิงมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเท่ากับ 3.07 และนักเรียนชายมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง เท่ากับ 2.37 และพบว่านักเรียนหญิงมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5 ที่ว่านักเรียนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนชาย

ตาราง 5 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำและนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างสูง ภายหลังการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ฐานะทางเศรษฐกิจ	$\bar{X}$	SD	t	p
ค่อนข้างต่ำ	2.16	.16	2.24	.01**
ค่อนข้างสูง	2.29	.25		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 พบว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างสูงมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเท่ากับ 2.29 และนักเรียนทีมีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเท่ากับ 2.16 และพบว่านักเรียนที่มีระดับทางเศรษฐกิจค่อนข้างสูง มีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 6 ที่ว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างสูง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ

ตาราง 6 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำและนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างสูง ภายหลังการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	$\bar{X}$	SD	t	p
ค่อนข้างต่ำ	2.91	.17	3.07	.01**
ค่อนข้างสูง	3.04	.18		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 6 พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างสูงมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเท่ากับ 3.04 และนักเรียนทีมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเท่ากับ 2.91 และพบว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างสูงมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 7 ที่ว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างสูงลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ

ส่วนที่ 3

ตาราง 7 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

กลุ่ม	$\bar{X}$	S.D	t	p
กลุ่มทดลอง	2.97	.29	5.51	.01**
กลุ่มควบคุม	2.53	.17		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 7 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียนเท่ากับ 2.97 และนักเรียนในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียนเท่ากับ 2.53 และพบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 ที่ว่านักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ตาราง 8 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ระยะเวลา	$\bar{X}$	S.D	t	p
ก่อนการฝึก	2.49	.19	3.08	.01**
หลังการฝึก	2.79	.22		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 8 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียนก่อนการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองเท่ากับ 2.49 และหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองมีคะแนนเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียนเท่ากับ 2.79 และพบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของทัศนคติในการเรียนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียนเพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง

ส่วนที่ 4

ตาราง 9 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของทัศนคติในการเรียนกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ตัวแปร	ลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง
ทัศนคติในการเรียน	.52**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 9 พบว่า ทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (r=.52) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน

ฐานข้อ 8 ที่ว่า ทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง นั่นคือ นักเรียนที่มีทัศนคติในการเรียนดีจะมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูง

บทที่ 5
สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับนักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

2. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. เปรียบเทียบทัศนคติในการเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับนักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

4. เปรียบเทียบทัศนคติในการเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับทัศนคติในการเรียน

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

2. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน สูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

4. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

5. ภายหลังการทดลอง นักเรียนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนชาย

6. ภายหลังการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ

7. ภายหลังการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีผลการเรียนเฉลี่ยค่อนข้างสูง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ

8. ทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2546 ของโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา ๒ เขตคลองสามวา กรุงเทพมหานคร จำนวน 70 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย แล้วสุ่มออกเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 35 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 35 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามลักษณะทางชีวสังคม
2. แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
3. แบบวัดทัศนคติในการเรียน
4. ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง
5. ชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขั้นก่อนการทดลอง ผู้วิจัยทำการสอบก่อนการทดลอง (Pretest) โดยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

2. ขั้นทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังนี้

2.1 กลุ่มทดลอง ในการทดลองใช้ชุดฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง 10 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ต่อเนื่องกันทั้ง 10 ครั้ง โดยสัปดาห์ที่ 1,2 และ 3 จะฝึกสัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธและวันศุกร์ ส่วนในสัปดาห์ที่ 4 จะฝึกในวันจันทร์วันเดียว

2.2 กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยใช้ชุดฝึกทักษะ 10 ครั้ง ในการทดลองใช้ชุดฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ 10 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ต่อเนื่องกันทั้ง 10 ครั้ง โดยสัปดาห์ที่ 1,2 และ 3 จะฝึกสัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธและวันศุกร์ ส่วนในสัปดาห์ที่ 4 จะฝึกในวันจันทร์วันเดียว

3. ขั้นหลังการทดลอง ผู้วิจัยทำการสอบหลังการทดลอง (Posttest) โดยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองอีกครั้งหนึ่ง

นำคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC+ ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง และทัศนคติในการเรียน

2. ใช้สถิติค่าที (t-test) แบบเป็นอิสระต่อกันในการทดสอบสมมติฐาน ข้อ 1 และใช้สถิติค่าที (t-test) แบบไม่เป็นอิสระต่อกันในการทดสอบสมมติฐาน ข้อ 2-6

3. หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson' s Product Moment Correlation Coefficient) ในการทดสอบสมมติฐาน ข้อ 8

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1

2. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

3. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน สูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

4. นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 4

5. นักเรียนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5

6. นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 6

7. ภายหลังการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีผลการเรียนเฉลี่ยค่อนข้างสูงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 7

8. ทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 8

อภิปรายผล

1. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับนักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ แสดงให้เห็นว่า เราสามารถปลูกฝังลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองให้กับนักเรียนได้ โดยให้นักเรียนเข้ารับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง โดยใช้ชุดฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ซึ่งเป็นชุดฝึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิดจากแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520) และแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและแบบวัดการควบคุมตนเองของบุญรับ ศักดิ์มณี (2532) ปรับปรุงให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและสอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการ ชุดฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองนี้ประกอบด้วย 10 กิจกรรม ที่กระตุ้นให้นักเรียนได้เกิดแนวความคิด เห็นความสำคัญของอนาคต เริ่มมองอนาคตของตนเอง วางแผนชีวิตเพื่ออนาคตของตนเองและควบคุมการกระทำตนเองเพื่อให้ได้มาซึ่งจุดมุ่งหมายในอนาคตนั้น โดยให้อ่านและฟังบรรยายเกี่ยวกับความสำคัญของอนาคต และประโยชน์ของการวางแผนชีวิต ให้ดูภาพประกอบคำบรรยายของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและบุคคลที่ไม่มีลักษณะมุ่งอนาคตแล้วตอบคำถาม ให้อ่านเรื่องราวของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงแล้วตอบคำถาม ให้วาดภาพสถานการณ์ที่พึงปรารถนาพร้อมทั้งเขียนวิธีการเพื่อที่จะได้มาซึ่งสถานการณ์นั้น ให้กำหนดเป้าหมายของชีวิตตนเองและวางแผนกรปฏิบัติตนเพื่อไปสู่เป้าหมายนั้น ให้นึกย้อนถึงพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติ ให้วิเคราะห์พฤติกรรมการเรียน บอกข้อดีและข้อเสียของพฤติกรรมต่าง ๆ และทางเลือกที่จะปฏิบัติตนเป็นนักเรียนที่ดี ให้วิเคราะห์ผลการเรียนที่เคยได้รับและผลการเรียนที่ต้องการในอนาคตและบอกวิธีการปฏิบัติตนเพื่อให้ได้ผลการเรียนที่ต้องการนั้น ให้กำหนดพฤติกรรมที่ตั้งใจจะปฏิบัติบอกคุณประโยชน์และเริ่มต้นสังเกตพฤติกรรมที่กำหนดนั้นด้วยตนเอง ให้นักเรียนประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมของตนเองและตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการควบคุมตนเอง อันจะทำให้เกิดแนวคิดที่จะควบคุมตนเอง ดังนั้น จึงสามารถกล่าวได้ว่า ด้วยวิธีการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองดังกล่าว ทำให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของบุญรับ ศักดิ์มณี (2532) ที่ได้ทำการวิจัยเรื่องการเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการทำงานของข้าราชการ โดยการฝึกมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองของข้าราชการใหม่ที่เข้ารับการอบรมที่สำนักงาน ก.พ. ภายหลังการฝึกพบว่า ผู้ที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและการฝึกควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างเด่นชัด และงานวิจัยของมาลี วิทยาธรรัตน์ (2540: 70) ที่พบว่า เด็กในสถานสงเคราะห์ชายบ้านบางละมุง จ.ชลบุรี กลุ่มที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตนั้นมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าเด็กที่ไม่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคต

2. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการฝึก มุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง แสดงให้เห็นว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองนั้น สามารถพัฒนาให้มีเพิ่มมากขึ้นได้ด้วยเทคนิคและวิธีการที่เหมาะสม โดยในงานวิจัยนี้เป็นการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองด้วยชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง นักเรียนจะได้รับการกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของอนาคต เกิดการสร้างกระบวนการทางความคิดเพื่อพัฒนาตนเองให้ดำเนินไปสู่เป้าหมายของชีวิตในอนาคตของตนเอง โดยพยายามควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตนไปตามแผนการที่คาดการณ์ไว้ ในแต่ละกิจกรรม นักเรียนจะได้คิดและเลือกปฏิบัติตนตามความคิดของตนเอง แตกต่างกับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ของกลุ่มควบคุม จึงส่งผลให้นักเรียนเกิดความพึงพอใจและเต็มใจในการปฏิบัติตนมากว่าผู้อื่นมาบังคับ จึงมีผลให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงขึ้นหลังจากที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ซึ่งคนเราจะมีความพอใจที่ได้ควบคุมพฤติกรรมของตนเองยิ่งกว่าการถูกผู้อื่นควบคุม (Thoresen and Mahoney.1974 : 3) ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของซากอตสกี แพตเตอร์สันและเลปเปอร์ (Sagotasky. Patterson and Lepper. 1978 : 242 – 253) ที่ทำการศึกษาผลของการตั้งเป้าหมายและการสังเกตตนเองซึ่ง ต่อพฤติกรรมการทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย (on-task behavior) และสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียน ซึ่งเป็นกระบวนการที่เป็นไปในแนวทางเดียวกับกระบวนการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ผลการทดลองปรากฏว่า กลุ่มที่สังเกตตนเองมีพฤติกรรมการทำงานตามครูสั่งและมีความก้าวหน้าในบทเรียนคณิตศาสตร์เพิ่มขึ้น โบลสตาดและจอห์นสัน (Boldstard and Johnson.1972 : 443-454) ที่ใช้กระบวนการควบคุมตนเองในการลดพฤติกรรมก่อกวน ซึ่งสามารถลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนได้มากกว่าการเสริมแรงจากภายนอก พนิดา สินสุวรรณ (2527:61) สมจิตต์ เพิ่มพูน (2532: 89-90) และกนกวรรณ อุ่นใจ (2535:72) ที่พบว่าหลังจากได้รับการพัฒนาโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์ นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าก่อนได้รับการพัฒนา

3. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองภายหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง จำแนกตามลักษณะทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ ระดับเศรษฐกิจ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ผลการทดลองปรากฏว่า

3.1 นักเรียนหญิงและนักเรียนชายมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่นักเรียนหญิงมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนชาย ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ที่ว่า นักเรียนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนชาย จากผลวิจัยแสดงให้เห็นว่า นักเรียนหญิงจะมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองได้ดีกว่านักเรียนชายในวัยเดียวกัน อาจเป็นเพราะนักเรียนหญิงมีความตั้งใจและสนใจในการเรียนมากกว่านักเรียนชายที่สนใจในกิจกรรมหรือการเข้ากลุ่มกับเพื่อน ดังที่ อเนกกุล กรีแสง (2528:26) กล่าวว่า ความแตกต่างระหว่างเพศ เป็นสาเหตุสำคัญหนึ่งที่ทำให้คนเรามีความแตกต่างกันในเรื่องการเรียนรู้ จึงทำให้นักเรียนหญิงมีความคิดที่กว้างไกลเกี่ยวกับอนาคตและรู้จักควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตนไปในทางที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายในอนาคตที่ตั้งใจไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ คาร์ตรอน และเลวี่ (Nurmi. 1991 : 18 ; citing Cartron Guerin & Levy. 1980) ที่พบว่าวัยรุ่นหญิงให้ความสำคัญกับอนาคตและครอบครัวมากกว่าวัยรุ่นชาย ส่วนงานวิจัยในประเทศ ได้แก่ งานวิจัยของดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520 : 102–109) ที่พบว่าผู้หญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าเพศชาย และสุพจน์ พันธนียะ (2535 : 93) พบว่า นักเรียนหญิงมีพฤติกรรมการอ่านมากกว่านักเรียนชาย นอกจากนี้ สุกัญญา แย้มยิ้ม (2541 : 65-66) ยังพบว่า นักเรียนหญิงมีความตั้งใจเรียนอยู่ในระดับสูง ส่วนนักเรียนชายมีความตั้งใจเรียนอยู่ในระดับต่ำ แสดงให้เห็นถึงลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนหญิงที่มีสูงกว่านักเรียนชาย

3.2 นักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูงและนักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่นักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูงมีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตสูงและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 ที่ว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างสูงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีระดับเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ อาจเป็นเพราะนักเรียนในกลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างสูง จะเป็นนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีสิ่งแวดล้อมที่ดี เช่น มีที่อยู่อาศัยดี สัมพันธภาพในครอบครัวดี ผู้ปกครองมีอาชีพที่มีรายได้ดี ดังนั้นเมื่อนักเรียนอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี ไม่มีปัญหาอื่นใดมารบกวนการเรียน นักเรียนจึงมีความพร้อมในการเรียนและทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้มากกว่า นักเรียนในกลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างต่ำ ดังในงานวิจัยของ อรพินท์ ภูชม และอัจฉรา สุขารมณ์ (2532:55-56) ที่พบว่า ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและสภาพแวดล้อมทางบ้านมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของวัยรุ่น ในการศึกษาเรื่ององค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัว สอดคล้องกับ สดใส นิยมจันทร์ (2541 : 42) ที่กล่าวว่า การมีรายได้หรือระดับเศรษฐกิจของครอบครัวสูง ทำให้เด็กมีโอกาสในการสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมได้มากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีรายได้ต่ำ สอดคล้องกับงานวิจัยในต่างประเทศ

หลายงานวิจัย ดังเช่น งานวิจัยของเอ็ดเวิร์ด แฟรงเคิล (กอบกุล รังสิยะโรจน์. 2527 : 8 อ้างอิงจาก Edward Frankel 1962 : 174-179) ที่พบว่า นักเรียนที่มีผู้ปกครองมีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมสูงจะมีผลสัมฤทธิ์ทาง การเรียนสูงกว่านักเรียนที่ผู้ปกครองมีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำ ส่วนวินเซนท์ (Nurmi. 1991 : 26 ; citing Vincent.1965) ได้ศึกษาความคาดหวังในชีวิตอนาคตของวัยรุ่นชาวอเมริกันกับระดับชั้นทางสังคมพบว่าเด็กที่มาจากระดับชั้นทางสังคมสูงมองอนาคตกว้างไกลกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่มาจากระดับชั้นทางสังคมต่ำกว่า ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของโอเรนด์และเอลลิส ซึ่งศึกษาวัยรุ่นชาวอเมริกัน ทิสซโควา ศึกษากับวัยรุ่นชาวโปแลนด์ (Nurmi. 1991 : 22-25 ; citing Orand & Ellis. 1974 ; Tyszkawa.1980) เนอร์มี ศึกษาวัยรุ่นชาวฟินแลนด์ (Nurmi. 1991:21 ; citing Nurmi.1987 b) ซึ่งต่างก็พบผลตรงกันว่าวัยรุ่นที่มีระดับชั้นทางสังคมสูงมองอนาคตได้กว้างไกลและวางแผนเกี่ยวกับการศึกษาและอาชีพได้มากกว่าวัยรุ่นที่มีระดับชั้นทางสังคมต่ำกว่า ส่วนงานวิจัยในประเทศ ได้แก่ งานวิจัยของพิไลวรรณ แตงขาว (2545 : 37) ที่พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อปัญหาของนักเรียน เด็กนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มีลักษณะขาดการควบคุมตนเอง มีแนวโน้มที่เป็นเด็กเกเรมีปัญหาต่อสังคมและขาดประสบการณ์ต่าง ๆ ใน อันที่จะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ทำให้เด็กเกิดปัญหาอันเป็นอุปสรรคต่อการเรียน

3.3 นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีผลการเรียนเฉลี่ยค่อนข้างสูงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 7 ที่ว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีผลการเรียนเฉลี่ยค่อนข้างสูงมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนค่อนข้างต่ำ ทั้งนี้เนื่องจาก นักเรียนในกลุ่มที่มีผลการเรียนเฉลี่ยค่อนข้างสูง จะเป็นนักเรียนที่มีความตั้งใจเรียน ขยัน มีความรับผิดชอบ มีการวางแผนในการเรียน ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้สอดคล้องกับพฤติกรรมของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง จึงมีผลให้นักเรียนในกลุ่มที่มีผลการเรียนเฉลี่ยค่อนข้างสูง มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มที่มีผลการเรียนเฉลี่ยค่อนข้างต่ำ สอดคล้องกับงานวิจัยที่แสดงถึงผลของการมีพฤติกรรมการเรียนที่ดี ซึ่งเป็นลักษณะของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ของกัลยา สกุลแก้ว (2533 : 10) ที่พบว่า พฤติกรรมการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษามีความสัมพันธ์กันในทางบวก ความหมายว่า ถ้าหากมีพฤติกรรมในการเรียนที่ดี แล้ว นักเรียนเหล่านี้ ย่อมเรียนหนังสือได้อย่างมีประสิทธิภาพจึงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมสูง และงานวิจัยของวันชัย ดนัยตโมนุท (2536 : 82–84) พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และ ความขยันหมั่นเพียรในการเรียน มีความมานะพยายามในการศึกษาเล่าเรียนให้บรรลุไปได้ด้วยดีและมีความเพียรพยายามสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ นอกจากนี้ สมคิด ไชยยันบูรณ์ (2511 :104) ยังพบว่า นักเรียนที่มีความสามารถใน

การเรียนสูงมีความมั่นคงทางอารมณ์ดีกว่ามีความรับผิดชอบดีกว่าและมีความสามารถในการบังคับตนเองมากกว่านักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนต่ำ

4. เปรียบเทียบทัศนคติในการเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับนักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน สูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง นอกจากจะทำให้มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองและมีสูงขึ้นกว่าเดิมแล้ว ยังส่งผลให้นักเรียนมีทัศนคติในการเรียนอีกด้วย เนื่องจากนักเรียนได้เห็นความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ได้ฝึกการวางแผนอนาคตของตนเอง และพยายามปฏิบัติตนให้เป็นไปตามเป้าหมายในอนาคต ซึ่งเกิดจากผลของการกระทำในปัจจุบัน การกระทำที่สำคัญของการเป็นนักเรียนก็คือการเรียน ส่งผลให้นักเรียนมีทัศนคติที่ดีในการเรียน จึงกล่าวได้นักเรียนที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองจึงมีทัศนคติที่ดีในการเรียนสูงกว่าในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์ ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า การจัดกิจกรรมให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ที่ดี เกิดความคิด ความรู้สึกและตอบสนองในทางที่ดีต่อการเรียนแล้ว จะทำให้นักเรียนมีทัศนคติที่ดีในการเรียน ดังเช่น งานวิจัยของ วิชชุดา เตียวกุล (2529 : 32 - 33) ที่พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวกลุ่มมีนิสัยในการเรียนและทัศนคติทางการเรียนดีกว่ากลุ่มควบคุม ศิริรัตน์ ภู่สกลเจริญศักดิ์ (2529 : 63) พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีทัศนคติในการเรียนดีกว่ากลุ่มควบคุม และ อำพัน ทันสม (2535 : 76-79) พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล อารมณ์ มีทัศนคติในการเรียนดีกว่ากลุ่มควบคุม

5. เปรียบเทียบทัศนคติในการเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียน เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มีทัศนคติในการเรียนเพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของสุปรียา อันทิวโรทัย (2529 : 68-70) ที่พบว่า คะแนนเฉลี่ยทางพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง แตกต่างกัน หลังจากศึกษาผลการใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียน และงานวิจัยของพรทิพ ตั้งจิตประสงค์ (2532:64-67) ที่พบว่า เจตคติทางวิทยาศาสตร์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนทุกกลุ่มแตกต่างกัน ในการศึกษา

เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความคงทนในการเรียนรู้และเจตคติทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า เมื่อนักเรียนในกลุ่มทดลองได้เข้ารับฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง จะมีทัศนคติในการเรียนเพิ่มขึ้นจากเดิมที่ยังไม่ได้เข้ารับการฝึก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักเรียนได้รับความรู้และการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชุดฝึก ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเรียน และส่งผลถึงชีวิตในอนาคตของตนเอง นักเรียนจึงมีทัศนคติในการเรียนเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

ในการวิจัยครั้งนี้ ได้สร้างชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา และได้ทำการทดลองใช้ชุดฝึกนี้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งปรากฏผลจากการวิจัยว่า ชุดฝึกนี้มีประสิทธิภาพในการสร้างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองและทำให้ทัศนคติในการเรียนเพิ่มสูงขึ้นอีกด้วย ฉะนั้นครู-อาจารย์ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนในระดับนี้ ควรนำชุดฝึกนี้ไปใช้ฝึกกับนักเรียน กลุ่มอื่น ๆ อีกต่อไป เพื่อให้นักเรียนมีจิตลักษณะดังกล่าวสูงขึ้น อันจะเป็นผลดีต่อการเรียนและการทำงานอื่น ๆ ของนักเรียนอีกด้วย โดยการใช้ชุดฝึกนี้ มีข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

1.1 ผู้ที่จะนำชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองไปใช้ ควรศึกษาและทำความเข้าใจรายละเอียดต่าง ๆ ของชุดฝึก ทั้งในส่วนของขั้นตอนการฝึกและนิยามศัพท์เฉพาะของคำว่า "ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง" ก่อนนำไปใช้

1.2 ในขณะดำเนินการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ผู้ฝึกควรดูแล เอาใจใส่และให้คำแนะนำแก่นักเรียนในการทำกิจกรรมต่าง ๆ

1.3 ควรมีการแสดงผลงานของนักเรียนในแต่ละกิจกรรม เพื่อเป็นการเสริมสร้างความภาคภูมิใจให้กับนักเรียนที่มีผลงานดีเด่น และปลุกเร้าให้นักเรียนคนอื่นสร้างสรรค์ผลงานของตนเองให้ดียิ่งขึ้น

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาผลของการใช้ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองนี้กับนักเรียนที่มีระดับชั้นที่แตกต่างกัน เพื่อเปรียบเทียบคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองของนักเรียนแต่ละระดับชั้นนั้น ๆ

2.2 ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองกับตัวแปรอื่น ๆ เช่น ความเชื่ออำนาจในตน ความมีระเบียบวินัย ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

กนกวรรณ อุ่นใจ.(2535). *ผลของการใช้เทคนิคการพยากรณ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามร้อยยอดวิทยา จังหวัดประจวบคีรีขันธ์.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

ก่อ สวัสดิพาณิชย์.(2513). "การมัธยมศึกษาในประเทศไทย," ใน *ประมวลบทความที่เกี่ยวกับการมัธยมศึกษา.* พระนคร : โรงพิมพ์คุรุสภา.

กอบกุล รังสิยะโรจน์.(2527). *ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมทางบ้านและโรงเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.* วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร.

กัลยา สกุลแก้ว.(2533).*ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเรียน เจตคติต่อครูและผลสัมฤทธิ์การเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กรุงเทพมหานคร.* วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

กาญจนา พูนสุข.(2542).*การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเอง การใช้สัญญาเงื่อนไขเป็นกลุ่มและรายบุคคลต่อพฤติกรรมการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนไทยรัฐวิทยา 27 (บ้านชำเม็ง) อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ.*ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร วิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

กิ่งกาญจน์ ปานทอง.(2545). *ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนตามโครงการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการ (กศ.บป.) คณะวิทยาการจัดการ โปรแกรมวิชานิเทศศาสตร์ สถาบันราชภัฏพระนคร กรุงเทพฯ.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

ขวัญเรือน อาชวิบูลย์.(2527,13 ตุลาคม - ธันวาคม). "การวิเคราะห์การศึกษาในประเทศไทย," *วารสารครุศาสตร์.*

คมคาย อนุจันทร์.(2538). *การเปรียบเทียบผของการควบคุมตนเองและการส่งแรงพฤติกรรมที่ขัดกันเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่.*ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ (จิตวิทยาการศึกษา) : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

จรรจา สุวรรณทัต.(2531).*ประมวลบทความทางวิชาการระหว่างปี พ.ศ. 2526 - 2531 ฉบับอภินันทนาการครบรอบ 33 ปี สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*กรุงเทพฯ:สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

จักรวาล ภูวพันธ์.(2536). *ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนสถานสงเคราะห์เด็กหญิง บ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร.*ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

จันทนา นนทิกร.(2533).*การทดลองใช้ชุดฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะการทำงานโดยวางเป้าหมายสำหรับเยาวชน.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

จันทรา เชาว์วิทยา.(2545). *การเปรียบเทียบผลของการปรับสินไหม การควบคุมตนเองและการเสริมแรงแบบ ดี อาร์ เอ ที่มีต่อพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวรราชาทินัดดามาตุวิทยา อำเภอลาดหลุมแก้ว จังหวัดปทุมธานี.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

ชม ภูมิภาค.(2516). *จิตวิทยาการเรียนการสอน.* กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

ชูชีพ อ่อนโคกสูง.(2518). *จิตวิทยาการศึกษา.* กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน

เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์.(2520). *การวัดทัศนคติและบุคลิกภาพ.*กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ณัฐวัตร ลุณหงส์.(2544).*การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางครอบครัว สังคมและสภาพแวดล้อมกับการควบคุมตนเองและการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน : ศึกษาเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในจังหวัดสมุทรปราการ.* วิทยานิพนธ์ สส.ม. (การจัดการสวัสดิการสังคม) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.ถ่ายเอกสาร.

ดวงเดือน พันธุมนาวินและเพ็ญแข ประจนปัจจนึก.(2520). *จริยธรรมของเยาวชนไทย.* รายงานการวิจัย ฉบับที่ 21. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน.(2526). *ครูกับการปลูกฝังจริยธรรมแก่นักเรียน.* จุลสาร ฉบับที่ 4. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน, อรพินทร์ ชูชมและสุภาพร ลอยด์.(2529). *รายงานการควบคุมอิทธิพลสื่อมวลชนของครอบครัวกับจิตลักษณะที่สำคัญของเยาวชนไทย.* กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน.(2538). *ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม การวิจัยและการพัฒนาบุคคล.* กรุงเทพฯ : โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

ดารณี พานทอง พาลุสุข.(2532).*ทฤษฎีการจูงใจ.* กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

นงนุช โรจนเลิศ.(2533). *การศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองของนักเรียนวัยรุ่น.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

นภาพร เมฆรักษาวนิช.(2515). *ความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยในการเรียน ทัศนคติในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.* วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

นวลละออ สุภาผล.(2527). *ทฤษฎีบุคลิกภาพ.* กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ประมวลศิลป์.

นวลละออ สุภาผล.(2536).*ผลและสะเทือนแห่งโครงการนักเรียนนายร้อยตำรวจฝึกรับใช้ประชาชนในชนบท.* ทำการวิจัยตามความต้องการของโรงเรียนนายร้อยตำรวจ.

นิตยาภรณ์ ด้วงเรือง.(2540). *การเปรียบเทียบผลของการใช้การควบคุมตนเองกับการใช้สัญญาเงื่อนไขเพื่อลดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพิปูนสังฆรักษ์ประชาอุทิศ อำเภอพิปูน จังหวัดนครศรีธรรมราช.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

บุญรับ ศักดิ์มณี.(2532). *การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อการพัฒนาพฤติกรรมการทำงานราชการ.*ปริญญานิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

ปภาวดี แจ้งศิริ.(2527). *ผลของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.* วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.

ประทุมมาศ ตรีวัย.(2530). *การศึกษาความอดทนในการศึกษาเล่าเรียนของนักเรียนที่มีภูมิหลังต่างกัน.*ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

ประเทือง ภูมิภัทราคม.(2540). *การปรับพฤติกรรม : ทฤษฎีและการประยุกต์.* กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

ประเพ็ญ สุวรรณ.(2520). *ทัศนคติ : การวัดและการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย.* กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์.(2536). *การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น.* กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

พนิดา สินสุวรรณ.(2527). *การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในวิชาสังคมศึกษา เรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อม ด้วยการสอนโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนแบบบรรยาย.* วิทยานิพนธ์ สส.ม. (การสอนสังคมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.ถ่ายเอกสาร.

พรทิพ ตั้งจิตประสงค์.(2532). *การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความคงทนในการเรียนรู้และเจตคติทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยการใช้หนังสืออ่านเพิ่มเติมที่เน้นกับไม่เน้นการเสนอเนื้อหาตามขั้นตอนของวิธีการทางวิทยาศาสตร์.*ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (วิทยาศาสตร์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

พรทิพย์ เจนจริยานนท์.(2542). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดตรัง.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์.(2530). *เอกสารคำสอนวิชาวิจัย 521 : วิธีวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์.*กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

พวงสร้อย วรกุล.(2522). *การเปรียบเทียบสภาพปัญหาในการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

พิทยา อึ้งบุญชู.(2538). *การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษาด้วยการสอนแบบแก้ปัญหาโดยใช้เทคนิคการพัฒนาแบบยั่งยืน.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา) กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

พิไลวรรณ แตงขาว.(2545). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

พิสิทธิ์ สารวิจิตร.(2508). *คู่มือพัฒนาเพื่อความรุ่งโรจน์และส่งเสริมความก้าวหน้านักเรียน (ภาคที่ 1).*เอกสารประกอบคำบรรยาย.กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

เพ็ญแข ประจนปัจจนึก.(2527). "ลักษณะมุ่งอนาคต," ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรมหน่วยที่ 9-15.* กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

ไพโรจน์ โตเทศ.(2531,มีนาคม). "อนาคตกลุ่มประสบการณ์ที่ควรมีในหลักสูตรประถมศึกษา, " *วารสารการศึกษา.* กรุงเทพมหานคร. 11(6) :18-21.

ภรณี อินทศร.(2526).*ผลของการใช้วิธีการควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.* ปริญญานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร.

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บัณฑิตวิทยาลัย.(2540).*คู่มือการเรียบเรียงปริญญานิพนธ์.* กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์วิชัยพาณิชย์และการพิมพ์.

มาลี วิทยาธรรัตน์. (2540) . *ผลของการฝึกการมุ่งอนาคตแก่เด็กในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

รังสรรค์ เพ็งนู.(2531). *อนาคตศาสตร์และการแนะแนวเชิงอนาคต.*ราชบุรี : โรงเรียนหนองโพวิทยา.

รัตนา ประเสริฐสม.(2526). *การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยของ* ปริญญานิพนธ์ กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร) กรุงเทพฯ :บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

ละดา ดอนหงษา.(2531). *ผลของการฝึกทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่สอนโดยเกมฝึกทักษะและโดยแบบฝึกทักษะ.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (วิทยาศาสตร์การศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

วัฒนา พุ่มเล็ก.(2513). *การศึกษาเปรียบเทียบองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมฤทธิผลทางการเรียนของนักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนสูง กับนักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนต่ำระดับชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร.

วันชัย ดนัยตโมนุท.(2536). *คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในจังหวัดปทุมธานี.* ปริญญานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

วันเพ็ญ แก่นกระจ่าง.(2535). *ผลการใช้วิดีทัศน์ที่มีต่อเจตคติทางอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2.* วิทยานิพนธ์ กศ.ม. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยนเรศวร.ถ่ายเอกสาร.

วารุณีย์ จันทร์แสงสุก.(2525). *ผลของการสังเกตและการเสริมแรงตนเองตามทฤษฎีพรีแมคต่อพฤติกรรมไม่สนใจการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียน*

วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.ถ่ายเอกสาร.

วิชชุดา เตียวกุล.(2529). *ผลการใช้กิจกรรมแนะแนวกลุ่มต่อนิสัยในการเรียนและทัศนคติทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.* วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร

ศศวรรณ เทศศรีเมือง.(2535). *การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการชี้แนะที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีราชินูทิศ จังหวัดอุดรธานี.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

ศิริรัตน์ ภู่สากลเจริญศักดิ์. (2529). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์ส ที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สดใส นิยมจันทร์.(2541). *การศึกษาปัญหาด้านการเรียน ส่วนตัวและสังคม และวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สมคิด ไชยยันบูรณ์.(2511). *การศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพบางด้านของนักเรียน ที่มีความสามารถในการเรียนสูง กับนักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนต่ำ ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.* วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สมจิตต์ เพิ่มพูล.(2532). *การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนวิชาสังคมโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนตามคู่มือครู.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สมดุลย์ ชาญนุวงค์.(2533). *คุณลักษณะทางจิตใจของประชากรไทยที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านที่มีระดับการพัฒนาต่างกัน.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สุกัญญา แย้มยิ้ม.(2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจเรียนของนักเรียนหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยสารพัดช่างสี่พระยา กรุงเทพมหานคร.*ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สุจริต เพียรชอบ.(2530,เมษายน–มิถุนายน)."มองหลักสูตรมัธยมศึกษา : ปัจจุบันและอนาคต," *วารสารครุศาสตร์.* 15(4) : 27-36.

สุดฤทัย มุขยวงศา. (2533).*ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวความคิดพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.* วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

สุนันท์ ปรีชาชัยรุรัตน์ .(2542). *การใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สุปรียา อันทิวโรทัย.(2529). *ผลการใช้แม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนจันทณประดิษฐารามวิทยาคม กรุงเทพฯ.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สุพจน์ พันธนียะ.(2535). *การส่งเสริมการอ่านโดยใช้ตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมรักการอ่านในนักเรียนชั้นประถมศึกษา.*ปริญญานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สุพล วังสินธ์.(2530,ธันวาคม – 2534,มกราคม). "องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางจริยธรรม, " *วารสารแนะแนว.* 25 (132) : 31-35.

สุพัตรา วิจิตรโสภา. (2532). *ศึกษาองค์ประกอบบางประการที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

สุพิชชา กลิ่นบุหงา.(2540). *ผลของการใช้โปรแกรมการแนะแนวแบบกลุ่มย่อยที่มีต่อการตระหนักในอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.*วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร.

สุรศักดิ์ หลาบมาลา. (2527,ตุลาคม). "เขาสอนให้เด็กมองอนาคต," *สารพัฒนาหลักสูตร.* 31 : 14-15.

สุรัมภา รอดมณี.(2540). *การประเมินผลการปฏิบัติงานอนามัยชุมชนที่มีต่อจิตลักษณะของนักศึกษาพยาบาลตำรวจชั้นปีที่ 4.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

โสภา มะเครือสี. (2537). *การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักศึกษาวิชาชีพหลักสูตรระยะสั้น วิทยาลัยสารพัดช่างศรีสยาม.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

อรสา ไทยการุณวงศ์.(2528). *ผลการใช้การควบคุมสิ่งเร้าในการเพิ่มพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2.*วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร.

อัจฉรา สุขารมณ์และอรพินทร์ ชูชม. (2532).*องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น.*กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อำพัน ทันสม.(2535). *ผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเมืองสรวงวิทยาจังหวัดร้อยเอ็ด.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

อุบล วุฒิญาสิทธิ์.(2527).*กระบวนการควบคุมตนเองเพื่อลดความวิตกกังวลในการเตรียมตัวสอบคัดเลือกเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ.* วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร.

อุบลรัตน์ เต็งไตรลักษณ์.(2520,ธันวาคม). "การศึกษาในอนาคต," *วารสารสภาการศึกษาแห่งชาติ.* 11(2) : 28-40.

Allport, Gordon W.(1935). "Attitude," In C. Mirchison (ED). *A Handbook of Social Psychology.*Worcester, Massachusett : Clark University Press.

Ballard, Keith D. and Ted Glynn. (1975). "Behavioral Self-Management in Story Writing with Elementary School Children. " *Journal of Appied Behavior Analysis.* Vol.8 : 387-398.

Bolstard, Orin D. and Stephen M. Johnson. (1972). "Self-Regulation in the Modification of Disruptive Classroom Behavior," *Journal of Behavior Analysis.*Vol.5 : 443 – 454.

Briggs, Richard D., Tosi, Donald J. and Morley, Rosemary M. (1971,April). "Study Habits Modification and Its Effect on Academic Performance : A Behavioral Approach," *Journal of Educational Research.* Vol.64 : 347-350.

Clore, Gerald L. and Robert M. Bray. (1978,April). "The Effects of Children's Stories on Behavior and Attitudes Modeling and Vikcarious Role Playing," *Resourcess in Education (ERIC).* 13 : 156.

Comier,Williams H.and Comier,Sherilyn L. (1979). *Interviewing Strategies for Helpers : A Guide to Assesment. Treatment and Evaluation.* Californai : Brookl/cole.

D. Katz. (1960). "The Function Approach to the Study of Attitudes," *Public Quarterly.*

Drabman, Ronald S ; Spitalnik, Robert ; and O'Leary, Daniel, K. (1973). "Teaching Self-Control to Disruptive Children,"*Journal of Abnormal Phycology.*Vol.82 : 10-16.

Flannigan. Michael William.(1970). "A Student of Attitude Change Through Group Process," *Dissertation Abstracts Internation.*

Hatten,Timothy Scott. (1993). *Student attitude toward entrepreneurship as affected by participation in a small business institute program.* Disseration Ph.D. Columbia : Graduate School University of Missouri – Columbia.Photocopy.

Hildreth,(1975). Ernest R. Introduction to phycology. 4th ed., New York Harcourt Brace and Hovanonich.

Kazdin, Alan E. (1984). *Behavior Modification in Applied Settings 3 rd ed.* Homewood, Ilinois : The Dorsey Press.

Kahle, Alice L. and Mary Lou Kelley. (1994). "Children's Homework Problems : A Comparision of Goal Setting and Parent Training, "*Journal of Applied Behavior Analysis.* 275 – 290.

Lamm,H,Schmidt,R.W.,and Trommsdorff. (1976). "Sex and Socail lass as Determinants of Future Orientation in Adolescent," *Journal of Personality and Socail Psychology.* 34(3) : 317-326.

Miltion Rokeach, Beliefs. (1970). *Attitudes and Values.* Sanfrancisco : Jossey-Bass Inc. Publisher.

Mischel,W. (1974). "Process in Delay of Gratification," in L. Berkowitz (ed.) *Advances in Experimental Social Psychology.* Vol. 7 : 249-293. New York : Academic Press

Nurmi, J.E. (1994). "How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning, " *Development Review.* Vol.11 : 1-59.

Olympia, Daniel E. and others.(1994). "Using Student – Managed Interventions to Increase Homework Completion and Accuracy, " *Journal of Applied Behavior Analysis.*85-99.

Perri M.G. and C.S. Richard. (1977). "An Investigation of Naturally Occuring Episodes of Self-Controlied Behavior,"*Journal of Counseling Psychology.* Vol.24 : 177-183.

Pettus, Alvin M. and Dillard C. Haley. (1980.,April). "Imdentiflying Facters Related to Science Process Skills Performance Levels, " *School Science and Mathematics*.Vol.80 : 273-277.

Sagotasky, Gerald, Charlotte Patterson, J. and Mark R. Lepper. (1978, November-December). "Training Children's Self- Control : a Field Experiment in Self-Monitoring and Good Setting in the Classroom," *Journal of Experimental Child Psychology*.25(6) : 241-253.

Schiamberg, Lawrence B. (1988). *Child and Adolescent Development*. New York : Macmillan Publishing Company.

Thornburg. Hershel D. (1975., January). "Attitude Determinants in Holding Droupout in School." *The Journal of Education Reserch*. Vol.68 :181-185.

Vollmer, Timothy R. and others. (1999). "Evaluation Self-Control and Impulsivity in Children with Severe Behavior Disorder," *Journal of Appied Behavior Analysis*. Vol.32 : 451-456.

Wright, D. (1975). *The Psychology of Moral Behavior*. Middlesex, England : Penquin Book Ltd.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตรจารย์ ดร.นวลละออ สุภาผล	อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. ผู้ช่วยศาสตรจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา	อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
3. อาจารย์สมเกียรติ ทิพยทัศน์	อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
4. รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์	รองผู้อำนวยการ ฝ่ายกิจการพิเศษ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามลักษณะทางชีวสังคม

2. แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

3. แบบสอบถามทัศนคติในการเรียน

แบบสอบถามลักษณะทางชีวสังคม

คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมรายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของนักเรียนตามความเป็นจริงในปัจจุบัน

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

2. ระดับเศรษฐกิจ

รายได้ทั้งสิ้นของครอบครัวของข้าพเจ้า ประมาณเดือนละ

☐ ไม่เกิน 8,000 บาท

☐ 8,001 – 13,000 บาท

☐ สูงกว่า 13,000 บาท

รายได้ข้างต้นใช้เลี้ยงดูคนในครอบครัวจำนวน ..... คน

3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ระดับผลการเรียนเฉลี่ยของข้าพเจ้า ตั้งแต่ ม.1 - ม.3 ของข้าพเจ้า

☐ ต่ำกว่า 2.00

☐ 2.01 - 2.50

☐ 2.51 - 3.00

☐ สูงกว่า 3.00

แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

คำชี้แจง แบบสอบถามฉบับนี้ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและการปฏิบัติตนของนักเรียนเกี่ยวกับการเรียนในปัจจุบัน

คำสั่ง ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วแสดงเครื่องหมาย " / " ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด เพียงแห่งเดียว

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริงเลย
1. ข้าพเจ้าส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามกำหนดเวลา				
2. ข้าพเจ้าจะแบ่งเวลาสำหรับทำการบ้านหรือทบทวนบทเรียน				
3. ข้าพเจ้าต้องเตรียมการจัดกระเป๋าล่วงหน้าก่อนวันที่มีเรียนเสมอ				
4. ข้าพเจ้าต้องทำการบ้านให้เสร็จก่อนที่จะทำกิจกรรมพักผ่อนอื่นๆ				
5. วิชาใดที่ข้าพเจ้าไม่อยากเรียนข้าพเจ้าจะไม่ตั้งใจเรียน				
6. ข้าพเจ้าคุยเล่นหยอกล้อกับเพื่อน ๆ ได้ทุกเมื่อไม่ว่าเวลาใด				
7. ข้าพเจ้าแอบกินขนม เคี้ยวหมากฝรั่ง ขณะเรียนอยู่เสมอ				
8. ข้าพเจ้าแอบทำการบ้านวิชาหนึ่ง ขณะเรียนอีกวิชาหนึ่ง				
9. หากสงสัยเกี่ยวกับเรื่องเรียนข้าพเจ้าจะพยายามหาคำตอบให้ได้				
10. ข้าพเจ้าพยายามแต่งกายให้ถูกระเบียบอยู่เสมอ				
11. ข้าพเจ้าไม่เคยทำแบบฝึกหัดได้ตามจำนวนข้อที่ตั้งใจไว้				
12. ข้าพเจ้าคิดว่าเมื่อเลือกเรียนมัธยมปลายแล้วจะต้องพยายามสอบเข้ามหาวิทยาลัยให้ได้				
13. ข้าพเจ้าเรียนพิเศษมาแล้วการเรียนในห้องจึงไม่ใช่เรื่องสำคัญ				
14. คะแนนเพียง 1-2 คะแนนไม่อาจทำให้ผลการเรียนเฉลี่ยลดลงได้				
15. ข้าพเจ้าตัดสินใจไม่ดูรายการโปรดเพราะต้องอ่านหนังสือสอบ				
16. ข้าพเจ้าต้องจัดตารางการอ่านหนังสือ ทุกครั้งที่มีการสอบ				
17. ข้าพเจ้าไม่อยากลอกการบ้านเพื่อนเพราะกลัวตอนสอบจะทำไม่ได้				
18. ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองไม่ใช่คนฉลาดจึงพยายามตั้งใจเรียนและทำงานส่งให้ครบทุกครั้งเพื่อสะสมคะแนนเก็บ				
19. ข้าพเจ้าไม่เคยถูกตักเตือนหรือถูกจับทุจริตในการสอบ				
20. ไม่ใช่เรื่องแปลกที่ข้าพเจ้าลอกการบ้านส่ง เพราะใครๆ ก็ลอกทั้งนั้น				

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงเล็กน้อย	ไม่จริงเลย
21. เมื่อทราบว่าในการสอบเข้ามหาวิทยาลัยต้องใช้คะแนน GPA ข้าพเจ้าจึงเริ่มปรับปรุงพฤติกรรมการเรียนของตนเอง				
22. ข้าพเจ้ายังคงพยายามและอดทนในการอ่านหนังสือสอบครั้งนี้ แม้ผลการสอบครั้งก่อนจะไม่เป็นอย่างที่ตั้งใจ				
23. ข้าพเจ้าเข้าห้องเรียนสายเป็นประจำ				
24. ข้าพเจ้าเสียใจและผิดหวังกับคะแนนสอบที่ได้ จึงพยายามหาเทคนิคการเรียนให้ประสบความสำเร็จ				
25. ข้าพเจ้าตอบคำถามได้ว่า ถ้าเรียนจบแล้วจะประกอบอาชีพอะไร				
26. ข้าพเจ้าไม่เคยถูกอาจารย์เตือนเรื่องคุยเล่นในห้องเรียนเลย				
27. ข้าพเจ้ารู้สึกชื่นชมคนฉลาดเรียนเก่งข้าพเจ้าอยากเป็นอย่างนั้นบ้าง				
28. แม้ไม่ได้ไปเที่ยวก็ต้องยอมเพราะอีกไม่กี่วันก็จะสอบแล้ว				
29. ข้าพเจ้าจะไม่กระทำพฤติกรรมที่เป็นเหตุให้หมดสภาพการเป็นนักเรียนโดยเด็ดขาด				
30. ข้าพเจ้าไม่เคยถูกตำหนิเรื่องการบ้านหรืองานที่ได้รับมอบหมายเลย				

แบบสอบถามทัศนคติในการเรียน

คำชี้แจง แบบสอบถามฉบับนี้ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อการเรียน

คำสั่ง โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วแสดงเครื่องหมาย " / " ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด เพียงแห่งเดียว

ข้อความ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ค่อนข้างเห็นด้วย	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
1. ทุกวิชาที่เรียนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ทั้งสิ้น				
2. ข้าพเจ้าโชคดีกว่าหลายคนที่ไม่มีโอกาสได้เรียนหนังสือ				
3. ข้าพเจ้าคิดว่าไม่รู้ว่าเราจะเรียนกันไปทำไมมากมาย ไม่นานก็ลืม				
4. ข้าพเจ้าคิดว่าการเรียนทำให้เราคิดและตัดสินใจได้ดีขึ้น				
5. ถ้าข้าพเจ้าเกิดมาเป็นเศรษฐีแล้ว ข้าพเจ้าจะไม่เรียนหนังสือเลย				
6. เป็นเพราะความต้องการของผู้ปกครอง ข้าพเจ้าจึงต้องมาเรียน				
7. การเรียนมีอุปสรรคมากมาย ข้าพเจ้ารู้สึกท้อใจและไม่อยากเรียน				
8. ข้าพเจ้ารู้สึกดีใจ เมื่อทราบว่าอาจารย์ไม่เข้าสอน				
9. ข้าพเจ้ารอคอยเวลาที่จะได้กลับบ้าน				
10. ข้าพเจ้าอยากมาโรงเรียนทุกวัน				
11. ข้าพเจ้าไม่ชอบเลย ที่ต้องปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน				
12. ข้าพเจ้าไม่อยากเข้าเรียน วิชาที่ไม่ชอบ				
13. ข้าพเจ้าไม่เคยรู้สึกเบื่อการเรียนเลย				
14. ผลการเรียนของข้าพเจ้าขึ้นอยู่กับดวง ดังนั้นจึงไม่ต้องตั้งใจเรียน				
15. ข้าพเจ้าเข้าเรียนตรงเวลาทุกครั้ง				
16. ข้าพเจ้าเตรียมอุปกรณ์การเรียนมาครบเสมอ				
17. สมุดและหนังสือของข้าพเจ้า อยู่ในสภาพดีเสมอ				
18. ข้าพเจ้าไม่ชอบนั่งเรียนด้านหลังห้องเลย เพราะเรียนไม่รู้เรื่อง				
19. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่พอใจ เมื่อเพื่อน ๆ คุยหรือเล่นกันขณะเรียน				
20. ข้าพเจ้าส่งงานที่ได้รับมอบหมายทุกครั้ง				
21. บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าไม่มีสมาธิในการเรียน				
22. ใคร ๆ ก็ชื่นชมว่าข้าพเจ้าเป็นนักเรียนที่ตั้งใจเรียน				
23. กิจกรรมที่โรงเรียนส่วนใหญ่เป็นการบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ต้องการ				
24. ข้าพเจ้าคิดว่าคนที่เรียนเก่งจะมีโอกาสเข้ามหาวิทยาลัยได้มากกว่าคนที่เรียนอ่อน				

แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถาม 30 ข้อ แบ่งเป็นด้านที่วัดลักษณะมุ่งอนาคตและด้านที่วัดการควบคุมตนเอง

1. ลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 15 ข้อ
   ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 3,9,12,17,18,19,21,22,24,25,27,28,29
   ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 14,20
2. การควบคุมตนเอง จำนวน 15 ข้อ
   ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 1,2,4,10,15,16,26,30
   ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 5,6,7,8,11,13,23

แบบวัดทัศนคติในการเรียน

แบบวัดทัศนคติในการเรียน ประกอบด้วยข้อคำถาม 24 ข้อ แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1.ความรู้เชิงประเมินผล 2. ความรู้สึกพอใจ และ 3.ความพร้อมกระทำ

1. ความรู้เชิงประเมินผล จำนวน 8 ข้อ
   ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 1,2,4,24
   ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 3,5,6,14
2. ความรู้สึกพอใจ จำนวน 8 ข้อ
   ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 13,18,19,22
   ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 7,8,11,12
3. ความพร้อมกระทำ จำนวน 8 ข้อ
   ข้อความทางบวก ได้แก่ ข้อ 10,15,16,17,20
   ข้อความทางลบ ได้แก่ ข้อ 9,21,23

ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

การฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

แนวคิด

ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง เป็นจิตลักษณะที่ทำให้บุคคลมีจิตใจสูง สามารถคาดการณ์อนาคต เล็งเห็นว่าการกระทำใดที่ส่งผลดีหรือผลเสียต่ออนาคตของตนเอง มีเป้าหมายในการเรียน คิดวิธีการและกำหนดขั้นตอนการปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายด้านการศึกษาในอนาคตของตนเองได้ รู้จักบังคับจิตใจและการกระทำของตน มีความอดทนไม่ให้เปลี่ยนแปลงไปตามสิ่งเร้าภายนอกอันจะทำให้เกิดความล้มเหลวในการเรียน แต่ให้เป็นไปตามแนวทางที่เหมาะสม โดยไม่ต้องใช้การบังคับขู่เข็ญจากอำนาจภายนอก ตามขั้นตอนที่วางแผนการไว้ ทั้งที่มีและไม่มีผู้อื่นรู้เห็น ปรับปรุงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ตลอดจนประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้

จุดประสงค์ของการฝึก

1. เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการคาดการณ์อนาคต คิดวิธีการและกำหนดขั้นตอนการปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายด้านการศึกษาในอนาคตของตนเองได้
2. เพื่อให้รู้จักบังคับจิตใจและการกระทำของตน ให้มีความอดทนไม่เปลี่ยนแปลงไปตามสิ่งเร้าภายนอกอันจะทำให้เกิดความล้มเหลวในการเรียน
3. เพื่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อการเรียน ปรับปรุงพฤติกรรมการเรียนให้เหมาะสม ตามขั้นตอนที่วางแผนการไว้และประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้

กิจกรรม

ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ประกอบด้วยกิจกรรมการฝึกมุ่งอนาคต จำนวน 5 กิจกรรม และกิจกรรมการฝึกควบคุมตนเอง จำนวน 5 กิจกรรม รวมทั้งสิ้น 10 กิจกรรม ตามหัวข้อต่อไปนี้

1. กิจกรรมฝึกมุ่งอนาคต : ทำไมต้องวางแผนชีวิต
2. กิจกรรมฝึกมุ่งอนาคต : อยากเป็นอย่างใคร
3. กิจกรรมฝึกมุ่งอนาคต : เรื่องของ “ทอฝัน”
4. กิจกรรมฝึกมุ่งอนาคต : สถานการณ์ที่พึงปรารถนา
5. กิจกรรมฝึกมุ่งอนาคต : การวางแผนชีวิตเพื่อไปสู่เป้าหมายในอนาคต
6. กิจกรรมฝึกควบคุมตนเอง : สังเกตพฤติกรรมตนเอง
7. กิจกรรมฝึกควบคุมตนเอง : วิเคราะห์ตนเอง
8. กิจกรรมฝึกควบคุมตนเอง : ผลการเรียนกับอนาคตของข้าพเจ้า
9. กิจกรรมฝึกควบคุมตนเอง : สังเกตพฤติกรรมที่ตั้งใจจะกระทำ
10. กิจกรรมฝึกควบคุมตนเอง : พฤติกรรมของข้าพเจ้า

กิจกรรมที่ 1

ทำไมต้องวางแผนชีวิต

กิจกรรมที่ 1

กิจกรรม ทำไมต้องวางแผนชีวิต

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของอนาคตและประโยชน์ของการวางแผนชีวิต

สื่อ 1. ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 1
2. บทบรรยายประกอบชุดฝึก สำหรับผู้ฝึก

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายและวิธีดำเนินการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง

ขั้นฝึก

1. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 1
2. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
3. ผู้ฝึกบรรยายความสำคัญของอนาคต ตามบทบรรยายประกอบชุดฝึก
4. ให้นักเรียนเขียนตอบคำถามท้ายกิจกรรม
5. สุ่มนักเรียนเพื่อนำเสนอคำตอบซึ่งจะมีทั้งที่ตอบได้และตอบไม่ได้ ผู้ฝึกอธิบายเพิ่มเติมว่า ถ้าไม่รู้จักคิดคาดการณ์ วางแผนการปฏิบัติตนในปัจจุบัน ก็จะไม่รู้ว่าอนาคตเป็นอย่างไร

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุปถึงความสำคัญของอนาคตและประโยชน์ของการวางแผนชีวิต

การประเมินผล

นักเรียนอภิปรายสรุปความสำคัญของอนาคตและประโยชน์ของการวางแผนชีวิตได้

ทำไมต้องวางแผนชีวิตด้วย ?

การรู้จักวางแผนชีวิตที่ดี จะต้องเริ่มต้นจาก...

การรู้จักชีวิตของนักเรียนเองตั้งแต่เล็กจนโต

เพื่อจะได้เป็นแนวทางการใช้ชีวิตในอนาคตว่าควรเป็นเช่นไร

นักเรียนอาจสงสัยว่า

ที่ผ่านมาก็ไม่เห็นต้องวางแผนอะไรเลย

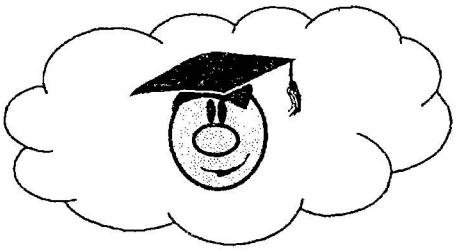
ชีวิตก็ดำเนินไปได้และอยู่มาถึงทุกวันนี้

แต่นักเรียนจะรู้หรือไม่ว่า

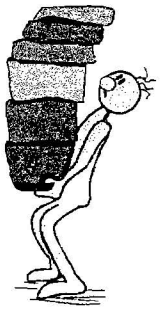
ชีวิตของเรานั้น ในทุกนาทีต้องมีการวางแผนทั้งสิ้น

ไม่ว่าเราจะรู้ตัวหรือไม่ก็ตาม

ตัวอย่าง

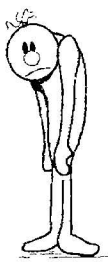


ถ้านักเรียนต้องการเรียนจบจนได้รับปริญญา



นักเรียนก็ต้อง***วางแผน***แล้วว่า
นักเรียนจะเรียนอย่างไร
ขยันขันแข็งมากเพียงไร
และต้องขวนขวายอย่างไร

นักเรียน ***ไม่มีการวางแผนเลย***
นักเรียนก็จะ ***ไม่มีวันได้พบกับสิ่งที่ปรารถนา***



ที่กล่าวมาแล้ว เป็นเพียงตัวอย่างในชีวิตประจำวัน ที่นักเรียนจะต้องคิด และวางแผน เช่น จะเรียนอะไร?

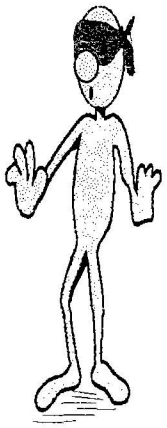
จะประกอบอาชีพอะไร?

จะใช้ชีวิตในอนาคตทำอะไร?

♥ ถ้านักเรียนไม่เริ่มคิดตั้งแต่วันนี้

ชีวิตของนักเรียนก็จะสะเปะสะปะ

หาทิศทางไม่ได้ ล่องลอยไปตามยถากรรม



เข้าอะไรได้ก็เรียนไป สมัครงานอะไรได้ก็ทำไป

♥ ถ้าเป็นเช่นนั้น ชีวิตของนักเรียนย่อมจะหลงทาง

คล้ายว่าวที่ขาดลอย ไม่ช้าก็ต้องตกลง

และหมดสิ้นหนทางไปในที่สุด

วันนี้
นักเรียนตอบคำถามได้หรือไม่ว่า...

เป้าหมายชีวิตของนักเรียน
คืออะไร

นักเรียนเริ่มต้นวางแผนชีวิตแล้วหรือยัง

บทบรรยาย สำหรับผู้ฝึก

อนาคต คือ สิ่งที่ยังมาไม่ถึง เรายังไม่ทราบว่าอนาคตของเราจะเป็นอย่างไร แต่เราสามารถคาดการณ์อนาคตและวางแผนการปฏิบัติตนให้เป็นไปในทิศทางที่เราวางเป้าหมายไว้ได้

ขณะนี้ นักเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งเป็นปีแรกของระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย การที่นักเรียนจะเริ่มต้นคิดคาดการณ์อนาคต และวางแผนการปฏิบัติตนเพื่อเป้าหมายที่กำหนดอย่างมีเหตุผล ก็จะเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมที่สุด เพื่อนักเรียนจะได้เป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต ซึ่งดวงเดือน พันธุมนาวิน กล่าวว่า บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะหนึ่งของความเป็นพลเมืองดีและเป็นลักษณะหนึ่งซึ่งจะทำให้บุคคลมีความเพียรพยายามต่อสู้อุปสรรคเพื่อความเจริญของตนเองและส่งผลต่อประเทศชาติ

บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจะเป็นบุคคลที่มีความสามารถทางสติปัญญา ในการคิดคาดการณ์ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอย่างมีเหตุผล เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตนให้เป็นไปในแนวทางที่เหมาะสมในปัจจุบัน ตลอดจนสามารถวางแผนการปฏิบัติตนอย่างมุ่งมั่น เพื่อความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต แทนที่จะได้รับผลเล็กน้อยในปัจจุบัน ซึ่งไรท์ (Wright. 1975 : 298) กล่าวว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะเป็นผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ และไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย ซึ่งจะเห็นว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจัดว่าเป็นผู้ที่มีจริยธรรมสูง

การรู้จักวางแผนที่ดี จะต้องเริ่มต้นจาก การรู้จักชีวิตของนักเรียนตั้งแต่เล็กจนโต เพื่อจะได้เป็นแนวทางการใช้ชีวิตในอนาคตว่า ควรเป็นเช่นไร

นักเรียนอาจสงสัยว่า ที่ผ่านมาก็ไม่เห็นต้องวางแผนอะไรเลย ชีวิตก็ดำเนินไปได้และอยู่มาถึงทุกวันนี้ แต่นักเรียนจะรู้หรือไม่ว่า ชีวิตของเรานั้น ในทุกนาทีต้องมีการวางแผนทั้งสิ้น ไม่ว่าเราจะรู้ตัวหรือไม่ก็ตาม

ถ้านักเรียนต้องการเรียนจนจบและได้รับปริญญา นักเรียนก็ต้องวางแผนแล้วว่านักเรียนจะเรียนอย่างไร ขยันขันแข็งมากเพียงไร และต้องขวนขวายอย่างไร แต่ถ้านักเรียนไม่มีการวางแผนเลย นักเรียนก็จะไม่มีวันได้พบกับสิ่งที่ปรารถนา

ที่กล่าวมาแล้ว เป็นเพียงตัวอย่างในชีวิตประจำวัน ที่นักเรียนจะต้องคิดและวางแผน เช่น จะเรียนอะไร จะประกอบอาชีพอะไร จะใช้ชีวิตในอนาคตทำอะไร ถ้านักเรียนไม่เริ่มคิดตั้งแต่วันนี้ ชีวิตของนักเรียนก็จะสะเปะสะปะ หาทิศทางไม่ได้ ล่องลอยไปตามยถากรรม เข้าเรียนอะไรได้ก็เรียนไป สมัครงานอะไรได้ก็ทำไป ถ้าเป็นเช่นนั้น ชีวิตของนักเรียนย่อมจะหลงทาง คล้ายว่าวที่ขาดลอย ไม่ช้าก็ต้องตกลงและหมดสิ้นหนทางไปในที่สุด

กิจกรรมที่ 2

อยากเป็นอย่างใคร

กิจกรรมที่ 2

กิจกรรม อยากเป็นอย่างใคร

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อให้นักเรียนเห็นประโยชน์ของการกระทำของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต และเห็นโทษของการกระทำของบุคคลที่ไม่มีลักษณะมุ่งอนาคต
2. เพื่อให้นักเรียนบอกความแตกต่างของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตกับบุคคลที่ไม่มีลักษณะมุ่งอนาคต

สื่อ 1. ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 2
2. บทบรรยายประกอบชุดฝึก สำหรับผู้ฝึก

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

ทบทวน ผลจากกิจกรรมที่ 1 ทำให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการวางแผนชีวิต ซึ่งเป็นพฤติกรรมของบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต

ขั้นฝึก

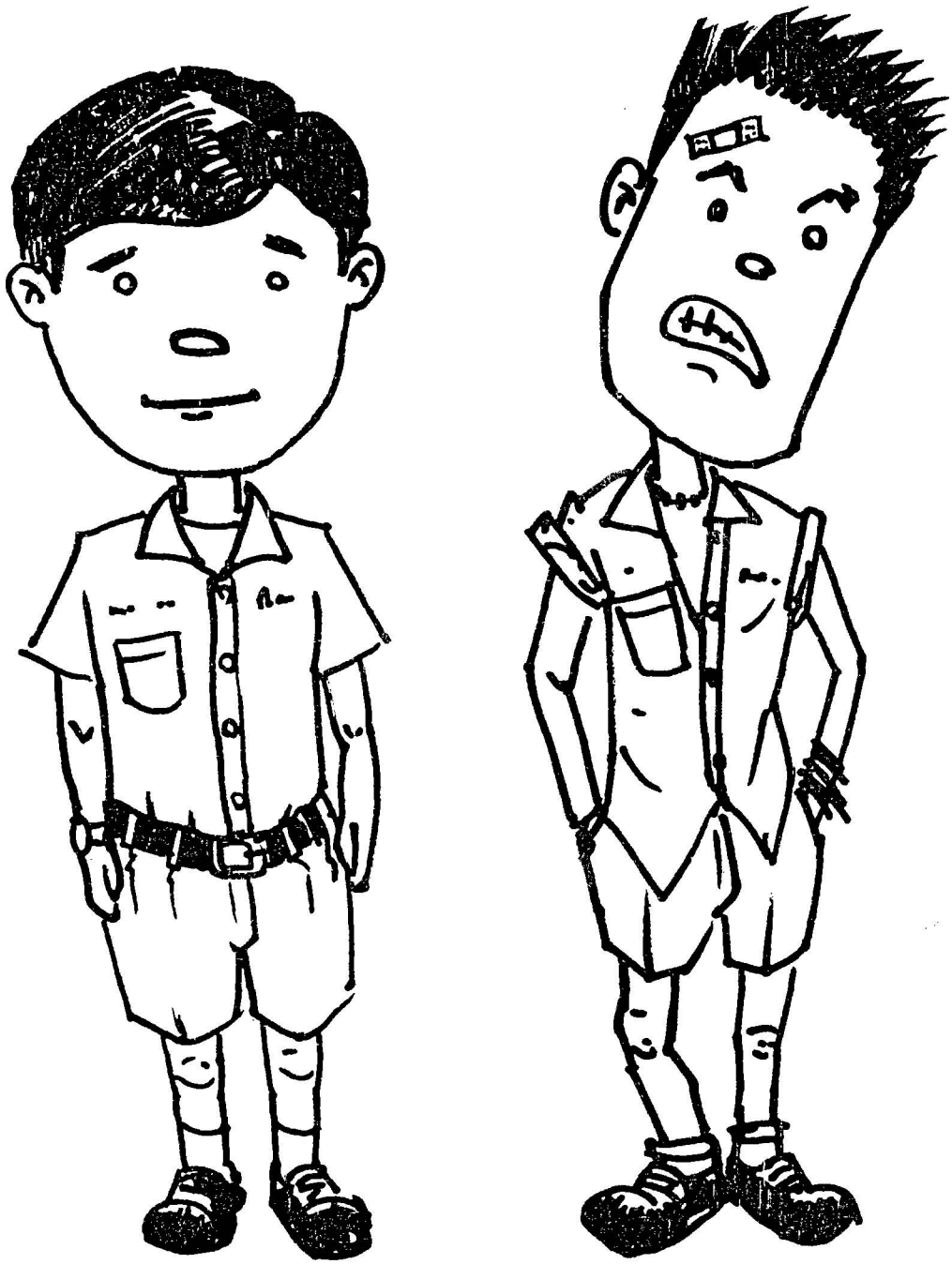
1. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
2. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 2
3. ให้นักเรียนดูภาพประกอบคำบรรยาย ผู้ฝึกบรรยายภาพตามบทบรรยาย
4. ให้นักเรียนตอบคำถามท้ายกิจกรรม
5. ร่วมกันอภิปรายคำตอบ

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุปประโยชน์ของการเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและโทษของบุคคลที่ไม่มีลักษณะมุ่งอนาคต

การประเมินผล

นักเรียนอภิปรายสรุปความสำคัญของอนาคตและประโยชน์ของการวางแผนชีวิตได้



นายเฉื่อย ชอบสบาย

เป็นบุคคลที่ชอบความสบาย

เขาจะไม่ยอมลำบากเลยแม้แต่น้อย

ชีวิตของนายเฉื่อย ชอบสบาย

ตั้งแต่เล็กจนโตไม่เคยคิดถึงวันข้างหน้า

ไม่เคยคิดวางแผนว่าต่อไปจะทำอะไร

สิ่งไหนที่ทำจะเกิดผลดี ผลเสียอย่างไร ไม่เคยคิด

ไม่รู้ว่าถูกหรือผิด

เขารู้แต่เพียงว่าได้ทำในสิ่งที่อยากทำ

ไม่คิดคาดการณ์ว่าถ้าทำแล้วความสุขเพียงเล็กน้อยในตอนนี้

แต่อาจนำความเดือดร้อนตามในวันข้างหน้า

เขามักจะรอคอย ให้ความสำเร็จเดินทางมาหา

ซึ่งทุกคนก็ทราบอยู่แล้วว่า เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยาก

ห้องนอนของนายเฉื่อย ชอบสบาย

ด้วยความที่เขาเป็นคนที่รักความสบาย

ห้องของเขาจึงสกปรก เพราะไม่เคยทำความสะอาด

ไม่เคยจัดให้เป็นระเบียบ

กลับจากโรงเรียนก็ไม่เคยคิดจะทำการบ้านหรือทบทวนบทเรียน

ทิ้งหนังสือและกระเป๋าไว้อย่างไม่ใยดี

เขามักจะนำอาหารมารับประทานบนเตียงนอน แล้วทิ้งภาชนะไว้

เขายังพอใจกับการกิน การนอน และการเล่น

คิดแต่จะตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานเท่านั้น

เขาไม่เคยวางแผนชีวิตของตนเองเลย

แต่มักจะคิดเพ้อฝันถึงวันที่จะได้รับปริญญา

นักเรียนคิดว่านายเฉื่อย จะประสบความสำเร็จอย่างที่เขาคิดไว้หรือไม่

นายเฉื่อย ชอบสบาย ไม่ตั้งใจเรียน

เขาเป็นนักเรียนที่ขี้เกียจที่สุดในห้อง

บ่อยครั้งที่เข้าจะเผลอนั่งหลับ ไม่หลับก็คุย ไม่คุยก็เล่นหยอกล้อกับเพื่อน

ด้วยความที่เบื่อการเรียนจึงไม่ตั้งใจเรียน

เขามักถูกอาจารย์ตักเตือนหรือทำโทษและถูกหักคะแนนจิตพิสัยอยู่เสมอ

เพื่อน ๆ ต้องเสียเวลาเรียนเพื่อฟังอาจารย์ต้องอบรมและลงโทษนายเฉื่อย

นายเฉื่อยไม่เคยคิดว่าการที่ไม่ตั้งใจเรียนจะเกิดผลเสีย

ด้วยความที่ไม่เคยคิดเตรียมตัวต่อการทำสิ่งใด

เมื่อถึงกำหนดสอบนายเฉื่อยก็แทบจะลืมวันสอบด้วยซ้ำ

เขาไม่เคยอ่านหนังสือเตรียมตัวสอบเลย

เขาได้ผลการเรียน "0" เกือบทุกวิชา

สร้างความหนักใจให้อาจารย์และผู้ปกครอง

นักเรียนคิดว่า นายเฉื่อย ชอบสบาย จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

นายเฉื่อย ชอบสบาย ไม่ส่งงาน

นายเฉื่อย ชอบสบาย เป็นนักเรียนที่ขาดการส่งงานมากที่สุด

สร้างความเอือมระอาให้กับอาจารย์หลาย ๆ ท่าน

เพราะเขาไม่ตั้งใจเรียน เมื่อไม่ตั้งใจเรียนก็ไม่เข้าใจเนื้อหาบทเรียน

ครั้นจะไปอ่านทบทวนหรือทำความเข้าใจเองที่บ้านก็ขี้เกียจ

ไม่เคยแม้แต่จะถามเพื่อน เพื่อนเตือนก็ไม่ทำ อ้างว่ายากไม่เข้าใจ

เขาอยากทำอย่างอื่น เช่น นอน กินขนม ดูทีวี ซึ่งรู้สึกว่าสบายกว่า

ด้วยเหตุที่เขาจึงไม่เคยเรียนรู้เรื่อง งานที่ได้รับมอบหมายก็ไม่ได้ส่ง

ก็ไม่น่าแปลกใจเลยที่เขาได้ผลการเรียน "ร"

นักเรียนคิดว่านายเฉื่อยจะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

นายเฉื่อย ชอบสบาย มีเรื่องทะเลาะวิวาท

นายเฉื่อย ชอบสบาย ทำอะไรโดยไม่มีการคิดวางแผนอนาคต

ไม่คิดพิจารณาผลดีผลเสียที่จะเกิดตามมากับสิ่งที่จะทำลงไป

เขาจึงมักมีปัญหากับผู้อื่นอยู่เสมอ

ในครั้งนี้ เขาไปมีเรื่องชกต่อยกับรุ่นน้อง

ถึงแม้ว่าจะไม่เกี่ยวข้องกับการเรียน

แต่เขาไม่เคยคิดหรอกว่า สิ่งที่เขากระทำผิดกฎระเบียบของโรงเรียน

ซึ่งส่งผลต่อการเรียน ทำให้เสียเวลา เสียการเรียน เสียประวัติ

การมีเรื่องทะเลาะวิวาทกัน นักเรียนจะต้องไปตัดสินปัญหาที่ฝ่ายปกครอง

และถ้าบ่อยครั้ง จะถูกเชิญผู้ปกครอง

สร้างความเดือดร้อนให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ปกครอง

และครั้งนี้หากเป็นเรื่องใหญ่ก็อาจถูกเชิญออกได้ นายเฉื่อย ไม่เคยคิดเลย

นักเรียนคิดว่านายเฉื่อย จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

นายเฉื่อย ชอบสบาย นั่งเล่นเกม

วันนี้เป็นวันที่นักเรียนทุกคนต้องไปโรงเรียน

แต่นายเฉื่อย กลับไปนั่งเล่นเกมที่ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่ง อย่างมีความสุข

เขายังไม่รู้ตัวว่าเป็นวันสุดท้ายที่เขาจะหมดสิทธิ์สอบบางวิชา

ซึ่งเขาจะได้ผลการเรียน "มส"

ทุกครั้งที่เขาหยุดเรียน เขาจะคิดเสมอว่าหยุดเรียนเพียงวันเดียวคงไม่เป็นไร

ทำให้อาจารย์และเพื่อนต้องเตือนอยู่บ่อยๆ

ทำให้เรียนไม่ทันเพื่อน อีกทั้งไม่เคยสนใจที่จะทบทวนบทเรียนอยู่แล้ว

ความรู้ในสมองแทบจะไม่มี

ขาดการส่งการบ้านและงานที่ได้รับมอบหมายหลายชิ้น

จึงทำข้อสอบก็ไม่ค่อยได้

นักเรียนคิดว่านายเฉื่อย จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

นายเฉื่อย ชอบสบาย ในปัจจุบัน

ปัจจุบัน นายเฉื่อย ชอบสบาย มีอายุ 25 ปี

เรียนหนังสือไม่จบ ไม่มีงานทำ

ทุกวันนี้เขาอยู่ตัวคนเดียว

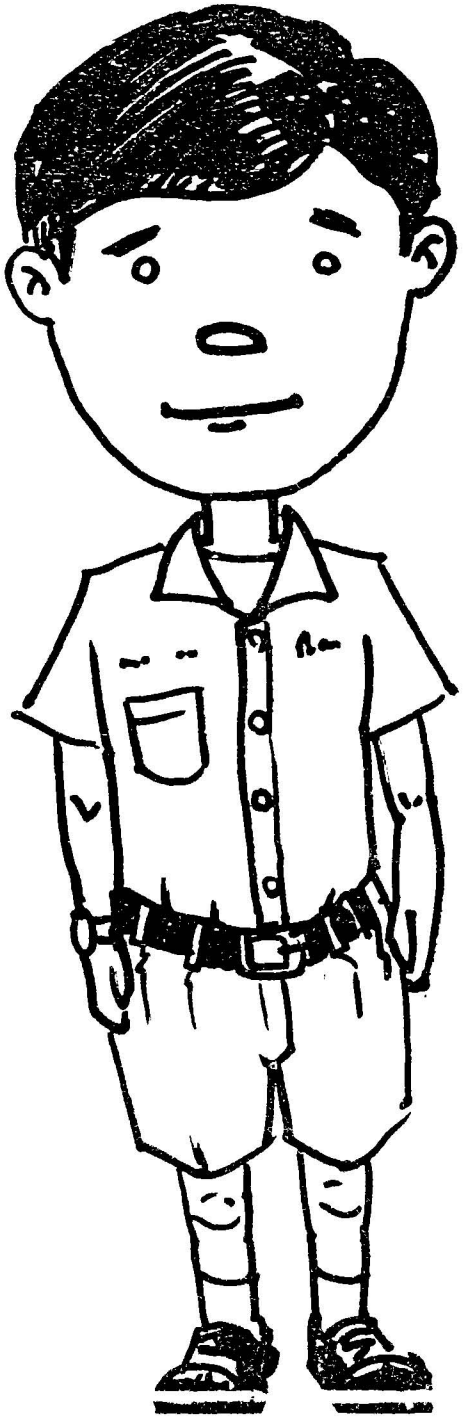
มีชีวิตอยู่ไปวันวัน

ใช้เงินเก็บซึ่งผู้ปกครองของเขาเหลือแบ่งไว้ให้ ซึ่งก็กำลังจะหมดลงในไม่ช้า

เขายังคงเป็นนายเฉื่อย ชอบสบาย ที่ไม่มีความคิด

ไม่กระตือรือร้นที่จะทำอะไร เช่นเดิม

นักเรียนถามตัวเองสิว่า
นักเรียนอยากเป็นอย่างนายเฉื่อย หรือไม่



นายชอบ คิดดีทำดี

เป็นบุคคลที่รักความก้าวหน้า

เขายอมลำบากในปัจจุบันเพื่อชีวิตที่ดีในอนาคต

เขาคิดถึงอนาคตตลอดเวลา คิดวางแผนเสมอว่าต่อไปจะทำอะไร

พิจารณาด้วยเหตุผลว่าทำสิ่งใดจะเกิดผลดี สิ่งใดจะเกิดผลเสีย

ถ้าทำแล้วความสุขเพียงเล็กน้อยในตอนนี้

แต่อาจนำความเดือดร้อนตามในวันข้างหน้า

เขาจะไม่เลือกปฏิบัติเลย

ความสำเร็จอันยิ่งใหญ่และความสบายรออยู่ในวันข้างหน้า

แล้วเหตุใดจะต้องแลกด้วยความสุขสบายเพียงเล็กน้อยในวันนี้

ห้องนอนของนายชอบ คิดดีทำดี

เขาเป็นคนที่มีระเบียบวินัย รักความสะอาด

ห้องของเขาจึงสะอาดและเป็นระเบียบเรียบร้อยอยู่เสมอ

กลับจากโรงเรียนก็คิดว่าควรทำสิ่งใดบ้าง

ซึ่งโดยปกติแล้วเขาจะทำการบ้านหรือทบทวนบทเรียนเป็นประจำทุกวัน

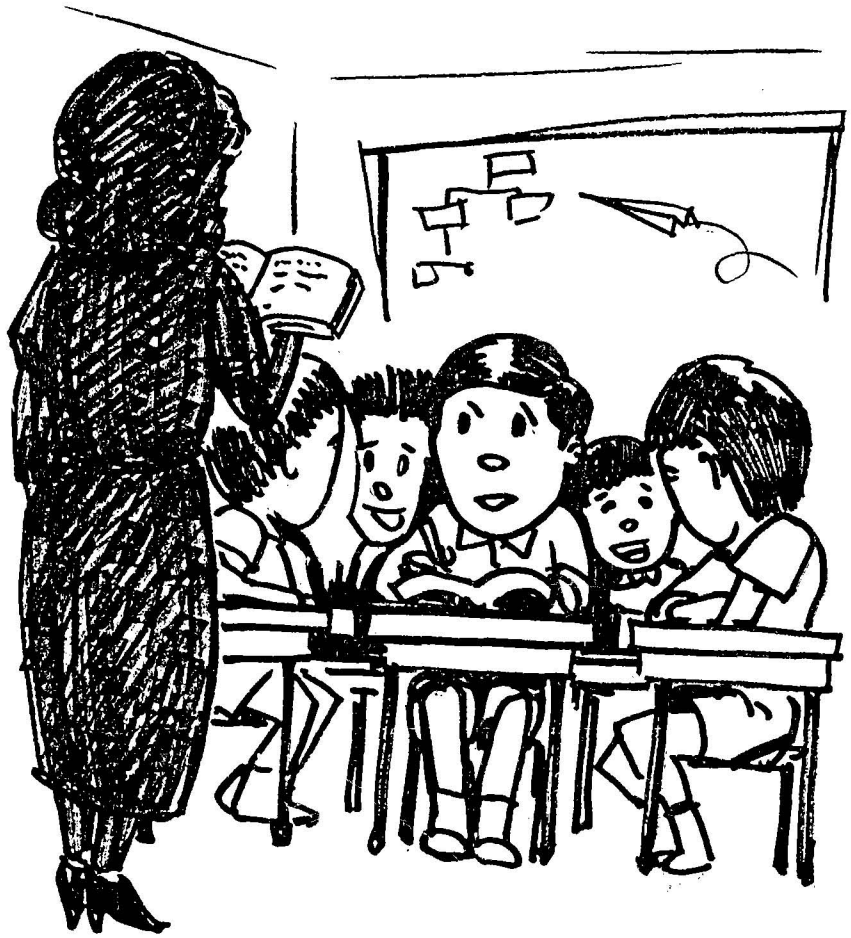
เขาคิดอยู่เสมอว่า อนาคตของเขาก็จะต้องสดใส

เขาจะต้องเรียนจบ ได้รับปริญญาในสาขาที่ต้องการ

และได้ทำงานที่ชอบอย่างแน่นอน

นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดี

จะประสบความสำเร็จอย่างที่เขาคิดไว้หรือไม่



นายชอบ คิดดีทำดี ขณะเรียน

นายชอบ คิดดีทำดีเป็นนักเรียนที่เรียนเก่งที่สุดในห้อง

เขาเตรียมพร้อมในการเรียนเสมอ มีอุปกรณ์การเรียนครบทุกวัน

มีสมาธิในการเรียน ตั้งใจฟังและจดตามที่อาจารย์สอนเสมอ

ทุกครั้งที่มีกิจกรรมกลุ่มเขามักเป็นตัวแทนในการนำเสนอผลงานกลุ่ม

เขาจะไม่คุยไม่เล่น และไม่เคยเหม่อลอยหรือหลับในห้องเรียนเลย

ด้วยความคิดถึงสิ่งที่รออยู่ในวันข้างหน้า อนาคตคือสิ่งสำคัญ

เขาตระหนักดีว่า ผลของการมีพฤติกรรมการเรียนไม่ดีจะเป็นอย่างไร

จากการที่เขารู้จักคิดและปฏิบัติตนได้ดี

จึงส่งผลให้เขาได้ผลการเรียน "4" เกือบทุกวิชา

นอกจากนี้กิริยามารยาทของเขาก็นอบน้อม ถ่อมตน

ด้วยเหตุนี้เขาจึงเป็นที่รักของทุกคนในโรงเรียน

นักเรียนคิดว่า นายชอบ คิดดีทำดีจะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

นายชอบ คิดดีทำดี ได้รับเกียรติบัตร

ด้วยความสามารถของนายชอบ คิดดีทำดี ในด้านการเรียน

และด้วยกิริยามารยาทที่เรียบร้อย อ่อนน้อมถ่อมตน มีน้ำใจ

รู้จักกาลเทศะ แต่งกายถูกระเบียบ

ทำให้เขาได้รับเกียรติบัตรด้านการเรียนดีและความประพฤติดี

ทุกปีการศึกษา

ด้วยความคิดที่มุ่งมั่นและความตั้งใจฟันฝ่าอุปสรรคด้วยอดทนอย่างสม่ำเสมอ

ทำให้เขาได้รับสิ่งนี้ สร้างความภาคภูมิใจและเป็นกำลังใจให้เขา

ก้าวต่อไปในอนาคต อย่างไม่ย่อท้อ

นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดี จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

นายชอบ คิดดีทำดี ได้รับรางวัลต่าง ๆ จากการแข่งขันกีฬาและกรีฑา

นอกจากเขาจะเป็นนักเรียนที่เรียนดีและความประพฤติดีแล้ว

เขายังเป็นนักกีฬาและกรีฑาที่เก่งคนหนึ่ง

เขาได้เหรียญรางวัลและถ้วยรางวัลมากมาย

ยามว่างจากการเรียน เขามักจะใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้วยการเล่นกีฬา

เพราะนอกจากจะให้ความสนุกแล้ว

ยังเป็นการออกกำลังกาย เสริมสร้างสุขภาพที่ดี ร่างกายแข็งแรง

จิตใจแจ่มใส สมองปลอดโปร่ง ส่งผลดีต่อการเรียน

นอกจากนี้ยังส่งเสริมให้รู้จักแพ้ชนะและสร้างความสามัคคี

เขาจึงไม่ใช้กำลังที่มีอยู่ในทางที่ผิด เช่น การมีเรื่องทะเลาะวิวาท

เพราะตระหนักรู้ดีว่าถ้าทำสิ่งไม่ดีแล้วจะเกิดผลต่ออนาคตของเขาอย่างไร

นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดี จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

นายชอบ คิดดีทำดี ในห้องสมุด

ห้องสมุดเป็นแหล่งความรู้ที่ดี

นายชอบ คิดดีทำดี รู้และเห็นความสำคัญ

ในว่างเขาจึงมักไปค้นคว้าหาความรู้จากห้องสมุดของโรงเรียน

เพื่อหาหนังสืออ่านเพิ่มเติม

การอ่านหนังสือทำให้เขาได้รู้เรื่องราวต่าง ๆ เพิ่มเติมจากตำราเรียน

ได้ฝึกทำแบบฝึกหัดด้วยตนเอง ได้รู้เทคนิควิธีการคิดต่าง ๆ

หลาย ๆ ครั้งความรู้ที่ได้จากการอ่านหนังสือในห้องสมุด

สามารถนำไปใช้ในการสอบได้

นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดี จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

นายชอบ คิดดีทำดี ในปัจจุบัน

ปัจจุบัน นายชอบ คิดดีทำดี มีอายุ 25 ปี

เรียนจบการศึกษาสาขาที่ต้องการ

ทุกวันนี้เขาได้ทำงานที่ถนัดและชอบ

เขามีเงินเก็บจำนวนหนึ่งจากความสามารถในการทำงานของเขาเอง

กำลังเก็บออมเงินเพื่อซื้อบ้านของตนเอง

เขามีชีวิตที่สุขสบายสมดั่งที่ตั้งใจ

นักเรียนถามตัวเองสิว่า
นักเรียนอยากเป็นอย่างนายชอบ คิดดีทำดีหรือไม่

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้หลังจากดูภาพและอ่านเรื่องราวของนายเฉื่อย ชอบสบายและนายชอบ คิดดีทำดี

1. นักเรียนคิดว่านายเฉื่อย ชอบสบาย เป็นบุคคลที่มีลักษณะนิสัยอย่างไร

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดี มีลักษณะนิสัยอย่างไร

.....

.....

.....

.....

3. ให้นักเรียนเขียนคาดการณ์อนาคตของนายเฉื่อย ชอบสบาย และนายชอบ คิดดีทำดี ต่อไปอีก 10-20 ปีข้างหน้า

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. นักเรียนอยากเป็นอย่างนายเฉื่อย ชอบสบาย หรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

5. นักเรียนอยากเป็นอย่างชอบ คิดดีทำดี หรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

6. สรุปแล้วนักเรียนอยากเป็นอย่างนายเฉื่อย ชอบสบาย หรือนายชอบคิดดีทำดี

.....

.....

บทบรรยายสำหรับผู้ฝึก

ต่อไปนี้ จะกล่าวถึงบุคคล 2 คนที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง คือนายเฉื่อย ชอบสบาย และนายชอบ คิดดีทำดี (ภาพนายเฉื่อย ชอบสบายและนายชอบ คิดดีทำดี)

สำหรับบุคคลแรกที่กล่าวถึง คือ นายเฉื่อย ชอบสบาย

นายเฉื่อย ชอบสบาย เป็นบุคคลที่ชอบความสบาย เขาจะไม่ยอมลำบากเลยแม้แต่น้อย ชีวิตของนายเฉื่อย ชอบสบาย ตั้งแต่เล็กจนโต เขาไม่เคยคิดถึงวันข้างหน้า ไม่เคยคิดวางแผนว่าต่อไปจะทำอะไร สิ่งไหนที่ทำจะเกิดผลดี ผลเสียอย่างไร เขารู้แต่เพียงว่าได้ทำในสิ่งที่อยากทำ ไม่รู้ว่าถูกหรือผิด ไม่คิดคาดการณ์ว่าถ้าทำแล้วความสุขเพียงเล็กน้อยในตอนนี้ แต่อาจนำความเดือดร้อนตามในวันข้างหน้า เขามักจะรอคอย ให้ความสำเร็จเดินทางมาหา ซึ่งทุกคนก็ทราบอยู่แล้วว่า เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยาก

ภาพที่ 1 บรรยากาศในห้องนอนของนายเฉื่อย ชอบสบาย เมื่อตอนเป็นนักเรียน

เขาเป็นนักเรียนที่รักความสบาย ภายในห้องของเขาสกปรก ไม่เคยทำความสะอาดไม่เคยจัดให้เป็นระเบียบ กลับจากโรงเรียนก็ไม่เคยคิดจะทำการบ้านหรือทบทวนบทเรียน มักจะทิ้งหนังสือไว้อย่างไม่ใยดี เขามักจะนำอาหารมารับประทานบนเตียงนอน แล้วทิ้งภาชนะไว้ เขายังพอใจกับการกิน นอนและเล่น คิดแต่จะตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานเท่านั้น เขาไม่เคยวางแผนชีวิตของตนเองเลย แต่มักจะคิดเพ้อฝันถึงวันที่จะได้รับปริญญา

นักเรียนคิดว่านายเฉื่อย จะประสบความสำเร็จอย่างที่เขาคิดไว้หรือไม่

ภาพที่ 2 บรรยากาศในห้องเรียนของนายเฉื่อย ชอบสบาย

จากคำยืนยันของอาจารย์หลาย ๆ ท่าน เขาเป็นนักเรียนที่ขี้เกียจที่สุดในห้องบ่อยครั้งที่เขาจะเผลอนั่งหลับ ไม่หลับก็คุย ไม่คุยก็เล่นหยอกล้อกับเพื่อน ด้วยความที่เบื่อการเรียนจึงไม่ตั้งใจเรียน เขามักถูกอาจารย์ว่ากล่าวตักเตือนหรือทำโทษ และถูกหักคะแนนจิตพิสัยอยู่เสมอ และแต่ละครั้งที่นายเฉื่อยทำอะไรโดยไม่คิด เขาก็จะกลายเป็นตัวถ่วงของห้อง เพื่อน ๆ ที่ตั้งใจเรียนก็จะต้องมาเสียเวลากับการที่อาจารย์ต้องอบรมและลงโทษนายเฉื่อย ทำให้เพื่อน ๆ ต้องมาเสียเวลาเรียนไปด้วย นายเฉื่อยไม่เคยคิดว่าการที่ไม่ตั้งใจเรียนจะเกิดผลเสีย ด้วยความที่ไม่เคยคิดเตรียมตัวต่อการทำสิ่งใด เมื่อถึงกำหนดสอบนายเฉื่อยก็แทบจะลืมวันสอบด้วยซ้ำ เขาไม่เคยอ่านหนังสือเตรียมตัวสอบเลย เขาได้ผลการเรียน "0" เกือบทุกวิชา เป็นที่น่าหนักใจของอาจารย์และผู้ปกครอง

นักเรียนคิดว่า นายเฉื่อย ชอบสบาย จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

ภาพที่ 3 เพื่อนร่วมห้องมาเตือนให้นายเฉื่อย ชอบสบาย ส่งงาน

นายเฉื่อย ชอบสบาย เป็นนักเรียนที่ขาดการส่งงานมากที่สุด คะแนนเก็บระหว่างภาคก็น้อย สร้างความเอือมระอาให้กับอาจารย์หลาย ๆ ท่าน เพราะเขา ไม่ตั้งใจเรียน เมื่อไม่ตั้งใจเรียนก็ไม่เข้าใจเนื้อหาบทเรียน ครั้นจะไปอ่านทบทวนหรือทำความเข้าใจเองที่บ้านก็ขี้เกียจและก็ไม่เคยคิดจะทำและก็ไม่เคยคิดที่จะถามไถ่เพื่อนฝูง เขาอยากทำอย่างอื่น เช่น นอนเล่น กินขนม ดูทีวี ซึ่งรู้สึกว่าสบายกว่ามาก ด้วยเหตุนี้เขาจึงไม่เคยเรียนรู้เรื่อง ไม่เคยเข้าใจบทเรียนและเรียนไม่ทันเพื่อน การบ้านหรืองานที่ได้รับมอบหมายก็ไม่ได้ส่ง ถูกทวงถามจากอาจารย์หลาย ๆ ท่านเป็นประจำ ไม่น่าแปลกใจเลยที่เขาได้ผลการเรียน "ร"

นักเรียนคิดว่านายเฉื่อยจะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

ภาพที่ 4 นายเฉื่อย ชอบสบาย มีเรื่องทะเลาะวิวาท

ด้วยเหตุที่นายเฉื่อย ชอบสบาย เป็นนักเรียนที่ทำอะไรโดยไม่มีการคิดวางแผนอนาคต ไม่คิดพิจารณาผลดีผลเสียที่จะเกิดตามมากับสิ่งที่จะทำลงไป เขาจึงมักมีปัญหากับเพื่อน ๆ ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนร่วมห้องหรือเพื่อนต่างห้อง รวมทั้งรุ่นพี่และรุ่นน้องอยู่เสมอ ในครั้งนี้ เขาไปมีเรื่อง ชกต่อยกับรุ่นน้อง ถึงแม้ว่าจะไม่เกี่ยวข้องกับการเรียน แต่เขาไม่เคยคิดหรอกว่า สิ่งที่เขากระทำผิดกฎระเบียบของโรงเรียนและจะส่งผลต่อการเรียนอย่างแน่นอน การมีเรื่องทะเลาะวิวาทกัน นักเรียนจะต้องไป ตัดสินปัญหากันที่ฝ่ายปกครอง ทำให้เสียเวลา เสียการเรียน เสียประวัติการเป็นนักเรียน เมื่อมีเรื่องทะเลาะวิวาทบ่อยครั้งเข้า ก็จะถูกเชิญผู้ปกครอง สร้างความเดือดร้อนให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ปกครอง และครั้งนี้หากเป็นเรื่องใหญ่ก็อาจถูกเชิญออกได้ นายเฉื่อย ไม่เคยคิดเลย

นักเรียนคิดว่านายเฉื่อย จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

ภาพที่ 5 นายเฉื่อย ชอบสบาย นั่งเล่นเกมที่ห้างสรรพสินค้า

วันนี้เป็นวันที่นักเรียนทุกคนต้องไปโรงเรียน แต่สำหรับนายเฉื่อยแล้ว เขาไปนั่งเล่นเกมที่ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่งอย่างมีความสุข เขายังไม่รู้ตัวว่าเป็นวันสุดท้ายที่เขาจะหมดสิทธิ์สอบบางวิชา ซึ่งเขาจะได้ผลการเรียน "มส" ทุกครั้งที่เขาหยุดเรียน เขาจะคิดเสมอว่าหยุดเรียนเพียงวันเดียวคงไม่เป็นไร ทำให้อาจารย์และเพื่อน ๆ ต้องเตือนอยู่บ่อย ๆ เมื่อเขาหยุดเรียนบ่อย ๆ ก็เรียนไม่ทันเพื่อน อีกทั้งไม่เคยสนใจที่จะทบทวนบทเรียน ความรู้ในสมองแทบจะไม่มี ขาดการส่งการบ้านและงานที่ได้รับมอบหมายหลายชิ้น ทำข้อสอบก็ไม่ค่อยได้

นักเรียนคิดว่านายเฉื่อย จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

ภาพที่ 6 นายเฉื่อย ชอบสบาย ในปัจจุบัน

ปัจจุบัน นายเฉื่อย ชอบสบาย มีอายุ 25 ปี เรียนหนังสือไม่จบ ไม่มีงานทำ ทุกวันนี้เขาอยู่ตัวคนเดียวและใช้เงินเก็บซึ่งผู้ปกครองของเขาเหลือแบ่งไว้ให้ ซึ่งก็กำลังจะหมดลงในไม่ช้า เขายังคงเป็นนายเฉื่อย ชอบสบาย ที่ไม่มีความคิด ไม่กระตือรือร้นที่จะทำอะไร เช่นเดิม

นักเรียนอยากเป็นอย่างนายเฉื่อย หรือไม่

สำหรับบุคคลต่อไปที่จะกล่าวถึง คือ นายชอบ คิดดีทำดี

นายชอบ คิดดีทำดี เป็นบุคคลที่รักความก้าวหน้า เขายอมลำบากบ้าง เพื่อ ชีวิตที่ดีในอนาคต ตั้งแต่เล็กจนโต เขาคิดถึงอนาคตตลอดเวลา คิดวางแผนเสมอว่าต่อไปจะทำอะไร พิจารณาด้วยเหตุผลว่าทำสิ่งใดจะเกิดผลดี สิ่งใดจะเกิดผลเสีย ถูกหรือผิด ถ้าทำแล้วความสุขเพียงเล็กน้อยในตอนนี้ แต่อาจนำความเดือดร้อนตามในวันข้างหน้า เขาจะไม่เลือกปฏิบัติเลย ความสำเร็จอันยิ่งใหญ่และความสบายรออยู่ในวันข้างหน้าแล้วเหตุใดจะต้องแลกด้วยความสุขสบายเพียงเล็กน้อยในวันนี้

ภาพที่ 1 บรรยากาศในห้องนอนของนายชอบ คิดดีทำดี เมื่อตอนเป็นนักเรียน

เขาเป็นคนที่มีระเบียบวินัย รักความสะอาด ภายในห้องของเขาจึงสะอาดและเป็นระเบียบเรียบร้อยอยู่เสมอ กลับจากโรงเรียนก็คิดว่าควรทำสิ่งใดบ้าง ซึ่งโดยปกติแล้วเขาจะทำการบ้านหรือทบทวนบทเรียนเป็นประจำทุกวันหลังจากรับประทานอาหารว่างและดูทีวีพักผ่อนในตอนเย็นแล้ว เขาคิดอยู่เสมอว่า อนาคตของเขาก็จะต้องสดใส เขาจะต้องเรียนจบ ได้รับปริญญาในสาขาที่ต้องการ และได้ทำงานที่ชอบอย่างแน่นอน

นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดีจะประสบความสำเร็จอย่างที่เขาคิดไว้หรือไม่

ภาพที่ 2 เป็นบรรยากาศในห้องเรียนของนายชอบ คิดดีทำดี

นายชอบ คิดดีทำดีเป็นนักเรียนที่เรียนเก่งที่สุดในห้อง เขาเตรียมพร้อมในการเรียนเสมอ มีอุปกรณ์การเรียนครบทุกวัน มีสมาธิในการเรียน ตั้งใจฟังและจดตามที่อาจารย์สอนเสมอ ทุกครั้งที่มีกิจกรรมกลุ่มเขามักเป็นตัวแทนในการนำเสนอผลงานกลุ่ม เขาจะไม่คุยไม่เล่น และไม่เคยเหม่อลอยหรือหลับในห้องเรียนเลย ด้วยความคิดถึงสิ่งที่รออยู่ในวันข้างหน้า อนาคตคือสิ่งสำคัญ เขาจะไม่ยอมเสียโอกาสในการเรียนซึ่งเป็นหนทางไปสู่อนาคตของเขา เขาตระหนักดีว่า ผลของการมีพฤติกรรมการเรียนไม่เหมาะสมจะเป็นอย่างไร จากการที่เขารู้จักคิดและปฏิบัติตนได้ดีจึงส่งผลให้เขาได้ผลการเรียน "4" เกือบทุกวิชา นอกจากนี้กิริยามารยาทของเขาก็อ่อนน้อมถ่อมตน ด้วยเหตุนี้เขาจึงเป็นที่รักของอาจารย์และเพื่อนๆ รวมถึงรุ่นพี่รุ่นน้องในโรงเรียนอีกด้วย

นักเรียนคิดว่า นายชอบ คิดดีทำดีจะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

ภาพที่ 3 นายชอบ คิดดีทำดี ได้รับเกียรติบัตร หน้าเสาธง

ด้วยความสามารถของนายชอบ คิดดีทำดี ในด้านการเรียนและด้วยกิริยามารยาทที่เรียบร้อย อ่อนน้อมถ่อมตน มีน้ำใจ รู้จักกาลเทศะ แต่งกายถูกระเบียบ ทำให้เขาได้รับเกียรติบัตรด้านการเรียนดีและความประพฤติดี มาโดยตลอดทุกปีการศึกษา ด้วยความคิดที่มุ่งมั่น และความตั้งใจฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ความอดทนอย่างสม่ำเสมอของเขา ทำให้เขาได้รับสิ่งนี้ เกิดเป็นความภาคภูมิใจและเป็นกำลังใจให้เขาก้าวต่อไปในอนาคต อย่างไม่ย่อท้อ

นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดี จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

ภาพที่ 4 นายชอบ คิดดีทำดี ได้รับรางวัลจากการแข่งขันกีฬาและกรีฑา

นอกจากเขาจะเป็นนักเรียนที่เรียนดีและความประพฤติดีแล้ว เขายังเป็นนักกีฬาและกรีฑาที่เก่งคนหนึ่ง เขาได้เหรียญรางวัลและถ้วยรางวัลมากมาย ยามว่างจากการเรียน เขามักจะใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้วยการเล่นกีฬา เพราะนอกจากจะให้ความสนุกแล้วยังเป็นการออกกำลังกาย เสริมสร้างสุขภาพที่ดี ร่างกายแข็งแรง จิตใจแจ่มใส สมองปลอดโปร่ง ส่งผลดีต่อการเรียน นอกจากนี้ยังส่งเสริมให้รู้จักแพ้ชนะและสร้างความสามัคคี เขาจึงไม่ใช้กำลังที่มีอยู่ในทางที่ผิด เช่น การมีเรื่องทะเลาะวิวาท ก็เพราะการตระหนักรู้ดีว่าถ้าทำสิ่งไม่ดีแล้วจะเกิดผลเสียอย่างไร อนาคตของเขาจะเป็นอย่างไร

นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดี จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

ภาพที่ 5 นายชอบ คิดดีทำดี เลือกหนังสืออ่านเพิ่มเติม ในห้องสมุด

ห้องสมุดเป็นแหล่งความรู้ที่ดี นายชอบ คิดดีทำดี รู้และเห็นความสำคัญ ในเวลาพักกลางวันและหลังเลิกเรียนเขาจึงมักไปค้นคว้าหาความรู้จากห้องสมุดของโรงเรียน เพื่อหาหนังสืออ่านเพิ่มเติม การอ่านหนังสือทำให้เขาได้รู้เรื่องราวต่าง ๆ เพิ่มเติมจากตำราเรียน ได้ฝึกทำแบบฝึกหัดด้วยตนเอง ได้รู้เทคนิควิธีการคิดต่าง ๆ และหลาย ๆ ครั้งความรู้ที่ได้จากการอ่านหนังสือในห้องสมุด สามารถนำไปใช้ในการสอบได้

นักเรียนคิดว่านายชอบ คิดดีทำดี จะประสบความสำเร็จในชีวิตหรือไม่

ภาพที่ 6 นายชอบ คิดดีทำดี ในปัจจุบัน

ปัจจุบัน นายชอบ คิดดีทำดี มีอายุ 25 ปี เรียนจบการศึกษาสาขาที่ต้องการ ทุกวันนี้เขาได้ทำงานที่ถนัดและชอบ มีเงินเก็บจำนวนหนึ่งจากความสามารถในการทำงานของเขาเอง เขามีชีวิตที่สุขสบายและกำลังเก็บออมเงินเพื่อซื้อบ้านของตนเอง

นักเรียนอยากเป็นอย่างนายชอบ คิดดีทำดีหรือไม่

กิจกรรมที่ 3

เรื่องของ “ทอฝัน”

กิจกรรมที่ 3

กิจกรรม เรื่องของ "ทอฝัน"

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนตระหนักถึงคุณประโยชน์ของการเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต
2. เพื่อเป็นแรงจูงใจให้นักเรียนปฏิบัติตนเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต

สื่อ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 3

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

ร่วมกันอภิปรายผลของการเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและไม่มีลักษณะมุ่งอนาคต

ขั้นฝึก

1. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
2. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 3
3. ให้นักเรียนเขียนตอบคำถามท้ายกิจกรรม
4. สุ่มนักเรียนเพื่อนำเสนอคำตอบ

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุปถึงคุณประโยชน์ของการเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต

การประเมินผล

นักเรียนอภิปรายสรุปคุณประโยชน์ของการเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตได้

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านเรื่องที่กำหนดให้ต่อไปนี้ แล้วเขียนแสดงความคิดเห็น

เรื่องของ "ทอฝัน"

ทอฝัน อาศัยอยู่กับตา ยาย และน้อง ในบ้านเล็ก ๆ แห่งหนึ่งในสวนผลไม้ ตาและยายของเธอมีอาชีพรับจ้างทำสวนผลไม้ เจ้าของสวนผลไม้จึงเมตตาให้อาศัยอยู่ท้ายสวน ส่วนพ่อและแม่ของเธอเสียชีวิตด้วยอุบัติเหตุตั้งแต่เธออยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เธอจึงต้องเรียนและทำงานไปด้วย ทุกวันหลังเลิกเรียน เธอจะไปเก็บผักในท้องร่องของสวนผลไม้ไปขาย และในวันหยุดเธอก็ไปรับจ้างทำความละอาดบ้านหรือซักรีดเสื้อผ้าให้กับบ้านเจ้าของสวนผลไม้หรือบ้านบริเวณใกล้เคียง

ทอฝันเป็นเด็กมีความมานะ อดทน ขยันหมั่นเพียร ดูแลตาและยาย ช่วยและช่วยเหลืองานบ้านอยู่เสมอ อีกทั้งยังต้องทำงานและเรียนไปด้วย ทำให้บางครั้งเธอเคยคิดว่าเธอควรจะลาออกจากโรงเรียนเพื่อจะได้ทำงานได้เต็มที่และจะได้มีเงินเก็บและส่งน้องเรียน ในระหว่างที่ทอฝันเรียนอยู่ภาคเรียนที่ 2 ของชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 นั้น มีคนชวนให้เธอไปทำงานด้วยและให้เงินเดือนสูงพอสมควร แต่ถ้าทำงานก็ต้องไปอยู่ที่อื่นและต้องลาออกจากโรงเรียน ทั้ง ๆ ที่กำลังจะเรียนจบ เธอจึงตัดสินใจไม่ไปทำงาน เธอเลือกที่จะเรียน เธอวางแผนอนาคตไว้ว่าจะเป็นพยาบาล ซึ่งเป็นอาชีพที่มั่นคงมีรายได้แน่นอนและที่สำคัญเป็นอาชีพเธอชอบ เธอคิดว่าเธอจะต้องเป็นพยาบาลให้ได้

แม้ว่าฐานะทางบ้านจะยากจนและลำบากในเรื่องการเงิน ต้องทำงานขณะเรียน แต่ทอฝันไม่เคยละทิ้งการเรียนเลย ทอฝันก็สามารถที่จะเรียนจนกระทั่งจบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้ และเธอก็สอบเข้าเรียนต่อชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ได้ เธอเป็นนักเรียนที่ตั้งใจเรียน ขยัน ความประพฤติเรียบร้อย มีความรับผิดชอบ เชื่อฟังครูและมีน้ำใจ จึงเป็นที่รักของครู-อาจารย์ ผลการเรียนของเธออยู่ในเกณฑ์ปานกลาง แต่ก็ไม่เคยได้ผลการเรียน "0" หรือ "ร" หรือ "มผ" หรือ "มส" เลยสักวิชา เธอใช้ความบางครั้งเธอต้องละทิ้งความสุขความสนุกสนานบางอย่างที่เพื่อน ๆ ของเธอได้รับไปบ้าง เธอคิดอยู่เสมอว่าเธอต้องอดทน ต้องไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ด้วยความมุ่งมั่นและความมานะพยายามของเธอ เธอเรียนจนจบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ทอฝันสมัครสอบเข้าเรียนพยาบาลตามที่ตั้งใจไว้ เธอเตรียมตัวเพื่อการสอบเข้าเรียนต่อ จัดแบ่งเวลาระหว่างการเรียนและการทำงาน ช่วงที่ว่างจากการทำงานเธอตั้งใจและมานะพยายามอ่านหนังสือ ฝึกทำโจทย์เก่า ๆ เมื่อไม่เข้าใจก็ไปถามอาจารย์หรือเพื่อนที่เรียนเก่ง ๆ เพราะทอฝันไม่มีเงินที่จะไปเรียนพิเศษเหมือนเพื่อนหลาย ๆ คนของเธอ เธอต้องยอมที่จะไม่ทำกิจกรรมบางอย่างที่เพื่อน ๆ ชวน เช่น ไปดูหนัง ไปเดินเล่น ซื้อเสื้อผ้าหรือเครื่องประดับในห้างสรรพสินค้า ถึงแม้ว่าจะเป็นวันหยุดก็ตาม เธอยอมลำบากวันนี้เพื่อพบกับความสบายในวันข้างหน้า

และแล้ววันประกาศผลการสอบเข้าเรียนต่อก็มาถึง ทอฝันสอบเข้าเรียนต่อคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้สำเร็จ เธอดีใจมาก และนำข่าวไปบอกตาและยาย เธอคิดว่าตาและยายต้องดีใจและภูมิใจในความสำเร็จของเธอแน่นอน แต่แล้วเธอต้องพบกับภาพสะเทือนใจเมื่อได้เห็นบ้านหลังเล็ก ๆ ของเธอถูกไฟไหม้ไปพร้อมกับยายที่นอนป่วยอยู่ และตาของเธอก็มาป่วยด้วยโรคหัวใจ จากเหตุการณ์นี้ทำให้ทอฝันต้องใช้เงินจำนวนมาก ดังนั้นจึงไม่มีเงินเพียงพอที่จะเรียนต่ออย่างที่ต้องการ เธอต้องหยุดเรียนเพื่อทำงานหาเงินมาสร้างบ้านและรักษาตา ต่อมาไม่นานเธอก็ได้มีโอกาสสอบเข้าเรียนต่ออีกครั้ง ด้วยความมุ่งมั่นและมีความเพียรพยายามไปสู่อนาคต โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคทั้งหลาย เธอก็สามารถสอบเข้าเรียนต่อคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้อีกครั้ง เมื่อเธอเรียนจบและรับปริญญา สุดท้ายเธอก็ได้บรรจุรับราชการเป็นพยาบาลที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน สมดั่งความตั้งใจ

ความสำเร็จของทอฝันนั้น เกิดจากความคิดคาดการณ์ถึงอนาคตอย่างมีเหตุผลและเห็นความสำคัญของการปฏิบัติตนให้เป็นไปในแนวทางที่เหมาะสมในปัจจุบัน ตลอดจนสามารถวางแผนการปฏิบัติตนอย่างมุ่งมั่น เพื่อความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต แทนที่จะได้รับผลเล็กน้อยในปัจจุบัน

- นักเรียนคิดว่าทอฝันบุคคลที่มีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- นักเรียนคิดว่าทอฝัน ตัดสินใจถูกหรือผิดที่ไม่ไปทำงานที่ได้เงินเดือนสูง ตอนที่เรียนอยู่ชั้น ม.3 ภาคเรียนที่ 2 เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

- นักเรียนคิดว่าทอฝัน ตัดสินใจถูกหรือผิดที่หยุดเรียนเพื่อทำงานหาเงินมาสร้างบ้านและรักษาตา ตอนที่เพิ่งสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

- ถ้านักเรียนเป็นทอฝัน จะทำอย่างทอฝันได้หรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 4

สถานการณ์ที่พึงปรารถนา

กิจกรรมที่ 4

กิจกรรม สถานการณ์ที่พึงปรารถนา

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้นักเรียนสามารถกำหนดสถานการณ์ที่พึงปรารถนาในอนาคตของตนเอง และเขียนวิธีที่จะนำมาซึ่งสถานการณ์นั้น ๆ ได้

สื่อ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 4

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

สนทนากับนักเรียนถึงความสำคัญและคุณประโยชน์ของการกำหนดสถานการณ์ที่พึงปรารถนาในอนาคต

ขั้นฝึก

1. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
2. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 4
3. ให้นักเรียนทำกิจกรรมตามคำชี้แจงในเอกสาร
4. สุ่มนักเรียนเพื่อนำเสนอผลงานของตนเอง

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุปการกำหนดสถานการณ์ที่พึงปรารถนาในอนาคตของตนเองและวิธีที่จะนำมาซึ่งสถานการณ์นั้น ๆ

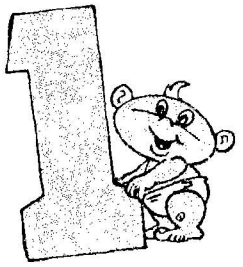
การประเมินผล

นักเรียนสามารถกำหนดสถานการณ์ที่พึงปรารถนาในอนาคตของตนเองและเขียนวิธีที่จะนำมาซึ่งสถานการณ์นั้น ๆ ได้

กิจกรรมที่ 4

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดรูปของนักเรียนที่อยู่ท่ามกลางเหตุการณ์หรือสภาพการณ์ที่พึงปรารถนา 3 ประการ และเขียนเหตุการณ์เพื่อทำให้ได้สภาพการณ์ที่พึงปรารถนานั้น ลงช่องว่างให้สมบูรณ์

สถานการณ์ที่พึงปรารถนา



....

วิธีการเพื่อทำให้ได้สภาพการณ์ที่พึงปรารถนานั้น คือ.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

สถานการณ์ที่พึงปรารถนา

วิธีการเพื่อทำให้ได้สภาพการณ์ที่พึงปรารถนานั้น คือ.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

สถานการณ์ที่พึงปรารถนา

วิธีการเพื่อทำให้ได้สภาพการณ์ที่พึงปรารถนานั้น คือ.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 5

การวางแผนเพื่อไปสู่เป้าหมายในอนาคต

กิจกรรมที่ 5

กิจกรรม การวางแผนชีวิตเพื่อไปสู่เป้าหมายในอนาคต

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อให้นักเรียนกำหนดเป้าหมายในอนาคตของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนวางแผนชีวิตของนักเรียน เพื่อไปสู่เป้าหมายในอนาคต

สื่อ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 5

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

สนทนากับนักเรียนถึงความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

ขั้นฝึก

1. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 5
2. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
3. ให้นักเรียนทำกิจกรรมตามคำชี้แจงในเอกสาร
4. สุ่มนักเรียนเพื่อนำเสนอผลงานของตนเอง

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุปการกำหนดชีวิตในอนาคตและการวางแผนชีวิตของตนเอง ซึ่งเป็นการฝึกให้เป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคต

การประเมินผล

นักเรียนสามารถกำหนดชีวิตในอนาคตและการวางแผนชีวิตของตนเองได้

การวางแผนชีวิตเพื่อไปสู่เป้าหมายในอนาคต

1. เขียนเหตุการณ์ที่สำคัญเกิดกับชีวิตที่จำได้ไม่ลืม

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนเห็นตัวเองทำอะไร อยู่กับใคร อยู่ที่ไหน ในอนาคต

.....

.....

.....

.....

3. นักเรียนเคยนึกฝันว่าตัวเอง อยากมีอาชีพใด

.....

4. นักเรียนอยากเรียนอะไร ประกอบอาชีพใด

.....

5. นักเรียนคิดว่า การไปสู่จุดหมายปลายทางของชีวิตที่นักเรียนมุ่งหวังไว้ นักเรียนจะต้องใช้ความพากเพียรอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

6. เขียนบรรยายเหตุการณ์สำคัญที่คาดว่าจะเกิดกับตนเอง ตั้งแต่ปัจจุบันจนถึงอนาคตในอีก 20 ปี ข้างหน้า

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 6

สังเกตพฤติกรรมตนเอง

กิจกรรมที่ 6

กิจกรรม สังเกตพฤติกรรมตนเอง

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้นึกย้อนถึงพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติ
2. นักเรียนสามารถบอกได้ว่าพฤติกรรมทุกอย่าง ผู้ควบคุมที่ดีที่สุด คือตัวเราเอง

สื่อ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 6

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

ถามนักเรียนว่าพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แต่ละคนแสดงออกมาเกิดขึ้นจากใคร

ขั้นฝึก

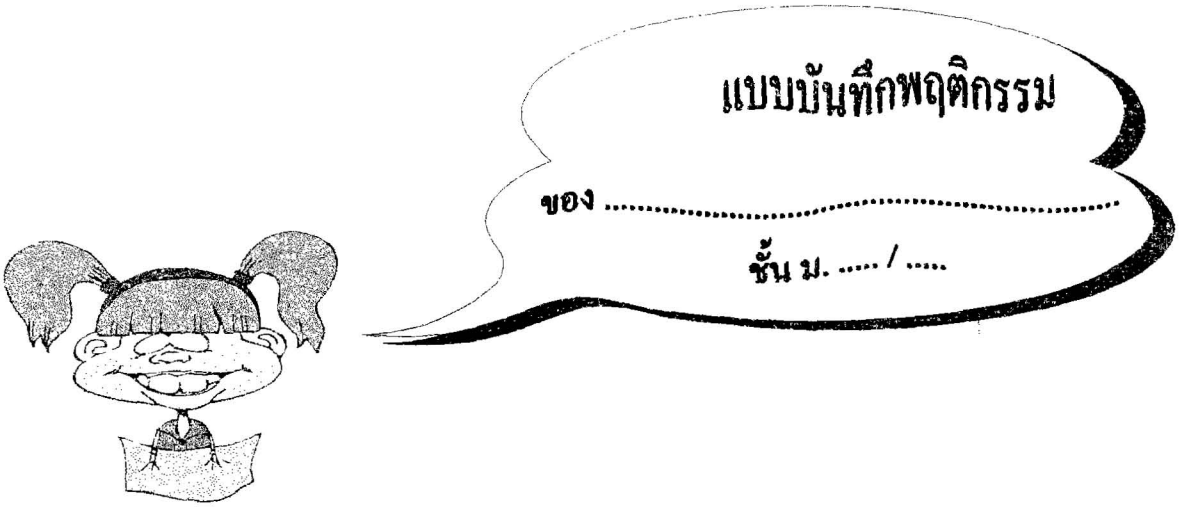
1. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
2. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 6
3. ให้นักเรียนพิจารณาพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เคยปฏิบัติ แล้วทำกิจกรรมในชุดฝึก
4. ร่วมกันอภิปรายคำตอบ

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุป เราเป็นผู้ควบคุมพฤติกรรมของเราได้ดีที่สุด ดังนั้นจึงควรมีการควบคุมตนเอง

การประเมินผล

นักเรียนอภิปรายสรุปได้



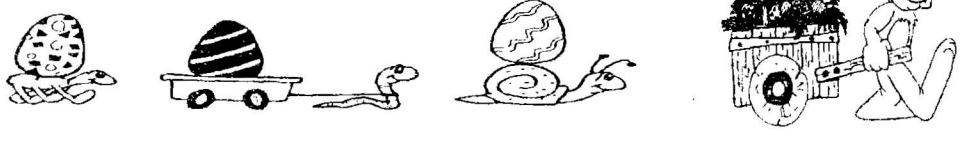
คำชี้แจง ให้นักเรียนนึกย้อนพฤติกรรมตนเองที่เคยปฏิบัติในแต่ละข้อต่อไปนี้ แล้วแสดงเครื่องหมาย "✓" ลงในช่องพฤติกรรมที่ตรงกับความจริงของนักเรียนมากที่สุด

พฤติกรรมที่เคยปฏิบัติ	ประจำ	บ่อยๆ	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
1. เข้าห้องเรียนตรงเวลา				
2. นั่งเรียนในลักษณะตั้งใจ นั่งตัวตรง หันหน้าไปทางผู้สอน				
3. เตรียมอุปกรณ์การเรียนมาพร้อม				
4. ทำกิจกรรมตามที่อาจารย์มอบหมายให้				
5. ส่งการบ้านหรืองานครบตามกำหนด				
6. ส่งการบ้านหรืองานตรงเวลา				
7. ทำการบ้านและทบทวนบทเรียน				
8. อื่น ๆ ได้แก่				

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้บันทึกพฤติกรรม



ให้นักเรียนเลือกตอบคำถามที่ตรงกับ
ความจริงของนักเรียนมากที่สุด

❄ โดยส่วนใหญ่แล้ว นักเรียนปฏิบัติพฤติกรรมแต่ละข้อ บ่อยมากน้อยเพียงใด

☐ ประจำ ☐ บ่อย ๆ ☐ นาน ๆ ครั้ง ☐ ไม่เคยเลย

❄ สาเหตุที่ทำให้นักเรียนปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ เกิดจากใครมากที่สุด

☐ นักเรียน ☐ ผู้อื่น

❄ พฤติกรรมในแต่ละข้อ เป็นสิ่งที่ส่งผลดีต่อการเรียนใช่หรือไม่

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

❄ นักเรียนควรปฏิบัติพฤติกรรมเหล่านั้นใช่หรือไม่

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

❄ สิ่งไหนที่นักเรียนเต็มใจปฏิบัติ

☐ สิ่งที่ถูกบังคับให้ปฏิบัติ ☐ สิ่งที่นักเรียนเลือกปฏิบัติเอง

❄ นักเรียนจะปฏิบัติพฤติกรรมที่ดีเหล่านั้น โดยไม่ต้องบังคับได้หรือไม่

☐ ได้ ☐ ไม่ได้

กิจกรรมที่ 7

วิเคราะห์ตนเอง

กิจกรรมที่ 7

กิจกรรม วิเคราะห์ตนเอง

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อให้นักเรียนได้วิเคราะห์พฤติกรรมการเรียน บอกข้อดีและข้อเสียของพฤติกรรมต่าง ๆ และทางเลือกที่จะปฏิบัติ
2. ตระหนักรู้ถึงคุณประโยชน์ของการมีพฤติกรรมการเรียนที่ดี

สื่อ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 7

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

นักเรียนอภิปรายพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อการเรียน

ขั้นฝึก

1. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
2. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 7
3. ให้นักเรียนทำกิจกรรมในชุดฝึก
4. สุ่มนักเรียนอภิปรายคำตอบ

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุป แต่ละพฤติกรรมส่งผลดีต่อการเรียน ดังนั้นจึงควรควบคุมตนเองให้ปฏิบัติพฤติกรรมเหล่านี้

การประเมินผล

นักเรียนอภิปรายคำตอบและสรุปกิจกรรมได้

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนเขียนข้อดีและข้อเสียของพฤติกรรมต่อไปนี้ แล้ววิเคราะห์ตนเอง โดยแสดงเครื่องหมาย " ✓ " ลงช่อง ☐ ในแต่ละหัวข้อ รวมทั้งเติมข้อความลงช่องว่างให้สมบูรณ์

การเข้าเรียนตรงเวลา

ข้อดี	ข้อเสีย
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

❄ นักเรียนจะได้รับประโยชน์ในด้านการเรียนจาก

☐ ข้อดีของการปฏิบัติสิ่งนี้ ☐ ข้อเสียของการปฏิบัติสิ่งนี้

❄ นักเรียนเคยปฏิบัติสิ่งนี้

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

❄ ไม่ว่าจะเคยปฏิบัติหรือไม่เคยปฏิบัติมาก่อน แต่ต่อไปนักเรียนจะต้องปฏิบัติสิ่งนี้อย่างแน่นอน

☐ ใช่ เพราะว่า .....

.....

☐ ไม่ใช่ เพราะว่า .....

.....

การเตรียมอุปกรณ์การเรียนมาครบ

ข้อดี	ข้อเสีย
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

❄ นักเรียนจะได้รับประโยชน์ในด้านการเรียนจาก

☐ ข้อดีของการปฏิบัติสิ่งนี้ ☐ ข้อเสียของการปฏิบัติสิ่งนี้

❄ นักเรียนเคยปฏิบัติสิ่งนี้

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

❄ ไม่ว่าจะเคยปฏิบัติหรือไม่เคยปฏิบัติมาก่อน แต่ต่อไปนักเรียนจะต้องปฏิบัติสิ่งนี้อย่างแน่นอน

☐ ใช่ เพราะว่า .....

.....

☐ ไม่ใช่ เพราะว่า .....

.....

การมีสมาธิในการเรียน

ข้อดี	ข้อเสีย
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

❄ นักเรียนจะได้รับประโยชน์ในด้านการเรียนจาก

☐ ข้อดีของการปฏิบัติสิ่งนี้ ☐ ข้อเสียของการปฏิบัติสิ่งนี้

❄ นักเรียนเคยปฏิบัติสิ่งนี้

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

❄ ไม่ว่าจะเคยปฏิบัติหรือไม่เคยปฏิบัติมาก่อน แต่ต่อไปนักเรียนจะต้องปฏิบัติสิ่งนี้อย่างแน่นอน

☐ ใช่ เพราะว่า .....

.....

☐ ไม่ใช่ เพราะว่า .....

.....

การทำงานที่ได้รับมอบหมายในห้องเรียน

ข้อดี	ข้อเสีย
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

❄ นักเรียนจะได้รับประโยชน์ในด้านการเรียนจาก

☐ ข้อดีของการปฏิบัติสิ่งนี้ ☐ ข้อเสียของการปฏิบัติสิ่งนี้

❄ นักเรียนเคยปฏิบัติสิ่งนี้

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

❄ ไม่ว่าจะเคยปฏิบัติหรือไม่เคยปฏิบัติมาก่อน แต่ต่อไปนักเรียนจะต้องปฏิบัติสิ่งนี้อย่างแน่นอน

☐ ใช่ เพราะว่า .....

.....

☐ ไม่ใช่ เพราะว่า .....

.....

การส่งงานครบและตรงเวลา

ข้อดี	ข้อเสีย
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

❄ นักเรียนจะได้รับประโยชน์ในด้านการเรียนจาก

☐ ข้อดีของการปฏิบัติสิ่งนี้ ☐ ข้อเสียของการปฏิบัติสิ่งนี้

❄ นักเรียนเคยปฏิบัติสิ่งนี้

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

❄ ไม่ว่าจะเคยปฏิบัติหรือไม่เคยปฏิบัติมาก่อน แต่ต่อไปนักเรียนจะต้องปฏิบัติสิ่งนี้อย่างแน่นอน

☐ ใช่ เพราะว่า .....

.....

☐ ไม่ใช่ เพราะว่า .....

.....

การทำการบ้านและทบทวนบทเรียน

ข้อดี	ข้อเสีย
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

❄ นักเรียนจะได้รับประโยชน์ในด้านการเรียนจาก

☐ ข้อดีของการปฏิบัติสิ่งนี้ ☐ ข้อเสียของการปฏิบัติสิ่งนี้

❄ นักเรียนเคยปฏิบัติสิ่งนี้

☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

❄ ไม่ว่าจะเคยปฏิบัติหรือไม่เคยปฏิบัติมาก่อน แต่ต่อไปนักเรียนจะต้องปฏิบัติสิ่งนี้อย่างแน่นอน

☐ ใช่ เพราะว่า .....

.....

☐ ไม่ใช่ เพราะว่า .....

.....

กิจกรรมที่ 8

ผลการเรียนกับอนาคตของข้าพเจ้า

กิจกรรมที่ 8

กิจกรรม ผลการเรียนกับอนาคตของข้าพเจ้า

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อให้นักเรียนได้วิเคราะห์ผลการเรียนที่ผ่านมาและผลการเรียนที่ต้องการในอนาคต

2. เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักรู้ถึงความสำคัญของผลการเรียนที่มีต่อชีวิตในอนาคต และบอกวิธีการปฏิบัติตนในฐานะนักเรียนที่จะมีอนาคตดี

สื่อ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 8

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

นักเรียนอภิปรายพฤติกรรมที่ส่งผลต่อผลการเรียน

ขั้นฝึก

1. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
2. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 8
3. ให้นักเรียนทำกิจกรรมในชุดฝึก
4. สุ่มนักเรียนเป็นตัวแทนนำเสนอผลงาน

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุปอภิปรายวิธีการปฏิบัติตนในฐานะนักเรียนที่จะมีอนาคตดี

การประเมินผล

นักเรียนเขียนวิธีการปฏิบัติตนในฐานะนักเรียนที่จะมีอนาคตดีและสรุปกิจกรรมได้

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนกรอกผลการเรียนเฉลี่ยของนักเรียนที่ได้จริงและผลการเรียนเฉลี่ยที่ต้องการในแต่ละภาคเรียนและเติมข้อความลงช่องว่างให้สมบูรณ์

ผลการเรียน	ภาคเรียนที่ 1		ภาคเรียนที่ 2	
	ที่ได้จริง	ที่ต้องการ	ที่ได้จริง	ที่ต้องการ
ม.1				
ม.2				
ม.3				

☺ ข้าพเจ้าคิดว่า ผลการเรียนเฉลี่ยมีความสำคัญ คือ

.....

.....

☺ ระดับผลการเรียนเฉลี่ยของข้าพเจ้าจะเป็นไปตามที่ต้องการ ถ้าหากข้าพเจ้าปฏิบัติตน ดังนี้

.....

.....

.....

.....

☺ ในภาคเรียนนี้และภาคเรียนต่อไป หากข้าพเจ้ามีผลการเรียนอยู่ในระดับดีขึ้นกว่าภาคเรียนที่ผ่านมาในอดีต อาจได้ประกอบอาชีพ..... อย่างที่ข้าพเจ้าหวังไว้

☺ ดังนั้น จุดเริ่มต้นของชีวิตที่ดีตามที่มุ่งหวังในอนาคต คือ .....

.....

☺ เพื่ออนาคตที่ดีของข้าพเจ้า
นับตั้งแต่บัดนี้ข้าพเจ้าจะพยายามปฏิบัติตนให้ได้ ดังนี้

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....
8. .....
9. .....
10. .....

ลงชื่อ .....

(.....)

นักเรียนชั้น ม. ..... / ..... เลขที่ .....

กิจกรรมที่ 9

สังเกตพฤติกรรมที่ตั้งใจกระทำ

กิจกรรมที่ 9

กิจกรรม สังเกตพฤติกรรมที่ตั้งใจจะกระทำ

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อให้นักเรียนกำหนดพฤติกรรมที่ตั้งใจจะปฏิบัติ พร้อมทั้งบอกคุณประโยชน์ของพฤติกรรมนั้น

2. เพื่อให้นักเรียนและเริ่มต้นสังเกตพฤติกรรมที่กำหนดนั้นด้วยตนเอง

สื่อ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 9

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

นักเรียนอภิปรายพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียน

ขั้นฝึก

1. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
2. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 9
3. ให้นักเรียนทำกิจกรรมในชุดฝึก กิจกรรมที่ 9 หน้า 1-2
4. สุ่มนักเรียนเป็นตัวแทนนำเสนอผลงาน
5. ให้นักเรียนเขียนพฤติกรรมที่ตั้งใจจะปฏิบัตินั้นใน กิจกรรมที่ 9 หน้า 3 แต่ให้นักเรียนบันทึกพฤติกรรมของตนเองในคาบเรียนต่อไป

ขั้นสรุป

ร่วมกันสรุปอภิปรายคุณประโยชน์ของพฤติกรรมที่สมควรปฏิบัติต่อการเรียน

การประเมินผล

นักเรียนกำหนดและเริ่มต้นสังเกตพฤติกรรมที่ตั้งใจจะปฏิบัติได้

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนเขียนพฤติกรรมที่กระทำแล้วจะเกิดผลดีต่อการเรียน พร้อมบอกคุณประโยชน์ ของพฤติกรรมนั้น

1.....

ประโยชน์ คือ .....

.....

.....

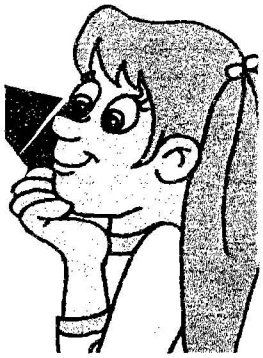
2.....

ประโยชน์ คือ .....

.....

.....

3. .....



ประโยชน์ คือ .....

.....

.....

4.....

ประโยชน์ คือ .....

.....

.....

5.....

ประโยชน์ คือ .....

.....

.....

6. .....

ประโยชน์ คือ .....

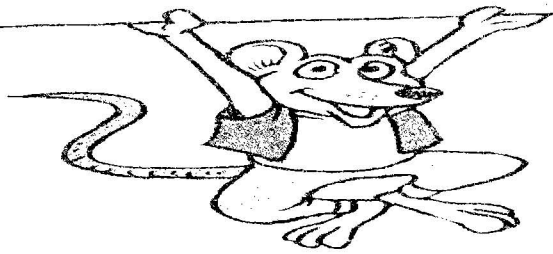
.....

.....

แบบบันทึกพฤติกรรม

ของ .....

ชั้น ม. ..... / .....



<u>คำชี้แจง</u> จงเขียนพฤติกรรมที่ตั้งใจจะกระทำ เพื่อผลการเรียนที่ดีขึ้น พร้อมทั้งสังเกตพฤติกรรมของตน แล้วแสดงรอยขีดและรวมจำนวนครั้งที่แสดงพฤติกรรมนั้น

พฤติกรรม	รอยขีดจำนวนพฤติกรรม	รวม (ครั้ง)
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		

ช่วงเวลาที่สังเกต : ...../...../..... ถึง

ลงชื่อ .....

(.....)

ผู้บันทึกพฤติกรรม

กิจกรรมที่ 10

พฤติกรรมของข้าพเจ้า

กิจกรรมที่ 10

กิจกรรม พฤติกรรมของข้าพเจ้า

เวลา 30 นาที

จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อให้นักเรียนประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมของตนเอง (จากกิจกรรมที่ 9)
2. เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการควบคุมตนเองและเกิดแนวคิดที่จะควบคุมตนเอง

สื่อ ชุดฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 10

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นนำ

1. นักเรียนอภิปรายพฤติกรรมที่ส่งผลต่อผลการเรียน

ขั้นฝึก

1. ผู้ฝึกอธิบายจุดมุ่งหมายของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง กิจกรรมที่ 10
2. ให้นักเรียนสรุปเอกสารประกอบการฝึก กิจกรรมที่ 9 หน้าที่ 3 ของตนเอง
3. สุ่มนักเรียนนำเสนอผลงาน และกล่าวชมเชยนักเรียนที่ปฏิบัติตนได้ตามที่ตั้งใจ
4. แจกเอกสารประกอบการฝึกแก่นักเรียน
5. ให้นักเรียนทำกิจกรรมในชุดฝึก
6. ร่วมกันอภิปรายสรุปความสำคัญและคุณประโยชน์ของการควบคุมตนเอง

ขั้นสรุป

ร่วมกันอภิปรายสรุปกิจกรรมการฝึกควบคุมตนเองและคุณประโยชน์

การประเมินผล

นักเรียนประสบผลสำเร็จในการปฏิบัติกิจกรรม ตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการควบคุมตนเองและเกิดแนวคิดในการพัฒนาการปฏิบัติตนต่อการเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนแสดงเครื่องหมาย "✓" ลง ☐ ให้ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน ในแต่ละข้อต่อไปนี้ เพียงแห่งเดียว

1. จากการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมที่ตั้งใจจะกระทำของนักเรียน สามารถประเมินได้ว่า นักเรียนสามารถปฏิบัติตนได้ตามที่ตั้งใจ
   - ☐ มากที่สุด
   - ☐ มาก
   - ☐ ปานกลาง
   - ☐ น้อย

   เพราะ .....
2. คนทุกคน ย่อมต้องการมีอิสระเสรีในการเลือกคิดและตัดสินใจเอง
   - ☐ เห็นด้วย
   - ☐ ไม่เห็นด้วย
3. ทุกสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติต่อการเรียนในช่วงที่ผ่านมา เกิดจากการคิดและการตัดสินใจของนักเรียนเอง
   - ☐ เห็นด้วย
   - ☐ ไม่เห็นด้วย
4. นักเรียนจึงปฏิบัติในสิ่งที่นักเรียนเลือกเองนั้น ด้วยความเต็มใจ
   - ☐ เห็นด้วย
   - ☐ ไม่เห็นด้วย
5. นักเรียนปฏิบัติสิ่งที่เลือกเองด้วยความเต็มใจ เพราะสิ่งนั้นมีคุณประโยชน์ต่อการเรียน
   - ☐ เห็นด้วย
   - ☐ ไม่เห็นด้วย
6. ประโยชน์ต่าง ๆ เหล่านั้น นักเรียนจะได้รับก็ต่อเมื่อนักเรียนปฏิบัติ
   - ☐ เห็นด้วย
   - ☐ ไม่เห็นด้วย

7. การเรียนเป็นสิ่งสำคัญและเป็นจุดเริ่มต้นของชีวิตในอนาคต วันข้างหน้าของนักเรียนจะเป็นอย่างไรก็ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนในวันนี้

   ☐ เห็นด้วย

   ☐ ไม่เห็นด้วย

8. นักเรียนตั้งใจว่าจะปฏิบัติพฤติกรรมที่ยังปฏิบัติไม่ได้ ให้สำเร็จ และปฏิบัติพฤติกรรมที่ปฏิบัติได้นั้นต่อไป

   ☐ เห็นด้วย

   ☐ ไม่เห็นด้วย

ให้นักเรียนนับจำนวนคำตอบ ในข้อความที่ 2 – 8

ถ้า
คำตอบของนักเรียน คือ "ไม่เห็นด้วย"
เป็นส่วนใหญ่
ให้นักเรียนเข้ารับการฝึกใหม่อีกครั้ง

แต่ถ้า
คำตอบของนักเรียน คือ "เห็นด้วย"
เป็นส่วนใหญ่
ให้อ่านหน้าถัดไป

ถ้านักเรียนเห็นคุณประโยชน์ของการเรียน
และกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ
ด้วยเหตุผลและความอดทน
เพื่อให้เกิดผลดีตามที่ต้องการ
หรือหลีกเลี่ยงสิ่งไม่ดีที่อาจเกิดขึ้น
ด้วยตัวเอง
ในปริมาณและคุณภาพที่เหมาะสม
เรียกได้ว่านักเรียนรู้จัก "การควบคุมตนเอง"
นักเรียนก็จะประสบผลสำเร็จในการเรียน
อย่างแน่นอน !

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 1

<u>คำสั่ง</u> จงเขียนเซตในแต่ละข้อต่อไปนี้แบบแจกแจงสมาชิก

1. เซตของจังหวัดในประเทศไทยที่มีพยางค์เดียว

   .....

2. เซตของจำนวนนับ

   .....

3. เซตของสระในอักษรภาษาอังกฤษ

   .....

4. เซตของจำนวนเฉพาะบวกที่น้อยกว่า 10

   .....

5. เซตของจำนวนเต็มที่น้อยกว่า 8

   .....

6. เซตของพยัญชนะในคำว่า "จำนวนจริง"

   .....

7. เซตของจำนวนเต็มที่สอดคล้องกับสมการ $x^2 - 4 = 0$

   .....

8. เซตของจำนวนคู่บวกที่สอดคล้องกับสมการ $6x < 24$

   .....

9. เซตของจำนวนเต็มบวกที่สอดคล้องกับสมการ $x^2 + 2x - 8 = 0$

   .....

10. เซตของจำนวนเต็มที่สอดคล้องกับสมการ $x^2 - x = 12$

    .....

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 2

<u>คำสั่ง</u> จงเขียนเซตในแต่ละข้อต่อไปนี้แบบบอกเงื่อนไขของสมาชิกในเซต

1. $A = \{1,2,3\}$

.....

2. $B = \{2,4,6,8,...\}$

.....

3. $C = \{2,3,5,7,11\}$

.....

4. $D = \{10,20,30,...\}$

.....

5. $E = \{a,e,i,o,u\}$

.....

6. $F = \{-3,-2,-1,0,1,2,3\}$

.....

7. $G = \{-8,-7,-6,...,-1\}$

.....

8. $H = \{1,2,3,...,100\}$

.....

9. $I = \{1\}$

.....

10. $J = \{เสาร์, อาทิตย์\}$

.....

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 3

<u>คำสั่ง</u> จงบอกจำนวนสมาชิกของเซตในแต่ละข้อต่อไปนี้

1. $A = \{1,2,3\}$

.....

2. $B = \{2,4,6,8,...20\}$

.....

3. $C = \{2,3,5,7,11\}$

.....

4. $D = \{10,20,30,...,100\}$

.....

5. $E = \{a,e,i,o,u\}$

.....

6. $F = \{-3,-2,-1,0,1,2,3\}$

.....

7. $G = \{-8,-7,-6,...,-1\}$

.....

8. $H = \{1,2,3,\{1\},\{2,3\}\}$

.....

9. $I = \{x / x \in I \text{และ} 3x < 18\}$

.....

10. $J = \{x / x \in I^{+} \text{และ} -3 < x < 3^{c}\}$

.....

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 4

<u>คำสั่ง</u> จงเขียนสับเซตทั้งหมดของเซตในแต่ละข้อต่อไปนี้

1. $A = \{1\}$

.....

2. $B = \{2,4\}$

.....

3. $C = \{2\}$

.....

4. $D = \{a\}$

.....

5. $E = \{\{x\}\}$

.....

6. $F = \{-3,-2\}$

.....

7. $G = \{\phi, \{\phi\}\}$

.....

8. $H = \{1, \{1\}\}$

.....

9. $I = \{\phi\}$

.....

10. $J = \{1,2,3\}$

.....

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 5

คำสั่ง จงเติมคำตอบให้สมบูรณ์ เมื่อกำหนด $U = \{1,2,3,...,10\}$, $A = \{1,2,3\}$ และ $B = \{1,3,5,7\}$

1. $A \cap B$ = ...
2. $A \cup B$ = ...
3. $A \cup A$ = ...
4. $B \cup B$ = ...
5. $A \cap A$ = ...
6. $B \cap B$ = ...
7. A' = ...
8. B' = ...
9. $A - B$ = ...
10. $B - A$ = ...
11. $A' \cup B'$ = ...
12. $B' \cup A'$ = ...
13. $A' \cap B'$ = ...
14. $(A \cup B)'$ = ...
15. $(A \cap B)'$ = ...

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 6

<u>คำสั่ง</u> จงเขียนแผนภาพของเวนน์-ออยเลอร์ แสดงเซตที่กำหนดต่อไปนี้ เมื่อกำหนด $U = \{1,2,3,...,10\}, A = \{1,2,3\}$ และ $B = \{1,3,5,7\}$

1. $A \cap B$

2. $A \cup B$

3. A'

4. B'

5. $A - B$

6. $B - A$

7. $(A \cup B)'$

8. $(A \cap B)'$

9. $A' \cap B'$

10. $(A - B) \cup (B - A)$

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 7

<u>คำสั่ง</u> จงหาเศษเมื่อหาร $P(x)$ ด้วย $x-c$ ซึ่งกำหนด $P(x)$ และ c ให้

1. $P(x)=x^2+x-12, c=3$

.....

.....

.....

.....

2. $P(x)=2x^2-2x+15, c=3$

.....

.....

.....

.....

3. $P(x)=2x^3+5x^2-2x+10, c=1$

.....

.....

.....

.....

4. $P(x)=x^3+2x^2-4x+5, c=2$

.....

.....

.....

.....

5. $P(x)=2x^3+5x^2-x \quad 5, c=3$

.....

.....

.....

.....

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 8

คำสั่ง จงใช้การหารสังเคราะห์หาผลหารและเศษในแต่ละข้อต่อไปนี้

1. $(x^2 + x - 12) \div (x - 3)$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. $(x^2 + 6x + 25) \div (x + 5)$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. $(x^2 + x - 14) \div (x - 3)$

.....

.....

.....

.....

.....

4. $(x^2 - 6x + 5) \div (x - 1)$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. $(2x^2 + 16x + 15) \div (x + 7)$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. $(3x^2 + 3x - 8) \div (x - 1)$

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 9

<u>คำสั่ง</u> จงแยกตัวประกอบต่อไปนี้

1. $x^2 + x - 12$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. $x^2 + 8x + 15$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. $x^2 - 6x + 5$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. $2x^2 + 12x + 10$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. $x^3 - x^2 - 8x + 12$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. $x^4 - 5x^2 + 4$

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบฝึกทักษะวิชาคณิตศาสตร์

ชุดที่ 10

<u>คำสั่ง</u> จงเขียนช่วงต่อไปนี้ในรูปเซต

1. $(2,6)$ = ...

2. $[2,5]$ = ...

3. $(-3,2]$ = ...

4. $[-4,-1)$ = ...

5. $(2,\infty)$ = ...

6. $(-\infty,2)$ = ...

7. $(12,16)$ = ...

8. $[-5,0]$ = ...

9. $(-25,-20]$ = ...

10. $\left(\frac{2}{4},\frac{7}{2}\right)$ = ...

ภาคผนวก ค

คุณภาพเครื่องมือ

ตาราง 10 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของแบบทดสอบลักษณะมุ่งอนาคต

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	.54	16	.59
2	.68	17	.62
3	.62	18	.68
4	.65	19	.59
5	.80	20	.61
6	.67	21	.62
7	.66	22	.69
8	.69	23	.58
9	.70	24	.61
10	.74	25	.63
11	.75	26	.67
12	.73	27	.69
13	.72	28	.70
14	.74	29	.72
15	.72	30	.81

ค่าความเชื่อมั่น ของลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง = .72

ตาราง 11 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดทัศนคติในการเรียน โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของแบบวัดทัศนคติในการเรียน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	.67	13	.76
2	.68	14	.77
3	.72	15	.74
4	.74	16	.75
5	.73	17	.76
6	.77	18	.68
7	.74	19	.70
8	.76	20	.76
9	.67	21	.78
10	.68	22	.67
11	.69	23	.69
12	.75	24	.70

ค่าความเชื่อมั่น ของทัศนคติในการเรียน = .78

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวปอแก้ว ศิริจันทร์
วัน เดือน ปีเกิด	24 มกราคม 2520
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดนครนายก
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 93/110 หมู่ 4 แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร 10220
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	อาจารย์ 1 ระดับ 4
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา ๒ เขตคลองสามวา กรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2537	มัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนครนายกวิทยาคม จังหวัดนครนายก
พ.ศ. 2541	ศึกษาศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2546	การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร กรุงเทพมหานคร