

ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคล
 ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอำเภอ
 อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์

ปริญญานิพนธ์

ของ

เตียนใจ รงค์โสภณ

10 พ.ย. 2537

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
 ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา

พฤษภาคม 2537

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประกาศคุณูปการ

บริพณานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของรองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มี
อาจารย์ทัศนาศ ทอณภักดิ์ และศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ที่ได้ให้คำปรึกษา
แนวคิดข้อเสนอแนะ และตรวจแก้ไข อันเป็นประโยชน์ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึก
ซาบซึ้งเป็นอย่างมากและขอกราบขอบพระคุณเป็นพิเศษอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กร์ทอง รองศาสตราจารย์ไพโรจน์
เบาใจ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภณ ที่ให้คำแนะนำและเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจ
เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณอาจารย์กมล หอมนวล ผู้อำนวยการโรงเรียน และคณาจารย์โรงเรียน
วัดลานบุญ กรุงเทพมหานคร ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือ อำนวยความสะดวกและอนุเคราะห์
สถานที่ในการจัดทำเครื่องมือและขอขอบใจนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดลานบุญ
กรุงเทพมหานครที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการจัดทำเครื่องมือในการวิจัย

ขอขอบพระคุณอาจารย์ประเคน คีลาอ่อน อาจารย์ใหญ่ และคณาจารย์โรงเรียน
บ้านคำปี่ล ตำบลบักโค อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ที่ให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวก
ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอขอบใจนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียน
บ้านคำปี่ล ตำบลบักโค อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ปีการศึกษา 2536 ที่ให้ความร่วมมือ
ในการทดลองครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษาทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือ และ
ให้กำลังใจ ในการทําวิจัยจนสำเร็จ

ความดีจากการทําวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้แด่พ่อ คุณแม่ คุณวิลาวรรณ คีลาอ่อน
คุณแม่อัมพร ลิ่มตระกูล สามเณรและลูก ผู้ให้การสนับสนุน ความรักความห่วงใยและกำลังใจแก่ผู้วิจัย
ตลอดมา

เดือนใจ รงค์โสภณ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบ ได้พิจารณาปริญญาบัตรฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

.....*Ok พันธุ์*.....ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์)

.....*วิมล งามกุล*.....กรรมการ

(อาจารย์ทัศน ทอภักดิ์)

คณะกรรมการสอบ

.....*Ok พันธุ์*.....ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์)

.....*วิมล งามกุล*.....กรรมการ

(อาจารย์ทัศน ทอภักดิ์)

.....*elon*.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญาบัตรฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....*Ms. Poon*.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ดร.ศิริภา พูลสุวรรณ)

วันที่...4...เดือน พ.ค. พ.ศ. 2537

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
คำนำ	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	5
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	6
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรง	30
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพส่วนบุคคล	42
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	53
ประชากร	53
กลุ่มตัวอย่าง	53
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	54
วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ	54
แบบแผนการทดลอง	57
วิธีดำเนินการทดลอง	58
วิธีจัดกระทำกับข้อมูล	58
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	59

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการศึกษาค้นคว้า	61
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผล	61
ผลการศึกษาค้นคว้า	61
5 บทย่อ สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ	70
บทย่อ	70
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	70
สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า	70
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	70
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	71
วิธีดำเนินการทดลอง	71
วิธีจัดการกระทำกับข้อมูล	72
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	72
อภิปรายผล	73
ข้อเสนอแนะ	74
บรรณานุกรม	76
ภาคผนวก	86
ภาคผนวก ก	87
ภาคผนวก ข	202
ประวัติย่อของผู้วิจัย	215

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แบบแผนการทดลอง	57
2 เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล	63
3 เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังเทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม	64
4 เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังเทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล	65
5 เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มและกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล	66
6 แสดงคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล	211
7 แสดงคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังเทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม	212
8 แสดงคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังเทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล	213
9 แสดงผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล	214

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

- 1 แสดงการเปลี่ยนแปลงของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ตลอด 2 ระยะ 67
- 2 ค่ามัธยฐานคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ตลอด 2 ระยะ 68

คำนำ

การมี "สุขภาพดี" เป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์และเป็นจุดมุ่งหมายทางสังคมที่ยอมรับกันทั่วโลก มนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะมีความแตกต่างกันทางเชื้อชาติ ศาสนา ฐานะ เศรษฐกิจและสังคม หรือความเชื่อทางการเมือง ย่อมมีสิทธิที่จะได้รับความคุ้มครองให้มี "สุขภาพดี" อันหมายถึงสภาวะความสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ (สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน, 2529 : 19)

องค์การอนามัยโลกได้เล็งเห็นความสำคัญของการมีสุขภาพดี และตั้งเป้าหมายที่จะให้ประชาชนทุกคน ทุกกลุ่มอายุ ทุกกลุ่มอาชีพ มีโอกาสและมีส่วนร่วมกับพัฒนาสุขภาพของทุกคนเท่าเทียมกัน ดังนั้นการที่จะทำให้บรรลุหลักการที่องค์การอนามัยโลกได้วางไว้ว่า "จะให้ประชากรโลกมีสุขภาพดีถ้วนหน้า ปี 2543" นั้น จะต้องเน้นที่การส่งเสริมสุขภาพของเด็กก่อนเพราะเด็กเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่ายิ่งของประเทศ และเด็กที่มีคุณค่าได้นี้ต้องเป็นเด็กที่มีสุขภาพดี

มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการต่าง ๆ สมวัย (พิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ, 2528 : 129) ซึ่งเป็นผลมาจากการเลี้ยงดูที่ดี ได้รับการเอาใจใส่ดูแลจากบิดา มารดา ผู้ปกครอง และครู อาจารย์ เพื่อปลูกฝังให้เด็กมีการฝึกนิสัยที่ดี โดยเฉพาะเด็กวัยเรียนซึ่งเป็นวัยที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ปัจจุบันพบว่าการปฏิบัติตัวทางด้านสุขภาพเด็กยังไม่ถูกต้อง ดังนั้นการลงทุนเพื่อสุขภาพของเด็กจึงควรเป็นนโยบายหลักของทุกประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งประเทศด้อยพัฒนาหรือกำลังพัฒนา ซึ่งประมาณร้อยละ 40 ของประชากรเป็นเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี (สุจิตรา นิมนานิตย์, 2529 : 123)

ประเทศไทยเป็นประเทศที่กำลังพัฒนา มีประชากรในวัยเด็กและเยาวชน คิดเป็นร้อยละ 50.3 ของประชากรทั้งสิ้น (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, 2535 : 27) ควรที่จะได้รับการแก้ไขปัญหาสุขภาพขั้นพื้นฐานของเด็ก โดยการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคลตั้งแต่วัยเด็ก เพื่อให้เด็กมีสุขภาพส่วนบุคคลที่ดี แต่หากว่า

สุขภาพด้านร่างกายและจิตใจ ไม่สมบูรณ์เด็กก็จะเจริญพัฒนาไปไม่ได้ ดังที่นักปรัชญา อริสโตเติล และเพลโต กล่าวว่า "ก่อนจะให้การศึกษาค้นคว้านั้น สมควรที่จะให้เด็กมีสุขภาพดีเสียก่อน"

(สุชาติ ใส่มะยूर. 2528 : 8) จากการตรวจสอบสุขภาพนักเรียนโดยกองอนามัยโรงเรียน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2525 - 2528 พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษามีปัญหาทางสุขภาพเป็นจำนวนมากและโรคต่าง ๆ ที่พบอันดับ 1 คือ หัด ในแต่ละปี ดังนี้ ร้อยละ 44.4, 42.9, 43.4, 42.8 ตามลำดับ รองลงมาได้แก่ สุขภาพไม่สมบูรณ์ ในแต่ละปี ดังนี้ ร้อยละ 11.1, 7.3, 12.1, 8.3 และโรคอื่น ๆ เช่น เยื่อจมูกอักเสบ เกสื้อน สายตาผิดปกติ ขาดสารอาหาร และเหาตามลำดับ และจากการศึกษาของกรมส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ (2529 : 94 - 95) เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั่วประเทศ พบว่า นักเรียนมีระดับพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับต้องปรับปรุงแก้ไขร้อยละ 40 และระดับพอใจ ร้อยละ 50 โดยเฉพาะพฤติกรรมด้านการรักษาความสะอาดของร่างกายและการป้องกันอุบัติเหตุ มีระดับพฤติกรรมอยู่ในเกณฑ์ไม่น่าพึงพอใจ ร้อยละ 45 และ 40 ตามลำดับ (กรมพลศึกษา. 2529 : 33) และจากการศึกษาสภาวะสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาในชนบท จังหวัด นครราชสีมา (2529 : 84) พบว่านักเรียนเป็นโรค หัด ร้อยละ 42.62 เป็นเหา ร้อยละ 28.01 และเป็นหัวล้านร้อยละ 18.90 ในปี พ.ศ. 2531 กองอนามัยโรงเรียน กระทรวงสาธารณสุข ได้สำรวจสุขภาพของนักเรียนในกรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนเป็นโรค หัดอันดับหนึ่ง ร้อยละ 30.8 รองลงมาได้แก่ เยื่อจมูกอักเสบ (หวัด) สุขภาพไม่สมบูรณ์ สายตาผิดปกติและโรคผิวหนังอื่น ๆ ตามลำดับ (กระทรวงสาธารณสุข. 2531 : 3) จะเห็นได้ว่าโรคต่าง ๆ ที่พบนั้นเป็นปัญหาทางด้านสุขภาพส่วนบุคคลขึ้นพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับเรื่องของ ผิวหนังและเล็บ ผมและหนังศีรษะ มือและเท้า เสื้อผ้า สุขภาพฟันตา หู จมูก สุขภาพปากและฟัน

จากผลสำรวจสภาวะสุขภาพของนักเรียน ชี้ให้เห็นว่าปัญหาสภาวะสุขภาพของนักเรียน เป็นปัญหาที่ควรได้รับความสนใจ และพัฒนาให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดีของประชากรในชุมชน ซึ่งปัญหาสภาวะสุขภาพของนักเรียนเป็นที่ตระหนักของกระทรวง ศึกษาธิการ ดังจะเห็นได้จากการกำหนดไว้ในแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 พ.ศ. 2530 - 2534 (พยุ่ง สุขสังวร. 2530 : 49 - 50) ที่มีสาระสำคัญที่เกี่ยวข้องกับ

สุขภาพนักเรียนในระดับประถมศึกษา ให้มีคุณสมบัติตามจุดหมายของหลักสูตรปรับปรุง พ.ศ. 2533 ในข้อ 1 พิจารณาได้กำหนดไว้ในข้อ 1.2 ว่าให้มีสุขภาพกายใจสมบูรณ์สามารถ บำรุงรักษาสุขภาพอนามัยส่วนตน (กรมวิชาการ. 2533 : 20)

จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้นักเรียนปฏิบัติไม่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพได้แก่ การที่นักเรียนเอง ไม่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติที่ถูกต้อง และปฏิบัติจากความเคยชิน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมสุขภาพด้านเจตคติและการปฏิบัติได้เปลี่ยนแปลง แม้ว่านักเรียนจะได้ผ่านการ เรียนสุขศึกษามาเป็นระยะ 6 ปี ซึ่ง อมร นนทสูตร (2526 : 27) กล่าวว่าการศึกษาที่มีสุขภาพไม่ดี จนเกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ มีสาเหตุที่สำคัญคือ พฤติกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ ไม่ถูกต้อง เช่น พฤติกรรมเกี่ยวกับการรักษาโรค การรับประทานอาหาร การปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วยตลอดจนการป้องกันส่งเสริมสุขภาพ ดังนั้น การส่งเสริมหรือพัฒนาให้ประชาชนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องทั้งในด้านความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ จึงเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้ประชาชนมีสุขภาพดีซึ่งจะส่งผลต่อการปรับปรุงสภาพความเป็นอยู่ด้านอื่น ๆ ให้ดีขึ้นอีกด้วย และพฤติกรรมสุขภาพนี้ควรจะต้องปลูกฝังให้กับประชาชนทุกกลุ่มอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เด็กในวัยประถมศึกษา เป็นวัยที่มีความพร้อมที่จะยอมรับความคิดเห็นอย่างกว้างขวาง มีความคิดอ่านและเหตุผลที่ดี เป็นวัยที่เปลี่ยนแปลงแก้ไขได้ง่าย เป็นวัยที่ดีที่จะปลูกฝังความคิด ความอ่าน นิสัยใจคอที่ดี (อัมพร โอตระกูล. 2519 : 88 - 89) และเป็นที่ยอมรับกันว่า การพัฒนาสุขภาพเยาวชน ให้มีประสิทธิภาพที่ดีควรรักษาโอกาสที่มีอยู่ในโรงเรียนถ่ายทอดความรู้ทางด้านสุขภาพ สร้างแนวคิด ค่านิยม เจตคติและการปฏิบัติตนที่ถูกต้องจนเกิดสุนิสัยให้กับเยาวชนในวัยเรียน (ศุภลักษณ์ กลุโกวิท และคนอื่น ๆ. 2525 : 63)

ผู้วิจัยเป็นครูสอนระดับประถมศึกษา มีประสบการณ์ในการสอนมา 8 ปี ได้ประสบปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของนักเรียนคือ นักเรียนเป็นโรคเหา โรคผิวหนัง เหนืออกอักเสบ ตลอดจนฟันผุ เป็นจำนวนมากถึงร้อยละ 42 ของนักเรียนทั้งหมด 420 คน โดยเฉพาะนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีมากที่สุดถึงร้อยละ 50 ของนักเรียน 61 คน โดยมี สาเหตุมาจากการที่นักเรียนไม่รักษาความสะอาดร่างกาย เช่น ไม่ดูแลรักษาผมและศีรษะ ผมเป็นสังกะตัง มีกลิ่นเหม็น มีสะเก็ดบนหนังศีรษะ เล็บมือเล็บเท้าดำสกปรก ฟันเป็นคราบ ปากมีกลิ่นเหม็น ผิวหนังเป็น

จุดขาว ๆ เป็นต้น ซึ่งผู้วิจัยตระหนักดีว่าเป็นปัญหาสำคัญของโรงเรียน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของสังคมหรือชุมชน ที่มีหน้าที่จะต้องช่วยปรับปรุงพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนให้ดีขึ้น (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2525 : 22) ผู้วิจัยมีความเห็นว่าควรมีการพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลที่ดีในด้านการรักษาความสะอาดของร่างกายแก่เด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาซึ่งในทางจิตวิทยามีวิธีการปรับปรุงพฤติกรรมหลายวิธี เช่น การควบคุมตนเอง การขี้แฉะ การใช้เทคนิคแม่แบบ สำหรับเทคนิคแม่แบบนั้น มาร์ลัต (Marlatt. 1975 : 117) และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 52) กล่าวว่า เป็นเทคนิคที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากการเสนอตัวแบบที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ หรือผู้ที่ประสงค์จะให้เลียนแบบจากตัวแบบขึ้นสังเกตพฤติกรรมตลอดทั้งกิจกรรมต่าง ๆ ของตัวแบบ ผลจากการสังเกตจะทำให้บุคคลเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบหรือพฤติกรรมใหม่ ๆ ที่พึงประสงค์

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์จะนำเทคนิคแม่แบบมาใช้ในการพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน โดยให้แม่แบบเป็นสโลตส์ภาพคนที่อยู่ในวัยเดียวกันกับนักเรียน ที่มีพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคลด้านการรักษาความสะอาดร่างกายที่ถูกต้องและเหมาะสม ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง เนื่องจากการใช้แม่แบบเพียงประการเดียวในการสร้างหรือสอนพฤติกรรมใหม่ทำให้พฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดช้า (Craighead and others. 1977 : 113 - 118) ซึ่งผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 62) กล่าวว่า การใช้แม่แบบที่มีประสิทธิภาพควรใช้ควบคู่กับการเสริมแรง ซึ่งสอดคล้องกับเวลด์ล (Wheldull. 1975 : 46) ที่กล่าวว่า การเสริมแรงที่เหมาะสมจะช่วยส่งเสริมให้แม่แบบนั้น ๆ ได้รับความสนใจและเกิดการเลียนแบบมากกว่าการใช้แม่แบบเพียงอย่างเดียวและสอดคล้องกับงานวิจัยของ กรรณิการ์ สิทธิศักดิ์ (2522 : 47) ซึ่งได้ศึกษาอิทธิพลของตัวแบบและการเสริมแรงที่มีต่อพฤติกรรมการเลียนแบบเด็กอนุบาล พบว่า การให้แม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงทำให้เกิดการเลียนแบบได้มากกว่าการใช้แม่แบบเพียงอย่างเดียว

จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงนำเทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงมาใช้ในการพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน ซึ่งการเสริมแรงในที่นี้ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 2 วิธี คือ การเสริมแรงเป็นกลุ่ม และการเสริมแรงเป็นรายบุคคล และจากผลงานวิจัยของ วันทนา กิ่งจางเจริญสุข

(2525 : 46) พบว่า การให้การเสริมแรงทางบวกด้วยเบี้ยอรรถกร โดยการวางเงื่อนไข เป็นกลุ่มและรายบุคคลสามารถลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1 ได้ซึ่งสอดคล้องกับ เสมอใจ ชื่นจิต (2533 : 48) ที่ศึกษาพบว่า การเสริมแรงทางบวก เป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคลสามารถเพิ่มพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้ และให้ผลไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ริสเลย์ (วันทนา กิ่งจงเจริญสุข. 2525 : 16 - 17 ; อ้างอิงมาจาก Risley. 1969) ที่ศึกษาพบว่า เทคนิคผลกรรมของกลุ่มมีผลมากกว่าผลกรรมของแต่ละคน ในการควบคุมพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน (Tramontana. 1971 : 113)

จากเหตุผลดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาว่า การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการ เสริมแรงเป็นกลุ่ม กับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลว่า วิธีใดจะ สามารถพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลด้านการรักษาความสะอาดร่างกายของนักเรียนได้ผลดีกว่ากัน

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนก่อน และหลังการใช้เทคนิคแม่แบบ ควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนก่อน และหลังการใช้เทคนิคแม่แบบ ควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล
3. เพื่อเปรียบเทียบสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนระหว่างกลุ่มที่ใช้เทคนิคแม่แบบ ควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม กับกลุ่มที่ใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีสุขภาพส่วนบุคคลดีขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการ เสริมแรงเป็นกลุ่ม
2. นักเรียนมีสุขภาพส่วนบุคคลดีขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการ เสริมแรงเป็นรายบุคคล

3. นักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลมีสภาพส่วนบุคคลดีขึ้นแตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลการวิจัยนี้จะเป็นแนวทางสำหรับครูผู้สอน ครูอนามัยโรงเรียนและบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีความชำนาญในการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง นาวิธิตักกล่าวไว้พัฒนาสภาพส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านลำไโล อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ปีการศึกษา 2536 ที่มีสภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสม ค่า จำนวน 27 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านลำไโล อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ปีการศึกษา 2536 ที่มีสภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสมค่าจำนวน 24 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 12 คน

3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่วิธีพัฒนาพฤติกรรมสภาพส่วนบุคคลของนักเรียน ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 วิธีคือ

3.1.1 การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม

3.1.2 การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ สภาพส่วนบุคคล

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. เทคนิคแม่แบบ หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้โดยการสังเกต พฤติกรรมของแม่แบบที่เสนอการปฏิบัติตนด้านการรักษาความสะอาดร่างกายโดยนักเรียนสามารถ ปฏิบัติตามที่สังเกตจากแม่แบบ โดยมีขั้นตอนดังนี้

1.1 ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องที่จะฝึกตามจุดมุ่งหมาย ที่ตั้ง ไว้ในแต่ละครั้ง

1.2 ขั้นเสนอแม่แบบ ผู้วิจัยเสนอแม่แบบเพื่อให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของ แม่แบบ มีการอธิบายเกี่ยวกับวิธีปฏิบัติตนที่ถูกต้อง หลังจากนั้นจึงให้นักเรียนปฏิบัติตามแม่แบบ

1.3 ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปร่วมกันแล้วผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม และผู้วิจัย ตรวจสอบความสะอาดร่างกายของนักเรียนเพื่อให้คะแนน

2. เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการ เรียนรู้ที่จะปฏิบัติตนด้านการรักษาความสะอาดร่างกาย โดยให้นักเรียนสังเกตแม่แบบและ ปฏิบัติตามแม่แบบ เมื่อนักเรียนปฏิบัติตามถูกต้องและร่างกายสะอาดก็จะได้รับการเสริมแรง

สำหรับวิธีการเสริมแรงควบคู่กับการใช้เทคนิคแม่แบบในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออก เป็น 2 วิธี คือ การเสริมแรงเป็นกลุ่มและการเสริมแรงเป็นรายบุคคล มีรายละเอียดดังนี้

2.1 การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม หมายถึง การเรียนรู้ ของนักเรียนโดยการสังเกตและเลียนแบบการปฏิบัติตนด้านการรักษาความสะอาดร่างกายจาก แม่แบบ หลังจากนั้นผู้วิจัยให้แรงเสริมแก่นักเรียนโดยมีเงื่อนไขว่า นักเรียนทุกคนในกลุ่มจะได้รับ ตัวเสริมแรงเท่ากับคะแนนการปฏิบัติตนด้านการรักษาความสะอาดร่างกายของนักเรียนคนใดคนหนึ่ง ในกลุ่มที่ผู้วิจัยสุ่มขึ้นมาได้ในท้ายชั่วโมงของแต่ละวันที่มีการทดลอง ตามเกณฑ์ดังนี้ คือ

สะอาด	ได้ 2 คะแนน	ได้ตัวเสริมแรงลำดับที่ 1
พอใช้	ได้ 1 คะแนน	ได้ตัวเสริมแรงลำดับที่ 2
สกปรก	ได้ 0 คะแนน	ไม่ได้รับตัวเสริมแรง

สำหรับตัวเสริมแรงนี้เปลี่ยนไปทุกสัปดาห์

วิธีนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

2.2 การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล หมายถึง การเรียนรู้ของนักเรียนโดยการสังเกตและเลียนแบบการปฏิบัติตนด้านการรักษาความสะอาดร่างกายจากแม่แบบ หลังจากนั้นผู้วิจัยให้แรงเสริมแก่นักเรียนโดยเงื่อนไขว่า นักเรียนแต่ละคนจะได้รับตัวเสริมแรงเท่ากับคะแนนการปฏิบัติตนด้านการรักษาความสะอาดร่างกายของตนเอง โดยจะได้รับตัวเสริมแรงทำยั่วไม้งของแต่ละวันที่มีการทดลอง ตามเกณฑ์ดังนี้คือ

สะอาด ได้ 2 คะแนน ได้ตัวเสริมแรงลำดับที่ 1

พอใช้ ได้ 1 คะแนน ได้ตัวเสริมแรงลำดับที่ 2

สกปรก ได้ 0 คะแนน ไม่ได้รับตัวเสริมแรง

สำหรับตัวเสริมแรงนี้เปลี่ยนไปทุกสัปดาห์

วิธีนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

3. สุขภาพส่วนบุคคล หมายถึง ลักษณะที่แสดงออกทางร่างกายที่แสดงถึงการมีสุขภาพที่ดี อันเนื่องมาจากการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย มีรายละเอียดดังนี้

3.1 ผมและหนังศีรษะ ได้แก่ ผมสั้น ผมไม่เป็นรังกะตัง ผมไม่มึกลิ้นเหม็น ไม่มีสะเก็ดบนหนังศีรษะ ไม่มีเหาหรือไข่เหาติดเส้นผม

3.2 ปากและฟัน ได้แก่ ฟันไม่มีคราบอาหารติดที่ฟัน ไม่มึกลิ้นปาก ไม่มีฝ้าสีขาวติดลิ้น

3.3 ผิวหนัง ได้แก่ ผิวหนังไม่เป็นคราบ ผิวหนังไม่มีขี้ไคล ผิวหนังไม่มีรอยต่าง

3.4 มือและเท้า ได้แก่ มือและเท้ามีเล็บสั้น ไม่เป็นคราบสกปรก ไม่มีขี้เล็บดำ ไม่เป็นตุ่มหรือหิดตามง่ามมือง่ามเท้า

3.5 เสื้อผ้า ได้แก่ เสื้อผ้าไม่มึกลิ้นเหม็น เสื้อผ้าไม่เป็นรา เสื้อผ้าไม่มีรอยเปื้อนเป็นคราบ

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

คือ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรง
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรง
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรง
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพส่วนบุคคล
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพส่วนบุคคล
 - 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพส่วนบุคคล

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ

ความหมายของแม่แบบ (Models)

แม่แบบหรือตัวแบบ หมายถึง สิ่งที่เป็นแบบอย่างที่ดีถือเป็นบรรทัดฐาน เป็นแบบหรือตัวอย่างที่นำมาให้เห็นเพื่อเป็นแนวทางในการเปรียบเทียบและเพื่อเป็นแบบอย่างในการเลียนแบบ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2527 : 70)

ความหมายของการใช้เทคนิคแม่แบบ (Modeling Technique)

การใช้เทคนิคแม่แบบ เป็นกลวิธีในการสร้างหรือสอนพฤติกรรมใหม่วิธีหนึ่งโดยผู้สังเกตหรือผู้ที่ประสงค์จะเลียนแบบจากตัวแบบ สังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบที่ผู้สังเกตหรือผู้ประสงค์จะเลียนแบบสนใจ (Bandura, 1968 : 42) การเรียนรู้ของเด็กโดยใช้แม่แบบนี้ เด็กจะเรียนรู้จากแม่แบบซึ่งแม่แบบจะทำหน้าที่เป็นสิ่งเร้าและเป็นสื่อกลางให้ผู้เรียนได้สังเกตและ

เลียนแบบพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมายซึ่งทวนการเรียนรู้โดยการสังเกตเป็นวิธีการเรียนรู้แบบพื้นฐานที่เป็นประโยชน์ คือช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้ในทัศนที่ซับซ้อนหรือยาก ๆ ได้ดีและเร็วกว่า (Patterson. 1974 : 138 - 139)

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ

ทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานในการวิจัยครั้งนี้ คือ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของแบนดูรา (Bandura. 1977 : 10 - 27) ซึ่งมีแนวคิดที่สำคัญในการเรียนรู้ทางสังคมคือ พฤติกรรมบุคคลนั้นมีการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) อย่างต่อเนื่องระหว่างตัวบุคคลนั้น (Person) และสิ่งแวดล้อม (Environment) ซึ่งทฤษฎีนี้ได้กล่าวถึงการเรียนรู้โดยการให้ตัวแบบ (Learning Through Modeling) โดยผู้เรียนจะเลียนแบบจากตัวแบบและการเลียนแบบนี้ เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยอาศัยการสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบ ซึ่งรวมถึงการสังเกตการตอบสนองและปฏิกิริยาต่าง ๆ ของตัวแบบ สภาพแวดล้อมของตัวแบบ ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกระทำหรือการปฏิบัติของตัวแบบ คาบอกล่าเกี่ยวกับตัวแบบ ความน่าเชื่อถือของตัวแบบ ความถี่ชื่อเสียงของตัวแบบ ฯลฯ ผลจากการสังเกตจะทำให้ผู้สังเกตสามารถเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบหรือเกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ ได้ ทำให้ไม่ต้องฝึกลองผิดลองถูก ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้เป็นอย่างมาก มิลเลอร์ และคอลลาร์ด (Miller and Dollard. 1967 : 16 - 36) ศึกษาการเรียนรู้ทางสังคมและการเลียนแบบในลักษณะความซับซ้อนในพฤติกรรมของมนุษย์ซึ่งเกี่ยวข้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ และเงื่อนไขทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อสถานการณ์ในการเรียนรู้เหล่านั้น และตั้งทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมที่ประกอบด้วยการเรียนรู้ 4 ประการ คือ

1. แรงขับ (Drive) หมายถึง สิ่งที่กระตุ้นให้อินทรีย์เกิดการตอบสนอง อาจเป็นแรงขับที่เกิดจากความต้องการทางกาย เช่น ความหิว ความอ่อนเพลีย ฯลฯ ความต้องการทางกายบางอย่างอาจถูกควบคุมโดยกฎเกณฑ์ทางสังคม อินทรีย์จึงต้องหาทางที่จะได้รับการตอบสนองความต้องการเหล่านั้น อาจต้องอาศัยแรงขับทุติยภูมิ (Secondary Drive) มาทดแทนให้ เช่น ความหิว หากไม่อาจตอบสนองโดยตรงก็อาจทดแทนด้วยการเห็นอาหารต่าง ๆ

Miller และ Dollard ถือว่าความต้องการทางสังคมมีรากฐานมาจากแรงขับในรูปแบบต่าง ๆ และแรงขับเหล่านี้จะผลักดันให้มนุษย์เราแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ในกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมของมนุษย์จึงมีแรงขับประเภทหนึ่งที่สำคัญต่อพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออก คือ แรงขับเพื่อการเลียนแบบ (Drive to Imitate) ประกอบด้วยขั้นตอนดังนี้ คือ

- 1.1 พฤติกรรมของบุคคลอื่นจะเป็นเสมือนเครื่องชี้บอก
- 1.2 เครื่องชี้บอกนี้ก่อให้เกิดการตอบสนองทั้งภายในตัวบุคคล
- 1.3 การตอบสนองภายในตัวบุคคลก่อให้เกิดแรงขับเพื่อการเลียนแบบ
- 1.4 แรงขับเพื่อการเลียนแบบก่อให้เกิดการเลียนแบบ
- 1.5 การเลียนแบบจะนำไปสู่การรับรางวัลในรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งสามารถลดแรงขับที่เกิดขึ้นและกระตุ้นให้บุคคลมีการเลียนแบบในพฤติกรรมอื่น ๆ อีก

จะเห็นว่าการตอบสนองภายในตัวบุคคลก่อให้เกิดแรงขับเพื่อการเลียนแบบซึ่งจะค่อย ๆ สะสมในตัวบุคคลก่อนจะเกิดพฤติกรรมการเลียนแบบขึ้น

2. เครื่องชี้บอก (Cues) หมายถึง สิ่งเร้าที่ทำหน้าที่กำหนดว่าการตอบสนองที่อันตรัยจะกระทำนั้นจะเกิดขึ้นเมื่อไร ทำนองและกระทำอย่างไรบ้าง เครื่องชี้บอกนี้กำหนดขอบข่ายที่เฉพาะเจาะจงสำหรับกระบวนการตอบสนองสถานที่และเวลา ซึ่งแตกต่างกับลักษณะของแรงขับเพราะแรงขับนั้นเป็นเพียงสิ่งที่กระตุ้นให้อันตรัยกระทำในบางสิ่งบางอย่างเท่านั้น แต่ทั้งเครื่องชี้บอกและแรงขับต่าง ๆ จะมีหน้าที่อย่างเดียวกัน คือ เป็นสิ่งเร้า (Stimuli)

ระดับของเครื่องชี้บอกในการเรียนรู้ทางสังคมขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อคนอื่น ๆ ในสังคม ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะตัวของบุคคล การเรียนรู้ด้วยการเลียนแบบถือว่าพฤติกรรมของตัวแบบจะเป็นเสมือนเครื่องชี้บอกในทุกแง่มุมสำหรับผู้สังเกต เครื่องชี้บอกนี้อาจนำไปสู่การรับรางวัลหรือไม่ก็ตาม ผู้สังเกตจะเป็นผู้ประเมินค่าของเครื่องชี้บอกตามแนวทางของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ลักษณะที่แตกต่างกันของเครื่องชี้บอกแต่ละอย่างมีบทบาทต่อกระบวนการเรียนรู้ด้วยการสังเกตใน 2 ด้าน คือ

- 2.1 ค่าการตอบสนองของตัวแบบ
- 2.2 ค่าลักษณะของเครื่องชี้บอกตามแนวทางของพฤติกรรม

คุณค่าของเครื่องชั่งชั่งขึ้นอยู่กับความชัดเจนและความเหมาะสมตรงตามลักษณะของพฤติกรรมของตัวแบบ รวมทั้งความสัมพันธ์ระหว่างตัวแบบและผู้สังเกตด้วย

3. การตอบสนอง (Response) หมายถึง การที่บุคคลตอบสนองต่อเครื่องชั่งบอกอย่างใดอย่างหนึ่ง กระบวนการตอบสนองเริ่มจากการตอบสนองที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล อันเป็นการตอบสนองภายใน ที่อาจไม่เกี่ยวข้องกับเครื่องชั่งชั่งนั้นเลยก็ได้ การเรียนรู้ที่แท้จริงเกิดขึ้นเมื่อการตอบสนองที่แสดงออกมาแล้วนั้น ได้รับรางวัลตอบแทน มิใช่เป็นเพียงสิ่งที่เกิดขึ้นและสะสมอยู่ในตัวผู้เรียนเท่านั้น เพราะลักษณะดังกล่าวเป็นเพียงการเชื่อมโยงระหว่างเครื่องชั่งบอกและการตอบสนองอันเฉพาะเจาะจงแต่ถือว่ารางวัลมีส่วนกระตุ้นให้เกิดการตอบสนองขึ้นในตัวผู้เรียน และก่อให้เกิดแบบแผนการตอบสนองใหม่ ๆ ขึ้น

การเรียนรู้ทางสังคมพัฒนามากกว่าการเรียนรู้แบบลองผิดลองถูก (Trial and Error Learning) เพราะการที่บุคคลให้ชีวิตอยู่ในสังคมและสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่น จะช่วยลดความผิดพลาดต่าง ๆ ในการเรียนรู้ ผู้สังเกตเรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสมจากตัวแบบ การเลียนแบบทำให้สามารถกำหนดแนวทางการกระทำหรือความผิดพลาดที่อาจจะเกิดขึ้นในที่สุด บุคคลก็จะสามารถกระทำสิ่งนั้นอย่างถูกต้อง

4. รางวัล (Reward) หมายถึง สิ่งที่ดีไซน์ว่าการตอบสนองที่เกิดขึ้นมาแล้วนั้นเหมาะสมหรือประสบความสำเร็จเพียงไร ถ้าหากการตอบสนองนั้นไม่ได้รับรางวัลตอบแทนแล้วแนวใหม่ของการเกิดการตอบสนอง เช่น เคี้ยวสิ่งเร้านั้นก็ลดลง มนุษย์เราพยายามหาวิธีการตอบสนองที่ทำให้ได้รับรางวัลตอบแทน เพราะรางวัลมีบทบาทในการลดความเครียดอันเกิดจากแรงขับ ฉะนั้นคุณค่าของรางวัลจึงขึ้นอยู่กับระดับของแรงขับที่เกิดขึ้นในตัวบุคคลซึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากความต้องการทางสังคมนั่นเอง

วิธีการให้แบบหรือตัวแบบ

มู่งพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 52) กล่าวว่า การให้ตัวแบบเป็นวิธีการสร้างหรือสอนพฤติกรรมใดวิธีหนึ่ง โดยให้ผู้สังเกตหรือผู้ที่ประสงค์จะเลียนแบบจากตัวแบบที่ผู้สังเกตประสงค์จะเลียนแบบ

วิธีการให้ตัวแบบอย่างมีประสิทธิภาพ จะต้องพิจารณาองค์ประกอบต่อไปนี้
(ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2536 : 53)

1. การคัดเลือกตัวแบบ

1.1 ตัวแบบจะต้องมีชื่อเสียง มีความน่าเชื่อถือ และเป็นตัวแบบที่ได้รับการคัดเลือกแล้วว่าเป็นตัวอย่างที่ดี เหมาะสม และสอดคล้องกับเป้าประสงค์ ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนแบบมีกำลังใจที่จะเรียนแบบตัวแบบนั้นมากยิ่งขึ้น

1.2 ตัวแบบและผู้เรียนแบบหรือผู้สังเกตควร จะมีความคล้ายคลึงกันหรือมีลักษณะหรือคุณสมบัติร่วมกัน ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสนใจของผู้สังเกตและจะช่วยให้ประสิทธิภาพของการเรียนแบบสูงขึ้น เช่น อยู่ในวัยเดียวกัน เป็นเพื่อนกัน ฯลฯ

1.3 ลักษณะของกิจกรรมที่เรียนแบบ ควรเป็นกิจกรรมที่ประกอบด้วยการปฏิบัติที่ไม่สลับซับซ้อน ทั้งนี้เพราะว่า หากกิจกรรมที่จะเรียนแบบไม่สลับซับซ้อน การเรียนแบบก็จะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ดังความสนใจของผู้สังเกตหรือผู้เรียนแบบและจะทำให้เกิดการเรียนแบบได้ง่ายขึ้น

2. วิธีการให้ตัวแบบอย่างมีประสิทธิภาพ

2.1 เสนอตัวแบบควบคู่กับการเสริมแรง โดยจะต้องให้แรงเสริมแก่ตัวแบบ และให้แรงเสริมแก่ผู้สังเกตหรือผู้เรียนแบบ เมื่อสามารถแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เช่นเดียวกับตัวแบบหรือพฤติกรรมใหม่ ๆ อย่างเหมาะสม

2.2 เสนอตัวแบบควบคู่กับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง โดยสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่างนี้จะทำหน้าที่เป็นสัญญาณบอกให้ผู้สังเกตรู้ว่า ถ้าแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์แล้วจะได้รับการเสริมแรง สิ่งเร้าประเภทนี้จะให้สัญลักษณ์ SD ผลจากการเสนอตัวแบบควบคู่กับ SD และการเสริมแรงจะทำให้การเรียนแบบเกิดขึ้นอย่างคงทนและมีประสิทธิภาพ

2.3 เสนอตัวแบบควบคู่กับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง การเสริมแรงทางบวกและการให้ข้อมูลย้อนกลับที่ถูกต้อง (Corretive Feedback)

สมิทโกชน์ เอี่ยมสุภาหิต (2526 : 408) กล่าวถึงหลักในการที่จะใช้ตัวแบบในการเสริมสร้างพฤติกรรมให้มีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. ต้องกำหนดพฤติกรรมที่ต้องการจะให้ตัวแบบแสดง เพื่อให้บุคคลสังเกตและเลียนแบบให้ชัดเจน
2. ความชัดเจนของพฤติกรรมนั้นจะต้องหมายถึง การสังเกตเห็น วัสดุได้ โดยที่ใช้คนตั้งแต่ 2 คน สามารถสังเกตและวัสดุได้ตรงกัน
3. จะต้องแน่ใจว่าพฤติกรรมที่ต้งแบบแสดงนั้นจะต้องอยู่ภายในระดับความสามารถที่จะกระทำ ไม่เช่นนั้นจะก่อให้เกิดความคับข้องใจในการเรียนรู้
4. จะต้องแน่ใจว่าผู้สังเกตนั้นตั้งใจสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบอย่างแท้จริง (ด้วยการมองหรือฟัง)
5. จะต้องแน่ใจเสมอว่าพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงออกนั้นชัดเจนและกระทำอย่างสม่ำเสมอ
6. เมื่อผู้สังเกตตัวแบบเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบถูกต้องแล้ว หรือใกล้เคียงแล้วผู้เลียนแบบจะต้องรับการเสริมแรงทันที
7. ผู้ดำเนินโปรแกรมจะต้องไม่ควบคุมความสนใจของผู้สังเกตตัวแบบด้วยวิธีการที่รุนแรง เช่น ตีหรือดุด่า เป็นต้น
8. ควรมีการรวบรวมข้อมูลที่แสดงผลถึงความก้าวหน้าของผู้สังเกตด้วย เพราะจะทำให้ผู้สังเกตรู้ว่าตนเองก้าวหน้าจริง และเป็นตัวเสริมแรงที่ดีอีกด้วย
9. ในกรณีที่ผู้สังเกตไม่สามารถเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบนั้น อาจจะใช้การชี้แนะเข้าช่วยด้วย เพราะจะทำให้เรียนรู้เร็วขึ้น
10. ควรเลือกตัวแบบที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับผู้สังเกต พร้อมทั้งให้มีความเด่นตลอดจนสามารถแสดงพฤติกรรมที่จะให้เลียนแบบอย่างคล่องแคล่วด้วย

แบล็คแฮม และซิลเบอร์แมน (Blackham and Silberman. 1975 : 55 - 56) เสนอแนะเกณฑ์ที่จะนำข้อค้นพบเหล่านี้มาประยุกต์ใช้ 4 ประการ คือ

1. กำหนดพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดแก่ผู้เรียน
2. มีแม่แบบที่เหมาะสมแสดงตัวอย่างพฤติกรรมนั้นให้ผู้เรียนเห็น
3. ให้การเสริมแรงแก่แม่แบบเพื่อแสดงพฤติกรรมที่ต้องการ
4. ให้การเสริมแรงแก่ผู้เรียนเมื่อแสดงพฤติกรรมที่ต้องการตามอย่างแม่แบบ

บุคคลที่เด็กเลียนแบบ

สาวนา พรพิศกุล (2525 : 2 - 7) กล่าวว่า บุคคลที่เด็กเลียนแบบนั้น จะเริ่มต้นจากคนใกล้ชิดที่สุดแล้วค่อย ๆ ห่างออกไปจากตัวเด็กตามพัฒนาการทางสังคมของเด็ก ซึ่งแบ่งออกดังนี้

1. เลียนแบบจากพ่อแม่และครู ในช่วงที่เด็กเริ่มเลียนแบบนั้นได้แก่ บุคคลที่ใกล้ชิดเด็กที่สุดคือ พ่อแม่ ซึ่งมีความหมายถึงผู้ปกครองและผู้เลี้ยงดูเด็กแทนพ่อแม่ด้วย เมื่อเด็กเติบโตขึ้นเด็กจะไปโรงเรียนใช้เวลาครึ่งหนึ่งของชีวิตในแต่ละวันอยู่กับครู ดังนั้นความสำคัญของครูในการเป็นต้นแบบจึงมีความสำคัญพอ ๆ กับพ่อแม่ ผู้ปกครองและครูจึงควรเป็นต้นแบบที่ดี แต่ต้องไม่แสดงบทบาทของตัวแบบให้แก่เด็ก
2. เลียนแบบจากตัวแบบที่เด็กชอบ จะต้องเป็นต้นแบบที่ก่อให้เกิดความพอใจแก่เด็ก อาจเป็นเพื่อนและบุคคลอื่น ๆ ที่แวดล้อม
3. เลียนแบบจากตัวแบบที่ตรงกับความสนใจ การเลียนแบบจะเกิดขึ้นเมื่อตัวแบบนั้นตรงตามความสนใจ เด็กหญิงจะเลียนแบบแตกต่างไปจากเด็กชายเนื่องจากความสนใจแตกต่างกัน แม้ในเด็กหญิงหรือเด็กชายด้วยกัน ความสนใจก็แตกต่างกันไปอีก เช่น เด็กหญิงบางคนสนใจเลียนแบบการทำงานในบ้านของพ่อแม่ แต่บางคนอาจจะสนใจศิลปะการแสดงต่าง ๆ ที่ตนได้พบในรายการโทรทัศน์และพยายามเลียนแบบ
4. เลียนแบบจากนักแสดงไม่ว่าจะเป็นเด็กหญิงหรือเด็กชายย่อมจะมีนักแสดงที่ตนยกย่องและพอใจจะเลียนแบบตามนักแสดงของตน ตัวแบบอาจมาจากเรื่องจริงหรือไม่จริงก็ได้ ตัวแบบของเด็กมักได้แก่ บุคคลที่อายุมากกว่า
5. เลียนแบบจากตัวละคร ซึ่งเป็นตัวละครในนิยายในภาพยนตร์ โทรทัศน์ เป็นต้น สำหรับการเลียนแบบของผู้ใหญ่ การเลียนแบบจะเป็นการถ่ายทอดพฤติกรรมทางสติปัญญา การเลียนแบบจะไม่ออกมาในลักษณะตรง ๆ แต่จะมีการดัดแปลงปรับปรุงให้เหมาะสมเสียก่อน

กระบวนการเรียนรู้จากแม่แบบ

สำหรับกระบวนการเรียนรู้จากแม่แบบนี้ แบบครูกล่าวว่าเป็นกระบวนการที่ซับซ้อนอันเกิดจากการที่บุคคลเห็นพฤติกรรมจากผู้อื่นและพฤติกรรมนั้น ๆ จะขึ้นาพฤติกรรมของเขา กระบวนการนี้เรียกว่า กระบวนการเรียนรู้ด้วยการสังเกต (Bandura. 1977 : 22 - 29) ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ

1. ความสนใจ (Attentional Process) เป็นกระบวนการรับรู้ลักษณะสำคัญ ๆ ของแม่แบบอย่างละเอียดโดยการสังเกตและสามารถสรุปรวบรวมสิ่งที่รับรู้มาอย่างเป็นขั้นตอน สิ่งที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการของความสนใจในการเรียนรู้ด้วยการสังเกตนี้มีมาก เช่น ลักษณะของผู้สังเกตในด้านการรับรู้ การรวบรวมและการแปลความหมายจากสิ่งที่สังเกต อันเป็นผลจากประสบการณ์เดิมของผู้สังเกต อันได้แก่ อารมณ์ การรับรู้ การเสริมแรงหรือรางวัลที่เคยรับ ลักษณะหรือการแสดงออกของแม่แบบที่เด่นชัด จดจำได้ง่าย แปลก หรือดึงดูดความสนใจ นอกจากนี้ถ้าพฤติกรรมกิจกรรมและลักษณะของแม่แบบมีความสำคัญใกล้เคียงและเกี่ยวข้องกับ ผู้สังเกต รวมทั้งพฤติกรรมที่แสดงออก มี ประโยชน์ต่อผู้สังเกตจะ โน้มน้าวจิตใจผู้สังเกตให้สนใจ ได้มาก ประกอบกับพื้นฐานด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ยังมีผลต่อพฤติกรรมอันเกิดจากการสังเกตด้วย

2. กระบวนการจำ (Retentional Process) เป็นกระบวนการของการจำอันเกิดจากการรวบรวมพฤติกรรมของแม่แบบที่สังเกตไว้ทุกครั้ง การเก็บจำนี้จะกระทำในรูปของสัญลักษณ์ซึ่งกระบวนการ ในการสร้างสัญลักษณ์นี้จะช่วยให้จำพฤติกรรมของแม่แบบ แม้ว่าไม่เห็นแม่แบบเพียงช่วงเวลาอันสั้น

การสร้างสัญลักษณ์อาจกระทำในรูปของมโนภาพหรือภาษาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของแม่แบบอันจะก่อตัวขึ้นเป็นเสมือนศูนย์กลางแห่งการรับรู้ ทำให้ผู้สังเกตแสดงการตอบสนอง ดังที่ได้เห็น การเก็บจำหรือการคงไว้ในรูปของมโนภาพจะง่ายเข้า เมื่อมีสิ่งเร้ามาแสดงให้เห็นบ่อย ๆ ส่วนการคงไว้ในรูปภาษาจะพัฒนายิ่งกว่ามโนภาพและจะช่วยให้การเรียนรู้ประสบความสำเร็จยิ่งขึ้น เพราะสัญลักษณ์ในรูปภาษาสามารถให้ข้อมูลที่มากพอและง่ายต่อการสะสมความรู้ที่ได้มาไว้ด้วย โดยทั่วไปแล้วกระบวนการจำนี้เกิดขึ้นจาก การฝึกฝนจะช่วยให้ผู้สังเกต

จำพฤติกรรมของตัวแบบ ได้ดียิ่งขึ้น และการฝึกคิดหรือทำตามแบบยังช่วยให้การเรียนรู้จากการสังเกตได้ผลยิ่งขึ้น ดังนั้น การเลียนแบบจึงอาจเกิดขึ้นจากการกระทำตามแม่แบบโดยตรงทันทีหรือเกิดขึ้น โดยปราศจากแม่แบบก็ได้ คือ อาจเกิดหลังจากที่ได้รับ หรือสังเกตแม่แบบมาแล้วสักระยะหนึ่ง ซึ่งลักษณะเช่นนี้เป็นผลของกระบวนการคงไว้ในรูปแบบโมภาพหรือสัญลักษณ์ทางภาษา

3. การแสดงออก (Motor Reproduction Process) เป็นกระบวนการที่ผู้สังเกตเปลี่ยนสัญลักษณ์ซึ่งเป็นแม่แบบพฤติกรรมที่เก็บไว้ในรูปของความจำมาเป็นการกระทำหรือการแสดงออกที่เหมาะสมโดยการใช้ความคิด เพราะฉะนั้นกระบวนการแสดงออกจึงขึ้นอยู่กับระดับความคิด (Cognitive Level) ของผู้สังเกต ตลอดจนความสลับซับซ้อนของพฤติกรรม การคิดแปลงสัญลักษณ์ให้มาเป็นการกระทำที่เหมาะสมนั้น อาจจะไม่ถูกต้องในระยะแรกเพียงแต่แสดงได้ใกล้เคียงกับพฤติกรรมของแม่แบบเท่านั้น แล้วเขาจะค่อย ๆ ปรับแก้ไขพฤติกรรมของตนเองจนกว่าจะได้รับผลที่พึงพอใจ

4. การจูงใจ (Motivational Process) เป็นกระบวนการที่แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างความรู้ที่ได้รับมากับการแสดงออกตามปกติในการเรียนรู้ของมนุษย์ ไม่อาจแสดงออกตามที่รับรู้มาทั้งหมดได้ จึงมักเลือกพฤติกรรมของตัวแบบซึ่งก่อให้เกิดผลที่ดีตอบแทนมากกว่าพฤติกรรมที่ก่อผลเสีย การประเมินคุณค่าของพฤติกรรมของตัวแบบ โดยผู้สังเกตเป็นไปในรูปของการรับเอาสิ่งที่ตนพึงพอใจไว้และไม่ยอมรับในสิ่งที่ตนไม่เห็นด้วย กระบวนการจูงใจโดยการให้รางวัลหรือการเสริมแรงทางบวกเพื่อกระตุ้นให้ผู้สังเกตแสดงพฤติกรรมการเลียนแบบออกมาและเป็นการเสริมแรงทางบวกเพื่อกระตุ้นให้ผู้สังเกตแสดงพฤติกรรมการเลียนแบบออกมาและเป็นการเสริมให้พฤติกรรมนั้นเกิดมากยิ่งขึ้น จึงมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้โดยการสังเกตเป็นอย่างมาก จะเห็นได้ว่าตัวแบบที่มีพฤติกรรมที่เหมาะสมและได้รับผลตอบแทนที่ดีจากพฤติกรรมนั้น จะก่อให้เกิดการเลียนแบบได้เป็นอย่างดียิ่งขึ้นในคนส่วนใหญ่

ดังนั้นสถานการณ์แห่งการเรียนรู้ด้วยการสังเกต หรือการเรียนรู้จากแม่แบบจะต้องจัดวางรูปแบบขององค์ประกอบของการเรียนรู้จากแม่แบบอย่างเหมาะสม โดยกระตุ้นให้ผู้เรียนสนใจต่อแม่แบบอย่างแท้จริงจนสามารถจดจำ และสร้างสัญลักษณ์แทนพฤติกรรมของแม่แบบได้ และ

ประกอบการจูงใจอย่างเหมาะสมและจะทำให้ผู้เรียนแสดงการตอบสนองคือการเลียนแบบพฤติกรรมของแม่แบบได้ในที่สุด

ประเภทของเทคนิคแม่แบบ

แบนดูรา (Bandura, 1977 : 40 - 51) ได้แบ่งแม่แบบไว้เป็นสองชนิด คือแม่แบบที่เป็นชีวิตจริง และแม่แบบที่เป็นสัญลักษณ์ โดยการเสนอตัวแบบ ได้ 2 รูปแบบ คือ

1. การเสนอตัวแบบจากชีวิตจริง (Life Model) การเสนอตัวแบบวิธีนี้เป็น การให้ผู้สังเกต ได้เห็นตัวแบบในสภาพการณ์จริงซึ่งมีข้อดีคือ ตัวแบบสามารถเพิ่มเติมหรือปรับปรุง พฤติกรรมเพื่อให้เห็นแสดงพฤติกรรมชัดเจน หรือเหมาะสมกับสภาพการณ์มากยิ่งขึ้น การเสนอตัวแบบ วิธีนี้ช่วยให้ผู้สังเกตเกิดความสนใจในตัวแบบและลอกเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบได้ดีกว่าการ เสนอตัวแบบวิธีอื่น (Bandura, 1969 : 178 - 186) แต่การเสนอตัวแบบวิธีนี้ต้องระมัด ระวังเรื่องการควบคุมผลกระทบเพราะอาจมีเหตุการณ์ที่ไม่ได้คาดไว้ล่วงหน้าเกิดขึ้น ทำให้ตัวแบบ ไม่ได้รับผลกระทบที่พึงพอใจตามที่ควรได้รับ

2. การเสนอตัวแบบในรูปสัญลักษณ์ (Symbolic Model) การเสนอตัวแบบ ลักษณะนี้ได้แก่ การเสนอตัวแบบจากภาพยนตร์ เทปบันทึกภาพ เทปบันทึกเสียง สไลด์ หนังสือ ฟังก์กระบอก หรือการ์ตูน ฯลฯ ซึ่งเตรียมเรื่องราวของตัวแบบไว้เรียบร้อยแล้ว ทำให้มีผลดีใน การที่จะเน้นจุดสำคัญของการแสดงพฤติกรรมและยังสามารถควบคุมพฤติกรรม และผลกระทบของ ตัวแบบได้ ทั้งยังสามารถเก็บไว้ใช้ในการให้ตัวแบบครั้งต่อไปได้ และยังสามารถใช้ได้ทั้งบุคคล เดี่ยวหรือกลุ่มบุคคล ได้

อิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกต

แบนดูรา (Bandura, 1977 : 41 - 45) ได้ให้ข้อสรุปเกี่ยวกับอิทธิพลของ แม่แบบที่มีต่อผู้สังเกตดังต่อไปนี้คือ

1. การสร้างพฤติกรรมใหม่เมื่อผู้สังเกตได้เห็นการกระทำของแม่แบบทั้งการ กระทำของแม่แบบนั้นผู้สังเกตไม่เคยพบเห็นมาก่อน ผู้สังเกตจะรวบรวมรูปแบบของการกระทำใหม่นั้น ในรูปของสัญลักษณ์และถ่ายทอดออกมาเป็นพฤติกรรมใหม่

2. การสร้างกฎเกณฑ์หรือหลักการใหม่ จะเกิดขึ้นในสภาพการณ์ที่ผู้สังเกตเห็นการกระทำของแม่แบบในลักษณะต่าง ๆ เช่น การตัดสินใจ รูปแบบทางภาษา เป็นต้น จากนั้นผู้สังเกตจะทดสอบการกระทำตามแบบ ภายใต้สภาพการณ์ต่าง ๆ ถ้าการตอบสนองส่งผลทางบวก ผู้สังเกตก็จะรวมรูปแบบ ลักษณะของแม่แบบในรูปแบบต่าง ๆ มาสร้างเป็นกฎเกณฑ์หรือหลักการใหม่

3. การสอนความคิดและพฤติกรรมสร้างสรรค์ การมีแม่แบบจะช่วยสนับสนุนการพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ เพราะมนุษย์เมื่อเห็นแม่แบบกระทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง มนุษย์อาจให้ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่มีอยู่ประกอบกับการกระทำของแม่แบบมาพัฒนาเป็นความคิดหรือพฤติกรรมใหม่ขึ้นมา อย่างไรก็ตามยังมีข้อจำกัดสำหรับแม่แบบเชิงสร้างสรรค์ ถ้าแม่แบบเชิงสร้างสรรค์นี้ มีประสิทธิภาพไม่เพียงพอ หรือผู้สังเกตมีทักษะจำกัด พฤติกรรมสร้างสรรค์จะไม่มีอิทธิพลเพียงพอต่อการกระทำตามของผู้สังเกต

4. การยับยั้งการกระทำและการลดความหวั่นเกรงที่จะกระทำ การที่ได้เห็นแม่แบบถูกลงโทษ ผู้สังเกตจะมีแนวโน้มที่ไม่กระทำตามแม่แบบนั้น และในทางตรงกันข้าม ถ้าได้เห็นแม่แบบทำพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องและถูกห้ามปรามแล้วไม่มีผลกรรมใด ๆ ตามมา ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะกระทำตามแม่แบบ

5. การส่งเสริมการกระทำ การมีแม่แบบจะมีอิทธิพลต่อการส่งเสริมการกระทำทั้งที่เป็นทางบวกและทางลบ ถ้าผู้สังเกตได้เห็นแม่แบบแสดงพฤติกรรมหนึ่งและได้รับรางวัล (Vicarious Reinforcement) ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะกระทำตามมากที่สุดในทางตรงกันข้าม ถ้าผู้สังเกตได้เห็นแม่แบบที่แสดงความก้าวร้าว และได้รับการยกย่องว่าเป็นสิ่งที่ดี ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะกระทำตามมากขึ้นเช่นกัน ดังนั้น การเสนอแม่แบบในสังคมจำเป็นต้องมีความระมัดระวังอย่างยิ่ง เพราะอาจจะมีผลต่อการเพิ่มพฤติกรรมทางลบได้เช่นกัน

6. ทางด้านอารมณ์ การมีแม่แบบนั้นนอกจากจะส่งผลต่อการกระทำตามแม่แบบแล้วยังมีผลต่ออารมณ์ของผู้สังเกตให้รุนแรงเพิ่มขึ้นอีกและกระตุ้นให้เกิดอารมณ์คล้ายตามไปด้วย

7. การเอื้ออำนวยให้เกิดการกระทำตามแม่แบบ การกระทำใดที่คนให้คุณค่าและมีความชื่นชอบอยู่เสมอ การกระทำของแม่แบบนั้นก็จะทำให้ผู้สังเกตกระทำได้โดยรวดเร็วและ

มีความง่ายในการกระทำตาม นอกจากนี้เมื่อคนสามารถทำตามแม่แบบได้เร็วจะทำให้การแผ่ขยายจากสังคมหนึ่ง ไปสู่อีกสังคมหนึ่ง ได้โดยเร็วด้วย ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการมีแม่แบบ นอกจากจะทำให้ผู้สังเกตมีการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองแล้ว ยังทำให้สังคมนั้น ๆ มีการเปลี่ยนแปลงอีกด้วย

ข้อดีและข้อจำกัดของวิธีการให้ตัวแบบ มีดังนี้ (ผ่องพรรณ เกศพิทักษ์,

2526 : 65)

1. ข้อดีของวิธีการให้ตัวแบบ

1.1 จะทำให้ความถี่ของการเกิดพฤติกรรมเป้าหมายหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ค่อย ๆ เกิดขึ้นและค่อย ๆ มีความถี่สูงขึ้น และจะคงทนถาวรยิ่งขึ้น เมื่อให้การเสริมแรงแก่อินทรีย์ภายหลังที่อินทรีย์สามารถเลียนแบบหรือแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้เช่นเดียว กับตัวแบบหรือเกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ ได้อย่างเหมาะสม

1.2 จะทำให้ผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบเกิดพฤติกรรมใหม่ที่ไม่เคยเกิดมาก่อน

1.3 จะช่วยเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือระงับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบ

1.4 ช่วยเอื้ออำนวยให้พฤติกรรมของผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบที่เคยเรียนรู้มาก่อนแล้ว ให้มีแนวโน้มที่จะแสดงออกมา

2. ข้อจำกัดของวิธีการให้ตัวแบบ

2.1 หากให้การให้ตัวแบบอย่างเดียวในการสร้างหรือสอนพฤติกรรมใหม่ การเกิดพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์อาจจะมีได้ช้า ด้วยเหตุนี้ ควรให้ตัวแบบควบคู่กับการเสริมแรงทางบวก การให้ข้อมูลย้อนกลับและสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง เพื่อให้พฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่ต้องการจะสร้างหรือสอนให้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว

2.2 การคัดเลือกตัวแบบตลอดทั้งกิจกรรมที่จะให้เลียนแบบ ผู้คัดเลือกตัวแบบและกิจกรรมที่จะให้เลียนแบบ จะต้องตระหนักถึงความสำคัญของเรื่องดังกล่าว มิฉะนั้นจะทำให้เสียเวลาในการทดลอง โดยไร้ประโยชน์

การสร้างแม่แบบเพื่อเลียนแบบ

การเลียนแบบของเด็กเป็นการเริ่มต้นพัฒนาการทางบุคลิกภาพของเขา ตัวแบบต่าง ๆ ที่เขาได้มาจะประกอบกันเข้าเป็นบุคคลหรือตัวเด็กเองในอนาคต ถ้าเด็กไทยคดีก็ได้รับตัวแบบที่ดี แต่ถ้าสิ่งที่ไม่มีดีหรือตัวแบบไม่มีดีเด่นน่าสนใจมากกว่า เด็กก็จะทำตามสิ่งนั้น ดังนั้นแม่แบบที่จะปล่อยผ่านมาสู่เด็กควรจะเป็นแบบที่ดี ซึ่งตัวแบบนั้นจะมีอิทธิพลที่จะช่วยสร้างบุคลิกภาพที่ดีให้แก่เด็กต่อไป (สวนา พรพิพัฒน์กุล, 2525 : 2 - 7)

ตัวแบบอาจสร้างขึ้นได้โดยคำพูด การเขียน การแสดงด้วยภาพหรืออาจร่วมกันทั้งภาษาและภาพ การแสดงด้วยภาพ อาจสร้างด้วยแบบเป็นลักษณะของภาพยนตร์ โทรทัศน์ และโสตทัศนวัสดุอื่น ๆ โสตทัศนวัสดุเหล่านี้จะเป็นสื่อที่สำคัญในการช่วยทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ อย่างกว้างขวางและจะเป็นประสบการณ์ที่ช่วยให้เด็กเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ต้องการ (Bandura and Walter, 1963 : 49)

ในปัจจุบันสื่อมวลชนประเภทโสตทัศนูปกรณ์มีอิทธิพลต่อรูปแบบของพฤติกรรมทางสังคมของมนุษย์มากเพราะที่วิเศษมนุษย์ต้องเกี่ยวข้องกับสื่อมวลชนต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา และการสื่อสารโดยทางคำพูดมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลน้อยกว่าการสื่อสาร โดยให้โสตทัศนูปกรณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางด้านการศึกษาหรือการฝึกอบรมต่างก็ยอมรับว่าสไลด์เป็นโสตทัศนูปกรณ์ประเภทหนึ่งที่เป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดสิ่งต่าง ๆ ให้แก่ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ได้รวดเร็วและมีประสิทธิภาพ

ความหมายของสไลด์

สไลด์ คือ ภาพนิ่งโปร่งใส ซึ่งมีทั้งภาพเหมือนจริง สีและขาวดำ เป็นสื่อการสอนที่มีความโปร่งใสสามารถใช้แสงฉายฟิล์มสไลด์ไปปรากฏบนจอฉายได้ ในบางครั้งจึงเรียกว่า "ภาพนิ่งที่ฉายได้" หรือ "Still Projection" (สุรพล เกียนวิสนา, 2525 : 2)

คุณค่าของสไลด์ประกอบเสียง

ในด้านของคุณค่าสไลด์ประกอบเสียงนั้น มีผู้ทำการศึกษาค้นคว้าไว้หลายท่าน ผลปรากฏว่าคุณค่าของสไลด์นี้จะมีลักษณะคล้าย ๆ กัน เช่น

คุณค่าของสไลด์ประกอบเสียงต่อการศึกษา วารินทร์ รัชมีพรหม (2529 : 2)
ได้กล่าวไว้ในหนังสือสไลด์ประกอบเสียง ดังนี้

1. เปลี่ยนบรรยากาศในห้องเรียน ทำให้ผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้น สนใจมากขึ้น
 2. ทำให้ผู้เรียนได้เห็นทั้งภาพและเสียงที่สัมพันธ์กัน เป็นเรื่องราวต่อเนื่องก่อให้เกิดความเข้าใจได้ยิ่งขึ้น
 3. ทำให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนการสอนหลายอย่าง เช่น แบบเรียน คาบบรรยาย คู่มือ แบบฝึกหัด ภาพและเสียงประกอบย่อมทำให้เกิดความจำได้ดียิ่งขึ้น และยาวนานกว่าการใช้สื่อเพียงอย่างเดียว
 4. สามารถนำมาเป็นสื่อที่ใช้เรียนเพียงคนเดียว เรียนเป็นกลุ่มเล็กหรือกลุ่มใหญ่ได้
 5. สามารถนำมาใช้อีกได้เมื่อต้องการ เพื่อทบทวน เติบโตความจำหรือเพื่อการประเมินผล
 6. ทำให้ตรงความสนใจของผู้เรียนได้เป็นเวลานานกว่าสื่อประเภทอื่น และยังก่อให้เกิดความรู้สึกว่าผู้เรียนได้มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน
 7. สไลด์ประกอบเสียงที่ผลิตขึ้นโดยมีหลักการที่ดี วางแผนเป็นอย่างดี ผลิตเป็นอย่างดีโดยมีทฤษฎีการเรียนรู้ ทฤษฎีทางจิตวิทยาอยู่เบื้องหลัง จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ
 8. สามารถทำสำเนา (Duplicating) แจกจ่ายไปตามสถานศึกษาต่าง ๆ ได้ ทำให้ผู้เรียนที่อยู่ในพื้นที่ต่าง ๆ หรืออยู่ในที่ห่างไกลกัน อาจได้เรียนรู้ในเรื่องนั้นเท่าเทียมกัน
- แฮสส์ และแพคเกอร์ (Hass and Packer. 1965 : 47) ได้กล่าวถึงคุณค่าของสไลด์ต่อการเรียนการสอนไว้ดังนี้

1. สามารถสร้างจุดสนใจให้แก่ผู้เรียนได้
2. ช่วยส่งเสริมการสอนให้ดีขึ้น
3. ได้รับความสนใจของผู้เรียน
4. ใช้วัดความสนใจของผู้เรียนได้

5. สามารถใช้ซ้ำได้หลาย ๆ ครั้งตามความต้องการ

6. เปิดโอกาสในการทำงานร่วมกันระหว่างครูและนักเรียน

สรุป เกียนวัฒนา (2525 : 14) ได้กล่าวถึงคุณของสไลด์ประกอบเสียงไว้ในหนังสือวางแผนสไลด์และผลิตสไลด์ประกอบเสียง ดังนี้

1. ทำให้นักเรียนเกิดความสนใจ มีความสนใจยิ่งขึ้น
2. ภาพและเสียงประกอบจากคำบรรยายสไลด์ ช่วยกระตุ้นนักเรียนให้จำเนื้อเรื่อง ได้ดีและนาน
3. สามารถตอบสนองความแตกต่างระหว่างบุคคล ทางด้านสติปัญญาของนักเรียน เพราะเนื้อหาที่ไม่ซับซ้อนมากนัก เมื่อนำมาผลิตเป็นสไลด์ประกอบคำบรรยายแล้ว นักเรียนสามารถเรียนด้วยตนเอง
4. ให้แทนหรือลดขนาดของอุปกรณ์อื่น ๆ ได้ เช่น แผนที่ แผนภูมิ หรือของจริง ที่มีขนาดใหญ่ที่ไม่สามารถนำมาใช้ประกอบการสอนในห้องเรียนได้
5. ใช้เป็นเครื่องมือประกอบภาพที่ทักษะ ได้ดี เพราะฉายให้ดูได้เป็นเวลานาน ๆ ก็ครั้งก็ได้
6. ครูสามารถผลิตแผ่นใสประกอบเสียงได้เอง ราคาไม่แพงเก็บรักษาง่าย
7. สามารถใช้เรียนได้ในห้องเรียนปกติ เพราะไม่ต้องอาศัยความมืดมากนัก ถ้าไม่มีจอก็อาจจะฉายบนผาผนังที่มีสีอ่อน ๆ ได้ ทำให้ครูอธิบายได้สะดวกและนักเรียนสามารถจับบันทึกข้อความต่าง ๆ ได้

วิททิช และชูลเลอร์ (Wittich and Shuller, 1973 : 48) กล่าวถึงคุณค่าของสไลด์ต่อการเรียนการสอนไว้ในหนังสือ Instructional Technology ไว้ดังนี้

1. สามารถใช้กับการเรียนการสอนรายบุคคล เป็นกลุ่มย่อย หรือเป็นกลุ่มใหญ่ก็ได้
2. ค่าใช้จ่ายในการผลิตต่ำ ผลิตและทำสำเนาได้ง่ายทั้งแบบสีและขาวดำ ครูสามารถผลิตเองได้ตามความเหมาะสม
3. สามารถจัดเรียงลำดับภาพได้ตามความเหมาะสม จะแยกฉายเป็นบางภาพหรือเรียงลำดับเป็นชุดก็ได้

4. ได้รับความสนใจและรวมจุดสนใจของผู้เรียนได้ดี
5. สะดวกในการใช้ ไม่จำเป็นต้องใช้ในห้องฉายที่มีคนมากนัก ห้องเรียนตามปกติก็สามารถใช้ได้
6. ใช้สอนได้อย่างกว้างขวางทุกวิชาและทุกระดับ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสอนข้อเท็จจริง อย่างน้อยที่สุดก็ได้ผลดีเท่ากับการสอนโดยใช้ภาพยนตร์
7. ปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงเนื้อหาได้ง่าย โดยการเปลี่ยนแปลงลำดับภาพ หรือการเพิ่มภาพเข้า ตัดบางภาพออก
8. เก็บรักษาง่าย เพราะขนาดเล็กไม่เปลืองที่เก็บ และเก็บไว้ได้นาน
9. เมื่อใช้กับเครื่องฉาย สามารถปรับขนาดภาพได้ ให้ขนาดใหญ่หรือเล็กพอที่จะดูได้อย่างชัดเจน
10. ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง เร็วหรือช้าตามความต้องการและจะเรียนซ้ำกี่ครั้งก็ได้ตามความพอใจ ทั้งแบบควบคุมด้วยมือและแบบอัตโนมัติ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนเรียนรู้อย่างถูกต้อง

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ

งานวิจัยในต่างประเทศ

✓ ฮิกส์ (Hicks, 1965 : 97 - 100) ศึกษาผลของการให้แม่แบบกับ

พฤติกรรมการเลือกแบบโดยให้แม่แบบเป็นภาพยนตร์แสดงความก้าวร้าว กลุ่มตัวอย่างเป็นชาย 30 คน หญิง 30 คน อายุ 4 - 7 ปี แบ่งออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 12 คน ได้รับแม่แบบลักษณะต่าง ๆ กันคือ กลุ่มที่ 1 ให้แม่แบบเป็นผู้ใหญ่เพศชาย กลุ่มที่ 2 ให้แม่แบบเป็นผู้ใหญ่เพศหญิง กลุ่มที่ 3 ให้แม่แบบเป็นเด็กชายวัยเดียวกับผู้รับแบบ กลุ่มที่ 4 ให้แม่แบบเป็นเด็กหญิงวัยเดียวกับผู้รับแบบและกลุ่มที่ 5 เป็นกลุ่มควบคุมไม่ให้แม่แบบเลย ผลการทดลองพบว่า กลุ่มที่ได้รับแม่แบบที่เป็นเด็กชายวัยเดียวกันมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุด และกลุ่มที่ได้รับแม่แบบเป็นผู้ใหญ่เพศหญิงมีพฤติกรรมก้าวร่ววน้อยที่สุด

/ แบนดูรา กรูเซค และ แมนเลฟ (Bandura, Grusec and Manlove. 1966 : 499 - 506) ศึกษาผลของการใช้วิธีการฝึกด้วยแม่แบบที่มีต่อการสร้างสัญลักษณ์และการเลียนแบบของนักเรียนชายหญิง อายุ 6 - 8 ปี กลุ่มตัวอย่างเป็นชาย 36 คน หญิง 36 คน แม่แบบที่ใช้เป็นภาพยนตร์แสดงการเล่นของเล่นต่าง ๆ กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ให้ดูภาพยนตร์พร้อมทั้งบอกวิธีการเล่นของแม่แบบให้ทราบด้วย กลุ่มที่ 2 ให้ับตัวเลขพร้อมกับดูภาพยนตร์ กลุ่มที่ 3 ให้ดูภาพยนตร์เงียบ ๆ หลังจากให้แม่แบบแล้วแบ่งเด็กแต่ละกลุ่มทดลองออกเป็น 2 กลุ่ม โดยให้ครึ่งหนึ่งไม่ได้รับรางวัลในการแสดง ผลปรากฏว่ากลุ่มที่ 1 สามารถเลียนแบบได้ดีกว่ากลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเงื่อนไขการให้รางวัลมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นกัน

✓ โรเซนทอล และซิมเมอร์แมน (Rosenthal and Zimmerman. 1972 : 500 - 504) ศึกษาผลของวิธีการซึ่งใช้ในกระบวนการตัวแบบที่มีต่อความสามารถและการเลียนแบบของเด็กนักเรียนในระดับเกรด 2 จำนวน 128 คน โดยให้เด็กดูแบบซึ่งแสดงวิธีการตั้งคำถามจากภาพ 12 ภาพ โดยกลุ่มที่ 1 ดูแบบและได้รับคำแนะนำให้ทำตาม กลุ่มที่ 2 ดูแบบและได้รับคำแนะนำให้ศึกษาวิธีการตั้งคำถาม กลุ่มที่ 3 ดูตัวแบบและได้รับคำแนะนำแบบแผนของวิธีการตั้งคำถามของตัวแบบ กลุ่มที่ 4 ให้ดูตัวแบบและได้รับคำแนะนำวิธีการตั้งคำถามพร้อมกับยกตัวอย่าง หลังจากนั้นเด็กทุกคนได้รับการทดลองการตั้งคำถาม ผลการทดลองพบว่า ตัวแบบทำให้ความสามารถของเด็กสูงขึ้นกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและวิธีการให้ตัวแบบทั้ง 4 ลักษณะมีผลต่อความสามารถของเด็กแตกต่างกัน

ซิมเมอร์แมน และแจฟเฟอร์ (Zimmerman and Jaffer. 1977 : 773 - 778) ศึกษาลักษณะของแม่แบบที่มีผลต่อความสามารถในการเรียนของเด็กอายุ 6.8 ปี และ 8.6 ปี กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย 18 คน เพศหญิง 18 คน โดยให้เด็กสังเกตจากแม่แบบแสดงการจัดจำแนกประเภทของภาพจากบัตรภาพ 4 ชุด รวม 12 ภาพ ทั้งนี้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม ให้กลุ่มที่ 1 ดูผลการจัดภาพแม่แบบเท่านั้น กลุ่มที่ 2 ให้ดูวิธีการจัดภาพและกลุ่มที่ 3 ให้ดูวิธีการจัดภาพอย่างละเอียด ให้แต่ละกลุ่มทดลองจัดแบ่งให้ครึ่งหนึ่งได้รับการฝึกจัดภาพตามแม่แบบและอีกครึ่งหนึ่ง ไม่ได้รับการฝึกจัดภาพตามแม่แบบ หลังการทดลองทำการทดสอบการจัดภาพ

ของทุก ๆ กลุ่ม ผลปรากฏว่า ความสามารถในการจัดภาพของแต่ละกลุ่มมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มที่ 3 มีความสามารถในการจัดภาพสูงกว่ากลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

งานวิจัยในประเทศ

✓ ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจักษ์จินิก (2520 : 5 - 6)

ศึกษาจริยธรรมของเยาวชนไทยกับกลุ่มตัวอย่างในกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 11 - 25 ปี จำนวน 2,400 คน โดยศึกษาภาคสนามและในห้องปฏิบัติการ ผลสรุปได้ว่า การมีหรือไม่มีตัวแบบที่กระทำควมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กมากกว่าลักษณะทางจริยธรรมในตัวเด็กเองอย่างมากคือ ในภาวะที่ได้รับรางวัลทันทีและไม่มีตัวแบบ วัยรุ่นมากกว่าครึ่ง โกงคะแนน ส่วนผู้มีจริยธรรมต่ำไม่ค่อยยอมรับอิทธิพลของตัวแบบมากนัก ตัวแบบประเภทละอายใจตนเองมีอิทธิพลชักจูงให้ผู้สังเกตแบบทุกประการ แต่ตัวแบบประเภทละอายใจคนอื่น ไม่มีอิทธิพลต่อผู้สังเกตแบบ

✓ กรรณิการ์ สิทธิศักดิ์ (2522 : 46 - 51) ศึกษาผลของตัวแบบและการ

เสริมแรงที่มีต่อพฤติกรรมการเลียนแบบของเด็กลูกบอลปีที่ 2 ที่จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 80 คน ผลการทดลองพบว่า ตัวแบบและวิธีการเสริมแรงมีผลต่อการเลียนแบบของเด็กแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมการจัดภาพอย่างละเอียด ส่งเสริมการเลียนแบบได้ดีกว่าตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมการจัดภาพอย่างไม่ละเอียด การเสริมแรงแก่ตัวแบบและเด็ก ส่งเสริมการเลียนแบบได้ดีที่สุด

ภาณุณี แก้วพอง (2522 : 33 - 35) ทดลองใช้แม่แบบเพื่อเปลี่ยนแปลง

มโนภาพแห่งตนเองของเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์บ้านศรีธรรมราช อายุระหว่าง 13 - 16 ปี จำนวน 40 คน กลุ่มทดลองให้ดูแบบที่เป็นสไลด์ประกอบคำบรรยาย 19 แผ่น กลุ่มควบคุมเรียนจากการสอนปกติ ผลการศึกษาพบว่า การใช้แม่แบบมีผลทำให้ผู้รับแบบมีมโนภาพแห่งตนแตกต่างจากกลุ่มที่ไม่ได้รับแม่แบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประเสริฐศรี เอื้อนครินทร์ (2524 : 52 - 53) ศึกษาผลของการใช้เทคนิค

แม่แบบเพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้น ป. 6 โรงเรียน

เมืองเลย จังหวัดเลย จำนวน 40 คน เครื่องมือในการศึกษา ได้แก่ แบบทดสอบวัดทัศนคติเชิงจริยธรรมเกี่ยวกับความซื่อสัตย์กับ "แม่แบบ" ซึ่งเป็นสไลด์การ์ตูนประกอบเสียง 5 เรื่อง คำแนะนำให้ "แม่แบบ" แก่กลุ่มทดลอง จำนวน 5 ครั้ง ใช้เวลา 5 วันติดต่อกัน วันละ 1 ชั่วโมง ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองซึ่งได้รับแม่แบบมีจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ธงชัย วิจารณ์ภาค (2525 : ก - ข) ศึกษาผลของตัวแบบที่มีต่ออัตมโนทัศน์และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชายที่ประพฤติคัดค้านสังคมโดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพระนารายณ์ จังหวัดลพบุรี จำนวน 60 คน การศึกษา 2524 เครื่องมือในการศึกษา ได้แก่ แบบทดสอบวัดทัศนคติ และแบบสำรวจการประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม ตัวแบบซึ่งเป็นสไลด์และเทปบันทึกภาพเกี่ยวกับการรับรู้อัตมโนทัศน์ทางบวกและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางสังคมหลังจากการทดสอบ 30 วัน ผลการทดลองปรากฏว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยอัตมโนทัศน์และการประมาณค่าการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จรัส ดิษฐแก้ว (2525 : ก - ข) ศึกษาผลของตัวแบบที่มีต่ออัตมโนทัศน์และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนที่เพี้ยนไม่ยอมรับ โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน เครื่องมือในการศึกษา ได้แก่ แบบสำรวจการประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม แบบทดสอบวัดทัศนคติและตัวแบบเป็นภาพนิ่งและเทปบันทึกภาพเกี่ยวกับการรับรู้อัตมโนทัศน์ทางบวก และการปรับตัวทางสังคมเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน ผลการทดลองปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของอัตมโนทัศน์ และการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุนัย ชินศักดิ์ชัย (2525 : 33 - 35) ศึกษาการทดลองใช้หุ่นเทคโมเป็นแม่แบบเพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความถี่เพื่อ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 30 คน โดยให้กลุ่มทดลองดูหุ่นเทคโมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 1 เรื่อง เรื่องละประมาณ 10 นาที จำนวน 5 เรื่อง ส่วนกลุ่มควบคุมให้นักเรียนรู้จากการสอนตามปกติ ผลจากการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กัญญา ประสงค์เจริญ (2526 : 31 - 32) ศึกษาการใช้เทคนิคแม่แบบเพื่อพัฒนาวินัยในตนเองด้านความรู้สึกรับผิดชอบของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2524 จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบวัดทัศนคติที่มีต่อวินัยในตนเองด้านความรู้สึกรับผิดชอบ "แม่แบบ" ซึ่งเป็นนิทานประกอบหุ่น 7 เรื่อง ให้นักกลุ่มทดลองได้ชมการแสดงหุ่นตามบทนิทาน จำนวน 7 ครั้ง ผลการทดลองพบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 มีการพัฒนาวินัยในตนเองด้านความรู้สึกรับผิดชอบสูงขึ้นที่ระดับ .01 แต่ผลจากการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มทดลองมีการพัฒนาตนเองทางด้านความรู้สึกรับผิดชอบสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุปรียา อันทวีโรทัย (2529 : 66 - 71) ศึกษาการใช้แม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2526 จำนวน 36 คน ผลจากการศึกษาพบว่าความแตกต่างพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ทศทิมา ระเบียบดี (2529 : 46) ศึกษาถึงผลการใช้เทคนิค "แม่แบบ" โดยให้สไลด์การ์ตูนเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร จำนวน 40 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยให้แม่แบบมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าก่อนได้รับการฝึกจากแม่แบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยให้แม่แบบมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศรินยา ชัยเพียรเจริญ (2530 : 42) ศึกษาผลของการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อการประหยัคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชลกันยานุกูล จังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน โดยกลุ่มทดลองสอนโดยใช้เทคนิคแม่แบบเป็นภาพคนในรูปสไลด์ประกอบคำบรรยาย กลุ่มควบคุมใช้การสอนแบบปกติ หลังการทดลองพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลอง

มีการประหยัคสูงยิ่งกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการสอนโดยใช้เทคนิคแม่แบบทำให้เด็กเรียนมีการประหยัคสูงกว่การสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศรีสุตา แคล้วอาวุธ (2532 : 64) ศึกษาประสิทธิผลของการใช้เทคนิค "แม่แบบ" ที่มีต่อพฤติกรรมด้านทัศนสุขภาพระดับประถมศึกษาปีที่ 2 สังกัดสำนักงาน การประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 153 คน ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมด้าน ทัศนสุขภาพของกลุ่มนักเรียนที่ได้รับทัศนศึกษาโดยใช้เทคนิค "แม่แบบ" ในรูปของหนังสือ การ์ตูนจากครูสอนสูงกว่ากลุ่มนักเรียนที่ได้รับทัศนศึกษา โดยใช้เทคนิค "แม่แบบ" ในรูปของ หนังสือการ์ตูนจากนักเรียนสอนกันเอง

พรพันธุ์ วันศุกร์ (2534 : 70) เปรียบเทียบผลของการใช้เทคนิคแม่แบบ สไลด์การ์ตูน กับโปรแกรมการพัฒนาสุนัสนัยที่มีต่อสุนัสนัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดบันไดม้า จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 24 คน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้รับการ ใช้เทคนิคแม่แบบสไลด์การ์ตูนมีสุนัสนัยที่เหมาะสมสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการ ใช้โปรแกรม การพัฒนาสุนัสนัย

จากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ สรุปได้ว่าการใช้แม่แบบสามารถรับพฤติกรรม ด้านต่าง ๆ ได้แก่ การพัฒนาจริยธรรมด้านต่าง ๆ พัฒนาทัศนคติ พัฒนาสุนัสนัย ความสามารถทาง การเรียน ตลอดจนนำมาใช้ในการลดพฤติกรรมบางอย่าง เช่น ความวิตกกังวล ความกลัว เป็นต้น แม่แบบมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้สังเกตเป็นอย่างมาก การใช้แม่แบบโดยวิธีต่าง ๆ ที่เด็กสนใจและเหมาะสมกับวัย เป็นสิ่งเร้าที่ทำให้เด็กยอมรับพฤติกรรมนั้นมาปฏิบัติ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงนำเทคนิคแม่แบบเป็นสไลด์สี ภาพคนที่อยู่ในวัยเดียวกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมเกี่ยวกับการ ปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกายที่ถูกต้องและเหมาะสม มาใช้เพื่อพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคล ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอำเภิสี ลำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรง

1. เอกสารเกี่ยวกับการเสริมแรง

คำว่า การเสริมแรง ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2524 : 35) กล่าวว่า การเสริมแรง คือ การทำ
ให้ความถี่ของพฤติกรรมหนึ่งของคุณคนเพิ่มขึ้น อันเป็นผลสืบเนื่องมาจากการได้รับผลกรรมที่พอใจ
หลังจากแสดงพฤติกรรมนั้น หรืออันเป็นผลเนื่องมาจากความสำเร็จในการหลีกเลี่ยง (Avoidance)
หรือการหนี (Escape) จากสิ่งเร้าที่บุคคลไม่พึงพอใจ (Aversive Stimulus)

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2528 : 230) ให้ความหมายของการเสริมแรงว่า
หมายถึง การทำให้อัตราการเกิดพฤติกรรมหลังจากแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ การทำให้เกิด
ความพอใจนี้อาจเป็นการให้สิ่งเร้าที่ชอบ หรือการนำสิ่งที่อันตรายไม่พอใจออกไป

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 70) กล่าวว่า การเสริมแรง
(Reinforcement) หมายถึง การที่อัตราตอบสนองของอินทรีย์ หรือการแสดงพฤติกรรมหนึ่ง
ของอินทรีย์คงอยู่ (Maintain) หรือเพิ่มขึ้น (Increase) หรือมีความถี่สูงขึ้น ซึ่งเป็นผลมาจาก
การที่อินทรีย์ได้รับผลกรรมที่พึงพอใจหลังจากพฤติกรรมนั้น ๆ หรือเป็นผลมาจากความสำเร็จใน
การหลีกเลี่ยง (Avoidance) หรือหนี (Escape) จากสิ่งเร้าไม่พึงพอใจ

จากความหมายของ "การเสริมแรง" สรุปได้ว่าการเสริมแรงหมายถึง การทำ
ให้บุคคลมีพฤติกรรมเพิ่มขึ้น อันเป็นผลมาจากการ ได้รับสิ่งที่พอใจหลังจากแสดงพฤติกรรม
นั้นแล้ว หรือเนื่องมาจากหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่พอใจได้สำเร็จ

การเสริมแรงแบ่งออกเป็น 2 ชนิด

1. การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) คือ การที่บุคคล
แสดงความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น อันเป็นผลจากการที่บุคคล ได้รับสิ่งที่พอใจหลังจากแสดง
พฤติกรรมนั้นทันที สิ่งบุคคลพึงพอใจ เรียกว่า ตัวเสริมแรงทางบวก (Craighead, 1976 :
114) เช่น เมื่อแดงส่งการบ้านแล้วครูชมเชย ผลที่ตามมาคือ พฤติกรรมส่งการบ้านของแดง
เพิ่มขึ้น แสดงว่าพฤติกรรมส่งการบ้านได้รับการเสริมแรงทางบวก คือ การชมเชยจากครู

2. การเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) คือการที่บุคคลแสดง ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้นโดยการถอดหรือเอาสิ่งที่บุคคลนั้น ไม่ต้องการออกไปทันทีหลังจากที่บุคคล แสดงพฤติกรรมนั้น (Kazdin. 1977 : 29) เช่น ถ้าพบว่าถ้าคนออกจากบ้านโดยไม่บอกแม่ เมื่อกลับมาจะถูกแม่ตี ซึ่งเป็นสิ่งที่คนไม่ต้องการ จึงมีผลทำให้คนบอกแม่ทุกครั้งที่จะออกจากบ้าน

ตัวเสริมแรงที่ใช้ในการเสริมแรงทางบวกมี 5 ชนิด คือ (Kazdin. 1975 : 99 - 111)

1. ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งที่เสพได้ หรือเสพไม่ได้ เช่น อาหาร ขนม น้ำ บุหรี่ เหล้า ศิคุตา เป็นต้น

2. ตัวเสริมแรงทางสังคม (Social Reinforcer) เช่น การยิ้ม การยอมรับ การยกย่องชมเชย การสัมผัส เป็นต้น

3. หลักของฟรีแมค (Premack's Principle) คือ การใช้พฤติกรรมที่บุคคล ชอบมากที่สุดมาเสริมแรงพฤติกรรมที่บุคคลชอบทาน้อยที่สุด เช่น การใช้พฤติกรรมดูทีวีซึ่งเป็น พฤติกรรมที่เด็กชอบทานมากที่สุด มาเสริมแรง พฤติกรรมทำการบ้านซึ่งเป็นพฤติกรรมที่เด็กชอบ น้อยที่สุด มีผลทำให้เด็กทำการบ้านเพิ่มขึ้น

4. เบี้ยอรณกร (Token Economy) คือการใช้การเสริมแรงด้วยเบี้ย แด้ม คะแนน หรือดาว ฯลฯ ซึ่งสามารถนำไปแลกเป็นตัวเสริมแรงอื่นได้ เช่น นำไปแลกเป็นขนม สิ่งของ เครื่องใช้ หรือสิทธิพิเศษต่าง ๆ

5. การใช้ข้อมูลย้อนกลับ (Informative Feedback) เป็นการให้ข้อมูล เกี่ยวกับการกระทำของบุคคล ทำให้บุคคลรู้ว่าตนได้ทำพฤติกรรมเหมาะสมหรือไม่ ข้อมูลนี้จะให้ แก่ตัวหรือแนะนำทางไปสู่การปรับพฤติกรรมต่อไป

นอกจากนี้ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 71 - 72) ได้จำแนกประเภท ของแรงเสริมหรือตัวเสริมแรงออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. แรงเสริมปฐมภูมิหรือ แรงเสริมที่ไม่ได้วางเงื่อนไข (Primary or Unconditioned Reinforcers) หมายถึง แรงเสริมที่มีคุณสมบัติของการเสริมแรง ด้วยตัว ของมันเองตามธรรมชาติ หรือสิ่งเร้าใด ๆ ที่มีคุณสมบัติของการเสริมแรงตามธรรมชาติและ

สามารถสนองความต้องการทางชีวภาพของบุคคลนั้น หรืออินทรีย์ หรือมีผลต่อบุคคลนั้น เช่น อาหาร ขน น้ำ สิ่งต่าง ๆ ที่เสพได้ เป็นต้น

2. แรงเสริมทุติยภูมิ หรือตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข (Secondary or Conditioned Reinforcers) หมายถึงสิ่งเร้าที่มีคุณสมบัติเป็นกลางเมื่อถูกนำมาควบคู่กับตัวเสริมแรงปฐมภูมิ หรือแรงเสริมทุติยภูมิอื่น ๆ ที่มีคุณสมบัติในการเสริมแรงบ่อยครั้งเข้า สิ่งเร้าที่มีคุณสมบัติเป็นกลางนั้นก็จะได้รับคุณสมบัติของการเสริมแรง โดยมีคุณสมบัติเช่นเดียวกับตัวเสริมแรงปฐมภูมินั้น หรือตัวเสริมแรงทุติยภูมิอื่น ๆ ที่มีคุณสมบัติในการเสริมแรง เช่น เงิน แสตมป์ เหรียญตรา เป็นต้น

วิธีให้การเสริมแรงทางบวกอย่างมีประสิทธิภาพ จะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบต่อไปนี้

1. ต้องเสริมแรงทันทีที่พฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดขึ้น โดยเฉพาะการเรียนรู้ที่เป็นทักษะใหม่ (Kazdin. 1975 : 93)
2. ตัวเสริมแรงที่มีคุณภาพหรือชนิดที่บุคคลต้องการ (Kazdin. 1975 : 94 - 95)
3. ตัวเสริมแรงที่ให้ต้องการมีปริมาณหรือจำนวนเหมาะสม (Kazdin. 1975 : 94)
4. การใช้ตารางการเสริมแรง ในกรณีที่ต้องการให้การเรียนรู้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ในระยะแรกครูหรือนักปรับพฤติกรรมควรจะให้การเสริมแรงทุกครั้งที่พฤติกรรมที่พึงปรารถนาเกิดขึ้น เมื่อพฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นบ่อยครั้งขึ้นและสม่ำเสมอจึงเปลี่ยนมาใช้ในการให้เสริมเป็นครั้งคราวเพื่อให้พฤติกรรมนั้นอยู่คงทนต่อไป (สมโภชน์ เกียรมสุภาจิต. 2524 : 108 - 109)
5. ควรจัดให้มีตัวเสริมแรงชนิดต่าง ๆ ไว้เพื่อแลกเปลี่ยนได้อย่างกว้างขวางใช้เป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพทุกคนและทุกเวลา (ปราณี สภาปิธานนท์. 2528 : 9 ; อ้างอิงมาจาก Brigham. 1978 : 182)
6. ต้องแน่ใจว่าบุคคลทราบว่าพฤติกรรมใดที่ได้รับการเสริมแรง

7. อย่าเสริมแรงบ่อยเกินความจำเป็น หรือให้ตัวเสริมแรงที่มีค่ามากเกินไปเกินความจำเป็น (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 83)
8. ค่อย ๆ ลดความถี่ในการเสริมแรงลงทีละน้อย
9. ต้องให้การเสริมแรงทางสังคมควบคู่กับการเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ และค่อย ๆ เปลี่ยนจากการเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ ไปสู่การเสริมแรงทางสังคมอย่างเดียว (O'Leary Wilson. 1980 : 113)
10. ต้องให้การเสริมแรงหลังจากพฤติกรรมที่พึงปรารถนาเกิดขึ้นแล้ว (Gambrill. 1978 : 293)

เบี้ยอรรถกร

ตัวเสริมแรงทางบวกที่สามารถใช้เสริมแรงได้ทันทีที่มีอำนาจในการเสริมแรงอย่างมาก สะดวก และมีประสิทธิภาพในการใช้ คือ เบี้ยอรรถกร (Token Economy) ซึ่งเป็นตัวเสริมแรงทางบวกชนิดที่ค่อนข้างเจือจาง ได้แก่ เบี้ย ดาว แด้ม คะแนน คูปอง ตัว เป็นต้น เบี้ยอรรถกรสามารถนำไปแลกเป็นตัวเสริมแรงอื่นได้มากกว่า 1 ตัว ทำให้ตัวมันเองกลายเป็นตัวเสริมแรงแผ่ขยาย (Generalized Reinforcer) และมีประสิทธิภาพในการเสริมแรงอย่างมาก (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2524 : 119)

ข้อดีของเบี้ยอรรถกร มีดังนี้

1. เป็นตัวเสริมแรงที่มีอำนาจมาก และสามารถคงหรือเพิ่มระดับของพฤติกรรมได้มากกว่าตัวเสริมแรงตัวอื่น ๆ เช่น การยอมรับ คำชมเชย เป็นต้น
2. สามารถให้ได้ทันทีที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา เพราะเบี้ยอรรถกรทำหน้าที่เป็นตัวเชื่อมพฤติกรรมเป้าหมายกับตัวเสริมแรงอื่น ๆ ซึ่งอาจจะไม่สามารถเสริมแรงได้ทันที เช่น อาหาร หรือ การทำกิจกรรมที่บุคคลชอบ เป็นต้น
3. เบี้ยอรรถกรสามารถแลกตัวเสริมแรงได้มากกว่า 1 ตัว คือ สามารถนำมาแลกเปลี่ยนที่บุคคลต้องการได้มากมาย จึงทำให้ไม่หมดสภาพการเป็นตัวเสริมแรงเหมือนกับตัวเสริมแรงอื่น ๆ

4. ใช้ได้ง่าย ไม่รบกวนพฤติกรรมที่กำลังทำอยู่
5. เป็นตัวเสริมแรงชนิดเดียวที่สามารถเสริมแรงทุกคนได้ตามความต้องการของแต่ละคน และสามารถให้เบี้ยอรรถกรได้ตามจำนวนพฤติกรรม

ข้อจำกัดของเบี้ยอรรถกร มีดังนี้

1. หลังจากพฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดขึ้นแล้ว เมื่อต้องการให้เบี้ยอรรถกรจะทำให้พฤติกรรมที่สร้างหยุดหรือลดลงอย่างรวดเร็ว เนื่องจากบุคคลเรียนรู้ความสัมพันธ์ของการให้เบี้ยอรรถกรกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ดังนั้นเมื่อยุติการให้เบี้ยอรรถกร พฤติกรรมที่พึงประสงค์ก็จะลดลงหรือยุติลง ไปด้วย

2. ปัญหาเรื่องการแลกเปลี่ยนและการเก็บรักษา เพราะเบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพดังกล่าวแล้ว จึงทำให้บางคนอยากได้อื่นทางที่ผิด เช่น อาจขโมยหรือปลอมแปลง ซึ่งมีผลทำให้เบี้ยอรรถกรมีประสิทธิภาพลดลง (Kazdin, 1977 : 44 - 45)

ขั้นตอนในการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร

1. กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจน
2. เลือกใช้วิธีการทดลองที่สามารถประเมินผลการเสริมแรงได้
3. เลือกสิ่งที่จะใช้เป็นเบี้ยอรรถกร สิ่งที่มีนิยมนำใช้ ได้แก่ บัตร แต้ม คะแนนดาว การเจาะรูบนกระดาษแข็ง เหรียญต่างประเทศ บัตรเครดิต บัตรคอมพิวเตอร์ เป็นต้น การเลือกสิ่งที่จะใช้เป็นเบี้ยอรรถกรขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ตลอดจนบุคคลที่ได้รับการเสริมแรง โดยเบี้ยอรรถกรจะต้องมีลักษณะพิเศษ สะดวกในการใช้และติดตัวได้ง่าย ควรมีลักษณะเฉพาะสำหรับแต่ละบุคคล เช่น รูปร่างต่างกัน หรือสีต่างกัน เพื่อป้องกันการขโมยหรือปลอมแปลง นอกจากนี้ควรสะดวกในการให้และแลกเปลี่ยนสิ่งที่ทุกคนพอใจ

4. เลือกตัวเสริมแรงที่จะใช้เป็นสิ่งแลกเปลี่ยน (Back-up Reinforcers) ซึ่งอาจจะทำได้ด้วยการสังเกตหรือสอบถาม จะต้องกำหนดอัตราแลกเปลี่ยนให้แน่นอน เปิดโอกาสให้ทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับการเสริมแรง และตัวเสริมแรงจะต้องมีอำนาจสูงที่จะจูงใจให้พฤติกรรมเป้าหมายเกิดเพิ่มขึ้น

5. วางเงื่อนไขการเสริมแรงกับพฤติกรรมเป้าหมาย จะต้องแจ้งให้บุคคลที่จะได้รับการเสริมแรงทราบว่า เขาจะได้รับการเสริมแรงพฤติกรรมใดบ้างซึ่งอาจจะบอกด้วย วาจา คัดประกาศ หรือวิธีอื่น ๆ ซึ่งขึ้นอยู่กับอายุ ความสามารถ และสติปัญญาของผู้ที่จะได้รับการปรับพฤติกรรม (Kazdin. 1977 : 47 - 52)

ปัจจัยที่ช่วยให้การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรมีประสิทธิภาพ

1. คำชี้แจงการเสริมแรงต้องชัดเจน
2. ต้องใช้เบี้ยอรรถกรทันทีที่เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์
3. ต้องค่อย ๆ เปลี่ยนเกณฑ์พฤติกรรมและให้การเสริมแรงในแต่ละระดับพฤติกรรมเพื่อให้ไปถึงพฤติกรรมที่พึงประสงค์
4. ต้องมีการให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์รวมอยู่ในโปรแกรมการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร
5. ต้องมีตัวเสริมแรงแลกเปลี่ยน (Back-up Reinforcers) ต่างชนิดกัน เพื่อจะได้ทำให้เบี้ยอรรถกรนั้นเป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพอย่างทั่วถึง (Wilson and O'Leary. 1980 : 107)

ลักษณะเสริมแรงทางบวกโดยที่ใช้เบี้ยอรรถกรซึ่งเป็นตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไขนั้นสามารถให้ได้ใน 3 ลักษณะ คือ

1. การวางเงื่อนไขเป็นรายบุคคล (Individualized Contingency) เป็นการวางเงื่อนไขซึ่งมีเกณฑ์การเสริมแรงหรือผลกรรมเฉพาะที่สร้างขึ้นสำหรับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ถ้ามีหลายคนในโปรแกรมจะต้องสร้างเงื่อนไขเฉพาะแต่ละคน เงื่อนไขอาจจะต่างกันที่พฤติกรรม หรือเกณฑ์การให้ตัวเสริมแรง หรืออาจจะเป็นความแตกต่างระหว่างตัวเสริมแรงแลกเปลี่ยนที่ให้เฉพาะบุคคลที่ได้

ข้อดีของการวางเงื่อนไขเป็นรายบุคคล คือเป็นการจัดโปรแกรมเฉพาะบุคคล ทำให้ได้พิจารณาลักษณะการกระทำของแต่ละบุคคล แต่ถ้าผู้จัดโปรแกรมมีจำนวนน้อยและผู้รับจำนวนมากการวางเงื่อนไขเป็นรายบุคคลก็ไม่เหมาะสม เพราะผู้จัดโปรแกรมไม่สามารถควบคุมได้อย่างใกล้ชิดและทั่วถึง สถานการณ์ที่เหมาะสมกับการวางเงื่อนไขชนิดนี้ คือสถานการณ์ที่บ้าน และการรักษาคนไข้

2. การวางเงื่อนไขมาตรฐาน (Standardized Contingency) เป็นการวางเงื่อนไขที่ประยุกต์ให้กับหลาย ๆ บุคคลในโปรแกรมหนึ่ง ซึ่งมีเกณฑ์การเสริมแรงเหมือนกันในแต่ละบุคคลแต่ใช้ในสถานการณ์กลุ่ม การวางเงื่อนไขในลักษณะนี้จะชี้เฉพาะว่าจะให้เบี้ยอรรถกรจำนวนเท่าใด เมื่อบุคคลใดมีพฤติกรรมเป้าหมายถึงเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนด เช่น จะได้เบี้ยอรรถกรจำนวน 10 เี้ย เมื่อทำการบ้านเสร็จ และทำตามคำสั่งในชั้นเรียน

ข้อดีของการวางเงื่อนไขมาตรฐาน คือ ให้ง่ายในสถานการณ์ที่มีจำนวนผู้จัดโปรแกรมน้อยต่อผู้รับจำนวนมาก เพราะเกณฑ์การเสริมแรงไม่แตกต่างกันและจำนวนเบี้ยที่ได้รับก็ไม่แตกต่างกัน

3. การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม (Group Contingency) เป็นการวางเงื่อนไขที่กำหนดเกณฑ์การเสริมแรงกับทุกคนในกลุ่มเท่ากัน อันเป็นผลเนื่องมาจากการกระทำของกลุ่มทั้งหมด โดยพิจารณาพฤติกรรมของบุคคลทั้งหมดเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การวางเงื่อนไขประเภทนี้ทำได้หลายลักษณะ เช่น การวางเงื่อนไขโดยผลกรรมของกลุ่มขึ้นอยู่กับการกระทำของกลุ่มทั้งหมด ผลกรรมของกลุ่มขึ้นอยู่กับกระทำของแต่ละบุคคล หรือ ผลกรรมของแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับกระทำรวมกันของกลุ่มหรือค่าเฉลี่ยของกลุ่ม (Kazdin, 1977 : 60 - 62 ; citing Hamblin, Hathway and Wadaski, 1974 : 333 - 340)

นอกจากนี้ยังมีการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม โดยผลกรรมของกลุ่มขึ้นอยู่กับบุคคลใดบุคคลหนึ่งซึ่งถูกเลือกขึ้นมาเป็นเกณฑ์ เช่น บุคคลที่มีการกระทำที่ต่ำที่สุดในวันหนึ่ง หรือ บุคคลที่มีการกระทำไม่ดีที่สุดในวันนั้น หรือ บุคคลใดบุคคลหนึ่งที่ถูกกลุ่มที่นำมาในวันหนึ่ง ๆ เพื่อเป็นเกณฑ์ในการเสริมแรงทุกคนในกลุ่ม (สฤตา เหลียววิริยกิจ, 2528 : 11 ; อ้างอิงมาจาก Millerson and Leslle, 1979 : 440)

การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มสามารถใช้ได้กับกลุ่มใหญ่และประหยัดเวลา แต่ถ้าจะให้ผลลัพธ์ กลุ่มควรจะมีลักษณะเหมือนกัน (Homogeneous) ถ้าเป็นกลุ่มที่มีความแตกต่างกันมาก (Heterogeneous) ไม่เหมาะสมที่จะใช้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม ในกรณีนี้อาจแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อยที่มีความเหมือนกันแล้วจึงให้โปรแกรมการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม (Craighead, n.d. 1976 : 236)

ข้อดีของการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มคือ

1. สะดวกในการจัดโปรแกรมและดำเนินการ เพราะการเสริมแรงเป็นกลุ่มช่วยให้ผู้จัดโปรแกรมสามารถให้การเสริมแรงได้สะดวกและเร็วขึ้น (สฤดา เหลี้ยววิริยกิจ, 2528 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Kazdin, 1977 : 63)
2. การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มเป็นการฝึกให้บุคคลตอบสนองต่อกลุ่มและฝึกการรับผิดชอบต่อผู้อื่น เพราะในชีวิตประจำวันมีพฤติกรรมจำนวนมากที่เป็นมาตรฐานของกลุ่มซึ่งน่าจะรับผิดชอบร่วมกัน นอกจากนี้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มทำให้บุคคลเรียนรู้ผลของการกระทำของตนที่มีต่อกลุ่ม (Kazdin, 1975 : 142 - 143)
3. กลุ่มเพื่อนจะมีส่วนในการกระตุ้นให้เกิดผลการวางเงื่อนไขที่มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น (Kazdin, 1975 : 140 - 141)

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรง

งานวิจัยในต่างประเทศ

การเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มนั้นได้มีผู้นำไปใช้ในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ต่าง ๆ กัน เช่น พฤติกรรมการตั้งใจเรียนของนักเรียน ซึ่งซมิคท์ และยูริค (สฤดา เหลี้ยววิริยกิจ, 2528 : 15 ; อ้างอิงมาจาก Schmidt and Urich, 1969 : 324 - 328) ได้ทดลองใช้การเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มในการปรับพฤติกรรมการส่งเสียงดังในชั้นเรียนของเด็กเกรด 4 จำนวน 29 คน เป็นชาย 14 คน หญิง 15 คน โดยใช้เครื่องวัดระดับเสียง (มีหน่วยวัดเป็นเดซิเบล) เครื่องสัญญาณบอกเวลา นกหวีด และนาฬิกาบอกเวลา เป็นอุปกรณ์ในการทดลอง โดยให้เงื่อนไขกับนักเรียนว่า ในทุก ๆ 10 นาที ถ้านักเรียนทั้งชั้นไม่ทำเสียงดังเกินระดับที่ตั้งไว้ (มีสัญญาณบอกเวลาเมื่อทำการทดลองครบ 10 นาที) นักเรียนทุกคนจะได้รับสิทธิพิเศษคือ สามารถให้เวลา 2 นาทีต่อจากช่วง 10 นาทีที่นักเรียนทั้งหมดไม่ทำเสียงดังเกินระดับนั้น สำหรับการลุกจากที่นั่ง เหลาดินสอหรือพูดคุยกับเพื่อนในชั้นเรียน ต่อจากนั้นก็เริ่มต้นนับเวลาในการทดลองใหม่ แต่ในช่วงการทดลอง 10 นาที ถ้านักเรียนทำเสียงดังเกินระดับ ไม่ว่านักเรียนจะไม่ทำเสียงดังเกินกำหนดมา ได้กี่นาทีก็ตามในช่วง

เวลาไม่เกิน 10 นาทีนั้นจะมีเสียงนกหวีดเป็นสัญญาณบอกให้นักเรียนทั้งชั้นก็ต้องเริ่มต้นนับเวลาของการ ไม่ส่งเสียงดังเกินระดับตั้งแต่ 1 นาทีใหม่ ไปจนครบ 10 นาที จึงจะได้รับสิทธิเป็นเวลา 2 นาที เพื่อทำกิจกรรมดังกล่าว จากผลการทดลองพบว่า การเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มสามารถลดระดับความดังของเสียงในชั้นเรียนลงได้

แกลเลเกอร์ และคนอื่น ๆ (สุคา เหลียววิริยกิจ. 2528 : 16 ; อ้างอิงมาจาก Gallagher and others. 1967 : unpagged) นักการวางแผนโครงการเสริมแรงเป็นกลุ่มไปรับพฤติกรรมการลุกจากที่นั่งของเด็กชาย 5 คน โดยมีเงื่อนไขว่าถ้านักเรียนทั้งหมดไม่ลุกจากที่นั่ง โดยไม่ได้รับอนุญาตจากครูเลย นักเรียนทุกคนจะได้พักเป็นเวลา 24 นาที ก่อนเลิกเรียนตอนเย็นของทุกวัน แต่ถ้ามีนักเรียนคนใดคนหนึ่งลุกจากที่นั่งโดยไม่ได้รับอนุญาต 1 ครั้ง นักเรียนทั้งหมดก็จะถูกลดเวลาพักลง ไป 2 นาที ถ้าหากมีนักเรียนลุกจากที่นั่งรวมเป็น 12 ครั้ง นักเรียน ทั้งกลุ่มก็จะไม่มีสิทธิพักก่อนเวลาเลิกเรียนเป็นเวลา 24 นาที ตามที่ได้กำหนด ผลการทดลอง พบว่าพฤติกรรมการลุกจากที่นั่งของเด็กทั้ง 5 คนลดลงจาก 70 ครั้งต่อวันโดยเฉลี่ยเป็น 1 ครั้งต่อวัน

เฮอร์แมน และทรามอนตานา (Herman and Tramontana. 1971 : 113 - 118) ศึกษาเปรียบเทียบผลการวางแผนเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล โดยศึกษาเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนด้วยการลุกจากที่นั่งและคุ้ยเสียงดัง ทำการเปรียบเทียบผลของการให้คำสั่งหรือประกาศระเบียบในชั้นเรียน การเสริมแรงโดยการวางแผนเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคลให้เกียรติกรณีที่เด็กเป็นของเล่นได้เป็นแรงเสริมต่อพฤติกรรมที่นั่งที่และตั้งใจฟังของเด็กพบว่า การประกาศระเบียบในชั้นเรียนอย่างเดียวไม่สามารถลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในชั้นเรียนของนักเรียนได้ แต่การประกาศระเบียบในชั้นเรียนร่วมกับการเสริมแรงให้ผลในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในชั้นเรียนได้มากกว่าใช้การประกาศระเบียบในชั้นเรียน หรือการเสริมแรงอย่างเดียว และการเสริมแรงโดยการวางแผนเป็นกลุ่ม และเป็นรายบุคคล ให้ผลในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของนักเรียนในชั้นเรียนได้ไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิจัยนี้ขัดแย้งกับงานวิจัยของ อีแวน และออสวอลท์ (Evans and Oswalt. 1968) ; แพตเตอร์สัน (Patterson. 1965) ; ไจนส์ ไวทเทอร์

และไรท์ (Jonesn, Whittier and Wright. 1965) ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะว่า อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนมีผลในการเป็นแรงเสริมต่อการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงปรารถนาของแต่ละบุคคลในกลุ่ม ริสเลย์ (Risley. 1967) พบว่า เทคนิคผลกรรมของกลุ่มมีผลมากกว่าผลกรรมของแต่ละคนในการควบคุมพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียน

แดรบนแมน และคนอื่น ๆ (Drabman and others. 1974 : 93 - 101) ก็ได้ใช้การเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มในการลดพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนเกรด 1 โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม แล้ววางเงื่อนไขกลุ่มละ 1 เงื่อนไข พวกเขาวางเงื่อนไขต่าง ๆ ไปในแต่ละกลุ่มจนครบทั้ง 4 เงื่อนไข คือ เงื่อนไขเสริมแรงตามการกระทำของตนเองเงื่อนไขการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มโดยดูจากพฤติกรรมของเด็กที่ก่อนนอนมากที่สุด เงื่อนไขการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มโดยดูจากพฤติกรรมของเด็กที่ก่อนนอนน้อยที่สุดในกลุ่ม และการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มโดยดูจากพฤติกรรมก่อนนอนของเด็กที่ถูกกลุ่มที่ตนมาจากในกลุ่มนักเรียนจะได้รับคะแนนเป็นแรงเสริมการ ไม่แสดงพฤติกรรมก่อนนอนตามเงื่อนไขต่าง ๆ ของครู นักเรียนสามารถนำคะแนนมาแลกเปลี่ยนเป็นเวลาวาง 1 คะแนนต่อเวลาวาง 1 นาที ผลการทดลองพบว่า การเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มโดยใช้เงื่อนไขต่าง ๆ กับทั้ง 4 เงื่อนไขนี้สามารถลดพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนเกรด 1 ลงได้ และในแต่ละเงื่อนไขของการเสริมแรงดังกล่าวให้ผลไม่แตกต่างกัน

นอกจากนี้ยังมีการนำการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มไปใช้ในการปรับพฤติกรรมอื่น ๆ เช่น พฤติกรรมขโมย ซึ่ง สวิตเซอร์ และคนอื่น ๆ (สฤตา เหลียงววิริยกิจ. 2528 : 17; อ้างอิงมาจาก Switzer and others. 1977 : 267 - 272) ได้ทดลองกับเด็กเกรด 2 จำนวน 3 ห้องเรียน ห้องเรียนละ 26 คน โดยนักเรียนห้องที่ 1 และ 2 ได้รับการบรรยายการต่อต้านขโมยในระยะที่ 1 และการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มในระยะที่ 2 ส่วนห้องเรียนที่ 3 ได้รับเฉพาะการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มเท่านั้น ในระยะที่มีการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มนั้น นักเรียนได้รับตัวเสริมแรงเป็นเวลาพิเศษ 10 นาที ต่อจากเวลารับประทานอาหารว่างถ้าวันนั้นไม่มีของหายในห้อง ถ้ามีของหาย แต่ของนั้นได้กลับคืนมาภายในวันเดียวกันนักเรียนจะถูกทำโทษโดยการงดเวลาพิเศษ 10 นาที แต่จะได้พักเมื่อถึงเวลาอาหารว่างตามปกติ และถ้าของที่หาย

ไปนั้นไม่ได้กลับคืนมานักเรียนจะถูกทำโทษโดยการงดเวลาอาหารว่างและเวลาพัก 10 นาที ผลการทดลองปรากฏว่า การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มมีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมขโมย ส่วนการบรรยายการต่อต้านพฤติกรรมขโมยนั้นพบว่าทั้งห้องเรียนที่ 1 และห้องเรียนที่ 2 มีการขโมยสูงขึ้นกว่าในระยะเส้นฐาน

สเปลทซ์ และคนอื่น ๆ (Speltz and others, 1982 : 533 - 544) ได้ทดลองใช้การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรเพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนเกรด 1 จำนวน 12 คน โดยแบ่งเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ใช้การวางเงื่อนไขด้วยเบี้ยอรรถกร 4 แบบ คือ เงื่อนไขเสริมแรงตามผลงานของตนเอง เงื่อนไขการเสริมแรงตามคะแนนเฉลี่ยของผลงานของกลุ่ม เงื่อนไขการเสริมแรงตามผลงานของคนที่ได้คะแนนต่ำสุดของกลุ่มและเงื่อนไขการเสริมแรงตามผลงานของบุคคลที่ถูกสุ่มขึ้นมาจากกลุ่ม โดยที่เงื่อนไขต่าง ๆ ทั้ง 4 นี้ ได้ใช้หมุนเวียนสลับกันไปจนครบทั้ง 4 เงื่อนไขใน 4 กลุ่ม ส่วนเบี้ยอรรถกรนั้นนักเรียนสามารถนำไปแลกเปลี่ยนเป็นสิทธิพิเศษ กิจกรรมที่ชอบและเกมต่าง ๆ เป็นต้น ผลการทดลองพบว่า การวางเงื่อนไขทั้ง 4 แบบสามารถเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนได้ผลไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้สังเกตพฤติกรรมการปะทะสัมพันธ์ทางสังคมของนักเรียนโดยใช้วิธีทัศน์ พบว่าการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มทำให้เกิดปะทะสัมพันธ์ทางบวกได้มากกว่ากลุ่มอื่น

งานวิจัยภายในประเทศ

ในประเทศไทยมีผู้ศึกษาผลของการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล เช่น วันทนา กิ่งจงเจริญสุข (2525 : 44) ศึกษาผลของการเสริมแรงทางบวกโดยการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคลเพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคมน กรุงเทพมหานคร 1 ห้องเรียน จำนวน 40 คน เป็นห้องที่นักเรียนมีพฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียนมากที่สุดตามคำรายงานของครูผู้สอนและจากการสังเกตของผู้วิจัย การวิจัยแบ่งออกเป็น 5 ระยะ โดยการใช้การทดลองแบบ $ABB'B'B'$ สำหรับกลุ่มที่ 1 และแบบ $AB'B'B'B'$ สำหรับกลุ่มที่ 2 โดยที่ A คือระยะเส้นฐาน B' คือระยะที่ให้การเสริมแรงบวกโดยการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม B คือระยะที่ให้การเสริมแรงเป็นรายบุคคล การทดลองทั้ง 5 ระยะนี้ใช้เวลาทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ โดยระยะที่ 1

ใช้เวลา 2 สัปดาห์ ระยะที่ 2 - 5 ใช้เวลาระยะละ 1 สัปดาห์ ซึ่งในแต่ละระยะได้มีการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมสัปดาห์ละ 5 ครั้ง ครั้งละ 1 คน วันละ 30 นาที ผลการทดลองพบว่า การเสริมแรงทางบวกด้วยเบี้ยอรรถกรโดยการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม และเป็นรายบุคคล สามารถลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้ และให้ผลไม่แตกต่างกัน

สุดา เหลียววิริยกิจ (2528 : 52 - 53) ศึกษาผลของการสอนโดยกลุ่มเพื่อนและการสอนโดยกลุ่มเพื่อนร่วมกับการวางเงื่อนไขการเสริมแรงเป็นกลุ่มในการเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดหัวลำโพง กรุงเทพมหานคร จำนวน 3 ห้องเรียน จำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 75 คน นักเรียนในแต่ละห้องเป็นเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับต่าง ๆ อยู่รวมกันความสามารถทางคณิตศาสตร์ของนักเรียนทั้ง 3 ห้องนี้ไม่แตกต่างกัน จากนั้นจึงสุ่มเลือกเพื่อกำหนดกลุ่มทดลอง โดยแบ่งกลุ่มตามการแบ่งจำนวนห้องเรียน กลุ่มที่ 1 สอนโดยกลุ่มเพื่อนเพียงอย่างเดียว กลุ่มที่ 2 สอนโดยกลุ่มเพื่อนร่วมกับการวางเงื่อนไขการเสริมแรงเป็นกลุ่ม กลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุม การวิจัยนี้ใช้เวลาทดลองทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ กลุ่มทดลองทั้งสองได้รับการสอนโดยกลุ่มเพื่อน สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที สำหรับกลุ่มที่มีเงื่อนไขการเสริมแรงนั้นใช้เบี้ยอรรถกร กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการสอนโดยกลุ่มเพื่อน และการเสริมแรงใด ๆ หลังจากสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยได้ทดลองผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนทั้ง 3 กลุ่ม พบว่ากลุ่มที่มีการสอนโดยกลุ่มเพื่อนร่วมกับการวางเงื่อนไขการเสริมแรงเป็นกลุ่มสามารถทำคะแนนจากแบบทดลองคณิตศาสตร์ได้สูงกว่ากลุ่มที่มีการสอนโดยกลุ่มเพื่อนเพียงอย่างเดียวและกลุ่มควบคุม สำหรับกลุ่มที่มีการสอนโดยกลุ่มเพื่อนเพียงอย่างเดียวกับกลุ่มควบคุมนั้น พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ไม่แตกต่างแสดงว่าการสอนโดยกลุ่มเพื่อนร่วมกับการวางเงื่อนไขการเสริมแรงเป็นกลุ่มสามารถเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ได้

เสมอใจ ชื่นจิต (2533 : 47) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนธรรมวิทยาดิถีวิทยาลัย จังหวัดสุพรรณบุรี โดยการ

เสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มที่ 1 ได้รับการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่ม และกลุ่มที่ 2 ได้รับการเสริมแรงทางบวกเป็นรายบุคคล ผลการทดลองพบว่านักเรียนมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มและเป็นกลุ่มรายบุคคล

อรอนงค์ วิทยานิพนธ์ (2533 : 48) ศึกษาเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมก่อนในห้องสมุดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดโสมนัสราช กรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คนแบ่งออกเป็นกลุ่ม 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มที่ 1 ได้รับการควบคุมตนเอง และกลุ่มที่ 2 ได้รับการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม ผลการทดลองพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในห้องสมุดลดลงหลังจากได้รับการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม

จากเอกสารและงานวิจัยทั้งของต่างประเทศและในประเทศจะเห็นได้ว่า การเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล สามารถนำไปใช้ในการปรับพฤติกรรมเพื่อทำให้เกิดพฤติกรรมที่พึงปรารถนาเพิ่มขึ้น ลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาให้น้อยลง ตลอดจนเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอน และ การนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพส่วนบุคคล

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพส่วนบุคคล

ความหมายและความสำคัญของสุขภาพส่วนบุคคล

สุขภาพที่ดีของประชาชนเป็นองค์ประกอบที่สำคัญต่อการพัฒนาทางด้านสังคมและเศรษฐกิจของประเทศ รัฐบาลทุกรัฐบาลจึงได้มีการวางแผนพัฒนาสาธารณสุขแห่งชาติเป็นระยะ ๆ ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เพื่อหวังที่จะให้ประชาชนเป็นผู้มีสุขภาพดี ทั้ง ในด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมโดยทั่วหน้า เป้าหมายดังกล่าวย่อมสำเร็จลงได้ ถ้าประชาชนมีความรู้ความเข้าใจใน เรื่องสุขภาพที่ถูกต้องและสามารถนำความรู้ เรื่องสุขภาพไปปฏิบัติเป็นประจำจนเกิดเป็นทัศนคติที่ดีทางสุขภาพ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน "สุขภาพ" หมายถึง "ความเป็นสุขปราศจากโรค" และมีอีกคำหนึ่งซึ่งมีความหมายใกล้เคียง และมักจะให้แทนคำว่า "สุขภาพ" อยู่เสมอ ๆ คือ คำว่า "อนามัย" (อน + อามัย) หมายถึง "ความไม่มีโรค" แต่คำว่าสุขภาพนั้นเฝ้าช่วย และความหมายกว้างขวางกว่า คำว่า อามัย

ฮอยแมน (Hoyman) "สุขภาพ" หมายถึง สภาวะความสมบูรณ์ที่สุดในการดำรงชีวิตอยู่ด้วยดีของแต่ละบุคคลซึ่งจะพึงมีได้ (Health is the Optimal Personal Fitness for Fine Living)

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization) "สุขภาพ" หมายถึง สภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ รวมถึงการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมด้วยดี และคำว่า สุขภาพนี้ มิได้หมายความว่าเฉพาะเพียงแต่ปราศจากทพพลเท่านั้น (Health is a State of Complete Physical, Mental and Social Well-being, and not Merely the Absence of Disease and Infirmary) (สุจินต์ ปริชามารณ. 2535 : 38) คำว่า สุขภาพ (Health) นี้โดยปกติแบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

1. สุขภาพส่วนบุคคล (Personal Health) คือ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องถึงสุขภาพของบุคคลแต่ละคนว่าควรจะดำเนินการบำรุงรักษา ส่งเสริมและป้องกันรักษาโรคของบุคคลอย่างไรจึงจะประสบผลดี ทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม

2. สุขภาพชุมชน (Community Health) คือ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องถึงสุขภาพของบุคคลในชุมชนโดยรวม ซึ่งกล่าวถึงการควบคุมสิ่งแวดล้อม และบริการต่าง ๆ ที่รัฐบาลและเอกชนจัดขึ้น เพื่อการระวังรักษาและปรับปรุงส่งเสริมป้องกันสุขภาพของชุมชน

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า สุขภาพส่วนบุคคล หมายถึง เรื่องที่เกี่ยวข้องถึงสุขภาพของแต่ละบุคคลว่า ควรจะปฏิบัติตน ส่งเสริมและป้องกันโรคของบุคคลอย่างไรจึงจะทำให้มีสุขภาพกาย สุขภาพใจ และสุขภาพสังคมดี

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ให้ความหมาย ของสุขภาพส่วนบุคคล หมายถึง ลักษณะที่แสดงออกทางร่างกาย ที่แสดงถึงการมีสุขภาพที่ดี อันเนื่องมาจากการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย

สุขภาพเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิต ในการที่จะมีสุขภาพส่วนบุคคลดี จำเป็นจะต้องได้รับการปลูกฝังให้ความรู้ และได้รับการส่งเสริมให้ปฏิบัติสิ่งที่จะทำให้อนามัยมาตั้งแต่เริ่มต้นอย่างถูกต้อง และให้ประพฤติปฏิบัติจนกระทั่งเกิดความเคยชินเป็นนิสัย จึงควรมีความรู้ในเรื่องต่อไปนี้ (อรวรรณ หุ่นดี. 2528 : 1 - 2)

อนามัยส่วนบุคคล เด็กควรมีความรู้โดยได้รับการสั่งสอนแนะนำให้ปฏิบัติตนในเรื่อง

1. การรักษาความสะอาด ความสะอาดร่างกาย เสื้อผ้า เครื่องใช้ส่วนตัว เครื่องใช้ส่วนรวม ตลอดจนการรักษาความสะอาดที่อยู่อาศัย
2. การป้องกันโรค ควรจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันโรค โดยเฉพาะโรคติดต่อบางอย่าง เช่น ไข้หวัด อหิวาตกโรค ซึ่งเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ ควรจะได้แนะนำให้เด็กรู้จักวิธีป้องกันและปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงจากการติดต่อโรค
3. การรับภูมิคุ้มกันโรค โรคติดต่อบางอย่างหากได้รับภูมิคุ้มกันโรค โดยการได้รับภูมิคุ้มกัน เช่น ฉีดวัคซีนจะมีผลในการป้องกันโรคได้ จึงควรแนะนำให้เด็กได้รู้คุณค่าของการรับภูมิคุ้มกันโรค เพื่อเด็กจะได้ไม่หวั่นกลัว และรับการฉีดวัคซีนอย่างเต็มใจ
4. โภชนาการ ควรมีความรู้เรื่องอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ชนิดของอาหารที่จะเป็นประโยชน์และการสร้างเสริมส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย สอนให้รู้จักรับประทานอาหารให้ครบหมู่ รู้จักวิธีในการเลือกซื้ออาหารรับประทาน
5. การออกกำลังกายและเล่นกีฬา เด็กควรได้รับการส่งเสริมให้ได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬา รวมทั้งประโยชน์ของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาว่า นอกจากจะช่วยให้ได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน และช่วยให้ร่างกายแข็งแรงแล้ว การออกกำลังกายยังมีประโยชน์ต่อร่างกายเป็นส่วนรวมโดยตลอด เช่น มีประโยชน์ต่อระบบการหมุนเวียนของโลหิต ระบบการหายใจ ระบบการขับถ่าย ระบบการย่อยอาหาร และการปฏิบัติงานของสมองด้วย
6. การพักผ่อน นอกจากการออกกำลังกาย เล่นกีฬาและปฏิบัติการกิจประจำวันเป็นสิ่งสำคัญในชีวิตแล้ว เด็กควรจะได้เรียนรู้ถึงเรื่องการพักผ่อนให้เพียงพอกับความต้องการของร่างกายว่าเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งเหมือนกัน ผู้ใหญ่ควรจะแนะนำให้เด็กรู้จักแบ่งเวลาในการทำงาน

7. การสุภาพนิบาล นอกจากเรื่องที่เกี่ยวกับตัวเด็กโดยตรงแล้ว เด็กควรจะ ได้เรียนรู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับส่วนรวม คือเรื่องการรักษาความสะอาดรอบตัวนักเรียนที่บ้านหรือ ที่โรงเรียน การกำจัดขยะมูลฝอยและสิ่งปฏิกูล การทำทางระบายน้ำไม่ให้ น้ำขังอยู่ในบริเวณบ้าน และโรงเรียน การใช้ส้วมที่ถูกสุขลักษณะ เน้นให้รู้จักในเรื่องการรักษาความสะอาด ถ้าไม่ปฏิบัติ แล้วย่อมมีผลกระทบกระเทือนบุคคลอื่นด้วย

8. การรักษาสุขภาพจิต เรื่องสุขภาพจิตเป็นเรื่องที่สำคัญ โดยเฉพาะเด็กถ้า ผู้ใหญ่ให้ความรัก ความอบอุ่นและความเข้าใจเด็กอย่างถูกต้อง ส่งเสริมให้เด็กได้เจริญเติบโต ตามวัยอย่างเหมาะสม ให้รู้จักการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น และเข้ากับสภาพของสังคมและ สิ่งแวดล้อมได้ จะทำให้เด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกลักษณะที่เหมาะสม และมีความเชื่อมั่นใน ตนเอง

9. ความปลอดภัย ควรจะได้เรียนรู้เรื่องอุบัติเหตุต่าง ๆ อาจเกิดขึ้นได้ภายใน บ้านรู้จักป้องกันอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นเสมอ ๆ เช่น การหล้ม ตกบันได ถูกไฟฟ้าดูด หยิบยาผิด

10. การรักษาพยาบาลอย่างง่าย ๆ ควรจะได้เรียนรู้เรื่องการรักษาพยาบาลอย่าง ง่าย ๆ เช่น การทานแผลเล็ก ๆ น้อย ๆ การปฐมพยาบาลคนเป็นลม เป็นตะคริว ฯลฯ

ความมุ่งหมายของการส่งเสริมสุขภาพส่วนบุคคล

ในการดูแลส่งเสริมสุขภาพนักเรียนเป็นบทบาทหน้าที่ของโรงเรียนที่สำคัญ เพราะ สุขภาพอนามัยที่ดี หมายถึง มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีความสำคัญ ต่อการเจริญเติบโตทั้งร่างกาย สติปัญญาของเด็ก จะเห็นได้ว่าโรคภัยไข้เจ็บเป็นอุปสรรคสำคัญ ในการเล่าเรียน เด็กที่ร่างกายอ่อนแอ เจ็บป่วยบ่อย ๆ สุขภาพจิตไม่ดี การเล่าเรียนอ่อนลง จะมีผลต่อการปฏิบัติงานของนักเรียนในอนาคตด้วย

จากการศึกษาของ ปรัชญา เวสารัทธ (2527 : 121) เรื่องการประถมศึกษา แห่งชาติในทศวรรษไทย พบว่าปัจจัยหลักที่เป็นสาเหตุของอุปสรรคในการเรียนรู้ของนักเรียนประถมศึกษา ในชนบทคือปัญหาสุขภาพอนามัย อันได้แก่ ภาวะทุพโภชนาการ ภาวะการเจ็บป่วยที่มีสาเหตุ จากความบกพร่องด้านสุขวิทยาส่วนบุคคล (Personal Hygiene) เช่น โรคฟันผุ โรคผิวหนัง โรคหูน้ำหนวก โรคตาอักเสบ เป็นต้น และปัญหาสุขภาพในโรงเรียนที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนนั้น

จันทร์ อานีรัตน์ (2524 : 11 - 12) สรุปได้ว่า นักเรียนยังขาดความรู้ ความรับผิดชอบในเรื่องสุขภาพอนามัยของตนเองและผู้อื่น ยังคงแสดงพฤติกรรมอนามัยเดิมจากบ้านและชุมชนซึ่งยังคงขาดสุขวิทยาส่วนบุคคลที่ดี อันเป็นสาเหตุของปัญหาการเจ็บป่วย เช่น โรคไข้หวัดเรื้อรัง ปวดท้อง เจ็บใจ เจ็บตา เจ็บหู ฟันผุ โรคผิวหนังต่าง ๆ และนอกจากนี้ยังมีปัญหาเกี่ยวกับบริโภคนิสัย ปัญหาการหลีกเลี่ยงไม่มารับบริการอนามัยจากหน่วยสาธารณสุขที่มาให้บริการในโรงเรียนและปัญหาเรียนทฤษฎีไปแล้ว ไม่มีโอกาสปฏิบัติจริง จึงทำให้ไม่สามารถเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็กได้

จากผลงานวิจัยของกองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กระทรวงศึกษาธิการ (กรมพลศึกษา, 2529 : 94 - 95) เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับต้องปรับปรุงแก้ไขร้อยละ 40 และระดับความพอใช้ร้อยละ 50 โดยเฉพาะพฤติกรรมด้านการรักษาความสะอาดของร่างกายระดับพฤติกรรมอยู่ในเกณฑ์ไม่น่าพึงพอใจร้อยละ 45 (กรมพลศึกษา, 2529 : 33) และปัจจัยสำคัญที่ทาให้นักเรียนมีพฤติกรรมด้านการปฏิบัติไม่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพ ได้แก่ การที่นักเรียนมองไม่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติที่ถูกต้องและจากความเคยชิน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมสุขภาพด้านเจตคติและการปฏิบัติมิได้เปลี่ยนแปลงเลย แม้ว่านักเรียนจะผ่านการเรียนสุขศึกษามาเป็นระยะเวลายาวนานไม่น้อยกว่า 6 ปี ในชั้นประถมศึกษา และในการสร้างเสริมให้เด็กนักเรียนในระดับประถมศึกษาเป็นผู้ที่มีสุขภาพส่วนบุคคลที่ดี แนวทางประการหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริม คือ การให้นักเรียนมีความรู้ และความเข้าใจในเรื่องสุขวิทยา ให้มีทัศนคติที่ดีต่อเรื่องสุขภาพ และให้มีสุขภาพที่ดีในที่สุด อันจะส่งผลถึงการมีสุขภาพดี (สุขภาพ กลีบบัว, 2524 : 10)

นักเรียนในห้องถิ่นชนส่วนใหญ่จะมีปัญหา เรื่องสุขภาพอันเนื่องมาจากมีสุขนิสัย
ไม่ดีหลายประการ มีสาเหตุเนื่องมาจาก

1. ความเคยชินที่นักเรียนได้รับจากการปฏิบัติ จากสภาพสิ่งแวดล้อมทาง
ครอบครัว เช่น นิสัยมักง่าย (สมสกล ภัณฑิตพพ. 2531 : 107) พื้นฐานครอบครัวเคยปฏิบัติ
แบบไหนก็จะปฏิบัติแบบนั้นตามครอบครัว เด็กไม่สามารถนำความรู้ใหม่ที่เรียนไปใช้ได้ ทำให้ไม่
สามารถปฏิบัติตามคำแนะนำของครูผู้สอนในโรงเรียนและเนื่องจากฐานะยากจน อีกทั้งขาด

ความร่วมมือและประสานงานระหว่างผู้มีส่วนเกี่ยวข้องและหน่วยงานต่าง ๆ ในชุมชน ในการ
ช่วยกันพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนให้ถูกต้อง (ขวัญตา วงศ์สมุทร, 2531 : 3)

2. การสร้างนิสัย จำเป็นต้องให้นักเรียนปฏิบัติติดต่อกันเป็นเวลานาน ตลอด
ระยะเวลาที่นักเรียนเรียนอยู่ในโรงเรียน ทำให้เป็นการันหนักยิ่งแก่ครูผู้สอนระดับประถมศึกษา
ซึ่งในปัจจุบันมีงานในหน้าที่อื่น ๆ มากมายที่ต้องปฏิบัติ นอกเหนือจากงานสอนประจำที่หนักอยู่แล้ว
ยังมีงานพิเศษอื่น ๆ ที่ได้รับมอบหมายอีก คือ งานอบรมนักเรียน ปกครองชั้น แนะนำ ธุรการ
กิจกรรมพิเศษของนักเรียน ติดต่อกับผู้ปกครอง ชุมชน และงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับการให้การศึกษา
(ขวัญตา วงศ์สมุทร, 2531 : 7)

วิธีการเปลี่ยนแปลงเจตคติทางสุขภาพส่วนบุคคล

การเปลี่ยนแปลงหรือการสร้างพฤติกรรมให้เกิดขึ้นใหม่ในทางที่ดี ทำให้เกิดความ
สุขทั้งร่างกายและจิตใจของผู้ปฏิบัติ ในทั้งสังคมนั้น จำเป็นต้องรับความร่วมมือจากหลายฝ่าย
คือทั้งทางบ้าน โรงเรียนและการปฏิบัติภายในสังคมเป็นแบบอย่าง และยังมีความจำเป็นต้องมี
ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ทางด้านสุขภาพ และแนวทางในการ
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่งมีหลักการสำคัญ 3 ประการ คือ การปรับภาวะแบบดั้งเดิม
การเสริมแรงและการเลียนแบบ สำหรับการปรับภาวะแบบดั้งเดิมหรือเปลี่ยนแปลงแบบแผนของ
สิ่งเร้าใหม่ที่เคยปฏิบัติมาแล้ว โดยให้วิธีการสอนหรือให้ข้อมูลที่น่าสนใจ เช่น การเชิญวิทยากร
มาบรรยาย การอภิปรายแสดงความคิดเห็นการแสดงผลภาพสมมติและการจัดทำเอกสารเรื่องสั้น
กรีกตัวอย่างเผยแพร่ความรู้เรื่องสุขภาพ เป็น รูปแบบของสิ่งเร้าที่เหมาะสมกับสถานการณ์ของ
โรงเรียนและตัวนักเรียนเพื่อเสริมสร้างสุขภาพส่วนบุคคล ส่วนวิธีการเลียนแบบนั้น เป็นทฤษฎี
ที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลยอมรับสิ่งเร้าหรือสิ่งกระตุ้น บุคคลมักจะเห็นในสิ่งที่เขาทำตามปฏิบัติหรือ
เลียนแบบ จากการเลียนแบบการปฏิบัติ ทศนคติและความรู้เกี่ยวกับเรื่องนั้น ๆ จะเปลี่ยน
ไปมากขึ้นขึ้นอยู่กับสิ่งที่มาเร้าให้เกิดการเลียนแบบนั้นว่า เป็นที่ดึงดูดความสนใจและเชื่อถือได้
มากน้อยแค่ไหน (หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา, 2524 : 1 - 3)

บ้าน โรงเรียน และชุมชน มีบทบาทสำคัญยิ่ง ในการเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็กและเยาวชน เพราะเป็นสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่สำคัญ การปฏิบัติทางสุขภาพที่ถูกต้อง เช่น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การรักษาความสะอาดของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย นิสัยในการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การนอนหลับพักผ่อนนั้น เริ่มต้นที่บ้าน ส่วนโรงเรียน ก็เป็นสิ่งแวดล้อมที่สำคัญที่เป็นแบบอย่างทางสุขภาพที่ดีแก่เด็กนักเรียน เช่น ความสะอาดของห้องน้ำ ห้องส้วม บริการตรวจสุขภาพ เป็นต้น สำหรับชุมชนนั้นยังมีความสำคัญในการสร้างแบบอย่างที่ดีแก่เยาวชน เช่น ข่าวสารที่ถูกต้องจากสื่อมวลชน ความสะอาดของถนน เป็นต้น (ประภาเพ็ญ สุวรรณ, 2526 : 211)

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพส่วนบุคคลสรุปได้ว่า การพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลนั้น มีวิธีการที่เสริมสร้างหรือเปลี่ยนแปลงได้หลายวิธี แต่ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะนำเทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง ซึ่งเป็นวิธีการให้ตัวแบบอย่างมีประสิทธิภาพ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2530 : 62) มาใช้พัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอาบิล อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพส่วนบุคคล

งานวิจัยต่างประเทศ

ฮาร์ท และเบห์ (Hart and Behr, 1980 : 570 - 575) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ผลของการให้ความรู้ร่วมกับการให้การสนับสนุนจากบิดาหรือมารดาต่อภาวะทันตสุขภาพของเด็ก" (The Effects of Education and Parental Support on Dental Health) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษา อายุ 12 ปี โดยศึกษาเปรียบเทียบนักเรียน 3 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมไม่ได้ให้ทันตศึกษาและแรงสนับสนุนจากบิดาหรือมารดา นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับทันตศึกษาเพียงอย่างเดียว กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับทันตศึกษาและแรงสนับสนุนจากบิดาหรือมารดา ผลปรากฏว่าในระยะทดลอง ความรู้ ทักษะและการปฏิบัติด้านทันตสุขภาพของนักเรียน กลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่มสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บรีส์ซึล (Breazeale. 1985 : 901 - A) รับการวิจัยเรื่อง "การพัฒนาความคิดรวบยอดเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ" (Development of Concepts About Food and Nutrition) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดรวบยอดเกี่ยวกับเรื่องอาหารและโภชนาการของเด็กและวัยรุ่น และการศึกษาความคิดรวบยอดนี้จะเปลี่ยนแปลงไปตามอายุหรือไม่กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอนุบาล นักเรียนเกรด 5 และนักเรียนเกรด 10 รวม 90 คน จากโรงเรียนชานเมืองแถบอ่าวซานฟรานซิสโก 37 แห่ง ผลการวิจัยพบว่า การจัดแบ่งประเภทอาหารแตกต่างกันตามอายุอย่างมีนัยสำคัญ ระดับที่นักเรียนให้ตัวแปรสำคัญที่ทำให้เหตุผลในการเลือกอาหารแตกต่างกัน

งานวิจัยในประเทศ

ไสว เฟื่องวิทยารัตน์ (2520 : 74 - 77) ศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ในกรุงเทพมหานครและจังหวัดนครราชสีมา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชาย 300 คน หญิง 400 คน ผลการศึกษาพบว่า ความรู้และทัศนคติอยู่ในเกณฑ์ดีนักเรียนทั้ง 2 จังหวัด มีพฤติกรรมสุขภาพไม่แตกต่างกัน และมีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติอยู่ในเกณฑ์ต้องแก้ไข

ทัศนีย์ อินทสุขศรี (2522 : 164 - 167) ก็ได้ทำการศึกษาในลักษณะที่คล้ายคลึงกัน คือทำการวิจัยเรื่อง ความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของนักเรียน ระดับประถมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครราชสีมา โดยให้กลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 783 คน ซึ่งอยู่ในเขตเทศบาลและนอกเทศบาลผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติตนส่วนใหญ่ยังไม่ถูกต้องในเรื่องการรักษาพยาบาลตนเองและการป้องกันโรคต่าง ๆ สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ไสว เฟื่องวิทยารัตน์

สุวิมล เทียนสุรทัยศรี (2521 : 83) ทำการวิจัยเรื่อง "สุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น ในอำเภอภูผามาศ จังหวัดพุมธานี" เพื่อสำรวจสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษา โดยพยายามทำการตรวจสอบสุขภาพนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 369 คน ผลการศึกษาพบว่าโดยเฉลี่ยแล้วกลุ่มตัวอย่างมีสภาวะสุขภาพค่อนข้างดี ปัญหาสุขภาพที่พบมากที่สุดคือ ไข้หวัด ภูมิแพ้ และปวดตามลำตัว

ในปีต่อมา ผาสวรรณ สนิทวงศ์ ณ อยุธยา และคนอื่น ๆ (2523 : 50 - 51) ทำการวิจัยเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยเช่นกัน แต่เปลี่ยนประชากรตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมและศึกษาเปรียบเทียบ ความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของนักเรียนโรงเรียนมัธยมสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒและโรงเรียนสายน้ำผึ้ง โดยทำการวิจัยกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 421 คน ผลการวิจัยพบว่า อาชีพของมารดามีความสัมพันธ์กับความรู้ด้านสุขภาพอนามัยของนักเรียน ส่วนมากปฏิบัติตนในด้านอนามัยส่วนบุคคลและสวัสดิภาพของตนเองยังไม่เป็นที่น่าพอใจ

ไพฑูริย์ ไฉ่สุนทร และคนอื่น ๆ (2524 : 1142 - 1147) ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ทางด้านอนามัยและการปฏิบัติตนทางด้านอนามัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษา" กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3, 4, 5 และ 6 จำนวน 320 คน จากโรงเรียนประถมศึกษา 3 แห่ง ในเขตอำเภอพานทอง จังหวัดชลบุรี ผลการศึกษพบว่า ความรู้ด้านอนามัยเพิ่มขึ้นตามชั้นเรียนที่สูงขึ้นและความรู้และการปฏิบัติตนทางด้านอนามัยของนักเรียน ไม่มีความสัมพันธ์กัน

สุภาพ กลีบแก้ว (2524 : 106 - 110) ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ด้านอนามัยและสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับความรู้ด้านอนามัยและสำรวจสภาวะสุขภาพของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 640 คน จากโรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ความรู้ด้านอนามัยมีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพ จำนวนร้อยละของนักเรียนชายที่มีสภาวะสุขภาพไม่ปกติมีมากกว่านักเรียนหญิง โดยเฉพาะสภาวะสุขภาพของคอและจมูกกับสภาวะสุขภาพของผิวหนังและผม สำหรับสภาวะสุขภาพของนักเรียนพบว่า มีปัญหาในเรื่องสภาวะสุขภาพของเหงือกและฟันไม่ปกติมากที่สุด รองลงมาคือปัญหาด้านสภาวะโภชนาการตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสภาวะสุขภาพของนักเรียน ได้แก่ เพศของนักเรียนระดับการศึกษาเองบิดาและมารดา ส่วนอาชีพของบิดาและมารดา พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพของนักเรียน

อรรณพ หุ่นดี (2526 : 96 - 100) ทำการวิจัยเรื่อง "สภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อำเภอภาณุเจริญ" เพื่อศึกษาสภาวะสุขภาพของนักเรียนเมื่อเริ่มเข้า

ชั้นเรียนมาก่อนจนชั้นประถมศึกษา ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาในอำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี มีสภาวะสุขภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างดี โรคที่พบว่านักเรียนเป็นมากที่สุด ได้แก่ ไข้หวัด ไข้หวัดอักเสบ โรคระบบทางเดินอาหาร ตามลำดับ

วีณา ทองวิเศษสุข (2528 : 75 - 80) ทำการวิจัยเรื่อง "ผลของการให้การเสริมแรงทางบวกต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4" เพื่อศึกษาผลของการให้การเสริมแรงทางบวกด้วยวิธีการให้คำชมเชย การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการให้เบี่ยงเบนต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพด้านทัศนคติและด้านการปฏิบัติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 193 คน จากโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี 4 แห่ง หลังจากดำเนินการทดลองแล้วพบว่า พฤติกรรมสุขภาพด้านทัศนคติและด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่ได้รับการเสริมแรงทางบวกทั้ง 3 วิธี ดังกล่าวและของนักเรียนกลุ่มที่ไม่ให้การเสริมแรงดีไม่น้อยอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .001$)

กองการส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กระทรวงศึกษาธิการ (2529 : 89 - 94) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเพื่อแสวงหาเส้นทางไปสู่สุขภาพดีถ้วนหน้า เมื่อปี 2543 : ศึกษาเฉพาะนักเรียนระดับประถมศึกษา" เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติในชีวิตประจำวันของนักเรียนชั้นประถมศึกษาร้อยละ 40 - 52 ที่มีพฤติกรรมไม่ถูกต้องและกระทำเป็นประจำ ส่วนระดับพฤติกรรมรักษาความสะอาดของฟันอยู่ในระดับพอใช้ และต้องแก้ไขถึงร้อยละ 72 ระดับพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของร่างกายเกี่ยวกับผิวหนัง เล็บ มือ ศรีษะ ผม เล็บนิ้ว อยู่ในเกณฑ์พอใช้และปรับปรุงแก้ไขร้อยละ 17 - 59 พฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติตนของนักเรียนในเรื่องการรักษาความสะอาดของร่างกาย การรับประทานอาหาร การป้องกันโรคและการรักษาโรค การออกกำลังกายและการพักผ่อน การถ่ายถ่าย และการป้องกันอุบัติเหตุ นักเรียนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือปฏิบัติไม่ถูกต้องมากที่สุด

ยุพา อภิโกมลกร (2531 : 31) ทำการวิจัยเรื่อง "ผลของการปรับพฤติกรรมสุขภาพด้วยวิธีควบคุมตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัด

สำนักงานกรุงเทพมหานครหลังจากการดำเนินการทดลอง พบว่า สภาวะความสะอาดของร่างกาย นักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรมสุขภาพด้วยวิธีการควบคุมตนเอง ในระยะที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง และระยะติดตามผล มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างสรุปได้ว่า ประสิทธิภาพที่สถานศึกษาจัดให้นักเรียน ได้เรียนรู้ ทำให้พฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนเปลี่ยนแปลง ไปจากเดิม และงานวิจัยที่พบว่า การประเมินสภาวะสุขภาพของนักเรียนโดยการให้นักเรียนตอบแบบสอบถาม ก็จัดเป็นวิธีการหนึ่ง ในการสำรวจปัญหาสุขภาพ เนื่องจากครูหรือพยาบาลก็สามารถทำได้ ซึ่งผลการตรวจสอบก็ใกล้เคียงกับการตรวจสอบก็ใกล้เคียงกับการตรวจของแพทย์ และการให้แรงเสริมทางบวกก็เป็นอีก วิธีหนึ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนได้เช่นกัน จากปัญหาด้านสุขภาพของ นักเรียนและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการปฏิบัติด้านสุขภาพจะเห็นได้ว่า การดูแลรักษา ความสะอาดร่างกาย เป็นพฤติกรรมที่ควรได้รับการพัฒนา เพื่อให้เด็กเรียนรู้สุขภาพส่วนบุคคลที่ดี ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะ ใช้เทคนิคแม่แบบควบคุมกับการเสริมแรงมาใช้พัฒนาสุขภาพส่วนบุคคล ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอาทิตย์ อำเภอกาบัง จังหวัดสุรินทร์

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอัมปิล อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ปีการศึกษา 2536 ที่มีสุขภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสมค่าตามเกณฑ์ที่ผู้วิจัยกำหนด จำนวน 27 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอัมปิล อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ปีการศึกษา 2536 ที่มีสุขภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสมค่าจำนวน 24 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 12 คน โดยมีวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ผู้วิจัยคัดเลือกนักเรียนจากบัตรสุขภาพ โดยเลือกเฉพาะนักเรียนที่มีคะแนนด้านการรักษาความสะอาดร่างกายต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา ได้นักเรียนทั้งหมด 31 คน

2. ผู้วิจัยตรวจสอบสุขภาพของนักเรียนทั้งหมด 31 คน อีกครั้งหนึ่ง ตามเกณฑ์ที่ผู้วิจัยกำหนด 5 ด้าน ได้แก่ ค่านมและหนังศีรษะ ปากและฟัน ผิวหนัง มือและเท้า และเสื้อผ้า ในแต่ละด้านให้คะแนน 2, 1 และ 0 ตามลำดับ นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยรวมต่ำกว่า 6 คะแนนเป็นผู้ที่มีสุขภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสมค่า ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 27 คน ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง ปรากฏว่า นักเรียนสมัครใจเข้าร่วมทดลองทั้งหมด ผู้วิจัยจึงสุ่มอย่างง่ายมาได้ 24 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 12 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
2. โปรแกรมการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล
3. แบบบันทึกการตรวจสอบสภาพด้านการรักษาความสะอาดร่างกาย

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. โปรแกรมการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
 - 1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้เทคนิคแม่แบบและการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
 - 1.2 ศึกษาขอบข่ายและเนื้อหาสุขภาพส่วนบุคคลเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย เพื่อวางขอบข่ายและเนื้อหาในการสร้างแม่แบบ
 - 1.3 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้สไลด์เพื่อหาเทคนิคและวิธีการเสนอแม่แบบ
 - 1.4 สร้างและคัดเลือกเรื่องที่จะให้เป็นแม่แบบตามแนวทางที่กำหนดไว้ในนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำใบให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง รองศาสตราจารย์ไพโรจน์ เบาใจ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์ไสกา ตรวจสอบแล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 1.5 เขียนบท (Script) สำหรับสร้างสไลด์แม่แบบจากเรื่องที่ได้รับการตรวจแก้ไขจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง รองศาสตราจารย์ไพโรจน์ เบาใจ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์ไสกา ตรวจสอบแก้ไขบทที่สร้างขึ้น
 - 1.6 ถ่ายทำสไลด์ประกอบบทที่ตรวจแก้ไขเรียบร้อยแล้ว
 - 1.7 บันทึกเสียงประกอบสไลด์ แล้วนำใบให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง รองศาสตราจารย์ไพโรจน์ เบาใจ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์ไสกา ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์อีกครั้ง แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.8 นำโปรแกรมไปทดลองให้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอาปิล อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ จำนวน 12 คน ที่มีทักษะตัวอย่างเพื่อความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีการและเวลาที่ใช้ในการทดลอง

1.9 นำโปรแกรมที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อใช้ในการวิจัย

สำหรับโปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มใช้เวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ 50 นาที (โดยทดลองในวันจันทร์ และวันพุธ เวลา 15.40 - 16.30 น. ตั้งแต่วันจันทร์ที่ 24 มกราคม พ.ศ. 2537 ถึงวันพฤหัสบดีที่ 2 มีนาคม 2537 (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ก)

2. โปรแกรมการใช้เทคนิค แม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคนิคแม่แบบและการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

2.2 ศึกษาข้อถ่ายและเนื้อหาส่วนบุคคลเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย เพื่อวางขอบข่ายและเนื้อหาในการสร้างแม่แบบ

2.3 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้สไลด์สื่เพื่อหาเทคนิคและวิธีการเสนอแม่แบบ

2.4 สร้างและคัดเลือกเรื่องที่จะให้เป็นแม่แบบ ตามแนวทางที่กำหนดไว้ในนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง รองศาสตราจารย์ไพโรจน์ เบาใจ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ตรวจสอบแล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.5 เขียนบท (Script) สำหรับสร้างสไลด์แม่แบบจากเรื่องที่ได้รับการตรวจแก้ไขจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง รองศาสตราจารย์ไพโรจน์ เบาใจ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ตรวจแก้ไขบทที่สร้างขึ้น

2.6 ถ่ายทำสไลด์ประกอบบทที่ตรวจแก้ไขเรียบร้อยแล้ว

2.7 บันทึกเสียงประกอบสไลด์ แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง รองศาสตราจารย์ไพโรจน์ เภาใจ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์ไสภา ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์อีกครั้งแล้วนำไปแก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.8 นำโปรแกรมไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอู่ปิล อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ จำนวน 12 คน ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีการและเวลาที่ใช้ในการทดลอง

2.9 นำโปรแกรมที่ทดลองให้แล้วมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อใช้ในการวิจัย สำหรับโปรแกรมการให้เทคนิคแนะแนวควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลใช้เวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที โดยทดลองในวันอังคาร และวันพฤหัสบดี เวลา 15.40 - 16.40 น. ตั้งแต่วันอังคารที่ 5 มกราคม พ.ศ. 2537 ถึงวันพฤหัสบดีที่ 3 มีนาคม 2537 (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ก)

3. แบบบันทึกการตรวจสอบสภาพนักเรียนเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย

3.1 ศึกษาตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตรวจสอบและสำรวจสภาพสุขภาพของนักเรียนระดับประถมศึกษา

3.2 ตรวจสอบสภาพนักเรียนโดยใช้วิธีการตรวจสอบสภาพของกลองอนามัยโรงเรียน กระทรวงสาธารณสุข โดยครูอนามัยและผู้วิจัย

3.3 สร้างเกณฑ์การให้คะแนนการตรวจสอบสภาพนักเรียนเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย โดยปรับปรุงมาจากงานวิจัยของ ยุพา อภิโกมลกร (2531 : 98 - 99) และรัตติมา วาณิชบุตร (2531 : 102 - 106)

3.4 สร้างแบบบันทึกการตรวจสอบสภาพนักเรียนเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกายแล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง รองศาสตราจารย์ไพโรจน์ เภาใจ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์ไสภา ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์

3.5 นำแบบบันทึกการตรวจสอบสภาพนักเรียนด้านการรักษาความสะอาดร่างกายที่ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอู่ปิล อำเภอกาบเชิง

จังหวัดสุรินทร์ จำนวน 12 คน ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้กับกลุ่มทดลอง

3.6 การให้คะแนน ผู้วิจัยประเมินสุขภาพส่วนบุคคลเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกายของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลอง ตามแบบบันทึกการตรวจสอบสุขภาพส่วนบุคคลตามเกณฑ์การให้คะแนนดังรายละเอียดในภาคผนวก ข

แบบแผนการทดลอง

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ใช้การวิจัยแบบ Randomized Two - Group Pretest - Posttest Design (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531 : 67)

ตาราง 1 แบบแผนการทดลอง แบบ Randomized Two Group Pretest - Posttest Design

กลุ่ม	ตรวจสอบก่อน	ทดลอง	ตรวจสอบหลัง
RE1	T1	X1	T2
RE2	T1	X2	T2

ความหมายของสัญลักษณ์

- RE1 , RE2 แทน กลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่ม กำหนดให้เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2
- T1 แทน การตรวจสอบสุขภาพก่อนการทดลองกลุ่มที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2
- T2 แทน การตรวจสอบสุขภาพหลังการทดลองกลุ่มที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2
- X1 แทน การพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคล โดยใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม

X2 แทน การพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคล โดยใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการ เสริมแรงเป็นรายบุคคล

วิธีดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยและครูอนามัยโรงเรียนตรวจสอบสุขภาพนักเรียนจำนวน 24 คน ตามวิธีการตรวจสอบสุขภาพของกองอนามัยโรงเรียน กระทรวงสาธารณสุข แล้วบันทึกลงใบแบบบันทึกการตรวจสอบสุขภาพเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกายแล้วเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง

2. ขณะดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังนี้

2.1 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองที่ 1 ตามโปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม ให้เวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง โดยทดลองในวันจันทร์ และวันพุธ เวลา 15.40 - 16.30 น.

ตั้งแต่วันจันทร์ที่ 24 มกราคม พ.ศ. 2537 ถึงวันพุธที่ 2 มีนาคม พ.ศ. 2537

2.2 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองที่ 2 ตามโปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ให้เวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง โดยทดลองในวันอังคาร และวันพฤหัสบดี เวลา 15.40 - 16.30 น.

ตั้งแต่วันอังคารที่ 25 มกราคม พ.ศ. 2537 ถึงวันพฤหัสบดีที่ 3 มีนาคม พ.ศ. 2537

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยและครูอนามัยโรงเรียน ตรวจสอบสุขภาพนักเรียนกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มอีกครั้งหนึ่ง แล้วบันทึกลงใบแบบบันทึกการตรวจสอบสุขภาพด้านการรักษาความสะอาดร่างกาย แล้วนำข้อมูลก่อนการทดลองและหลังการทดลองมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

วิธีจัดกระทำกับข้อมูล

ในการหาค่าคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน ผู้วิจัย คำนวณจาก คะแนนเฉลี่ยรวมของสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน โดยคำนวณคะแนนเฉลี่ยสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนแต่ละด้าน แล้วหาค่าคะแนนเฉลี่ยรวมของสุขภาพส่วนบุคคล จากแบบบันทึกการตรวจสอบสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน หลังจากได้คะแนนเฉลี่ยสุขภาพส่วนบุคคลแต่ละด้านแล้ว นำมาคำนวณหาค่าคะแนนเฉลี่ยรวมของสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนต่อไป

1. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed - Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์, 2533 : 91 - 97)

2. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed - Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์, 2533 : 91 - 97)

3. เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของแมนวิทนี (The Mann-Whitney U Test) (นิภา ศรีไพโรจน์, 2533 : 120 - 128)

หลังจากนั้นนำเสนอข้อมูลเป็นกราฟเส้นตรง เพื่อการเปลี่ยนแปลงของสุขภาพส่วนบุคคลด้านความสะอาดร่างกาย หลังการทดลองของผู้รับการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่ามัธยฐาน (Median) และส่วนเบี่ยงเบนควอดไทล์ (Quatile Deviation) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2531 : 147 - 150)

2. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

2.1 เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนภายในกลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed - Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์, 2533 : 91 - 97)

2.2 เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยการใช้การทดสอบของแมนวิทนี (The Mann - Whitney U Test) (นิภา ศรีไพโรจน์, 2533 : 120 - 128)

คำนวณหาค่า U โดยใช้สูตร

$$U_1 = n_1 + n_2 + \frac{n_1(n_1 + 1)}{2} - \sum R_1$$

$$U_2 = n_1 + n_2 + \frac{n_1(n_1 + 1)}{2} - \sum R_2$$

เมื่อ	U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบ
	n_1	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรกลุ่มที่ 1
	n_2	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรกลุ่มที่ 2
	$\sum R_1$	แทน	ผลรวมของอันดับของข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่ 1
	$\sum R_2$	แทน	ผลรวมของอันดับของข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่ 2

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการศึกษาค้นคว้า

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผล

ในการวิเคราะห์และแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	ค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง
Mdn (diff)	แทน	ผลต่างของค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง
Qd	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงควาไทธ์ของกลุ่มตัวอย่าง
Qd (diff)	แทน	ผลต่างของค่าส่วนเบี่ยงเบนควอ ไล์ของกลุ่มตัวอย่าง
R ⁺	แทน	การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลที่มีค่าเป็นบวก
R ⁻	แทน	การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลที่มีค่าเป็นลบ
ΣR_1	แทน	ผลรวมของตำแหน่งของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลที่ได้จากกลุ่มทดลองที่ 1
ΣR_2	แทน	ผลรวมของตำแหน่งของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลที่ได้จากกลุ่มทดลองที่ 2
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการทดสอบของวิลคอกัน
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของแมน - วิทนี
*	แทน	ระดับนัยสำคัญ

ผลการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการศึกษาค้นคว้า ตามลำดับดังนี้

1. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

2. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
3. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล
4. เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล
5. แสดงการเปลี่ยนแปลงของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลโดยการเขียนกราฟเส้น
6. แสดงค่ามัถยฐาน คะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

1. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง เป็นรายบุคคล

ตาราง 2 เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn	Qd	U
กลุ่มทดลองที่ 1	12	3.17	0.54	66.0
กลุ่มทดลองที่ 2	12	3.21	0.52	

จากตาราง 2 ปรากฏว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลมีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลไม่แตกต่างกัน แสดงว่า นักเรียนทั้งสองกลุ่มมีสุขภาพส่วนบุคคลก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกัน

2. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคุมกับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม

ตาราง 3 เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคุมกับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม

การทดสอบ	N	Mdn	Qd	T
ก่อนการทดลอง	12	3.17	0.54	0*
หลังการทดลอง	12	8.10	0.63	

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 3 ปรากฏว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้เทคนิคแม่แบบควบคุมกับการเสริมแรงเป็นกลุ่มมีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้เทคนิคแม่แบบควบคุมกับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม ทำให้นักเรียนมีสุขภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสมสูงขึ้น

3. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

ตาราง 4 เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

การทดสอบ	N	Mdn	Qd	T
ก่อนการทดลอง	12	3.21	0.52	0*
หลังการทดลอง	12	8.64	0.62	

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 4 ปรากฏว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลมีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ทำให้นักเรียนมีสุขภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสมสูงขึ้น

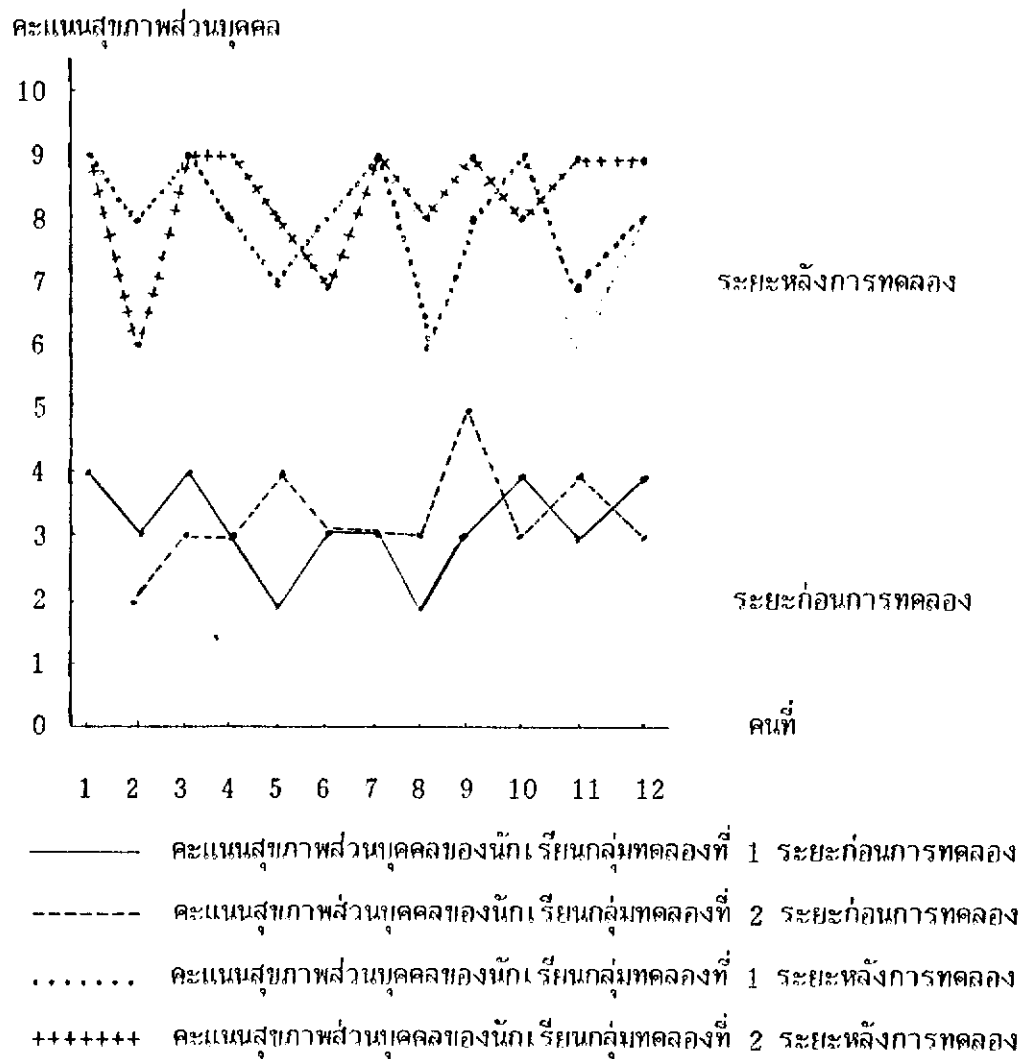
4. เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

ตาราง 5 เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn(diff)	Qd(diff)	U
กลุ่มทดลองที่ 1	12	4.83	0.34	64.00
กลุ่มทดลองที่ 2	12	5.00	0.75	

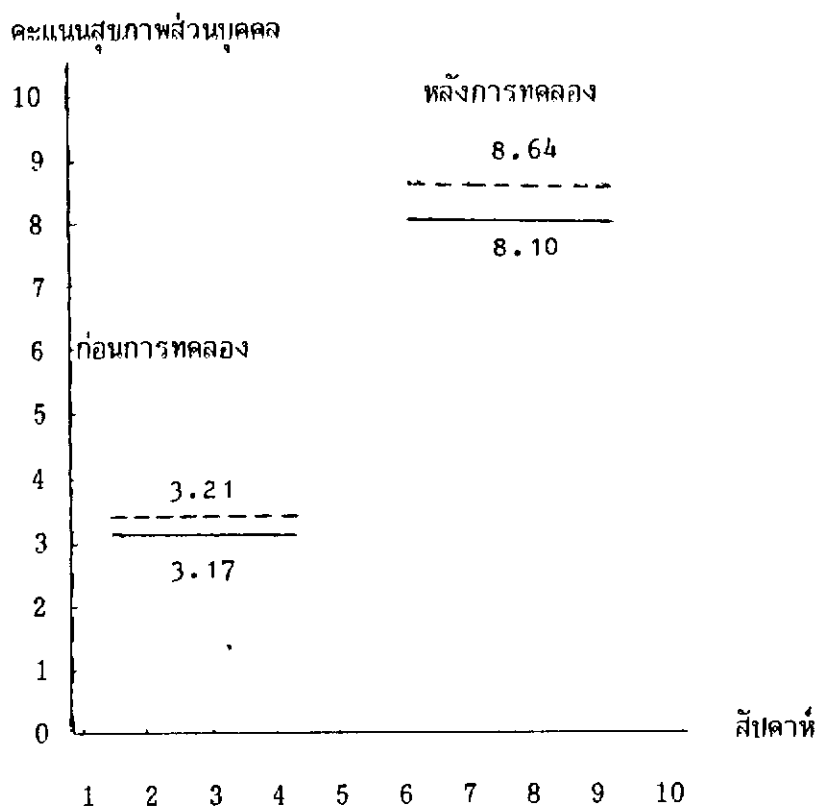
จากตาราง 5 ปรากฏว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลมีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลไม่แตกต่างกัน แสดงว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล มีสุขภาพส่วนบุคคลทำให้นักเรียนทั้งสองกลุ่มที่เหมาะสมสูงขึ้น ไม่แตกต่างกัน

5. แสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลตลอด 2 ระยะ



ภาพประกอบ 1 แสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง

6. แสดงค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคุมกับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคุมกับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล



- ค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1
 ในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง
- ค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2
 ในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง

ภาพประกอบ 2 ค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง

จากภาพประกอบ จะเห็นได้ว่า ค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม ในระยะก่อนการทดลอง และระยะหลังการทดลองสูงขึ้นจาก 3.17 เป็น 8.10 แสดงว่าวิธีการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มทำให้คะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนเพิ่มสูงขึ้น

สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลระยะก่อนการทดลอง และระยะหลังการทดลอง ค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลเพิ่มสูงขึ้นจาก 3.21 เป็น 8.64 แสดงว่า การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ทำให้คะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 สูงขึ้น

เมื่อเปรียบเทียบค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ปรากฏว่าในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลองค่ามัธยฐานของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนทั้งสองกลุ่มมีค่าใกล้เคียงกัน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะส่วนบุคคลของนักเรียนก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะส่วนบุคคลของนักเรียนก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล
3. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะส่วนบุคคลของนักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มกับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีสภาวะส่วนบุคคลที่เหมาะสมสูงขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
2. นักเรียนมีสภาวะส่วนบุคคลที่เหมาะสมสูงขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล
3. นักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล มีสภาวะส่วนบุคคลที่เหมาะสมสูงขึ้น ไม่แตกต่างกัน

ขอบเขตของการศึกษา

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและหญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญ อาเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ปีการศึกษา 2536 ที่มีสภาวะส่วนบุคคลที่เหมาะสมค่า จำนวน 27 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญ อาเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองสองกลุ่ม ๆ ละ 12 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
2. โปรแกรมการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล
3. แบบบันทึกการตรวจสอบสภาพส่วนบุคคลของนักเรียน

วิธีดำเนินการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 3 ระยะคือ

1. ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยและครูอนามัยโรงเรียนตรวจสอบความสะอาดร่างกาย และเสื้อผ้าของนักเรียนจำนวน 24 คน แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกการตรวจสอบสภาพส่วนบุคคล ของนักเรียน เก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง

2. ระยะดำเนินการทดลอง

2.1 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองที่ 1 ตามโปรแกรมการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม ให้เวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง โดยทดลองในวันจันทร์และวันพุธ เวลา 15.40 - 16.30 น. ตั้งแต่ วันจันทร์ที่ 24 มกราคม พ.ศ. 2537 ถึงวันพุธที่ 3 มีนาคม พ.ศ. 2537

2.2 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองที่ 2 ตามโปรแกรมการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ให้เวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง โดยทดลองในวันอังคารและวันพฤหัสบดี เวลา 15.40-16.30 น. ตั้งแต่วันอังคารที่ 25 มกราคม พ.ศ. 2537 ถึงวันพฤหัสบดีที่ 4 มีนาคม พ.ศ. 2537

3. ระยะหลังการทดลอง ผู้วิจัยและครูอนามัยโรงเรียนตรวจสอบความสะอาดร่างกาย และเสื้อผ้าของนักเรียนอีกครั้ง แล้วบันทึกคะแนนลงในแบบการตรวจสอบสภาพส่วนบุคคลเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลองแล้วนำคะแนนในช่วงก่อนการทดลองและหลังการทดลองมาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติและนำเสนอข้อมูล

วิธีจัดการกับข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม โดยใช้การกลุ่มทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test)
2. เปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test)
3. เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลการศึกษาค้นคว้าสรุปได้ดังนี้

1. เมื่อเปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม ปรากฏว่า ภายหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม คะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. เมื่อเปรียบเทียบคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ปรากฏว่า ภายหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล คะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. เมื่อเปรียบเทียบผลต่างคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และ การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ปรากฏว่า คะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนในกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มสูงขึ้น ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอาปิล อำเภอทาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ผลการวิจัยมีดังนี้

1. นักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มมีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม สามารถทำให้นักเรียนมีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้น ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ กรรณิการ์ สิทธิศักดิ์ (2522 : 47) ที่พบว่า การให้แม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงทำให้เด็กเลียนแบบได้เร็วกว่าการให้แม่แบบเพียงอย่างเดียว และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ บอนสไตน์ และคนอื่น ๆ (Bornstein and others. 1977 : 183 - 195) ศึกษาพบว่า การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงทางบวกสามารถเพิ่มพฤติกรรมเป้าหมายได้ การที่นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 มีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้น อันเนื่องมาจากการได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มนั้น เพราะว่า การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ทำให้ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้โดยการสังเกต และเลียนแบบการปฏิบัติตนในการดูแลและรักษาความสะอาดร่างกายจากแม่แบบ และเมื่อนักเรียนปฏิบัติได้สะอาดตามเกณฑ์ที่กำหนดก็จะได้รับการเสริมแรงทุกครั้ง ทำให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นและสนใจร่วมมือในการทดลอง

2. นักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลมีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่าการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลทำให้นักเรียนมีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้น ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ กรรณิการ์ สิทธิศักดิ์ (2527 : 47) ที่พบว่า การให้แม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงทำให้เลียนแบบได้เร็วกว่าการให้แม่แบบเพียงอย่างเดียว

การที่นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 มีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้น อาจเนื่องมาจากการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคลนั้น เป็นกระบวนการที่ทำให้ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้โดยการสังเกตการปฏิบัติตนในการดูแลรักษาความสะอาดร่างกายจากแม่แบบ ซึ่งแม่แบบเป็นวัยเดียวกับนักเรียน (Hicks. 1965 : 97 - 100) และเมื่อนักเรียน

ปฏิบัติได้สะดวกตามเกณฑ์ที่กำหนดก็จะได้รับการเสริมแรงทุกครั้ง ทำให้นักเรียนเรียนรู้เงื่อนไขของผลกรรมคั่งที่ฮิลการ์ด และบาวเวอร์ (Hilgard and Bower. 1966 : 111) กล่าวว่า การกระทำใด ๆ ที่ได้รับการเสริมแรงจะมีแนวโน้มทำให้การกระทำนั้น ๆ เพิ่มขึ้น

3. นักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล มีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้นแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่เป็นตามสมมติฐานที่ตั้งไว้แต่สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สเปนซ์ และคนอื่น ๆ (Speltz and others. 1982 : 533 - 534) ที่พบว่า การเสริมแรงทางบวกโดยการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม และเป็นรายบุคคล สามารถทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนเพิ่มขึ้นไม่แตกต่างกัน

การที่นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้นไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะว่า การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม และการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล เป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ โดยการสังเกตการปฏิบัติการรักษาความสะอาดร่างกาย และเลียนแบบการปฏิบัติการรักษาความสะอาดร่างกายจากแม่แบบ ซึ่งแม่แบบเป็นวัยเดียวกันกับนักเรียน (Hick. 1965 : 97 - 100) และเมื่อนักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกายได้สะดวกตามเกณฑ์ที่กำหนดก็จะได้รับการเสริมแรงทุกครั้ง ซึ่งการเสริมแรงทำให้เกิดความพอใจตามทฤษฎีของ สกินเนอร์ (Skinner. 19549 : 68 - 81) ทั้งนี้ เมื่อนักเรียนได้สิ่งที่พอใจแล้วยังมีโอกาสได้เลือกสิ่งของตนเองพอใจอีกด้วย

จากการสังเกตในขณะทดลองพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่ม มีความกระตือรือร้น สนใจ และสนุกสนานในการเข้าร่วมการทดลองเป็นอย่างดี ทำให้นักเรียนมีแนวโน้ม ที่จะตั้งใจปฏิบัติตนในการดูแลรักษาความสะอาดร่างกายสูงขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ผู้ที่นำการนำวิธีการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง ไปใช้จะต้องเข้าใจจุดมุ่งหมาย ลำดับขั้นตอนของวิธีการดังกล่าว ก่อนที่จะนำไปใช้กับพฤติกรรมใด ๆ ของนักเรียน

1.2 เนื่องจากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง ไม่ว่าจะควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มหรือเป็นรายบุคคล ให้ผล ไม่แตกต่างกัน ดังนั้นผู้ที่ไปใช้ สามารถเลือกให้วิธีใดวิธีหนึ่งตามความเหมาะสม

2. ข้อเสนอแนะในศึกษาวิจัย

2.1 ควรศึกษาความคงทนเป็นระยะเวลา 2 เดือน เพื่อการเปลี่ยนแปลงสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนหลังจากที่ไม่ได้รับการ ใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงว่ามีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่อย่างไร

2.2 ควรนำวิธีการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง ไปใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ระดับอื่น ๆ ที่มีปัญหาด้านสุขภาพส่วนบุคคล

2.3 ควรนำวิธีการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับวิธีอื่น ๆ เช่น การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการชี้แนะ เพื่อพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสม

2.4 ควรนำวิธีการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรง ไปใช้ในการพัฒนา ด้านอื่น ๆ เช่น ความรับผิดชอบ ความมีวินัยในตนเอง เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสว่างษ์. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528.
- กรรณิการ์ สิทธิศักดิ์. อิทธิพลของตัวแบบและการเสริมแรงที่มีต่อพฤติกรรมการเลียนแบบของเด็กก่อนอนุบาล. ปรินญาพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.
- กันยา ประสงค์เจริญ. ผลการใช้เทคนิค "แม่แบบ" เพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความรู้สึกผิดชอบ. ปรินญาพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.
- กาญจน์ แก้วทอง. การใช้เทคนิค "แม่แบบ" เพื่อเปลี่ยนในภาพแห่งตนเองของเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์บ้านศรีธรรมราช. ปรินญาพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.
- ขวัญตา วงศ์สมุทร. การเปรียบเทียบปัญหาการพัฒนาสุขภาพนักเรียนของครูประจำชั้นในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในเขตเทศบาลนครประจักษ์โนนโรงเรียนเทศบาล เขตการศึกษา 5. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531. อัดสำเนา.
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, สำนักงาน สำนัคนายกรัฐมนตรี. แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนในระยะแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 พ.ศ. 2535 - 2539. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อาคารสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2535.
- จรัส ดิษฐแก้ว. ผลของตัวแบบที่มีต่อทัศนทัศน์และการปรับตัวทางด้านสังคมของนักเรียนที่เพิกถอนการรับเข้าชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนตากพิทยาคม. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2525. อัดสำเนา.
- จรินทร์ ธานีรัตน์. สุภาษิตในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ป.สัมพันธ์พาณิชย์, 2524.

- จำลอง ส่งวังกั้ง. สู่ศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2512.
- จิตรา ทองเกิด. "หลักสูตรสู่ศึกษาและพัฒนา," สารพัฒนาหลักสูตร. 51 : 15 - 19;
มิถุนายน 2529.
- ทวลิต พุทธวงศ์. การบริหารโครงการสหภาพในสถานศึกษา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์,
2528.
- วิศิษฐา วาณิชกมล. ประสิทธิผลของการฝึกการพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคล
ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์
วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2531. อุดสาเนา.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจักษ์จันติก. จริยธรรมของเยาวชนไทย.
กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2520.
- ทัศนิตา ระเป็ญเตี. ผลการใช้เทคนิค "แม่แบบ" โดยให้สไลด์การ์ตูนเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่น
ในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย.
ปริญญาโท ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2529. อุดสาเนา.
- ทัศนีย์ ดินทรสุตศรี. ความรู้ ทักษะและการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของนักเรียนระดับ
ประถมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2522. อุดสาเนา.
- ธงชัย ไธจนาวิภาศ. ผลของตัวแบบที่มีต่อทัศนคติและการปรับตัวทางด้านสังคมของนักเรียน
ชายที่ประพฤติผิดต่อสังคมในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนพระนารายณ์ จังหวัดพิจิตร.
วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2525. อุดสาเนา.
- นางลักษณ์ กิรติบุตร และคนอื่นๆ. "การศึกษาภาวะสุขภาพนักเรียนในชนบท," อนามัย.
12 : 1 - 12 ; มกราคม 2526.
- นิภา ศรีไพโรจน์. สถิติอนุพาราเมตริก. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2533.
- ปรัชญา เวสารัชช. การศึกษาในชนบทไทย. กรุงเทพฯ : เจริญวิทย์การพิมพ์, 2527.

- ปราณี สถาปิตานนท์. ผลของการเสริมแรงบวกโดยการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มต่อผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. วิทยานิพนธ์ ค.ม.
 กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528. อัดสำเนา.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. การสอนสุขศึกษาทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
 มหิดล, 2522.
- ประเสริฐศรี เกื้อนนครินทร์. การทดลองใช้เทคนิค "แม่แบบ" เพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความ
ซื่อสัตย์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 ประสานมิตร, 2524. อัดสำเนา.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ทบวงมหาวิทยาลัย, 2536.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. การปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.
- _____ . การปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : ไอลิเยนส์ไตร์, 2526.
- สมสกุล บัณฑิตพูน. บทบาทของครูที่มีต่อการส่งเสริมการรักษาความสะอาดของนักเรียนใน
โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.
 กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2531. อัดสำเนา.
- สวนา พรพัฒน์กุล. อิทธิพลของตัวแบบที่มีต่อการพัฒนาทางด้านความคิดและการเรียนรู้ทางสังคม
ของเด็กไทย. รายงานการวิจัยฉบับที่ 3. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา
 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2525.
- สำเภา วรางกูร. "สื่อมวลชนกับการศึกษา," ครุศาสตร์. 4 : 136 - 140 ; มิถุนายน-
 กันยายน 2514.
- สุจินต์ ปรีชามารอด. สุภาพส่วนบุคคล. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสุศึกษา มหาวิทยาลัย
 ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535.
- สุจิตรา นิยมานนิตย์. คุณภาพชีวิตที่ทุกข์มีสุข. กรุงเทพฯ : กระทรวงสาธารณสุข, 2529.
- สุชาติ ไสยมประยูร. สุวิทยา (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2528.

- สุคา เหลี้ยววิริยกิจ. ผลของการสอนโดยกลุ่มเพื่อนและการสอนโดยกลุ่มเพื่อนกับการวาง
เงื่อนไขการเสริมแรงเป็นกลุ่มต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์. วิทยานิพนธ์
ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528. อัดสำเนา.
- ผาสวรรณ สนิทวงศ์ ณ อยุธยา และคนอื่น ๆ. การศึกษาเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และ
การปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของนักเรียนโรงเรียนมัธยมสาธิต มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ และโรงเรียนสายน้ำผึ้ง, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศรีพันธ์, 2523.
- พยุ่ง สุธังวร. "สุศึกษาสายการศึกษาตามแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (2530 -
2534)," เอกสารประกอบการประชุมสัมมนาวิชาการสุศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 3
เรื่องแนวทางการดำเนินงานสุศึกษา เพื่อคุณภาพชีวิต. กรุงเทพฯ :
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2530.
- พรพันธ์ วันศุกร์. การเปรียบเทียบผลของเทคนิคแม่แบบ สไลด์การ์ตูนกับโปรแกรมการพัฒนา
สุนัสัยที่มีต่อสุนัสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. ปริญญาโท คศ.ม.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534. อัดสำเนา.
- พลศึกษา, กรม กระทรวงศึกษาธิการ. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเพื่อแสวงหาเส้นทางไปสู่
สุขภาพดีถ้วนหน้า เมื่อปี 2543 : ศึกษาเฉพาะนักเรียนระดับประถมศึกษา.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2529.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์ (ฉบับปรับปรุง).
สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
กรุงเทพฯ : เจริญผล, 2531.
- พิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ. "อุบัติเหตุในเด็กวัยทารกและเด็กวัยก่อนเรียน,"
วารสารสาธารณสุขศาสตร์. 5(2) : 129 ; พฤษภาคม 2528.
- ไพฑูริย์ โล่ห์สุนทร และคนอื่น ๆ. "ความรู้ทางด้านอนามัยและการปฏิบัติตนทางด้านอนามัย
ของนักเรียนชั้นประถม," จุฬาลงกรณ์เวชสาร. 25 : 1142 - 1147 ;
พฤศจิกายน 2524.
- ยุพา อภิโกมลกร. ผลของการรับพฤติกรรมสุขภาพด้วยวิธีการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยมหิดล, 2531. อัดสำเนา.

- วันทนา กิ่งจางเจริญสุข. ผลการให้การเสริมแรงบวกโดยการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคลต่อการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2526.
- วารินทร์ รัศมีพรหม. สไลด์ประกอบเสียง. กรุงเทพฯ : ชนะการพิมพ์, 2529.
- วิชาการ, กรม. หนังสืออ่านเพิ่มเติมกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เรื่องบุคลิกลักษณะที่ดีขึ้นประถมศึกษาปีที่ 3 - 4. กรุงเทพฯ : กระทรวงศึกษาธิการ, 2530.
- วิภากรณ์ สุระวนิชกุล. การสร้างและทดลองใช้สไลด์การดูประกอบเสียง เรื่อง "อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง" สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532. อัดสำเนา.
- วีณา ทองวิเศษสุข. ผลของการให้การเสริมแรงทางบวกต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2528. อัดสำเนา.
- ศรินยา ชัยเพียรเจริญกิจ. ผลการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อการประหยัดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนทลกันยานุกูล จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.
- ศรีสุภา แคล้วอาวธ. ประสิทธิภาพของการใช้เทคนิค "แม่แบบ" ที่มีต่อพฤติกรรมด้านทัศนสุขภาพระหว่างนักเรียนสอนกันเองกับครูสอนนักเรียนในระดับประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2531. อัดสำเนา.
- ศศิธร บรรณสินธุ์. ผลการใช้ตัวแบบที่มีคุณธรรมด้านกตัญญูแก่ตัวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเทศบาลท่าอิฐ จังหวัดอุตรดิตถ์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2521.
- เอกสารแนะนำหลักสูตรฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2533.

- ศุภลักษณ์ กุลโกวิท และคนอื่น ๆ. "ความสนใจทางด้านสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ 1 ในเขตการศึกษา 3," วารสารสุขภาพศึกษา, 5(17) : 63 - 68 ;
มกราคม - มีนาคม 2525.
- สมจิตต์ สุพรรณทัศน์. "ปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม," เอกสารประกอบการสอน
วิชาสุขภาพศึกษา. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2526.
- สมพร สุทัศน์ีย์, ม.ร.ว. จิตวิทยาการปกครองชั้นเรียน. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2523.
- สุนีย์ หินดัดด้ย. การทดลองให้หนูเกิดมือเป็น "แม่แบบ" เพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความ
เอื้อเฟื้อของเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 2. ปรินทิพานันท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2525. อัดสำเนา.
- สุปรียา อินทวิโรทัย. ผลการให้แม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม.
ปรินทิพานันท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2529. อัดสำเนา.
- สุภาพ กลีบบัว. ความรู้ด้านอนามัยและสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6.
วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2524. อัดสำเนา.
- สุรพล เกียนวัฒนา. วางแผนสไลด์และผลิตสไลด์ประกอบเสียง. เชียงใหม่ :
ภาคเทคโนโลยีทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2525.
- สุวิมล เทียนสุรชัยศรี. สุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้นในอำเภออู่ตะเภา จังหวัด
ปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.
อัดสำเนา.
- เสมอใจ ชื่นจิต. การเปรียบเทียบพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โดยการเสริมแรงทางบวกเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล. ปรินทิพานันท์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533. อัดสำเนา.
- ไสว เพื่องวิทยารัตน์. การเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7
ในกรุงเทพมหานคร กับจังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ :
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2520. อัดสำเนา.

- อนามัย, กรม. ข้อมูลงานอนามัยโรงเรียน 2528 - 2529. กรุงเทพฯ : กองอนามัย
โรงเรียน กระทรวงสาธารณสุข, 2529.
- คู่มือวิทยากรอบรมผู้นำนักเรียนฝ่ายส่งเสริมอนามัย. กรุงเทพฯ : กองอนามัย
โรงเรียน กระทรวงสาธารณสุข, 2533.
- สำรวจสภาวะสุขภาพนักเรียน. กรุงเทพฯ : กองอนามัยโรงเรียน กระทรวง
สาธารณสุข, 2527.
- อมร นนทสุต. "แนวความคิดและหลักการสาธารณสุขมูลฐาน," ใน แนวความคิด หลักการ
และแนวทางการปฏิบัติงานสาธารณสุขมูลฐาน. กรุงเทพฯ : สำนักข่าวพาณิชย์
กรมพาณิชย์สัมพันธ์, 2526.
- กรวรรณ หุ่นดี. สภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดกาญจนบุรี.
วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2526. อัดสำเนา.
- สุขภาพส่วนบุคคลและชุมชน. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2528.
- อรุณี พุกประเสริฐ. การประเมินผลโครงการสุขภาพสายการศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 1.
วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2529. อัดสำเนา.
- กัมพร โอตระกูล. "พัฒนาการเด็ก," ใน สุขภาพจิตศึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
สยามมิตร, 2519.
- Bandura, Albert. Social Learning Theory. Englewood Cliffs,
New Jersey : Prentice - Hall, 1977.
- Bandura, Albert. Principle of Behavior Modification. New York :
Holt, Rinehart and Winston, 1969.
- Bandura, Albert, Jean E. Grusec and Frances L. Menlove.
"Observational Learning as a Function of Symbolization and
Incentive Set," Child Development. 37 : 479 - 506 ;
September, 1966.
- Bandura, Albert and Richard H. Walters. Social Learning and
Personality Development. New York : Holt, Rinehart and
Winston, 1963.

- Bandura, Anne Cosper, Donna Elaine Hayslip and Sherrell Bell Foree. "The Effect of Nutrition Education on Dietary Habit of Fifth - Graders," The Journal of School Health. 475 - 477 ; October, 1977.
- Blackham, Garth J. and Adolph Silberman. Modification of Child and Adolescence Behavior. Belmont : California Wadsworth Publishing Company Inc., 1975.
- Bornstein, M.R., A.S. Bellack and M. Hersen. "Social - Skills Training for Unassertive Children : A Multiple Baseline Analysis," Journal of Applied Behavior Analysis. 10 : 183 - 195 ; 1977.
- Breazeale, Vicki Diane. "Development of Concepts about Food and Nutrition," Dissertation Abstracts International. 46 : 901 - A ; October, 1985.
- Craighead, Edward W., E. Kazdin and Michael J. Mahoney. Behavior Modification : Principles, Issues and Applications. Boston : Houghton Mifflin Co., 1976.
- Drabman, Ronald, Robert Spitanik and Kasen Spitanik. "Sociometric and Disruptive Behavior as A Function of Four Types of Token Reinforcement Program," Journal of Applied Behavior Analysis. 7 : 93 - 101 ; Spring, 1974.
- Gambrill, Eileen D. Behavior Modification. San Francisco : Jossey - Bass Publishers, 1978.
- Hart, Edward J. and Mary T. Behr. "The Effects of Educational Intervention and Parental Support on Dental Health," The Journal of School Health. 572 - 576 ; December, 1980.
- Hass, Kenneth B. and Harry Q. Packer. Preparation and Use of Audio Visual Aids. 3rd ed. Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice - Hall Inc., 1955.
- Herman, Steven H. and Joseph Tramontana. "Instructions and Group Versus Individual Reinforcement in Modifying Disruptive Group Behavior," Journal of Applied Behavior Analysis. 1 : 113 - 119 ; 1971.
- Hick, D.J. "Imitation and Relation of Film Aggressive Peer and Adult Models," Journal of Personality and Social Psychology. 2 : 197 - 200 ; 1965.
- Kazdin, Alen E. The Token Economy : A Review and Evaluation. New York : Plenum Press, 1977.

- Kazdin, Alen E. Behavior Modification in Applied Setting.
Homewood, Illinois : Dorsy Press, 1975.
- Marlatt, G. Allan and Martha A. Perry. "Modeling Methods," in Helping People Change. Edited by Frederick H. Kanger and Arnold P. Goldstein, New York : Perganon Press Inc., 1975.
- ✓ Midlasky, B James H. Bryan and P. Brickman. "Aversive Approval : Interactive Effects of Modeling and Reinforcement on Altruistic Behavior," Child Development. 44 : 321 - 328 ; 1973.
- Miller, Neal Edgar and John Dollard. Social Learning and Imitation.
New Haven : Yale University Press, 1967.
- Patterson, C.H. Relationship and Psychotherapy. New York : Harper and Row Publishing Co., 1974.
- Rosenthal, Ted L. and Barry J. Zimmerman. "Instructional Specificity and Outcome Expectation in Observationally Induced Question Formulation," Journal of Educational Psychology. 63 : 500 - 504 ; October, 1972.
- Schmidt, Gilbert W. and Robert E. Ulrich. "Effect of Group Contingent Events Upon Classroom Noise," Journal of Applied Behavior Analysis. 2 : 171 - 179 ; 1969.
- Speltz, Mathew L., Wenters Joan Shimamura and William T. McRegnolds. "Procedural Variations in Group Contingencies Effects on Children's Academic and Social Behaviors," in Journal of Applied Behavior Analysis. 15 : 533 - 534 ; Spring, 1982.
- Switzer, E. Beth, Terrence E. Peal and Jon S. Bailey. "The Reduction of Stealing in Second Grades Using a Group Contingency," Journal of Applied Behavior Analysis. 10 : 267 - 272 ; 1977.
- Wilson, G. Terrence and K. Daniel O'Leary. Principle of Behavior Therapy. Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice Hall. 1980.
- Wittich, Walter A. and Charles F. Schuller. Instructional Technology.
New York : Harper & Row Publishers, 1968.
- Zimmerman Barry J. and Arnold Jaffer. "Teaching Through Demonstration: The Effects of Structuring Imitation and Age," Journal of Educational Psychology. 69 : 773 - 778 ; December, 1977.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

1. โปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม
2. โปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

1. โปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม

โปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศที่ดีและความคุ้นเคยในการทำกิจกรรมร่วมกัน 2. เพื่อให้นักเรียนที่ได้รับการทดลองทราบจุดมุ่งหมายในการใช้เทคนิคแม่แบบและข้อตกลงในการเสริมแรงเป็นกลุ่ม 2. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความหมายของคำว่า "สุขภาพส่วนบุคคล"	1. ผู้วิจัยแนะนำตัวเองและให้นักเรียนแนะนำตัวเอง 2. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนที่เข้ารับการทดลองในกลุ่มที่ 1 จำนวน 12 คน ทราบจุดมุ่งหมายในการทดลอง คือ การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสำรวจตัวเสริมแรง 4. ผู้วิจัยชี้แจงเงื่อนไขการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มให้นักเรียนทราบ นั่นคือ นักเรียนทุกคนในกลุ่มจะได้รับตัวเสริมแรงเท่า ๆ กันตามที่ระบุไว้ในแบบสำรวจตัวเสริมแรง โดยนักเรียนทุกคนในกลุ่มจะได้รับตัวเสริมแรง เมื่อครูสุ่มชื่อนักเรียนคนใดคนหนึ่งขึ้นมาด้วยการจับสลาก เป็นตัวแทนแล้วครูจะถามความสะอาดของร่างกาย ตามเกณฑ์ดังนี้คือ 4.1 สะอาด ได้ 2 คะแนน จะได้รับตัวเสริมแรงลำดับที่ 1 4.2 พอใช้ ได้ 1 คะแนน จะได้รับตัวเสริมแรงลำดับที่ 2	-แบบสำรวจตัวเสริมแรง

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			4.3 สกปรก ได้ 0 คะแนน จะไม่ได้รับตัวเสริมแรงเลย ในการให้การเสริมแรงนี้ให้หลังจากหมดชั่วโมงของทุกวันที่มีการทดลอง 5. ครูที่แจ้งโปรแกรมที่จะทดลองได้แก่ วัน เวลา และวิธีการที่จะใช้ในการทดลอง แล้วเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย 6. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ที่จะพบกัน เพื่อทดลองในแต่ละครั้ง	
2,4	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ	1. เพื่อให้นักเรียนบอกพฤติกรรมของแม่แบบที่ปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะได้ 3. ติดตามผลและพบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้ว	การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม ซึ่งมีวิธีดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ ก. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับ เรื่องผมและหนังศีรษะ ข. ขั้นเสนอแม่แบบ 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบสไลด์ที่แสดงถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ	1. ตัวเสริมแรง 2. ผ้าเช็ดตัว แชมพูสระผม สบู่ หวี กั้น น้ำ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดของนมและหิ้งศีรษะ หลังจาก ได้สังเกตแม่แบบและการอภิปราย ค. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้วผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดนมและหิ้งศีรษะของนักเรียนแต่ละคนแล้วให้คะแนนเพื่อให้ตัวเสริมแรง	
3,5	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน	1. เพื่อให้นักเรียนบอกพฤติกรรมของแม่แบบ ในการรักษาความสะอาดของปากและฟัน 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟันได้ 3. ติดตามผลและทบทวนสิ่งที่เรียน ไปแล้ว	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับ เรื่องปากและฟัน ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัย เสนอแม่แบบส โลคที่แสดงถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดปากและฟันหลังจากดูส โลคจบแล้ว 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน หลังจากได้สังเกตแม่แบบและการอภิปราย	1. ตัวเสริมแรง 2. ยาสีฟัน แปรงสีฟัน น้ำ ชัน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ค. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดปาก และฟันของนักเรียนแต่ละคนแล้วให้ คำแนะนำเพื่อให้ตัว เสริมแรง	
6,8	การปฏิบัติ ตนในการ รักษา ความ สะอาด ผิวหนัง	1. เพื่อให้นักเรียน บอกพฤติกรรมของ แม่แบบในการรักษา ความสะอาดของ ผิวหนัง 2. เพื่อให้นักเรียน สามารถปฏิบัติตน ในการรักษาความ สะอาดของผิวหนัง ได้ 3. ติดตามผลและ ทบทวนสิ่งที่เรียน ไปแล้ว	การปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดผิวหนัง มีวิธีดำเนินการตาม ขั้นตอนดังนี้ ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียน เกี่ยวกับเรื่องผิวหนัง ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบสไลด์ที่แสดง ถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดผิวหนัง 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปราย เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรักษา ความสะอาดผิวหนัง 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตน ในการรักษาความสะอาดผิวหนัง หลังจากได้สังเกตแม่แบบและการ อภิปราย	1. ตัว เสริมแรง 2. ผ้า เช็ดตัว สบู น้ำ ขัน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ค. <u>ขั้นประเมินผล</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดผิวหนัง ของนักเรียนแต่ละคนแล้ว ให้คะแนน เพื่อให้ตัวเสริมแรง	
7,9	การปฏิบัติ ตนในการ รักษา ความ สะอาด มือและ เท้า	1. เพื่อให้นักเรียน บอกพฤติกรรมของ แม่แบบในการปฏิบัติ ตนในการรักษา ความสะอาดมือ และเท้า 2. เพื่อให้นักเรียน สามารถปฏิบัติตน ในการรักษาความ สะอาดมือและเท้า ได้ 3. ติดตามผลและ ทบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้ว	การปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดมือและเท้ามีวิธีดำเนินการตาม ขั้นตอนดังนี้ ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียน เกี่ยวกับเรื่องมือและเท้า ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบสไลด์ที่แสดง ถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดมือและเท้า 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปราย เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรักษา ความสะอาดมือและเท้า หลังจาก ดูสไลด์จบแล้ว 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตน ในการรักษาความสะอาดมือและเท้า หลังจากได้สังเกตแม่แบบและการ อภิปราย	1. ตัวเสริม แรง 2. แปรง บัตรเล็ก กรรไกร ตัดเล็บ สบู่ น้ำ บัน ผ้าเช็ดตัว

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ค. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดมือแล เท้าของนักเรียนแต่ละคนแล้ว ให้ คะแนนเพื่อ ให้ตัว เสริมแรง	
10- 11	การปฏิบัติ ตนในการ รักษา ความ สะอาด เสื้อผ้า	1. เพื่อให้นักเรียน บอกพฤติกรรมของ แม่แบบในการ ปฏิบัติตนในการ รักษาความสะอาด เสื้อผ้า 2. เพื่อให้นักเรียน สามารถปฏิบัติตน ในการรักษาความ สะอาดเสื้อผ้า ได้ 3. ติดตามผลและ พบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้ว	การปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดเสื้อผ้ามีวิธีดำเนินการตาม ขั้นตอนดังนี้ ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียน เกี่ยวกับเรื่องเสื้อผ้า ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบสไลด์ที่แสดง ถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดเสื้อผ้า 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปราย เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรักษา ความสะอาดเสื้อผ้า หลังจาก ดูสไลด์จบแล้ว 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตน ในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า หลังจากได้สังเกตแม่แบบและการ อภิปราย	1. ตัวเสริม แรง 2. ผง ซักฟอก แปรง ซักผ้า เสื้อผ้า กาละมัง น้ำ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ค. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดเสื้อผ้า ของนักเรียนแต่ละคนแล้ว ให้ คะแนนเพื่อให้ตัวเสริมแรง	
12	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อให้นักเรียนสรุป ผลที่ได้จากการเข้าร่วม การทดลอง โดยใช้ โปรแกรมการ ใช้เทคนิค แม่แบบควบคู่กับการ เสริมแรงเป็นกลุ่ม	1. ให้นักเรียนกล่าวถึงผลที่ได้จาก การทดลอง หลังจากนั้นผู้วิจัยกล่าวสรุป เพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอบใจนักเรียนที่ให้ ความร่วมมือ และกล่าวปิดการทดลอง	

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที

การทดลองครั้งที่ 1

<u>เรื่อง</u>	ปฐมนิเทศ
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ความคิดรวบยอด</u>	ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าใจวัตถุประสงค์และการเปิดเผยตนเองจะช่วยให้รู้จักกันมากขึ้น
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อให้นักเรียนทราบจุดมุ่งหมายของการสอนโดยใช้เทคนิคแม่แบบและข้อตกลงในการเสริมแรงให้กลุ่ม 2. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศที่ดีในการทำกิจกรรมร่วมกัน 3. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความหมายของคำว่า "สุขภาพส่วนบุคคล"
<u>วิธีดำเนินการ</u>	1. ผู้วิจัยให้นักเรียนนับ 1 - 6 ต่อจากนั้นให้นักเรียนที่เหลืออีกครั้งหนึ่งเริ่มนับ 1 - 6 ใหม่จนครบ แล้วให้นักเรียนที่นับเลขเดียวกันจับคู่กัน 2. ให้นักเรียนแต่ละคู่ซักถามข้อมูลส่วนตัวของกันและกัน และจดข้อมูลที่ได้ลงในกระดาษที่ครูแจกให้ โดยใช้เวลา 10 นาที 3. ให้นักเรียนแต่ละคู่ล้อกันและแนะนำเพื่อนที่เป็นคู่ของตนให้นักเรียนคนอื่น ๆ ทราบ 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปกิจกรรมครั้งนี้ว่ามีวัตถุประสงค์อะไร 5. ผู้วิจัยสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมครั้งนี้ว่า เพื่อให้นักเรียนเปิดเผยตนเองถึงข้อมูลส่วนตัว เพื่อจะได้ทำความรู้จักและสามารถแนะนำเพื่อนให้นักเรียนคนอื่น ๆ รู้จักด้วย รวมทั้งการตั้งใจฟังจะทำให้รู้จักเพื่อน ๆ มากขึ้น และแสดงถึงความสนใจในเรื่องที่ผู้อื่นพูดอีกด้วย ซึ่งเป็นมารยาทในการฟังที่ดี 6. ผู้วิจัยอธิบายความหมายของคำว่า "สุขภาพส่วนบุคคล"

7. ผู้วิจัยชี้แจง โปรแกรมที่จะทดลอง ได้แก่ วัน เวลา และวิธีการที่จะใช้ในการทดลองตลอดจนเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย
8. ผู้วิจัยให้นักเรียนสำรวจตัวเสริมแรง
9. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดของผมและหนังสือหีหะ ปากและฟัน ผิวหนังสือและเท้า และเสื้อผ้าของนักเรียนแต่ละคน
10. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ที่จะทดลองในแต่ละครั้ง

ประเมินผล

1. สังเกตจากการ ซักถามกันของนักเรียน
2. สังเกตจากการตั้งใจฟังของนักเรียนในขณะที่เพื่อนอีกปราย ซักถาม
3. สังเกตจากสีหน้าท่าทางและการตอบคำถามของนักเรียน

การทดลองครั้งที่ 2

เรื่อง	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ
เวลา	50 นาที
ชื่อเรื่อง	ผมของอูไร
ความคิดรวบยอด	นักเรียนต้องรู้จักดูแลรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะไม่ให้เปื้อนรังแคหรือปราศจากเหา
จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อเสนอแนะแบบที่มีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะ 2. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะได้ 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะได้
อุปกรณ์	1. สไลด์สไลด์ที่ใช้แม่แบบเป็นภาพคน 2. คิวเสริมแรง 3. ผ้าเช็ดตัว แชมพูสระผม สบู่ หวี ยัน น้ำ
วิธีดำเนินการ	ก. ขั้วหน้า ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องผมและหนังศีรษะว่านักเรียนเคยมีปัญหาหรือไม่

ข. ขั้นเสนอแนะแบบ

1. ผู้วิจัยฉายสไลด์แม่แบบเรื่อง "ผมของอะไร" ให้นักเรียนดู
2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้วผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายในหัวข้อ
 - ใครมีปัญหาเรื่องอะไร
 - มาสืบปฏิบัติตนอย่างไรในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "ผมของอะไร"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ คือ ต้องหมั่นสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ด้วยแชมพูสระผมสบู่น้ำ หรือมะกรูดก็ได้ ควรหวีผมบ่อย ๆ ถ้าเป็นโรคผิวหนังบนศีรษะควรรีบพบแพทย์ เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้องโดยเร็ว
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและหนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคนแล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 3

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	วิชัยพันธุ์
<u>ความคิดรวบยอด</u>	ฟันมีประโยชน์มาก นักเรียนสามารถดูแลรักษาความสะอาดฟันและป้องกันโรคฟันผุได้ด้วยการแปรงฟันให้ถูกวิธี
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อเสนอแนะแบบที่มีพฤติกรรมในการดูแลรักษาความสะอาดและไม่ดูแลรักษาความสะอาดปากและฟัน 2. เพื่อให้ นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟันได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์ที่ใช้แม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ขัน น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องปากและฟันว่ามีประโยชน์ต่อคนเราอย่างไร ข. <u>ขั้นเสนอแนะแบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "วิชัยพันธุ์" ให้นักเรียนดู

2. เมื่อครูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันอภิปราย ในหัวข้อ
 - วิธีรักษาความสะอาดปากและฟันที่ถูกต้องวิธี
 - ทำไมวิจัยจึงถูกเพื่อน ๆ ล้อ
 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน
- ค. ขั้นสรุป
1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "วิจัยฟันผุ"
 2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการป้องกันฟันผุที่ดีที่สุด คือ การแปรงฟันที่ถูกต้องวิธี คือ แปรงฟันจนได้โดยให้แปรงบิดหมุนแปรงลงข้างล่าง ฟันล่างแปรงโดยการบิดหมุนเปลี่ยนขึ้นข้างบน ฟันด้านบนเคี้ยววางแปรงลงบนฟัน แล้วถูเข้าออกควรแปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ ตื่นนอน และก่อนเข้านอน

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดฟันและหนังสือของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 4

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>สื่อเรื่อง</u>	เงาะป่าทinker
<u>ความคิดรวบยอด</u>	นักเรียนต้องรู้จักดูแลรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ โดยการหมั่นสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ตัดผมให้สั้นพอดีเพื่อสะดวกในการดูแลรักษา
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อให้นักเรียนทราบบทวิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สไลด์ที่แม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. ผ้าเช็ดตัว แขนพู่สะระผม สบู่ หวี ขัน น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องผมและหนังศีรษะ ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์แม่แบบเรื่อง "เงาะป่าทinker" ให้นักเรียนดู

2. เมื่อนักเรียนคู่สวดเสร็จแล้วผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายในหัวข้อ
 - ทำไมทบทวนจึงไม่อยากไปโรงเรียน
 - ควรดูแลรักษาความสะอาดและหนังสืออย่างไร
3. ครูให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดและหนังสือ

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "เงาะป่าทันทอง"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการรักษาความสะอาดและหนังสือ คือ ต้องหมั่นสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ด้วยยาสระผมสบู่น้ำ หรือมะกรูดก็ได้ ควรหวีผมบ่อย ๆ จะทำให้ผมสะอาดสวยงามควรไว้ผมสั้นเพื่อให้ทำความสะอาดและบำรุงรักษาได้ง่ายขึ้น

ประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการสวด
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดและหนังสือของนักเรียนแต่ละคนแล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 5

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	ปัญหาของดาว
<u>ความคิดรวบยอด</u>	ฟันมีประโยชน์มาก นักเรียนควรดูแลรักษาความสะอาดฟันได้ถูกวิธี
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อเสนอแนะแบบที่มีพฤติกรรมในการดูแลรักษาความสะอาดฟันให้ถูกวิธีได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟันได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สีที่ให้นักเรียนเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ขัน น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องปากและฟันว่ามีประโยชน์ต่อคนเราอย่างไร ข. <u>ขั้นเสนอแนะแบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "ปัญหาของดาว" ให้นักเรียนดู 2. เมื่อสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายในหัวข้อ - ดาวปวดฟันเพราะอะไร - ควรปฏิบัติตนอย่างไรในการดูแลรักษาความสะอาดปากและฟัน

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "ปัญหาของดาว"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า การป้องกันฟันผุที่ดีที่สุด คือ การแปรงฟันที่ถูกต้อง
ควรแปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ ตอนเช้าและก่อน
เข้านอน หรือทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร แต่ถ้าทำไม่ได้
ก็ให้การบ้วนปากแทน ควรพ่นหมอยาอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดฟันและหนังสือของนักเรียนแต่ละคน
แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 6

เรื่อง	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนัง
เวลา	50 นาที
ชื่อเรื่อง	ธำนิษฐ์ไคล
ความคิดรวบยอด	ร่างกายสกปรกทำให้เกิดโรคผิวหนังได้ นักเรียนสามารถป้องกันได้โดยการอาบน้ำ ฟอกด้วยสบู่ แล้วเช็ดตัวให้แห้ง และควรรักษาความสะอาดเครื่องนุ่งห่มเสมอ
จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อเสนอแนะแก่ผู้มีพฤติกรรมการดูแลรักษาความสะอาดผิวหนัง 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนังอย่างถูกต้อง ได้ 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนังได้
อุปกรณ์	1. สไลด์สีทำขึ้นแม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. ผ้าเช็ดตัว สบู่ ยัน น้ำ
วิธีดำเนินการ	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดผิวหนังอย่างไร

ข. ขั้นเสนอแนะแบบ

1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "ธำนิชโคล" ให้นักเรียนดู
2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายในหัวข้อ
 - วิธีการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)
 - การป้องกันและรักษาโรคผิวหนัง

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "ธำนิชโคล"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการรักษาความสะอาดผิวหนังก็คือ การดูแลรักษาความสะอาดร่างกายด้วยการอาบน้ำ ถูสบู่ แล้วเช็ดตัวให้แห้ง ไม่ควรให้สียาหรือเครื่องสำอาง ควรรับประทานผักสดหรือผลไม้เป็นประจำ เพื่อช่วยบำรุงผิวพรรณ และช่วยในการขับถ่าย
3. ครูให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนัง

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผิวและหนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 7

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	เรื่องของนิมิตร
<u>ความคิดรวบยอด</u>	มือและเท้าควรตัดเล็บให้สั้นอยู่เสมอ นักเรียนต้องรู้จักดูแลรักษาความสะอาดมือและเท้าให้ถูกวิธี
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อให้ให้นักเรียนทบทวนวิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้าได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้าได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สื่อกำหนดแบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. กรรไกรตัดเล็บ แปรงขัดเล็บ สบู่ น้ำ ยัน
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องมือและเท้าว่า "เราควรดูแลและรักษาความสะอาดอย่างไร"

ข. ขั้นเสนอแนะแบบ

1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "เรื่องของนิมิตร" ให้นักเรียนดู
2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับ
นักเรียนควรทำตามแบบอย่างนิมิตรในเรื่องใด
บทเรียนที่นิมิตรได้รับเป็นอย่างไร
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "เรื่องของนิมิตร"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีดูแลรักษามือและเท้า คือ ควรตัดเล็บให้สั้น
พองาม เล็บมือตัดให้ยาวโค้งตามรูปเล็บ เล็บเท้าตัดให้ตรง
ควรใช้กรรไกรตัดเล็บ ไม่ควร ใช้นิ้วยาวเพราะจะทำให้ระวัง
รักษาความสะอาดยากหรือเล็บจะฉีกหรือหักง่าย

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผิวกายและหนังสือของนักเรียนแต่ละคน
แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 8

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	สาเหตุของการเกิดโรค
<u>ความคิดรวบยอด</u>	การไม่รักษาความสะอาดร่างกาย ปล่อยให้เนื้อตัวสกปรก มีกลิ่นเหม็น ทำให้เป็นโรคผิวหนังได้
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง) ได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง) ได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สื่อกำหนดแม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. ผ้าเช็ดตัว สบู่ ขัน น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับการอาบน้ำ การฟอกสบู่ และการดูแลรักษาเครื่องนุ่งห่ม

ข. ขั้นเสนอแม่แบบ

1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง สาเหตุของการเกิดโรค ให้นักเรียนดู
2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับ
 - สาเหตุของการเป็นโรคผิวหนัง
 - วิธีการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "สาเหตุของการเกิดโรค"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการรักษาความสะอาดผิวหนังก็คือ การอาบน้ำชำระร่างกายด้วยสบู่ แล้วเช็ดตัวให้แห้ง ถ้าหากเป็นโรคผิวหนัง ควรใช้ยาขององค์การเภสัชกรรมทาทาย ๆ ควรดูแลรักษาเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย เครื่องนอนให้สะอาดอยู่เสมอ ไม่ควรใช้เสื้อผ้าร่วมกับคนที่ เป็นโรคผิวหนัง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผิวและหน้าสีหน้าของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 9

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	ดวงตาผู้น่ารัก
<u>ความคิดรวบยอด</u>	มือและเท้ามีความสำคัญ นักเรียนต้องรู้จักดูแลรักษาความสะอาด
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการดูแลรักษาความสะอาดมือและเท้าได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้าได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์ที่ใช้แม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. กรรไกรตัดเล็บ แปรงขัดเล็บ สบู่ น้ำ ชัน
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องมือและเท้าว่ามีวิธีการดูแลรักษาความสะอาดอย่างไร ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "ดวงตาผู้น่ารัก" ให้นักเรียนดู 2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเรื่อง - นักเรียนควรทำตามแบบอย่างดวงตาหรือไม่ - ดวงตาแนะนำเพื่อน ๆ อย่างไร 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง ดวงตาผู้น่ารัก
2. ผู้วิจัยสรุปว่า ควรตัดเล็บให้สั้นอยู่เสมอ เพื่อมิให้เป็นที่ยึดเกาะของเชื้อโรค ล้างมือและเท้าให้สะอาดอยู่เสมอ โดยเฉพาะตามซอกเล็บ ง่ามมือ ง่ามเท้า นิ้วเท้า และต้องล้างทุกครั้งก่อนรับประทานอาหารและหลังออกจากส้วม

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดผิวและหนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคนแล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 10

เรื่อง	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า
เวลา	50 นาที
ชื่อเรื่อง	บทเรียนของปาน
ความคิดรวบยอด	เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย มีความสำคัญต่อร่างกายของเรา เราต้องรู้จักดูแลรักษาให้สะอาดอยู่เสมอ
จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อเสนอแนะแบบที่มีพฤติกรรมในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้าและไม่รักษาความสะอาดเสื้อผ้า 2. เพื่อให้ให้นักเรียนบอกวิธีรักษาความสะอาดเสื้อผ้าได้ 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้าได้
อุปกรณ์	1. สไลด์สื่ที่ใช้แม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. เสื้อผ้า ผงซักฟอก แปรงซักผ้า กาละมัง น้ำ
วิธีดำเนินการ	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียน เกี่ยวกับเรื่อง เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย ข. <u>ขั้นเสนอแนะแบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "บทเรียนของปาน" ให้นักเรียนดู

2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเรื่อง
 - บทเรียนที่ป่านได้รับเป็นอย่างไร
 - ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "บทเรียนของป่าน"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีปฏิบัติตนในการดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้า คือ การแช่ผ้ากับผงซักฟอกก่อนซัก เพราะจะทำให้ซักได้ง่ายขึ้น ควรใช้แปรงซักผ้าแปรงบริเวณที่เป็นคราบสกปรกมากแล้วใช้มือขยี้อีกครั้ง เวลาตากควรตากในที่ที่มีลมพัดหรือแดดส่องถึง หรือเสื้อผ้าที่ใส่แล้วยังไม่ซักก็ไม่ควรหมักหมมเอาไว้ เพราะจะทำให้มีกลิ่นเหม็นและเป็นเชื้อรา ควรผึ่งแดดหรือลมให้แห้ง

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและหน้าศีรษะของนักเรียนแต่ละคนแล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 11

เรื่อง	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า
เวลา	50 นาที
ชื่อเรื่อง	การแต่งกายของนิตยา
ความคิดรวบยอด	นักเรียนต้องรู้จักรักษาความสะอาดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย ไม่ให้มียรอยเปื้อนเป็นคราบ เป็นรา และมีกลิ่นเหม็น
จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้าได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้าได้
อุปกรณ์	1. สไลด์สีที่พิมพ์แม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. เสื้อผ้า พงชักฟอก สบู่ แปรงซักผ้า กาละมัง น้ำ
วิธีดำเนินการ	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง การแต่งกายของนิตยาให้นักเรียนดู 2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเรื่อง - ยายสอนนิตยาว่าอย่างไร - นิตยาปฏิบัติตนอย่างไร เพื่อน ๆ จึงยอมรับ

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า
เครื่องแต่งกาย

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "การแต่งกายของนิศยา"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า
คือ ทักเสื้อผ้าให้สะอาดไม่ให้มีกลิ่นเหม็น ไม่ให้มีรอยเปื้อน
อย่าเก็บเสื้อผ้าหมักหมมในที่ชื้นจะทำให้ขึ้นรา

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและหน้าศีรษะของนักเรียนแต่ละคน
แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

การทดลองครั้งที่ 12

<u>เรื่อง</u>	การปัจฉิมนิเทศ
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ความคิดรวบยอด</u>	สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มโดยใช้สไลด์พัฒนาคุณภาพส่วนบุคคล
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	เพื่อให้ นักเรียนอภิปรายและสรุปผลที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมการทดลอง
<u>วิธีดำเนินการ</u>	1. ให้นักเรียนอภิปรายถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมเทคนิคแม่แบบโดยใช้สไลด์ควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล 2. ให้นักเรียนรายงานให้เพื่อนฟัง 3. ผู้วิจัยกล่าวสรุปเพิ่มเติมและกล่าวปิดการทดลอง
<u>ประเมินผล</u>	1. สังเกตความตั้งใจ ความสนใจในการอภิปรายของนักเรียน 2. ตรวจดูความสะอาดด้านร่างกายและเสื้อผ้า

2. โปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

โปรแกรมการให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศที่ดีและความคุ้นเคยในการทำกิจกรรมร่วมกัน 2. เพื่อให้นักเรียนที่ได้รับการทดลองทราบจุดมุ่งหมายในการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล 3. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความหมายของคำว่า "สุภาพส่วนบุคคล"	1. ผู้วิจัยและนำตนเองและให้นักเรียนแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยที่แจ้งให้นักเรียนเข้ารับการทดลองในกลุ่มที่ 2 จำนวน 12 คน ทราบจุดมุ่งหมายในการทดลองคือการ ใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสำรวจตัวเสริมแรง 4. ผู้วิจัยที่แจ้งเงื่อนไขการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล ให้นักเรียนทราบ นั่นคือนักเรียนแต่ละคนจะได้รับตัวเสริมแรงเท่ากับคะแนนการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกายของตนเองตามเกณฑ์ดังนี้คือ 4.1 สะอาด ได้ 2 คะแนน จะได้รับตัวเสริมแรงลำดับที่ 1 4.2 พอใช้ ได้ 1 คะแนน จะได้รับตัวเสริมแรงลำดับที่ 2	แบบสำรวจตัวเสริมแรง

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			4.3 สกปรก ได้ 0 คะแนน จะไม่ได้รับตัวเสริมแรง ในการให้การเสริมแรงนี้ ให้ทำซ้ำในสัปดาห์ของแต่ละวันที่มีการ ทดลอง 5. ผู้วิจัยชี้แจงโปรแกรมที่จะทดลอง ได้แก่ วัน เวลา และวิธีการที่จะใช้ ในการทดลองและเปิดโอกาสให้ นักเรียนซักถาม 6. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และ สถานที่ที่จะพบกันเพื่อทดลองในแต่ละ ครั้ง	
2, 4	การปฏิบัติ ตนในการ รักษาความ สะอาดผมและหนัง ศีรษะ	1. เพื่อให้นักเรียน บอกพฤติกรรมในการ ปฏิบัติตนในการรักษา ความสะอาดผมและ หนังศีรษะ 2. เพื่อให้นักเรียน สามารถปฏิบัติตน ในการรักษาความ สะอาดผมและหนัง ศีรษะ	การให้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับ การเสริมแรงเป็นรายบุคคล ซึ่งมีวิธีดำเนินการ ตามขั้นตอน ดังนี้ ก. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียน เกี่ยวกับเรื่องผมและหนังศีรษะ ข. ขั้นเสนอแม่แบบ 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบสไลด์ที่ แสดงถึงการปฏิบัติตนในการรักษา ความสะอาดผมและหนังศีรษะ	1. ตัว เสริมแรง 2. ผ้า เช็ดตัว แชมพู สระผม หวี ขัน น้ำ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
		3. ติดตามผลและ พบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้ว	2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปราย เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรักษา ความสะอาดผมและหนังศีรษะ 2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตน ในการรักษาความสะอาดผมและ หนังศีรษะ หลังจากได้สังเกตแม่แบบ และการอภิปราย 3. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและ หนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคน แล้ว ให้คะแนนเพื่อให้ตัวเสริมแรง	
3,5	การปฏิบัติ ตนในการ รักษาความ สะอาด ปาก และฟัน	1. เพื่อให้นักเรียน บอกพฤติกรรมของ แม่แบบในการรักษา ความสะอาดปาก และฟัน 2. เพื่อให้นักเรียน สามารถปฏิบัติตนใน การรักษาความสะอาด ปากและฟัน ได้	การปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดปากและฟันมีวิธีดำเนินการ การตามขั้นตอนดังนี้ ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียน เกี่ยวกับ เรื่องปากและฟัน ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบสไลด์ที่แสดง ถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดปากและฟัน	1. ตัว เสริมแรง 2. ยาสีฟัน แปรงสีฟัน น้ำ ชื่น

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
		3. ติดตามผลและ ทบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้ว	2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปราย เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดปาก และฟันหลังจากคุส โล่จับแล้ว 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนใน การรักษาความสะอาดปากและฟัน หลังจากได้สังเกตแม่แบบและการ อภิปราย ค. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดปาก และฟันของนักเรียนแต่ละคนแล้วให้ คะแนนเพื่อให้ตัว เสริมแรง	
6,8	การปฏิบัติ ตนในการ รักษาความ สะอาด ผิวหนัง	1. เพื่อให้นักเรียน บอกพฤติกรรมของ แม่แบบในการรักษา ความสะอาดผิวหนัง 2. เพื่อให้นักเรียน สามารถปฏิบัติตน ในการรักษาความ สะอาดผิวหนังได้ 3. ติดตามผลและ ทบทวนสิ่งที่เรียน ไปแล้ว	การปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดผิวหนังมีวิธีดำเนินการตาม ขั้นตอนดังนี้ ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียน เกี่ยวกับเรื่องผิวหนัง ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบสไลด์ที่แสดง ถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดผิวหนัง	1. ตัว เสริมแรง 2. ผ้า เช็ดตัว สบู่ น้ำ ชัน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนัง 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนังหลังจากได้สังเกตแม่แบบและการอภิปราย ค. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้วผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดผิวหนังของนักเรียนแต่ละคนแล้ว ให้คะแนนเพื่อให้ตัวเสริมแรง	
7,9	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า	1. เพื่อให้นักเรียนบอกพฤติกรรมของแม่แบบในการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้าได้ 3. ติดตามผลและทบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้ว	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้ามีวิธีดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องมือและเท้า ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบเอกสารที่แสดงถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า	1. ตัวเสริมแรง 2. แปรงขัดเล็บ กรรไกร ตัดเล็บ สบู่ น้ำ ขัน ผ้าเช็ดตัว

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า หลังจากดูสไลด์จบแล้ว 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า หลังจากได้สังเกตแม่แบบและการอภิปราย ค. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดมือและเท้าของนักเรียนแต่ละคนแล้ว ให้คะแนนเพื่อให้ตัวเสริมแรง	
10-11	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า	1. เพื่อให้นักเรียนบอกพฤติกรรมของแม่แบบในการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาด	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้ามีวิธีดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องเสื้อผ้า ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบสไลด์ที่แสดง	1. ตัวเสริมแรง 2. ผงซักฟอก แปรงซักผ้า เสื้อผ้า น้ำ กะลามัง

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
12	ปัจจัย นิเทศ	เสื้อผ้าได้ 3. ติดตามผลและ ทบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้ว เพื่อสรุปผลที่ได้จาก การเข้าร่วมการทดลอง โดยใช้โปรแกรมการใช้ เทคนิคแม่แบบควบคู่กับ การเสริมแรงเป็นราย บุคคล	ถึงการปฏิบัติตนในการรักษาความ สะอาดเสื้อผ้า 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปราย เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรักษา ความสะอาดเสื้อผ้า หลังจาก ครูไล่จับแล้ว 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตน ในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า หลังจากได้สังเกตแม่แบบและการ อภิปราย ค. <u>ขั้นสรุป</u> 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดเสื้อผ้า ของนักเรียนแต่ละคนแล้ว ให้ คะแนนเพื่อให้ตัวเสริมแรง 1. ให้นักเรียนกล่าวถึงผลที่ได้จาก การทดลอง หลังจากนั้นผู้วิจัย กล่าวสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอให้นักเรียนที่ให้ความ ร่วมมือและกล่าววิจารณ์การทดลอง	

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที

การทดลองครั้งที่ 1

เรื่อง

ปฐมนิเทศ

เวลา

50 นาที

ความคิดรวบยอด

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าใจวัตถุประสงค์และการเปิดเผยตนเองจะช่วยให้รู้จักกันมากขึ้น

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ให้นักเรียนทราบจุดมุ่งหมายของการสอแ้โดยให้เทคนิคแม่แบบและข้อตกลง ในการเสริมแรงเป็นรายบุคคล
2. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพและบรรยากาศที่ดีในการทำกิจกรรมร่วมกัน
3. เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจความหมายของคำว่า "สุภาพส่วนบุคคล"

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนนับ 1 - 6 ต่อจากนั้นให้นักเรียนที่เหลืออีกครึ่งหนึ่งเริ่มนับ 1 - 6 ใหม่จนครบ แล้วให้นักเรียนที่นับเลขเดียวกันจับคู่กัน
2. ให้นักเรียนแต่ละคู่ซักถามข้อมูลส่วนตัวของกันและกัน และจดข้อมูลที่ได้ลงในกระดาษที่ครูแจกให้ โดยใช้เวลา 10 นาที
3. ให้นักเรียนแต่ละคู่ผลัดกันและแนะนำเพื่อนที่เป็นคู่ของตนให้นักเรียนคนอื่น ๆ ทราบ
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปกิจกรรมครั้งนี้ว่ามีวัตถุประสงค์อะไร
5. ผู้วิจัยสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมครั้งนี้ว่า เพื่อให้ให้นักเรียนเปิดเผยตนเองถึงข้อมูลส่วนตัว เพื่อจะได้ทำความรู้จักและสามารถแนะนำเพื่อนให้นักเรียนคนอื่น ๆ รู้จักด้วย รวมทั้งการตั้งใจฟังจะทำให้รู้จักเพื่อน ๆ มากขึ้น และแสดงถึงความสนใจในเรื่องที่ผู้อื่นพูดอีกด้วย
ซึ่งเห็นมารยาทในการฟังที่ดี
6. ผู้วิจัยอธิบายความหมายของคำว่า "สุภาพส่วนบุคคล"

7. ผู้วิจัยที่แจ้ง โปรแกรมที่จะทดลอง ได้แก่ วัน เวลา และวิธีการที่จะใช้
ในการทดลองตลอดจน เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย
8. ผู้วิจัยให้นักเรียนสำรวจตัวเสริมแรง
9. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดของผมและทักซิโด้ ปากและฟัน ผิวหนัง
มือและเท้า และเสื้อผ้าของนักเรียนแต่ละคน
10. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ที่จะทดลองในแต่ละครั้ง

ประเมินผล

1. สังเกตจากการซักถาม ซักถามกันของนักเรียน
2. สังเกตจากการตั้งใจฟังของนักเรียนในขณะที่เพื่อนอภิปราย ซักถาม
3. สังเกตจากสีหน้าท่าทางและการตอบคำถามของนักเรียน

การทดลองครั้งที่ 2

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	ผมของอะไร
<u>ความคิดรวบยอด</u>	นักเรียนต้องรู้จักดูแลรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะไม่ให้เป็นรังแคหรือปราศจากเหา
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อเสนอแนะแบบที่มีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะ 2. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะได้ 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สไลด์ให้แม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. ผ้าเช็ดตัว แชมพูสระผม สบู่ หวี ขัน น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องผมและหนังศีรษะว่านักเรียนเคยมีปัญหาหรือไม่

ข. ขั้นเสนอแนะ

1. ผู้วิจัยฉายสไลด์แม่แบบเรื่อง "ผมของอะไร" ให้นักเรียนดู
2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้วผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายในหัวข้อ
 - ใครมีปัญหเรื่องอะไร
 - มาสืบคิดค้นอย่างไรในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "ผมของอะไร"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ คือ ต้องหมั่นสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ด้วยแชมพูสระผม สบู่ หรือมะกรูดก็ได้ ควรหวีผมบ่อย ๆ ถ้าเป็นโรคผิวหนังบนศีรษะควรรีบพบแพทย์ เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้องโดยเร็ว
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและหนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง
การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน
เรื่อง ผมของอุไร
ความยาว 4.22 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. FOCUS	ดนตรี
2.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว.ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง ผมของอุไร	ดนตรี
5.	LS ค.ศ. อุไรนั่งอยู่ที่โต๊ะเรียน โดยมี นักเรียนคนอื่น ๆ นั่งอยู่ห่าง ๆ	อุไรแต่งตัวไม่เรียบร้อย ผมมึนกลืนเพี้ยน และมีเหตุทำให้เพื่อน ๆ ไม่อยากนั่งใกล้และ ไม่ให้เข้ากลุ่มด้วย
6.	CU ค.ศ. อุไรหัวย่น	และขอล้อเลียนอุไรว่า "ยายอุไรผม กระเซิง" อุไรจึงเบือนหน้าการเรียน ไม่สนใจ เรียนและไม่ทำการบ้านจึงถูกครูดุบ่อย ๆ

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
7.	MS มาลีนั่งอยู่ที่โต๊ะเรียนใกล้ ๆ กับอุไร	มาลีเป็นเพื่อนสนิทคนเดียวของอุไร และเข้าใจถึงความรู้สึกของอุไรที่ถูกเพื่อน ๆ ล้อทุกวัน
8.	LS อุไรนั่งอยู่ใต้ต้นไม้ โดยมีมาลียืนอยู่ใกล้ ๆ	วันหนึ่งหลังจากรับประทานอาหารกลางวันเรียบร้อยแล้ว เพื่อน ๆ เล่นกระโดดเชือกกัน อุไรชอบเล่นกระโดดเชือก แต่วันนี้มาลีชวนเท่าไรก็ไม่ยอมไปเล่น
9.	LS ครูประจำชั้นยืนอยู่หน้าห้องเรียน มีนักเรียนนั่งอยู่ในห้องเรียน	วันต่อมา ครูเรียกเพื่อนนักเรียน ปรากฏว่าอุไรไม่มา ครูถามถึงอุไรว่า ทำไมไม่มาโรงเรียน
10.	MS ครูประจำชั้นยืนข้างโต๊ะมาลีที่กำลังยกมือข้างขวาขึ้น	แต่ไม่มีนักเรียนคนใดทราบ มาลีซึ่งอยู่บ้านใกล้กับอุไรจึงอาสาที่จะไปพบกับอุไรในวันนั้น
11.	MCU มาลีนั่งทำการบ้าน	หลังจากโรงเรียนเลิกแล้ว มาลีรีบกลับบ้านเมื่อทำการบ้านเสร็จ จึงไปหาอุไรที่บ้าน
12.	MS แม่อุไรยืนมองมาลี	เห็นแม่ของอุไรนั่งอยู่หน้าบ้าน จึงถามถึงอุไรแม่บอกว่าอุไรอยู่ที่สวนหลังบ้าน

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
13.	LS อูโรนั่งอยู่ใต้ต้นไม้ มาลีนั่งอยู่ข้าง ๆ	มาลีถามถึงสาเหตุของอูโรที่ไม่ไปโรงเรียนในวันนี้ เมื่อเห็นอูโรมีสีหน้าเศร้าหมองจึงให้อูโรเล่าเรื่องที่ทำให้อูโรไม่สบายใจให้ฟัง
14.	CU หน้าอูโรเศร้าหมองหัวกระเซิง	อูโรจึงเล่าว่าเธอไม่สบายใจที่ถูกเพื่อน ๆ ล้อว่า "ยายผมกระเซิง" มาลีจึงแนะนำวิธีที่จะทำให้อูโรผมสวย
15.	CU ขาดแชมพูสระผม ผลมะกรูดวางอยู่ข้างหน้า	วิธีทำให้ผมสวยนั้นจะต้องรักษาความสะอาดอยู่เสมอ โดยสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง และใช้แชมพูหรือมะกรูดสระผมก็ได้
16.	MCU คนสระผมมีฟองแชมพูอยู่บนศีรษะ	การสระผมจะทำให้สิ่งสกปรกที่ติดผมหลุดออกไปและเมื่อนวดหนังศีรษะก็จะช่วยให้ต่อมน้ำมันและการไหลเวียนของเลือดดีขึ้น
17.	CU คนหัวผม มีสีหน้ายิ้มแย้ม	การหวีผมหรือแปรงผมเป็นการจัดผมให้ออกละออและสิ่งสกปรกออกจากผม และช่วยกระตุ้นต่อมน้ำมันที่โคนผมให้ขับน้ำมันมาเลี้ยงเส้นผม และช่วยให้การไหลเวียนของเลือดที่รากผมดีขึ้น อีกทั้งเหงาและไ้เหงาก็จะหลุดหายไปเองและแผลที่เกาก็จะหายไปด้วย

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
18.	MS อูโรนั่งยืมไม้ไผ่ต้นไม้ มีมาลีนั่งอยู่ข้าง ๆ	อูโรสนใจคำแนะนำของมาลี กล่าวขอใจมาลีและรับปากว่าจะนำไปปฏิบัติ เพราะอูโรก็อยากมีผมสวยเช่นเดียวกับมาลี
19.	CU อูโรสระผมที่ฟองแชมพูอยู่บนศีรษะ	ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา อูโรก็ปฏิบัติตามคำแนะนำของมาลี ทำให้สุขภาพผมของอูโรดีขึ้น เทาก็หายไป
20.	LS อูโรพืผมเรียบร้อย นั่งอยู่ที่โต๊ะเรียน โดยมีเพื่อนนั่งอยู่รอบข้าง	เพื่อน ๆ ไม่ล้อว่ายายผมกระเซิงอีกต่อไป อูโรจึงมาเรียนสม่ำเสมอโดยไม่กลัวถูกเพื่อนล้ออีกแล้ว

ครั้งที่ 2

การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ

เรื่อง "ผมของอุไร"

อุไรเป็นนักเรียนหญิงที่แต่งตัว ไม่เรียบร้อย ไม่เคยหวีผม เวลาถึงเรียน เพื่อน ๆ ไม่อยาก นั่งใกล้และถ้าทำงานกลุ่ม เพื่อนก็ไม่อยาก เข้ากลุ่มด้วย เพราะผมก็สั้นเหี้ยน มีเขา ไข่เหา ตามเส้นผมและเกาหัวตลอดเวลา เพื่อน ๆ ก็ล้อเลียนเป็นประจำว่า "ยายอุไร ผมกระเซิง" อุไรจึงเบื่อหน่ายการเรียนและถูกครูดูเป็นประจำเรื่อง ไม่สนใจการเรียนและไม่ทำการบ้าน

มาลีซึ่งเป็นเพื่อนสนิทของอุไรคนเดียวเท่านั้น ที่รู้ว่าอุไรมีความรู้สึกอย่างไรที่ถูกล้อเพื่อน ๆ ล้อทุกวัน วันหนึ่งหลังจากรับประทานอาหารกลางวันเสร็จแล้ว อุไรนั่งอยู่คนเดียว ทำได้คันไม้ คาหม้อลอย เพื่อน ๆ เล่นกระโดดเชือก ซึ่งอุไรเคยชอบเล่นประจำ ก็ไม่ออกไปเล่นมาลีชวนตั้งหลายครั้งก็ไม่ยอมออกไป

วันรุ่งขึ้นในห้องเรียนตอนเช้า ครูเรียกชื่อนักเรียนเมื่อครูเรียกชื่ออุไร ปรากฏว่าอุไรไม่มา ครูจึงถามว่า "ใครรู้นั่งว่าอุไรเป็นอะไรจึง ไม่มาโรงเรียน ใครอยู่บ้านใกล้บ้าง" มาลีตอบ "หนูค่ะ" ครู "อุไรเป็นอะไรจึงไม่มาโรงเรียน" มาลี "หนูไม่ทราบค่ะ เห็นหนูจะไปหาเขาเองค่ะ"

หลังจากเลิกเรียนมาลีก็รีบกลับบ้าน ทำการบ้านเสร็จแล้วก็รีบไปหาอุไรที่บ้าน มาลีเห็นแม่ของอุไรนั่งอยู่หน้าบ้านจึงพูดว่า "สวัสดีค่ะคุณแม่ อุไรอยู่มั๊ยค่ะ" แม่ "อยู่...อยู่ที่สวนหลังบ้านนะ" แล้วมาลีก็เดินไปหาอุไรที่สวนหลังบ้าน เห็นอุไรนั่งอยู่ใต้ต้นมะม่วง มาลีเรียกอุไร อุไรหันหน้ามาแล้วพูดว่า "เธอมีธุระอะไรหรือ ถึงได้มาที่บ้าน" มาลี "ไม่มีอะไรหรอกเพียงแต่แปลกใจว่า วันนี้ทำไมเธอจึงไม่ไปโรงเรียน ไม่สบายหรือเปล่า" อุไร "เปล่าฉัน ไม่ได้เป็นอะไรหรอก" มาลีสังเกตเห็นหน้าของอุไรมีแว่เศร้าหมองจึงถามว่า "เธอไม่สบายใจเรื่องอะไรเล่าให้ฉันฟังหน่อยสิเราเป็นเพื่อนกันนะ นี่ใกล้ค่ำแล้ว" อุไรนั่งอยู่พักหนึ่งจึงพูดว่า "ถ้าเธอเป็นฉันเธอจะมีความรู้สึกอย่างไรที่ถูกล้อเพื่อน ๆ ล้อว่า "ยายอุไรผมกระเซิง" มาลี "โธ่เสีย เรื่องแค่นี้เองหรือที่ทำให้เธอ ไม่ไปโรงเรียน ฟังนะอุไร เรื่องนี้ไม่อยากสำหรับเธอเลย เพียงแต่เธอทำตามคำแนะนำของฉัน เธอก็จะเป็นอุไรผมสวย

ทันที ผมและศิระของเราต้องดูแลรักษาความสะอาดอยู่เสมอซึ่งเราต้องปฏิบัติดังนี้ คือ เราต้องสระผมอย่างน้อย สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ถ้าใช้แชมพูหรือมะกรูดสระผมก็ได้ การสระผมจะทำให้ความสกปรกที่ติดตามเส้นผมหมดไป ในขณะที่สระนั้นเรายังมีโอกาสหวดหนังศีรษะด้วยซึ่งจะช่วยให้ต่อมน้ำมันและการไหลเวียนของเลือดดีขึ้น การหวีผมหรือแปรงผมก็เป็นการจัดฟูและองและสิ่งสกปรกออกจากผมและช่วยกระตุ้นให้ต่อมน้ำมันที่โคนผมกับน้ำมันมาเลี้ยงเส้นผมและยังช่วยให้การไหลเวียนของเลือดที่รากผมดีขึ้น นอกจากนี้ เหาและไข่เหาที่ติดอยู่ก็จะหลุดหายไปเองและแผลที่เกิดจากการเกาก็จะหายไปด้วย" อูไร "ไอ้โฮ วิเศษเลย เธอไปท่องมาจากตำราเล่มไหนจ๊ะ ถึงได้อธิบายได้อย่างละเอียดเลย จันทักสนใจคำแนะนำของเธอแล้วที่เธอจะฉันจะเอาไปปฏิบัติดู ทอเอใจมากนะมาลี" มาลี "การที่เราทำเป็นประจำ เราไม่ต้องไปท่องอะไรหรอก เธอเห็นมั้ยล่ะว่า ผมฉันสวยขึ้นรีเปล่า" อูไร " อืม สวยและเป็นเงางามด้วย"

ตั้งแต่วันนั้นเป็นต้นมา อูไรก็ปฏิบัติตามคำแนะนำของมาลีเรื่อยมาจนสภาพผมของเธอดีขึ้น ไม่มีเหา และมาเรียนสม่ำเสมอ ไม่เคยขาดเรียน เพื่อน ๆ ก็ไม่ลืมนว่าเป็นยายผมกระเซิงอีกต่อไป

การทดลองครั้งที่ 3

เรื่อง	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน
เวลา	50 นาที
ชื่อเรื่อง	วิชัยพันธุ์
ความคิดรวบยอด	ฟันมีประโยชน์มาก นักเรียนสามารถดูแลรักษาความสะอาดฟันและป้องกันโรคฟันผุได้ด้วยการแปรงฟันให้ถูกวิธี
จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อเสนอแม่แบบที่มีพฤติกรรมดูแลรักษาความสะอาดและไม่ดูแลรักษาความสะอาดปากและฟัน 2. เพื่อให้ นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟันได้
อุปกรณ์	1. สไลด์สีที่ใสแม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ทัน น้ำ
วิธีดำเนินการ	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องปากและฟันว่ามีประโยชน์ต่อคนเราอย่างไร ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "วิชัยพันธุ์" ให้นักเรียนดู

2. เมื่อครูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันอภิปราย ในหัวข้อ
 - วิธีรักษาความสะอาดปากและฟันที่ถูกต้อง
 - ทำไมวิจัยจึงถูกเพื่อน ๆ ล้อ
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "วิจัยฟันผุ"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการป้องกันฟันผุที่ดีที่สุด คือ การแปรงฟันที่ถูกต้อง คือ แปรงฟันบนโดยให้แปรงปัดบนแปรงลงข้างล่าง ฟันล่างแปรงโดยการปัดบนแปรงลงข้างบน ฟันด้านนอกเคี้ยววางแปรงลงบนฟัน แล้วถูเข้าออกควรแปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ ตื่นนอน และก่อนเข้านอน

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดฟันและหนังสือของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง

การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน

เรื่อง วิจัยพันธุ์

ความยาว 3.39 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1	CAP. FOCUS	ดนตรี
2.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว.ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. เรื่อง วิจัยพันธุ์	ดนตรี
5.	LS ภายในห้องเรียน มีครูกับอธิบาย อยู่หน้าชั้นเรียน	ในวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ครูได้ สนทนากับนักเรียนถึงการอยู่ร่วมกันในสังคม ว่าต้องมีความเมตตาปราณีเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน จึงจะมีความสุข จากนั้นครูให้นักเรียนแบ่ง กลุ่มเพื่อร่วมกันหาแนวทางแก้ปัญหาตามที่ ครูกำหนด
6.	GS วิจัยนั่งหน้ามุ่มอยู่ในกลุ่มเพื่อน	วิจัยนั่งหน้ามุ่มเพราะไม่มีใครคุยกับเขา เขาจึงไม่พูดจากับใครจนกระทั่งหมดชั่วโมง

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
7.	MS วิชิตและวิชัยเดินคุยกันออกมาจาก โรงอาหาร LS วิชิตและวิชัยเดินไปห้องสมุด (ถ่ายให้เห็นป้ายห้องสมุด)	วิชิตถามวิชัยว่าทำไมไม่รีบไปเรียนจึง หน่วงๆ วิชัยจึงเล่าให้ฟังว่าเขานั่งถูกเพื่อน ๆ ล้อว่าปากเหม็นและฟันผุ เราอยากมีฟันสวย และไม่เมื่อก่อนปากแต่ไม่รู้จะต้องทำอย่างไร วิชิตจึงชวนวิชัยไปห้องสมุดด้วยกัน
8.	MS วิชิตยื่นหนังสือให้วิชัยดู CU คนอ้าปากเห็นฟันผุ	วิชิตแนะนำหนังสือเกี่ยวกับสุขภาพปาก และฟันให้กับวิชัย ซึ่งในหนังสือได้กล่าวถึง ฟันผุว่าเป็นเพราะเศษอาหารที่ติดค้างใน ปากและติดตามซอกฟันได้รวมตัวกันเป็น เชื้อโรคไปทำลายฟัน ทำให้ฟันผุและปากมี กลิ่นเหม็น
9.	MS ลูกกวาด ขนมหวาน มีเครื่องหมาย กากบาทขีด ตักผลไม้มีเครื่องหมาย ขีดถูก	วิธีป้องกันทำได้ง่าย ๆ โดยไม่กิน ลูกกวาดและขนมหวานมากนัก แต่ต้องกินผัก และผลไม้ให้มาก ๆ อีกทั้งต้องทำความสะอาด ช่องปากและฟันทุกครั้งหลังจากรับประทานอาหาร และก่อนนอน
10.	CU นักเรียนกำลังแปรงฟัน	การแปรงฟันต้องแปรงให้ถูกวิธีดังนี้คือ ฟันบนต้องแปรงปัดบนแปรงลงด้านล่าง ฟันล่างต้องแปรงปัดบนแปรงขึ้นด้านบน ส่วนฟันด้านในหรือฟันผุเคี้ยวแล้วควรวาง ขนแปรงฟันแล้วดูเข้าออกหลาย ๆ ครั้ง การแปรงฟันควรแปรงให้สะอาดทั้งด้านใน

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
		และด้านนอกและที่สำคัญควรแปร่งที่ลิ้นด้วย เพราะจะช่วยกำจัดคราบน้ำมันที่ติดอยู่ให้หลุดออกไปได้
11.	MCU นักเรียนกำลังบ้วนปาก	หากไม่สามารถแปร่งฟันหลังอาหารได้ทุกครั้ง ก็ควรใช้วิธีบ้วนปากให้สะอาดแทน และใช้น้ำยาฟลูออไรด์ป้องกันฟันผุ โดยขอคำแนะนำจากหมอฟันหรือเจ้าหน้าที่อนามัย
12.	CU นักเรียนยิ้มเห็นฟันสวยงาม	เพื่อสุขภาพของช่องปากและฟัน ควรแปร่งฟันให้ถูกวิธีและพบหมอฟันเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
13.	GS วิทย์นั่งอยู่กับกลุ่มเพื่อน ๆ กำลังหัวเราะกันอย่างสนุกสนาน	เมื่อวิทย์รู้วิธีรักษาฟัน แล้วก็นำไปปฏิบัติเป็นประจำตั้งแต่บัดนั้นมา ไม่มีใครล้อวิทย์อีกเลย วิทย์จึงกลายเป็นคนร่าเริง พุดเก่ง และมีผลการเรียนดีขึ้น

ครั้งที่ 3

การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน

เรื่อง "วิชัยพันธุ์"

ในห้องเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูสนทนากับนักเรียนถึงการอยู่ร่วมกันในสังคมว่า ต้องมีความเมตตาปราณี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันจึงจะมีความสุข ครูยกตัวอย่างเด็กชายคนหนึ่งที่มีความโอบอ้อมอารีต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์ต่าง ๆ ให้นักเรียนฟัง หลังจากนั้นครูแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ๆ ละ 4 คน เพื่อให้นักเรียนได้ไปปรึกษากันหาทางแก้ปัญหาตามที่ครูกำหนด ในกลุ่มที่ 3 มีวิชัยอยู่ด้วยซึ่งเพื่อน ๆ ไม่ชอบคุยด้วย วิชัยจึงเป็นคนที่ไม่พูดในกลุ่ม นั่นห็นำมายุจนหมดหัวสมอง หลังจากนั้นก็ไปทานข้าวที่โรงอาหาร

วิจิตต์กับวิชัย "เป็นอะไรนะนั่งหน้ามูขี้งม" วิชัย "ก็พวกเจ้ากวางนะที่ชอบล้อเราว่า เราปากเหม็นฟันผุด้วยนะ เราอยากมีฟันสวยเหมือนเพื่อน ๆ" วิจิตต์ "อยากรู้ก็มานี่สิ" วิชัยจึงเดินตามวิจิตต์ไปยังห้องสมุดแล้ววิจิตต์บอกให้วิชัยนั่งรอที่มุมหนังสือในห้องสมุด วิจิตต์เดินไปหยิบหนังสือเล่มหนึ่งแล้วมานั่งใกล้ ๆ วิชัยพร้อมกับเปิดภาพเกี่ยวกับสุขภาพปากและฟัน วิชัยและวิจิตต์อ่านข้อความตามภาพที่เด็กชายถือแปรงสีฟันมาและบรรยายว่า "ฉันคือผู้ดูแลฟัน เธอคนนี้สีแฉ่งกินฟันที่เกิดจากเศษอาหารซึ่งตกค้างในปากและฟัน เศษอาหารรวมเป็นเชื้อโรคแล้วทำลายฟันทำให้ฟันผุเป็นรูทำให้ปวดฟันและมีกลิ่นเหม็นอีกด้วย" วิชัยยกมือขึ้นกุมแก้มนึกถึงอาหารปวดฟันที่เคยเป็นแล้วถามวิจิตต์ว่า "แล้วทำอย่างไรล่ะไม่ให้ฟันผุ วิจิตต์มีวิธีป้องกันให้อ่านอีกไหม" วิจิตต์ "มี...วิธีป้องกันไม่ยากเลยดูต่อไปนี้ เธออย่ากินลูกกวาดและขนมหวานมากนัก ต้องกินผักและผลไม้ ต้องรักษาความสะอาดปากและฟันอย่างถูกวิธีทุกครั้งหลังรับประทานอาหารและก่อนนอน วิธีแปรงฟันที่ถูกวิธีควรปฏิบัติดังนี้ 1. ฟันบนต้องแปรงโดยไคลงข้างล่าง โดยให้ขนแปรงผ่านเหงือกและฟัน แปรงหลาย ๆ ครั้งให้สะอาดทั้งด้านนอกและด้านใน 2. ฟันล่างต้องแปรงโดยบิดแปรงขึ้นข้างบน โดยให้ขนแปรงผ่านเหงือกและฟัน แปรงหลาย ๆ ครั้งให้สะอาดทั้งด้านนอกและด้านใน 3. ฟันด้านบดเคี้ยวเอาด้านหน้าของแปรงวางลงบนฟันแล้วถูเข้าออก ทำซ้ำหลาย ๆ ครั้งทั้งฟันบนและฟันล่าง และสุดท้ายอย่าลืมแปรงลิ้นด้วย เพราะจะมีแผ่นคราบติดอยู่ที่ลิ้น หรือถ้ามีความจำเป็นไม่สามารถแปรงฟันหลังอาหารได้ทุกครั้ง ควรใช้วิธีบ้วนปากให้สะอาดแทนและอาจใช้น้ำยาฟูลอไรด์

บ้องกันฟันผุ โดยขอคำแนะนำจากหมอฟันหรือเจ้าหน้าที่อนามัย เพื่อสุขภาพของช่องปากและฟัน
ควรแปรงฟันให้ถูกวิธีและพบหมอฟันเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

เมื่อวิทย์รู้วิธีการรักษาแล้ววิทย์ก็ปฏิบัติเป็นประจำ ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา ไม่มีใครล้อว่าวิทย์
ปากเหม็นอีกแล้ว และวิทย์ก็กลับกลายเป็นคนร่าเริง พูดคุยเก่ง มีเรื่องตลกมาคุยให้เพื่อน ๆ
ฟังเป็นประจำ และผลการเรียนก็ดีขึ้นตามลำดับ

การทดลองครั้งที่ 4

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	เงาะป่าทinker
<u>ความคิดรวบยอด</u>	นักเรียนต้องรู้จักดูแลรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ โดยการหมั่นสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ตัดผมให้สั้นพอดีเพื่อสะดวกในการดูแลรักษา
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม และหนังศีรษะได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สีที่ให้มีแม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. ผ้าเช็ดตัว แชมพูสระผม สบู่ หวี ขัน น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องผมและหนังศีรษะ ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์แม่แบบเรื่อง "เงาะป่าทinker" ให้นักเรียนดู

2. เมื่อนักเรียนคู่สไลด์จบแล้วผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายในหัวข้อ
 - ทำไมทinkerจึงไม่อยากไปโรงเรียน
 - ควรดูแลรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะอย่างไร
3. ครูให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "เงาะป่าทinker"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ คือ ตัดผมสั้นสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง คัดยาสระผม สบู่ หรือมะกรูดก็ได้ ควรหวีผมบ่อย ๆ จะทำให้ผมสะอาด สบายงามควรไว้ผมสั้นเพื่อให้ทำความสะอาดและบำรุงรักษาได้ง่ายขึ้น

ประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและหนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง
การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน
เรื่อง เงาะป่าทinker
ความยาว 3.40 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. FOCUS	ดนตรี
2.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง เงาะป่าทinker	ดนตรี
5.	MS ทinkerสวมเสื้อมอมแมม ผมยาว และยุ่งเหยิง	ทinkerเป็นนักเรียนที่สวมเสื้อผ้าสกปรก มอมแมม ไข่มวยยาวและมีกลิ่นเหม็น
6.	MCU หน้าทinkerมอมแมม ค้านหลัง เป็นหน้าเพื่อน ๆ บางคนหัวเราะ บางคนยิ้มเยาะ	ครูเตือนให้ทinkerรักษาความสะอาดและ ตัดผมสั้น แต่ทinkerก็ไม่ทำตาม เพื่อน ๆ ให้ ฉายาทinkerว่า "เงาะป่าทinker"

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
7.	MS ทินกรนั่งก้มหน้าอยู่ที่โต๊ะ โดยมีครู ทักหน้าคุณมองอยู่	ทินกรชอบนั่งเหม่อลอยและคิดถึงคำล้อเลียน ของเพื่อน ๆ ทำให้ถูกครูดุเพราะตอบคำถาม ของครูไม่ได้
8.	LS ทินกรนั่งอยู่ริมคลอง โดยมีทิวาและ ชาตรีเล่นน้ำอยู่ในคลอง	ทิวาและชาตรีเป็นเพื่อนสนิทกับทินกร เขาชวนกันไปเล่นน้ำ แต่ทินกรไม่ชอบเล่นน้ำ จึงนั่งอยู่ริมคลอง
9.	MS ทิวาและชาตรีกำลังผลักทินกรลงน้ำ CU ทินกรตกน้ำ	ทิวาและชาตรีเห็นทินกรนั่งใจลอยจึงผลัก ลงน้ำและวิดน้ำใส่หน้าทินกร ทำให้ทินกร โกรธมากจึงเดินที่กลับบ้าน
10.	MS โต๊ะเรียนของทินกรว่างเปล่า มี นักเรียนคนอื่น ๆ นั่งอยู่ที่โต๊ะของ แต่ละคน	วันต่อมาทินกร ไม่ไปโรงเรียน
11.	LS ทินกรนั่งดูโทรทัศน์อยู่ที่บ้าน โดยมี ทิวานั่งอยู่ข้าง ๆ	หลังจากเลิกเรียนแล้ว ทิวาไปหาทินกร ที่บ้านเพื่อถามถึงสาเหตุที่ไม่ไปโรงเรียนโดย คิดว่าทินกรคงโกรธเขาที่ผลักทินกรตกน้ำ
12.	CU ทินกรทักหน้าเพื่อนชาย	แต่ทินกรปฏิเสธและบอกว่า เขาเจอ โรงเรียนเพื่อน ๆ เองคงไม่ชอบหน้าเขา จึงล้อเขาบ่อย ๆ

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
13.	MCU ทิวาและทินกรหันหน้าคุยกัน โดยทิวาเอามือจับไหล่ทินกร	ทิวาให้กำลังใจทินกร เพื่อที่จะลงล้างต่อ คำล้อเลียนนั้นโดยตัดผมให้สั้นและหมั้นรักษา ความสะอาดบ่อย ๆ เพื่อไม่ให้หมักหมิ่นเหม็น
14.	CU ทิวาหน้าตาสะอาดสดใสและตัดผม สั้น	ทิวาบอกทินกรว่า ให้เอาอย่างเขาที่ตัดผม สั้นอยู่เสมอ ทำให้รักษาความสะอาดได้ง่าย และตัวของทิวาเองมักสระผมเกือบทุกครั้ง เมื่ออาบน้ำ ทำให้รู้สึกสดชื่นดี เพราะการ สระผมไม่เพียงแต่กำจัดสิ่งสกปรกออกไป เท่านั้น แต่ยังได้นวดศีรษะทำให้การ ไหลเวียนของเลือดดีขึ้นด้วย
15.	MS ทินกรจับมือกับทิวาพร้อมก้มยิ้ม	ทินกรกล่าวขอโทษทิวาที่ให้คำแนะนำและ เป็นเพื่อนที่ดีเสมอมา ทินกรตั้งใจว่า เขา ต้องลงล้างคำล้อเลียนของเพื่อน ๆ ให้จบ ได้
16.	MS ทินกรตัดผมสั้นและแต่งกายสะอาด GS ทินกรเรียบร้อยนั่งยิ้มอยู่ที่โต๊ะเรียน โดยมีนักเรียนคนอื่น ๆ นั่งอยู่รอบ ๆ	จากวันนั้นทินกรก็ปฏิบัติตามคำแนะนำของ ทิวาโดยตัดผมสั้น และแต่งกายด้วยเสื้อผ้า ที่สะอาดเรียบร้อย เพื่อน ๆ และครูกล่าวชม ทินกรและให้ฉายาใหม่ว่า "เจ้าเงาะถอดรูป" ตั้งแต่นั้นมาทินกรก็มาเรียนทุกวันและเป็นที่ รักของเพื่อน ๆ

ครั้งที่ 4

การปฏิบัติในการรักษาความสะอาดผมและหนังศีรษะ

เรื่อง "เงาะป่าทินกร"

ทินกรเป็นเด็กชายที่สวมเสื้อผ้าสกปรกมอมแมม ผมยาวยุ่งเหยิงและมีกลิ่นเหม็น ครูเตือนเขาอยู่เสมอว่าให้รักษาความสะอาดและตัดผมให้สั้นจึงจะน่ารักสมกับเป็นนักเรียน แต่ทินกรก็ยังเหมือนเดิม จนเพื่อน ๆ ให้อายว่า "เงาะป่าทินกร" เวลาครูสอนทินกรจะนั่งเหม่อลอยคิดถึงคำล้อเลียนของเพื่อน ๆ ทินกรถูกครูดุเป็นประจำเพราะเวลานั่งเรียนครูดาม เขาไม่ตอบได้แต่ก้มหน้า

ทิวกับชาติเป็นเพื่อนสนิทของทินกร ชวนทินกรไปเล่นน้ำคลอง แต่ทินกรไม่ชอบเล่นน้ำจึงนั่งอยู่ริมคลอง ทิวกับชาติเห็นทินกรผลอจึงผลักทินกรลงน้ำ ทินกรตกใจหาตาเล็กเล็กเพื่อนทั้งสองคนก็คิดว่าน้ำใสหน้า ทิวให้ทินกรไถเรือเดินหนีกลับบ้าน วันรุ่งขึ้นทินกรก็ไม่ไปโรงเรียน

หลังจากเลิกเรียนทิวก็รีบไปหาทินกรที่บ้าน พบทินกรกำลังนั่งดูโทรทัศน์ จึงถามว่า "ไถเรือเราใช้ไหมจึงไม่ไปโรงเรียน" ทินกร "เปล่า" ทิว "แล้วทำไมไม่ไปโรงเรียนล่ะ รู้ไหมว่าครูและเพื่อน ๆ เป็นห่วงที่ไม่เห็นเธอไปโรงเรียน" ทินกร "รู้สึกเบื่อ ๆ จึงไม่ไปโรงเรียนและเธอไม่ต้องมาล่อใจเราหรอก เรารู้ว่าเพื่อน ๆ ไม่ชอบหน้าเรา ไม่งั้นคงไม่ล้อเราหรอก" ทินกรจึงนึกได้ว่าเพื่อน ๆ ชอบล้อว่า "เงาะป่าทินกร" เพราะผมยาวยุ่งเหยิงและมีกลิ่นเหม็นทำให้ทินกรไม่อยากไปโรงเรียน ทิวจึงพูดว่า "ฟังนะ เธออย่าเอาคำพูดเหล่านี้ไปคิดหมกมุ่นจะทำให้ไม่สบายใจ เธอเป็นลูกผู้ชายจะลบล้างคำล้อเลียนเหล่านี้ไม่ได้หรือเธอก็มีมือ มีเท้าครบเหมือนคนอื่น เราเชื่อว่าเธอต้องทำได้" ทินกร "ทำอะไร ถ้าให้เราไปชกต่อย เราไม่เอาด้วยหรอก" ทิว "ไม่ได้หมายความว่าอย่างนั้น เพียงแต่เราอยากให้เธอเป็นทिनกรคนใหม่ที่หล่อหน้าตาขี้มอมแจ่มใส จริง ๆ แล้วหน้าตาเธอไม่เลวเลยนะ ถ้าตัดผมให้สั้นและรู้จักรักษาความสะอาดผมไม่ให้มีกลิ่นเหม็น เราอยากให้เธอหล่อและเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ ดูตัวอย่างเราสิ ผมสั้นรู้สึกสบายและรักษาความสะอาดง่าย เวลาเราอาบน้ำก็จะสระผมเกือบทุกครั้ง เพราะมันสดชื่นดี การสระผมไม่ใช่เอาสิ่งสกปรกออกเพียงอย่างเดียว แต่เรายังได้ผดหนังศีรษะอีกด้วยทำให้การไหลเวียนของเลือดดีขึ้น" ทินกร "ขอบใจมากนะเธอเป็นเพื่อนที่ดีเสมอ เราต้องลบคำล้อเลียนของเพื่อนให้ได้"

ตั้งแต่วันนั้นเป็นต้นมา ทินกรก็ปฏิบัติตามคำแนะนำของทิวาทุกอย่างคือ ตัดผมสั้น แต่งกายเรียบง่ายและสะอาดตา มาเรียนหนังสือไม่เคยขาด กลายเป็นทinkerคนใหม่ ได้รับคำชมจากครูและเพื่อน ๆ จนเพื่อน ๆ ให้อายาใหม่ว่า "เจ้าเงาะถอดรูป"

การทดลองครั้งที่ 5

เรื่อง	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน
เวลา	50 นาที
ชื่อเรื่อง	ปัญหาของดาว
ความคิดรวบยอด	ฟันมีประโยชน์มาก นักเรียนควรดูแลรักษาความสะอาดฟันได้ถูกวิธี
จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อเสนอแม่แบบที่มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพความสะอาดฟันให้ถูกวิธีได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟันได้
อุปกรณ์	1. สไลด์สีที่ใช้แม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ขัน น้ำ
วิธีดำเนินการ	ก. ขันน้ำ ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องปากและฟันว่ามีประโยชน์ต่อคนเราอย่างไร ข. <u>ยื่นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "ปัญหาของดาว" ให้นักเรียนดู 2. เมื่อดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายในหัวข้อ - ดาวปวดฟันเพราะอะไร - ควรปฏิบัติตนอย่างไรในการดูแลสุขภาพความสะอาดปากและฟัน

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "ปัญหาของดาว"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า การป้องกันฟันผุที่ดีที่สุด คือ การแปรงฟันที่ถูกต้อง
ควรแปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ ตอนเช้าและก่อน
เข้านอน หรือทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร แต่ถ้าทำไม่ได้
ก็ใช้การบ้วนปากแทน ควรพบบหมอฟันอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผิวน้ำและหนังสือของนักเรียนแต่ละคน
แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง
การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน
เรื่อง ปัญหาของดาว
ความยาว 2.48 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
2.	CAP. ผู้จัดทำ เด็กเก็จ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว. ประสานมิตร	ดนตรี
3.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง ปัญหาของดาว	ดนตรี
4.	LS หทัยนั่งอยู่ใต้เรียน มีดาวเดินเข้ามาหา	ดาวถูกเพื่อนผู้ชายล้อเสมอว่าปากเหม็น ทำให้เธอรู้สึกเสียใจมากจึงปรึกษาหทัย แต่หทัยไม่รู้จะตอบเพื่อนเช่นไร จึงพาดาวไปที่ห้องพยาบาล
5.	MS หทัยและดาวยืนอยู่ในห้องพยาบาล ข้างตู้ตัวอย่างสุขภาพปากและฟัน หทัยยื่นเอกสารให้ดาว	ข้างตู้ตัวอย่างสุขภาพปากและฟันมีโต๊ะเอกสารหทัยจึงหยิบเอกสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพปากและฟันให้ดาวดู

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
6.	CU คาวเอามีอกมุน้ำทำหน้าเหยเก	ทงะคูเออสารอยู่นั้นความรู้สึกปวดฟัน เพราะฟันของคาวผุหลายซี่และปากมีกลิ่น เหม็นจนเพื่อน ๆ พากันล้อคาวอยู่เป็นประจำ
7.	MS คาวยืนกินลูกกวาด	เหตุที่คาวฟันผุก็เพราะคาวชอบทาน ลูกกวาดสีสวย ๆ ที่วางขายตามร้านค้าทั่วไป
8.	MS คาวร้องไห้ขณะนั่งอยู่กับแม่ที่ร้าน	เมื่อกลับถึงบ้าน คาวร้องไห้และเล่าให้ แม่ฟังว่าเธอปวดฟันมากจนทนไม่ไหว
9.	LS แม่และคาวยืนอยู่หน้าคลินิกหมอพัน	แม่พาคาว ไปหาหมอเพื่อรักษาฟันผุซึ่ง เป็นสาเหตุทำให้คาวปวดฟัน
10.	MS หมอคุยกับคาวภายในห้องตรวจใน คลินิก	หลังจากคุณหมอรักษาฟันของคาวแล้ว ได้แนะนำให้คาวทำความสะอาดฟันทุกเช้า เย็น หรือทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร ต้อง แปรงฟันให้ถูกวิธีโดย
11.	CU การแปรงฟันที่ถูกวิธี	ฟันบนให้แปรงขัดขนแปรงด้านล่าง ฟันล่าง ให้แปรงขัดขึ้นด้านบน และฟันบนเคี้ยวให้ ทางด้านหน้าแปรงลงกับฟันและถูเข้าออกหลาย ๆ ครั้ง

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
12.	MS นม ไข่ ผัก และผลไม้ที่จัดวาง อยู่สวยงาม	และรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เช่น นม ไข่ ผักและผลไม้ต่าง ๆ เพราะมีเกลือแร่ ช่วยบำรุงให้แข็งแรงควรหลีกเลี่ยงการทาน ลูกกวาดหรือของหวานจัด เพราะจะทำให้ฟันผุ ได้ง่าย
13.	MCU ดาวแปรงฟัน	หลังจากที่ดาวไปหาหมอฟันมาแล้ว ดาว ได้ปฏิบัติตามคำแนะนำของหมอทุกประการ ทำให้ฟันของดาวสะอาดและปากไม่มีกลิ่น เหม็นอีกต่อไป
14.	CU ดาวยิ้มเห็นฟันสวยงาม	เพื่อนำยิ้มล้อเลียนดาวอีกต่อไป ทำให้ดาว เข้ากับเพื่อน ๆ ได้ และมีความสุขตลอดไป

ครั้งที่ 5

การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดปากและฟัน

เรื่อง "ปัญหาของดาว"

"ยายดาวปากเหม็นมาแล้วพวกเรา" เด็กชายคนหนึ่งร้องตะโกนพร้อมกับวิ่งออกไปนอกห้องเรียน หทัยมองไปที่ประตูเห็นดาวเดินเข้ามาหา ดาว "ทำไมพวกผู้ชายชอบล้อว่าดาวปากเหม็น" ดาวพูดพลางน้ำตาก็เอ่อออกมา หทัยไม่รู้ว่าจะตอบเพื่อนอย่างไรดีจึงพูดว่า "มานี่สิ" แล้วหทัยก็เดินนำหน้าดาว ไปยังห้องพยาบาล พา ไปดูตัวอย่างสุขภาพปากและฟันที่ครูจัดวางไว้ในตู้กระจกมองเห็นได้ชัดเจน และที่โต๊ะข้างตู้ยังมีเอกสารวางอยู่ หทัยหยิบเอกสารแผ่นหนึ่งขึ้นมาให้ดาวแล้ว เปิดดูข้อความการดูแลสุขภาพปากและฟัน ขณะกำลังดูอยู่นั้นดาวร้องไห้อีก ! พร้อมกับยกมือขึ้นกุมแก้มแสดงอาการปวดฟัน ฟันของดาวผุมากและปากมีกลิ่นเหม็นจนเพื่อน ๆ พากันรังเกียจและล้อเลียนเป็นประจำ ดาวฟันผุเนื่องจากชอบทานลูกกวาดที่มีรสอร่อยหวาน วางขายตามร้านค้าทั่ว ๆ ไป

เมื่อกลับถึงบ้าน ดาวร้องไห้พร้อมกับเล่าให้คุณแม่ฟังว่าปวดฟันมากจนทนไม่ไหวคุณแม่จึงพาดาว ไปหาหมอฟันเพื่อรักษาฟันผุ หลังจากคุณหมอรักษาฟันผุของดาวแล้วก็แนะนำว่า ให้หมั่นทำความสะอาดฟันทุกเช้า เย็น หรือทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร โดยการแปรงฟันให้ถูกวิธี คือ 1. ฟันบนแปรง โดยการบิดขนแปรงลงข้างล่างทั้งด้านในและด้านนอกแปรงหลาย ๆ ครั้ง 2. ฟันล่างแปรง โดย การบิดขนแปรงขึ้นข้างบนทั้งด้านในและด้านนอกแปรงหลาย ๆ ครั้ง 3. ฟันบนเคี้ยวเอาด้านหน้าของแปรงวางลงบนฟันแล้วถูเข้าถูออกหลาย ๆ ครั้ง นอกจากนั้นหมอฟันยังแนะนำอีกว่า ควรเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เช่น นม ไข่ ผักและผลไม้ต่าง ๆ เพราะมีเกลือแร่ช่วยบำรุงให้ฟันแข็งแรง ควรหลีกเลี่ยงการทานลูกกวาดหรือของหวานจัด เช่น ที่ลodicแลต หรือ ขนมหวานต่าง ๆ เพราะจะทำให้ฟันผุได้ง่าย

หลังจากที่ดาว ไปหาหมอฟันรักษาฟันผุแล้ว ดาว ได้ปฏิบัติตามคำแนะนำของหมอฟันทุกวัน ทำให้ฟันของดาวสะอาดแข็งแรงและปากก็ไม่มีกลิ่นเหม็น เพื่อน ๆ ไม่ล้อเลียนดาวอีกต่อไป ทำให้ดาว เข้ากลุ่มเพื่อนได้และดาวมีความสุข

การทดลองครั้งที่ 6

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนัง
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	ถานีที่โคล
<u>ความคิดรวบยอด</u>	ร่างกายสกปรกทำให้เกิดโรคผิวหนังได้ นักเรียนสามารถป้องกันได้โดยการอาบน้ำ ฟอกด้วยสบู่ แล้วเช็ดตัวให้แห้ง และควรรักษาความสะอาดเครื่องนุ่งห่มเสมอ
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อเสนอแนะแบบที่มีพฤติกรรมดูแลรักษาความสะอาดผิวหนัง 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนังอย่างถูกต้องได้ 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนังได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สื่ที่ใช้แนะแบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. ผ้าเช็ดตัว สบู่ ยัน น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดผิวหนังอย่างไร

ข. ขั้นเสนอแนะแบบ

1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง อานันท์ไคล ให้นักเรียนดู
2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเรื่อง
 - วิธีการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)
 - การป้องกันและรักษาโรคผิวหนัง

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "อานันท์ไคล"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการรักษาความสะอาดผิวหนังก็คือ การดูแลรักษาความสะอาดร่างกายด้วยการอาบน้ำ กูสบู่ แล้วเช็ดตัวให้แห้ง ไม่ควรให้สบูยาหรือเครื่องสำอาง ควรรับประทานผักสดหรือผลไม้เป็นประจำ เพื่อช่วยบำรุงผิวพรรณ และช่วยในการขับถ่าย
3. ครูให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนัง

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผผและหนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง

การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน

เรื่อง ธาณิษฐ์ไคล

ความยาว 4.46 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. FOCURS	ดนตรี
2.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง ธาณิษฐ์ไคล	ดนตรี
5.	MS เด็กชายธานีครึ่งตัวเห็นเนื้อตัวคำ สกปรก	โรงเรียนบ้านหนองใหญ่มีนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5/3 คนหนึ่งชื่อธานีตาม เนื้อตัวมีแต่ขี้ไคลทำให้เพื่อน ๆ มักเรียก เขาว่า "เจ้าธานีขี้ไคล"

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
6.	LS ภาพธงชัยบิดดาหันหน้าเข้าผาผนังให้เห็นภาพธำนิและกล้ากำลังหาที่ซ่อน	หลังจากรับประทานอาหารกลางวันเสร็จเรียบร้อยแล้วธำนิ กล้า ธงชัย เล่นซ่อนหากัน โดยธงชัยเป็นผู้บิดดา ส่วนกล้าและธำนิไปซ่อน
7.	MS ธำนิยืนอยู่บนต้นไม้เอามือเกาะที่แขนและขา	ธำนิทนมากจึงปีนขึ้นไปซ่อนตัวบนต้นไม้ซึ่งมีรังมดแดงอยู่ ธำนิไม่ทันระวังจึงไปชนกับรังของมดแดง มดแดงจึงหล่นลงมาบนร่างกายของเขา ธำนิถูกมดแดงกัด เขาจึงร้อง "ช่วยด้วย ช่วยด้วย"
8.	LS ธำนิยืนเกาะอยู่ใต้ต้นไม้โดยมีธงชัยและกล้ายืนอยู่ใกล้ ๆ	ธงชัยและกล้าได้ยินเสียงร้องของธำนิก็รีบวิ่งไปหา เห็นธำนิถูกมดแดงกัด
9.	LS ธงชัยและกล้าช่วยกันถอดเสื้อของธำนิ	จึงให้ธำนิถอดเสื้อเพื่อจะเอามดแดงออกให้หมด
10.	CU ธำนิถอดเสื้อที่หลังและคอมีรอยต่าง	เมื่อธำนิถอดเสื้อก็พบว่ามียรอยต่างที่คอและหลังมากมาย กล้าและธงชัยช่วยกันเอามดแดงออกจากตัวของธำนิแล้วจึงพาธำนิไปที่ห้องพยาบาล

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
11.	MS ครูทายาทตามตัว ธาณีโดยมีธงชัย และกล้ายืนคู้ยู่ใกล้ ๆ	ครูครูยแพร่ที่ถูกลมแดดแดดแล้วจึงช่วย ทายาทตามตัวให้ธาณี และครูพบว่าที่ พอกหูจนถึงขามมีไข้โคล หลังและคอเป็น รอยแดง มีกลิ่นเหม็นคั่ง
12.	MS ธงชัยหันหน้าถามครูโดยมีธาณีและ กล้ายืนทายาทอยู่ทางด้านหลัง	ธงชัยส่งสัยรอยแดงที่หลังและคอของธาณี จึงถามครู ครูอธิบายว่า รอยแดงนั้น คือ เกลื้อน ซึ่งเกิดจากการ ไม่รักษาความสะอาด ผิวหนัง
13.	LS เด็กผู้ชายกำลังอาบน้ำมีฟองสบู่อยู่ เต็มตัว	ครูแนะนำว่าการรักษาความสะอาด ทำได้ง่าย ๆ โดยการล้างหน้าหรืออาบน้ำ ด้วยสบู่และน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ เช้าและเย็น ถ้าถูคร้อนควร อาบน้ำบ่อยขึ้น
14.	MS เด็กผู้ชายสวมเสื้อตัวหลวม มือทั้ง สองจับอยู่ที่ชายเสื้อ	เสื้อผ้าที่สวมใส่ก็ต้องสะอาด สวมสบาย ไม่คับจนเกินไป และไม่สวมใส่เสื้อผ้าร่วม กับผู้อื่น หรือคนที่ เป็นโรคผิวหนัง
15.	VLS เด็ก ๆ กำลังวิ่งเล่นกันอยู่ในสนาม	ควรออกกำลังกายอยู่เสมอ เพื่อให้ผิวหนัง ได้มีการขับเหงื่อ ทำให้ร่างกายสดชื่น

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
16.	MS ผักสดและผลไม้วางอยู่บนโต๊ะ	และการรับประทานผักสดและผลไม้เป็นประจำทุกวัน เป็นการบำรุงผิวพรรณและช่วยให้ระบบขับถ่ายดีขึ้นด้วย
17.	MS ครูนั่งทายาทให้ทาน โดยมิกล่าและธงชัยนั่งอยู่ใกล้ ๆ	ครูให้กำลังใจท่านว่า ถ้าท่านรักษาความสะอาดร่างกายอยู่เสมอ และปฏิบัติตามคำแนะนำของครูก็จะทำให้รอยดำที่มืออยู่หายไป จากนั้นครูจึงให้ยากับท่านไปทาแผลที่บ้าน เพื่อป้องกันมิให้เชื้อโรคลุกลามไปตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย
18.	LS ท่านสวมเสื้อขาวสะอาดขึ้นอีกโดยมีเพื่อน ๆ ยืนคุยด้วยหลายคน	เมื่อกลับบ้านไปแล้ว ท่านคิดถึงคำแนะนำของครูท่านจึงเริ่มทำตามคำแนะนำของครู ขณะนี้ท่านไม่มีที่ใดหรือรอยดำตามตัวอีกแล้ว เพื่อน ๆ ชมท่านเสมอทำให้ท่านดีใจและมีความสุขมาก

ครั้งที่ 6

การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดของผิวหนัง

เรื่อง "ธานีไ้โคล"

๓. โรงเรียนหนองใหญ่ มีนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 3 ห้อง และมีนักเรียน บ. 5/3 คนหนึ่งชื่อ ธานี เพื่อน ๆ "ธานีไ้โคล" เพราะตามตัวของธานีมีไ้โคล วันหนึ่งหลังรับประทานอาหารกลางวันเสร็จแล้ว ธานี กล้า ธงชัย ก็เล่นซ่อนหากัน ธงชัยบิดตาคับ ธานีก็กล้าไปซ่อน ธานีซ่อนมากจึงหนีไปซ่อนอยู่บนต้นไม้ ซึ่งเลื้อยต้นไม้มีรังมดแดง อยู่แต่ธานีไม่เห็นจึงเอาหัว ไปชนรังมดแดง มดแดงก็หล่นจากรังติดตามตัวธานีและกัดด้วย ธงชัย และกล้าได้ยินเสียงร้อง "ช่วยด้วย ช่วยด้วย" ของธานีจึงรีบวิ่งไปตามเสียง เห็นธานีลงจาก ต้นไม้ด้วยอาการเจ็บแสบเพราะมดกัด ธงชัยและกล้าหัวเราะแล้วเดินเข้าไปหาและพูดว่า " เป็นไงเธอนั่นจริง ๆ เลยนะซ่อนข้างล่างก็ได้" ธานี "โอ๊ย ช่วยจี้มดแดงออกจากตัวฉันก่อน" แล้วธานีก็ถอดเสื้อออก ธงชัย "โอ้โฮ หลังและคอเธอเป็นอะไรนะ ธานี มีรอยด่างเต็มไปหมดเลย" ธานี "เออเน่า ช่วยเอามดออกจากตัวฉันก่อน กล้ากับธงชัยพากันช่วยเอามดออกแล้ว พาไปที่ห้องพยาบาล ธานีหยิบเสื้อมาสวมเหมือนเดิม

ครูที่ห้องพยาบาล "ใครเป็นอะไร ไ้ไหนครู" ธงชัย "ธานีถูกมดแดงกัดครับ" ครู "ถอดเสื้อครู" พอธานีถอดเสื้อเห็นตามตัวมีจุดแดง ๆ เต็มตัวธานีนั้นคือรอยมดกัด ตามตัวธานีตั้งแต่คอหูลงถึงขา มีไ้โคลดำ หลังและคอเป็นรอยด่าง หลังและคอเป็นรอยด่าง กลิ่นเหม็นเหม็น คลุ้ง ครูให้ส้มตำสั้สุกๆทาให้ธานีและหยิบเอายาอีกหลอดหนึ่งทา ธงชัยสงสัยจึงถาม "ครูครับ หลังและคอธานีเป็นอะไรครับ ทำไมจึงมีรอยด่าง ๆ ด้วยครับ" ครู "อ้อ นี่แหละ เขาเรียกว่า เกลื้อน ที่เกิดจากการไม่รักษาความสะอาดผิวหนัง ซึ่งการรักษาความสะอาด นั้นไม่ยากเลยนะ เพียงแต่เราล้างหน้าหรืออาบน้ำด้วยสบู่และน้ำสะอาด ควรอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือเช้ากับเย็น ถ้าถูคร้อนควรอาบน้ำบ่อยขึ้น เสื้อผ้าที่สวมใส่ก็ต้องสะอาด สวมสบาย ไม่คับจนเกินไป ควรออกกำลังกายอยู่เสมอเพื่อให้ผิวหนังได้มีการขับเหงื่อ ร่างกายจะสดชื่นขึ้น การที่พวกเธอวิ่งเล่นอย่างนี้ก็คือว่าเป็นการออกกำลังกาย ควรกินผักสดและผลไม้เป็นประจำทุกวัน เพื่อบำรุงผิวพรรณและช่วยทำให้ระบบขับถ่ายดีขึ้น" ธงชัย "ผมชอบกินผักสดครับ คุณแม่จะซื้อ มาทุกวันเลย" ครู "ดีละ จริง ๆ แล้วธานี เป็นคนผิวขาว ผิวสวยกว่ากล้ากับธงชัยเสียอีก

คุยอย่างธงชัยสิ ผิวเขาค่อนข้างคล้ำ ถ้าเปรียบเทียบกับธำนี้แต่ด้วยความขยันและรู้จักรักษาความ
 สะอาด จึงดูเหมือนว่าธงชัยมีผิวที่ผ่องขึ้น "ถ้ากับธงชัยยิ้ม ขณะที่ครูสนทนากับเด็กทั้งสามคนอยู่
 ครูก็พยายามให้ธำนี้ไปด้วย กล้าถามว่า "กลัวรอยค่าง ๆ พวกนี้จะหายไปไหมครับ" ครู
 "หายสิถ้าธำนี้ปฏิบัติตามคำแนะนำของครู และที่สำคัญครูจะให้ยาหลอดนี้ไปทาที่แก้มทุกวัน
 เพราะยาคันนี้สามารถป้องกันมิให้เชื้อโรคลุกลามไปตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกายแต่วิธีนี้ป้องกัน
 มิให้เกิดโรคนี้ที่ตีสู้ก็คือ การอาบน้ำ ทาละอองยาให้สะอาดด้วยสบู่แล้วเช็ดตัวให้แห้ง
 อย่าสวมเสื้อผ้าร่วมกับผู้อื่นหรือคนที่ป่วยโรคผิวหนัง เกลาะ เสร็จแล้วธำนี้ ลุกขึ้นสวม
 เสื้อผ้าให้เรียบร้อย" ธำนี้ "ขอบคุณครับ" เด็กทั้งสามคนยกมือไหว้ครูแล้วเดินออกจากห้อง
 พยาบาลไป ขณะที่เดินกลับบ้าน ธำนี้ยังคิดถึงคำพูดของครูที่ห้องพยาบาลว่า จริง ๆ แล้ว
 ผิวดมของเธอดีกว่าธงชัยและขาวกว่า แสดงว่าถ้าเราขยันอาบน้ำ ใช้น้ำยาเช็ดตัวทุกวัน ตามที่ครู
 แนะนำเราต้องหล่อกว่าธงชัยแน่เลย ว่าแล้วธำนี้ก็ปฏิบัติตามทุกวัน จนเดี๋ยวนี้ ไม่มีขี้ไคลหรือ
 รอยค่างตามตัวธำนี้อีกแล้ว ธำนี้เป็นคนที่ร่าเริง ผิวดมสะอาดสะอ้าน เสื้อผ้าก็ขาวสะอาด
 ด้วยเพื่อน ๆ ชมเสมอธำนี้ดีใจมาก

การทดลองครั้งที่ 7

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	เรื่องของนิมิตร
<u>ความคิดรวบยอด</u>	มือและเท้าควรตัดเล็บให้สั้นอยู่เสมอ นักเรียนต้องรู้จักดูแลรักษาความสะอาดมือและเท้าให้ถูกวิธี
<u>จุดมุ่งหมาย</u> และทำได้	1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้าได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้าได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สื่อกำหนดแบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. กรรไกรตัดเล็บ แปรงขัดเล็บ สบู่ น้ำ ยัน
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องมือและเท้าว่า "เราควรดูแลและรักษาความสะอาดอย่างไร"

ข. ขั้นเสนอแนะแบบ

1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "เรื่องของนิมิตร" ให้นักเรียนดู
2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายในข้อเกี่ยวกับ
 - นักเรียนควรทำตามแบบอย่างนิมิตรในเรื่องใด
 - บทเรียนที่นิมิตรได้รับเป็นอย่างไร
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "เรื่องของนิมิตร"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิถีคู่รักหามือและเท้า คือ ควรตัดเล็บให้สั้น พองาม เล็บมือตัดให้ยาวโค้งตามรูปเล็บ เล็บเท้าตัดให้ตรง ควรใช้กรรไกรตัดเล็บ ไม่ควรใช้เล็บยาวเพราะจะทำให้ระวัง รักษาความสะอาดยากหรือเล็บจะฉีกหรือหักง่าย

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดผมและหนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง
การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน
เรื่อง เรื่องของนิมิตร
ความยาว 4.28 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. FOCUS	ดนตรี
2.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง เรื่องของนิมิตร	ดนตรี
5.	LS นิมิตรนำอาหารไปให้แมว โดยมี แมวยืนกินอาหารอยู่หลายตัว	นิมิตรหลบเลี้ยงสัตว์ ที่บ้านของนิมิตร เลี้ยงแมวไว้หลายตัว ทุกวันนิมิตรจะเล่น กับแมวและคลุกข้าวให้
6.	MS นิมิตรช่วยพ่อชุดดินทาแปลงปลูกผัก สวนครัว	นิมิตรมักช่วยพ่อแม่ทำงานบ้านหลังเลิก เรียนทุกวัน วันนี้เขาไปช่วยพ่อชุดดินทาแปลง ปลูกผักสวนครัว

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
7.	LS นิมิตร พ่อและแม่ นั่งรับประทาน อาหารอยู่ที่โต๊ะอาหาร	เย็นแล้วนิมิตรรีบไปทานข้าวโดยไม่ได้ ล้างมือและทำให้สะอาด
8.	CU มือของนิมิตรสกปรกดำ	แม่เห็นมือของนิมิตรมีเล็บยาวสกปรก และดำมากจึง ให้นิมิตร ไปล้างมืออีกครั้งหนึ่ง นิมิตร ไปล้างมืออีกครั้งแต่ยังไม่สะอาด แม่จึงกำชับให้ทำสะอาดและตัดเล็บให้สั้นด้วย
9.	LS นิมิตรนอนอยู่ที่เตียงในห้องนอน	หลังจากทานข้าวแล้ว นิมิตรเพลียมาก เขาจึงนอนหลับไปโดยลืมทำในสิ่งที่แม่กำชับ รุ่งเช้าแม่เรียกให้เขาไปโรงเรียน
10.	LS นิมิตรแต่งชุดนักเรียน มีค้ายถือ กระเป๋าหนังสือ มีของวางถือถุงเท้า สีมอ ๆ	นิมิตรอาบน้ำแต่งตัว คราวกระเป๋าและหา ถุงเท้าแต่หาไม่พบ เขาจึงใช้ถุงเท้าคู่ที่สวม แล้วเมื่อวานแล้วรีบไปโรงเรียน
11.	MS นิมิตรแต่งชุดพละ มีค้ายกมมือขวา หน้าตาปัดเปื้อน	เมื่อถึงชั่วโมงเรียนพลศึกษา ด้วยความ เร่งรีบเปลี่ยนเสื้อผ้า เลื้อมือของนิมิตรซึ่งจิกอยู่ นิคหน่อย ไปเกี่ยวกับเสื้อผ้า ทำให้จิกมากขึ้นอีก และมีเลือดที่มือออกมา นิมิตรเจ็บมากแต่ก็ ต้องอดทน

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
12.	LS นักเรียนใส่ชุดพลอยนเข้าแถวยืนมือ ออกมาด้านหน้า ครูเดินตรวจดู ความสะอาดของมือและเล็บ	ในชั่วโมงพลศึกษา ครูตรวจเล็บมือและ เล็บเท้า เพื่อให้คะแนน ครูเดินตรวจและ พบว่านักเรียนหลายคนมีมือและเล็บที่สะอาดดี
13.	MS ครูหยุดยืนหันหน้าเข้าหานักเรียนที่ยืน มือออกมาให้ครูตรวจ	เมื่อครูเดินมาถึงนักเรียนพบว่ามือและเล็บ ของนักเรียนสกปรกมาก และมีเลือดที่เล็บ อีกด้วย ครูถามนักเรียนและกล่าวชมเชยที่คอย ที่ยืนอยู่ใกล้ ๆ และให้นักเรียนดูตัวอย่าง ตัวอย่าง
14.	LS นักเรียนยืนเข้าแถว ครูยืนด้านหน้า หันหน้าเข้าหานักเรียน	ครูสรุปการดูแลรักษามือและเล็บเป็น สิ่งสำคัญจึงควรดูแลรักษาให้ถูกวิธี คือ
15.	CU มือของนักเรียนที่สะอาด เล็บตัดสั้น	1. ตัดเล็บให้สั้นพองามและเรียบโค้ง ตามรูปเล็บควรวาดทั้งมือและเท้า การตัดเล็บ ควรใช้กรรไกรตัดเล็บ 2. เมื่อเล็กลึกควรใช้กรรไกรตัดเล็บตัด ออกไม่ควรดึงหรือกัด
16.	MS นักเรียนล้างมือและเท้าด้วยสบู่มี ฟองติดอยู่	3. ทำความสะอาดมือและเท้าอยู่เสมอ โดยใช้สบู่และขัดสิ่งสกปรกที่อยู่ตามซอกเล็บ ออกด้วยแปรงขัดเล็บแล้วเช็ดให้แห้ง 4. ไม่ควรไว้เล็บยาวเพราะจะทำให้ รักษาความสะอาดยากและเล็บฉีกหักได้ง่าย

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
17.	LS นิมิตรนั่งทำความสะอาดมือและเท้า	หลังเลิกเรียนนิมิตรกลับบ้านไปเขาก็ รีดัดเล็บและทำความสะอาดเล็บตาม คำแนะนำของครูทันที
18.	LS นิมิตร พ่อและแม่ นั่งอยู่ที่โต๊ะอาหาร	ในเวลาอาหารเย็นแม่เห็นมือของนิมิตร สะอาดจึงกล่าวชม ตั้งแต่เนิ่นมานิมิตรก็ได้ รับคำชมจากแม่ ครู และเพื่อนเสมอ ๆ ว่า มือและเล็บของเขาสะอาดดีมาก

ครั้งที่ 7

การปฏิบัติในการรักษาความสะอาดมือและเท้า

เรื่อง " เรื่องของนิมิตร "

นิมิตรและชิตชัยเป็นเพื่อนกัน นิมิตรชอบเลี้ยงสัตว์ ชิตชัยเก็บเงินจ้ะเก็บแต่งตัว สะอาดเรียบร้อย บ้านของนิมิตรเลี้ยงดูแมว ไว้หลายตัว ทุกวันนิมิตรจะเล่นกับสุนัขและคลุกข้าวให้แมว นิมิตรต้องช่วยพ่อแม่ทำงานบ้านหลังเลิกเรียน โดยจะไปหาพ่อที่สวนหลังบ้าน และช่วยพ่อขุดดินทำแปลงปลูกผักสวนครัว แม่ทำกับข้าวอยู่ในครัว เมื่อทำเสร็จและเห็นว่าเย็นลงมากแล้วและอากาศหนาว เริ่มพัดเข้ามาจึงเรียกสองพ่อลูกมาอาบน้ำทานข้าว เนื่องจากอากาศหนาวเย็นมากนิมิตรจึงรีบอาบน้ำและ ไม่ได้สนใจขัดมือและเท้า ให้สะอาด ขณะที่ทานข้าวแม่เหลือบเห็นมือของนิมิตรสกปรกเลืยขาวและดำ แม่จึงทักว่า "อาบนํ้าอย่าง ไรกัน ไม่เห็นสะอาดเลย ไปอาบนํ้าใหม่อีกที" นิมิตรก็รีบ ไปอาบนํ้าใหม่ตามที่แม่บอกแต่ไม่ได้ขัดเล็บ แม่ก็ลู่อีกว่า "ทำไมไม่ขัดเล็บ" นิมิตร "ไม่เป็นไรหรอกครับทานข้าวเราก็ให้ช้อนอยู่แล้ว" แม่ "ยัง ไงก็ต้องทำสะอาด และขัดเล็บให้สั้นอยู่เสมอกันข้าวเสร็จแล้ว ไปตัดเล็บและล้าง ให้สะอาดทั้งมือและเท้าละ" นิมิตร "ครับ" นิมิตรรักปากกับแม่อย่างเข้มแข็ง แต่นิมิตรก็ลืมจนได้เพราะเมื่อทานข้าวเสร็จนิมิตรก็เดินเข้าห้องนอนด้วยความอ่อนเพลีย อ่านหนังสือได้เพียงหน้าเดียวก็หลับไปโดยไม่รู้ตัวและสะดุ้งตื่นอีกทีเมื่อได้ยินเสียงแม่เรียก "นิมิตรตื่นได้แล้วลุกเดี๋ยว ไปโรงเรียนสาย" นิมิตรรีบลุกขึ้นไปอาบนํ้าแต่งตัวคิดว่ากระเป๋ามีได้แต่หาถุงเท้าที่เก็บไว้ไม่พวจึงสวมคู่เก่าไปก่อน แม่เรียกนิมิตรไปทานข้าว แต่นิมิตรปฏิเสธว่า "ไม่เป็นไรครับแม่ สายแล้วเดี๋ยวไปโรงเรียนไม่ทัน ผมไปซื้อขนมที่โรงเรียนทานก็ได้ครับ"

หลังจากเรียนวิชาคณิตศาสตร์แล้ว นักเรียนทุกคนต้องรีบเปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นชุดพลและต้องลงไปให้ทันเวลา ด้วยความรีบเร่ง เลืมือของนิมิตรซึ่งจ้ะจ้ะอยู่หน้ามือที่แห้งแล้ว ไปเกี่ยวกับเสื้อผ้าทำให้เลืมือจ้ะจ้ะไปข้าง ในที่มีเนื้อทำให้เลืมือที่ออกมานิมิตรรู้สึกเจ็บแต่ก็ต้องอดทน

ขณะเข้าแถวอยู่กลางสนาม ครู "วันนี้ครูขอตรวจมือและเท้า เพื่อจะให้สะอาด"

แล้วครูก็เดินตรวจนักเรียนไปตามแถวทีละคนทุกคนสะอาดดี พอไปถึงนิมิตร ครู "นิมิตรเธอไปทำอะไรมา เลืมือเลืเท้าถึงสกปรกอย่างนี้เดี๋ยวนี้ให้เลืมือตามขอบเลืมืออีกด้วย" เพื่อน ๆ

ในแถวต่างหันมามองนิมิตรเป็นตาเดียวกัน บางคนก็หัวเราะแล้วชะ ้งกหน้า ไปดูนิมิตร ครู

"นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อย เธอคิดหทัยทำไมเขาดึงสะอวด เล็บมือเล็บเท้าก็สั้นอยู่แล้ว สะอวดดี" หลังจากตรวจเสร็จแล้ว ครูก็สรุปเรื่องการดูแลสุขภาพความสะอาดมือและเท้าให้นักเรียนฟัง ครูพูดว่า "มือและเท้าของเรามีความสำคัญมากเราควรดูแลสุขภาพให้ถูกวิธี ซึ่งครูจะสรุปสั้น ๆ ให้นักเรียนฟังดังนี้

1. ควรตัดเล็บให้สั้นพองาม เล็บมือตัดให้เรียวโค้งตามรูปเล็บ ส่วนเล็บเท้าควรตัดตรงเพื่อหลีกเลี่ยงการเป็นเล็บขบ ควรใช้กรรไกรตัดเล็บ
2. เมื่อเล็บฉีกควรใช้กรรไกรตัดเล็บออกไม่ควรดึงหรือกัด
3. ทำความสะอาดมือและเท้าอยู่เสมอ ด้วยการล้างด้วยน้ำสะอาดและฟอกสบู่โดยใช้แปรงขัดเล็บขัดซอกเล็บมือเล็บเท้าแล้วเช็ดให้แห้ง
4. ไม่ควรไว้เล็บยาว เพราะจะทำให้ระวังรักษาความสะอาดยาก และเล็บจะฉีกหรือหักได้ง่าย"

หลังจากเลิกเรียน นิมิตรกลับไปถึงบ้านก็รีบหากรรไกรตัดเล็บมาตัดเล็บมือ เล็บเท้าให้สั้นแล้วก็ใช้แปรงขัดเล็บมือ เล็บเท้าให้สะอาดแล้วเช็ดให้แห้ง แล้วจึงไปช่วยพ่อทำงานตามปกติ เมื่อถึงเวลาทานอาหารเย็นแม่เห็นมือของนิมิตรสะอาดขึ้น จึงชมว่า "วันนี้มือของนิมิตรสะอาดจัง" นิมิตรจึงตอบอย่างมั่นใจว่า "แม่ครับต่อไปนี้แม่จะไม่เห็นมือและเท้าของผมสกปรกอีกแล้ว ผมรู้วิธีดูแลสุขภาพแล้วครับ" ตั้งแต่นั้นมานิมิตรก็ได้รับความชมจากเพื่อน ๆ ครู และแม่เสมอว่า เป็นคนรู้จักดูแลสุขภาพความสะอาดมือและเท้า

การทดลองครั้งที่ 8

เรื่อง	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)
เวลา	50 นาที
ชื่อเรื่อง	สาเหตุของการเกิดโรค
ความคิดรวบยอด	การไม่รักษาความสะอาดร่างกาย บ่อยๆ ให้น้ำสกปรก มีกลิ่นเหม็น ทำให้เป็นโรคผิวหนังได้
จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อให้ให้นักเรียนบอกวิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง) ได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง) ได้
อุปกรณ์	1. สไลด์สีที่ให้นักเรียนเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. ผ้าเช็ดตัว สบู่ ยัน น้ำ
วิธีดำเนินการ	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับการอาบน้ำ การฟอกสบู่ และการดูแลรักษาเครื่องนุ่งห่ม

ข. ขั้นเสนอแนะแนว

1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง สาเหตุของการเกิดโรค ให้นักเรียนดู
2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเรื่อง
 - สาเหตุของการเป็นโรคผิวหนัง
 - วิธีการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "สาเหตุของการเกิดโรค"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีการรักษาความสะอาดผิวหนังก็คือ การอาบน้ำชำระร่างกายด้วยสบู่ แล้วเช็ดตัวให้แห้ง ถ้าหากเป็นโรคผิวหนัง ควรให้ยาขององค์การเภสัชกรรมทาบาง ๆ ควรดูแลรักษาเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย เครื่องนอนให้สะอาดอยู่เสมอ ไม่ควรใช้เสื้อผ้าร่วมกับคนที่เป็นโรคผิวหนัง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสะอาดผิวและหนังศีรษะของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง

การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน

เรื่อง สาเหตุของการเกิดโรค

ความยาว 4.28 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. FOCUS	ดนตรี
2.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง สาเหตุของการเกิดโรค	ดนตรี
5.	LS เกม เกื้อ และกิตติกำลังเล่น ฟุตบอลอยู่ในสนาม	เกม เกื้อ และกิตติเป็นนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เขาทั้ง 3 อยู่ห้อง เดียวกัน และเล่นด้วยกันเสมอ วันหนึ่งหลังจาก รับประทานอาหารกลางวันเรียบร้อยแล้ว เขาก็ไปเล่นฟุตบอลด้วยกัน ขณะกำลังเล่น อยู่นั้นฝนก็ตกลงมาก

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
6.	LS เกม เกื้อ และกิตติ เล่นฟุตบอล ในอาคารเอนกประสงค์ เสื้อผ้าทั้ง สามเลอะ โคลน	เกม เกื้อ และกิตติจึงต้องย้ายไปเล่น ฟุตบอลในอาคารเอนกประสงค์ที่ไม่มีฝ้ากัน ทำให้ลูกฟุตบอลกระเด็นออกไปเอนโคลน เมื่อเตะลูกบอลโคลนจึงกระเด็นถูกเสื้อผ้า เลอะเทอะ
7.	MS ครูยีน เกมกำลังถอดเสื้อออก	ขณะนั้นครูประจำชั้นมาพบจึงให้เขาทั้ง สามไปล้างตัว เกมถอดเสื้อออกทำให้เห็น รอยด่างสีขาวที่ร่างกายของเขา
8.	LS เกื้อและกิตติชี้ไปที่ร่างกายของเกม โดยมีครูยีนหันหน้าเข้าหาปาน เข้าหาปาน	เกื้อและกิตติสงสัยจึงถาม ครูจึงตอบว่า ครู : กลาก เกื้อ : ครูครับกลากเกิดจากสาเหตุอะไร ครับ
9.	MS เกมถอดเสื้อมีรอยด่างสีขาวที่ ร่างกาย	ครูอธิบายว่า ครู : กลากเกิดจากการไม่รักษาความ สะอาดของร่างกาย เมื่อหมักหมมไว้ก็ทำให้ เกิดที่โผล่ตามบริเวณผิวหนัง นานเข้าก็เป็น เชื้อรา เพราะความอับชื้นของเสื้อผ้าหรือ การสวมเสื้อผ้าซ้ำ ๆ หลายวัน หรือสวมเสื้อ ผ้าที่ไม่สะอาด

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
10.	CU กลางที่อยู่บนร่างกาย	กลางมีลักษณะเป็นวงกลมสีแดงเห็นขอบเขตชัดเจนมีตุ่มสีเล็ก ๆ เกิดบนผิวหนังเรียงอยู่ในวงกลมแดงมีอาการคัน
11.	LS ครูและเก๋ยืนคุยกันโดยมีกิตติยืนดูกลางบนตัวของเกษมเป็นฉากหลัง	เก๋ : กลางติดต่อกันได้ไหมครับ ครู : กลางสามารถติดต่อกันได้โดยไปเล่นลูกกลิ้งหรือสวมเสื้อผ้าร่วมกับคนที่เป็นโรคกลาง
12.	MS ภาพเด็กกลาบน้ำดูส้อมมีฟองติดอยู่ตามร่างกาย	วิธีป้องกันที่ดีที่สุด คือการอาบน้ำฟอกสบู่เพื่อล้างสิ่งสกปรกออกไปจากร่างกาย
13.	LS ภาพเด็กเช็ดตัวด้วยผ้าเช็ดตัว	หลังจากกลาบน้ำเสร็จแล้ว ควรเช็ดตัวให้แห้งเสื้อผ้า และเครื่องใช้ต่าง ๆ ควรรักษาความสะอาดด้วย
14.	MS ครูยืนคุยกับเกษม เก๋ และกิตติอยู่ที่อาคารเอนกประสงค์	ครูเตือนไม่ให้เกษม เก๋ และกิตติเล่นฟุตบอลตอนพักเที่ยงอีก เพราะกลางวันอากาศร้อนจัด ทำให้เหงื่อออกมาก เนื้อตัวเหนียว มีกลิ่นเหม็น และสร้างรำคาญให้แก่ผู้อื่นด้วย

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
15.	LS เกม เก๋ และกิตตินั่งอ่านหนังสือ ในห้องสมุด	ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา เกม เก๋ และกิตติ ก็ไม่ไปเล่นฟุตบอลตอนพักเที่ยงอีกเลย เขาทั้งสองหันไปอ่านหนังสือในห้องสมุดแทน และเกมก็หายจากการเป็นเกลา เพราะได้ ปฏิบัติตามคำแนะนำของครูอย่างสม่ำเสมอ

ครั้งที่ 8

การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย (ผิวหนัง)

สาเหตุของการเกิดโรค

เกษม เกื้อ และกิตติ เป็นนักเรียนห้องเดียวกันเรียนอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่โรงเรียนแห่งหนึ่ง เด็กเหล่านี้มักจะเล่นด้วยกันทุกวัน

วันหนึ่งหลังจากรับประทานอาหารกลางวันเสร็จแล้ว เด็กทั้งสามคนก็ชวนกันไปเล่นฟุตบอลที่สนาม ขณะที่กำลังเล่นอยู่ฝนก็ตกลงมา เด็กทั้งสามจึงย้ายไปเล่นที่อาคารอเนกประสงค์ที่ไม่มีฝักกันทำให้ลูกฟุตบอลกระเด็นออกไปข้างนอกและเปื้อนโคลน เวลาเตะก็เปื้อนเสื้อผ้า เด็กทั้งสามคนขณะนั้นครูประจำชั้นเดินมาเห็นเด็กทั้งสามคนเปื้อนโคลนจึงให้ไปล้าง ครูก็ยืนรออยู่บริเวณนั้น เกשמุดเสื้อออกเพื่อล้างตัว เกื้อและกิตติก็ทูลถามพร้อมกันว่า "โอ้โฮ ! เธอเป็นอะไรนะ" ครูได้ยินเสียงจึงเดินไปดู เห็นเกษมยืนทำท่าเก้ ๆ กัง ๆ ไม่ตอบคำถามเพื่อนเพราะอาย เกื้อและกิตติจึงถามครูว่า "เกษมเป็นอะไรเต็มตัวเลยครับ" ครูมองดูตามตัวเกษมแล้วตอบว่า "เป็นกลาก" เกื้อและกิตติ "เกิดจากอะไรครับ" ครู "เกิดจากเชื้อรา การไม่รักษาความสะอาดร่างกาย เช่น เล่นแล้วปล่อยให้เนื้อตัวสกปรกอมแมม เหงื่อไหลไคลย้อย กลิ่นตัวเหม็น ถ้าหมักหมมไว้นานก็จะเกิดเป็นกลาก เป็นคราบตามบริเวณผิวหนัง นานเข้าก็เป็นเชื้อรา เพราะความอับชื้นของเสื้อผ้า หรือการสวมเสื้อผ้าหุ้ม ๆ โดยไม่เปลี่ยนหรือซักให้สะอาด ลักษณะของกลากคือ ผิวหนังเป็นวงกลม แดงเห็นขอบชัดมีตุ่มเล็ก ๆ เรียงอยู่ในวงกลมแดง มีอาการคันอย่างที่เราเห็นนี่แหละ" ครูก็ไปที่ตัวเกษม เกื้อ "มันจะติดต่อกันไหมครับ" ครู "ติดต่อดีถ้าเราไปเล่นลูกบอลหรือสวมเสื้อผ้าวางร่วมกับคนที่ เป็นโรคกลาก วิธีป้องกันที่ดีที่สุด คือ การอาบน้ำ ฟอกด้วยสบู่เพื่อล้างสิ่งสกปรกออกจากร่างกาย หลังอาบน้ำเสร็จแล้วควรเช็ดตัวให้แห้งและที่สำคัญเสื้อผ้าเครื่องนอนก็ควรดูแลรักษาความสะอาดของเสื้อผ้าและเครื่องนอนด้วย การเล่นฟุตบอลอย่างนี้ถือว่าเป็นการออกกำลังกายที่ดีอย่างหนึ่ง แต่ควรเล่นให้เหมาะสมกับเวลา เพราะกลางวันอากาศร้อนจัดทำให้เหงื่อออกมากและช่วงบ่ายเราก็จะเรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง เพราะเนื้อตัวเหนียวสกปรกด้วยเหงื่อและกลิ่นเหม็น สร้างความรำคาญให้แก่ผู้อื่นด้วย สังเกตได้ใหม่ว่าต่อไปจะไม่เล่นฟุตบอลคอนแทกเที่ยงอีก" เด็กสามคนรับปากพร้อมกันแล้วก็ให้เกษมตามไปเอายาที่ห้องพยาบาลและกำชับให้เกษมทายาทุก ๆ วัน

ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา เด็กทั้งสามคนก็ไม่เคยเล่นฟุตบอลตอนกลางวันอีกเลย แต่ไปนั่งอ่านหนังสือที่ห้องสมุดแทน และเกมก็หายจากการเป็นกลาง เนื่องจากปฏิบัติตามคำแนะนำของครูอย่างสม่ำเสมอ

การทดลองครั้งที่ 9

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	ดวงตาผู้น่ารัก
<u>ความคิดรวบยอด</u>	มือและเท้ามีความสำคัญ นักเรียนต้องรู้จักดูแลรักษาความสะอาด
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการดูแลรักษาความสะอาดมือและเท้าได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้าได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สื่อกำหนดแม่แบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. กรรไกรตัดเล็ม แปรงขัดเล็ม สบู่ น้ำ ชัน
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องมือและเท้าว่ามีวิธีการดูแลรักษาความสะอาดอย่างไร ข. <u>ขั้นเสนอแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "ดวงตาผู้น่ารัก" ให้นักเรียนดู 2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเรื่อง - นักเรียนควรทำตามแบบอย่างดวงตาหรือไม่ - ดวงตาแนะนำเพื่อน ๆ อย่างไร 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง ดวงตาผู้น่ารัก
2. ผู้วิจัยสรุปว่า ควรตัดเล็บให้สั้นอยู่เสมอ เพื่อมิให้เป็นທີ່สะสมของเชื้อโรค ล้างมือและเท้าให้สะอาดอยู่เสมอ โดยเฉพาะตามซอกเล็บ ง่ามมือ ง่ามเท้า นิ้วเท้า และตอ้งล้างทุกครั้งก่อนรับประทานอาหารและหลังออกจากส้วม

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและท่งศีรษะของนักเรียนแต่ละคนแล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงความเจื่อนใจที่กำหนด

บทสโลคประกอบเสียง
การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน
เรื่อง ดวงตาผู้น่ารัก
ความยาว 4.28 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. FOCUS	ดนตรี
2.	CAP. สโลคประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โรจน์ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง ดวงตาผู้น่ารัก	ดนตรี
5.	MS ดวงตากำลังปลุกดอกไม้อยู่ที่หน้า บ้าน	ดวงตาเป็นคนขยัน ตั้งใจเรียนหนังสือพ่อแม่ จึงรักมากและตามใจทุกอย่าง วันนี้เป็น วันอาทิตย์ ดวงตาปลุกดอกไม้ที่บ้าน เมื่อเสร็จแล้วก็ไปอาบน้ำแต่งตัวแล้วลง ที่ตักอยู่ที่ฟอกเล็บมือและเท้า เมื่อเธอทาน อาหารเช้าเรียบร้อยแล้วก็รีบเข้านอน

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
6.	LS ดวงตาขึ้นเลือกหนังสือในห้องสมุดโดยมีนักเรียนคนอื่น ๆ ยืนอยู่ด้วย	ในชั่วโมง สปท. ครูไม่ได้มาสอนแต่ได้สั่งให้นักเรียนไปอ่านหนังสือในห้องสมุด ดวงตาพบหนังสือ "ท้าวอย่างไรเลิศจึงสะอาดและสวยได้"
7.	CU มือและเล็บของดวงตาที่ยาวและสกปรก	ดวงตาก็มองดูเล็บของตนเองพบว่ายาวและสกปรก เพราะไม่ได้ดูแลหลายวันแล้ว
8.	LS ดวงตาดูหนังสือในห้องสมุดมีนักเรียนคนอื่นอยู่ในห้องสมุดด้วย	ดวงตาดูหนังสืออย่างตั้งใจ และทบทวนข้อควรปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อนำไปให้คือ
9.	CU มือที่ตัดเล็บสั้นสะอาด	1. ตัดเล็บให้สั้นพองามตามรูปเล็บ 2. เวลาเล็บงอกไม่ควรดึงหรือกัด ควรใช้กรรไกรตัดเล็บตัดออก
10.	MS คนกำลังทำความสะอาดมือและเท้าด้วยสบู่	3. ทำความสะอาดมือและเท้าโดยการฟอกด้วยสบู่และใช้แปรงขัดเล็บให้สิ่งสกปรกที่อยู่ตามซอกเล็บหลุดออก
11.	CU มือที่มีเล็บยาวและสกปรก	4. ไม่ควรไว้เล็บยาวเพราะจะทำให้รักษาความสะอาดยากและฉีกหักได้ง่าย

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
12.	MS ดวงตาทำความสะอาดเล็บมือและเท้า	ตั้งแต่นั้นมา ดวงตาทำความสะอาดเล็บมือและเล็บเท้าทุกครั้งเมื่อทำงานเสร็จ โดยทำตามวิธีที่ดวงตาได้อ่านพบในหนังสือ ดวงตาแนะนำให้เพื่อน ๆ ทำบ้างจะได้มีเล็บสวยและสะอาดเช่นเดียวกับเธอ

ครั้งที่ 9

การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดมือและเท้า

เรื่อง " ดวงตาผู้น่ารัก "

ดวงตาเป็นเด็กหญิงเรียนอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่โรงเรียนแห่งหนึ่ง ดวงตาเป็นคนขยันมาก ตั้งใจเรียนหนังสือ พ่อแม่จึงรักและตามใจทุกอย่าง

บ่ายวันอาทิตย์ ดวงตาก็ออกไปหาแปลงปลูกดอกไม้หน้าบ้าน เมื่อปลูกต้นไม้ได้ 4 - 5 ต้นนั้นก็ตกลงมาอย่างหนัก ดวงตาจึงรีบเข้าบ้านห่มผ้าห่มและเท้ายังเปื้อนโคลน เธอเดินไปยืนอาบน้ำบนที่ไหลลงมาตามช่องหลังคาบ้านอย่างสนุกสนาน แต่ไม่ได้ขูดโคลนออกจากชอกเล็บมือและเท้า ซึ่งเล็บของเธอยาวมาก เธอเข้าไปเปลี่ยนเสื้อผ้าแล้วออกมาทานข้าวเสร็จแล้วรีบเข้าไปดูหนังสือในห้องนอน

วันรุ่งขึ้น ดวงตาไปเรียนหนังสือหัวโหม่งแรก ซึ่งเป็นวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต แต่ครูไม่ได้มาสอน และได้สั่งให้ไปอ่านหนังสือที่ห้องสมุดแทน ดวงตาเดินไปหยิบหนังสือเล่มหนึ่งขึ้นมาอ่าน เธออ่านหนังสือพบเรื่อง "ทำอย่างไรเล็บจึงจะสะอาดและสวยได้" ดวงตาก็มองเล็บมือและเท้าของตนเองก็พบว่าทั้งยาวและสกปรก เพราะไม่ได้ดูแลมาหลายวันแล้ว เธอจึงสนใจอ่านอย่างตั้งใจ และได้ทบทวนข้อควรปฏิบัติคือ

1. ควรตัดเล็บให้สั้นพองาม เล็บมือตัดให้เรียวโค้งตามรูปเล็บ ส่วนเล็บเท้าควรตัดให้ตรง
2. เวลาเล็บฉีก ไม่ควรดึงหรือกัด ควรใช้กรรไกรตัดเล็บตัดออก
3. ควรทำความสะอาดมือและเท้าอยู่เสมอ โดยการล้างด้วยน้ำสะอาดและฟอกสบู่ ใช้แปรงขัดเล็บตามชอกเล็บมือเล็บเท้าแล้วเช็ดให้แห้ง
4. ไม่ควรไว้เล็บยาว เพราะจะทำให้ระวังรักษาความสะอาดยาก และเล็บจะหักหรือฉีกได้ง่าย

ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา ทุกครั้งดวงตาพรวนดิน ปลูกต้นไม้ต่าง ๆ เสร็จแล้ว เธอก็จะใช้แปรงเล็ก ๆ ขัดตามชอกเล็บมือและตามชอกเล็บเท้าจนสะอาด และใช้กรรไกรตัดเล็บมือและเล็บเท้าให้สั้นอยู่เสมอตามวิธีที่ได้อ่านพบ เพื่อน ๆ เห็นก็ชมว่า ดวงตามีเล็บที่สวยงามและสะอาดมากเธอได้แนะนำให้เพื่อน ๆ ปฏิบัติตามอย่างเธอก็ดีด้วย

การทดลองครั้งที่ 10

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	บทเรียนของปาน
<u>ความคิดรวบยอด</u>	เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย มีความสำคัญต่อร่างกายของเรา เราต้องรู้จักดูแลรักษาให้สะอาดอยู่เสมอ
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อเสนอแนะแก่ที่มีพฤติกรรมในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้าและไม่รักษาความสะอาดเสื้อผ้า 2. เพื่อให้ให้นักเรียนบอกวิธีการรักษาความสะอาดเสื้อผ้าได้ 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้าได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สไลด์ที่ให้นักแบบเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. เสื้อผ้า ผงซักฟอก แปรงซักผ้า กาละมัง น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย ข. <u>ขั้นเสนอแนะแบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง "บทเรียนของปาน" ให้นักเรียนดู

2. เมื่อนักเรียนคู่สไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเรื่อง
 - บทเรียนที่ทานได้รับเป็นอย่างไร
 - ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "บทเรียนของปาน"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีปฏิบัติตนในการดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้า คือ การแช่ผ้ากับผงซักฟอกก่อนซัก เพราะจะทำให้ซักได้ง่ายขึ้น ควรให้แปรงซักผ้าแปรงบริเวณที่เปื้อนคราบสกปรกมากแล้วให้มือขยี้สักครั้ง เวลาตากควรตากในที่ที่มีลมพัดหรือแดดส่องถึง หรือเสื้อผ้าที่ใส่แล้วยังไม่ซักก็ไม่ควรหมักหมมเอาไว้ เพราะจะทำให้มีกลิ่นเหม็นและเป็นเชื้อรา ควรผึ่งแดดหรือลมให้แห้ง

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและหน้าศีรษะของนักเรียนแต่ละคน แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง

การใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน

เรื่อง บทเรียนของปาน

ความยาว 4.28 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. FOCUS	ดนตรี
2.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง บทเรียนของปาน	ดนตรี
5.	LS เด็กผู้ชายลักษณะแข็งแรง แต่สวม เสื้อผ้าสกปรกและสวมรองเท้าแตะ	ปานเป็นเด็กชายที่แข็งแรง แต่ขี้เกียจ ตัวนี้ไม่ชอบซักเสื้อผ้า ปานมีพี่น้อง 2 คน พ่อของปานเสียชีวิตแล้วทำให้แม่ต้องทำงาน หนักจึงไม่มีเวลามากดูแลเรื่องความสะอาดของ ปานและบอกให้ปานช่วยเหลือตนเอง แต่ปาน ไม่เคยเชื่อฟัง และที่แย่ที่สุดคือ ปานไม่ชอบ อาบน้ำ

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
6.	MS เจ้าหน้าที่อนามัยประจำตำบลนั่งอยู่ที่โต๊ะ โดยมีนักเรียนนั่งฟังอยู่ที่พื้นห้อง	ที่โรงเรียนวันนี้เจ้าหน้าที่อนามัยได้มาให้ความรู้เรื่องสุขวิทยาของผิวหนังให้นักเรียนฟัง
7.	LS นักเรียนนั่งฟังอย่างตั้งใจ	นักเรียนทุกคนฟังอย่างตั้งใจ เมื่อจบการบรรยายแล้วเจ้าหน้าที่จึงตรวจร่างกายของนักเรียนทีละคน
8.	LS นักเรียนยืนเข้าแถวตรวจสอบภาพ โดยมีเจ้าหน้าที่อนามัยยืนหันหน้าเข้าหาปาน	เมื่อตรวจมาถึงปานก็พบว่าเสื้อและกางเกงสกปรกและมีกลิ่นเหม็นมาก เพราะปานใส่ชุดนักเรียนชุดเดียวตลอดทั้งอาทิตย์
9.	LS เก่งกาจยืนห่างจากปาน โดยมีเจ้าหน้าที่อนามัยยืนอยู่ด้านหลัง	เมื่อตรวจร่างกายของนักเรียนครบทุกคน ก็พบว่า เก่งกาจเป็นนักเรียนที่แต่งตัวสะอาด จึงให้เก่งกาจเล่าให้เพื่อนฟังว่าเขาทำอย่างไร
10.	MS เก่งกาจที่แต่งตัวสะอาดเรียบร้อย	เก่งกาจบอกว่าเขาอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อที่ใส่และซักผ้าที่ใส่แล้วทุกวัน หลังจากนี้เจ้าหน้าที่อนามัยจึงสรุปวิธีการดูแลและรักษาความสะอาดเสื้อผ้าให้นักเรียนฟังเพื่อนำไปปฏิบัติได้ถูกต้อง

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
11.	CU ผ้าที่อยู่ในกาละมัง	เริ่มแรก ควรแช่ผ้ากับผงซักฟอก หลังจากนั้นก็ใช้แปรงซักผ้าแปรงบริเวณที่เปื้อนคราบสกปรกมาก ๆ
12.	MS คนนั่งแปรงผ้าโดยให้แปรงถูผ้า	เช่น คอเสื้อด้านใน กระเป๋ ปลายแขนเสื้อ ขอบเอวกางเกง หรือกระโปรง ปลายขากางเกง ขายกระโปรง
13.	CU มือขยี้เสื้อผ้า	แล้วใช้มือขยี้เสื้อผ้าทั้งตัวอีกครั้งหนึ่ง
14.	CU ผ้าแช่ในน้ำสะอาดโดยไม่มีผงซักฟอก	จากนั้นนำไปซักน้ำเปล่าอีก 3 ครั้ง เพื่อล้างฟองผงซักฟอกให้หมด
15.	MS นักเรียนกำลังตากผ้าที่ราวตากผ้า	และควรตากผ้าในที่โล่งที่มีแสงสว่างส่องถึง หรือมีลมพัด เพราะจะทำให้แห้งเร็ว และช่วยฆ่าเชื้อโรคเสื้อผ้าที่สวมใส่แล้วไม่ควรหมักหมมเอาไว้จะทำให้มีกลิ่นเหม็น
16.	LS ปานสวมชุดนักเรียนที่สะอาดหน้าตาสะอาดดี สวมรองเท้านักเรียนเรียบร้อย	จากวันนั้น ปานเกิดความอาย จึงลองปฏิบัติตามที่เจ้าหน้าที่อนามัยแนะนำไว้ ปรากฏว่าปานมีผิวหนังที่สะอาดและหายจากโรคผิวหนังที่เคยเป็น อีกทั้งสวมเสื้อผ้าที่ขาวสะอาดและไม่มีการเหม็น ทุกวันนี้เพื่อน ๆ ชื่นชมในตัวของปานและ ไม่รังเกียจปานอีกแล้ว

ครั้งที่ 10

การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า

เรื่อง "บทเรียนของปาน"

แม่จ๋าเป็นหญิงหม้าย ซึ่งสามีได้เสียชีวิตเมื่อสัปดาห์ที่แล้ว นางจึงอยู่กับลูกชายวัย 11 ขวบ เพียง 2 คน ลูกชายที่ชื่อปาน เรียนอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนแห่งหนึ่ง

ปานเป็นเด็กชายที่แข็งแรง แต่มีนิสัยขี้เกียจ คือรี้น ไม่ชอบซักเสื้อผ้า จนได้รับสมญาว่าเป็น "จอมสกปรก"

ส่วนแม่จ๋าที่เป็นคนขยันทำงานขายทุกวัน นานจะหาบเร่ขายไปตามบ้านต่าง ๆ จึงไม่ได้สนใจเรื่องเสื้อผ้าของลูก เพียงแต่บอกให้หัดช่วยเหลือตัวเองบ้าง เพราะแม่ต้องทำงานกว่าจะกลับบ้านก็มีดแล้ว ปานไม่เคยฟังแม่เลย แม้แต่จะถอดเสื้อผ้าผึ่งแดดก็ไม่เคย กลับจากโรงเรียนก็สวมชุดเดิมเล่นต่อจนมืดจึงเข้าบ้าน บางวันก็ไม่ได้อาบน้ำ

ที่โรงเรียนวันหนึ่งเจ้าหน้าที่อนามัยประจำตำบลมาตรวจสุขภาพเด็กนักเรียนชั้นป. 5 ครู "วันนั้นทางเจ้าหน้าที่อนามัยจะมาให้ความรู้ และตรวจสุขภาพของนักเรียนว่าใครมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ใครบ้างที่ควรปรับปรุงแก้ไขและครูจะดูว่าใครจะสามารถหาความรู้ที่ได้ฟัง ไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง"

เจ้าหน้าที่อนามัยบรรยายเรื่อง "สุขวิทยาของผิวหนัง" เริ่มตั้งแต่โครงสร้างของผิวหนัง หน้าที่และการป้องกันร่างกาย การระวังรักษาผิวหนัง นักเรียนทุกคนฟังอย่างตั้งใจ หลังจากจบการอธิบาย เจ้าหน้าที่ก็ซักถามประโยชน์ของเรื่องที่ได้ฟัง และจากนั้นก็ตรวจสุขภาพของนักเรียนทุกคน เจ้าหน้าที่ก็เรียกนักเรียนตามบัญชีเรียกชื่อ มีนักเรียนหลายคนที่ไม่อาบน้ำที่ขมว่าสะอาด พอถึงเด็กชายปาน ปานก็เดินเข้ามาหาปรากฏว่ามีกลิ่นเหม็นจากเสื้อผ้า โหยมาเข้าจมูกเจ้าหน้าที่ แต่เจ้าหน้าที่ไม่ได้แสดงความรังเกียจออกมา เจ้าหน้าที่สังเกตจากเสื้อผ้าแทบจะหาสีขาไม่พบ กางเกงก็ออกลายแผนที่แล้ว เจ้าหน้าที่ถามว่า "ปานมีชุดนักเรียนกี่ชุด" ปาน "มี 2 ชุดครับ" เจ้าหน้าที่ "แล้วปานใส่ชุดหนึ่งกี่วันละ" ปาน "ผมใส่ชุดละ 1 อาทิตย์ เพราะแม่ผมไม่ว่าง ต้องขายของ" เจ้าหน้าที่พยักหน้ารับแล้วก็เรียกชื่อเด็กชายเก่งกาจ ซึ่งเป็นคนสุดท้ายแต่เก่งกาจแต่งตัวสะอาด ผิวหนังก็สะอาดด้วย เดินมาขึ้นคู่กับปาน

แต่ปรากฏว่าแก่งกาจต้องขยับตัวออกห่างจากปาน เจ้าหน้าที่จึงถามแก่งกาจว่า "แก่งกาจ บอกวิธีทำให้ผิวหนังของเธอสะอาดให้พียงหน่อยที บอกตามที่เธอทำเป็นประจำนะคะ" แก่งกาจ "ผมชอบอาบน้ำครับ ทำให้รู้สึกเย็นสดชื่นดี" เจ้าหน้าที่ "แล้วเสื้อผ้าล่ะ ใครซักให้" แก่งกาจ "ผมซักเองครับ" ผมมีเสื้อผ้า 2 ชุด ต้องซักทุกวันหลังจากเลิกเรียนกลับถึงบ้านก็รีบแช่ลง กับผงซักฟอก ไปหาการบ้านเสร็จแล้วจึงลงไปซักหลังจากนั้นก็ไปเล่น" เจ้าหน้าที่ "เออล่ะดีมาก หมอจะสรุปวิธีการดูแลสุขภาพความสะอาดเสื้อผ้าอีกครั้งเพื่อปานและคนอื่น ๆ จะได้นำไปปฏิบัติได้ถูกต้อง เริ่มแรก ควรแช่ผ้ากับผงซักฟอก หลังจากนั้นก็ให้แปรงซักผ้าแปรงบริเวณ ที่เย็บนคราบสกปรกมาก เช่น คอเสื้อด้านใน กระเป๋ ปลายแขนเสื้อ ขอบเอวกางเกง หรือกระโปรง ปลายขากางเกง ชายกระโปรง แล้วใช้มือขยี้เสื้อผ้าทั้งตัวอีกครั้งหนึ่งแล้วนำไป ซักน้ำเปล่าอีก 3 ครั้ง เพื่อล้างฟองผงซักฟอกออกให้หมด เวลาตากผ้าควรจะตากบริเวณที่โล่ง มีแสงแดดส่องถึงหรือมีลมพัด เพราะจะทำให้แห้งเร็วแล้วช่วยฆ่าเชื้อโรคได้ด้วย หรือเสื้อผ้าที่ใส่ แล้วยังไม่ซักไม่ควรหมักหมมเอาไว้ เพราะจะทำให้เป็นเชื้อรา มีกลิ่นเหม็น ควรผึ่งแดดหรือ ลมให้แห้งอยู่เสมอ แล้วเจ้าหน้าที่ก็เดินไปหาปานและพูดว่า "ปานจะนาล้างเหล่านี้นไปปฏิบัติได้ไหม" ปาน "ได้ครับ" เจ้าหน้าที่ "ยาก ไหมหรือเปล่า" ปาน "ไม่ยากครับ" เจ้าหน้าที่ "วันนี้หมอจะให้ ยาสำหรับทาผิวหนังบริเวณที่เป็นสีขาวเป็นวง ๆ เธอต้องทาทุกวันหลังอาบน้ำเสร็จแล้วเช็ดตัวให้ แห้ง ลองปฏิบัติตามคำแนะนำแล้วสัปดาห์หน้าหมอจะมาดูเธออีกครั้งหนึ่ง

หลังจากนั้นเป็นต้นมา ปานเกิดความละอายเพื่อน จึงลองฝึกปฏิบัติตนตามที่เจ้าหน้าที่ อนามัยแนะนำ ปรากฏว่า ปฏิบัติได้ทุกวันและเกิดความพอใจ เสื้อผ้าที่สวมใส่สะอาด ผิวหนังของ ปานก็ดูเปล่งปลั่งขึ้น โรคผิวหนังก็หายเนื่องจากรักษาความสะอาดร่างกาย รักษาความสะอาด เสื้อผ้าและทายาทุกวัน ทำให้เพื่อน ๆ ที่สนิทในตัวปานมากและเริ่มรับปาน เข้าเป็นสมาชิก ในกลุ่มด้วย

การทดลองครั้งที่ 11

<u>เรื่อง</u>	การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ชื่อเรื่อง</u>	การแต่งกายของนิตยา
<u>ความคิดรวบยอด</u>	นักเรียนต้องรู้จักรักษาความสะอาดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย ไม่ให้มียรอยเปื้อนเป็นคราบ เปื้อนรา และมีกลิ่นเหม็น
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้าได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้าได้
<u>อุปกรณ์</u>	1. สไลด์สีที่ให้นักเรียนดูเป็นภาพคน 2. ตัวเสริมแรง 3. เสื้อผ้า ผงซักฟอก สบู่ แปรงซักผ้า กาละมัง น้ำ
<u>วิธีดำเนินการ</u>	ก. <u>ชี้แนะ</u> ผู้วิจัยสนทนาและซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย ข. <u>ชี้แนะแม่แบบ</u> 1. ผู้วิจัยฉายสไลด์เรื่อง การแต่งกายของนิตยาให้นักเรียนดู 2. เมื่อนักเรียนดูสไลด์จบแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเรื่อง - หายสอนนิตยาว่าอย่างไร - นิตยาปฏิบัติตนอย่างไร เพื่อน ๆ จึงยอมรับ

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า
เครื่องแต่งกาย

ค. ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่อง "การแต่งกายของนิศยา"
2. ผู้วิจัยสรุปว่า วิธีปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า

คือ ซักเสื้อผ้าให้สะอาดไม่ให้มีกลิ่นเหม็น ไม่ให้มีรอยเปื้อน

อย่าเก็บเสื้อผ้าหมักหมมในที่ชื้นจะทำให้ขึ้นรา

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการตั้งใจของนักเรียนในการดูสไลด์
2. ผู้วิจัยตรวจดูความสะอาดผมและทรงศีรษะของนักเรียนแต่ละคน
แล้วให้คะแนน เพื่อที่จะให้ตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขที่กำหนด

บทสไลด์ประกอบเสียง

การใช้เทคนิคแบบควบคุมกับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียน

เรื่อง การแต่งกายของนิตยา

ความยาว 4.28 นาที

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
1.	CAP. FOCUS	ดนตรี
2.	CAP. สไลด์ประกอบคำบรรยาย	ดนตรี
3.	CAP. ผู้จัดทำ เตือนใจ รงค์โสภณ นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มศว ประสานมิตร	ดนตรี
4.	CAP. ชื่อเรื่อง เรื่อง บทเรียนของพาน	ดนตรี
5.	LS นิตยาสวมชุดนักเรียนมอมแมมวิ่งเล่น อยู่ในสนาม	นิตยาเป็นเด็กหญิงอายุ 11 ปี อยู่กับยาย สองคนยายรักและตามใจนิตยามาก นิตยาเอง ไม่ชอบเปลี่ยนเสื้อผ้าเมื่อกลับมาจากโรงเรียน แล้วทำให้เสื้อผ้าสกปรกและมีกลิ่นเหม็น
6.	LS นิตยานั่งดูโทรทัศน์โดยสวมชุด นักเรียนที่มอมแมม โดยมียายนั่งอยู่ ข้าง ๆ	วันนี้นิตยาลับจากโรงเรียน แล้วเธอก็ ดูโทรทัศน์ ยายสอนให้เธอ รู้จักทำความสะอาด เสื้อผ้าและร่างกาย แต่นิตยา ไม่ยอมฟังยาย มัวแต่ดูการ์ตูน

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
7.	MS สุธาณีรายงานหัวข้อวิธีการดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้า อยู่หน้าชั้นเรียน	ที่โรงเรียนครูแบ่งกลุ่มนักเรียนให้ค้นคว้า และรายงานเกี่ยวกับสุขภาพและการดูแลรักษาความสะอาด นิตยาอยู่กลุ่มเดียวกับสุธา จึงให้สุธาออกไปรายงานที่หน้าชั้นเรียน
8.	CU เสื้อผ้าที่สะอาดเรียบร้อย	สุธารายงานว่า เสื้อผ้านี้ควรเลือกใช้ให้เหมาะสมสวยงามและราคาก็ไม่แพงเกินไป และหมั่นทำความสะอาดเสื้อผ้า ถ้าหมักหมมเสื้อผ้าที่สกปรกไว้นาน ๆ เพราะจะทำให้เกิดเชื้อรา
9.	MS เสื้อผ้าแช่ในกาละมัง	วิธีดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้าทำได้โดย 1. ถ้าเสื้อผ้าสกปรกมากควรแช่ไว้กับผงซักฟอกประมาณ 30 นาที
10.	CU นักเรียนแปรงเสื้อผ้าที่อยู่ในกาละมังด้วยผงซักฟอก	2. ใช้น้ำประปาซักผ้าแปรงบริเวณที่เปื้อนมาก ๆ เช่น คอ เสื้อด้านใน กระเป๋าลายแขนเสื้อ ปลายขากางเกง ขอบเอวชายกระโปรง กางเกง แล้วจึงล้างด้วยน้ำสะอาดอีก 2 - 3 ครั้ง เพื่อล้างให้ผงซักฟอกออกให้หมด

ลำดับที่	ภาพ	คำบรรยาย
11.	MS นักเรียนตากผ้าที่ราว	เวลาตากผ้าควรตากในบริเวณที่มีแสงแดด เพราะจะทำให้แห้งเร็วและฆ่าเชื้อโรคได้ด้วย
12.	LS ครูยืนอยู่หน้าชั้นเรียนโดยมีนักเรียน ฟังอยู่ที่โต๊ะเรียนของตนเอง	เมื่อสุ่การรายงานจบ ครูจึงสรุปเพิ่มเติมถึง ถึงความสำคัญของเสื้อผ้าที่สามารถเสริม บุคลิกภาพให้กับผู้สวมใส่ให้ดูดีได้นั้นมาคือ ที่ใหม่หรือมีราคาแพง แต่อยู่ที่การรักษาความ สะอาดมากกว่า จากนั้นครูให้นักเรียนสำรวจ ความสะอาดเสื้อผ้าของตนเอง
13.	MS นิตยาและเพื่อน ๆ ก็มำหน้าสำรวจ ความสะอาดของเสื้อผ้าที่ตนสวมอยู่ ในห้องเรียน	นักเรียนทุกคนสำรวจความสะอาดของ เสื้อผ้าที่ตนสวมใส่อยู่ นิตยาก็มำหน้ามองดู เสื้อผ้าของตนเองแล้วรู้สึกอายมาก เพราะ เสื้อผ้าของเธอนั้นสกปรกมีรอยไ้ื้อนและ มีกลิ่นเหม็น จริงอย่างที่ยายเคยพูด
14.	LS ภาพนิตยำนั่งซักผ้า	หลังจากเลิกเรียนในวันนั้น นิตยารับ กลับบ้านไปซักผ้า และทำตามคำแนะนำ ของครู
15.	MS นิตยายืนยิ้มสวมชุดนักเรียนขาว สะอาด	จากนั้นนิตยาจึงทำความสะอาดเสื้อผ้า เครื่องแต่งกายทุกวัน ทำให้ได้รับคำชม จากยาย ครู และเพื่อน ๆ และได้รับการ คัดเลือกให้เป็นนักเรียนตัวอย่างที่แต่งกาย ที่สะอาดที่สุดของโรงเรียน

ครั้งที่ 11

การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า

เรื่อง " การแต่งกายของนิตยา "

นิตยาเป็นเด็กอายุ 11 ขวบ เธออยู่กับยายสองคน ยายเลี้ยงนิตยามาตั้งแต่ อายุ 2 ขวบ เพราะพ่อแม่แยกทางกัน นิตยาจึงถูกยายตามใจทุกอย่าง นิตยาไม่ชอบเปลี่ยน เสื้อผ้าเมื่อกลับจากโรงเรียนทำให้เสื้อผ้าสกปรกมอมแมมและมีกลิ่นเหม็นเป็นอย่างนี้ไปประจำ ยายเห็นแล้วรู้สึกรำคาญได้แต่ทน

ในวันหนึ่ง ยายเห็นว่านิตยาโตแล้วจึงพูดว่า "หนูโตแล้วนะ เสื้อผ้าก็ซักเองได้ แล้ว ยายแก่แล้วซักไม่ไหว เป็นผู้หญิงต้องรักษาความสะอาด บ้านก็เช่นกันอย่าปล่อยให้รกกรุงรัง แบบนี้" นิตยารู้สึกไม่พอใจเพราะกำลังดูการ์ตูนอยู่จึงพูดว่า "ยายอย่าบ่นหนูดูการ์ตูนไม่รู้เรื่อง เลย" ยายรู้สึกรำคาญที่นิตยาคือสิ่งจึงเดินเลี้ยวไปทางอื่นเสีย นิตยาก็ยังใส่ชุดนักเรียนนั้นดู การดูและรายการอื่นต่อไปจนหลับหลับอยู่หน้าจอโทรทัศน์ เธอจะเป็นอย่างนี้อยู่เสมอ จนยายรู้สึก เอือมระอา

ที่โรงเรียนนี้ครูให้นักเรียนรายงานเกี่ยวกับสุขภาพ และการดูแลสุขภาพความสะอาด ซึ่งครูได้แบ่งเป็นน้อยย่อย ๆ แล้วให้นักเรียนไปค้นในห้องสมุดเพิ่มเติม กลุ่มของนิตยาได้หัวข้อ วิธีการดูแลสุขภาพความสะอาดเสื้อผ้า และสุคาเป็นตัวแทนออกมารายงานหน้าชั้น สุคา "เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย เป็นของใช้ที่จำเป็นของคนเรา ซึ่งจะช่วยห่อปกปิดร่างกาย การเลือกใช้เสื้อผ้า ควรเลือกเสื้อผ้าที่เหมาะสมกับสภาพดินฟ้าอากาศ มีความพอดีกับร่างกาย ไม่จำเป็นต้องราคาแพงและมีมากมาย แต่เราต้องหมั่นรักษาความสะอาดไม่หมักหมมไว้นาน ๆ เพราะจะทำให้เกิดเชื้อรา

วิธีดูแลสุขภาพความสะอาดเสื้อผ้ามีดังนี้

1. ถ้าเสื้อผ้าสกปรก ควรแช่ไว้กับผงซักฟอก ก่อนประมาณ 30 นาที ก่อนซัก
2. ใช้แปรงซักผ้า แปรงบริเวณที่เปื้อนคราบมาก ๆ เช่น คอเสื้อค่านใน กระเป๋าลายแขนเสื้อ ปลายหางกางเกง ขายกระโปรง ขายเสื้อ แล้วจึงล้างด้วยน้ำเปล่าอีก 2 - 3 ครั้ง เพื่อล้างฟอกผงซักฟอกออกให้หมด เวลาตากผ้าควรตากในบริเวณที่มีแสงแดด เพราะจะทำให้แห้งเร็วและสามารถฆ่าเชื้อโรคด้วย

เมื่อสุตารายงานจบ ครูก็สรุปเพิ่มเติมว่า เสื้อผ้าเครื่องแต่งกายนั้นยังช่วยให้ร่างกายอบอุ่น และยังส่งเสริมบุคลิกภาพให้กับผู้สวมใส่ด้วย การที่คนเราจะมีบุคลิกดี มีสง่าราศีมีได้ อยู่ที่เสื้อผ้าใหม่หรือราคาแพง แต่อยู่ที่การรู้จักรักษาความสะอาด ไม่ให้มีกลิ่นเหม็น ไม่มีรอยเปื้อนเป็นคราบเสื้อผาก็น่าสวมใส่ นักเรียทุกคนลองสำรวจดูตัวเองซิ" นิตยาก็ลองมองดูเสื้อผ้าตัวเองแล้วรู้สึกอายเพื่อน ๆ เพราะเสื้อผ้าของตัวเองใหม่กว่าของสุตา แต่ว่าเต็มไปด้วยคราบสกปรก รอยเปื้อนและมีกลิ่นเหม็น เหมือนอย่างที่ยายป่น และเพื่อน ๆ ไม่อยากเข้าใกล้

หลังจากเลิกเรียน นิตยาก็รีบกลับบ้านทำความสะอาดเสื้อผ้าตามที่เพื่อนรายงาน และคำแนะนำของครู นิตยาก็กลายเป็นเด็กที่รู้จักปฏิบัติงานในการรักษาความสะอาด เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย จนได้รับคำชมจากยายและเพื่อน ๆ อยู่เสมอ และต่อมา นิตยาก็ได้รับการคัดเลือกให้เป็นนักเรียนตัวอย่างที่แต่งกายสะอาดที่สุดของโรงเรียน

การทดลองครั้งที่ 12

<u>เรื่อง</u>	การป้องกันโรค
<u>เวลา</u>	50 นาที
<u>ความคิดรวบยอด</u>	สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล โดยให้สโลว์พัฒนาสุขภาพส่วนบุคคล
<u>จุดมุ่งหมาย</u>	เพื่อให้นักเรียนอภิปรายและสรุปผลที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมการทดลอง
<u>วิธีดำเนินการ</u>	1. ให้นักเรียนอภิปรายถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมเทคนิคแม่แบบโดยให้สโลว์ควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล 2. ให้นักเรียนรายงานให้เพื่อนฟัง 3. ผู้วิจัยกล่าวสรุปเพิ่มเติมและกล่าวปิดการทดลอง
<u>ประเมินผล</u>	1. สังเกตความตั้งใจ ความสนใจในการอภิปรายของนักเรียน 2. ตรวจสอบความสะอาดด้านร่างกายและเสื้อผ้า

ภาคผนวก ข

1. แบบบันทึกการสุ่มภาพส่วนบุคคลเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย
2. เกณฑ์การให้คะแนนการตรวจการสุ่มภาพเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย
3. วิธีการตรวจสุ่มภาพส่วนบุคคลของนักเรียน
4. แบบสำรวจตัวเสริมแรง

แบบบันทึกการตรวจสอบสภาพส่วนบุคคลเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย

ชื่อ - สกุลของนักเรียน.....

การรักษาความสะอาดร่างกาย	คะแนน							
	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
	2	1	0	รวม	2	1	0	รวม
1. ผมและหนังศีรษะ								
- ผมสั้น	...	...	...	...	...	...	...	...
- ผม ไม่เป็นสังกะตัง	...	...	...	...	...	...	...	...
- ผมและหนังศีรษะไม่มีกลิ่นเหม็น	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีสะเก็ดบนหนังศีรษะ	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีเหาหรือไข่เหาติดเส้นผม	...	...	...	...	...	...	...	...
รวม								
2. ปากและฟัน								
- ปากไม่มีกลิ่นเหม็น	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีเศษอาหารติดตามซอกฟัน	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีแผ่นคราบอาหารติดที่ตัวฟัน	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีคราบหรือฝ้าสีขาวติดที่ลิ้น	...	...	...	...	...	...	...	...
รวม								

การรักษาความสะอาดร่างกาย	คะแนน							
	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
	2	1	0	รวม	2	1	0	รวม
3. ผิวหนัง								
- ผิวหนัง ไม่มีศรารสปรก	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีที่ไคลบริเวณหู	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีที่ไคลบริเวณคอ	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีที่ไคลบริเวณแขน	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีที่ไคลบริเวณขา	...	...	...	...	...	...	...	...
- ผิวหนัง ไม่มีรอยต่าง	...	...	...	...	...	...	...	...
รวม								
4. มือและเท้า								
- เล็บมือสั้น	...	...	...	...	...	...	...	...
- เล็บเท้าสั้น	...	...	...	...	...	...	...	...
- มือ ไม่มีที่เล็บดำ	...	...	...	...	...	...	...	...
- เท้า ไม่มีที่เล็บดำ	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีศรารสปรกตามมือ	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่มีศรารสปรกตามเท้า	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่เป็นตุ่มหรือหิดตามง่ามมือ	...	...	...	...	...	...	...	...
- ไม่เป็นตุ่มหรือหิดตามง่ามเท้า	...	...	...	...	...	...	...	...
รวม								

การร้กษาความสะอาดร่างกาย	คะแนน							
	ก่อนการทดลอง				หลังการทดลอง			
	2	1	0	รวม	2	1	0	รวม
5. เสื้อผ้า								
- เสื้อและกระโปรง ไม่มีกลิ่นเหม็น (ผู้หญิง)	...	..	..		...	..	..	
- เสื้อและกางเกง ไม่มีกลิ่นเหม็น (ผู้ชาย)	...	..	..		...	..	..	
- เสื้อ ไม่เป็นรา	...	..	..		...	..	..	
- กางเกงไม่เป็นรา	...	..	..		...	..	..	
- กระโปรง ไม่เป็นรา	...	..	..		...	..	..	
- เสื้อ ไม่มีรอยเปื้อนเห็นคราบ	...	..	..		...	..	..	
- กางเกงไม่มีรอยเปื้อนเห็นคราบ	...	..	..		...	..	..	
- กระโปรง ไม่มีรอยเปื้อนเห็นคราบ	...	..	..		...	..	..	
รวม								

เกณฑ์การให้คะแนนการตรวจสอบสุขภาพเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดร่างกาย

1. ผมและหนังศีรษะ

- สะอาด ได้ 2 คะแนน คือลักษณะของเส้นผมและหนังศีรษะสะอาด ไม่มีกลิ่นเหม็น ผมไม่เป็นรังเกตุัง ไม่มีสะเก็ดบนหนังศีรษะ ไม่มีเหาหรือไข่เหาติดเส้นผม
- พอใช้ ได้ 1 คะแนน คือลักษณะของเส้นผมและหนังศีรษะสะอาดพอใช้ อาจมีกลิ่นเหม็น หรือผมเป็นรังเกตุัง หรือมีสะเก็ดบนหนังศีรษะ อย่างใดอย่างหนึ่ง เพียงเล็กน้อย
- สกปรก ได้ 0 คะแนน คือลักษณะของเส้นผมและหนังศีรษะมีกลิ่นเหม็น ผมเป็นรังเกตุัง มีสะเก็ดบนหนังศีรษะ มีเหาหรือไข่เหาติดเส้นผม

2. ปากและฟัน

- สะอาด ได้ 2 คะแนน คือลักษณะของปากไม่มีกลิ่นเหม็น ไม่มีเศษอาหารติดที่ฟัน ไม่มีคราบหรือฝ้าสีขาวติดที่ลิ้น
- พอใช้ ได้ 1 คะแนน คือลักษณะของปากไม่มีกลิ่นเหม็น อาจมีเศษอาหารติดที่ฟัน เพียงเล็กน้อย หรืออาจมีคราบหรือฝ้าสีขาวติดที่ลิ้นเพียงเล็กน้อย อย่างใดอย่างหนึ่ง
- สกปรก ได้ 0 คะแนน คือลักษณะของปากมีกลิ่นเหม็น มีเศษอาหารติดที่ตัวฟัน มีคราบหรือฝ้าสีขาวติดที่ลิ้น

3. ผิวหนัง

- สะอาด ได้ 2 คะแนน คือลักษณะของผิวหนังไม่มีคราบสกปรกและไม่มีขี้ไคลบริเวณหู คอ แขน และขา
- พอใช้ ได้ 1 คะแนน คือลักษณะของผิวหนังมีคราบสกปรกเพียงเล็กน้อย หรือมีขี้ไคลบริเวณหู คอ แขน และขาเพียงเล็กน้อย
- สกปรก ได้ 0 คะแนน คือลักษณะของผิวหนังมีคราบสกปรก มีขี้ไคลบริเวณหู คอ แขน และขามองเห็นได้ชัดเจน

4. มือและเท้า

- สะกด ได้ 2 คะแนน คือลักษณะของมือและเท้าไม่คำสปรก ไม่เป็นคุ่มตามง่ามมือ
ง่ามเท้า เล็บมือเล็บเท้าสั้น ไม่มีที่เล็บหรือสิ่งสปรกติดอยู่
ตามซอกเล็บมือ และซอกเล็บเท้า
- พอใช้ ได้ 1 คะแนน คือลักษณะของมือและเท้าคำเล็กน้อย ไม่เป็นคุ่ม หรือหิด
ตามง่ามมือง่ามเท้า เล็บยาว ไม่มีที่เล็บ หรือเล็บสั้นมีที่เล็บ
- สปรก ได้ 0 คะแนน คือลักษณะของมือและเท้าคำสปรก เล็บยาวและมีที่เล็บมาก
หรือมีสิ่งสปรกติดอยู่ตามซอกเล็บมือและซอกเล็บเท้า

5. เลื้อย

- สะกด ได้ 2 คะแนน คือลักษณะของเลื้อยไม่มีก้นเห็บ ไม่มีคราบสปรก
- พอใช้ ได้ 1 คะแนน คือลักษณะของเลื้อยไม่มีก้นเห็บ อาจมีรอยเปื้อนหรือ
สปรกเพียงเล็กน้อย
- สปรก ได้ 0 คะแนน คือลักษณะของเลื้อยมีก้นเห็บ และมีคราบสิ่งสปรก
ต่าง ๆ มาก

วิธีการตรวจสอบสภาพนักเรียนโดยครูอนามัยและผู้วิจัย

ครูอนามัยและผู้วิจัยตรวจสอบสภาพนักเรียนเป็นรายบุคคล เป็นการตรวจผิวหนังและร่างกายในท่ายืน ดังนี้

ท่าที่ 1 : ตรวจพัน เหยือก ริมฝีปาก ให้กัดฟันและยิ้มกว้างให้เห็นเหงือกเนื้อฟันบนและใต้ฟันล่างให้เต็มทีและอ้าปาก แลลิ้นและร้องออก

สิ่งที่ควรสังเกต - ริมฝีปากซีดมาก

- เป็นแผลที่มุมปาก มุมปากเปื่อย
- ฟันผุ คราบอาหารติดที่ตัวฟัน มีกลิ่นปาก
- ผิวหนังบริเวณใบหน้า หน้าผาก แก้ม คาง เป็นวงขาว ๆ เรียบ หรือเป็นวงกลมแดงมีขอบชัด

ท่าที่ 2 : ตรวจเทาและเหงือกโคล สำหรับนักเรียนหญิงให้มือขวาเปิดมโนทัศน์ไว้ด้านหลังหูขวา แล้วหันหน้าไปทางซ้าย ส่วนนักเรียนชายให้หันหน้าไปทางซ้ายเท่านั้น

ท่าที่ 3 : โนท่าเดียวกัน นักเรียนหญิงให้มือซ้ายเปิดมโนทัศน์ไว้ด้านหลังหูซ้าย หันหน้าไปทางขวา ส่วนนักเรียนชายให้หันหน้าไปทางขวาเท่านั้น

สิ่งที่ควรสังเกต - มีไข้เทา ตัวเทา บริเวณโคนเส้นผม

- ผมเป็นสะเก็ด สกปรก มีกลิ่นเหม็น
- ผมมีสะเก็ดบนหนังศีรษะ

ท่าที่ 4 : ตรวจเล็บและผิวหนัง ให้นักเรียนยื่นมือออกไปข้างหน้าให้สุดแขนทั้งสองข้างคว้ามือกางนิ้วทุกนิ้ว

ท่าที่ 5 : ทำท่าต่อเนื่องจากท่าที่ 4 คือ พลิกมือ หงายมือ

สิ่งที่ควรสังเกต - เล็บยาว สกปรก

- ผิวหนังขาว เป็นแผล ผื่น มีไข้โคล
- มีเม็ดตุ่มเล็ก ๆ มีน้ำใส ๆ ตามง่ามมือ
- ตุ่มสาบบริเวณด้านนอกของแขน

ท่าที่ 6 : ตรวจผิวหนังและเหงื่อ ไคลที่คอ ให้นักเรียนใช้มือทั้งสองข้าง คึง
คอเสื้อออกให้กว้างภายหลังที่ปลดกระดุมหน้าอกเสื้อสองเม็ดแล้วหมุน
ตัวซ้ายและขวาเล็กน้อย เมื่อจะ ได้เห็นรอบ ๆ บริเวณคอทั้งด้านหน้า
และด้านหลัง

สิ่งที่ควรสังเกต - เม็ด ผื่นคันบริเวณผิวหนังใต้คอ บริเวณทรวงอก

- ผิวหนังเป็นวง ๆ สีขาวลักษณะเรียบ โดยเฉพาะบริเวณคอ
- ผิวหนังเป็นวงกลมสีแดงเพี้ยนขอบชัด ผิวหน้าสกปรกมีขี้ไคล

ท่าที่ 7 : ตรวจเล็บเท้าและผิวหนังถึงเข่า สำหรับนักเรียนหญิง ให้แยกเท้าทั้งสองข้าง
ห่างกัน 1 ฟุต ใช้มือทั้งสองข้าง จับกระดูกข้อมือขึ้นเหนือเข่าทั้งสองข้าง
ส่วนนักเรียนชายแยกเท้าทั้งสองข้างให้ห่างกัน 1 ฟุต

ท่าที่ 8 : ให้นักเรียนที่อยู่อันที่ 2 อยู่แล้ว กลับหลังหัน สังเกตด้านหลังแล้ว
ให้เดินไปข้างหน้าประมาณ 4 - 5 แล้ว เดินกลับหลังหันเข้าหา
ผู้ตรวจ

สิ่งที่ควรสังเกต - แผลบริเวณเข้า หน้าแข้ง และน่อง

- เห็นตุ่ม พองบริเวณหน้าแข้ง น่องและขา
- ทรวดทรง รูปร่างผอมมาก

แบบสำรวจตัวเสริมแรง

ชื่อ - สกุล ของนักเรียน.....

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/.....

คำชี้แจง จงเรียงลำดับสิ่งที่คุณเรียนต้องการมากที่สุดไปหาสิ่งที่คุณเรียนต้องการน้อยที่สุด
2 อันดับ โดยให้หมายเลขที่ 1 เป็นสิ่งที่คุณเรียนต้องการมากที่สุด

- | | |
|-------|------------------------|
| _____ | สมุดปกแข็ง 100 แผ่น |
| _____ | สมุดปกอ่อน |
| _____ | ปากกาลูกกลิ้งสีน้ำเงิน |
| _____ | ปากกาลูกกลิ้งสีแดง |
| _____ | ดินสอกด |
| _____ | ยางลบหมึก |
| _____ | หนังสือการ์ตูน |
| _____ | ขนมปังกรอบ |
| _____ | นมกล่อง |
| _____ | อื่น ๆ (ระบุ) _____ |

ตาราง 6 แสดงคะแนนสุภาพส่วนบุคคลของนักเรียนก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2

คนที่	คะแนนสุภาพส่วนบุคคล ของกลุ่มทดลองที่ 1	อันดับ	คะแนนสุภาพส่วนบุคคล ของกลุ่มทดลองที่ 2	อันดับ
1	4	20.0	4	20.0
2	3	10.0	2	2.0
3	4	20.0	3	10.0
4	3	10.0	3	10.0
5	2	2.0	4	20.0
6	3	10.0	3	10.0
7	3	10.0	3	20.0
8	2	2.0	3	10.0
9	3	10.0	5	20.0
10	4	20.0	3	10.0
11	3	10.0	4	20.0
12	4	20.0	3	10.0

$$\Sigma R_1 = 144$$

$$\Sigma R_2 = 156$$

$$U = 66$$

ตาราง 7 แสดงคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการใช้
เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม

คนที่	คะแนนสุขภาพส่วนบุคคล		ผลต่างของคะแนน สุขภาพส่วนบุคคล	อันดับ	R ⁻	R ⁺
	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง				
1	9	4	5	7.5		7.5
2	8	3	5	7.5		7.5
3	9	4	5	7.5		7.5
4	8	3	5	7.5		7.5
5	7	2	5	7.5		7.5
6	8	3	5	7.5		7.5
7	9	3	6	12.0		12.0
8	6	2	4	2.0		2.0
9	8	3	5	7.5		7.5
10	9	4	5	7.5		7.5
11	7	3	4	2.0		2.0
12	8	4	4	2.0		2.0
						78

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

T = 0*

ตาราง 8 แสดงคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการใช้เทคนิค
แม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล

คนที่	คะแนนสุขภาพส่วนบุคคล		ผลต่างของคะแนน	อันดับ	R-	R+
	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	สุขภาพส่วนบุคคล			
1	9	4	5	6.5		6.5
2	6	2	4	2.5		2.5
3	9	3	6	10.5		10.5
4	9	3	6	10.5		10.5
5	8	4	4	2.5		2.5
6	7	3	4	2.5		2.5
7	9	3	6	10.5		10.5
8	8	3	5	6.5		6.5
9	9	5	4	2.5		2.5
10	8	3	5	6.5		6.5
11	9	4	5	6.5		6.5
12	9	3	6	10.5		10.5
						78

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

T = 0*

ตาราง 9 แสดงความแตกต่างของคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนก่อนและหลังการทดลอง
ของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2

คนที่	กลุ่มทดลองที่ 1	อันดับ	กลุ่มทดลองที่ 2	อันดับ
1	5	13.5	5	13.5
2	5	13.5	4	4.0
3	5	13.5	6	22.0
4	5	13.5	6	22.0
5	5	13.5	4	4.0
6	5	13.5	4	4.0
7	6	22.0	6	22.0
8	4	4.0	5	13.5
9	5	13.5	4	4.0
10	5	13.5	5	13.5
11	4	4.0	5	13.5
12	4	4.0	6	22.0

$$\Sigma R_1 = 142$$

$$\Sigma R_2 = 158$$

$$U = 64$$

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล	นางเตือนใจ รงค์ไสภณ
วันเกิด	วันที่ 23 พฤษภาคม พ.ศ. 2505
สถานที่เกิด	49 หมู่ที่ 1 ตำบลกังแอน อำเภอบราสาท จังหวัดสุรินทร์
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	51 หมู่ที่ 8 ตำบลบักได อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนบ้านอาบิล ตำบลบักได อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2519	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 โรงเรียนบ้านรุน ตำบลบักได อำเภอบราสาท จังหวัดสุรินทร์
พ.ศ. 2521	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนประสาทวิทยาคาร อำเภอบราสาท จังหวัดสุรินทร์
พ.ศ. 2525	ประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นต้น วิทยาลัยครูสุรินทร์ อำเภอมือง จังหวัดสุรินทร์
พ.ศ. 2529	ศิลปศาสตรบัณฑิต (วิชาเอกบริหารธุรกิจ) มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2533	ครุศาสตรบัณฑิต (วิชาเอกบริหารการศึกษา) สหวิทยาลัยอีสานใต้สุรินทร์ อำเภอมือง จังหวัดสุรินทร์
พ.ศ. 2537	การศึกษามหาบัณฑิต (วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร กรุงเทพมหานคร

ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคล
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอาปิล
อำเภอทาบเชิง จังหวัดสุรินทร์

บทคัดย่อ
ของ
เตือนใจ รงค์ไสภณ

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา

พฤษภาคม 2537

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงที่มีต่อสุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านอัมปิล อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์ ปีการศึกษา 2536 ที่มีสุขภาพส่วนบุคคลที่เหมาะสมต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 จำนวน 24 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 12 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่มและกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล แบบแผนการทดลองของการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบแผนการทดลองแบบทดสอบก่อนและแบบทดสอบหลังการทดลอง (Randomized two group pretest - posttest design) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบบันทึกการตรวจสอบสุขภาพส่วนบุคคล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การทดสอบของวิลคอกซันและแมน-วิทนี

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีคะแนนส่วนบุคคลสูงขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนมีคะแนนส่วนบุคคลสูงขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นกลุ่ม กับนักเรียนที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการเสริมแรงเป็นรายบุคคล มีคะแนนสุขภาพส่วนบุคคลสูงขึ้น ไม่แตกต่างกัน

THE EFFECT OF MODELING TECHNIQUE IN COMBINATION WITH REINFORCEMENT
ON PERSONAL HEALTH OF PRATOM SUKSA V STUDENTS OF
BAN AMPUEL SCHOOL IN AMPOE Khab-CHOENG,
CHANGWAT SURIN

AN ABSTRACT
BY
THUENCHAI RONGSOPHON

Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education degree in Educational Psychology
at Srinakariwirot University

May 1994

The purpose of this experimental research was to study the effect of modeling technique in combination with reinforcement on personal-health of Pratom Suksa v students of Ban Ampuel school in Amphoe Khab-choeng, Changwat Surin in the academic year 1994. The subjects of twenty-four students were randomly selected from students whose appropriate-personal-health scores were lower than fiftyth percentile. The subjects were then randomly divided into an experimental group I and an experimental group II, each group consisted of twelve students. The experimental group I was exposed to the modeling technique in combination with group contingency while the experimental group II was exposed to the modeling technique in combination with individual contingency. The randomized two groups pretest - posttest design was a research design. Event - Sampling personal health sheet was used for data recording. The data were analyzed by the Wicoxon's Matched - Paris Signed - Ranks Test and the Mann - Whitney U Test.

The results were as follows :

1. The personal-health scores of students exposed to the modeling technique in combination with group contingency were significantly increased at .05 level.
2. The personal-health scores of students exposed to the modeling technique in combination with individual contingency were significantly increased at .05 level.
3. No significant difference in personal - health scores of both groups was found.