

370.15
ค 2243
1.3

ผลการใช้แม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม
กรุงเทพมหานคร

ปริญญาโท

ของ

สุปรียา อันทิวโรทัย

20 เม.ย. 2535

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต

กุมภาพันธ์ 2529

ลิขสิทธิ์ เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

177281

คณะกรรมการที่ปรึกษาประจำตัวนิสิต และคณะกรรมการสอบ ให้อภิปรายปริญญาโท
ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาบัณฑิต
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการที่ปรึกษา

..... *ประพนธ์ อภิรัตน์* ประธาน
..... *วิมลพร อภิรัตน์* กรรมการ

คณะกรรมการสอบ

..... *ประพนธ์ อภิรัตน์* ประธาน
..... *วิมลพร อภิรัตน์* กรรมการ
..... *วิมลพร อภิรัตน์* กรรมการ

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยความช่วยเหลือ คำแนะนำ ความเอาใจใส่ ตลอดจนกำลังใจอย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร ฉัตรบุณฑกุล รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ หล้าสุวงษ์ และอาจารย์สุภาพร ลอยด์ ที่กรุณาเสนอแนะข้อคิด และแนวทางอันมีค่ายิ่งแก่ผู้วิจัยตลอดมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ไพฑูริย์ ภู่งศ์พันธ์ ผู้อำนวยการโรงเรียน-
จันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม สำหรับการให้ความสนับสนุน อนุญาตให้ใช้เครื่องบันทึกเทปโทรทัศน์ ตลอดจนความเอาใจใส่ที่มีต่อผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบพระคุณ อาจารย์เรืองอรุณ มุลิกานนท์ อาจารย์ยุพา บุญอำนวยสุข และ
คณาจารย์ทุกท่านของโรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม สำหรับความช่วยเหลือ กำลังใจ
ที่มีต่อผู้วิจัยตลอดเวลาที่ผ่านไป

ขอขอบพระคุณ อาจารย์สมพงษ์ สนิเปรม อาจารย์โรษิต สิงห์สุต
อาจารย์ถวัลย์ พรหมนรกิจ อาจารย์ฝ่ายโสตทัศนศึกษาโรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม
สำหรับการสนับสนุนให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดีจากการบันทึกเทปโทรทัศน์เพื่อใช้ในการ
ทดลองครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณอรรดพล - คุณบุญจันทร์ ธรรมวงษา คุณพรรัตน์ แก่นทอง
สำหรับความช่วยเหลือ ข้อเสนอแนะ กำลังใจที่มีต่อผู้วิจัยเสมอมา

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ - คุณแม่ สำหรับความรัก ความห่วงใย
และกำลังใจที่มีต่อผู้วิจัยตลอดชีวิตที่ผ่านมา ที่ายที่สุดขอขอบพระคุณคุณเลิศชัย อันทิวโรทัย
ผู้ซึ่งอยู่เบื้องหลังของความสำเร็จในงานวิจัยครั้งนี้

สุปรียา อันทิวโรทัย

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
/ ภูมิหลัง	1
/ ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	3
/ ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	3
/ ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	4
/ ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	4
/ นิยามศัพท์เฉพาะ	4
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า	6
ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม	7
* กระบวนการในการเรียนรู้จากแม่แบบ	7
(การเสริมแรงซึ่งเกิดจากการสังเกตเห็นแม่แบบได้รับการเสริมแรง ..	12
) อิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกต	14
) กลวิธีในการเรียนรู้จากแม่แบบ	16
งานวิจัยที่เกี่ยวกับแม่แบบในต่างประเทศ	17
) งานวิจัยเกี่ยวกับแม่แบบในประเทศไทย	21
) พฤติกรรมการเรียนกับนิสัยในการเรียน	25
) การสร้างนิสัยในการเรียน (พฤติกรรมการณ์ที่ปฏิบัติเป็นประจำ) .	26
) วิธีแก้ไขปรับปรุงนิสัยในการเรียน (พฤติกรรมการณ์ที่ปฏิบัติเป็น	27
ประจำ)	27
ความหมายของทัศนคติ	28
การเกิดทัศนคติ	30
องค์ประกอบของทัศนคติ	31

ลักษณะทั่วไปของทัศนคติ	31
การ เปลี่ยนทัศนคติ	32
งานวิจัยเกี่ยวกับนิสัยและทัศนคติในการ เรียนในต่างประเทศ	32
งานวิจัยเกี่ยวกับนิสัยและทัศนคติในการ เรียนในประเทศ	38
* สมมุติฐานในการศึกษาครั้งนี้	40
3 วิธีดำเนินการศึกษาครั้งนี้	41
ประชากร	41
กลุ่มตัวอย่าง	41
วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่าง	41
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาทดลองและการสร้างเครื่องมือ	42
วิธีดำเนินการทดลอง	45
วิธีวิเคราะห์ทางสถิติ	46
โครงการทดลองใช้เทคนิคแม่แบบ	47
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	59
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	63
เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบสำรวจ	
ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง	64
เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบสำรวจ	
ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง	65
เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่จากแบบสำรวจ	
ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง	66
เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่จากแบบสำรวจ	
ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม	67

5	สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	68
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	68
	สมมุติฐานของการศึกษาค้นคว้า	68
	กลุ่มตัวอย่าง	68
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	68
	วิธีดำเนินการทดลอง	69
	การวิเคราะห์ข้อมูล	69
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	70
	อภิปรายผล	71
	ข้อเสนอแนะทั่วไป	74
	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย	74
	บรรณานุกรม	75
	ภาคผนวก	83
	ภาคผนวก ก	84
	ภาคผนวก ข	132
	ภาคผนวก ค	169

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบสำรวจ พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง	64
2 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบสำรวจ พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง	65
3 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนของแต่ละคู่ที่วัดได้จาก แบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลัง การทดลองของกลุ่มทดลอง	66
4 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนของแต่ละคู่ที่วัดได้จาก แบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลัง การทดลองของกลุ่มควบคุม	67

ภูมิหลัง

ในระบบการศึกษาปัจจุบัน นักการศึกษาได้เน้นการพัฒนาขบวนการเรียนการสอน หลักสูตรเนื้อหาวิชา และตัวผู้สอนให้มีความเหมาะสมอยู่ตลอดเวลา ทั้งนี้ก็เพื่อให้ผู้เรียน ประสบความสำเร็จในการเรียนตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ ถึงแม้ว่าจะมีการพัฒนาขบวนการเรียนการสอนให้ดีและเหมาะสมเพียงใดก็ตาม ยังพบว่ายังมีนักเรียน ๑ เช่น นักเรียนมี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ สอบตก หรือลาออกกลางคัน จรุง วิรุฬรัตน์ (จรุง วิรุฬรัตน์ 2521 : 112) นักการศึกษาและนักจิตวิทยาหลายท่านศึกษาพบว่าสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนนั้น มีที่ขึ้นอยู่กับความสามารถหรือเขาวงกตปัญญาแต่เพียงอย่างเดียว หากต้องอาศัยองค์ประกอบอื่นที่มีประสิทธิภาพซึ่งได้แก่ คุณลักษณะส่วนตัวด้านอื่นของผู้เรียนเอง เขามีบทบาทช่วย เช่น พฤติกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำ ทักษะในการเรียน ความสนใจ บุคลิกภาพ เป็นต้น

จากการศึกษาของ แมคคอกซ์ (Maddox. 1965 : 2 - 9) พบว่า การที่นักเรียนมีความแตกต่างกันในด้านสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนนั้น จะขึ้นอยู่กับสติปัญญาและความถนัดร้อยละ 50 - 60 ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำในการเรียนที่ดี ร้อยละ 30 - 40 ขึ้นอยู่กับโอกาสและสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ อีกร้อยละ 10 - 15 สำหรับการมีพฤติกรรมการเรียนที่ดีและมีวิธีเรียนที่มีประสิทธิภาพนั้นจะทำให้สัมฤทธิ์ผลของนักเรียนต่างกัน ฮิลเดรท (Hildreth. 1966 : 424) ได้ทำการศึกษาพบว่า สาเหตุที่ทำให้เด็กที่มีความฉลาดจำนวนมากหนึ่งไม่ประสบความสำเร็จในการเรียนนั้น เกิดจากพฤติกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำไม่ดี ขาดความสนใจ เอาใจใส่และทัศนคติที่ดีต่อการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ โคล และเฟอร์กูสัน (Cole and Ferguson. 1964 : 1) ซึ่งได้ทำการศึกษาและวิเคราะห์พฤติกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำของนิสิตในมหาวิทยาลัยเป็นเวลาหลายปี โดยใช้เทคนิคการสังเกต ผลปรากฏว่า นิสิตที่ประสบผลสำเร็จ จะมีพฤติกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำแตกต่างจากนิสิตที่ไม่ประสบผลสำเร็จในการเรียนถึงแม้ว่าระดับสติปัญญาจะเท่ากันก็ตาม

พฤติกรรมการณ์เรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำและทัศนคติในการเรียนเป็นแบบแผนพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ มิได้เกิดจากสัญชาตญาณ ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงและแก้ไขได้ การใช้เทคนิคและวิธีการอันเหมาะสม แบนดูรา (Bandura. 1977 : 22 - 29) ได้กล่าวถึงกระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์ว่าประกอบด้วยกระบวนการที่ซับซ้อน โดยเฉพาะในเรื่องของพฤติกรรมซึ่งส่วนใหญ่แล้วเกิดขึ้นโดยการเรียนรู้จากการสังเกตจากตัวแบบ การที่บุคคลได้เห็นผลจากการกระทำที่เกิดขึ้นกับตัวแบบจะช่วยชี้้นำการกระทำของเขาได้ และยังช่วยประกันความผิดพลาดที่อาจจะเกิดจากการกระทำนั้นด้วย นอกจากนี้ แบนดูรา และวอลเตอร์ (Bandura and Walters. 1963 : 47) กล่าวว่า การเลียนแบบอาจเกิดขึ้นทันทีที่ได้เห็นตัวแบบหรืออาจเกิดขึ้นหลังจากที่มีการสังเกตแล้วระยะหนึ่งก็ได้ ดังนั้นพฤติกรรมของบุคคลแวดล้อมจึงเป็นเสมือนแม่แบบที่พาเราให้บุคคลกระทำตามและเกิดการเรียนรู้ขึ้นได้ ดังที่ มาร์ลัต (Marlatt. 1975 : 177) ได้กล่าวว่าแม่แบบคือกระบวนการเรียนรู้ซึ่งเกิดขึ้นได้โดยการสังเกตพฤติกรรมของคนหรือกลุ่ม โดยมีแม่แบบเป็นสิ่งเร้าให้ผู้สังเกตมีความคิด ทัศนคติ หรือพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปตามลักษณะของแม่แบบที่ผู้สังเกต

ดังนั้นการใช้เทคนิคแม่แบบจึงเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลทางด้านต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่ว่าจะเป็นการบำบัดรักษา ความกลัว การกล้าแสดงออก และจริยธรรมในด้านต่าง ๆ เป็นต้น ซึ่งสามารถทำได้ด้วยการจัดสภาพการณ์ให้เกิดการเรียนรู้ โดยมีบุคคลหรือกลุ่มบุคคลเป็นตัวแบบ (Model) แสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสม ซึ่งแสดงถึงการปะทะสัมพันธ์ระหว่างตัวแบบกับสิ่งเร้า และให้ตัวแบบได้รับแรงเสริมทางบวกจากการแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ กลวิธีการใช้ตัวแบบนี้สามารถที่ใช้ตัวแบบที่มีชีวิต (Live Models) หรือตัวแบบในรูปสัญลักษณ์ (Symbolic Models) ก็ได้

ในการที่จะปลูกฝัง แก้ไข ปรับปรุง หรือพัฒนาให้นักเรียนมีพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียนที่ดีขึ้น นอกจากจะมีผลกระทบโดยตรงต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนแล้วยังจะเป็นการป้องกันปัญหาทางสุขภาพจิตของนักเรียนที่จะเกิดขึ้นจากปัญหาทางการเรียนอีกด้วย จากการวิจัยของ กุศยา แสงเดช (กุศยา แสงเดช 2518 : 52 - 56) พบว่า

นักเรียนที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำ จะมีปัญหาทางการเรียน สังคม และส่วนตัวมากกว่า กลุ่มนักเรียนที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นครูจึงควรปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการเรียนให้แก่เด็ก เพื่อให้เด็กเรียนมีความทะเยอทะยานในชีวิตและพอใจที่จะขวนขวายหาความรู้เสมอเพื่อให้เป็นคนที่ทันต่อโลกและทันต่อเหตุการณ์ กมล เกาวิจิตร (กมล เกาวิจิตร 2496 : 16)

เนื่องจากพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติต่อการเรียนเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อนักเรียน เพราะจะเป็นสิ่งที่ช่วยให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาองค์ประกอบดังกล่าวแล้วโดยการทดลองใช้เทคนิคแม่แบบซึ่งเป็น เทปโทรทัศน์ เพื่อกระตุ้นและจูงใจให้นักเรียนที่ได้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นไปในทางที่เหมาะสม

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง ซึ่งได้รับการให้แม่แบบและกลุ่มควบคุมซึ่งได้รับการให้ข้อเสนอแนะ
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการให้แม่แบบของกลุ่มทดลอง
3. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะของกลุ่มควบคุม

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะเป็นแนวทางสำหรับครูอาจารย์ผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งครูแนะแนว ในการนำเทคนิคแม่แบบไปใช้ในการแก้ไข ปรับปรุง ปลูกฝังแลพัฒนาพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของนักเรียน ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนได้ใช้ศักยภาพที่มีอยู่ในตัวให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียนรู้มากที่สุด

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ม.4) ปีการศึกษา 2528 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ที่มีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนต่ำ ซึ่งวัดได้จากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ม.4) ปีการศึกษา 2528 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ที่มีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนต่ำ จำนวน 36 คน โดยได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แล้วสุ่มแบบจับคู่ (match pair) นักเรียนที่มีคะแนนจากแบบสำรวจใกล้เคียงกันเข้าในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 18 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. ตัวแปรอิสระ คือวิธีการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ซึ่งมี 2 วิธี

1.1 แม่แบบ (Modeling)

1.2 การให้ข้อมูลสนเทศ (Information)

2. ตัวแปรตาม คือพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. แม่แบบ (Modeling) หมายถึง เทปโทรทัศน์ที่มีแม่แบบตั้งแต่ 1 คนขึ้นไป แสดงพฤติกรรมที่ต้องการเกี่ยวกับพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ซึ่งมีทั้งหมด 15 ครั้ง โดยให้ผู้รับการทดลองให้สังเกตพฤติกรรมที่แม่แบบแสดงออก เพื่อที่จะให้ผู้รับการทดสอบแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ ตามแม่แบบในเทปโทรทัศน์

2. การใช้ข้อสนเทศ หมายถึง การให้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรม การเรียนและทัศนคติในการเรียนรูของเอกสารที่รวบรวมจากหนังสือและบทความต่าง ๆ ซึ่งมีเนื้อหาเช่นเดียวกันกับการใช้เทคนิคแม่แบบ

3. พฤติกรรมการณ์เรียน หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนซึ่งเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน ประกอบด้วย 2 ลักษณะคือ

3.1 การรู้จักใช้เวลา หมายถึง การจัดเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ การทำงานที่ได้รับมอบหมายด้วยตนเองและส่งงานตามกำหนด

3.2 วิธีการทำงาน หมายถึง วิธีการที่ใช้ปฏิบัติในการศึกษาเล่าเรียน เช่น วิธีการอ่านหนังสือ การฟัง การจดบันทึก การจำ การเรียนเป็นกลุ่ม การใช้ห้องสมุด และการเตรียมตัวสอบ

4. ทัศนคติในการเรียน หมายถึง ความรู้สึกหรือความคิดเห็นที่มีต่อครูและต่อการศึกษา

4.1 ทัศนคติที่มีต่อครู หมายถึง ความรู้สึกหรือความคิดเห็นเกี่ยวกับบุคลิกลักษณะ การประพฤติปฏิบัติ ความรู้ความสามารถและเทคนิควิธีการสอนของครู

4.2 ทัศนคติที่มีต่อการศึกษา หมายถึง ความรู้สึกหรือความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการศึกษาเล่าเรียน และสิ่งที่จะได้รับจากการศึกษา

5. กลุ่มทดลอง หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการทดลองตามโครงการทดลองใช้แม่แบบเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียน

6. กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการให้ข้อสนเทศเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียน

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ (Modeling) พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน (Study Behaviors and Attitudes) โดยแบ่งออกเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ

- 1.1 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม
- 1.2 กระบวนการในการเรียนรู้จากแม่แบบ
- 1.3 การเสริมแรงซึ่งเกิดจากการสังเกตเห็นแม่แบบได้รับการเสริมแรง
- 1.4 อิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกต
- 1.5 กลวิธีในการเรียนรู้จากแม่แบบ และลักษณะของแม่แบบ
- 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็น

ประจำและทัศนคติในการเรียน

- 2.1 พฤติกรรมการเรียนกับนิสัยในการเรียน
- 2.2 การสร้างนิสัยในการเรียน (พฤติกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็น

ประจำ)

- 2.3 วิธีแก้ไขปรับปรุงนิสัยในการเรียน (พฤติกรรมการเรียนที่

ปฏิบัติเป็นประจำ)

- 2.4 ความหมายของทัศนคติ
- 2.5 การเกิดทัศนคติ
- 2.6 องค์ประกอบของทัศนคติ
- 2.7 ลักษณะทั่วไปของทัศนคติ
- 2.8 การเปลี่ยนทัศนคติ
- 2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแม่แบบ

1. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม

ทฤษฎีที่ใช้เป็นพื้นฐานในการวิจัยครั้งนี้คือ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของแบนดูรา (Bandura. 1977 : 16 - 22) ให้อธิบายแนวคิดที่สำคัญในการเรียนรู้ทางสังคมไว้ดังนี้คือ

พฤติกรรมทุกอย่างของมนุษย์ (รวมทั้งพฤติกรรมต่อตนเอง) ที่นอกเหนือจากปฏิกิริยาสะท้อน (Elementary Reflexes) ส่วนเป็นผลมาจากการเรียนรู้ และสิ่งที่มนุษย์เรียนรู้คือ ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่าง ๆ เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์กับเหตุการณ์ เรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับผลที่เกิดจากพฤติกรรม (Response Consequences) ความรู้ที่มนุษย์เรียนรู้จะกลายเป็นความเชื่อ ที่มีผลในการควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ เมื่อมนุษย์เรียนรู้ว่าเหตุการณ์ใดเกิดตามเหตุการณ์ใดอย่างไร เมื่อประสบเหตุหนึ่ง มนุษย์ก็จะเกิดความคาดหวัง (Expectancy) เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่จะเกิดตามมาได้ ทำให้เกิดความดีใจ ความวิตกกังวล ความกลัวขึ้นล่วงหน้า ความคาดหวังนี้ทำให้มนุษย์ตัดสินใจทำหรือไม่ทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งเพื่อให้เกิดผลตามที่ตนปรารถนา

การเรียนรู้ความสัมพันธ์ดังกล่าวเกิดจากการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์ตรง (Direct Experience) และการเรียนรู้จากการสังเกต (Observation Learning) การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง เช่น การประสบเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง ได้รับความที่เกิดจากการกระทำต่าง ๆ ด้วยตนเอง แต่วิธีเรียนรู้ด้วยประสบการณ์ตรงมีข้อจำกัดอยู่มาก เพราะสิ่งที่เรียนรู้มีมากเกินกว่าเวลาและโอกาสของผู้เรียนแต่ละคนจะอ่านและผลของการกระทำบางอย่างก็เป็นอันตรายถ้าจะต้องเรียนรู้ด้วยตนเอง

2. กระบวนการในการเรียนรู้จากแม่แบบ

การเรียนรู้ที่แบนดูราเน้นคือการเรียนรู้จากแม่แบบ (Learning Through Modeling) โดยกระบวนการสังเกต (Process of Observation) ให้แก่การสังเกตพฤติกรรมและผลที่เกิดขึ้นมาจากการกระทำของผู้อื่น เช่น การได้ยินได้ฟัง คำบอกเล่า การได้อ่านข่าวสาร บันทึก ซึ่งเป็นการเรียนรู้ทางอ้อม และจะเป็นข้อมูลที่บุคคล

นำมาพิจารณา สำหรับการกระทำพฤติกรรมใหม่ในอนาคตต่อไป ผู้ที่ช่างสังเกตและช่างคิด ก็จะมีโอกาสเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้มากกว่าและลึกซึ้งกว่า ผู้ที่ไม่ชอบสังเกตและไม่ชอบคิด ในขณะที่เดียวกันผู้เรียนที่ประสบตัวอย่างหรือแบบอย่าง (Model) ที่แตกต่างกันก็จะเกิดการเรียนรู้ที่ต่างกันด้วย เมื่อบุคคลได้เห็นตัวแบบก็จะสามารถรับรู้สัญลักษณ์ของการกระทำนั้น และสัญลักษณ์เหล่านั้นจะชี้ให้เห็นพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม กระบวนการเรียนรู้ด้วยการสังเกต (Observational Learning) ประกอบด้วยกระบวนการที่สำคัญ 4 ประการคือ

2.1 กระบวนการใส่ใจ (Attentional Process) บุคคลจะไม่สามารถเรียนรู้ได้เลยถ้าขาดความใส่ใจและขาดการรับรู้พฤติกรรมที่แม่แบบแสดงออก สิ่งที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการใส่ใจมีดังนี้คือ

ลักษณะของแม่แบบ แม่แบบที่มีความเด่นชัด จดจำได้ง่าย มีความดึงดูดใจสูง มีความซับซ้อนของพฤติกรรมน้อย จะมีโอกาสทำให้ผู้สังเกตใส่ใจได้มาก นอกจากนี้ถ้า พฤติกรรม กิจกรรม และลักษณะของแม่แบบมีความสำคัญ ใกล้เคียง และเกี่ยวข้องกับผู้สังเกต รวมทั้งพฤติกรรมที่แม่แบบแสดงออกมีประโยชน์ต่อผู้สังเกต จะโน้มน้าวจิตใจผู้สังเกตให้ใส่ใจได้มาก

ลักษณะของผู้สังเกต กระบวนการใส่ใจนี้จะขึ้นอยู่กับความสามารถในด้านการสังเกต การรับรู้ ธรรมชาติ และสติปัญญาจากพฤติกรรมของแม่แบบ รวมทั้งมีความตื่นตัวในการใส่ใจ พฤติกรรมของแม่แบบนั้น

2.2 กระบวนการเก็บจำ (Retention Process) ในการเรียนรู้ โดยการสังเกตบุคคลไม่สามารถจะเรียนรู้ได้มากถ้าปราศจากการเก็บจำ เพราะกระบวนการเก็บจำนั้นเป็นการรวบรวมรูปแบบพฤติกรรมของแม่แบบที่ได้สังเกตทุกครั้ง แล้วนำมาวางรูปแบบของพฤติกรรมที่แน่ชัด ในรูปสัญลักษณ์ (Symbolic Coding) ที่จะช่วยให้จำพฤติกรรมของตัวแบบได้แม้จะไม่ได้เห็นตัวแบบในช่วงระยะเวลาอันสั้นก็ตาม การเก็บจำในรูปสัญลักษณ์กระทำได้ใน 2 ลักษณะคือ มโนภาพ (Imaginal) หรือภาษา (Verbal) การเก็บจำในรูปของมโนภาพ (Imaginal Coding) จะง่ายเข้าเมื่อมีสิ่งเร้า (แม่แบบ) มาแสดง

ให้เห็นบ่อย ๆ ส่วนการเก็บจำในรูปภาพ (Verbal Coding) พัฒมายิ่งกว่ามโนภาพและ จะช่วยให้การเรียนรู้ประสบผลสำเร็จยิ่งขึ้น เพราะสัญลักษณ์ในรูปภาพสามารถให้ข้อมูลที่ มากพอและง่ายต่อการทำความเข้าใจได้มาไว้ด้วย นอกจากนี้การฝึกคิด หรือกระทำตาม แบบแผนการตอบสนองของแม่แบบยังช่วยให้การ เรียนรู้จากการสังเกตได้ผลดียิ่งขึ้น ดังนั้น การเลียนแบบจึงอาจจะเกิดขึ้นตามการกระทำของแม่แบบโดยตรงทันที หรืออาจจะเกิดขึ้น หลังจากการสังเกตแม่แบบมาแล้วระยะหนึ่ง ลักษณะเช่นนี้เป็นผลของกระบวนการเก็บจำใน รูปแบบมโนภาพหรือสัญลักษณ์ทางภาษานั้นเอง

2.3 กระบวนการแสดงออก (Motor Reproduction Process)

เป็นกระบวนการที่ผู้สังเกตคัดแปลงสัญลักษณ์จากการ เก็บจำมาเป็นการกระทำที่เหมาะสม กับการใช้กลไกของความคิด แต่ผู้สังเกตจะแสดงพฤติกรรมได้ครบถ้วนตามที่ เขาสังเกต หรือไม่นั้น ขึ้นอยู่กับระดับความคิด (Cognitive Level) และความซับซ้อนของ พฤติกรรมรวมทั้งการคัดแปลงสัญลักษณ์ให้มาเป็นการกระทำที่เหมาะสมนั้นทำได้ยากมากใน ระยะแรก แต่เมื่อทราบตัวข้อบกพร่องระหว่างสัญลักษณ์กับการคัดแปลงให้เป็นพฤติกรรม จะช่วยให้การกระทำตามแม่แบบในคราวต่อไปถูกต้องมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้จะมีการสังเกต การกระทำตามตัวแบบได้ดีแล้ว จะต้องมีการติดตามการกระทำซึ่งการติดตามนี้จะต้อง เป็น ข้อมูลย้อนกลับที่แม่นยำช่วยจึงจะช่วยให้การกระทำตามแม่แบบได้ผลดียิ่งขึ้น นอกเหนือจาก การปรับปรุงทักษะพื้นฐานที่มีอยู่แล้วของผู้สังเกตด้วยการให้แม่แบบและการฝึกฝน

2.4 กระบวนการจูงใจ (Motivational Process) พฤติกรรมการเรียนรู้

ทางสังคมแสดงให้เห็นความแตกต่างระหว่างสิ่งที่ได้เรียนรู้มา (Acquisition) กับ การแสดงออก (Performance) เพราะในชีวิตจริง บุคคลไม่สามารถจะกระทำตาม แม่แบบได้ทั้งหมด บุคคลจึงเลือกที่จะกระทำตามแม่แบบ เมื่อการกระทำนั้นก่อให้เกิดผลดี ที่ตอบแทนมากกว่าพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดผลเสีย การประเมินคุณค่าของพฤติกรรมของแม่แบบ โดยผู้สังเกตเป็นไปในรูปของการรับเอาสิ่งที่ตนพึงพอใจไว้และไม่ยอมรับสิ่งที่ตนไม่เห็นด้วย

กระบวนการจูงใจมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้ด้วยการสังเกตแม่แบบที่ได้สร้างติดการกระทำอย่างหนึ่งซ้ำแล้วซ้ำอีกด้วยการพยายามปรับปรุงข้อบกพร่อง และได้รับรางวัลเป็นการตอบแทนจากการกระทำนั้น ก่อให้เกิดการเลียนแบบในสังคมส่วนใหญ่ ซึ่งสังเกตการกระทำนั้นอยู่

พฤติกรรมการเลียนแบบที่สมบูรณ์จะเกิดขึ้นได้ด้วยการจัดวางรูปแบบขององค์ประกอบในการเรียนรู้จากแม่แบบอย่างเหมาะสม โดยกระตุ้นให้ผู้สังเกตใส่ใจกับแม่แบบอย่างจริงจังจนสามารถจดจำและนำมาสร้างสัญลักษณ์แทนกิจกรรมที่เลียนแบบได้ (Symbolic Representation of Modeled Activity) และนำออกมาใช้ได้ภายในภายหลังประกอบกับการจูงใจอย่างเหมาะสม จะทำให้ผู้สังเกตแสดงการตอบสนองคือการเลียนแบบพฤติกรรมของแม่แบบได้ในที่สุด

พฤติกรรม	ความสนใจ	การเก็บจำ	การแสดงออก	การจูงใจ
พฤติกรรม	ตัวแบบ	- รหัสแห่งสัญลักษณ์	- ความสามารถทางกาย	- การเสริมแรง
ของ	- ความชัดเจน	(Symbolic Coding)	- การประสานงานของ	ภายนอก
ตัวแบบ	- อิทธิพลต่ออารมณ์		อวัยวะ	(External reinforcement)
	- ความนับถือ	- ขบวนการคิด	- การสั่งเฝ้าการทำ	แบบ
	- การใช้หน้าจั่วจิตใจ	- การศึกษาสัญลักษณ์	ของตนเอง	- การเสริมแรง
	- ลักษณะประโยชน์ที่ใส่	- การฝึกแสดงออก	- การคิดความผลถาวร	แก่ตัวแบบ
	<u>ผู้สังเกต</u>		กระทำ	(vicarious reinforcement)
	- การรับรู้ความรู้สึก			reinforcement)
	- อารมณ์			- การเสริมแรง
	- การรับรู้			ภายใน
	- การเสริมแรงที่เอษ			(Self - reinforcement)
	ได้รับ			

ภาพประกอบ 1 องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยการสังเกต ความหมายทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา

3. การเสริมแรงซึ่งเกิดจากการสังเกตเห็นแม่แบบได้รับการเสริมแรง

(Vicarious Reinforcement)

แบนดูรา (Bandura, 1977 : 117 - 121) ได้สรุปเกี่ยวกับการเสริมแรงแม่แบบดังนี้

ในชีวิตประจำวันคนเรามีโอกาสที่จะได้สังเกตเห็นการกระทำและผลที่เกิด (Outcomes) จากการกระทำของบุคคลอื่น ซึ่งมีทั้งผลกรรมที่เป็นรางวัล การลงโทษ และการไม่สนใจใยดี (Ignored) คนเราจึงได้รับประโยชน์จากการเรียนรู้วิธีการที่นำมาซึ่งความสำเร็จและวิธีการที่จะก่อให้เกิดความผิดพลาดจากบุคคลอื่น พอ ๆ กันกับการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง (Directly Experienced Consequences) การได้เห็นผลจากการกระทำสามารถทำให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้เช่นเดียวกับคนที่บุคคลนั้นลงมือกระทำพฤติกรรมนั้นด้วยตนเอง ซึ่งสามารถอธิบายได้ด้วยกฎที่ว่า การได้เห็นความสำเร็จจากการกระทำของบุคคลอื่น ทำให้แนวโน้มในการกระทำพฤติกรรมนั้นเพิ่มสูงขึ้น ส่วนการได้เห็นความล้มเหลวจากการกระทำของบุคคลอื่นทำให้แนวโน้มในการกระทำพฤติกรรมนั้นลดต่ำลง

3.1 การเสริมแรงที่เกิดจากการเห็นตัวแบบได้รับการเสริมแรง

(Vicarious Reinforcement)

การเสริมแรงแบบนี้เกิดขึ้นเมื่อผู้สังเกตมีการกระทำบางอย่างเพิ่มขึ้นอันเนื่องมาจากการที่ได้เห็นว่า เมื่อบุคคลอื่นกระทำพฤติกรรมเช่นนั้นแล้วได้รับการเสริมแรง ผลจากการศึกษาจำนวนมากได้แสดงให้เห็นว่า การที่ได้เห็นพฤติกรรมของตัวแปรที่ได้รางวัล (Rewarded Modeling) ย่อมมีประสิทธิภาพกว่าการที่เพียงแต่ได้เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นอย่างเดียว ผลกรรมทางบวก (Observed Positive Consequences) ที่บุคคลสังเกตเห็นเป็นตัวส่งเสริมให้บุคคลรับ (Adopt) เอาพฤติกรรมนั้นมาเป็นของตน ซึ่งย่อมจะมีบางด้านของพฤติกรรมที่เราไม่ชอบ ดังนั้นเมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมได้ออกมา ก็ย่อมมีสิ่งจูงใจให้เขากระทำเช่นนั้น ตัวอย่างบางส่วนจากงานวิจัยในองค์ปฏิบัติการพบว่า คนเราจะรับเอามาตรฐานการกระทำที่สูงมาปฏิบัติโดยลดการตามใจตนเองลง (Reduce Self-gratification) คนจะเลือกกินอาหารที่ตนเองชอบไม่ชอบ ยอมสละทรัพย์สิน ยอมเปิดเผยปัญหาส่วนตัวและ

พยายามกระทำตามวิธีนั้น ในกรณีนี้ ให้เห็นตัวแบบได้รับการยกย่องสรรเสริญมากกว่า การที่ไม่ได้เห็นตัวแบบ เป็นที่รู้จักยอมรับจากผู้อื่นเลย ผลจากการสังเกตจะมีอิทธิพลมากน้อย เพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับ การให้คุณค่าแก่ผลที่เกิดขึ้นนั้นของผู้สังเกต กับประเภทของพฤติกรรม ที่เป็นแบบ

3.2 การลงโทษที่เกิดจากการเห็นตัวแบบถูกลงโทษ (Vicarious Punishment)

จากการสังเกตเห็นผลกระทบบของตัวแบบ สามารถทำให้พฤติกรรมนั้นเพิ่มขึ้นหรือ ลดลงได้ การได้เห็นผลกรรมทางลบจะมีผลให้แนวโน้มในการกระทำพฤติกรรมในทำนองนั้น หรือใกล้ เคียงกับพฤติกรรมนั้นลดลง ปรากฏการณ์เช่นนี้พบมากที่สุดในการศึกษาเกี่ยวกับ พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย (Physically Aggressive Behavior) การได้เห็นว่าการกระทำที่ก้าวร้าวได้รับการลงโทษย่อมทำให้การแสดง ความก้าวร้าวเกิดขึ้นน้อยกว่าการได้ เห็นว่าการกระทำนั้นได้รับรางวัลหรือไม่ได้รับผลกรรมใดใดเลย (Bandura. 1973 อ้างใน Bandura. 1977)

เนื่องจากอิทธิพลทางสังคมมีความหลากหลายซับซ้อน จึงพบโดยทั่วไปว่าบุคคลมิได้ ชอบสนองต่อพฤติกรรมก้าวร้าวด้วยรูปแบบเกมเสมอไป Rosekrans and Hartup (อ้างใน Bandura. 1977) ได้ศึกษาว่าการได้เห็นผลกรรมที่ขัดแย้งกันจะมีผลต่อการ เลียนแบบความก้าวร้าวอย่างไร พบว่าเด็กที่ได้เห็นการแสดงการดูหมิ่นแล้วได้รับรางวัลอยู่เสมอ จะมีความก้าวร้าวมากที่สุด ส่วนเด็กที่ได้เห็นว่าการแสดงออกเช่นนั้นได้รับการลงโทษอยู่เสมอ ปรากฏว่าไม่แสดงการเลียนแบบพฤติกรรมนั้นเลย ในขณะที่พวกที่ได้เห็นว่าการแสดงความ ก้าวร้าวแบบนั้นได้รับรางวัลบ้าง ถูกลงโทษบ้าง มีความก้าวร้าวอยู่ในระดับปานกลาง Walters and Parke. 1964 (อ้างใน Bandura. 1977) ปรากฏว่า ภายใต้เงื่อนไขบางประการ การลงโทษที่ได้รับจากประสบการณ์กับการลงโทษจากการสังเกตอาจมี ผลในการลดพฤติกรรมการล่วงละเมิดหอบ ๑ กัน เช่น เด็กที่เห็นเพื่อน ๑ ถูกลงโทษจากการ ทำพฤติกรรมต้องห้าม ในเวลาต่อมาเด็กเหล่านี้จะมีพฤติกรรมยับยั้งตนเองจากการยั่วเย้าของ สถานการณ์ในระดับเดียวกับกับพวกที่เห็นแสดงพฤติกรรมล่วงละเมิดแล้วถูกลงโทษ

บุคคลอาจได้เห็นตัวอย่างมาก่อนว่า พฤติกรรมของตัวแบบถูกลงโทษโดยทางวาจาหรือทางร่างกายจากบุคคลอื่นมีไม่น้อยที่ตัวแบบแสดงการกระทำที่เป็นการลงโทษตัวเองจากการที่ตัวเองมีพฤติกรรมที่บกพร่อง ซึ่งการได้เห็นตัวแบบกระทำเช่นนั้นมีผลกระทบต่อบุคคลในการยับยั้งการกระทำในทำนองเดียวกับตัวแบบ การได้เห็นตัวแบบวิจารณ์การกระทำบางอย่างของตนว่า "ไม่สมควรได้รับรางวัลจากตัวเอง" จะมีผลในทางลดแนวโน้มของบุคคลในการที่จะให้รางวัลแก่ตนเองเพื่อบรรเทาการกระทำในลักษณะเดียวกัน (Bandura. 1971 อ้างใน Bandura. 1977)

การกระทำพฤติกรรมตามอำเภอใจย่อมง่ายกว่าการยับยั้งพฤติกรรมนั้น ไม่ว่าวิธีการในการกระทำจะเกิดจากการสังเกตหรือได้รับจากประสบการณ์ตรง ๆ เนื่องจากการฝ่าฝืนข้อห้ามนั้นผู้กระทำกลับได้รับรางวัล ดังนั้นการเรียนรู้การกระทำก้าวร้าวจึงไม่จำเป็นต้องเรียนรู้จากตัวแบบเสมอไป การยับยั้งการกระทำเป็นเรื่องที่ยากกว่าการที่จะปล่อยตัวเองให้กำลังนั้นไปแล้วถูกลงโทษถ้าหากว่าการกระทำนั้นให้ประโยชน์แก่ผู้กระทำ

4. อิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกต

แบนดูรา (Bandura. 1977 : 41 - 45) ได้ให้ข้อสรุปเกี่ยวกับอิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกตดังนี้คือ

1. การสร้างพฤติกรรมใหม่ เมื่อผู้สังเกตได้เห็นการกระทำของแม่แบบซึ่งการกระทำของแม่แบบที่ผู้สังเกตไม่เคยพบเห็นมาก่อน ผู้สังเกตจะรวบรวมรูปแบบของการกระทำใหม่ที่มีในรูปของสัญลักษณ์และถ่ายทอดออกมาเป็นพฤติกรรมใหม่

2. การสร้างกฎเกณฑ์หรือหลักการใหม่ จะเกิดขึ้นในสภาพการณ์ที่ผู้สังเกตเห็นการกระทำของแม่แบบในลักษณะต่าง ๆ เช่น การตัดสินใจ รูปแบบทางภาษา เป็นต้น จากนั้นผู้สังเกตจะทดสอบการกระทำตามตัวแบบลักษณะต่าง ๆ ภายใต้สภาพการณ์ต่าง ๆ และถ้าการตอบสนองสิ่งผลทางบวก ผู้สังเกตก็จะรวบรวมแบบ ลักษณะของตัวแปรในรูปแบบต่าง ๆ แล้วนำมาสร้างเป็นกฎเกณฑ์หรือหลักการใหม่

3. การสอนความคิดและพฤติกรรมสร้างสรรค์ การมีตัวแบบจะช่วยสนับสนุนการพัฒนาเชิงสร้างสรรค์เพราะมนุษย์เมื่อเห็นตัวแบบกระทำพฤติกรรมใด ๆ พฤติกรรมหนึ่ง มนุษย์อาจใช้

ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่มีอยู่ประกอบกับการกระทำของตัวแบบมาพัฒนาเป็นความคิดหรือพฤติกรรมใหม่ขึ้นมา อย่างไรก็ตามยังมีข้อจำกัดสำหรับตัวแบบเชิงสังขารธรรม์ ถ้าตัวแบบเชิงสังขารธรรม์นี้มีประสิทธิภาพไม่เพียงพอ หรือผู้สังเกตมีทักษะจำกัด พฤติกรรมสังขารธรรม์จะไม่มีอิทธิพลเพียงพอต่อการกระทำตามของผู้สังเกต

4. การยับยั้งการกระทำและการลดความหวั่นเกรงที่จะกระทำ การที่ได้เห็นตัวแบบถูกลงโทษ ผู้สังเกตจะมีแนวโน้มที่ไม่ทำตามตัวแบบนั้น และในทำนองเดียวกัน ถ้าได้เห็นตัวแบบทำพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องและถูกห้ามปรามแล้วไม่มีผลกระทบใด ๆ ตามมา ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะทำตามตัวแบบ

5. การส่งเสริมการกระทำ การมีตัวแบบจะมีอิทธิพลต่อการส่งเสริมการกระทำทั้งที่เป็นทางบวกและทางลบ ถ้าผู้สังเกตได้เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมหนึ่งและได้รับรางวัล (Vicarious Reinforcement) ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะทำตามมากขึ้น ในทำนองเดียวกันถ้าผู้สังเกตได้เห็นตัวแบบที่แสดงความก้าวร้าวและได้รับการยกย่องว่าเป็นสิ่งที่ดี ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะทำตามมากขึ้นเช่นกัน ดังนั้นการเสนอตัวแบบในสังคมจำเป็นต้องมีความระมัดระวังอย่างยิ่ง เพราะอาจจะมีผลต่อการเพิ่มพฤติกรรมทางลบได้เช่นกัน

6. ทางด้านอารมณ์ การมีตัวแบบนั้นนอกจากจะส่งผลต่อการกระทำตามตัวแบบแล้ว ยังมีผลต่ออารมณ์ของผู้สังเกตให้รุนแรงเพิ่มขึ้นอีก และกระตุ้นให้เกิดอารมณ์คล้ายตามไปด้วย

7. การเอื้ออำนวยให้เกิดการกระทำตามตัวแบบ การกระทำใดที่คนให้คุณค่าและมีความชื่นชอบอยู่เสมอ การกระทำของตัวแบบนั้นก็จะทำให้ผู้สังเกตกระทำได้โดยรวดเร็วและมีความง่ายในการทำตาม นอกจากนี้เมื่อคนสามารถทำตามตัวแบบได้เร็วจะทำให้เกิดการแผ่ขยายจากสิ่งหนึ่งไปสู่อีกสิ่งหนึ่งได้โดยเร็วด้วย ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการมีตัวแบบนอกจากจะทำให้ผู้สังเกตมีความเปลี่ยนแปลงภายในตนเองแล้ว ยังทำให้สิ่งอื่น ๆ มีการเปลี่ยนแปลงอีกด้วย

5. กลวิธีในการเรียนรู้จากตัวแบบ

ในการนำทฤษฎีของแม็ลคแมนและซิลเบอร์แมน (Blackman and Silberman, 1975 : 57) ให้สรุปเพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติดังนี้

1. กำหนดพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้สังเกตเรียนรู้
2. มีแม่แบบซึ่งแสดงพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้สังเกตเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม
3. ใต้แรงเสริมกับแม่แบบ เพื่อแม่แบบสามารถแสดงพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้สังเกตเรียนรู้

วิชรี ทรัพย์มี (วิชรี ทรัพย์มี 2525 : 212 - 213) สรุปหลักการกลวิธีเรียนรู้จากตัวแบบ (Social Modeling Technique) ไว้ดังนี้คือ

1. ให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่จากการสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ จะช่วยให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้ทักษะในการก่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่
2. ผู้รับบริการอาจจะรับรู้มาก่อนแล้วถึงวิธีการที่จะนำมาสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนา แต่ยังไม่ได้ทำหรือคาดว่าจะทำไม่ได้ จากการสังเกตพฤติกรรมแม่แบบจะช่วยกระตุ้นให้ผู้รับบริการได้แสดงพฤติกรรมที่เรียนรู้แล้วนั้น
3. แม่แบบ (Model) จะต้องม็ลักษณะที่น่าสนใจ เพื่อเป็นแรงจูงใจหรือส่งเสริมให้ผู้รับบริการเลียนแบบ
4. หลังจากผู้รับบริการได้สังเกตพฤติกรรมของแม่แบบแล้ว ผู้รับบริการจะจดจำพฤติกรรมแม่แบบไว้ในความทรงจำ เพื่อนำไปแสดงพฤติกรรมตามที่จดจำไว้ในอนาคต
5. หลังจากผู้รับบริการสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบแล้วให้โอกาสผู้รับบริการได้ฝึกฝนพฤติกรรมนั้น และผู้ควบคุมจะเป็นผู้ให้ผลย้อนกลับ (Feedback) แต่ผู้รับบริการด้วยการฝึกนั้นอาจจะทำในสถานการณ์สมมุติก่อน

ได้มีผู้นำกลวิธีการเรียนรู้จากตัวแบบ เพื่อใช้ในการปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาต่าง ๆ เช่น พฤติกรรมทางสังคม พฤติกรรมความกลัว โดยให้สังเกตตัวแบบที่แสดงลักษณะที่พึงประสงค์ และตัวแบบได้รับแรงเสริมจากการแสดงพฤติกรรมนั้น ซึ่งสามารถทำให้หลายรูปแบบเป็นต้นว่า

1. ใช้สิ่งเกศพฤติกรรมของบุคคลจริง ๆ (Live Models) ในลักษณะของการปะทะสัมพันธ์ระหว่างตัวแบบกับสิ่งเร้าที่กำหนดให้โดยตรง ในการแสดงพฤติกรรมของตัวแบบนี้ควรได้รับแรงเสริมทางบวกด้วย

2. การใช้ตัวแบบภายใน (Covert Models) เป็นกลวิธีการที่ให้ผู้สังเกตหรือผู้รับการบำบัดจินตนาการว่าตนเองกำลังสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบที่แสดงในสถานการณ์ต่าง ๆ ตามคำสั่งของผู้บำบัด

3. ตัวแบบที่อยู่ในรูปสัญลักษณ์ (Symbolic Models) โดยให้ผู้สังเกตหรือผู้รับการบำบัดสังเกตตัวแบบที่เป็นคนหรือกลุ่มคนในภาพยนตร์หรือวิดีโอ ซึ่งแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ผู้สังเกตสนใจ

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยเกี่ยวกับแม่แบบในต่างประเทศ

มีงานวิจัยหลายเรื่องที่พบว่าแม่แบบภาพยนตร์หรือวิดีโอเทป เป็นกลวิธีหนึ่งที่สามารถดึงดูดความสนใจของผู้สังเกตได้มาก เนื่องจากภาพและเสียงเป็นสิ่งที่ช่วยดึงดูดความสนใจในการเลียนแบบ นอกจากนี้ ภาพยนตร์หรือวิดีโอเทปยังมีอิทธิพลต่อเด็กและผู้ใหญ่ในแง่การตอบสนองทางอารมณ์ และการเกิดพฤติกรรมใหม่ ดังนี้คือ

✓ จากการทดลองของแบนดูรา รอส และรอส (Bandura, Ross and Ross, 1963 : 3) ที่ศึกษาผลของการใช้แม่แบบต่อการเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าว โดยจัดแม่แบบเป็น 3 ลักษณะคือ แม่แบบที่เป็นชีวิตจริง แม่แบบที่เป็นภาพยนตร์แสดงโดยคนจริง และแม่แบบที่ทำเป็นภาพยนตร์การ์ตูน กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กวัยก่อนวัยเรียน ผลการทดลองพบว่าเด็กที่ได้รับแม่แบบก้าวร้าว แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้น แต่กลุ่มที่ไม่ได้รับแม่แบบไม่ค่อยมีพฤติกรรมก้าวร้าวปรากฏ และแม่แบบที่เป็นภาพยนตร์มีผลต่อพฤติกรรมของผู้สังเกตที่ดัดเทียมกับแม่แบบจากชีวิตจริง

ต่อมาในปี 1965 ฮิกส์ (Hicks, 1965 : 96 - 100) ได้ทดลองผลการใช้แม่แบบกับพฤติกรรมการเลียนแบบโดยใช้แม่แบบเป็นภาพยนตร์แสดงถึงความก้าวร้าว ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นชาย 31 คน หญิง 31 คน อายุระหว่าง 41 - 76 เดือน แบ่งเด็กเป็น

5 กลุ่ม กลุ่มละ 12 คน ให้ได้รับแม่แบบลักษณะต่าง ๆ กันคือ กลุ่มที่ 1 ให้แม่แบบเป็นผู้ใหญ่เพศชาย กลุ่มที่ 2 ให้แม่แบบเป็นผู้ใหญ่เพศหญิง กลุ่มที่ 3 ให้แม่แบบเป็นเด็กชายวัยเดียวกันกับผู้รับแบบ กลุ่มที่ 4 แม่แบบเป็นเด็กหญิงวัยเดียวกันกับผู้รับแบบ และกลุ่มที่ 5 เป็นกลุ่มควบคุมไม่ให้แม่แบบเลย ผลการทดลองปรากฏว่ากลุ่มที่ได้รับแม่แบบเป็นเด็กชายวัยเดียวกันมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุด และกลุ่มที่ได้รับแม่แบบเป็นผู้ใหญ่เพศชายมีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยที่สุด

นอกจากนี้ยังได้มีผู้นำตัวแบบในรูปสัญลักษณ์ไปใช้ในการปรับพฤติกรรมที่เกี่ยวกับความกลัวอย่างกว้างขวาง เช่น แมนดูรา กูเซ็ก เมนลอบ (Bandura, Grusec, Menlove. 1967 : 16 - 23) ได้ทำการทดลองเพื่อปรับพฤติกรรมด้วยกลวิธีการใช้ตัวแบบ (Modeling Technique) กับเด็กที่มีความกลัวสุนัข โดยแบ่งเด็กออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ให้ดูตัวแบบที่เล่นกับสุนัขในงานวันเกิด (Positive Context) กลุ่มที่ 2 ให้ดูตัวแบบที่เล่นกับสุนัขในบรรยากาศปกติ (Neutral Context) กลุ่มที่ 3 ให้ดูสุนัขที่อยู่ในงานวันเกิดโดยไม่มีตัวแบบ (Dog - Positive Context) ส่วนกลุ่มที่ 4 ให้ดูบรรยากาศในงานวันเกิดโดยมีสุนัขและตัวแบบ การติดตามผลภายหลังการทดลอง 1 เดือน ปรากฏว่า เด็กกลุ่มที่ 1 และ 2 ที่ได้ดูตัวแบบแสดงการปะทะสัมพันธ์กับสุนัขในงานเลี้ยงและปกติจะมีความกลัวลดลงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ดูตัวแบบ กล่าวคือ ร้อยละ 67 ของเด็กเหล่านั้นสามารถอยู่ตามลำพังกับสุนัข สำหรับเด็กที่ดูตัวแบบเล่นกับสุนัขในสถานการณ์งานเลี้ยง จะมีความกลัวลดลงกว่ากลุ่มที่ดูตัวแบบเล่นกับสุนัขในสถานการณ์ปกติเล็กน้อย และได้มีการทดลองใช้แม่แบบในรูปสัญลักษณ์ไปใช้ปรับพฤติกรรมที่เกี่ยวกับความกลัวอย่างกว้างขวาง ซึ่งแสดงถึงประสิทธิผลของการใช้แม่แบบในการลดพฤติกรรมความกลัวต่าง ๆ เช่น การกลัวงู (Bandura and Barab. 1973 : 1 - 9, Kornhaber and Sahroeder. 1975 : 601 - 607) กลัวหนู (Cautela and Flannery and Hanley. 1974 : 195 - 203) กลัวการสอบ (Andrew. 1973 : 5399 A - 5400 A) เป็นต้น

ได้มีการทดลองใช้แม่แบบในรูปสัญลักษณ์ เพื่อปรับพฤติกรรมอื่น ๆ อีก เช่น พฤติกรรมการอดอาหารเสเพล การฝึกทักษะต่าง ๆ ดังนี้ รีตเตอร์และคันซ (Reeder and Kuncz. 1976 : 370) ศึกษาเปรียบเทียบผลการใช้ตัวแม่แบบ (Modeling) และการบรรยาย

(Lecture) ที่มีต่อพฤติกรรมรอยขาของผู้ติดเฮโรอีน โดยแบ่งผู้รับการทดลองเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ให้อุปกรณ์แบบที่แสดงการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์ ตลอดจนวิธีการรอยขาเสพติด กลุ่มที่ 2 ให้อุปกรณ์บรรยายเกี่ยวกับปัญหาวิธีการรอยขาเสพติด ปรากฏว่า กลุ่มที่ให้อุปกรณ์แบบ (Modeling) มีผลการปฏิบัติงานทางอาชีพสูงกว่ากลุ่มที่ฟังการบรรยาย (Lecture)

๕๐) ทัตตัน ซุนด์แบลด์ และฮิลเบิร์ต (Dalton, Sundblad and Hylbett. 1973) และทัตตันและซุนด์แบลด์ (Dalton and Sundblad. 1976) ได้ศึกษาวิจัย เรื่องการฝึกความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง (Empathic Understanding) โดยวิธีการให้ ตัวแบบ (Modeling) เปรียบเทียบกับวิธีอ่าน (Reading) โดยแบ่งผู้รับการทดลองเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มที่รับการฝึกโดยวิธีให้ตัวแบบ (Modeling) ที่ประกอบด้วย การอธิบายอย่างย่อ ๆ การให้สังเกตจากตัวแบบ (Model) และการฝึกปฏิบัติแบบจินตนาการ (Covert Practice) กลุ่มที่ 2 รับการฝึกโดยการอ่านเอกสาร กลุ่มที่ 3 กลุ่มควบคุม หลังจากนั้นก็ประเมินผลของผู้รับการทดลองโดยให้ผู้รับการทดลองตอบแบบวัดพฤติกรรม การสนองตอบต่อผู้มาปรึกษาของคาร์คัฟฟ์ (The Carkhuff Helpee Stimulus Expressions) ผลการวิจัยทั้ง 2 ครั้ง (ครั้งแรกทำโดยกลุ่มผู้วิจัยชุดแรกในปี 1973) ต่อมากลุ่มผู้วิจัยชุดที่ 2 ทำวิจัยซ้ำในเรื่องเดียวกันในปี 1976) ปรากฏว่า ผู้รับการทดลอง ที่ฝึกโดยการให้ตัวแบบสามารถตอบสนองที่สื่อถึงความเข้าใจอย่างลึกซึ้งได้ในระดับสูงกว่า กลุ่มที่ใช้การอ่าน และกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาลักษณะของตัวแบบที่มีผลต่อการลดความวิตกกังวลในการสอนอีกด้วย แจฟฟ์ และคาร์ลสัน (Jaffe and Carlson. 1972 : 329 - 339) ได้ศึกษาถึงบทบาทของตัวแบบที่มีประสิทธิภาพในการลดความวิตกกังวลในการสอนโดยใช้นิสิต 30 คน แบ่งออกเป็น 5 กลุ่มคือ กลุ่มที่ 1 ให้อุปกรณ์จากวีดีโอเทป ซึ่งมีความวิตกกังวลในการสอน และภายหลังจากการสอบเรียบร้อยแล้วจะได้รับคำชมเชย กลุ่มที่ 2 ให้อุปกรณ์จากวีดีโอเทป ซึ่งมีความวิตกกังวลในการสอนและภายหลังจากการสอบเรียบร้อยแล้วจะได้รับคำชมเชย กลุ่มที่ 3 ให้อุปกรณ์จากวีดีโอเทปซึ่งไม่มีความวิตกกังวลในการสอน และภายหลังจากการสอบเรียบร้อยแล้วจะได้รับการว่ากล่าว กลุ่มที่ 4 ให้อุปกรณ์จากวีดีโอเทป

ซึ่งมีความวิตกกังวลในการสอบและภายหลังจากการสอบ เรียบร้อยแล้วจะได้รับการว่ากล่าว
 กลุ่มที่ 5 เป็นกลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการบ่มักด้วยกลวิธีใดเลย ผลปรากฏว่า ผู้ถูกทดลองทั้ง
 4 กลุ่ม มีความวิตกกังวลลดลงกว่ากลุ่มควบคุม และถ้าพิจารณาจากคะแนนการเรียนปรากฏว่า
 ผู้ถูกทดลองที่ได้ดูตัวแบบที่มีความวิตกกังวล จะมีคะแนนการเรียนเพิ่มขึ้นสูงกว่ากลุ่มที่ดูตัวแบบที่
 ไม่มีความวิตกกังวล

จะพบว่าการใช้การเสริมแรงทั้งด้านบวกและด้านลบต่อตัวแบบ (Vicarious
 Reinforcement) จะมีผลต่อพฤติกรรมของผู้สังเกตตั้งนี้คือ ไม้ ค.ศ. 1962 แบนดูรา
 (Bandura. 1962 : 57 - 58) ได้ทดลองให้แม่แบบภาพยนตร์ที่แสดงถึงผลของการ
 ก้าวร้าวแก่เด็กที่เป็นกลุ่มทดลอง 3 กลุ่มคือ กลุ่มที่ 1 ให้แม่แบบที่ได้รับผลเป็นการลงโทษ
 อย่างรุนแรง กลุ่มที่ 2 ให้แม่แบบที่ได้รับผลเป็นการยอมรับและมีสิ่งกระตุ้นคืออาหาร
 กลุ่มที่ 3 ให้แม่แบบที่ไม่ได้รับผลตอบสนองใด ๆ ขณะที่ให้ภาพยนตร์นั้นผู้นำการทดลองให้ให้
 เครื่องล่อ (Incentive) ต่างกัน 2 ลักษณะคือ ให้เครื่องล่อทางบวกกับไม่ให้เลย
 ผลการทดลองพบว่า เด็กที่ได้รับแม่แบบที่ถูกลงโทษเกิดการเปลี่ยนแปลงและเลียนแบบน้อยกว่า
 กลุ่มที่ได้รับแม่แบบที่ได้รับผลเป็นรางวัลหรือไม่ได้รับผลใด ๆ เลย และกลุ่มตัวอย่างเพศชาย
 มีการเลียนแบบมากกว่าเพศหญิง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มที่ได้รับแม่แบบประเภทถูกลงโทษ

โอ คอร์เนอร์ (O'Connor. 1969 : 15 - 22) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการปรับ
 พฤติกรรมที่แยกตนเองด้วยการทดลองกับเด็กก่อนเข้าโรงเรียนที่แยกตนเองโดยแบ่งเด็กเป็น
 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ให้สังเกตภาพยนตร์ที่มีตัวแบบที่แสดงการปะทะสัมพันธ์ทางสังคมมากขึ้น ส่วน
 กลุ่มที่ 2 ให้ดูภาพยนตร์อื่นที่ไม่เกี่ยวกับเรื่องนี้ ผลปรากฏว่า เด็กกลุ่มที่ 2 ไม่มีการเปลี่ยนแปลง
 ในการปะทะสัมพันธ์ทางสังคม ต่อมา โอ คอร์เนอร์ (O'Connor) ได้ทำการทดลองอีกครั้ง
 โดยใช้เด็กเล็กก่อนเข้าโรงเรียนที่แยกตนเองเช่นเดียวกัน ผลปรากฏว่า การใช้ตัวแบบใน
 รูปสัญลักษณ์ ทำให้เด็กเปลี่ยนแปลงเป็นคนที่ไม่แยกตนเองได้รวดเร็วกว่าขบวนการเซพิ้ง
 (Shaping) ของครูในชั้นเรียน

นอกจากนี้มิดลาร์สกี ไบรอัน และบริคแมน (Midlarsky, Bryan and Brickman.
 1975 : 321 - 328) ได้ศึกษาผลการใช้แม่แบบและรางวัลที่มีต่อการฝึกพฤติกรรมเอื้อเฟื้อ
 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กหญิงเกรด 6 จำนวน 72 คน ใช้แม่แบบ 3 ลักษณะคือ แบบเอื้อเฟื้อ

เป็นกลาง และละโมภ การทดลองใช้การสร้างสถานการณ์ขึ้น โดยให้เล่นเกมอย่างหนึ่ง เมื่อเล่นชนะจะได้รับรางวัลเป็นมูลค่า 4 เซนต์ พฤติกรรมเอื้อเพื่อวัดได้จากการที่ให้ผู้ถูกทดลองได้เห็นแม่แบบก่อน และเมื่อผู้รับการทดลองแสดงพฤติกรรมเอื้อเพื่อตามที่ต้องการก็จะได้รับรางวัลเป็นค่าพูดยกย่อง ผลการทดลองพบว่า แม่แบบและรางวัลที่เป็นค่าพูดยกย่องมีอิทธิพลต่อการปลูกฝังให้เกิดพฤติกรรมเอื้อเพื่อ

งานวิจัยเกี่ยวกับแม่แบบในประเทศ

มีผู้ศึกษาผลของการใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาจริยธรรมทางด้านต่าง ๆ ดังนี้คือ สุเชษฐ์ ม่าเหรัมย์ (สุเชษฐ์ ม่าเหรัมย์ 2519 : 56 - 61) ได้ศึกษาอิทธิพลของการเป็นแบบอย่างต่อการพัฒนาจริยธรรมของเยาวชน โทณใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายระดับมัธยมต้น จำนวน 300 คน อายุเฉลี่ย 14 ปี 8 เดือน กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 4 กลุ่มทดลองกับความควบคุม โดยวิธีสุ่มกลุ่มละ 60 คน ให้มีตัวผู้ที่มีระดับจริยธรรมสูงและต่ำอยู่ในทุกกลุ่ม แล้วทดลองให้ตัวแบบประเภทละอายุใจตนเองและประเภทละอายุผู้อื่นแก่กลุ่มทดลอง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ให้ตัวแบบ หลังจากให้ตัวแบบแล้วทำการสอบวัดระดับความวิตกกังวลในขณะที่เล่นเกมและการเห็นคุณค่าของรางวัล ผลการทดลองปรากฏว่า ผู้มีความวิตกกังวลสูงและไม่เห็นตัวแบบมีพฤติกรรมการโกงมากที่สุด ส่วนระดับจริยธรรมของบุคคลไม่สามารถทำนายพฤติกรรมการโกงได้แน่นอนนักแต่เป็นเครื่องชี้บอกว่า ถ้ามีตัวแบบที่ดีแล้วผู้ที่จะรับรู้และเลียนแบบมากที่สุดคือผู้ที่มีระดับจริยธรรมสูง ส่วนผู้ที่มีจริยธรรมต่ำนั้นการเลียนแบบมีน้อยกว่า และจะเลียนแบบผู้กระทำดีก็ต่อเมื่อตัวแบบลักษณะน่าจูงใจ น่าเลียนแบบ

* นอกจากนี้ ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบใจจนิท (ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบใจจนิท 2520 : 5 - 6) ได้ศึกษาจริยธรรมของเยาวชนไทยกับกลุ่มตัวอย่าง ในกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 11 - 25 ปี จำนวน 2,400 คน โดยศึกษาทัศนคติและในห้วงปฏิบัติการ ผลทดสอบพบว่า การมีหรือไม่มีตัวแบบที่กระทำคามก็มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของ เด็กมากกว่าลักษณะทางจริยธรรมในตัวเด็กเองอย่างมากคือ ในภาวะที่ตรวจรางวัลทั้งมีและไม่มีตัวแบบ วัยรุ่นมากกว่าครึ่งโกงคะแนน ส่วนผู้ที่มีจริยธรรมต่ำไม่ค่อยยอมรับอิทธิพล

ของตัวแบบมากนัก ตัวแบบประเภทละอายุใจตนเองมีอิทธิพลชักจูงให้ผู้สังเกตแบบทุกประเภท
เลียนแบบ แต่ตัวแบบประเภทละอายุคนอื่นไม่มีอิทธิพลต่อผู้สังเกตแบบ

✓ ประเสริฐศรี เอื้อนครินทร์ (ประเสริฐศรี เอื้อนครินทร์ 2524 : 52 - 53)
ศึกษาผลของการใช้เทคนิคแม่แบบเพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ กลุ่มตัวอย่างเป็น
นักเรียนชั้น ป.6 โรงเรียนเมืองเสย จังหวัดเสย จำนวน 40 คน เครื่องมือในการศึกษา
ได้แก่ แบบทดสอบวัดทัศนคติเชิงจริยธรรมเกี่ยวกับความซื่อสัตย์ กับ "แม่แบบ" ซึ่งเป็น
สไลด์การคูณประกอบเสียง 5 เรื่อง คำใบ้การทำให้ "แม่แบบ" แก่กลุ่มทดลองจำนวน 5 ครั้ง
ใช้เวลา 5 วันติดต่อกันวันละ 1 ชั่วโมง ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองซึ่งได้รับแม่แบบมีจริยธรรม
ด้านความซื่อสัตย์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุวิทย์ ชินศักดิ์ชัย (สุวิทย์ ชินศักดิ์ชัย 2525 : 33 - 35) ใช้ศึกษาการทดลอง
ใช้หุ่นเชิดมือเป็นแม่แบบเพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็น
นักเรียนชั้นประถมปีที่ 2 จำนวน 30 คน โดยให้กลุ่มควบคุมหุ่นเชิดมือสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ๆ
ละ 1 เรื่อง เรื่องละประมาณ 10 นาที จำนวน 5 เรื่อง ส่วนกลุ่มควบคุมให้นักเรียนรู้จาก
การสอนตามปกติ ผลจากการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กันยา ประสงค์เจริญ (กันยา ประสงค์เจริญ 2526 : 31 - 32) ศึกษา
การใช้เทคนิคแม่แบบเพื่อพัฒนาวินัยในตนเองด้านความรู้สึกรับผิดชอบของนักเรียนประถมศึกษา
ปีที่ 3 จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2524 จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบวัด
ทัศนคติที่มีต่อวินัยในตนเองด้านความรู้สึกรับผิดชอบ "แม่แบบ" ซึ่งเป็นนิทานประกอบหุ่น
7 เรื่อง ให้กลุ่มทดลองให้ชมการแสดงหุ่นตามนิทาน จำนวน 7 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง
โดยใช้ช่วงเวลาแต่ละครั้งห่างกันครั้งละ 1 วัน ผลการทดลองพบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2
มีการพัฒนาวินัยในตนเองด้านความรู้สึกรับผิดชอบสูงขึ้นที่ระดับ .01 แต่ผลจากการวิเคราะห์พบว่า
กลุ่มทดลองมีการพัฒนาตนเองทางด้านความรู้สึกรับผิดชอบสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ในปี 2522 วรรณิการ สิทธิศักดิ์ (วรรณิการ สิทธิศักดิ์ 2522 : 46 - 51) ได้ศึกษาผลของตัวแบบและการเสริมแรงที่มีต่อพฤติกรรมการเลียนแบบของเด็กอนุบาลปีที่ 2 ที่จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 80 คน แบ่งเป็นกลุ่ม ๆ ละ 10 คน ให้ 4 กลุ่มได้รับแม่แบบ แสดงวิธีจัดการพอย่างละเอียด ส่วนอีก 4 กลุ่ม ให้แม่แบบที่แสดงวิธีจัดการพอย่างไม่ละเอียด โดยในแต่ละกลุ่มย่อยของทั้ง 2 กลุ่ม จะได้รับสิ่งเสริมแรง 1 แบบใน 4 แบบ คือ การเสริมแรงแก่ตัวแบบ การเสริมแรงแก่เด็ก การเสริมแรงแก่ตัวแบบและเด็ก และไม่ได้รับการเสริมแรงเลย ผลการทดลองพบว่า ตัวแบบและวิธีการเสริมแรงมีผลต่อการเลียนแบบของเด็กแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมการจัดการพอย่างละเอียดส่งเสริมการเลียนแบบได้ดีกว่าตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมการจัดการพอย่างไม่ละเอียด การเสริมแรงแก่ตัวแบบและเด็กส่งเสริมการเลียนแบบได้ดีที่สุด และจากการทดลองของ ประพนอม ประเสริฐศรีศักดิ์ (ประพนอม ประเสริฐศรีศักดิ์ 2523 : ก - ข) ศึกษาผลของการใช้ตัวแบบและการเสริมแรงทางบวกในการเพิ่มพฤติกรรมการตอบคำถามในชั้นเรียน ของเด็กอนุบาลอ่อนที่สามารถเรียนได้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับ 4 โรงเรียนอนุบาลภูมิไกร จำนวน 5 คน ซึ่งมีพฤติกรรมการถามและตอบคำถามในเวลาเรียนเฉลี่ยต่ำกว่า 1 ครั้งใน 30 นาที การวิจัยนี้ใช้การทดลองแบบสลับกลับ (ABAB Reverse Design) ซึ่งแบ่งเป็น 4 ระยะ ใช้ระยะละ 2 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน ๆ ละ 30 นาที ผลการทดลองปรากฏว่า พฤติกรรมการถามและตอบคำถามเพิ่มขึ้นในระยะเวลาที่ใช้ตัวแบบและการเสริมแรงทางบวก

ได้มีการทดลองใช้แม่แบบ เพื่อ เปลี่ยนแปลงมโนภาพแห่งตนและการปรับตัวดังนี้

กาญจน์ แก้วทอง (กาญจน์ แก้วทอง 2522 : 33 - 35) ได้ทดลองใช้แม่แบบ เพื่อ เปลี่ยนแปลงมโนภาพแห่งตนของเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์บ้านศรีธรรมราช อายุระหว่าง 13 - 16 ปี จำนวน 40 คน กลุ่มทดลองให้ดูแม่แบบที่เป็นสไลด์ประกอบคำบรรยาย 19 แผ่น กลุ่มควบคุมเรียนจากการสอนปกติ ผลการศึกษาพบว่า การใช้แม่แบบมีผลทำให้ผู้รับแบบมี มโนภาพแห่งตนแตกต่างจากกลุ่มที่ไม่ได้รับแม่แบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จรัส ศิษฐ์แก้ว (จรัส ศิษฐ์แก้ว 2525 : ก - ข) ได้ศึกษาผลของตัวแบบ ที่มีต่ออัตมโนทัศน์และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนที่เพื่อนไม่ยอมรับ โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2524 โรงเรียนตากพิทยาคม จังหวัดตาก

จำนวน 60 คน กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยวิธีสุ่มกลุ่มละ 30 คน เครื่องมือในการศึกษาได้แก่ แบบสำรวจการประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม แบบทดสอบวัดอัตรานวัตกรรม และตัวแบบซึ่งเป็นภาพนิ่งและเทปบันทึกภาพเกี่ยวกับการรับรู้ อัตรานวัตกรรมทางบวก และการปรับตัวทางสังคมเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน หลังจากให้กลุ่มตัวอย่าง ทำแบบทดสอบวัดอัตรานวัตกรรม และแบบสำรวจการประมาณค่าการปรับตัวทางสังคมไปแล้ว 30 วัน ก็ให้กลุ่มทดลองดูตัวแบบ 3 ชุด ซึ่งเป็นภาพนิ่งและเทปบันทึกภาพ การรับรู้อัตรานวัตกรรม ทางบวกและการปรับตัวทางสังคมเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน กลุ่มควบคุมให้ทำกิจกรรมตามปกติไม่ให้ ดูตัวแบบ ผลการทดลองปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของอัตรานวัตกรรมและการปรับตัวทางสังคม สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ธงชัย โรจนวิภาค (ธงชัย โรจนวิภาค 2525 : ก - ข) ได้ศึกษาผลของ ตัวแบบที่มีต่ออัตรานวัตกรรม และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชายที่ระพุดิษิตต่อสังคม โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพระนารายณ์ จังหวัดลพบุรี จำนวน 60 คน ปีการศึกษา 2524 ซึ่งได้จากแบบสอบถามครูประจำชั้น และได้คะแนนจากแบบ ประเมินค่าพฤติกรรมซัดต่อสังคมสูงและผ่านการลงความเห็นตรงกันจากครู 6 คน ว่าเป็น นักเรียนที่ระพุดิษิตต่อสังคม กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน แบ่งโดยวิธีการสุ่มแบบธรรมดา เครื่องมือในการศึกษาได้แก่ แบบทดสอบวัด อัตรานวัตกรรม และแบบสำรวจการประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม ตัวแบบซึ่งเป็นสไลด์และ เทปบันทึกภาพเกี่ยวกับการรับรู้อัตรานวัตกรรมทางบวกและการ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางสังคม หลังจากการทดสอบ 30 วัน ให้กลุ่มทดลองดูตัวแบบ 3 ชุด ซึ่งเป็นสไลด์และเทปบันทึกภาพ กลุ่มควบคุมให้ทำกิจกรรมปกติไม่ให้ดูตัวแบบ ผลการทดลองปรากฏว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ย อัตรานวัตกรรมและการประมาณค่าการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

สุนทรีย์ ชูโต (สุนทรีย์ ชูโต 2523 : ก - ข) ศึกษาการใช้ตัวแบบภาพยนตร์ เพื่อลดความกลัวของเด็กวัยรุ่นไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนวัยรุ่นที่มีความกลัวหู โรงเรียน เตรียมอุดมพัฒนาการ อายุระหว่าง 13 - 15 ปี อายุเฉลี่ย 13 ปี 4 เดือน จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ให้ดูตัวแบบภาพยนตร์

ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้ดูภาพยนตร์ การวัดความกลัวใช้การสังเกตพฤติกรรมตามแบบสังเกต พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงของ เอ็ม ไมค์ นาวาส 2 ครั้งด้วยกันคือ ก่อนและหลังการทดลอง ส่วนภาพยนตร์ที่ใช้เป็นตัวแบบในการทดลอง ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมโดยใช้คะแนนครั้งก่อนได้รับการทดลองเป็นตัวแปรร่วมพบว่า กลุ่มทดลองมีความกลัวลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนิสัยและทัศนคติในการเรียน

1. พฤติกรรมกรเรียนกับนิสัยในการเรียน

✓ ความสำเร็จในการศึกษามีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบหลายประการ เช่น ระดับสติปัญญาของผู้เรียน ความสนใจ ความถนัด วิธีการสอน และนิสัยหรือพฤติกรรมในการเรียน เป็นต้น

ในทัศนะของเฟรดเดอริก คิทเชน และแมคเอลวี (Frederick, Kitchen and McElvee. 1947 : 10) กล่าวว่านิสัยในการเรียนและทัศนคติในการเรียนมิได้เกิดจากสัญชาตญาณ หากแต่เป็นสิ่งที่ฝึกฝน แก้ไข ชัดเกล้า และพัฒนาจนถึงจุดสมดุลย์ระหว่างงานที่ทำไปกับผลงานที่ออกมาและนำไปใช้จริง

สำหรับ ทัสซิง (Tussing. 1949 : 29) ให้ความเห็นว่า นิสัยในการเรียนเป็นแบบแผนพฤติกรรมที่ได้จากการเรียนรู้ เป็นสิ่งที่สามารถปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นโดยการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการเรียนให้ดีขึ้น

แมคด็อกซ์ (Maddox. 1963 : 2) กล่าวว่า ความคงทนของนิสัยจะขึ้นอยู่กับโอกาสที่บุคคลนั้นจะเกิดความสำเร็จหรือความพึงพอใจ กล่าวคือ พฤติกรรมใดที่ทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจพฤติกรรมนั้นก็จะได้รับการกระทำซ้ำแล้วซ้ำอีก จนกระทั่งกลายเป็นนิสัยติดตัวบุคคลนั้นไป และไอแซงส์ อาโนลด์ และไมลีย์ (Eysenck, Arnold and Mili. 1972 : 92 - 93) กล่าวว่า นิสัยหมายความถึงแนวโน้มที่แต่ละบุคคลจะแสดงพฤติกรรมจนเป็นกีนิสัยและเป็นไปโดยอัตโนมัติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อได้รับการฝึกฝนหรือประสบการณ์

จากข้อความข้างต้น อาจจะสามารถกล่าวได้ว่า นิสัยในการเรียนคือ พฤติกรรมหรือการ แสดงออกที่เกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียนโดยเฉพาะวิธีการในการเรียน การรู้จักการใช้เวลา ซึ่งปฏิบัติเป็นประจำ นิสัยในการเรียนเกิดจากการเรียนรู้และสามารถปรับปรุงแก้ไขได้ด้วย วิธีการที่เหมาะสม

ดังนั้นอาจจะกล่าวโดยสรุปว่า พฤติกรรมการเรียนย่อมเป็นพื้นฐานที่จะสร้างให้เกิด นิสัยในการเรียนได้ เมื่อพฤติกรรมเกี่ยวกับการเรียนนั้นได้ปฏิบัติบ่อยครั้งหรือปฏิบัติเป็นประจำ การพัฒนาพฤติกรรมการเรียนไม่ว่าจะเป็นการรู้จักใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพ การจดบันทึก การจำ การอ่าน หรือการเตรียมตัวสอบ ย่อมจะนำไปสู่การพัฒนาหรือการสร้างนิสัยในการเรียน หรือพฤติกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำด้วยเช่นกัน

2. การสร้างนิสัยในการเรียน (พฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำ)

สมิธ (Smith. 1970 : 2 - 35) พบว่า นักเรียนสามารถประหยัดเวลาได้ 1 ใน 3 ถึง 1 ใน 4 ของเวลาที่เคยใช้ ถ้ารู้จักสร้างพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำด้านการเรียน ให้ดี และจัดระบบวิธีเรียนให้มีประสิทธิภาพดังนี้

1. กำหนดตารางเวลาในการเรียน โดยแน่ใจว่าให้เวลาแต่ละวิชาอย่างพอเพียงและบังคับให้ตนเองปฏิบัติตามตารางนั้น

2. จัดสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับตนเองในเวลาทำงาน

3. ตั้งสมาธิอย่างแน่วแน่ ปราศจากสิ่งรบกวน จนกว่างานจะเสร็จ

4. ทำงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละวันให้เสร็จ

นอกจากนั้น ยังได้เสนอแนะวิธีสร้างนิสัยในการเรียนที่ดี โดยให้ปรับปรุงด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. การอ่าน องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้การอ่านมีประสิทธิภาพ คือความเร็วและความเข้าใจในเนื้อหาการอ่านที่รวดเร็วทำให้อ่านเนื้อเรื่องได้มากกว่า หรือทบทวนเรื่องราวเดิมซ้ำ ๆ ได้หลายครั้งในช่วงเวลาที่จำกัด ส่วนความเข้าใจในเนื้อหานั้นจะต้องพยายามจับจุดมุ่งหมายของเรื่องที่อ่าน และจับใจความของเรื่องนั้นให้ได้

2. การขีดเส้นใต้ เพื่อเน้นจุดสำคัญที่อาจเป็นปัญหา ข้อเท็จจริง ความคิดเห็นของผู้เขียนเพื่อจำไว้ หรือทำให้เห็นได้ง่าย ชัดเจน หรือแสดงจุดอ่อนที่เรายังไม่เข้าใจ

3. การจดโน้ต การจดโน้ตส่วนสำคัญที่ได้อ่านหรือรับฟัง จะช่วยให้จำไว้

4. การทบทวนหลังจากที่เรียนมาแล้ว จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทบทวนเรื่องที่ได้เรียนมาโดยใช้เวลาหนึ่ง ๆ เพื่อที่จะคงความรอบรู้ในเรื่องนั้น ๆ ไว้

5. การเขียน การเขียนรายงาน หรือการทำการบ้านที่ทำไม่ได้ดี อาจเนื่องจากไม่รู้เรื่องนั้นจริง ซึ่งปรับปรุงได้โดยการศึกษาให้เข้าใจ หรืออีกประการหนึ่งคือไม่สามารถแสดงความคิดเห็นออกมาเป็นการเขียนได้

6. การใช้ห้องสมุด

7. การใช้เครื่องมืออื่นช่วยในการเรียน เช่น แผนที่ ตาราง จะทำให้เข้าใจบทเรียนได้ดียิ่งขึ้น

3. วิธีแก้ไขปรับปรุงนิสัยในการเรียน (พฤติกรรมกรรมการเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำ)

แมดดอกซ์ (Maddox. 1963 : 2) พบว่า วิธีที่จะช่วยปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมในการเรียนคือ

1. ต้องมีสุขภาพจิตดี โดยการปรับปรุงแก้ไขสุขภาพทางกายทั่ว ๆ ไป

2. ปรับปรุงแนวทางและวิธีการทำงาน โดยมีการวางแผน แบ่งเวลาเรียน และเวลาในการทำงานให้มีประสิทธิภาพ

3. ลดความวิตกกังวล ตื่นเต้น ประหม่ว ด้วยวิธีการแก้ปัญหาคความขัดแย้งภายในใจของตนเอง

ฮาซลาม และบราวน์ (Haslam and Brown. 1968 : 223 - 226) พบว่าการสอนเทคนิควิธีเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้พฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำด้านการเรียนดีขึ้นกว่าเดิม และทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้นด้วย ครูจะสร้างวิธีในการเรียนที่ดีได้แก่นักเรียนได้จะต้องมีความเข้าใจในเรื่องต่อไปนี้

1. วิธีเรียนและวิธีทำงาน

2. การจัดการตารางเวลาเรียน

3. วิธีจัดสภาพสิ่งแวดล้อมซึ่งจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ
4. การจดงาน การจดโน้ต
5. การเตรียมตัวสอบ
6. การท่องหนังสือ
7. การตอบคำถามและทำข้อสอบ
8. การเขียนรายงาน
9. การใช้ห้องสมุด

เฟรดเคอริค คิคเคน และแมคเอลวี (Frederick, Kitchen and McElvee. 1974 : 11) พบว่า การทำให้ผู้เรียนสามารถเริ่มต้นและลงมือทำงานที่ได้รับมอบหมายจากครู โดยมีสิ่งรบกวนใจน้อยที่สุด และมีสมาธิที่สุด จะทำให้บุคคลปฏิบัติกิจวัตรของตนได้ทันที หุ่นเวลา เกิดพลังงาน เกิดความคิดและจะทำให้เรียนได้ผลดียิ่งขึ้น

4. ความหมายของทัศนคติ

คำว่า ทัศนคติมาจากศัพท์ภาษาลาตินว่า แอปตุส (Aptus) ซึ่งตรงกับคำว่า "เหมาะสม" (Fitness) หรือการปรุงแต่ง (Adap - tedness) ซึ่งมีนักจิตวิทยา และนักการศึกษาได้ให้ความหมายไว้หลายอย่างดังนี้

อนาสตาซี (Anne Anastasi. 1976 : 453) กล่าวว่า ทัศนคติหมายถึง ความโน้มเอียงจะมีปฏิกิริยาตอบสนองสิ่งเร้าที่กำหนดให้เป็นพวก ๆ ในทางชอบหรือไม่ชอบ เช่น เชื้อชาติ ชนธรรมนิยมประเพณี หรือสถาบันต่าง ๆ เป็นต้น ทัศนคติไม่สามารถสังเกต เห็นได้โดยตรงแต่สามารถสรุปคาดพิง (Infered) จากพฤติกรรมภายนอก ทั้งที่ห้องใช้ ภาษาและไม่ใช้ภาษา

นิวคอมบ์ (New Comb. 1954 : 128) ให้ความเห็นว่า ทัศนคติเป็นความรู้สึก เอนเอียงของจิตใจที่มีต่อประสบการณ์ที่มนุษย์เราได้รับอาจจะมากหรือน้อยก็ได้ และทัศนคตินี้จะแสดงออกได้ทางด้านพฤติกรรมสองลักษณะ คือการแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจ เห็นด้วยหรือชอบ ทัศนคติเช่นนี้ทำให้คนอยากปฏิบัติ อยากได้ อยากเข้าใกล้สิ่งนั้น เรียกลักษณะ เช่นนี้ว่าเป็นทัศนคติทางบวก (Positive Attitude) อีกลักษณะหนึ่งในทางตรงกันข้าม

คือทัศนคติทางลบ (Negative Attitude) คนจะแสดงออกทำนองไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ชอบ ทำให้เกิดความเบื่อบ่นขี้ขาง ซึ่งขี้ขาง อยากรู้อีก อยากรู้อีกให้ห่างจากสิ่งนั้น

นันทนัลลี (Nunnally. 1959 : 30) กล่าวว่า ทัศนคติหมายถึง ท่าทีที่แสดงออก สว่างหน้าให้ผู้อื่นปฏิบัติกริยาที่มีต่อวัตถุ สถานที่หรือบุคคลระดับชั้นต่าง ๆ กันไปในทางบวกหรือทางลบ จะมากน้อยเพียงใดก็ตาม

ฮิลการ์ด (Hilgard. 1975 : 523) กล่าวว่า ทัศนคติหมายถึง พฤติกรรมหรือ ความรู้สึกครั้งแรกที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดหรือแนวความคิดใด หรือต่อสภาพการณ์ใด ๆ ในทางเข้าหา หรือหนีออกห่าง และเป็นความพร้อมที่จะตอบสนองไปในทางเอนเอียงที่จะไปในลักษณะเดิม เมื่อพบกับสิ่งดังกล่าวนั้นอีก

เทอร์สโตน (Thurstone. 1967 : 479) กล่าวว่า ทัศนคติเป็นตัวแปรทาง จิตวิทยาชนิดหนึ่งที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยง่าย แต่เป็นความเอนเอียงทางด้านจิตใจภายใน แสดงออกให้เห็นโดยเป็นพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง นอกจากนี้ยังกล่าวว่าทัศนคติเป็นเรื่อง ของความชอบความไม่ชอบ ความลำเอียง ความคิดเห็น ความรู้สึก และความเชื่อมั่นต่อ สิ่งใดสิ่งหนึ่ง ดังนั้นการวัดทัศนคติจึงวัดโดยตรงไม่ได้แต่สามารถวัดได้ในรูปความคิดเห็น (Opinion) หรือการแสดงออกทางภาษา (Verbal Expression) แต่ในการวัดนี้ อาจเกิดความไม่แน่นอนได้หากผู้ตอบบิดเบือนหรือตอบไม่ตรงกับความจริง

ไพบูลย์ อินทรวินชา (ไพบูลย์ อินทรวินชา 2517 : 47) ให้ความคิดเห็นว่า ทัศนคติจะต้องเกี่ยวข้องกับกระบวนการทางจิตวิทยาสังคม ซึ่งได้แก่ การจูงใจ การเรียนรู้ การรับรู้ตนเอง ซึ่งหมายความว่า บุคคลจะเรียนรู้สิ่งแวดล้อมรอบกาย เป็นประสบการณ์ที่ ก่อให้เกิดความรู้สึกนึกคิดตามที่ตนเองประสบและพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมออกมาตามประสบการณ์ ที่ตนได้รับนั้น

จากคำจำกัดความข้างต้นพอสรุปได้ว่า ทัศนคติหมายถึง สภาพความพร้อมทางจิตใจ และอารมณ์ของบุคคลในอันที่จะตอบสนองสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือสภาพการณ์บางอย่างโดยการแสดงท่าที ความรู้สึกในรูปของพฤติกรรม อันอาจเป็นไปในทางต่อต้านหรือสนับสนุน

5. การเกิดทัศนคติ

ธีระพร อุวรรณโณ (ธีระพร อุวรรณโณ 2521 : 1 - 17) ได้ศึกษาและสรุปเกี่ยวกับการเกิดทัศนคติ (Attitude Formation) ไว้ดังนี้คือ การจะทำความเข้าใจกับการเปลี่ยนทัศนคติให้ดีขึ้นเราอาจจะเริ่มจากการพิจารณาโดยสังเขปถึงการเกิดทัศนคติ แล้วจึงหันไปพิจารณาการเปลี่ยนที่องค์ประกอบสำคัญ ๆ ต่อไป

การเกิดทัศนคติ (Attitude Formation)

1. อิทธิพลจากพ่อแม่ อาจเรียนได้ว่า เป็นแหล่งที่มีอิทธิพลสูงต่อเด็ก โดยเฉพาะก่อนเด็กเข้าโรงเรียน เด็กจะพัฒมากำนิยม (Value) ความเชื่อ (Belief) และความรู้สึกนึกคิดขึ้นมาในกรอบของครอบครัวซึ่งมีพ่อแม่เป็นหลัก พ่อแม่มีอำนาจให้ลูกต่อเด็กเมื่อเด็กทำดี และมีอำนาจให้โทษเมื่อเด็กทำสิ่งไม่ดี หรือสิ่งที่พ่อแม่ไม่เห็นด้วย
- ✓ 2. อิทธิพลจากกลุ่มต่าง ๆ กลุ่มในโรงเรียนคือครูและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อการสร้างทัศนคติของเด็กมาก ครูและโรงเรียนวางระเบียบกฎเกณฑ์ให้นักเรียนปฏิบัติตาม หนังสือที่ใช้ในการเรียนที่สอนให้เด็กพัฒนาทัศนคติทางต่างต่าง ๆ ไม่น้อย ถ้านักเรียนได้ครูที่ดีเป็นแบบอย่าง การพัฒนาทัศนคติก็จะเป็นไปในทางที่ดี
- ✓ กลุ่มเพื่อนนั้นมีอิทธิพลมากต่อการพัฒนาทัศนคติของเด็ก โดยเฉพาะในระยะวัยรุ่น การศึกษาในอิสราเอลเปรียบเทียบกับระหว่างเด็กที่โตขึ้นมาในหมู่บ้านของรัฐบาล (Kibbutz) ซึ่งมีแต่เด็กในวัยเดียวกันเป็นส่วนใหญ่ มักจะมีทัศนคติและพัฒนาการทางคุณธรรม แตกต่างจากพ่อแม่ของเด็กมากกว่าเด็กที่โตขึ้นมาในครอบครัวกับพ่อแม่
3. อิทธิพลจากประสบการณ์ส่วนตัว ประสบการณ์ที่รุนแรงหรือกระทบกระเทือนใจ การได้พบเห็นบ่อย ๆ เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลทำให้คนมีทัศนคติที่แตกต่างออกไป
4. อิทธิพลจากสื่อมวลชน ไม่ว่าจะเป็นวิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์ และนิตยสารต่าง ๆ เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลในการเกิดและเปลี่ยนทัศนคติ โดยเฉพาะอิทธิพลของสื่อมวลชน อาจเรียกได้ว่าจะมีมากที่สุด ในเรื่องที่ได้รับไม่คุ้นเคยมาก่อน

6. องค์ประกอบของทัศนคติ

แมคไกวร์ (McGuire. 1969 : 11 - 156) สรุปไว้ว่าทัศนคติม้องค์ประกอบ อยู่ 3 ด้าน คือ

1. ความรู้ความเข้าใจ ความคิด (Cognitive Component) เป็นการตอบสนองต่อบุคคล ในลักษณะของการรับรู้ อันสืบเนื่องมาจากความคิด ความเชื่อที่มีต่อหรือปรากฏการณ์ต่าง ๆ วินิจฉัยข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับ ทำให้ทัศนคติที่แสดงออกมาในแนวความคิดว่าอะไรถูก อะไรผิด

2. ความรู้สึก (Affective Component) เป็นลักษณะทางอารมณ์ของบุคคล ที่คล้อยตามความคิด ความเชื่อ ถ้าบุคคลมีความคิดในแง่ดีต่อสิ่งใด ก็จะมีความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งนั้น ทัศนคติจะแสดงออกในรูปของ ความรัก ความโกรธ ความชอบ ความพอใจ เป็นต้น

3. พฤติกรรม (Behavioral Component) คือความพร้อมที่จะกระทำอันเป็นผลเนื่องมาจากความคิด และความรู้สึก ซึ่งออกมาในรูปของการประพฤติปฏิบัติ โดยการยอมรับหรือปฏิเสธ และเป็นการกระทำที่สามารถสังเกตเห็นได้

7. ลักษณะทั่วไปของทัศนคติ

กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ 2523 : 240) ได้สรุปลักษณะทั่วไปของทัศนคติดังนี้คือ

1. ทัศนคติเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้หรือการได้รับประสบการณ์ มิใช่มีติดตัวมาแต่กำเนิด

2. ทัศนคติเป็นดัชนีที่จะชี้แนวทางในการแสดงพฤติกรรม กล่าวถึงถ้ามีทัศนคติที่ดี ก็มีแนวโน้มที่จะเข้าหาหรือแสดงพฤติกรรมนั้น ตรงกันข้ามถ้ามีทัศนคติไม่ดีก็มีแนวโน้มที่จะไม่เข้าหาโดยการถอยหนีหรือต่อต้านการแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ

✓ 3. ทัศนคติสามารถถ่ายทอดจากบุคคลหนึ่งไปสู่อุบุคคลอื่นได้

4. ทัศนคติสามารถเปลี่ยนแปลงได้ เนื่องจากทัศนคติเป็นสิ่งที่ได้รับจากการเรียนรู้หรือประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ถ้าการเรียนรู้หรือประสบการณ์นั้นเปลี่ยนแปลงไป ทัศนคติดังกล่าวก็ย่อมเปลี่ยนแปลงไปด้วย

8. การเปลี่ยนทัศนคติ

ไพบูลย์ อินทริวิชา (ไพบูลย์ อินทริวิชา 2517 : 17) ใ้กล่าวไว้ว่า เนื่องจากสภาพแวดล้อมทางสังคมมีการ เปลี่ยนแปลงตลอดเวลาทัศนคติก็อาจจะมีการ เปลี่ยนแปลงได้ โดยเกิดจากสาเหตุดังต่อไปนี้

1. บุคคลเปลี่ยนแปลงทัศนคติได้โดยอาศัยแรงจูงใจ
2. บุคคลเปลี่ยนแปลงทัศนคติได้โดยอาศัยเทคนิคและวิธีการอันเหมาะสม
3. บุคคลเปลี่ยนแปลงทัศนคติได้โดยอาศัยจากการกระทำหรือการปฏิบัติจริง
4. บุคคลเปลี่ยนแปลงทัศนคติได้โดยอาศัยหลักการแห่งเหตุผล

จากแนวคิดต่าง ๆ ดังกล่าวแล้วในตอนที่ สรุปลไว้ว่าทัศนคติต่อการเรียนหมายถึง สภาพทางอารมณ์ และท่าทีหรือความรู้สึกที่แสดงออกซึ่งพฤติกรรมตอบสนองต่อครู รวมทั้งจุดมุ่งหมายของการศึกษาด้วย ทัศนคติต่อการเรียนอาจแสดงออก 2 ประเภทคือ

1. ทัศนคติที่ดี หรือทัศนคติในทางบวก (Positive Attitude) นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะพึงพอใจในการเรียน สนใจเรียน มาเรียนอย่างสม่ำเสมอ มีความรู้สึก ว่าครูเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ และยอมรับว่าการเรียนจะช่วยให้คุณแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้

2. ทัศนคติไม่ดี หรือทัศนคติในทางลบ (Negative Attitude) นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะ ความไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ชอบการเรียน ไม่ชอบครู ทำให้เกิดความท้อแท้เบื่อหน่าย

แต่นักเรียนบางคน มีทัศนคติอีกประเภทหนึ่งคือ เฉย ๆ ไม่แสดงออกซึ่งความพอใจหรือไม่พอใจ ทัศนคติประเภทนี้ควรแก้ไขปรับปรุงให้เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีด้วย

9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนิสัยและทัศนคติในการเรียน

งานวิจัยต่างประเทศ

จากการศึกษาของบราวน์ และโฮลท์ซแมน (Brown and Holtzman) มอริส (Morris), คาร์เตอร์ (Carter), กอร์รอนสกีและแมททิส (Gawronski and Mathis) ไดเนอร์ (Diener) นิล กิล และจิสเมอร์ (Neale, Gill and Tismer) พบว่า นิสัยและทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์กับสัมฤทธิ์ทางการเรียนดังนี้คือ

วิลเลียม เอฟ บราวน์ และ เวย์น เอช โฮลท์ซแมน (William F. Brown and Wayne H. Holtzman) ใ้สร้างแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนขึ้น (The Survey of Study Habit and Attitudes) ใน ค.ศ. 1953 มีวัตถุประสงค์ในการสร้างคือ

1. ศึกษานักเรียนที่มีนิสัยและทัศนคติในการเรียนแตกต่างไปจากนักเรียนอื่น ๆ ที่มีผลการเรียนสูง
2. ช่วยให้เห็นใจนักเรียนที่มีความยุ่งยากหรือมีปัญหาในการเรียน
3. เพื่อหาวิธีช่วยเหลือนักเรียนให้ปรับปรุงนิสัยและทัศนคติในการเรียนของตนให้ดีขึ้น ตลอดจนให้ตระหนักถึงศักยภาพที่ดีที่สุดของเขา และนำไปทดลองกับนักเรียนชั้น 12 จำนวน 455 คน แยกเป็นชาย 227 คน หญิง 228 คน ผลปรากฏว่า คำสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนจากแบบสำรวจกับคะแนนสอบปลายปีของนักเรียนชายและหญิงเท่ากับ 48 และ 51 ตามลำดับ

มอร์ริส (Morris. 1961 : 48) ได้ศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะให้คะแนนนิสัยในการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงกว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้น 7 จำนวน 144 คน ชั้น 8 จำนวน 130 คน และชั้น 9 จำนวน 97 คน ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสำรวจนิสัยในการเรียนและทัศนคติในการเรียน ให้ครูประจำชั้นประเมินสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษ สังคมศึกษา วิทยาศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ โดยให้คะแนนเป็น A, B, C หรือ D, E และเปลี่ยนคะแนนที่ได้จากแบบสำรวจนิสัยในการเรียน และทัศนคติในการเรียนให้เป็นตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ และหาเกณฑ์ปกติ เปรียบเทียบตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ที่ได้จากแบบสำรวจนิสัยในการเรียนและทัศนคติในการเรียนกับการประเมินค่าของการเกี่ยวกับสัมฤทธิ์ผล ผลปรากฏว่า นักเรียนที่ครูประเมินให้คะแนน A, B ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ของคะแนนจากแบบสำรวจนิสัยในการเรียน ทัศนคติทางการเรียนจะสูงกว่าพวกที่ได้คะแนน D และ E ร้อยละ 87 ของนักเรียนที่ได้คะแนน A, B จะได้คะแนนจากแบบสำรวจนิสัยในการเรียนอยู่ในตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ขึ้นไป ขณะที่นักเรียนที่ได้คะแนน D และ E มีเพียงร้อยละ 31 เท่านั้น ที่ได้คะแนนอยู่ในตำแหน่ง

เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ขึ้นไป ผลของนักเรียนเทียบกับผู้มีบุคลิกภาพอื่น ๆ ก็ไม่แตกต่างกัน
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติแบบสำรวจย่อยแต่ละฉบับของแบบสำรวจนิสัยในการเรียนและทัศนคติ
ในการเรียนมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน แต่มีความสัมพันธ์ใน
ทางลบกับมิติทางด้านบุคลิกภาพ

คาร์เตอร์ (Carter. 1961 : 51 - 56) ได้ศึกษานิสัยในการเรียนของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงและต่ำกว่าระดับความสามารถ
กลุ่มตัวอย่างเมื่อนักเรียนเกรด (Grade 7 และ 8) จำนวน 725 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ
กลุ่มที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงและกลุ่มที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำกว่าระดับความสามารถ
โดยใช้แบบทดสอบสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของ สแตนฟอร์ด แอคchievement เทสต์ (Stanford
Achievement Test - SAT) และแบบสอบ เรอะ เฮนมอน - เนลสัน เทสต์ ออฟ
เมนทอล อะบิลิตี้ (The Henmon - Nelson Test of Mental Ability) ซึ่งเป็น
แบบทดสอบเชาว์ปัญญา เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่ม และใช้แบบสำรวจแคลิฟอร์เนีย สตั๊ดดี้ เมทรอด
เซอร์เวย์ (California Study Methods Survey - CSMS) วัตินิสัยในการเรียนของ
นักเรียนทั้งสองกลุ่ม พบว่า นักเรียนกลุ่มที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงกว่าระดับความสามารถ
มีนิสัยในการเรียนที่ดีกว่ากลุ่มนักเรียนที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำกว่าความสามารถ

กอร์รอนสกี และแมททิส (Gawronski and Mathis. 1969 : 345 - 350)
ได้ศึกษาความแตกต่างในด้านนิสัยทางการเรียน ลักษณะ บุคลิกภาพ และปัญหาส่วนตัวของ
นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าความสามารถ นักเรียน
ที่มีผลการเรียนสอดคล้องกับความสามารถ นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าความ
สามารถ กลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนในรัฐอินเดียน่า 2 โรงเรียน จำนวน 475 คน แบ่งนักเรียน
เหล่านี้ออกเป็น 3 กลุ่ม โดยใช้คะแนนไอคิวและคะแนนเฉลี่ยวฉลาดที่ได้จากการเรียนมาแล้ว
3 ปี มาพิจารณาในการแบ่งกลุ่มเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสำรวจนิสัยและทัศนคติทาง
การเรียน แบบวัดบุคลิกภาพ ซีพีไอ (CPI - The California Psychological
Inventory) และแบบสำรวจปัญหาของมูนีย์ (The Mooney Problem Check List)
ทำการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบทั้ง 3 ฉบับ โดยใช้ค่าที่

(T - test) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ต่ำกว่าความสามารถมีรูปแบบของนิสัยทางการเรียนไม่แตกต่างจากนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สอดคล้องตามความสามารถของตนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์สูงกว่าความสามารถมีรูปแบบของนิสัยทางการเรียนดีกว่าอีก 2 กลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ไดเนอร์ (Diener. 1970 : 396 - 400) ได้ศึกษาความคล้ายคลึงและความแตกต่างระหว่างนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์สูงและต่ำกว่าระดับความสามารถในมหาวิทยาลัยอาร์เดนเชอร์ จำนวน 138 คน กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปีที่ 2, 3 และ 4 แบ่งกลุ่มตัวอย่างโดยการถือเอาค่าความแตกต่างระหว่างคะแนนที่ (T - Score) ของความถนัดทางการเรียนจากแบบทดสอบ ACE (American Council on Education Psychological Examination) ถ้าค่าความแตกต่างสูงกว่า 15 คะแนน ก็จัดเป็นผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์สูงกว่าระดับความสามารถ ความเกณฑ์ดังกล่าวได้กลุ่มตัวอย่างที่มีผลสัมฤทธิ์สูงและต่ำกว่าระดับความสามารถกลุ่มละ 74 และ 64 คนตามลำดับ เครื่องมือที่ใช้วิจัยประกอบด้วยแบบสำรวจนิสัยในการเรียนของบราวน์และโฮลทซ์แมน (Brown - Holzmen Survey of Study Habits and Attitude) แบบสำรวจความสนใจอาชีพของคูเดอร์ (Kuder Vocational Preference Record - Form H) และแบบทดสอบบุคลิกภาพของเอดเวิร์ด (Edwards Personal Preference Schedule) ผลการศึกษาปรากฏว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งสองมีนิสัยในการเรียนแตกต่างกัน กล่าวคือนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์สูงกว่าความสามารถมีนิสัยในการเรียนดีกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าระดับความสามารถ

นีล, กิล และทิสเมอร์ (Neale, Gill and Tismer. 1970 : 237) ได้ศึกษาเกี่ยวกับทัศนคติต่อวิชาเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้น 6 ชาย 105 คน หญิง 110 คน เมื่อเปิดเรียนสัปดาห์แรกให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบทดสอบซีมานติก (The Semantic Differential Instrument) แบบสอบเชาวน์ปัญญาของธอร์ด ธอนไคส์ (The Lorge Thoradike Intelligence Test Level II) และแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (The S.R.A. Achievement Series) เมื่อสิ้นปีการศึกษาให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบสอบทัศนคติที่มีต่อวิชาเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งมีเนื้อหาคล้ายคลึงกับแบบทดสอบที่ใช้ทำในครั้งแรก ผลการวิจัยปรากฏว่า ทัศนคติต่อวิชาเรียนมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จากการศึกษายังพบอีกว่าทัศนคติที่มีต่อวิชาเรียนซึ่งจัดโดยแบบทดสอบซีแมนติก (Semantic Differential Instrument) มีบทบาทในการพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนน้อย

นิสัยและทัศนคติในการเรียนเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงและแก้ไขปรับปรุงได้ ซึ่งเป็นข้อสรุปที่ได้มาจากนักจิตวิทยาหลาย ๆ ท่าน เช่น ฮาสลาม และบราวน์ (Haslam and Brown) ไลท์ และอเล็กซาคอส (Lizht and Alexakos) บริกซ์ โทซี และมอร์เลย์ (Briggs Tosi and Morley) ซึ่งได้ดำเนินการทดลองเพื่อพัฒนานิสัยและทัศนคติในการเรียนด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การสอนทักษะ การเรียนอย่างมีระบบระเบียบ การแนะแนว เป็นรายบุคคลและกลุ่ม การสร้างความพอใจเกี่ยวกับสภาพการเรียนตามลำดับดังนี้

ฮาสลาม และบราวน์ (Haslam and Brown. 1968 : 223 - 226) ศึกษาว่าการสอนทักษะการเรียนอย่างมีระบบระเบียบจะช่วยทำให้นักเรียนมีนิสัยในการเรียนและสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนดีขึ้นหรือไม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 74 คน ที่เรียนในโรงเรียนไฮแลนด์ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ให้กลุ่มทดลองเรียนวิชา "การเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ" (The Brown Holtzman Effective Study Course) กลุ่มควบคุมไม่ให้เรียนวิชาดังกล่าว ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียน (Brown - Holtzman Survey of Study Habit and Attitudes) ทั้งก่อนและหลังเรียนวิชา (The Brown - Holtzman Effective Study Course) เพื่อดูว่าในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะทางการเรียนหรือไม่ ผลจากการเปรียบเทียบนักเรียนในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองโดยคะแนนเรียนและคะแนนจากแบบทดสอบการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ (The Effective Study Test) ปรากฏว่า กลุ่มทดลองได้คะแนนเรียนและคะแนนจากแบบทดสอบดังกล่าวสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าความรู้เกี่ยวกับทักษะการเรียนที่ให้แก่กลุ่มตัวอย่างไม่เพียงจะทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับการเรียนที่มีประสิทธิภาพ หากแต่ยังช่วยปรับปรุงนิสัยในการเรียนและทัศนคติในการเรียน ตลอดจนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนให้ดีขึ้นด้วย

ผลการทดลองปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า นิสัยทางการเรียนนั้นถ้าได้รับการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นแล้ว จะมีผลทำให้สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนดีขึ้นด้วย

ผลการศึกษาวิจัยของ อามานน์ สมิธ และกลอค (Ahman, Smith and Glock) และลัม (Lum) พบว่า ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยในเรื่องนิสัยและทัศนคติในการเรียน เช่นเดียวกับงานวิจัยอื่น ๆ คือ

✓✓ อามานน์ สมิธ และกลอค (Ahman, Smith and Glock. 1958 : 853 - 856) ได้ใช้แบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนทำนายคะแนนเฉลี่ยสะสมของนิสิตชาย ปี 1 จากมหาวิทยาลัยคอร์เนลล์ ทำทำนาย 5 ตัว โดยที่ตัวทำนายอีก 4 ตัว เป็นตัวแปรทางจิตวิทยาและผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการด้านต่าง ๆ ผลการวิจัยพบว่าไม่มีหลักฐานเพียงพอที่จะสนับสนุนว่านิสัยและทัศนคติทางการเรียนมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ตัวแปรนี้ถูกตัดออกจากสมการพยากรณ์ แสดงว่า นิสัยและทัศนคติทางการเรียนไม่ได้เป็นองค์ประกอบที่ดีในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

✓✓ ส่วนการศึกษาของ ลัม (Lum. 1960 : 109 - 115) ได้ศึกษาเปรียบเทียบนิสัยในการเรียนระหว่างนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำกว่าระดับความสามารถ จำนวนกลุ่มละ 20 คน กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจะมีคะแนนความถนัดทางการเรียน เท่ากันแต่คะแนนเฉลี่ย (G.P.A.) ต่างกัน ผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์สูงกว่าระดับความสามารถคือผู้ที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าคะแนนความถนัดทางการเรียน ผลการศึกษารายงานว่า นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์สูงและต่ำกว่าระดับความสามารถมีนิสัยทางการเรียนและทัศนคติไม่แตกต่างกัน

งานวิจัยในประเทศ

ภาพร เมธรักษาวิชัย (ภาพร เมธรักษาวิชัย 2515 : 65 - 67) ได้หาความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยและทัศนคติทางการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนรัฐบาล ปีการศึกษา 2514 เขตพระนคร จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคือ แบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียน พบว่า นิสัยและทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์กับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และพบว่า

นักเรียนที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูง มีนิสัยและทัศนคติในการเรียนดีกว่านักเรียนที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ในปี พ.ศ. 2522 ฉันทนา จินตโกวิท (ฉันทนา จินตโกวิท 2522 : 135 - 148) พบว่า นิสัยและทัศนคติในการเรียน เป็นตัวทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีในโปรแกรมศิสิกซ์ - ภาษาฝรั่งเศส ประเภทโรงเรียนสตรี แต่สุวิมล ว่องวาณิช (สุวิมล ว่องวาณิช 2523 : 59 - 67) ซึ่งได้ศึกษาความสัมพันธ์พหุคูณระหว่างองค์ประกอบด้านเชาวน์ปัญญา ปัญหาส่วนตัว นิสัยและทัศนคติทางการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และหากร่วมตัวทำนายที่ดีที่สุดเพื่อนำมาสร้างสมการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 กรุงเทพมหานคร จำนวน 1,175 คน พบว่าค่าสหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวทำนายทั้ง 3 ตัว กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อจำแนกปัญหาส่วนตัวออกเป็น 5 ด้าน นิสัยและทัศนคติในการเรียน 2 ด้าน ได้กลุ่มทำนายใหม่ 8 ตัวคือ เชาวน์ปัญญา ปัญหาส่วนตัว ด้านสุขภาพ ความเป็นอยู่ของครอบครัว ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ความสัมพันธ์กับผู้อื่น อนาคต นิสัยทางการเรียน ทัศนคติทางการเรียน พบว่าตัวทำนายที่ดีที่สุดประกอบด้วยเชาวน์ปัญญา นิสัยทางการเรียน ทัศนคติทางการเรียน และปัญหาส่วนตัวด้านความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง

ต่อมาในปี พ.ศ. 2524 จารุพร สูงสว่าง (จารุพร สูงสว่าง 2524 : 56 - 57) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จระดับ 4 กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2523 จังหวัดนครสวรรค์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จระดับ 4 จำนวน 160 คน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 241 คน พบว่า ตัวทำนายที่ดีที่สุดในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชา คณิตศาสตร์ ภาษาไทย และวิทยาศาสตร์ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และนักศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จระดับ 4 คือระดับเชาวน์ปัญญา นิสัยและทัศนคติในการเรียน

สุวิมล เต็มสมุทร (สุวิมล เต็มสมุทร 2525 : 90 - 110) ซึ่งศึกษาตัวแปรทางจิตวิทยาที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2524 กรุงเทพมหานคร จำนวน 1,031 คน ตัวพยากรณ์แบ่งออกเป็น 4 ด้านคือ ตัวแปรด้าน

สถานการณ์ทางเศรษฐกิจและสังคมของนักเรียน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความสนใจในแผนการเรียน นิสัยและทัศนคติในการเรียน จากการศึกษาพบว่า นิสัยและทัศนคติในการเรียนเป็นตัวพยากรณ์หนึ่งที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาบังคับและวิชาเลือกในแผนการเรียน วิทยาศาสตร์ ศิลปศาสตร์ ศิลปกรรม และพาณิชย์กรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเป็นตัวพยากรณ์เดียวที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาบังคับของแผนการเรียน เกษตรกรรม และอุตสาหกรรม

๖. มีงานวิจัยของประหยัด ทองมาก (ประหยัด ทองมาก 2518 : ก - ข)

ที่ศึกษาผลของความวิตกกังวล นิสัยและทัศนคติในการเรียนและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียน ที่มีผลสัมฤทธิ์สูงและต่ำกว่าระดับความสามารถ กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 จังหวัดพังงา ที่มีผลสัมฤทธิ์สูงกว่าระดับความสามารถ จำนวน 151 คน ต่ำกว่าระดับความสามารถ จำนวน 154 คน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์สูงและต่ำกว่าความสามารถมีความวิตกกังวล นิสัยในการเรียนและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมมุติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนที่ได้รับแม่แบบจะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ
2. นักเรียนที่ได้รับแม่แบบจะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับแม่แบบ
3. นักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ จะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับข้อเสนอแนะ

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ม.4) ปีการศึกษา 2528 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ที่มีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนต่ำ ซึ่งวัดได้จากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียน และทัศนคติในการเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ม.4) ปีการศึกษา 2528 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ที่มีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนต่ำ จำนวน 36 คน โดยได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แล้วสุ่มแบบจับคู่ (match pair) นักเรียนที่มีคะแนนจากแบบสำรวจใกล้เคียงกัน เข้าในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 18 คน

วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. นำแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ไปสำรวจกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ม.4) โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม จำนวน 240 คน
2. ตรวจสอบให้คะแนนจากแบบสำรวจ ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้
3. เรียงลำดับคะแนนจากสูงไปต่ำ แล้วแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มคือ กลุ่มสูง กลุ่มกลาง และกลุ่มต่ำตามเกณฑ์ดังนี้
 - 3.1 นักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบสำรวจตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป จัดอยู่ในกลุ่มสูง
 - 3.2 นักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบสำรวจอยู่ระหว่างเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 - 75 อยู่ในกลุ่มกลาง

3.3 นักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบสำรวจตั้งแต่เบอร์เซนต์โทสที่ 25 ลงมา
จัดอยู่ในกลุ่มต่ำ

4. ผู้วิจัยพบและสัมภาษณ์นักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนในกลุ่มต่ำ เพื่อสอบถามถึงความสนใจในการเข้าร่วมการทดลอง

5. ใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มต่ำซึ่งสนใจในการเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 36 คน แล้วสุ่มแบบจับคู่ (match pair) นักเรียนที่มีคะแนนจากแบบสำรวจใกล้เคียงกัน เข้าในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 18 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาทดลองและสร้างเครื่องมือ

1. แบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียน ผู้วิจัยปรับปรุงมาจากแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งศรีสมร พุ่มสะอาด (ศรีสมร พุ่มสะอาด 2522 : 40 - 63) สร้างขึ้น โดยแบบสำรวจแบ่งออกเป็น 2 ด้านใหญ่ ๆ คือ ด้านพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียน โดยเรียงลำดับข้อความในเรื่องพฤติกรรมการเรียนรู้คือ การรู้จักใช้เวลา วิธีการทำงาน และทัศนคติในการเรียน คือ ทัศนคติต่อครูอาจารย์ และต่อการศึกษา ไปทีละข้อรวม 100 ข้อ

แบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียน	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	บางครึ่ง	นาน ๆ ครึ่ง
<u>พฤติกรรมเรียนรู้</u> (การรู้จักใช้เวลา)					
- ซ้ำพเจ้าใช้เวลาในการอ่านนวนิยาย ภาพยนตร์ ฯลฯ มากเกินไป
<u>พฤติกรรมเรียนรู้</u> (วิธีการทำงาน)					
- ก่อนลงมือเขียนรายงาน ซ้ำพเจ้าต้องพยายาม ทำความเข้าใจ เรื่องที่ต้องการให้แจ่มแจ้ง เสียก่อน

แบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	บางครั้ง	นาน ๆ ครั้ง
<u>ทัศนคติในการเรียน (ต่อครู)</u>					
- ข้าพเจ้ารู้สึกว่าความชอบไม่ชอบนักเรียนของครู ผู้สอนมีอิทธิพลต่อการให้คะแนนมากเกินไป
<u>ทัศนคติในการเรียน (ต่อการศึกษา)</u>					
- ข้าพเจ้าไปโรงเรียนเพราะผู้ปกครองต้องการ ให้ไป

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

การให้คะแนนแบบสำรวจ แบบสำรวจทั้งหมด จำนวน 100 ข้อ เป็นข้อความเชิงนิมิต 40 ข้อ ข้อความเชิงนิเสธ 60 ข้อ ให้คะแนนเป็น 5 อันดับดังนี้คือ

			ข้อความเชิงนิมิต	ข้อความเชิงนิเสธ	
ก.	หมายถึง	น้อยครั้งที่สุด	ให้คะแนน	5	1
ข.	หมายถึง	น้อยมาก	ให้คะแนน	4	2
ค.	หมายถึง	ปานกลาง	ให้คะแนน	3	3
ง.	หมายถึง	บางครั้ง	ให้คะแนน	2	4
จ.	หมายถึง	ไม่เคยเลย	ให้คะแนน	1	5

2. การสร้างแม่แบบ

2.1 ศึกษาทฤษฎีการเรียนรู้จากแม่แบบโดยผ่านกระบวนการสังเกตของแบบคู่รำ และงานวิจัยเกี่ยวกับการใช้แม่แบบ เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนและสร้างแม่แบบในการทดลอง

2.2 ศึกษาขอบข่ายและเนื้อหาของพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีคดียึดตามเกณฑ์ของบราวน์และโฮลท์ชแมนเป็นหลัก ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ การรู้จักใช้เวลา วิธีการทำงาน ทัศนคติที่มีต่อครู และทัศนคติที่มีต่อการศึกษา เพื่อวางขอบข่ายเนื้อหาในการสร้างแม่แบบ

2.3 เขียนบท (Script) สำหรับสร้างแม่แบบในแต่ละด้านตามที่ศึกษาไว้

2.4 ตรวจสอบ แก้ไข ปรับปรุง เนื้อหาของแม่แบบแต่ละเรื่องโดยผู้เชี่ยวชาญทางด้าน การแนะแนวและจิตวิทยา

2.5 คัดเลือกบุคคลที่จะเป็นแม่แบบและฝึกซ้อมผู้แสดงแบบในแต่ละเรื่อง เพื่อให้สามารถสื่อข้อความ ความรู้สึกนึกคิด ได้ตรงกับจุดประสงค์ที่แก้ไขแล้วจากบท (Script)

2.6 บันทึกเทปโทรทัศน์

2.7 ทดลองใช้เทปโทรทัศน์ (Pilot study) ก่อนนำไปทดลองจริง โดยนำไปทดลองกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปากน้ำวิทยาคม เขตภาษีเจริญ ซึ่งไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่างในการทดลอง

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. แบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนรู้

1.1 หากความเชื่อมั่นของแบบสำรวจ โดยใช้สูตร Alpha Coefficient ของ คอนนาร์ค ได้ค่าความเชื่อมั่น = .8936

1.2 หากค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยการหาค่า ที่ - เทสต์ ระหว่างกลุ่มสูง และกลุ่มต่ำ (25%) ของแบบสำรวจทั้ง 4 ด้าน โดยไปสำรวจกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดรางบัว อำเภอภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร จำนวน 132 คน ซึ่งมีค่าอำนาจจำแนกต่ำสุด 1.8234 สูงสุด 9.8564

2. แม่แบบ

2.1 หาความเที่ยงตรงของเนื้อหาโดยวิธี Face Validity โดยผู้ชำนาญทางการแนะแนว จิตวิทยา เป็นผู้ตรวจสอบ

2.2 การทดลองใช้แม่แบบ (Pilot Study) เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมก่อนนำไปใช้จริง โดยนำไปทดลองกับนักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนปากน้ำวิทยาคม ซึ่งมีลักษณะคล้ายกลุ่มทดลอง

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้แบบการวิจัยแบบ (Randomized Control - Group Pretest - Posttest Design) (เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์ 2522 : 172) มีลักษณะการทดลองดังนี้

กลุ่ม	Pretest	Treatment	Posttest
1. กลุ่มทดลอง	T ₁	ใช้แม่แบบ	T ₂
2. กลุ่มควบคุม	T ₁	ใช้ข้อสนเทศ	T ₂

วิธีดำเนินการทดลอง

- สำรวจพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม แล้วสุ่มนักเรียนออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตามวิธีการที่กล่าวมาแล้วในวิธีเลือกกลุ่มตัวอย่าง
- ดำเนินการใช้แม่แบบแก่กลุ่มทดลองตามโครงการที่วางไว้ ลักษณะการใช้แม่แบบแต่ละครั้งประกอบด้วยการเล่น แม่แบบ และการสรุปอภิปราย ระยะเวลาในการทดลองสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง รวม 15 ครั้ง

3. ดำเนินการให้ข้อสังเกตแก่กลุ่มควบคุมตามโครงการที่วางไว้ ลักษณะการให้ข้อสังเกตแต่ละครั้งประกอบด้วย การเสนอข้อมูลและการซักถาม ระยะเวลาในการทดลอง สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง รวม 15 ครั้ง
4. หลังจากการทดลองสิ้นสุดลง ทำการสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอีกครั้งหนึ่ง โดยใช้แบบสำรวจเดิม
5. นำข้อมูลจากแบบสำรวจมาวิเคราะห์ทางสถิติ

วิธีการวิเคราะห์ทางสถิติ

1. ใช้ t - test (Independent Sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง
2. ใช้ t - test (Independent Sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง
3. ใช้ t - test (Dependent Sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง ✓
4. ใช้ t - test (Dependent Sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม ✓

โครงการทดลองใช้แม่แบบในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมาย	เวลา
1	"การให้คำปรึกษาปัญหาทางด้านการศึกษา"	- เสนอแม่แบบ - อภิปราย	1. เพื่อนำเข้าสู่โครงการทดลองใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมและทัศนคติในการเรียน 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลอง จัดตัวเองไว้ว่าปัญหาทางการเรียนที่เกิดขึ้นกับตนเองเกิดจากความบกพร่องในตัวเองเป็นหลัก เพื่อที่จะเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองอย่างถ่องแท้และสามารถนำตนเองจากภาวะนั้นได้อย่างถูกต้องที่สุดโดยเรียนรู้จากแม่แบบแต่ละคน	40 - 60 นาที
2	"เงินตราหรือจะสู้ความรู้"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้เรียนรู้ การมีทัศนคติที่ดีต่อการศึกษา จะก่อให้เกิดผลกรรมดีได้อย่างไร	40 - 60 นาที
3	"ต่างคนต่างใจ"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ศึกษาและเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นเนื่องจากการไม่ยอมรับในตัวครูผู้สอน จากการแก้ปัญหาและเกิดขึ้นตามมาจาก "แม่แบบ" แต่ละคน 2. เรียนรู้ถึงการแตกต่างของแต่ละคนในการแก้ปัญหา	40 - 60 นาที

(ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมาย	เวลา
4	"การจัดเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ"	- เสนอแผนแบบ - อภิปรายผล	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้สร้างการใช้เวลาที่พัฒนาของตนเอง 2. ผู้คุมค่าของเวลา และสามารถแย่งเวลาในกิจกรรมประจำวัน ด้านต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม	40 - 60 นาที
5	"การสร้างแรงจูงใจในการเรียน"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ถึงคุณค่าและประโยชน์ของวาม มามะอศหมในการศึกษาเล่าเรียนวิชาต่าง ๆ ทั้งในปัจจุบัน และอนาคต 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองทำอะไรอย่างมีเป้าหมายมากขึ้นจาก เรื่องการเรียน อาชีพ และชีวิตในอนาคต	40 - 60 นาที
6	"ฝึกใจให้อยู่กับงาน"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองรู้จักบังคับใจให้สามารถทำตามเป้าหมาย ที่วางไว้ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองให้รู้จักทำจิตใจให้สงบโดยการฝึกสมาธิ ตามแนวทางพระพุทธศาสนา	40 - 60 นาที
7	"การรับผิดชอบในชั้น การเรียน"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองตระหนักถึงความสำคัญของการทำ การบ้านด้วยตนเอง ส่งงานตามกำหนดเวลา ตั้งใจเรียน ไม่ลืมนัดวันประกันพรุ่ง	40 - 60 นาที

(ต่อ)

ครั้ง	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมาย	เวลา
8	"การปรับปรุงความสามารถในการอ่านท่าน"	- เสนอแม่แบบ - อภิปรายผล	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจว่าการอ่านมีคุณค่าต่อการเรียนรู้และการดำรงชีวิตในปัจจุบันเช่นไร 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้สำรวจและมีแนวทางในการแก้ไขข้อบกพร่องของตน 3. ผู้รับการทดลองสามารถที่จะอ่านหนังสือได้อย่างมีประสิทธิภาพและสรุปเนื้อหาของเรื่องที่ได้อ่านได้	40 - 60 นาที
9	"การพัฒนาความจำเพื่อให้เรียนเก่ง"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจเทคนิคและหลักในการจำ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองสามารถที่จะนำเอาหลักการดังกล่าวมาใช้ในการปรับปรุงหรือพัฒนาความจำของตนได้	40 - 60 นาที
10	"ศิลปะในการฟัง"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการฟังที่ดีหรือการฟังที่ถูกต้อง 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองฟังเป็น คือเมื่อฟังก็สามารถที่จะสรุปความเรื่องที่ฟังได้	40 - 60 นาที

(ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมาย	เวลา
11	"การจรรยาบรรณและการทบทวนหนังสือ"	- เสนอแผนผัง - อภิปรายผล	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์ของการจรรยาบรรณและการทบทวนหนังสือ 2. ผู้รับการทดลองมีแนวทางการจรรยาบรรณ และจรรยาบรรณเป็น 3. ผู้รับการทดลองมีแนวทางในการทบทวนหนังสือและทบทวนแบบเป็น	40 - 60 นาที
12	"การใช้ห้องสมุด"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองเห็นความสำคัญของการรักษาห้องสมุด 2. ผู้รับการทดลองใช้บริการของห้องสมุดได้ถูกต้อง	40 - 60 นาที
13	"เรียนเป็นเรียน เป็นกลุ่ม"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองตระหนักถึงพลังของกลุ่มในการร่วมมือกันเพื่อแก้ไขปัญหาทางด้านการศึกษา 2. ผู้รับการทดลองสามารถที่จะใช้กลุ่มในการพัฒนาประสิทธิภาพในการศึกษาเล่าเรียนได้	40 - 60 นาที
14	"การเตรียมตัวสอบ"	" "	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจในการเตรียมตัวสอบที่มีประสิทธิภาพ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองนำความรู้ที่ได้มาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ	40 - 60 นาที

(ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมาย	เวลา
15	"แนวทางในการปรับปรุง"	÷ เสนอแม่แบบ - อภิปรายผล	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้เรียนรู้แนวทางปรับปรุงตนเอง และผลของการมีทัศนคติที่ตื่นต่อการศึกษา จากแม่แบบแต่ละคน 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองให้อภิปราย สรุปแนวทางที่จะนำไปปฏิบัติในการปรับปรุงตนเองของแต่ละคน	40 - 60 นาที

โครงการการใช้ข้อสนเทศ

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมายในการใช้ข้อสนเทศแต่ละครั้ง	เวลา
1	การให้คำปรึกษาปัญหาเรื่องผลการเรียน	- แจกเอกสาร - ซักถาม	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองจัดตนเองได้ว่าปัญหาทางด้าน การเรียนนั้นเกิดจากความบกพร่องใดเป็นหลัก เพื่อจะ สามารถนำตนเองออกจากภาวะนั้น	40 - 60 นาที
2	ทัศนคติที่มีต่อการศึกษา เล่าเรียนจะก่อให้เกิด	"	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ วัตถุประสงค์ของการศึกษา และประโยชน์ที่ได้รับจาก การศึกษา	40 - 60 นาที
3	ทัศนคติที่มีต่อครูผู้สอนจะ ก่อให้เกิด	"	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ศึกษาและเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น เนื่องจากท่านไม่ยอมรับในตัวครูผู้สอน 2. มีแนวทางในการแก้ปัญหา	40 - 60 นาที
4	การจัดเวลาอย่างมี ประสิทธิภาพ	"	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้สำรวจการใช้เวลาของตน 2. รู้คุณค่าของเวลาและสามารถแบ่งเวลาในการทำกิจกรรม ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม	40 - 60 นาที

(ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมายในการใช้ข้อสมมติของแต่ละครั้ง	เวลา
5	การสร้างแรงจูงใจในการเรียน	- แจกเอกสาร - ซักถาม	1. เข้าใจความต้องการของตนเองมากขึ้นในชั้นการเริ่ม อาชีพ 2. มีความอดทนในการที่จะได้สิ่งที่ต้องการ เมื่อเวลาเรากำหนด เงื่อนไขในการปรับปรุงการเรียนได้ 1. ผู้รับการทดลองรู้สึกบังคับใจได้สามารถทำคำถามเข้าหาอาจารย์ วางใจ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้รู้จักทำจิตใจให้สงบโดยฝึกสมาธิตาม แนวทางพระพุทธศาสนา 1. เพื่อให้ผู้ทดลองเห็นถึงความสำคัญของการทำงานที่ได้รับมอบ หมายตนเอง ส่งงานตามกำหนดและไม่ล้าหลังประมาท 1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองสามารถอ่านหนังสือได้อย่างมี ประสิทธิภาพ	40 - 60 นาที
6	ฝึกใจให้อยู่กับงาน	"	"	40 - 60 นาที
7	การรับผิดชอบในชั้น การเรียน	"	"	40 - 60 นาที
8	การปรับปรุงความ สามารถในการอ่าน	"	"	40 - 60 นาที

(ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมายในการให้ข้อเสนอแนะแต่ละครั้ง	เวลา
9	การพัฒนาความจำ	- แยกเอกสาร - ซักถาม	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจในการจำ 2. นำเอาหลักการนั้นไปพัฒนาปรับปรุงความจำของตนได้	40 - 60 นาที
10	ศิลปะในการฟัง	"	1. มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการฟังที่ดีที่รวมการฟังที่ถูกต้อง 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการสรุปความเรื่องที่ฟังได้	40 - 60 นาที
11.	การจดบันทึก	"	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์ของการจดบันทึก 2. ผู้รับการทดลองจดบันทึกไว้ได้และถูกต้องยิ่งขึ้น	40 - 60 นาที
12	การใช้ห้องสมุด	"	1. ผู้รับการทดลองเห็นถึงประโยชน์ของการค้นคว้าในห้องสมุด 2. ใช้บริการห้องสมุดได้อย่างถูกต้อง	40 - 60 นาที
13	เรียนเป็นเรียนเป็นกลุ่ม	"	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองตระหนักถึงพลังของกลุ่มในการร่วมมือเพื่อแก้ปัญหาทางด้านการเรียน 2. ผู้รับการทดลองใช้กลุ่มในการแก้ปัญหาทางด้านการเรียนเป็น	40 - 60 นาที

(ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	กิจกรรม	จุดมุ่งหมายในการให้ข้อเสนอแนะแต่ละครั้ง	เวลา
14	การเตรียมตัวสอบ	- แจกเอกสาร - ชักถาม	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองเห็นถึงประโยชน์ของการเตรียมตัวสอบ 2. สามารถนำความรู้ที่นำมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ	40 - 60 นาที
15	แนวทางในการปรับปรุงตนเอง	"	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้สรุปแนวทางในการปฏิบัติตนเพื่อปรับปรุงตนเอง	40 - 60 นาที

Script การปรับปรุงความสามารถในการอ่านของท่าน

ฉากที่ 1

เริ่มถ่ายทำ ขณะที่พี่เดินขึ้นมาทางบันได

นักเรียน สวัสดีพี่สายัณห์ มาหาอาจารย์เหรอครับ

พี่ สวัสดีว่าไง เตรียมพร้อมหรือยัง

นักเรียน มันพร้อม ไม่พร้อม ยังใจไม่รู้พี่ รั้วไหนที่ว่างอยากคุยด้วยจังเลย

พี่ วันนี้แหละ มาไปหาอาจารย์ด้วยกัน

นักเรียน, พี่ เดินคุยกันผ่านนักเรียนชายอีกกลุ่มหนึ่ง ซึ่งก็จะมองตามพี่ไป

ฉากที่ 2

พี่ สวัสดีครับอาจารย์

อาจารย์ สวัสดีพี่สายัณห์ มาหาอาจารย์สุปรียาเหรอคะ ครุฑใจดีขณะที่สายัณห์

 สอบคิดโรงเรียนนายร้อยฯ อย่างที่หวังไว้

พี่ ครับอาจารย์ คู่กับที่ผมเลิกข่าวกลับใจมาอ่านหนังสือตลอด 2 ปีนี้

อาจารย์ ฮ่าว สายัณห์มาตรงเวลาดีจัง พอดีครูต้องเข้าสอนแทนอาจารย์อีกท่านหนึ่ง

 สายัณห์รอครูสักชั่วโมงนั่งนะ คุยกับน้อง ๆ ไปพลาง ๆ ก่อนก็ได้

พี่ ครับอาจารย์

ฉากที่ 3

พี่ อยู่โรงเรียนนายร้อยสนุกไหมคะพี่ ถูกซ่อมข้างหรือเปล่า

นักเรียน เรียนสนุก พี่มันครับ

นักเรียน พี่ชะ พี่เคยลองคิดข้างหรือเปล่าว่า อะไรทำให้พี่เรียนดีแล้วสอบติด

พี่ นี่! คิดสักครู พี่คิดว่าสิ่งที่สนับสนุนให้พี่เรียนดีก็คือ พี่อ่านหนังสือเป็น

นักเรียน หมายความว่าอย่างไรครับ

- น้อง ๆ เคยสังเกตตัวเองบ้างไหมครับว่า บางทีเราเสียเวลาในการอ่านหนังสือเยอะเยอะ แต่อ่านจบแล้วจับใจความไม่ได้ ก็เลยเรียนไม่ค่อยสนุก ผลสอบ ๆ ก็พาลเบื่อเรียนเหมือนกัน เพราะรู้สึกว่าทุ่มเทให้กับการอ่าน ทบทวนแล้วก็ไม่มีความรู้ดีขึ้น แต่พี่ที่เพิ่งมาอ่านสนุกเอาตอน ม.5 นะสมัย ม. 4 ก็ไม่มีหลักการในการอ่านหนังสือเหมือนกัน
- น้อง พี่ไปได้หลักมาจากไหนเหรอครับ
- พี่ พี่ให้อ่านบทความ เทคนิคในการอ่านหนังสือซึ่งแปลมาจากของ Robinson รู้สึกว่ามันท้าทายก็เลยทดลองใช้ ปรากฏว่า จากการที่พี่เรียนไม่เป็นเรื่อง เป็นราวเท่าไรนัก ผลการเรียนมันก็ดีขึ้นจนกว่า พี่ก็เลยอ่านหนังสือด้วยความสนุก หลังจากนั้นเป็นต้นมา
- นักเรียน พี่ลองสรุปหลักต่าง ๆ ให้พวกผม ฟังบ้างสิครับ ผมจะได้นำไปปรับปรุง การอ่านของพวกผมให้ดีขึ้น
- พี่ บรรยาย, ชักถามความเข้าใจ และสรุปสุดท้ายว่า การอ่านเป็นไม่ได้ช่วย แต่การสอบเท่านั้นน้อง ยังทำให้พี่ท้อท้อใจ สู้สุดท้ายคุณค่าของการที่ พี่ชอบอ่านก็คือ ไม่ต้องทำอะไรต่าง ๆ ที่ไร้สาระ (เนื้อหาที่ บรรยายคลุมข้อสอบเทศที่เสนอในเรื่องการอ่าน)

ข้อเสนอแนะการปรับปรุงความสามารถในการอ่านของท่าน

พัฒนาโดย Francis Robinson

S	Survey	R	Recite
Q	Question	R	Review
R	Read		

การสำรวจ (Survey)

1. อ่านสารบัญชื้อเรื่อง หัวข้อ คำสรุป ตาราง กราฟ ภาพ ประโยคแรกหรือสุดท้ายของแต่ละตอน
2. ใช้เวลาสำรวจก่อนไม่เกิน 5 นาที
3. การสำรวจเป็นเสมือนแผนที่บอกผู้อ่านล่วงหน้าว่าจะไปทางไหนและจะไปเจออะไรข้างหน้า ช่วยให้ผู้เตรียมคำถามได้ถูกต้อง และทำให้เรื่องน่าสนใจมากขึ้น

ตั้งคำถาม (Question)

1. ทฤษฎี Zeigarnik พบว่า การเรียนรู้จะดีขึ้นถ้าทำอย่างมีคำถามเพื่อเล็งหาอยู่ในใจ
2. เมื่อสำรวจแล้ว เปลี่ยนหัวข้อให้เป็นคำถามให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
3. ข้อเสนอแนะในการตั้งคำถาม ใคร ที่ไหน ทำอะไร เมื่อไร ทำไม อย่างไร
4. อย่าถามกว้าง ๆ ต้องให้เจาะจง และไม่ควรถาาคคำถามที่เป็นประเด็นสำคัญของเรื่อง
5. ตอบคำถามราวกับว่านักศึกษากำลังเตรียมหาคำตอบเพื่อสอบไล่ อันจะเป็นการฝึกที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีที่สุด

อ่าน (Read)

1. อ่านอย่างกระตือรือร้น
2. อ่านเพื่อตั้งคำถามและหาคำตอบ
3. ต้องหัดเปลี่ยนความเร็วในการอ่านให้เหมาะกับเรื่องที่จะอ่าน
4. คอยระวังจุดสำคัญที่เป็นตัวชี้แนะ

สรุป - ท่อง (Recite)

1. เมื่ออ่านจบแต่ละบทให้หยุดสักครู่แล้วพยายามทบทวนความจำว่าอ่านอะไรไป
2. รวบรวมความคิดสำคัญ ๆ เข้าไว้เพื่อง่ายต่อการจำ
3. บางคนที่อ่านอาจใช้วิธีท่องสรุปในใจ โดยไม่ต้องเขียนโน้ตย่อ

การทบทวนความรู้ (Review)

1. เมื่ออ่านบทเรียนหมดแล้ว ลองตรวจสอบเรื่องที่ผ่านมาโดยพยายามฝึก ทบทวน จุดสำคัญของเรื่องโดยไม่ดูสมุดจด แล้วเขียนจุดสำคัญที่จุดแต่ละจุดไว้ และพยายามฝึกจุดสำคัญ ร่อง ๆ ลงมา
2. ใช้เวลาทบทวนสั้น ๆ (ประโยชน์ที่จะได้รับจาก SQ3R ของ Robinson ก็คือจะทำให้ผู้อ่านระบบนี้ใจลอยน้อยลง เพราะต้องหมั่นตรวจสอบตนเองอยู่เสมอ ๆ

* สถิติที่ใช้ในการศึกษา *

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 ค่าเฉลี่ย

$$\text{สูตร} \quad \bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

(ส่วน สายยศ และอังคณา คันธีรัตนานนท์ 2515 : 51)

เมื่อ	X	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนน
	$\sum X$	แทน	ผลรวมทั้งหมดของคะแนน
	N	แทน	จำนวนคะแนนในข้อมูลนั้น

1.2 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$$\text{สูตร} \quad S = \sqrt{\frac{N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2}{N(N-1)}}$$

(ส่วน สายยศ และอังคณา ดันศิริศานนท์ 2515 : 100)

เมื่อ	S	แทน	ความเบี่ยงเบน
	ΣX	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	ΣX^2	แทน	ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
	N	แทน	จำนวนคน

2. หาค่าเปอร์เซ็นต์

$$\text{สูตร} \quad PR = \frac{(cf + \frac{1}{2}f) 100}{N}$$

(ส่วน สายยศ และอังคณา ดันศิริศานนท์ 2515 : 87)

เมื่อ	cf	แทน	ความถี่สะสม
	N	แทน	จำนวนข้อมูล

3. หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสำรวจ โดยใช้ t - test แบบ Independent

$$\text{สูตร } t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2}{N_H} + \frac{S_L^2}{N_L}}}$$

เมื่อ t แทน ค่าความแตกต่างระหว่างคะแนนในแต่ละข้อของกลุ่มสูง และกลุ่มต่ำ

N_H, N_L แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ

\bar{X}_H, \bar{X}_L แทน คะแนนเฉลี่ยของคะแนนในแต่ละข้อของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ

S_H^2, S_L^2 แทน ความแปรปรวนของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ

4. หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสำรวจ โดยใช้ Alpha Coefficient ของ

Conbach

$$\text{สูตร } r_{tt} = \frac{n}{n-1} \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S_x^2} \right)$$

(อนันต์ ศรีโสภาก 2521 : 265)

เมื่อ r_{tt} แทน ความเชื่อมั่นของแบบสำรวจ

n แทน จำนวนของแบบสำรวจ

$\sum S_i^2$ แทน ผลรวมของความแปรปรวนรายข้อ

S_x^2 แทน ความแปรปรวนของแบบสอบวัดทั้งฉบับ

5. หาค่าความแตกต่างของคะแนนจากการสอบวัดหลังการทดลองระหว่าง
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้ t - test (Pooled Variance) แบบ
Independent Sample มีค่า $df = n_1 + n_2 - 2$

$$\text{สูตร } t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

(ส่วน สายยศ และอังคณา คณิตรัตนานนท์ 2515 : 217)

เมื่อ	t	แทน ค่าที่ใช้พิจารณาใน t - distribution
	\bar{X}_1, \bar{X}_2	แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
	S_1^2, S_2^2	แทน คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
	n_1, n_2	แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

6. หาค่าความแตกต่างของคะแนนจากการสอบวัดก่อนและหลังการทดลองเป็น
รายกลุ่ม โดยใช้ t - test แบบ Dependent Sample มีค่า $df = n - 1$

$$\text{สูตร } t = \frac{\Sigma D}{\sqrt{\frac{n\Sigma D^2 - (\Sigma D)^2}{(n - 1)}}}$$

(ส่วน สายยศ และอังคณา คณิตรัตนานนท์ 2515 : 220)

เมื่อ	t	แทน ค่าที่ใช้พิจารณาใน t - distribution
	n	แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มทดลอง
	D	แทน ผลต่างของคะแนนจากการสอบวัดก่อนและหลังการทดลอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

- N แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม
- X แทน ค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบสำรวจ
- S^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนน
- t แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t - distribution
- D แทน ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่ที่วัดได้จากแบบสำรวจก่อนและหลังการทดลอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่จะนำมาวิเคราะห์ต่อไปนี้เป็นผลจากการสำรวจพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียน ซึ่งใช้เป็นสิ่งพิจารณาพฤติกรรมการณ์เรียนและทัศนคติในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษานี้ คะแนนจากแบบสำรวจเมื่อนำมาวิเคราะห์แล้วปรากฏผลดังนี้

1. พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนดำเนินการทดลอง

เมื่อนำคะแนนจากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาเปรียบเทียบกัน เพื่อศึกษาว่า พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของทั้งสองกลุ่มคล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกันก่อนที่จะดำเนินการทดลองปรากฏผลดังนี้

ตาราง 1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	n	\bar{X}	S^2	t
กลุ่มทดลอง	18	278.61	343.89	0.124
กลุ่มควบคุม	18	279.38	346.37	

จากตาราง 1 แสดงว่า คะแนนจากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือก่อนทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนไม่แตกต่างกัน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนระหว่าง
กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

นำคะแนนจากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุมมาเปรียบเทียบกัน ปรากฏผลดังนี้

ตาราง 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียน
และทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ภายหลังจากการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	N	\bar{X}	S^2	t
กลุ่มทดลอง	18	333.72	1664.04	3.63**
กลุ่มควบคุม	18	291.78	734.07	

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 แสดงว่า คะแนนจากแบบสำรวจหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หมายถึงหลังจากการให้แม่แบบ
วิดีโอแก่กลุ่มทดลอง และการให้ข้อเสนอแนะแก่กลุ่มควบคุมแล้ว นักเรียนที่ได้รับแม่แบบวิดีโอมี
พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .01

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

นำคะแนนจากแบบสำรวจพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมาเปรียบเทียบกัน เพื่อตรวจสอบว่ามีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นภายในกลุ่มทดลองหลังจากการทดลองหรือไม่ ซึ่งปรากฏผลดังนี้

ตาราง 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนของแต่ละคู่ที่วัดได้จากแบบสำรวจพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	N	ΣD	ΣD^2	t
กลุ่มทดลอง	18	999	78433	6.40**

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 แสดงว่า คะแนนจากแบบสำรวจก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หมายถึง นักเรียนที่ได้รับแม่แบบมีพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม

นำคะแนนจากแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมมาเปรียบเทียบกัน เพื่อตรวจสอบว่ามีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นภายในกลุ่มควบคุมหลังจากการทดลองหรือไม่ ซึ่งปรากฏผลดังนี้

กลุ่มตัวอย่าง	N	ΣD	ΣD^2	t
กลุ่มควบคุม	18	221	10229	2.48

จากตาราง 4 แสดงว่า คะแนนจากแบบสำรวจก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายถึง นักเรียนที่ได้รับ การให้ข้อเสนอแนะมีพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม ปีการศึกษา 2528
2. เพื่อศึกษาผลการใช้แม่แบบและการให้ข้อเสนอแนะที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนที่ได้รับแม่แบบ จะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ
2. นักเรียนที่ได้รับแม่แบบ จะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับแม่แบบ
3. นักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ จะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ม.4) มีการศึกษา 2528 ที่มีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนต่ำ จำนวน 36 คน โดยได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายแบบการเรียงละ 8 คน รวม 6 แผนการเรียน แล้วสุ่มแบบจับคู่ นักเรียนที่มีคะแนนแบบสำรวจจิตใจเคียงกันเข้าในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 18 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1. แบบสำรวจพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน จำนวน 100 ข้อ ซึ่งแต่ละข้อมี 5 ตัวเลือก

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาผลการใช้แม่แบบและการให้ข้อเสนอเทศที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมการเรียน และทัศนคติในการเรียน

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนที่ได้รับแม่แบบ จะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอเทศ
2. นักเรียนที่ได้รับแม่แบบ จะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับแม่แบบ
3. นักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอเทศ จะมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับการให้ข้อเสนอเทศ

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ม.4) ปีการศึกษา 2528 ที่มีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนต่ำ จำนวน 36 คน โดยได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แล้วสุ่มแบบจับคู่ (match pair) นักเรียนที่มีคะแนนแบบสำรวจใกล้เคียงกัน เข้าในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 18 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1. แบบสำรวจพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน จำนวน 100 ข้อ ซึ่งแต่ละข้อมี 5 ตัวเลือก

2. แม่แบบ "วิดีโอเทป" จำนวน 15 ครั้ง ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมกาเรียนและทัศนคติในการเรียน

3. ข้อเสนอเทศ จำนวน 15 ครั้ง ซึ่งมีเนื้อหาสอดคล้องกับแม่แบบ

วิธีดำเนินการทดลอง

1. นำแบบสำรวจพฤติกรรมกาเรียนและทัศนคติในการเรียนไปทำการทดสอบกับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ได้คัดเลือกไว้

2. ดำเนินการทดลองโดยการให้แม่แบบ "วิดีโอเทป" แก่กลุ่มทดลองตามโครงการที่กำหนดไว้ ลักษณะการให้แม่แบบแต่ละครั้งประกอบด้วย การเสนอแม่แบบ และสรุปอภิปราย สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง รวม 15 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมดำเนินการให้ "ข้อเสนอเทศ" ด้วยการบรรยายและแจกเอกสาร ซึ่งเนื้อหาสอดคล้องกับแม่แบบ ในเวลาและจำนวนครั้งเท่ากับกลุ่มทดลอง

3. ทดสอบครั้งหลังเมื่อการทดลองตามโครงการสิ้นสุดลง โดยใช้แบบสำรวจพฤติกรรมกาเรียนและทัศนคติในการเรียนชุดเดิม

4. นำคะแนนที่ได้จากการทดสอบทั้งสองครั้งมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้ t - test (Independent Sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมกาเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง

2. ใช้ t - test (Independent Sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมกาเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

3. ใช้ t - test (Dependent Sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมกาเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

4. ใช้ t - test (Dependent Sample) เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่จะสรุปเป็นผลการศึกษาค้นคว้าได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก่อนจะดำเนินการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยของทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างไรไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ หมายถึง พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ก่อนการทดลอง
2. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยของทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หมายถึง หลังการทดลอง พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม
3. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หมายถึง เมื่อกลุ่มทดลองได้รับแม่แบบตามโครงการแล้ว กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าเดิม
4. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายถึง เมื่อกลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะตามโครงการ กลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าเดิม

อภิปรายผล

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนไม่แตกต่างกัน แต่ภายหลังจากการทดลองโดยการให้ "แม่แบบ" และ "ข้อสนเทศ" แล้วปรากฏผลดังนี้คือ

1. พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนภายหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หมายถึงกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอันเป็นการยอมรับสมมุติฐานที่ 1 ซึ่งสอดคล้องกับ แบนดูราและวอลเตอร์ (Bandura and Walters, 1963 : 49) กล่าวว่า โลกทัศน์วิเศษ เป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งในการช่วยให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การมีเสียงและภาพประกอบย่อมเป็นการส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างได้ใช้ประสาทสัมผัสหลายด้านพร้อม ๆ กัน เป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมโนภาพแห่งตนได้เร็วขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ วิจิตร ภักดิ์รัตน์ (วิจิตร ภักดิ์รัตน์ 2523 : 284) ที่กล่าวว่า เทปโทรทัศน์เป็นสื่อที่มีคุณลักษณะเฉพาะตัวที่เหมาะสมที่สุด ทั้งนี้เพราะโทรทัศน์สามารถให้ผู้เรียนได้รับสื่อที่เป็นทั้งภาพและเสียงและอาจจะมีตัวอักษรประกอบด้วยก็ได้ ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้ได้รวดเร็วและเข้าใจง่ายกว่าสื่ออื่น ๆ

จากการสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มผู้เข้าร่วมทดลองรับแม่แบบพบว่า ผู้เข้าร่วมทดลองมีความกระตือรือร้นในการทดลองมาก มีความตั้งใจ สนใจ ในเรื่องที่แม่แบบเสนอให้เป็นอย่างดี ซึ่งอาจจะเป็นเพราะแม่แบบที่ผู้วิจัยเสนอในเทปโทรทัศน์นั้น เป็นนักเรียนรุ่นพี่ที่มีทัศนคติที่ดีต่อการศึกษาค้นคว้า ซึ่งแต่ละคนมีเทคนิคและวิธีเรียน ที่ช่วยให้ตนประสบความสำเร็จในการศึกษาและการสอบเข้าศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นไม่ว่ารวมทั้งยังได้รับการเสริมแรงจากบุคคลทั่วไปไม่ว่าจะเป็นผู้บริหาร อาจารย์ และนักเรียนรุ่นน้อง ซึ่งสอดคล้องกับ แบนดูรา (Bandura, 1977 : 16 - 22) ที่เสนอว่า แม่แบบที่มีความสำคัญ ใกล้เคียง และเกี่ยวข้องกับผู้สังเกต รวมทั้งพฤติกรรมที่มีแม่แบบแสดงออกมีประโยชน์ต่อผู้สังเกต จะโน้มน้าวจิตใจให้ผู้สังเกตใส่ใจมากขึ้น รวมทั้งจากการวิจัยของ โรเซนบัมและทัคเกอร์ (Rosenbum and Tucker, 1962 : 183 - 190) ซึ่งพบว่า บุคคลจะเลียนแบบตัวแบบที่ประสบความสำเร็จ

สำเร็จในการกระทำพฤติกรรมสูงกว่า แม่แบบที่ประสบความสำเร็จต่ำ แบนดูรา (Bandura. 1962 : 57 - 58) พบว่า เด็กที่ได้รับแม่แบบที่ถูกลงโทษ เกิดการเปลี่ยนแปลงและเลียนแบบน้อยกว่าเด็กที่ได้รับแม่แบบที่ได้รับรางวัลหรือไม่ได้รับผลใด ๆ เลย และกรรณิการ์ สิทธิศักดิ์ (กรรณิการ์ สิทธิศักดิ์ 2522 : 46 - 51) ทดลองพบว่า การเสริมแรงแก่ตัวแบบทำให้เกิดการเลียนแบบได้ดีที่สุด การไม่ให้แรงเสริมเลยก่อให้เกิดการเลียนแบบน้อยที่สุด

แต่ในการให้ข้อเสนอแนะนั้น ผู้วิจัยได้บรรยายเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการเรียนรู้ และทัศนคติในการเรียนรู้ให้กลุ่มควบคุมฟังเท่านั้น ซึ่งนักเรียนไม่มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันตลอดจนไม่ได้รับการฝึกปฏิบัติในกลุ่ม แม้ว่าพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนในกลุ่มควบคุมจะสูงขึ้น แต่ก็เพิ่มในปริมาณที่น้อยกว่ากลุ่มทดลอง ด้วยเหตุนี้ นักเรียนที่ได้รับแม่แบบจึงมีพฤติกรรมทางการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ

2. หลังจากนักเรียนในกลุ่มทดลองได้รับแม่แบบพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรม การเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับแม่แบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การเสนอแม่แบบช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียนสูงขึ้น อันเป็นการยอมรับสมมุติฐานข้อ 2 มีงานวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศไทยพบว่า เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมขึ้นภายหลังการทดลอง เมื่อกลุ่มทดลองได้รับแม่แบบ เช่น พฤติกรรม ความกลัวสิ่งต่าง ๆ เช่น กลัวสุนัข แบนดูรา กฤษเช็ก และเมนลอฟ (Bandura, Grusec and Menlove. 1967 : 50 - 52) กลัวหนู กัวเทลลา (Cautela. 1979 : 195 - 203) กลัวการสอบ คาร์ลสัน (Carlson. 1972 : 329 - 339) รวมทั้งไม่มี พฤติกรรมเลียนแบบความก้าวร้าวของฮิค (Hicks. 1965 : 97 - 100) พฤติกรรม การอดยาของผู้ติดยาโรอีน รีคเคอร์และคันซ์ (Reeder and Kuncz. 1976 : 70 - 72) และการวิจัยในประเทศเกี่ยวกับพฤติกรรมทางจริยธรรม เช่น ความมีวินัยในตนเอง ด้านความรับผิดชอบ ของ กันยา ประสงค์เจริญ (กันยา ประสงค์เจริญ 2526 : 33 - 35)

ความซื่อสัตย์ งานวิจัยของ ประเสริฐศรี เอ็นครินท์ (ประเสริฐศรี เอ็นครินท์ 2524 : 51 - 52) ความเอื้อเฟื้อ งานวิจัยของ สุนีย์ ชินศักดิ์ชัย (สุนีย์ ชินศักดิ์ชัย 2525 : 34) ลดความกลัวหนูของวัยรุ่นไทย งานวิจัยของ สุนทรี ชูโต (สุนทรี ชูโต 2523 : 35 - 37) และการเพิ่มพฤติกรรมการตอบคำถามในชั้นเรียนของเด็กปัญญาอ่อน ที่สามารถเรียนได้ซึ่งเป็นงานวิจัยของ ประนอม ประเสริฐศักดิ์ (ประนอม ประเสริฐศักดิ์ 2523 : 38 - 41) ซึ่งผลงานวิจัยทั้งหลายนี้สนับสนุนแนวความคิดพื้นฐานทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของแบนดูรา (Bandura. 1977 : 2) ที่กล่าวว่า มนุษย์สามารถเรียนรู้จากการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่น ดังนั้น พฤติกรรม ส่วนใหญ่ของมนุษย์จึงมีอิทธิพลมาจากการสังเกตพฤติกรรมและผลของการแสดงพฤติกรรมจากบุคคลอื่น

3. หลังจากนักเรียนในกลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอแนะ พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้ข้อเสนอแนะช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้น อันเป็นการยอมรับสมมุติฐานข้อ 3 คมเพชร ฉัตรสุภกุล (คมเพชร ฉัตรสุภกุล 2521 : 196 อ้างอิงมาจาก T.E. Christensen. 1949 : 11 - 14) ได้กล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการให้ข้อเสนอแนะในการแนะแนวดังนี้คือ ข้อเสนอแนะสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการจูงใจนักเรียนให้กระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งและจะเกิดประโยชน์ต่อนักเรียนต่อนักเรียนได้ทบทวนข้อเสนอแนะนั้นใหม่ก็จะช่วยให้นักเรียนปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น และช่วยในการปรับปรุงสิ่งต่าง ๆ เสียใหม่ และ คมเพชร ฉัตรสุภกุล (คมเพชร ฉัตรสุภกุล 2521 : 198) ได้แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับการให้ข้อเสนอแนะว่า ข้อเสนอแนะที่ครูหรือผู้ให้คำปรึกษาได้แนะนำหรือได้ให้นักเรียนอ่าน และนักเรียนได้พิจารณาข้อเสนอแนะนั้นด้วยความตั้งใจแล้วจะได้อะไรเพิ่มขึ้น ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้ นักเรียนได้เข้ารับการทดลองด้วยความสนใจและส่วนใหญ่มีความตั้งใจที่จะพัฒนาและปรับปรุงตนเอง จึงเป็นเหตุให้นักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ มีพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้น

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อพฤติกรรมการเรียน และทัศนคติในการเรียน ในระดับมัธยมศึกษา ผลที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการปลูกฝังพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนที่พึงามถูกต้อง ในระดับประถมศึกษาต่อไป
2. การทำการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ไม่ควรจัดทำเนื่องจากมีเวลาเรียนน้อยกว่าภาคเรียนที่ 1 แล้ว ยังมีกิจกรรมเสริมหลักสูตรอีกมากมายทำให้การทบทวนทบทวนที่ยืดหยุ่นเวลาไปตามสมควร
3. การทดลองครั้งนี้ประสบความสำเร็จเนื่องจากกลุ่มทดลองรู้จักแม่แบบในฐานะรูปที่ประสบความสำเร็จจึงดึงดูดความสนใจเป็นพิเศษ ดังนั้นในการนำแม่แบบไปใช้เปลี่ยนพฤติกรรมต่าง ๆ ควรพิจารณาถึงเหตุผลดังกล่าวนี้ด้วย

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

1. ศึกษาเปรียบเทียบผลของแม่แบบไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบของสัญลักษณ์ (Symbolic Models) แม่แบบภายใน (Covert Models) หรือแม่แบบจริง (Live Models) ว่าแม่แบบในลักษณะใดจะมีอิทธิพลต่อการเลียนแบบมากที่สุด
2. ควรนำวิธีการให้แม่แบบในรูปแบบสัญลักษณ์ เทปโทรทัศน์ ไปใช้เสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงการหรือยับยั้งพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาอื่น ๆ อีกเช่น พฤติกรรมกล้าแสดงออก พฤติกรรมเด็กเล็กที่แยกตนเอง เป็นต้น
3. เพื่อดูความคงที่ของพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปนั้น ควรมีการติดตามผลหลังการทดลองแล้ว 1 เดือน, 3 เดือน หรือ 6 เดือน
4. ควรมีการศึกษาถึงอิทธิพลของแม่แบบเพศชาย เพศหญิง อายุของแม่แบบ รวมทั้งการใช้การเสริมแรงทางบวก - ลบ ต่อแม่แบบ จะมีผลต่อผู้สังเกตพฤติกรรมนั้นแค่ไหนเพียงใด
5. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้แม่แบบต่อผู้สังเกตที่มีระดับพฤติกรรมพื้นฐานไม่เท่ากัน

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมล เกาวิจิตร ดร. วิชาครูมูลฉบับสมบูรณ์ ไทยวัฒนาพานิช 2496, 45 หน้า
- กมลรัตน์ หล้าสงวนย์ จิตวิทยาการศึกษา โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย 2523,
276 หน้า
- กฤษฎาภรณ์ สิทธิศักดิ์ อิทธิพลของตัวแบบและการเสริมแรงที่มีต่อพฤติกรรมการเลียนแบบของ
เด็กอนุบาล ปรินญาทิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2522,
56 หน้า อัดสำเนา
- กันยา ประสงค์เจริญ ผลการใช้เทคนิค "แม่แบบ" เพื่อพัฒนาวินัยในตนเองด้านความรู้รัก
รับผิดชอบของนักเรียนประถมศึกษา ปรินญาทิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร 2526, 85 หน้า อัดสำเนา
- กาญจณีย์ แก้วทอง การใช้เทคนิค "แม่แบบ" เพื่อเปลี่ยนแปลงมโนภาพแห่งตนของเด็ก
วัยรุ่นในสถานสงเคราะห์บ้านศรีธรรมราช ปรินญาทิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2522, 86 หน้า อัดสำเนา
- กฤษยา แสงเคซ การศึกษาเปรียบเทียบปัญหาการเรียน สังคม ส่วนตัว ของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษา มีธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา ในกรุงเทพมหานคร
และจังหวัดชัยภูมิ ปรินญาทิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2518, 68 หน้า อัดสำเนา
- เกทลง ปภาวสิทธิ์ ศจ. และคนอื่น ๆ การศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ, คณะครูศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2520, 58 หน้า
- คมเพชร ฉัตรสุกกุล บริการสนเทศ ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2521, 232 หน้า
- จารุพร สุขสว่าง เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาผู้ใหญ่ระดับ 4
กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 วิทยานิพนธ์ คม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2524,
67 หน้า อัดสำเนา

- จรรยา วิรุฬห์รัตน์ "สาเหตุการออกกลางคันของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา" วิทยานิพนธ์
 คม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2521, 112 หน้า อัดสำเนา
- จรัส กิษฐ์แก้ว ผลของตัวแบบที่มีต่ออัตมโนทัศน์และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนที่เพื่อน
 ไม่ยอมรับ วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2525, 80 หน้า
 อัดสำเนา
- ฉันทนา จินตโกวิท การทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 ใน
 กรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ คม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2522, 62 หน้า
 อัดสำเนา
- ชมสวัสดิ์ ชมบุญช ม.ร.ว. วิธีชนะทุกข์ ชนะศัตรู สำนักพิมพ์พิทยาคาร 2526,
 308 หน้า
- ดวงเดือน หันธุมหาวิณ และเพ็ญแข ประจักษ์จันท์ จริยธรรมของเยาวชนไทย
 รายงานการวิจัยฉบับที่ 21 สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 ประสานมิตร โรงพิมพ์การศาสนา 2520, 339 หน้า
- ทิพาวดี เอเมววรรณะ และสุรพล พยอมแย้ม เรียนให้เก่งในมหาวิทยาลัย โรงพิมพ์
 บำรุงนุกุลกิจ 2526, 91 หน้า
- พระศรีวิสุทธิกวี ท่านเจ้าคุณ การบริหารจิต โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย 2527,
 283 หน้า
- ธงชัย โจนวิภาค ผลของตัวแบบที่มีต่ออัตมโนทัศน์และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน
 ชายที่มีความประพฤติก่อต่อสังคม วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
 2525, 78 หน้า อัดสำเนา
- ธีระพร อรุณรัตน์ จิตวิทยาสังคมขั้นนำ เอกสารประกอบการเรียน คณะครุศาสตร์
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2521, 17 หน้า อัดสำเนา
- ธรรมรงค์ น้อยคุณ (แปล) ยอหนักงำต้องทำอย่างนี้ โรงพิมพ์จุลจักรการพิมพ์ 2527,
 166 หน้า
- ธนู แสงศักดิ์ ตรี. "ครุฑี" วิทยาคาร 2 : 85 - 100, 2505

- ภาพร เมษภัทรวณิช ความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยในการเรียน หักคณคดีในการเรียนกับ
สัมฤทธิ์ผลทางการเรียน วิทยานิพนธ์ คม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2515,
 78 หน้า อัดสำเนา
- ประนอม ประเสริฐศักดิ์ ผลของการใช้ตัวแบบและการเสริมแรงทางบวกในการเพิ่ม
พฤติกรรมการตอบคำถามในชั้นเรียนของเด็กปัญญาอ่อนที่สามารถเรียนได้ วิทยานิพนธ์
 คม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2523, 72 หน้า อัดสำเนา
- ประเสริฐศรี เอื้อนครินทร์ การทดลองใช้เทคนิค "แม่แบบ" เพื่อพัฒนาจริยธรรมด้าน
ความซื่อสัตย์ วิทยานิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
 2524, 71 หน้า อัดสำเนา
- สัณ ส่ายยศ และอังคณา ต้นตริศนานานท์ สถิติวิจัยทางการศึกษา วัฒมาพานิช 2522,
 286 หน้า
- ลัดดาวัลย์ ศรียานนท์ พญ. และหินวัจน์ มฤคพิทักษ์ กฎสำคัญ 67 ข้อของเทส คาร์เนกี
 บริษัทพิศการพิมพ์จำกัด 2525, 14 หน้า
- วิจิตร ภักดิ์รัตน์ วิทยุโทรทัศน์กับการศึกษา วัฒมาพานิช 2523, 310 หน้า
- วิสิทธิ์ โรจน์พจนรัตน์ แนววิธีเรียนเก่งและปัญหาเพิ่มเขาวม เทพเนรมิตรการพิมพ์
 2526, 120 หน้า
- วีชัย ทรัพย์มี ทฤษฎีและกระบวนการใช้คำปรึกษา ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2525, 365 หน้า อัดสำเนา
- ศรีสมร พุ่มสะอาด การสร้างแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนระดับมัธยมศึกษา
ตอนปลาย วิทยานิพนธ์ คม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2522, 122 หน้า อัดสำเนา
- สุเชษฐ์ ม่าเทรัมย์ อิทธิพลของการเป็นแบบอย่างต่อการพัฒนาจริยธรรมของเยาวชน
 วิทยานิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2519, 262 หน้า
- สุวิมล เก้นสุนทร ตัวแปรทางด้านจิตวิทยาที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัย
 ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2525, 55 หน้า อัดสำเนา

สุนีย์ ชินศักดิ์ชัย การทดลองใช้ท่อนือเป็นแม่แบบเพื่อพัฒนาจริยธรรมด้านความเอื้อเพื่อ
 ปริญาวิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2525, 55 หน้า
 อัดสำเนา

สุนทรีย์ ชูโต การใช้ตัวแบบภาพยนตร์เพื่อลดความกลัวของเด็กวัยรุ่นไทย วิทยานิพนธ์
 ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2523, 56 หน้า อัดสำเนา

หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา คู่มือแนะแนว ม.4 ห้างหุ้นส่วนจำกัดจางเจริญการพิมพ์
 2525, 187 หน้า

_____ คู่มือแนะแนว ม.1 สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช 2521, 175 หน้า

อนันต์ ศรีโสภา หลักการวิจัยเบื้องต้น วัฒนาพานิช 2521, 430 หน้า

Ahman, Stanley, Smith, William L. and Glock "Predicting Academic
 Success in Colledge by Means of a Study Habits and Attitudes
 Inventory," Education and Psychology Measurement. 18 : 853 -
 856 Winter, 1958.

Anastasi, Anne. Psychological Testing. 4 th.ed., New York,
 Macmill an Publishing Co., 1968. p. 453

Andrew. "A Study of the effects of a Filmed, Vicarions, Desensitization
 Procedure in the Treatment of Manifest Anxiety and Test Anxiety
 in Community Colledge Student," Dissertation Abstracts
International. 33 5 399 A - 5400 A April 1973.

Bandura, Albert. Social Learning theory. Englewood Cliffs,
 N.J. : Prentice-Hall, 1977,

Bandura, Albert, Grusec, Joan E., and Melove, Frances L. "Vicarians
 Extination of Avidance Behavior," Journal of Personality and
Social Psychology. 5 : 16 - 23 January 1967.

Bandura, Albert., Ross, and Ross. "Imition of Film-Mediated
 Aggressive Models," Child Development and Behavior. ed. Freda
 Rebelsky and Lym Dorman New York : Alfred A. Knapt, 1970. 243 -
 253.

Bandura, Albert and Richard H. Walters. Social learning and
Personality Development. New York, Holt, Rinehart and Wimton,
 Inc., 1963. 329 p.

no bloom

- Blackman, Garth J. and Silberman Adolph, Modification of Child and Adolescent Behavior. Belmont California Wadsworth Publishing Company Inc., 1975. p. 57
- Briggs, Richard D., Tosi, Donald J. and Morley, Rosemary M. "Study Habits Modification and Its Effect on Academic Performan," A Behavioral Approach. Journal of Educational Research 64 : 347 - 350 April 1971. 347 - 350 p.
- Carlson and Jaffe. "Modeling Therapy for Test Anxiety : The Role of Model Affect and Consequences," pp. 329 - 339
- Cautel, Joselpa R., Flannery, Raymond R., Hanley, Stephen "Covery Modeling : An Experimental Test," in Covert Conditioning. ed. Dennis upper and Joseph R. Cantela (U.S.A. : Pergamon Press Inc : 1979), pp. 195 - 203
- Cogan, Morris L. and Harry Levin. "Studies of Teacher Behaviour," The Journal of Experimental Education. 1957,26. 135 - 139
- Cole. Lnella and Jessec Mary Ferguson. Students' Guild to Efficient Study. New York Rinchart & Company 1946. p. 1
- Dalton, ¹⁹Sundblad and Hylbett "An Application of Principles of Social Learning to Training In Communication of Empathy," Journal of Counseling Psychology. 20 (1973) : 378 - 383
- Diener, Charles L. "Similarities and Differences Between Over-Achievt and Under-Achilving Students," Personel and Guildance Journal. 38 : 396 - 400, September - May 1960.
- English, H.B. and English A.C. A Comprehensive Dictionary of Psychology and Psychoanalytical Terms. Longman, Green and Co : 1985. 505 p.
- ^AEyzenck, M.J. : Arnold, W., and Meili, R. Encyclopedia of Psychology London. Search Press, 1972.
- Frederick, Robert W., Kitchen, Paul C., and McElwee, Agnes. A Gilde to College Study. New York Appleton Century Crafts Inc., 1947.
- Gawronski, Danial A and Mathis, Claude. "Differences Between Over-Achieving, Normal-Achieving, and Under-Achieving High-School Student," Studies in Adolescence. ed, Robert E. Grinder New York the Macmillan Co., 1969. p. 345 - 350

- Haslam, Warren L. and Brown, William F. "Effectiveness of Study Skill Instruction for High School Sophomore," Journal of Educational Psychology. 59 : 223 - 226 August 1968.
- ~~Hicks~~, "Imitation and Retention of Film-Medicated Aggressive Peer and Adults Models," Journal of Personality and Social Psychology. 2 : 97 - 100 July 1965.
- Hildreth, Gertude H. Introduction to the Gifted. New York : McGraw-Hill Book Company, 1966.
- Hilgard, Ernest R. Introduction to psychology. 4 th,ed., New York Harcourt Brace & Hovanonich, 1975.
- Joffe, Peter G. and Carlson, Perter M. "Modeling therapy for test Anxiety : the Role of Model Effect and Consequences," Behavior Research and therapy. 10 : 329 - 339 November 1972.
- Kornhaber and Schroeder. "Importance of Model Similarity on Extinction of A voidance Behavior," Journal of Consulting and Clinical Psychology. 43 : 601 - 607 October 1975.
- ~~Light, Lenise. and Alexakos, C.E.~~ "Effect of Individual and Group Counseling on study Habits," the Journal of Education Research. 63 : 450 - 455 July - August 1970.
- Lum, Mabel K.M. "A Comparison of Under and Overachieving Female Colledge Students," Journal of Educational psychology. 51 : 109 - 115, 1960.
- ~~Maddox, Harry.~~ How to Study. New York Faweeti Publications Inc., 1963.
- ~~Marlatt, G Allan and Martha, A Felly.~~ "Modeling Method in Helping People Change," ed. by Frederick H. Kanger and Arnold P. Goldstin New York, Perganman Press Inc., 1975. 536 p.
- McGuire, William J. "the Nature of Attitudes and Attitude Change," The Hanbook of Social psychology. 2d ed., Edited by Gerdner Lindzey. Mass a chuseth Addison-Wesley, 1969.
- Midlarsky, B. Bryan, James H., and Brickman, P. "Aversive Approval : Interactive Effects of Modeling and Reinforcement on Altruistic Behavior," Child Development. 44 (1973) : 321 - 328
- Morris, E.l. "the Validity of the Brown-Holtzman Survey of Study Habits and Attitudes 1960 Experimental Revision for Grade 7-12," Unpublished Master's thesis. Wayne State University 1961.

- Neale, Daniel C., Gill Noel and Tismer Werner. "Relationship Between Attitudes Toward School Subject and School Achievement," The Journal of Educational Research. 63 : 232 - 237 January 1970.
- Newcomb, T.M. Social psychology. New York : The Dryden Press Publishes, 1954.
- Nunnally, Jum C. Test and Measurements. New York McGraw-Hill Book Company, 1959. p. 300
- O'corner, Robert O. "Modification of Social Withdrawal Through Symbolic Modeling," Journal of Applied Behavior Analysis. 2 : 15 - 22, 1969.
- "Relative Efficacy of Modeling Shopping and the Combined Procedures for Modification of Social Withdrawal," Journal of Abnormal psychology. 79 : 327 - 334 June 1972.
- Rosenbaum, M.E. and Irving F. Tucker. "Competence of the Model and the learning of Imitation and Nonimitation," Journal of Experimental Psychology. 63 : 183 - 190, February, 1962
- Reeder and Kuncze, "Modeling Techniques, Drug Abstinence Behavior and Heroin Addicts," cited by A.E. Ivey and J. Authier, Micro counseling. 1976
- Smith, Samuel. Best Methods of Study. London : Barnes & Noble Inc., Books, 1970.
- Tussing, Lyle. Study and Succeed. New York : John Willey & Sons. Inc., 1949.
- Thurstones, L.L. "Attitude can be Measurement," In Reading in Attitude theory and Measurement. Edited by Martin Fishblin. New York : John Wiley & Sons Inc., 1967

ภาคผนวก

ה חמאמאמ

โครงการทดลองใช้แม่แบบในการเปลี่ยนแปลง

พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน

1. การทดลองใช้แม่แบบในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนประกอบด้วยการเสนอแม่แบบในรูปแบบใบโทรทัศนจำนวน 15 ครั้ง มีชื่อเรื่องดังนี้ คือ

1. การให้คำปรึกษาปัญหาทางการเรียน
2. เงินตราหรือจะสู้ความรู้
3. ต่างคนต่างใจ
4. การจัดเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ
5. การสร้างแรงจูงใจในการเรียน
6. ผีกลัวไฟอยู่กันงาน
7. การรับผิดชอบในทางการเรียน
8. การปรับปรุงความสามารถในการอ่านของท่าน
9. การพัฒนาความจำเพื่อให้เรียนเก่ง
10. ศิลปะในการฟัง
11. การจดบันทึก
12. การใช้ห้องสมุด
13. เรียนเป็นเรียนเป็นกลุ่ม
14. การเตรียมตัวสอบ
15. แนวทางในการปรับปรุงตนเองในทางการเรียน

การเสนอแม่แบบแต่ละครั้งมีจุดมุ่งหมายเพื่อสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียนดังที่กล่าวไว้ในบทที่ 3

2. การเสนอแม่แบบคำเนินตามขั้นตอนดังต่อไปนี้
 - 2.1 บอกชื่อเรื่องของเทปโทรทัศน์แต่ละเรื่อง
 - 2.2 เสนอเทปโทรทัศน์ (แม่แบบ)
 - 2.3 คำเนิการอภิปรายและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ
 - 2.3.1 แม่แบบ
 - 2.3.2 เนื้อหาสาระที่ได้รับ
 - 2.4 สรุป

การให้คำปรึกษาปัญหาทางการเรียน

- นักเรียน สวัสดีค่ะอาจารย์ อาจารย์มีงานยุ่งหรือเปล่าคะ
- อาจารย์ มีนิดหน่อยค่ะ แต่เป็นงานที่ไม่รีบด่วนนัก พวกเรามีเรื่องจะคุยกับครูเหลือคะ
- นักเรียน ค่ะ อาจารย์ พวกหนูมีเรื่องจะมาปรึกษา
- อาจารย์ เข้ามาเถอะคะทั้งกลุ่มเลย ครูยังมีเวลาอีกประมาณ 1 ชั่วโมง เพราะ 11 โมงครูต้องเข้าสอน ม.1
- นักเรียน เร็วพวกเรา เกี่ยวคุยกับอาจารย์ไม่ทัน หมดเวลาเสียก่อน
- อาจารย์ ว่ายังไงคะมีอะไรจะเล่าให้ครูฟัง
- นักเรียน อาจารย์คะ หนูแย้แล้ว
- นักเรียน หนูด้วยค่ะ
- นักเรียน ผมอีกคนอาจารย์
- อาจารย์ รู้สึกว่ากลุ่มของหนูกำลังบอกครูว่ามีปัญหาบางอย่างเกิดขึ้น เข้า ลองเล่า สิ่งที่คุณรู้สึกว่าแย้ให้ครูฟังซิคะ ลองเล่าทีละคนนะ
- นักเรียน ผลสอบหนูไม่ดีเท่าที่ควรเลยคะอาจารย์ หนูกลุ่มใจจั่ง
- อาจารย์ แล้วคนอื่น ๆ ละรู้สึกแย้เรื่องอะไรคะ
- นักเรียน เรื่องเดียวกันเลยคะ ครับ อาจารย์
- หลายคน
- อาจารย์ เอาละคะ ครูพอจะเข้าใจปัญหากว้าง ๆ ของพวกเราแล้ว ทุกคนเคยคิดบ้าง หรือเปล่าคะว่าสิ่งที่ทำให้ทุก ๆ คนประสบปัญหาหรืออุปสรรคเรื่องการศึกษาเล่าเรียน เพราะอะไร
- นักเรียน สำหรับผม ผมคิดว่าผมซี้เกียจ ไม่มีกำลังใจที่จะเรียนที่จะสู้กับอาจารย์ ผมมีความรู้สึกว่าย่ำแย่ไปก็คงจะตกงาน ก็เลยเรียนไปเฉื่อย ๆ ซ่า ๆ แต่ผมคิดว่าผมไม่ไ้หรือครับ

- อาจารย์ คนอื่น ๆ คิดว่าพวกเราสามารถสร้างแรงจูงใจในเรื่องเรียนได้ไหมคะ
- นักเรียน ได้ครับ ค่ะ
- อาจารย์ เอาละไหนลองฟังปัญหาของคนอื่นบ้าง
- นักเรียน หนูซิคะแย่เลยอ่านหนังสือสองรอบ สามรอบแต่จำไม่ได้คะ เวลาตอบข้อสอบสับสนไปหมด
- นักเรียน ผมก็เหมือนกันครับ รู้สึกว่าเวลาอาจารย์สอนไม่มีสมาธิจะฟัง บางทีฟังก็จกข้อความสำคัญไม่ค่อยถูก
- นักเรียน แต่ปัญหาหนูไม่เหมือนคนอื่นคะอาจารย์ หนูจะเรียนก็ไม่ดีขึ้นอยู่กับความรู้สึกที่มีกับอาจารย์ผู้สอน อาจารย์ผู้สอนบางท่านก็คุ้งๆ เข้มงวด หนูไม่พอใจ หนูก็จะเกะ ๗ งานไม่ส่ง หนังสือไม่ค่อยอ่านตามคำสั่ง
- อาจารย์ จากปัญหาที่เพื่อนเล่าให้ฟังคร่าว ๆ พวกเราจะมองเห็นสาเหตุของปัญหาหรือเปล่าคะ
- นักเรียน การที่พวกหนูบางคนเรียนไม่ดี เพราะแบ่งเวลาไม่เป็นใช้ไหมคะอาจารย์
- นักเรียน แต่ผมว่าเป็นเพราะเราไม่มีเทคนิควิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพมากกว่า
- นักเรียน แต่เราว่ามันมาจากเหตุอื่นด้วยนะ เช่น ความรู้สึกที่มีต่อครู ต่อเรื่องการเรียนอะไรนี้แหละ
- อาจารย์ เท่าที่ทุกคนช่วยกันสรุปปัญหานั้นเราจะพบว่า พฤติกรรมการเรียน เช่นวิธีการเรียน การรู้จักใช้เวลาและทัศนคติในการเรียนต่อครูและการศึกษาที่ไม่ดี จะมีผลต่อการศึกษาเล่าเรียนของทุก ๆ คน ดังนั้นตัวเราสามารถปรับปรุง แก้ไข พฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน แสดงว่านักเรียนเรียนเป็น ซึ่งจะทำให้นักเรียนมีความสุขในการเรียน และผลการเรียนก็จะดีตามไปด้วย
- นักเรียน แล้วเราจะแก้ไข ปรับปรุง การรู้จักใช้เวลา วิธีการทำงาน พวกนี้ได้อย่างไรคะ
- อาจารย์ ความจริงแล้วก็คงจะมีหลาย ๆ วิธี แต่ละวิธีที่เหมาะสมกับบุคคลแต่ละคน แต่อย่างไรก็ตาม ครูมีเทปวิดีโอซึ่งรุ่นที่ ม.5, ม.6 ให้สัมภาษณ์ที่จับและสอบเข้ามหาวิทยาลัยและวิทยาลัยต่าง ๆ ไว้เยอะแยะเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้ ซึ่งครูได้ดูแล้วและคิดว่าจะมีประโยชน์พอสมควร นักเรียนสนใจจะดูหรือเปล่าคะคะ

นักเรียน อูกรับ

อูตะ

อาจารย์ ถ้ายังงั้นเราลองจัดเวลากันเองนะ เสร็จแล้วนัดกับครูให้แน่นอนว่าจะใช้
เวลาไหน และวันไหน

ไต่สวนผู้พิพากษาหรือจะสู้ความรู้

- อาจารย์ : สวัสดิ์คะนักเรียนวันนี้เราจะเรียน เรื่องการใช้เหตุผลหักล้างหรือ การไต่สวนที่ ต่อจากสัปดาห์ที่แล้ว ขอให้นักเรียนให้คะแนนฝ่ายเสนอและ ฝ่ายค้านตามหลักการที่ได้สอนไปตั้งแต่ครั้งที่แล้วนะคะ
- ประธาน สวัสดิ์ครับท่านผู้ฟังทุกท่าน วันนี้ท่านจะได้รับความรู้อย่างท่วมท้น และ สุดแสนจะมันกับการมอঁฉนคตยของฝ่ายเสนอและฝ่ายค้าน กระผมขอ แนะนำให้ท่านรู้จักกับนักไต่สวนที่ทุกท่านนะคะ
- ประธานฝ่ายเสนอ
1. สุรพล อร่ามรัมย์ หรือสิงห์แค้บผู้มีความคิดอันลึกซึ้ง และความ อันทรงวิจนมาคตัวเองขณะอบบางปลิวลมเลยครั้บ
 2. จิตรภา สุธัญญ์ สาวน้อยช่างฝัน ผู้มีอารมณ์ขัน และกล้าแสดงออก
 3. วีรวรรณ วรวิเศษ ฝ่ายเสนอผู้อุ้มไปด้วยเหตุผล และน้ำเสียง ที่ใสราวระฆัง
 4. จีรศักดิ์ เย็นดี ฝ่ายเสนอผู้ซู่ซ่า มีความคิดแปลกใหม่ ลีลาเฉียน ไม่ซ้ำใคร
- ประธานฝ่ายค้าน
1. รติวันต์ ไตรสดีศวร หรือสาวน้อยสมองไวทั้งสายฟ้า พุคไวกว่า ไฟแลบ ในเวลาไต่สวนที่ระหว่างโรงเรียนพวกเราจะพบ เธออยู่เสมอ
 2. อิศาวรรณ นุ่มสะอาด ชอบหันครับหันตั้งแต่ป้านยันโรงเรียน แล้วพวกเรลองติดตามเหตุผลของเธอ
 3. เอกศักดิ์ ฉิมแก้ว เหตุและผลเป็นเอกลักษณ์ของเขาละครั้บ
 4. รักศักดิ์ อุดมฤกษ์ชัย เจ้าของฉายาคนละระดับ เคียวพวกเรา คอยติดตามกันนะครั้บว่าเขาระดับไหน

หัวหน้าฝ่ายเสนอ 1

เรียนท่านอาจารย์ที่เคารพและสวัสดิ์ครับท่านผู้ฟังที่รักทุกท่าน การที่ท่านฝ่ายค้าน ทั้ง 4 นามิ่งทำหน้าที่หล่อและสวยอยู่แถวนี้ให้ก็เพราะว่าท่านสนใจใฝ่หาความรู้เหมือนพวกกระผม และขอให้ท่านชนเงินของท่านมาแจกท่านอาจารย์และเพื่อนฝูงเพื่อซื้อคะแนนจากอาจารย์และเพื่อนฝูงเพื่อที่จะทำให้กลุ่มชนะก็คงยากนะครับ นอกจากท่านจะมีความรู้ทางเหตุผลดี ๆ มาหักล้างเหตุผลของพวกกระผม เงินไม่มีความหมายละครับในเวทีนี้ มีความรู้อย่างเดียวยังดีว่ามีเงินอย่างเดียวยังแน่นอน ความรู้ของผมไม่จำกัดที่ปริญญาบัตร เพราะปริญญาของكمบางคนที่ไปซื้อมา แต่ขอโทษนะครับซื้อได้แต่กระดาษครับ แต่ความรู้ท่านไม่ได้ เพราะความรู้ซื้อหา กันด้วยเงินอย่างเดียวยังไม่ได้ คุณต้องลงมือ ลงแรงใช้สมองคุณจึงจะมีความรู้ขึ้นมาได้ อะไรเอ่ย ยิ่งใช้ยิ่งเพิ่มลองตอบ ความรู้ครับ อะไรเอ่ยยิ่งใช้ยิ่งลด เงินครับ ถ้าท่านทำขนมบ่อย ๆ ท่าน จะรู้ว่าทำยังไงแป้งถึงจะนุ่ม เหนียว หอม ทหวาน เพราะความรู้จากประสบการณ์จะช่วย ป้องกันข้อผิดพลาดให้ท่าน แต่เงินนะครับยิ่งใช้บ่อยยิ่งหทหมดนะครับ นี่ใครครับจำหน้าให้ไหม ม้อยเองค่ะ นี่ละครับเรื่องเศรษฐกิจของكمมีเงินแต่ขาดความรู้ ม้อยไม่ได้เอาไป ม้อยไม่มีเงิน แต่ยิ่งซุกก็ยิ่งเจอเงินที่มีม้อยเอาไปซ่อน ใช้คิดดูซิครับ ม้อยเขาจะเอาดอกที่โหนดมาให้คุณคิดเป็น ร้อยละ 70% ต่อปี โททกแจง ๆ ยังงี้ทั้งมหาเศรษฐี เศรษฐีใหญ่ ม้อย ชาวบ้านที่ขาดความรู้ โคนม้อยหลอกทั่วกันไปหมด นี่ละครับโทษของการขาดความรู้ แต่คุณไปช่วยเงินละครับ ระวังนะครับท่านฝ่ายค้านถ้าไม่รีบสะสมความรู้ท่านจะเป็นเหยื่อพวกมิจฉาชีพเขาได้ นี่เรา เพื่อนคุณแล้วนะครับ

หัวหน้าฝ่ายค้าน 1

เรียนท่านอาจารย์และสวัสดิ์เพื่อน ๆ ที่รัก ท่านผู้ฟังคะท่านเคยคิดไหมคะว่าการ ที่ท่านหัวหน้าฝ่ายเสนอมาทูดเสียง เจื้อยแจ้วนะท่านเอาแรงที่โหนดมา ถ้าท่านไม่มีเงินซื้ออาหาร การกิน เงินใช้ไหมคะ ที่ทำให้ท่านมีสุขภาพแข็งแรง ท่านอยากกินหมู เท็น เป็ด ไก่ ท่านกินได้ สมใจอยาก ท่านผู้ฟังลองคิดนะคะลองคุณแม่ท่านฝ่ายเสนอขาดเงินตั้งแต่ท่านฝ่ายเสนอยังเป็น ตัวอ่อน ๆ อยู่ในท้อง ท่านก็จะกลายเป็นเด็กขาดอาหาร ผลอ ๆ บัญญาอ่อนตั้งแต่เล็ก ๆ เลยคะ

เพราะว่าไม่มีโปรตีน ไขมัน กลีโกล์ แร่ ไบโม่ รุ่งร่างกาย นี้แค่ก่อนเกิดนะคะ หลังจากท่านเกิด ท่านจะเจอปัญหาอีกเยอะแยะ โยัยจาระโนไม่หมด เช่น ถ้าท่านอ้วนเพราะเพลอกินมากหน่อย ท่านก็จ้างคนมาฝึก aerobic dance ท่านท่านก็จะสวย เรื่องเหล่านี้พวกดิฉันแก้ได้คะ (ไม่ใช่แก้เสื้อฟ้านะคะ) เพราะพวกดิฉันมีเงิน เงินแก้ปัญหาได้ทุกอย่างเลยจริงไหมคะ หิวหรือคะ ซ้อมกิน เหมื่อยใช้ไหมคะ ฟังเพลง ประเทศเราเป็นประเทศที่ยอดพัฒนา เพราะเราขาดอะไรคะขาดเงิน โครงการอะไรต่อมิอะไรหยุดชะงักทำอะไรไม่ได้เพราะไม่มีเงิน จบประมาณ อะไรอะไรมันจึงทรุดโทรมอยู่อย่างนี้ ปัญหาประเทศชาติแก้ไขไม่ได้หรอกคะ ถ้าเราขาดเงิน โรงพยาบาล กองทัพ ทุกอย่างต้องใช้เงินทั้งนั้นจริงไหมคะ สรุปเงินจะช่วยคุณแก้ปัญหาได้ตั้งแต่เรื่องไม่จิ้มกันยัน เรือรบเลยคะ

ฝ่ายเสนอ 2

ขอบคุณค่ะที่ท่านหัวหน้าฝ่ายค้านอภิปรายสนับสนุนหัวข้อของดิฉัน ไม่ต้องสงสัยหรอกคะ ก็การทำท่านหัวหน้าบอกว่าขาดเงินแล้วพวกดิฉันจะขาดโปรตีน ไขมัน กลีโกล์ แร่ จะปัญญาอ่อนตั้งแต่เล็ก เห็นไหมละคะประโยชน์ของความรู้ ป้องกันได้ตั้งแต่ แม่ขี้ม้อย (โจงชั่วคราว) ปัญญาอ่อน (โจงถาวร) ไร้หมก ดิฉันสมัครใจเป็นคนมั่งมีความรู้มากกว่ามั่งมีเงินทอง โอ้โฮ เรื่องไม่จิ้มกันยัน เรือรบนะคะพูดกันไปตามลมตามแสง เรื่องจริงก็คือถึงมีเงินแต่ขาดความรู้ แค่อ้อไม่จิ้มกันก็โคมหลอกได้แล้วละคะ เรือรบไม่ต้องพูดถึง ท่านว่ามีเงินแก้ปัญหาดิฉันว่าไม่จริงเงินนะตัวสร้างปัญหาเลย ปัญหาที่เกิดขึ้นในบ้านเมืองก็เพราะคนบูชาเงิน เป็นพระเจ้า บัสน้เจ้า โกงเจ้า ถ้ามองเงินเป็นเพียงสิ่งที่ชำระหนี้ หรือของกลางในการแลกเปลี่ยน หันมาแสวงหาความรู้แทนเงินกันโลกมันจะสงบสุขกว่านี้จริงไหมคะ ก่อนจบดิฉันขอร้องเพลงปลุกใจท่านหน่อยนะคะว่า เงินตราหนี้หรือคือกระดาษ ผู้สร้างขึ้นมาชื่อนาก หลงไหลเป็นหาสาอำนาจเงิน เป็นทาสของเงินก็หมกคุณค่าความเป็นคนแล้วละคะ สวัสดีคะ

ฝ่ายค้าน 2

ท่านผู้ฟังทุกท่านคงจะรู้ถึงความจำเป็นของเงินนะคะ ตั้งแต่ต้นจนล้มตัวลงนอน เราต้องใช้เงินจับจ่ายใช้สอยทั้งนั้น แพรงพัน อาน้ำ คีมไม้ กินข้าว ขึ้นรถเมล์ สมุด ปากกา

หนังสือ ทุกอย่างเป็นเงินเป็นทองทั้งนั้น ท่านเอาความรู้ซื้อสิ่งของปัจจัยเหล่านั้นได้หรือ .
 เปล่าละคะ ใช่ที่ปล้นเค้า จี๋เค้าก็เพราะว่าเงินนะมันจำเป็น ไม่งั้นจะยอมเสี่ยงกับกฎหมาย
 ตำรวจ คุณตระวางทำไม เพราะไม่มีเงินปัญหาที่คุณแบกอยู่แก้ไขไม่ได้ จริงไหมละคะ
 คุณเชื่อไหมคะยิ่งคุณมีเงินมากเท่าไรคุณยิ่งได้รับการยอมรับจากสังคมมากขึ้นเท่านั้น มีเงิน
 เขานับเป็นน้อง มีทองเขานับเป็นที่ ถ้าคุณเป็นคนมีเงินคุณย่อมได้รับความเร็วคือไม่ว่าจะจาก
 แวงค์ จากห้างสรรพสินค้า โรงพยาบาล ก็เพียงแต่คุณถือ บัตรอเมริกันเอ็กซ์เพรส หรือ
 ไคเนอส์คลับ คุณก็จะได้รับการยอมรับจากสถานที่ต่าง ๆ ที่คุณใช้บริการ พวกคุณเหล่านี้ที่มี
 ความรู้ คุณแบกความรู้ของคุณไปกินได้ไหมละคะ สรุปถ้าคุณมีเงินคุณย่อมได้รับความเชื่อถือ
 จากสังคมอย่างแน่นอน

ฝ่ายเสนอ 3

ฟังแล้วเสร้านะคะ มีปัญหาแล้วแก้ปัญหาด้วยการยอมเอาตัวเข้าแลก เพราะคิดว่า
 เงินแก้ปัญหาได้ เรื่องจริงคะ คนถูกยิงตาย ดิฉันก็ เพราะเงินเยอเยอแต่คนก็ทำต่อไป
 เพราะอะไรละคะ เพราะคนเหล่านี้ขาดความรู้ฝึกซ้อมชีวิตก็ ขาดศีลธรรม ก็คือขาดความรู้
 ในการครองตนนั้นแหละละคะ ความยากจนที่เกิดขึ้นในสังคมขณะนี้เพราะเขาเหล่านั้นขาด
 ความรู้ ไม่ได้ให้ความสำคัญของความรู้ว่าจะช่วยพัฒนาอาชีพพัฒนาชีวิตของเขาได้อย่างไร ชวน
 เขานำมาอย่างไร เราก็ทำแบบพวกมันก็เสร็จ คนเหล่านี้ขาดความรู้ในการพัฒนาชีวิต
 แม้แต่พวกผู้บริหารประเทศที่โกงบ้านเมือง โกงภาษีอากรของประชาชน พวกนี้ก็ขาดความรู้
 ในการพัฒนาจิตใจ ดิฉันถามท่านชกนิตถ้าท่านมีโอกาสเลือกท่านจะ เอาคนที่เห็นแก่เงินหรือ
 เอาคนอย่างมหาจำลองมาบริหารประเทศกันแน่คะ

ฝ่ายค้าน 3

ที่ฝ่ายเสนอพูดมานั้นมันก็เป็นตัวอย่างอันน้อยนิดของคนในสังคมเท่านั้น แต่ที่สุดของ
 การหาความรู้ของพวกท่านที่มีความรู้ทั้งหลายก็คือพวกท่านต้องการหาความรู้ไปเพื่อหาเงิน
 เพราะท่านรู้ว่าเงินสามารถบันดาลความสุขสบายให้แก่ท่านได้ ไม่ว่าจะอาชีพอะไร หมอเอย

วิศวะเอเย่ ครูเอเย่ ก็พยายามใช้ความรู้ที่ตนร่ำเรียนมาหาเงินทั้งนั้น ยังงี้จะไม่ให้พวกผมคิดว่าเงินนั้นแหละเป็นปัจจัยสี่สุดยอดของมนุษย์ได้อย่างไรละครับ ความสุขสบายเป็นสุดยอดปรารถนาของทุกคนหรือพวกท่านปฏิเสธ เมื่อคุณมีเงินความสุขสบายทั้งหลายคุณจะได้ ไม่ว่าจะ เป็นบ้านที่มีเนื้อที่กว้าง ๆ ไร่ให้ลูกหลานในอนาคตของท่านเล่น บ้านดี ๆ รถเก๋งสวย ๆ ยี่ง่ท่านมีเงินมากท่านก็สุขสบายมาก อยากเที่ยวให้มีความสุข อาหารดี คนตรีไพเราะ เงินเท่านั้นจะบันดาลสิ่งเหล่านี้ให้ท่านได้ ฉะนั้นเงินย่อมมีความหมายมากกว่าความรู้แน่นอน

ฝ่ายเสนอ 4

จริงครับรถเก๋งสวย ๆ บ้านดี ๆ เครื่องคนตรีเพราะ ๆ ต้องใช้เงินซื้อ แต่เงินมันจะลอยมาจากปากฟ้าให้พวกท่านฝ่ายค้านหยิบไปใช้หรือครับ ท่านต้องใช้ความรู้ความสามารถท่านจึงจะได้เงินมาใช้ง่าย มีความรู้รู้กระจ่างแต่อย่างเดียว แต่ให้เชี่ยวชาญเกิดจะเกิดผลความรู้ของนายขนมครกผู้พลิกแพรงจากขนมครกริมถนนเป็นขนมครกชาววัง ส่งลูกไปเรียนเมืองนอกเมืองนา นี่ละครับคือผลของความรู้ มีความรู้จะหาเงินเมื่อไรก็ได้ ไม่เป็นปัญหาสำหรับพวกผมหรอกครับ ผมเป็นห่วงแต่พวกท่านว่าจะรักษาเงินไม่รอดเพราะขาดความรู้นี้แหละ และประการสุดท้ายพวกเราเอาความรู้ไปหาเงินเพราะเงินเป็นตัวกลางในการแลกเปลี่ยนปัจจัยในการดำรงชีวิต เงินไม่ได้มีความหมายไปกว่าความรู้เลย เพราะเรารู้ว่าความรู้ต่างหากเป็นยอดของความสุข สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราพระองค์สละราชสมบัติอันยิ่งใหญ่ เพื่อแสวงหาความรู้ในการพ้นทุกข์ พวกเราท่านก็ได้ธรรมะของพระองค์มาใช้ประโยชน์หลายต่อหลายครั้ง ตรวาคือที่พวกท่านยังยึดกับเงินมากกว่าความรู้ท่านจะเผชิญแต่ปัญหาตลอดชีวิต สวัสดิ์ครับ

ฝ่ายค้าน 4

ครับถึงยังไงฝ่ายค้านทุกคนก็ขอออกให้ชัดเจนอีกคำอีกครั้งว่า เงินย่อมมีค่ากว่าความรู้อย่างแน่นอน เพราะเงินคือของกลางที่จะใช้แลกเปลี่ยน ไม่มีเงินก็ไม่มีอะไรไปเปลี่ยน แล้วเหล่าท่านที่มีความรู้จะเอาปัจจัย 4 มาจากที่ไหน เงินเป็นแก้วสารพัดนึก

อยากให้อะไรก็จะให้ตั้งใจปรารถนา ขาดเงินหลายคนก็ขาดใจตายไปด้วย แต่ขาดความรู้ก็ คงจะไม่มีใครสนใจไปหรอกนะครับ ดังนั้นเงินจึงเป็นปัจจัยที่ 5 ที่ทุกคนขาดไม่ได้ใช่ไหมครับ เปิดโอกาสให้คนร่อยคนเลือกเอาเงินกับความรู้ ไม่ถึงอึดใจเงินหายหมด เหลือแต่ความรู้ กองโตไว้ เพราะเงินจะนำมาซึ่งทุกสิ่งที่คุณปรารถนาครับ สวัสดิ์ครับ

สวัสดิ์ครับนักเรียน

ในฐานะของผู้ตัดสินใจขอออกถึงความรู้สึกที่ฟังในวันนี้ สนุกครับ ทุกคนใช้ไหวพริบในการจับคู่ด้วยกัน ไม่ใช่อารมณ์ มีอารมณ์ขันแทรกบ้าง เป็นการโต้วาทีที่ตีคู่หนึ่งทีอาจารย์ได้ฟังมา ขอวิจารณ์ฝ่ายเสนอ ทีมฝ่ายเสนอ ผู้เสนอทุกคนเตรียมตัวดีมากสมกับเป็นตัวแทนด้านความรู้ หยิบยกเหตุผลมาหักล้างฝ่ายค้านได้เกือบทุกประเด็น เช่นความรู้ยิ่งใช้ยิ่งเพิ่ม เรื่องศีลธรรมจริยธรรมก็เป็นความรู้ น้ำเสียงก็ชัดเจน มีอารมณ์ขันและมีความเป็นปัจจุบัน เช่นเรื่องหมอย ฝ่ายค้านก็เข้าใจเอาความคิดและความรู้สึกของคนที่ขาดความรู้ แต่นับถือเงินมาใช้ได้ก็ตีคู่เดียว ถ้าจะตัดสินใจขอตัดสินใจว่าฝ่ายเสนอมีเหตุผลที่ดีกว่า แม้ประเด็นได้ทุกประเด็นมากกว่า จึงขอให้ฝ่ายเสนอเป็นผู้ชนะในการโต้วาทีครั้งนี้

ต่างคนต่างใจ

สรุปผลการเรียนและอุปสรรคที่เกิดขึ้น

- หัวหน้านักเรียน นักเรียนกราบ สวัสดิ์ศรีรับ ค่ะ คุณครู
- อาจารย์ สวัสดิ์ศรีคะทุก ๆ คน เมื่อวานนี้เป็นวันลงทะเบียนของนักเรียนระดับ ม.6
ห้องเราไม่มีคนห้องซ่อมวิชาต่าง ๆ ไหมคะ
- นักเรียน มีครับ
- มีค่ะ
- อาจารย์ เข้าไหม ใครห้องซ่อมยกมือ หน่อยสิคะ
- นักเรียน ยกมือ 15 คน
- อาจารย์ นักเรียนกลุ่มเรามี 21 คน ซ่อมเสีย 15 คน กว่า 50% นะคะ อีกไม่นาน
พวกเราก็ต้องออกไปต่อสู้กับการสอบที่ยิ่งใหญ่กว่าสอบในโรงเรียน ก็คือ
การสอบเข้ามหาวิทยาลัย เวลาที่ผ่านไปทุกวันเป็นสิ่งที่มีความค่า และเราก็
ไม่สามารถเรียกมันกลับคืนมาได้ ดังนั้นเพื่อให้ทุก ๆ ก้าวไปข้างหน้า
อย่างแจ่มใส ชัยชนะชนะ พวกเราก็ต้องช่วยกันแก้ไขอุปสรรคที่ขวางกั้น
เราไว้ให้ได้ ครูอยากให้ทุกคนเขียนอุปสรรคสำคัญ อันดับ 1.....
2..... 3..... ลงมือได้เลยคะ
- อาจารย์ สิบนานที่แล้ว ทุกคนคงจะเสร็จกันหมด ใครไม่เสร็จยกมือบอกครูซิคะ
- อาจารย์ ไม่มีนะคะ ส่งมาข้างหน้าได้เลย
- อาจารย์ (ก้มลงอ่านข้อความที่ลูกศิษย์ส่งมา) เออรู้สึกว่าคุณเราจะมีปัญหาคล้าย ๆ กันนะ
- อาจารย์ (อ่านข้อความจากกระดาษ อ่านจบพูดว่า) ปัญหาของกลุ่มเราก็คืออะไรนักเรียน
- นักเรียน ไม่ชอบอาจารย์
- (พูดค่อย ๆ)
- นักเรียน เบื่อครู
- นักเรียน ผมออกให้ครับ ปัญหาที่เกิดขึ้นหลาย ๆ คนในกลุ่มคือ การไม่ยอมรับครูผู้สอน
เป็นอันดับ 1 ชี้แจงเป็นอันดับ 2 ครับผม

- อาจารย์ ตีมากคะที่สรุปเข้าใจความที่สุด เอาละคะทุกคนก็เห็นถึงผลแล้วว่าเกิดอะไร
ขึ้นกับพวกเราเมื่อมีความคิดที่ไม่ยอมรับอาจารย์ **ครูจึงอยากจะให้**
พวกเราลองอภิปรายถึงสาเหตุและการแก้ปัญหา ให้แบ่งเป็นกลุ่ม ๆ ละ
7 คน เสนอแนะ ให้เวลาอภิปราย 20 นาที แล้วหัวหน้ากลุ่มออกมา
รายงาน
- กล้อง close up ไปที่กลุ่ม Model
- นักเรียน เข้าพวกเราเลือกประธาน - เลขากลุ่มเลยเร็ว ๆ เข้าเดียวไม่เห็น
ให้แป๊ะเป็นประธาน กล้วยเป็นเลขา ดีไหมพวกเรา
- นักเรียน ดี ๆ
- นักเรียน ตกลง
- นักเรียน เอาละ เลือกฉันเป็นประธาน ประธานขบอกไว้ก่อนล่วงหน้าว่า ทุก ๆ
คนมีหน้าที่ให้ความเห็น ใครไม่ออกความคิดเห็นตาย จริงไหมกล้วย
- นักเรียน จริง ๆ
- นักเรียน เราพูดก่อนนะ เราเปื้ออาจารย์เพราะอะไรพวกนายรู้เปล่า
- นักเรียน รู้แล้ว เคียวนายก็พูดประโยคเก๋อีกหรรอก
- นักเรียน โธ่เอ๊ย แชวกันทำไมไม่เล่า เคียวก็หมดเวลา เข้าเจียบพูดได้
- นักเรียน เราไม่ชอบอาจารย์ท่านหนึ่ง อาจารย์ชอบใช้อารมณ์กับพวกเราเรื่อยเลย
เคียวคำ เคียวคำ ฟังไปบ่อย ๆ เข้าเราไม่เห็นจะอยากทำตามที
อาจารย์พูด (บ่น) เลย แกรมเปื้อชะตัวยเข้าไป
- นักเรียน เราก้เปื้อเหมือนนาย แต่เปื้อคนละอย่าง พวกเราลองคิดซิ เวลาถึงชั่วโมงนี้
พวกเราทำอะไรบ้าง
- นักเรียน คุยเสียงดัง พูดมาก ไม่สนใจเรียน
- นักเรียน แค่นี้ไหลอ
- นักเรียน แอบกินขนม อาจารย์จับได้ตั้งหลายครั้ง
- นักเรียน นายลองคิดดูบ้างเจียบ ว่าถ้าเปลี่ยนให้นายไปเป็นครูบ้าง นายจะรู้สึก
ยังไง

- นักเรียน แต่ก็ไม่จำเป็นต้องมันด่าอยู่ เรื่อยนี้หว่า
- นักเรียน อ้าว คนก็มื่ออารมณ์เป็นธรรมดา พุคคี่ ๆ ที่แรกไม่ฟังก็ต้องคำชีวะ
 ซ้ำไม่ได้เข้าข้างครูหรอกนะ แต่พอเราบางทีก็เหลือรับประทานจริง ๆ
- นักเรียน แล้วอาจารย์ อาจารย์ผ่อง ซ้ำไม่ชอบวิธีสอนเลย ชอบให้อ่านมาก่อน
 ออกมารายงาน ซื่อ เซ็ง
- นักเรียน แต่ข้าชอบ เพราะวิชาอาจารย์ผ่องทำให้ข้าหาเสียงได้เป็นประธานสือยูนี่
- นักเรียน ใครคิดได้อีกพูดเลย เกี่ยวกับเรื่องเมื่อเรียนนี้แหละ เคียวกลุ่มเราน้อยกว่า
 กลุ่มอื่น กระจอกนาเพื่อนนา
- นักเรียน อีกเรื่องนึ่งนี่ก็ออกแล้ว ข้ารำคาญซื่อโมงอาจารย์อะไรเคียวพวกเราที่
 เคาออก ที่ซื่อมงวดเรื่องทรงผม กางเกง เสื้อนะ แทนที่จะสอนอย่างเคียว
 ทักข้าเรื่อยเลย แจกผมยาวแล้วนะ แจกกางเกงซาตบ ซ้ำเลยเซ็งวิชานี้จ้ง
 ้วยรุ่นมันก็มีมั้งซี อะไรกันนักหนา
- นักเรียน เข้าใครคิดยั้งใจที่แจ็กพูดบ้าง
- นักเรียน แต่เราชอบอาจารย์ เราเข้าใจว่าทำไมอาจารย์ถึงอยากจะได้เราแต่งตัว
 ถูกต้อง เพราะอาจารย์ต้องการฝึกให้พวกเราารู้จักคิด และรู้จักกาลละเทศะ
 คิคตู่ณะกางเกงนักเรียนซาตบ ๆ นะมันนำตุที่ไทน
- นักเรียน เราก็เห็นด้วย เราว่าอาจารย์หวังคินาแจ็กนา พวกเราม่ัวแต่ไปยุ่งสนใจ
 เรื่องเสื้อผ้า ทรงผมกันมากเกินไป ถ้าเอาเวลานั้นมาใช้เกี่ยวกับการเรียน
 จะมีผลคิคกับพวกเรามากมายด้วย
- นักเรียน เลซาตองสรุปชีว่าสาเหตุที่ให้นักเรียนมางคนเมื่ออาจารย์เพราะ
1. ถูกอาจารย์บ่นว่าหลายครั้งในซื่อโมงเรียน
 อาจารย์ใช้อารมคิคกับนักเรียน
 2. ไม่ชอบวิธีสอนของอาจารย์บางท่าน
 3. อาจารย์เจ้าระเบียบ
- นักเรียน แล้วพวกเราจะแก้ไขกันยั้งใจ

- นักเรียน ก็ยังเชื่อมั่นว่ามันแหละ
- ข้อ 1 ก็ไม่พูดคุยขณะที่ครูสอน ไม่แอบกินขนม อ่านการ์ตูน ตั้งใจฟังครู
- ข้อ 2 พยายามมองให้เห็นถึงประโยชน์ จะได้รับเมื่อ ทำกิจกรรมที่
- อาจารย์เสนอให้
- ข้อ 3 ปฏิบัติตนให้อยู่ในระเบียบวินัยของโรงเรียน เช่น การแต่งกาย
ทรงผม การมาโรงเรียน
- เป็นใจใจให้ไหม
- นักเรียน ไซ้ได้ ไซ้ได้
- (พูดพร้อมกัน)
- อาจารย์ เอาละจะได้เวลาที่นักเรียนจะต้องออกมารายงานหน้าชั้นเรียนแล้ว
- ประธาน
- นักเรียน สรุป สาเหตุและการแก้ไข

การจัดเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ

(เปิดฉาก นักเรียนนั่งคุยกัน)

นักเรียน เราว่าเราเห็นอรรถพรเดินมากับเธอแล้ว ทำไมหายไปล่ะ

นักเรียน เขาคงไปดูสื่อกีฬาสิจ๊ะ

นักเรียน ໄ໊ໄ໊ ทำไมเห่อจัง

นักเรียน แล้วบทที่จะสัมภาษณ์พี่ล่ะอยู่ที่ใคร

นักเรียน มันหายไปไหนนะ

นักเรียน อยู่ที่ใต้นี่ไง ดูซิใช้ใตไหน

นักเรียน ใช้ได้แล้วละ

นักเรียน แล้วใครจะเริ่มต้นสัมภาษณ์ก่อนดี

นักเรียน ให้อรรถฯ นั้นแหละสัมภาษณ์ อยากมาสายดีนัก

นักเรียน อ้อ พวกเราอย่าลืมสวัสดิ์ที่ใตนะ เพราะเราเด็กกว่าใตตั้งเยอะ

(พี่และนักเรียนเดินเข้ามา)

นักเรียน พี่คะ สวัสดิ์คะ (กรับ)

(พร้อมกัน)

พี่ สวัสดิ์คะ

นักเรียน นึกว่าพี่ไม่มาเสียแล้ว ถ้าพี่ไม่มา พวกเราจะไปตามพี่ที่บ้านเลย

พี่ รักพี่ขนาดนั้นเชียว

นักเรียน รักชิคะ ถ้าไม่รักก็ไม่เชิญมาหรอกคะ

นักเรียน พี่พวกผมเชิญพี่มาครั้งนี้ก็อยากจะสัมภาษณ์พี่เรื่องการวางแผนการศึกษา

นักเรียน เราไม่ควรจะเสียเวลาแล้วนะครับ เราควรจะสัมภาษณ์พี่เลย ประเด็นแรก

อยากจะถามพี่ว่า ความสำคัญของการวางแผนการศึกษา มันมีอะไรบ้าง

พี ในประเด็นแรกนี้ พี่อยากจะบอกว่า การที่เราจะทำอะไร เราก็ต้องมีการวางแผนก่อนว่าจะทำอย่างไร อุปสรรคมีอะไรบ้าง ตัวอย่างเช่น การที่เราจะไปทัศนาวจรเมืองเหนือ ตอนนี้อากาศหนาวต้องเตรียมเสื้อหนาว ต้องไปโดยรถทัวร์ ขึ้นรถที่จุดนี้ ไปต่อรถที่โน้น เป็นต้น เทียบกับการสอบเข้ามหาวิทยาลัย ตอนนี้มี อุปสรรคของเราก็คือ เวลาและวิชา เราต้องมีเวลาอ่านหนังสือที่เพียงพอ เราจะเลือกสอบวิชาอะไรบ้าง เหล่านี้เราต้องวางแผนไว้ล่วงหน้า จึงจะสำเร็จตามเป้าหมาย

นักเรียน สรุปแล้วก็คือว่า การวางแผนจะทำให้เราทราบถึงอุปสรรคและปัญหา ทำให้เราหาทางแก้ไขล่วงหน้าได้ ใช่ไหมครับ

พี ใช่ค่ะ

นักเรียน มาถึงประเด็นที่ 2 นะคะ ว่าเราจะวางแผนให้เหมาะสมกับตัวเราจะมีวิธีที่ดีอย่างไร

พี เวลาเป็นสิ่งสำคัญ เวลาของเราทุกคนมีเท่ากัน ทุกคนมีอาทิตย์ละ 7 วัน ไม่มีใครมี 8 วันนะ เวลาแต่ละวันที่ใช้ไป ใครจะใช้ให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพที่สุด ใช้อย่างเกิดประโยชน์ที่สุด คนนั้นก็จะมีชนะ บางคนทำให้หลายอย่าง เช่น เรียนหนังสือก็ได้ เล่นกีฬาก็ได้ ทำงานให้ชมรมส่วนรวมก็ได้ แสดงว่าเขามีการวางแผนอย่างเหมาะสม เขามีการตั้งเป้าหมายเอาไว้ เขารู้ว่าสิ่งใดควรทำ เราต้องรู้ว่าสถานการณ์ของเราเป็นนักเรียน ก็ต้องตั้งใจเรียน ดังนั้นการวางแผนของเราก็คือ การวางแผนเพื่อเรียนหนังสือให้ดีที่สุด

นักเรียน ประเด็นที่หนูอยากจะถามต่อไปก็คือ ถ้าเราวางแผนแล้วและเกิดมีอุปสรรคทำให้ทำไม่ได้ จะทำอย่างไรคะ

พี เช่นอะไรบ้างจ๊ะ

นักเรียน ความเบื่อค่ะ เวลาอ่านหนังสือ บางทีเกิดเบื่อเอามาก ๆ เลย เป็นบางวิชานะคะ

- พี่
 ทามที่พี่เคยปฏิบัติมานะมีอยู่ 3 ข้อ คือ จดด้วยนะฮะ
 ข้อแรก ขอขมเวลาแต่ไม่ใช่ขโมยเวลานะ เช่น เราตั้งใจว่าตอน 5 โมงเย็น
 จะดูฟิสิกส์ เราเกิดปวดท้องกระหันหัน ทนไม่ไหวจึงไปนอน 1 ชั่วโมง
 เมื่อตื่นขึ้นมา 6 โมง ก็อย่าอ่านมันเลยนะฟิสิกส์ ที่มี
- นักเรียน
 พี่
 ไม่ดีค่ะ
 เพราะมันเหมือนการขโมยเวลาของตัวเองไป แต่ถ้าว่าเราทำแค่ขมขมคือ
 เมื่อใช้เวลาไปทำอย่างอื่นแล้ว เราก็ต้องใช้เวลาอื่นมาชดเชยใช้คืนด้วยการ
 ดูหนังสือ เป็นต้น
 พี่ต่อไปข้อ 2 ต้องตั้งเป้าหมายของเราไว้ในใจว่า เรากำลังจะทำอะไร
 และสิ่งที่ได้รับคืออะไร ทำไมเราต้องอ่านหนังสือ ก็เพราะเราอยากสอบเข้า
 เรียนต่อในระดับอุดมศึกษาใช่ไหม อยากสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ เพื่ออนาคต
 ที่สดใสในอาชีพการงานของเราในวันข้างหน้า สิ่งเหล่านี้จะเป็นสิ่งเร้าใจให้
 เราสำนึกอยู่เสมอ
- นักเรียน
 พี่
 ประเด็นต่อไปนะคะ วิธีการวางแผนที่ดีควรจะทำอย่างไร
 เคียวซิกะ ข้อ 3 ยังไม่พูดเลย
 ข้อ 3 ก็คือ การสรุปของ 2 ข้อแรกมารวมกัน ตัวอย่างเช่น อ่านหนังสือ
 เพื่อจะมีข้ออ้างกับตัวเองอย่างไรอย่างนี้ เราก็นึกตามข้อสองว่าคิดแน่ ๆ
 สอบเข้าได้แน่ ๆ เอา 2 ข้อมารวมกัน และทำข้อ 3 ให้ดีที่สุด
- นักเรียน
 พี่
 ประเด็นต่อไปก็คือ วิธีการวางแผนการศึกษาที่ดีควรทำอย่างไร
 ตามที่พี่เคยทำนะ พี่เตรียมตารางและแบ่งงานเป็น 2 อย่าง คืองานที่ FIX
 ไว้และงานที่ยืดหยุ่นได้ งานที่ FIX ไว้เช่นวันนี้ต้องเรียนแน่นอน หลีกเลียง
 ไม่ได้ แคมบางอย่างเราเลี่ยงได้ เช่น กินข้างให้เร็วขึ้นนิดหนึ่ง
- นักเรียน
 คส่าย ๆ กับว่ามาโรงเรียน เราก็ต้องเข้าห้องเรียน เพราะเรา FIX
 ไว้แล้ว เราก็ไม่สามารถทำอย่างอื่นใช่ไหมคะ

- พี่ ไข่ค่ะ ตารางการเรียนเรา AX ไข่แล้ว เราก็ทำช่วงเวลาของเรา ที่ว่างเช่น 3 - 5 ทุ่ม ก็เอามาเข้าตารางว่า วันนี้เวลานี้จะอ่านอะไร จัดให้ วิชาหนัก ๆ ควบกับวิชาง่าย ๆ เช่น สังคมคู่กับเลขเข้าใจไหมคะ
- นักเรียน ไข่ใจค่ะ
- นักเรียน เคมีคู่กับภาษาไทยได้ไหมคะ
- พี่ ได้ค่ะ
- นักเรียน พี่คะ หนูอยากจะทำว่าผลและประโยชน์ที่จะได้รับ เมื่อทำแผนงานออกมา แล้วมีอะไรบ้างคะ พี่ช่วยอธิบายให้พวกเราฟังหน่อยคะ
- พี่ ประโยชน์มีแน่นอนค่ะ ฝั่งรู้จักพี่เป็มมียละ
- นักเรียน พี่เป็มไหนคะ
- พี่ เป็มที่สอบติด วิชาต่างๆใจคะ เขาทำมาแล้ว ไข่ผลตามที่เห็นถามเขาดูได้
- นักเรียน อ้อ พี่คนนั้นเอง
- พี่ สิ่งที่สำคัญนะ หนังสือความรู้มีมากมาย เช่น หนังสือเพื่อสอบเทียบ หนังสือ เตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย หนังสือที่เราเรียนในโรงเรียนอีก ถ้าเราไม่รู้จัก ที่จะจัด หรือจัดไม่เป็น เราก็จะอ่านไม่ทัน ไม่รู้จะอ่านของ ม.5 หรือ ม.6 ที่ แต่ถ้าเรามีการวางแผนอย่างดี เหมือนที่พี่เคยทำมาก่อน ผลการเรียนของเราก็จะไม่ตก เราจะอ่านหนังสือได้ทั่วถึงตามที่เราต้องการ เราสามารถไปสอบ ที่ไหนก็ได้ สอบเทียบก็ได้ สอบเข้ามหาวิทยาลัยก็เข้าได้ ถ้าเป็นคนไม่มีแผนนะ จะสับสนมากไม่รู้ว่าจะอ่านเล่มไหนดี สงสัยอะไรอีกมัยคะ
- นักเรียน สมมติเวลาอ่านหนังสือสอบและอ่านหนังสือสอบเทียบ พี่ทำอะไรถึงไม่สับสนคะ เพื่อหนูจะเอาไปใช้บ้าง
- พี่ ก่อนอื่นเราก็สำรวจก่อนว่า ตำราทั้งหมดที่เราเรียนมีกี่เล่ม แต่ละเล่มมีกี่บท เราก็ตีตารางเวลา กำหนดว่าวันใดอ่านวิชาอะไร อย่างน้อยแต่ไหนก็ขึ้นกับความยาวของเนื้อหาวิชา และจะใช้เวลากี่วัน ก็อาทิตย์ถึงจะจบ เพราะ ฉะนั้นเราก็สามารถครอบคลุมเนื้อหาวิชาที่เราเรียนได้ทั้งหมด จริงมัยจ๊ะ

นักเรียน จริงค่ะ
พี่ เข้าใจแจ่มแจ้งหรือยังจ๊ะ
นักเรียน แจ่มแจ้งเลยค่ะ จะไปทำตามพี่บอก เมื่อจะสอบได้อย่างที่ข้างก็จะสัมภาษณ์
พี่ พี่แก่นะคะ ชอบคุณมากนะคะ
พี่ สวัสดีค่ะ

การสร้างแรงจูงใจในการเรียน

- นักเรียน ผู้ม ทำรายงานวิชาภาษาไทยกับวิทยาศาสตร์เสร็จเรียบร้อยแล้วหรือยังจ้า
- นักเรียน ยังเหลืออีกวิชาหนึ่งจ๊ะ วิชาวิทยาศาสตร์นี่ไม่รู้ว่าจะเลือกทำเรื่องพืชสมุนไพร หรือ Computer แทนดี
- นักเรียน เดี่ยวพอที่กมลเข้ามาทีลองให้เขาวิจารณ์ซิว่าเรื่องไหนดูน่าสนใจกว่ากัน จะได้ตัดสินใจชะที่
- นักเรียน เรียน ๆ ไปบางทีก็เบื่อเหมือนกันนะ พวกตัวเคยเป็นอย่างเข้าข้างหรือเปล่า
- นักเรียน เคยบ่เคยไปเรื่องเบื่อเรียนนี้ สำคัญแต่ว่านาน ๆ จะเบื่อซักที หรือเบื่อกี่ครั้ง นาน ๆ ไปเลย
- นักเรียน เออ! นี่แน่ะ ใ้ช้อกคิดอีกแล้ว เข้าว่าเดี๋ยวเราสัมภาษณ์ที่กมลเรื่องการสร้างแรงจูงใจในการเรียนทีใหม่ละ นอกจากจะไ้งานส่งอาจารย์แล้ว ยังจะแก้ปัญหาวกเราด้วยนา
- นักเรียน ดีเหมือนกัน ตรง spec. แต่เอาให้แน่ ๆ นะคราวนี้ เปลี่ยนมาสามร้อยครั้งแล้ว
- นักเรียน แฮ่! แล้วจะถามที่เขาเรื่องอะไรข้างละหัวซ้อยังไม่ได้คิดเลย ที่กมลก็จวนจะมาแล้ว
- นักเรียน ผู้เถอะน่า เรื่องเล็ก ว่ากันสด ๆ ยังงี้แหละ ขอให้พวกเราอย่าถามนอกประเด็นทีแล้วกัน ใ้เรื่องมันเกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจในการเรียนนะแหละ เผื่อจะเลิกเบื่อบ้าง
- นักเรียน เอาสู้ก็สู้ พี่มาพอกทีเลยนั่นไง สวัสดิ์คะพี่กมล
- พี่ สวัสดิ์ก็รับว่ายังไงจะให้พี่ช่วยอะไรบ้าง เขียนจดหมายไปรำพันซะยี่คยาวเลย
- นักเรียน 5 หน้าเองที พูดอย่างงี้ สงสัยจะอ่านหน้าวันหน้า แหง ๆ เลย
- พี่ เอาละ ๆ กกว่านเลยนะวันนี้ พี่ยังมีเรียนตอนบ่ายอีก เดี่ยวไปเรียนไม่ทัน
- นักเรียน คำถามที 1 คะ พี่กมลเคยเบื่อ...หน้าย...เซ็ง เรื่องเรียนข้างหรือเปล่านั้นคะ

- พี่ ใครไม่เคยก็ไม่ใช้คนซึ่คุณน้อง ถามยังงี้สงสัยกำลังจะแข็ง แต่พี่เป็นคนเบื่
ไม่นานนัก พี่เป็นคนชอบสู้ เข้าขถามกลับแล้วพวกเราเคยคิดขำใหม่ข่า
ตัวเอง เบื่อ...หน่าย...แข็ง...เพราะอะไร
- นักเรียน ไม่ค่อยคิดหลอกพี่ รู้ข่าเบื่ก็เท่านั้
- พี่ เอาใหม่ ลองคิดกันสิข่า คนเรานะเบื่เรียนเพราะอะไร
- นักเรียน เรียนไม่ทัน เรียนอ่อน
- นักเรียน มองไม่เห็นอนาคต
- นักเรียน ไม่รู้ข่าจะไปประกอบอาชีพอะไร
- นักเรียน ออกหัก...ครับ มีปัญหา ขี้เกียจ
- พี่ ...ต้องบอกข่าถูกต้องเก่งข่าพี่ตั้งเยอะเยอะ แล้วมีใครข่างในพวกเราที่มีปัญหา
ในเรื่องต่าง ๆ เหล่านั้
- ทุกคน มี...
- พี่ ถ้าเราแก้ได้ ก็เหมือนเราซึ่ฝ่านะ **ครบ ความเบื่ - แข็ง** ก็จะหายไป
ความสนุกในบทเรียนก็จะเข้ามาแทนที่ แล้วพวกเราจะเอาอะไรมาข่าจึคได้
เจ้าความแข็งละ
- นักเรียน ขอดตอบหน่อย สมองครับ คิดแก้ปัญห่าให้เป็น แล้วใจสู้ข่า
- พี่ แหง ๆ อยู่แล้ว เข้าไหนคนเรเรียนไม่ทันหรือเรียนอ่อน มีผลมาจากอะไรตั้ง
เยอะเยอะ เช่น ขี้เกียจ เบื่ครูผู้สอน สนใจเรื่องอื่นมากกว่าจริงใหม่ครับ
- นักเรียน จริง ๆ
- พี่ และถ้ามองข่าให้ลึกลงไปพวกขี้เกียจบางพวกก็เพราะข่าไม่ได้ตั้งความหวัง
เกี่ยวกับชีวิตข่าภายหลังของตนเองไว้ หรือคิดแต่กับระเค็ยระคั่วไม่มุ่งมั่น
จริงใหม่
- นักเรียน จริงคะ
- พี่ หรือคนบางคนข่าจะมีอุปสรรค แล้วก็หมดข่าลัยข่าอยากตั้งตัวเองอยู่ใน
กองทุกข์ มองแต่ข่าทุกข์ตนเองนั้นใหญ่หลวงนัก น้องเคยมีใหม่ความทุกข์
- นักเรียน เคยคะ

- พี่ แล้วได้ประโยชน์หรือเปล่าการนั่งอยู่ในกองทุกชั้นนะ แต่คนที่พี่รู้จักบางคนนะสูยิบตาเลย เขามองว่ามีปัญหาที่แก้ไป มานั่งทุกชั้น อมโศกอยู่ แล้วทุกชั้นก็ไม่มีทางหายไปไหน พี่เองจะรู้แล้วใช่ไหมว่าคำตอบอยู่ที่ไหน
- นักเรียน ทราบแต่ไม่แน่ใจ ก็คือเราควรตั้งเป้าหมายของชีวิตให้ชัดเจนว่า เราจะเรียนไปเพื่ออะไร จะประกอบอาชีพอะไร แล้วพยายามสร้างความหวังให้เป็นจริงให้ได้
- นักเรียน แล้วอีกข้อหนึ่งคือ เมื่อมีปัญหาที่แก้ สู้ต่อไปใช่ไหมพี่
- นักเรียน อ้าวพี่แต่บางครั้ง เขามีทั้งความหวัง แก้ปัญหาบางเรื่องทันแล้ว แต่ยังซีเกียจอยู่ทำไมล่ะพี่
- พี่ พี่เองก็ต้องมีโครงการในการใช้ชีวิตต่าง ๆ แก่ตนเอง เช่น เรียงลำดับสิ่งที่เราชอบไว้ในใจ 1. ร้องไห้สเก็ต 2. กางเกงยีนส์ 3. เสื้อยืด 4. ป๊วย อะไรอย่างนี้ แล้วตั้งใจมั่นว่าถ้าเราอ่านอังกฤษจบทุกวัน วันไหนจบเราจะกินป๊วย สอบอังกฤษวันไหนได้ 80% ขึ้นไป ซื้อเสื้อยืด เป็นทุน พี่เองก็จะไม่หวังด้วย แล้วมีแผนให้ตัวเองด้วย เขาเรียกว่าให้รางวัลตนเอง
- นักเรียน คิฉิงวิธีนี้
- พี่ ไม่ยากหรอกครับ ขอให้สู้เถอะ ขอให้จำไว้ละพี่เองนะว่า ความสำเร็จเกิดจากสมอง การกระทำของเราไม่ได้ฟ้าลิขิต อยากรจะได้อะไรสำเร็จ ความสุขก็ต้องต่อสู้เพื่อให้ได้มา
- นักเรียน จบลงด้วยความหวังใหม่จริง ๆ เลยพี่ มีเรื่องมีแรงเรียนขึ้นอีกเยอะเลยขอบคุณมากครับ

ฝึกใจให้อยู่กับงาน

(กล้องถ่ายเห็น นักเรียนชายหญิงนั่งขัดสมาธิอยู่ในห้อง, อาจารย์ผู้สอนนั่งพับเพียบหน้าห้อง)

นักเรียน

สวัสดีครับ (ค่ะ)

(พร้อมกัน)

อาจารย์

สวัสดี, วันนี้ครูจะมาสอนพวกเราให้รู้จักฝึกจิต ฝึกสมาธิ ก่อนจะฝึกเรา ก็ต้องทราบก่อนว่าสมาธิมีประโยชน์อย่างไร ทุกวันนี้เราฝึกกายบริหารกันทุกวัน แต่จิตบริหารนี้ไม่เคยฝึกเลย เพราะฉะนั้นเราก็ควรจะลองมาฝึกจิตบริหารดูบ้าง ผลของการฝึกจิตบริหาร จะทำให้มีพลังยิ่งกว่าการฝึกกายบริหารเสียอีก หากไม่ถึงห้องฝึกสมาธิ และสมาธิมีประโยชน์อย่างไร

ข้อ 1 ง่าย ๆ เลข ๕๖ เป็นนักเรียน นักศึกษา จะทำให้เราเรียนหนังสือได้ดี เพราะว่าจะมีความจำแม่น จิตสงบ เราก็จำได้รวดเร็ว และแม่นยำ

ข้อ 2 ทำงานได้นานขึ้น ได้ผลดีไม่ผิดพลาด เพราะเรามีสติ ภายหลังจากการฝึกสมาธิแล้ว เราจะสังเกตได้ว่าเราอ่านหนังสือได้นานกว่าเมื่อก่อนฝึก และจะไม่รู้สึกเบื่อเลย

ข้อ 3 ทำให้โรภักข์ไข้เจ็บบางอย่างหายไป พวกเราคงรู้จักพระพุทธรูป เวลาท่านเจ็บไข้ได้ป่วยกลางป่า ท่านก็นั่งสมาธิรักษาโรภักข์ไข้เจ็บ ซึ่งเรียกว่า ธรรมโอสถ แต่ใช้เวลามากกว่าปกติมาก บางครั้งถึง 8 ชั่วโมงถึงจะหายไข้ได้ และไม่เป็นอีกเลย

ข้อ 4 ทำให้เป็นคนมีอารมณ์เยือกเย็น ผิพรรณและจิตใจเบิกบานผ่องใส

ข้อ 5 เราจะอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ใคร ๆ ก็จะไม่รักชอบเรา

ข้อ 6 สามารถเผชิญต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดเฉพาะหน้าได้อย่างถูกต้อง ไม่ผิดพลาด

- ข้อ 7 กำจัดนิเวศที่รบกวนจิตลงได้ นิเวศก็คือสิ่งที่จะทำให้จิตเศร้าหมอง
เราที่นี้จะยังไม่ไปถึงขั้นนั้น เราเอาแค่จิตสงบก่อน
- ข้อสุดท้าย ข้อ 8 ถ้าฝึกไปนาน ๆ เราจะได้สมาธิสูงและมีอำนาจพิเศษทางจิตเช่น
รู้ใจคน แต่ไม่ใช้ทางของเรา เราเอาแค่จิตสงบ ทั้งหมดนี้คือ
ประโยชน์ของสมาธิ ลองฝึกติดต่อกันรับรองได้ผลแน่ ๆ .
- นักเรียน อาจารย์ครับ สมมติเราจะไปแข่งขันอะไรสักอย่าง จะเอาสมาธิมาช่วยได้
อย่างไรครับ
- อาจารย์ ได้ล่ะ ช่วยได้มากเพราะถ้าจิตเราสงบ เราจะมีพลัง เราบริหารจิตช่วย
กำลังกาย
- นักเรียน อาจารย์บอกว่าทำงานอย่างมีประสิทธิภาพนี้ด้านไหนครับ
- อาจารย์ การอ่านหนังสือไงคะ เราจะอ่านหนังสือให้นานขึ้น และเมื่อเราหมดสภาพ
นักเรียนออกไปทำงานแล้ว เราก็จะทำได้นานขึ้น สรุปแล้วเราสามารถ
นำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้
- นักเรียน อาจารย์ครับ จะทำให้เล่นกีฬาเก่งขึ้นไหม
- อาจารย์ ใครช่วยตอบที
- นักเรียน ทำให้เรามีสมาธิในการเล่นครับ
- อาจารย์ ใครว่าอย่างไรอีก
- นักเรียน จิตเราสงบ เราก็จะชู้ตลูกบาสเกตบอลได้แม่นยำขึ้น
- อาจารย์ เห็นมัย ทำให้เราดีขึ้นแม้ในเรื่องกีฬา
ที่นี้ก่อนการฝึกเราจะมีขั้นตอนอย่างไร ในเบื้องต้น เราจะต้องทำดังนี้
- ข้อ 1 สมาทานศีลก่อน อย่างน้อยศีล 5 โดยขอศีลจากพระ ถ้าไม่มีพระก็
ตั้งใจเอาเอง จะทำให้สมาธิของเราเกิดเร็ว
- ข้อ 2 ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัยคือ ให้ประนมมือขึ้น ระลึกถึงคุณพระพุทธ
พระธรรม พระสงฆ์ เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่น
- ข้อ 3 แผ่เมตตา แผ่เมตตาไปยังมนุษย์และสัตว์ทั้งปวง ขอให้ปราศจาก
ทุกข์ เป็นสุขโดยทั่วกัน

ข้อ 4 ตัดความกังวล

ข้อ 5 ระยะเวลาในการฝึก ช่วงที่ดีที่สุดคือ เวลาก่อนนอน หลังสวดมนต์แล้ว หรือเวลาตื่นนอน โดยทำสมาธิครั้งละ 15 - 20 หรือ 30 นาที ถ้าทำได้วันละ 2 ครั้งก็จะดีมาก ผู้ฝึกใหม่ ๆ ไม่ควรนานนัก เพราะจิตยังไม่คุ้นเคย

ทั้งหมด 5 ข้อนี้ จำไว้ไหมคะ

นักเรียน
(พร้อมกัน)

ได้ค่ะ (ครับ)

อาจารย์

ต่อไปอาจารย์จะพูดถึงวิธีการฝึกสมาธิ ซึ่งในทางพุทธศาสนาเรียกว่า ฌานกรรมฐาน มีตั้ง 40 วิธี แต่เราจะใช้วิธีง่าย ๆ ที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน 2 วิธีคือ

ข้อ 1 การบริหารจัดการด้วยการกำหนดลมหายใจเข้าออกที่เรียกว่า อานาปานสติ เป็นวิธีที่นิยมปฏิบัติกันมากและได้ผลด้วย มี 4 อิริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน จะมีทภาวนาเช่น พุทโธ ก็ได้ตามถนัด อิริยาบถนั่ง นิยมกันมาก จะนั่งบนเก้าอี้ หรือพื้นก็ได้

ข้อ 2 เดินจงกรม ซึ่งแปลว่าก้าวไปอย่างมีสติ นิยมปฏิบัติกันมากในหมู่ นักปฏิบัติภาวนา ให้ประโยชน์ทั้งการบริหารกายด้วย นักเรียนก็ได้ทราบถึงประโยชน์ ขั้นตอนก่อนฝึกและวิธีฝึกแล้ว ขอให้ นักเรียนนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์กับตัวนักเรียนเองและสังคมในที่สุด

นักเรียน

ขอบคุณค่ะ (ครับ)

การรับผิดชอบในด้านการเรียน

(กล้องจับภาพน้องผู้หญิง 4 คนนั่งคุยกัน)

น้อง เอ ทำไมไม่มานั่งที่บั๊ตยังไม่มาอีกนะ

น้อง พี่เค้าคงติดธุระละมั้ง

น้อง เคียววันนี้ รายงานเราก็ไม่เสร็จกันพอดี

น้อง เคียวพี่เค้ามามั้ง

น้อง เชื้อ... เช็งจ้งเลย

น้อง ช้าว มาพอดี

(พร้อมกัน)

อาจารย์ ขอโทษที ที่ทำให้เสียเวลา ต้องรอพี่เค้า เพราะว่าครูมีธุระจะให้สมบัติมาช่วย

แนะแนว แนะนำการศึกษาต่อรุ่นน้อง เลยต้องขอลี้คิว

น้อง ไม่ยอมนะเนี่ย ต้องคิดค่าเสียหายที่คอยที่กับอาจารย์นะพวกเรานะ

น้อง จริงด้วยค่ะ เวลาเป็นเงินเป็นทอง พวกเราคิดแพง ๆ นะ

อาจารย์ฯ เอาตกลง เคียวแจกคนละบาทชาย บาทขวา

น้อง ไม่เอา ๆ

อาจารย์ฯ ถ้าไม่มีอะไร ครูไปก่อนนะ คุยกับพี่บั๊ตก็แล้วกันนะ

น้อง สวัสดีค่ะอาจารย์

(พร้อมกัน)

น้อง แหมพี่บั๊ต นิดแล้วไม่เป็นนักเลย

พี่ ขอโทษ ที่หลังพี่จะไม่สายอีกแล้วถ้าไม่จำเป็น เอาจะอยากจะถามอะไรที่ถามมา

น้อง ที่พวกเราใช้ที่มานี้ก็ เพราะว่า อาจารย์ให้พวกเราทำรายงานสัมภาษณ์บุคคลที่

นักเรียนสนใจ และพี่เป็นคนตรงสเปคของพวกเราจริงไหมพวกเรา

น้อง จริง

(พร้อมกัน)

- น้อง เราเลยเลือกพี่ อยากรู้พี่บอกเทคนิคส่วนตัวเรื่องเรียนก็ เรียนเก่งให้
พวกเราฟัง
- พี่ มันเป็นเทคนิคของตัวเอง พี่ขอแบ่งเป็น 2 ข้อ ข้อแรกคือ ตั้งใจเรียน
ข้อนี้อาจจะเป็นคำคมธรรมดา ๆ แต่หลาย ๆ คนทำไม่ได้ น้องลงท้ายชื่อว่า
ทำไมพี่ถึงตั้งใจเรียน
- น้อง เพราะความก้าวหน้า
- น้อง เพราะอนาคต
- น้อง เพราะเงิน
- น้อง
(พร้อมกัน) แล้วก็เพราะครอบครัวของพี่ในอนาคต
- พี่ ไม่ใช่ ๆ เหตุผลจริง ๆ ก็คือ พ่อแม่ของพี่ฐานะไม่ดี พ่อแม่ต้องทำงานหนัก
เพื่อส่งพี่เรียน ถ้าพี่ไม่ตั้งใจแล้วเรียนแล้วพ่อแม่พี่ก็จะเสียใจ ไม่เหมือนลูก
คนมีเงินบางคน คิดว่าพ่อแม่รวยแล้ว เวลาเรียนก็เรียนบ้างไม่เรียนบ้าง
ถ้าพ่อแม่พวกเขาู้ก็ต้องเสียใจทุกคน จริงไม่ใช่
- น้อง แหม พี่พูดแล้ว อยากรกลับไปอ่านหนังสือจังเลย
- น้อง โอเค ต่อไปนี้พวกเราจะต้องตั้งใจเรียนให้ดีขึ้น ข้อสองล่ะคะ
- พี่ ข้อสองนี่ก็คือ เวลาทำการบ้านที่ทำด้วยตัวเอง ไม่เคยคิดจะลอกใคร แต่พวกเรา
ชอบลอกกันใช่ไหม เอออย่างนี้ดีกว่า ทำไมพวกเราชอบลอกการบ้านกัน
- น้อง ชี้แจงทำ
- น้อง ไม่มีเวลา
- น้อง ไม่เข้าใจ
- น้อง แก้ปัญหาโดยที่ไม่ได้
- พี่ ข้อสรุปแล้วรู้ไหมว่าการลอกการบ้านกันมีผลดีผลเสียอย่างไร
- น้อง มีซิคะ ผลดีคือ เร็วดี ผลเสียก็โง่งต่อไป เพราะไม่ใช่สมอง
- น้อง ถ้าไม่เข้าใจก็จะไม่เข้าใจไปเรื่อย ๆ

- น้อง
พี่
น้อง
พี่
น้อง
พี่
น้อง
พี่
น้อง
พี่
น้อง
พี่
น้อง
พี่
น้อง
พี่
- แถมนอนสุดท้ายก็สอบตก
- น้องก็รู้อยู่แล้วว่า ผลดีมีแค่ข้อเดียวคือ รวดเร็ว ประหยัดเวลา ผลเสียมีเยอะแยะ แล้วทำไมถึงไม่ปรับปรุงตัวเอง วิธีแก้ปัญหาคือ ข้อแรก ห้องไม่ผลัดวันประกันพรุ่ง
- ผลัดอย่างไรล่ะคะ
- ตัวอย่างเช่น อาจารย์ให้การบ้านวันศุกร์ ให้ส่งวันจันทร์ วันศุกร์ก็กลับไปบ้าน ตอนเย็น ก็ผลัดว่าวันเสาร์ค่อยทำ เพราะวันศุกร์จะดูรายการโทรทัศน์ ถึงวันเสาร์ก็ยังไม่ทำ เพราะดูรายการโทรทัศน์ตอนกลางวันอีกหรือไปเที่ยวเตร่ นอกบ้าน ผลัดไปวันอาทิตย์ค่อยทำ พอถึงวันอาทิตย์ก็ผลัดว่า ตอนเย็นค่อยทำไป ๆ มา ๆ ไปทำอย่างอื่นหมด ไม่ได้ทำการบ้าน พอถึงเช้าวันจันทร์ไม่มี การบ้านส่งอาจารย์ แล้วทำไง
- ก็ลอกเพื่อน
- ถ้าเราไม่ผลัดวันประกันพรุ่ง ก็ทำเสร็จใช่ไหม
- แล้วข้อต่อไปล่ะคะ
- ข้อที่สองก็คือ เมื่อเกิดความสงสัยในสิ่งที่อาจารย์สอน ต้องถามอาจารย์ทันที พวกเราทำไมไม่ชอบถามอาจารย์เวลาสงสัย
- อายคะ
- อายทำไม **อายครูก็ไม่รู้วิชา** เราต้องถามอาจารย์เลย ถ้าสงสัยตรงไหน รู้มึน ถ้าน้องทำได้สองข้อนี้ละ รับรองทำคะแนนได้ดีกับทุกคน เวลาจบและไปสอบเรียนต่อที่ไหนก็สอบได้ ถ้าเชื่อพี่ ทำได้หรือเปล่านะสองข้อนี้
- ได้ค่ะ จะพยายามค่ะ
(พร้อมกัน)
- แล้วมีอะไรจะถามพี่อีกมึน
- ไม่มีค่ะ
- ถ้าไม่มีพี่กลับก่อนนะ
- ขอบคุณมากค่ะ สวัสดีค่ะ
(พร้อมกัน)
- สวัสดีค่ะ

การปรับปรุงความสามารถในการอ่านของท่าน

ฉากที่ 1

เริ่มถ่ายทำ ขณะที่พี่เดินขึ้นมาทางบันได

น้อง สวัสดีพี่สายัณห์ มาหาอาจารย์เทรอกครับ

พี่ สวัสดีว่าไง เตรียมพร้อมหรือยัง

น้อง มันพร้อม ไม่พร้อม ยังไงไม่รู้พี่ วันไหนพี่ว่างอยากคุยด้วยจังเลย

พี่ วันนี้แหละ มาไปหาอาจารย์ด้วยกัน

(พี่, น้อง เดินคุยกันผ่าน นักเรียนชายอีกกลุ่มหนึ่ง ซึ่งก็จะมองตามน้องไป)

ฉากที่ 2

พี่ สวัสดีครับอาจารย์

อ. ยุกา สวัสดีพี่สายัณห์ มาหาอาจารย์สุปรียาเหลืออะ ครูดีใจด้วยนะที่สายัณห์

 สอบติดโรงเรียนนายร้อยเลย อย่างที่หวังไว้

พี่ ครับอาจารย์ คู่กับที่ผมเลิกชากลับใจมาอ่านหนังสือตลอด 2 ปีนี้

อ. สุปรียา ฮ้าว สายัณห์มาตรงเวลาดีจัง พลดีครูต้องเขาสอนแทนอาจารย์อีกท่านหนึ่ง

 สายัณห์รอครูสักชั่วโมงนึงนะ คุยกับน้อง ๆ ไปพลาง ๆ ก่อนก็ได้

พี่ ครับอาจารย์

ฉากที่ 3

น้อง อยู่ โรงเรียนนายร้อยสนุกไทมคะพี่ ถูกซ่อมข้างหรือเปล่า

พี่ เรียนสนุก ผีกมันครับ

น้อง พี่ชะ พี่เคยลองคิดดูข้างหรือเปล่าว่า อะไรทำให้พี่เรียนดีแล้วสอบติด

พี่ นิ่ง คิดสักครู พี่คิดว่าสิ่งสนับสนุนให้พี่เรียนดีก็คือ พี่อ่านหนังสือ เป็น

น้อง หมายความว่าอย่างไรครับ

- ฟี่ นื่อง ๆ เคยสังเกตตัวเองบ้างไหมครับว่า บางทีเราเสียเวลาในการอ่านหนังสือเยอะเยอะ แต่อ่านจบแล้วจับใจความไม่ได้ ก็เลยเรียนไม่ค่อยสนุก แผลอ ๆ ก็พาลเบื่อเรียนเหมือนกัน เพราะรู้สึกว่ามันเหินห่างกับการอ่านบทวนแล้วก็ไม่มีอะไรดีขึ้น แต่ที่ก็เพิ่งมาอ่านสนุกเอาตอน ม.5 นะสมัย ม.4 ก็ไม่มีหลักในการอ่านหนังสือเหมือนกัน
- นื่อง แล้วฟี่ไปได้หลักมาจากไหนเหรอครับ
- ฟี่ เพราะฟี่ได้อ่านบทความ เทคนิคในการอ่านหนังสือซึ่งแปลมาจากของ Robinson รู้สึกว่ามันทำหายดีก็เลยทดลองใช้ ปรากฏว่า จากการที่ฟี่เรียนไม่เป็นเรื่องเป็นราวเท่าไรนัก ผลการเรียนก็ดีขึ้นนิดๆ ฟี่ก็เลยอ่านหนังสือด้วยความสนุก หลังจากนั้นเป็นต้นมา
- นื่อง ฟี่ลองสรุปหลักต่าง ๆ ให้พวกผมฟังบ้างสิครับ ผมจะได้นำไปปรับปรุงการอ่านของพวกผมให้ดีขึ้น
- ฟี่ นื่องมีหนังสือซึกเล่มใหม่ เข้าเอาวิชาเคมีนี้แหละ โทนี่อธิบายวิธีการอ่านหนังสือให้ฟี่ฟังซิ
- นื่อง ก็อ่านไปจบบ้างก็ไป
- นื่อง อ่านด้วยความตั้งใจแล้วพยายามหาประเด็นสำคัญให้พบ
- ฟี่ นั่นก็ใช้ได้ แต่ไม่ดีพอ เทคนิคของโรบินสันนี่นะ ขึ้นแรกในการอ่าน เขาเรียกว่าสำรวจ Survey นั่นแหละ สำรวจอะไรรู้ไหม
- นื่อง สำรวจหัวเรื่อง หัวข้อสำคัญ ๆ ต่าง ๆ ร่องลงมา รูปภาพ กราฟใช้ใหม่ฟี่
- ฟี่ เก่งมาก ถูกแล้วละ การสำรวจก็เหมือนมีแผนที่เวลาจะเกิดทางไปที่ซึ่งไม่เคยไปจะได้ไม่หลงทาง ชั้นที่ 2 คือชั้นการตั้งคำถาม (Question) ก็คือเมื่ออ่านหัวข้อจบ เราก็เปลี่ยนหัวข้อเป็นคำถามเลย เช่น ทำไมจะต้องมีโครงสร้างอะตอม โครงสร้างอะตอม 2 ชนิดนี้แตกต่างกันอย่างไร
- นื่อง เคยทำไหมตั้งคำถามก่อนจะอ่านหนังสือโดยละเอียด
- นื่อง ไม่เคยเลยฟี่มันแปลกดีนะ ผมว่ามันคงจะดีเพราะเราตั้งคำถามเอง เรา
- ก็ทำได้แต่จะตั้งไปทำไมละครับ

- พี่ . ก็เพื่อข้อ 3 คืออ่าน (Read) โดยละเอียดนะซี ตั้งคำถามไว้ก็ห้อง
อ่านเพื่อหาคำตอบที่เราตั้งไว้ให้ได้เป็นไงวิธีนี้คิดว่าแจ่มไหม
- น้อง
พี่ โสแจ้วเลยที่แหล่ซึกสนุก แล้วข้อ 4 ละคะทำอะไรต่อไป
ข้อ 4 หรือก็สรุป - ท่อง (Recite) นะซี เมื่ออ่านจนจบแล้ว
ก็พยายามจะสรุปเรื่องที่เราอ่านให้เข้าใจความมากที่สุด เช่น บทที่ 6
โครงสร้างอะตอม เราก็พยายามรวบรวมความคิดสำคัญ ๆ ของบทให้
ได้ก็จะลืมนยากขึ้นอีกจริงไหมครับ
- น้อง
พี่ จริงพี่ สงสัยเอาไปทำแล้วคงจะสนุกแล้วข้อ 5 ละคะ
ข้อ 5 ก็ทบทวนซิครับ (Review) น้องจะใช้วิธีไหนทบทวนก็ได้
เช่น ตั้งคำถามถามให้เพื่อนตอบ หรือลองนึกในใจเป็นขั้น ๆ ไป
เวลาอ่านหนังสือจะได้ไม่เบื่อไม่ง่วง
- น้อง (หลายคน)
พี่ ชอบคุณมากคะพี่ ที่อธิบายมามีคุณค่าจริง ๆ พวกเราจะพยายามทำให้
ได้
- พี่ การอ่านเป็นไม่ได้ช่วย แต่การสอบเท่านั้นน้อง ยังทำให้พี่หูตากว้างไกล
และป้องกันเรื่องผิดพลาดอื่น ๆ ด้วย

การพักมาความจำ

- น้อง เอนก ตัวไปดูซิว่าพี่วีรพลเค้ามารี้อยัง
- น้อง เคียวก็ได้ อ่านหนังสือกำลังสนุกน่า
- น้อง เอ เราสงสัยว่าพี่วีรพลอาจจะไม่ได้รับจดหมายของพวกเราก็ไม่รู้นะ
- น้อง ไต้ชิ ก็เปิดเขาบอกว่าส่งจดหมายลงทะเล เบียดไปให้พี่ให้กลุ่มพวกเราไงละ
- น้อง นั่นแหละ จดหมายส่งถึงบ้านจริง แต่ถ้าพี่เค้าเกิดไปออกค่ายไม่อยู่บ้าน
กลุ่มเราก็แยชิ
- น้อง โธ่เฮ้ย ยายสุนีนี่คิดมากไปให้ เข้านั้นไงพี่ เค้ามาพอทีเลย สงสัยคงจะมา
ถึงนานแล้วแต่แวะคุยกับอาจารย์เพลินไปนะชิถึงมาช้า
- พี่ เป็นใจรอนานไหม ชื่อขนมปากชอยมาฝากนะ ไม่รู้ชอบไม่ชอบ
- น้อง ขอบคุณค่ะพี่ นั่งก่อนชิคะ เวลาเหลือนิดเดียวแล้วละคงสัมภาษณ์ที่นานไม่ได้แล้ว
ชั่วโมงต่อไปก็คิดไม่ได้ชะด้วยชิคะ ขอสัมภาษณ์เลขนะพี่นะ ข้อแรกที่มีเคล็ดลับ
อะไรถึงเรียนดีมาตลอดตั้งแต่อนุบาล - มัธยม
- พี่ ถามยังงี้ หมายความว่า เรียนมหาวิทยาลัยไม่ค่อยจะเอาไหนใช่ไหม เคียวก็
ไม่ตอบให้โดยอาจารย์ดูทั้งกลุ่มเลขนี้
- น้อง น่า ๆ อย่างใจน้อยน่า เวลายิ่งน้อย ๆ ด้วย
- พี่ เข้า ๆ ตกลง ใช้การที่จะเรียนให้ทีนี้ มันมีวิธีการตั้งมากมายก่ายกอง
กนึ่งก็วิธีนี้ มันไม่เหมือนนา
- น้อง ไม่เป็นไรหรอกครับ เอาข้อที่พี่เคยใช้แล้วได้ผลดีกับพี่เองนั่นแหละ
- พี่ พี่คิดว่าเรื่องความจำนี่สำคัญนะ บางคนอาจจะคิดว่าโธ่เฮ้ยกระจากพูดเรื่องธรรมดา
ที่สุด แต่ที่ให้ความสำคัญกับมันพอสมควรเลขนะ และเมื่อปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอ
ก็จะทำให้เรามีผลเรียนดีขึ้น
- น้อง พี่คะ ทำไมพี่ถึงคิดว่า เรื่องความจำเป็นพื้นฐานของการเรียนเก่งละคะ
- พี่ เข้าทุกคนลองศึกษาคณะวิชาทุกวิชาจะต้องมีการสอบวัดผล และแต่ละบทในแต่ละวิชา
ก็มีความสัมพันธ์ต่อเนื่องกันเป็นบางตอน ถ้าพวกเราเอาแต่ความเข้าใจเฉพาะที่
อาจารย์สอน แล้วไม่ต้องไม่จำมันมั่ง โอกาสจะเรียนดีก็คงจะยากละนะ

- น้อง แล้วเทคนิคในการจำมีอะไรบ้างครับพี่
- พี่ เข้าพวก เราลองช่วยกันตอบคำถามของ เอนกดีกว่า
- น้อง หนูว่าในการที่จะจำอะไรจะต้องมีขั้นตอนในการจำ
- น้อง สมองต้องแจ่มใส ไม่มัวง่วงเหงาหาวนอนถึงจะจำได้คือะ
- พี่ ตอบได้ไม่เลวพวกเราก็เคยผ่านการจำมาแล้วทั้งนั้นนี่ แต่เรื่องที่สำคัญที่สุดก็คือ จะจำอะไรต้องมีความอยากรู้ ความตั้งใจที่จะจำให้ได้ ไหนขั้นตอนในการจำของ เที่ยมมียังไงบ้าง
- น้อง ก็ไม่ชัดเจนหรอกพี่ แต่คิดว่า การจำให้ได้มันควรจะมีหลัก เช่น ไก่จิกเต็กตาย ฎฎ บบปากโอ่ง เราก็สร้างคำขึ้นใหม่ ผูกเป็นเรื่องแทน อักษรกลางของพยัญชนะ หนูคิดได้แค่นี้แหละพี่
- พี่ ดีมาก เทคนิคในการจำนอกจากที่เที่ยมพูดแล้ว สิ่งที่เคยใช้ตลอดเวลาคือ
- ข้อ 1 จำจากหัวข้อใหญ่ไปหาหัวข้อย่อย เช่น บทที่ 1 ประกอบด้วยข้อ 1, 2, 3 ใหญ่ และแต่ละข้อประกอบด้วยอะไรบ้างนี่ภาพออกหรือเปล่า
- น้อง ออกคะ ครับ
- พี่ ข้อ 2 จำเรื่องง่าย ๆ ไม่ซับซ้อนไปสู่เรื่องยาก
- ข้อ 3 ก่อนจะจำต้องทำความเข้าใจเสียก่อนไม่ใช่จำส่งเดชไปเรื่อย
- ข้อ 4 เอาเรื่องที่มีความสัมพันธ์กันมาไว้ด้วยกัน เอา 4 ข้อก่อนนะถ้าทำได้ ก็จำแม่นแล้ว ลองช่วยกันพูดซิไม่รู้จะเข้าใจตรงกันหรือเปล่า เข้าเอนกเริ่มก่อน
- น้อง จำจากหัวข้อใหญ่ไปย่อย เช่น เรื่อง Passive Voice จะมีกฎดังนี้คือ
1. เปลี่ยนกรรมเป็นประธาน
 2. เปลี่ยนกริยาเป็นช่อง 3 ตามหลัง Verb to be ครับ
- พี่ OK. เข้าคนอื่นตอบข้ออื่นซิ
- น้อง ข้อ 2 คงไม่ต้องพูด พูดถึงข้อ 3 เฉยนะคะ เช่น สูตรเคมี ฟิสิกส์ หลักไวยากรณ์ ถ้าไม่ทำความเข้าใจแล้วจำยากจริง ๆ เลย แล้วข้อ 4 นะหนูคิดว่าหนูเข้าใจ เช่น พี่เศรษฐกิจของจังหวัดนครปฐมนี้มีหลายอย่าง แต่ถ้าเราจะจำเราควรจะทำแยกออกเป็นหมวดหมู่ เช่น ผลไม้ มีอะไรบ้าง, พี่อะไรมีอะไรบ้าง

พี่ สบายมาก เขียนรายงานได้แล้วใช้ไหมละ เปลี่ยนเรื่องก็ว่าวันนี้เลี้ยงอะไรที่
น้อง น้ำเปล่าครับ

ศิลปะในการฟัง

บรรยากาศประกอบภาพยนตร์ (อาจารย์กำลังสอนนักเรียน และบรรยากาศในการฟังของนักเรียนที่มีลักษณะต่าง ๆ กัน)

คำว่า "การฟัง" ในที่นี้หมายถึงกระบวนการรับรู้ความหมายจากเสียงที่เราได้ยิน อาทิเช่น การฟังการสนทนาในชีวิตประจำวัน การฟังคำบรรยายในห้องเรียน จนกระทั่งการฟังคำบรรยายในที่สาธารณะ การฟังจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการดำรงชีวิตของเราทุกคน เพราะการฟังเป็นจุดเริ่มต้นแห่งปัญญาและความรอบรู้ในทุก ๆ สาขาวิชา อีกทั้งเป็นการรวบรวมข้อมูลหรือข้อเท็จจริง และก็ยังเป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดได้ในบางเวลาอีกด้วย

การฟังคำบรรยาย

1. ในการฟังคำบรรยาย นักเรียนควรสนใจฟังหัวข้อเรื่องและหัวข้อที่สำคัญ ๆ ซึ่งอาจารย์มักจะบอกเค้าโครงคร่าว ๆ ของเนื้อหาวิชาที่จะสอนนั้น
2. การฟังบ้างไม่ฟังบ้างขณะที่อาจารย์กำลังบรรยาย จะทำให้นักเรียนเข้าใจไม่ต่อเนื่อง
3. ขณะที่ฟังอาจารย์สอนใจก็คิดถึงเรื่องอื่นไปด้วย จะทำให้นักเรียนจับใจความสำคัญไม่ได้
4. แทนที่จะสนใจในเนื้อหาวิชาที่อาจารย์สอนกลับมุ่งความสนใจไปยังเสื้อผ้าเครื่องประดับของอาจารย์
5. การฟังคำบรรยายแล้วจดบันทึกไปด้วยจะทำให้ท่านเข้าใจมากขึ้น
6. ตอนไหนที่เร็วไป จดไม่ทัน และรู้ว่าสำคัญไม่ควรหันไปตามเพื่อน ควรเว้นว่างไว้เพื่อมาเติมภายหลังเมื่อออกจากห้องบรรยายแล้ว

1. (ก๊อ้งจับไปที่อาจารย์กำลังจดหัวข้อที่สอนในกระดาน)
2. (นักเรียน 2 คนฟังคำบรรยายสักครู่แล้วนั่งคุยกัน)
3. (นักเรียนชายแอบจ้องหน้านักเรียนหญิงขณะที่ฟังอาจารย์สอน)
4. (นักเรียนหญิงสองคนมองสร้อยข้อมืออาจารย์แล้วพูดคุยซุบซิบกัน)
5. (นักเรียนฟังคำบรรยายแล้วก็มลงจดบันทึกเป็นครั้งคราว)
6. (นักเรียนออกมาตามเพื่อนข้างนอกในเรื่องที่ฟังไม่เห็น)

การจกบันทึกและบทสนทนาเรียน

(ทั้งสองขุมไปที่พี่กำลังจดโน้ตย่อหนังสือ)

น้อง (พร้อมกัน) สวีสวีคะ (ครับ)

น้อง เหมตี่ใจจั้งนะพวกเรา ที่มาเจอเหยื่ออีกแล้ว

พี่ เหมพวกนี้ พี่เป็นคนนะ มาบอกว่า เป็นเหยื่ออะไรกัน

น้อง สงสัยอยากจะบอกว่า เป็นคนเก่งด้วยใช่ไม่ใช่

น้อง ใช่ ๆ

น้อง เปลี่ยนเรื่องดีกว่า พวกนี้ชอบสร้างสถานการณ์อยู่เรื่อยเชียว ตอนนีพี่กำลังทำอะไรอยู่คะ

พี่ พี่กำลังทำโน้ตย่อภาษาอังกฤษอยู่คะ

น้อง มิน่าพี่ถึงเก่งจั้ง สอบ Pre - extrence ใที่ 202 ของภาคกลาง 60 ก็เพราะทำโน้ตย่อนี้ใช่ไหมครับสงสัยจั้ง

พี่ จะบอกว่าไม่เก่งก็เขินนะ เอาเป็นว่าพี่สอบเก่งก็แล้วกัน แล้มาตั้งกองเขากันนี้ จะใช้ให้พี่ทำอะไรมึทราบ

น้อง โฮโฮ พี่ทุกคนเลย ที่จริงไม่ได้มาใช้หรอก จะขอร้องให้พี่ช่วยนิดหน่อยเท่านั้นเอง ก็ว่าอาจารย์แนะแนวให้มาสัมภาษณ์บุคคลที่นักเรียนสนใจ

พี่ ฮ่าว แล้วทำไมมาสัมภาษณ์พี่ล่ะ

น้อง เพราะพวกเราสนใจพี่ตั้งแต่วันที่พี่ขึ้นไปรับรางวัลจากท่านผู้อำนวยการฯ โน้น

น้อง แล้วก็อีกฉฉานิต ๆ ด้วย ใช่ไหมพวกเรา

น้อง (พร้อมกัน) ใช่

น้อง เอาอย่างนี้ดีกว่า พวกเราก็เลยอยากจะขอสัมภาษณ์พี่ซะเลย

พี่ ตกลงจะสัมภาษณ์พี่ที่เร็ว ๆ นะ เตี่ยวที่มีนัด

น้อง ข้อ 1 ความปกติ พี่สอบใที่เท่าไรคะ

- พี่ สงสัยจะที 1 มิ่ง
- น้อง (พร้อมกัน) โห้โฮ
- น้อง เอ แล้วสาเหตุอะไรที่ทำให้พี่สอบได้ที่ 1 เสมอคะ
- พี่ มันก็หลายสาเหตุนะ แต่ใจพี่คิดว่ามีอยู่ 2 ข้อ
- น้อง สงสัย ข้อแรก คงจดโน้ตใหม่ครับ
- พี่ เคาเก่งนี่ จดโน้ตนี้แหละช่วยเราได้มากเลยนะ โทษนอกพี่ใช้เวลาอ่านหนังสือนี้ รู้สึกยังงัยกันมั่ง
- น้อง จริงด้วย
- พี่ นี่ถ้าน้องจดโน้ตย่อนะ จะช่วยได้มากเลย โทษคนเคาเก่ง ลองเคาชิจะว่าช่วยได้ยังงัย
- น้อง ถ้าทำโน้ตย่อตอนอ่านหนังสือ มันจะช่วยให้ไม่ง่วงใหม่ครับ
- พี่ อ้อ ใช่จ๊ะ ถูกจ๊ะ การที่เราทำโน้ตย่อจะช่วยให้เรามีสมาธิจดจ่ออยู่กับเรื่องที่เราอ่าน อย่างเช่น ภาษาอังกฤษเล่มนี้ ถ้าน้องอ่านไปเรื่อย ๆ ก็กะทราบแต่ว่าเป็นเนื้อหาของคน ได้ตอบจดหมายกัน มันก็จะไม่ได้อะไรมาก แต่ถ้าทำโน้ตย่อ น้องก็จะมานั่งวิเคราะห์ทีละประโยคว่าหนังสือกำลังจะบอกอะไรกับเรา ยกตัวอย่าง เรื่องจดหมายนี้ถ้าอ่านและวิเคราะห์เพื่อทำโน้ตย่อก็จะรู้ว่าเขาสอนเราเรื่อง
- เพราะฉะนั้น การทำโน้ตย่อจะช่วยให้ดีมาก แล้วอีกอย่างหนึ่งนอกจากทำให้เรามีสมาธิจดจ่ออยู่กับหนังสือแล้วนะ ยังทำให้เราไม่ง่วง ฝึกให้เราติดตามไปกับบทเรียนด้วย ทำให้เราคอยวิเคราะห์ไปด้วย ทำให้เราจดจำได้อย่างแม่นยำ เวลาใกล้สอบเราสามารถอ่านจากโน้ตย่อได้ ซึ่งก็ทำให้เราทუნงานทუნเวลาในการอ่านหนังสือเล่มโตทั้งเล่มได้
- น้อง (พร้อมกัน) จริงด้วย
- น้อง สงสัยพวกเราต้องทำตามพี่ซะแล้ว
- พี่ ได้ ไม่สงวนลิขสิทธิ์หรอกจ๊ะ

เรียนเป็นเรียนเป็นกลุ่ม

(กล้อง ถ่ายนักเรียนชาย - หญิงนั่งอยู่ในห้องเรียน)

(อาจารย์เดินเข้ามา)

หัวหน้านักเรียน นักเรียนกราบ

อาจารย์ วันนี้ครูมีรูปสวย ๆ มาให้ดู

(อาจารย์นำรูปฝั่งไปติดบนกระดาน)

อาจารย์ นักเรียน รูปอะไร

นักเรียน (พร้อมกัน) ฝั่ง

อาจารย์ ฝั่งมีคุณสมบัติดีเด่นอะไรครับนักเรียน

นักเรียน ความสามัคคีในการสร้างรังครับอาจารย์

นักเรียน ความขยันครับ ขยันบินไปหาเกสรดอกไม้

นักเรียน การทำงานเป็นกลุ่ม เช่นรวมกำลังต่อสู้กับผู้ที่จะมาทำร้ายรังฝั่ง

(อาจารย์เขียนกระดานหัวข้อ "การทำงานเป็นกลุ่ม")

อาจารย์ การทำงานเป็นกลุ่มสามารถทำให้เกิดผลสำเร็จได้ ครูอยากจะถามนักเรียนว่า งานอะไรที่จะต้องใช้คนเป็นกลุ่มเป็นก่อนช่วยกันจึงจะประสบความสำเร็จ

นักเรียน การเล่นกีฬาเป็นทีม เช่น วอลเลย์บอล, บาสเกตบอล อาศัยทีมเวิร์ค ที่ดีเยี่ยมในการเอาชนะคู่แข่ง

นักเรียน การสร้างบ้านค่ะ ถ้าใช้คนหลายคนช่วยกันสร้างบ้าน ย่อมเสร็จเร็วกว่า สร้างด้วยคน ๆ เดียว

นักเรียน การสงครามครับ ในยามรบทหารมีวินัยในการสู้รบ ถ้าทหารขาดคุณสมบัติในการทำงานเป็นกลุ่มแล้ว ย่อมแพ้สงครามในที่สุด

อาจารย์ เป็นคำตอบที่ดีทุกคำตอบ ทุกคนจะเห็นแล้วว่า การทำงานเป็นกลุ่ม เมื่อเทียบกับฝั่งแล้ว ฝั่งมีเอกลักษณ์ในการช่วยกันทำงานหน้าหวานมา สร้างรังจนใหญ่โต แต่เมื่อเทียบกับการเรียนของเราแล้ว เรายังมิได้ ใช้ลักษณะเป็นกลุ่มมาช่วยเสริมการเรียนของเราให้มีคุณภาพมากขึ้น ทั้งนี้ เราจะลองมาดูนะครับว่า การเรียนเป็นกลุ่มประกอบด้วยอะไรบ้าง

(อาจารย์เขียนกระดาน การเรียนเป็นกลุ่มแบ่งเป็น 3 ลักษณะคือ

1. การแบ่งกลุ่ม
2. การแบ่งเวลา
3. การแบ่งวิชา)

อาจารย์ นักเรียนลองช่วยกันเดาซิครับว่า เราจะแบ่งกลุ่ม แบ่งเวลา แบ่งวิชา
อย่างไรถึงจะมีผลดี

นักเรียน แบ่งเป็นกลุ่ม ๆ ละ 5 - 6 คน

นักเรียน นัดเวลาว่างที่ตรงกัน เช่น ตอนกลางวัน ตอนเย็น เพื่อช่วยกันทิว

นักเรียน ใครทิววิชาไหน ให้รับผิดชอบในการที่จะอธิบายสรุปให้เพื่อนฟัง คนใน
กลุ่มต้องเป็นคิวเตอร์ทุกคนครับ

อาจารย์ ดีมาก ไทน์พวกเราลองจัดกลุ่ม แล้วตกลงเรื่องเวลาและวิชาที่จะทิว
เลยนะ

(นักเรียนแยกออกเป็นกลุ่ม ๆ กล้องจับไปที่กลุ่มหนึ่ง)

นักเรียน เอ้า พวกเรามาตกลงกันซิว่าใครจะรับวิชาไหน

นักเรียน ให้ฉันเอาฟิสิกส์นะค่อยดีหน่อย เราเอาสังคมแล้วกัน

นักเรียน คณิตห่าเลยเขี้ยว ๆ เราเอาอังกฤษ เข้เอาเลขนะ

นักเรียน ตกลง ๆ เคียวนัดเวลาให้แน่นอนนะห้ามเบี้ยวด้วย เพื่อจะเรียนที่ขึ้นบ้าง

นักเรียน ไม่ลองก็ไม่รู้ เนอะพวกเราเนอะ ดีเหมือนกันจะได้มีเรื่องเรียนบ้าง
มีแต่จะเล่นกันท่าเคียว

อาจารย์ เอาละครับ หมดเวลาแล้ว ครูหวังว่านักเรียนคงจะใช้ความรู้ที่ได้จาก
ชั่วโมงเรียน ชั่วโมงนี้ไปเป็นประโยชน์ในเรื่องการเรียนหนังสือต่อไป
นะครับ

หัวหน้า นักเรียนกราบ

การใช้ห้องสมุด

บรรยายประกอบภาพ

ห้องสมุด นับเป็นหัวใจในการเรียนของนักเรียน นักศึกษาในยุคปัจจุบัน เพราะการเรียนการสอนในสมัยนี้ มิใช่เพียงแต่รู้หรือเข้าใจในแบบเรียนหรือตำราเรียน นักเรียนจำเป็นจะต้องมีความรู้ นอกเหนือจากตำราด้วย เพราะเมื่อนักเรียนจบการศึกษาไม่ว่าจะเป็นในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นหรือมัธยมศึกษาตอนปลาย นักเรียนจำเป็นต้องไปศึกษาต่อยังสถาบันอื่น ซึ่งจำเป็นต้องมีการสอบแข่งขันกับนักเรียนโรงเรียนอื่น การที่มีความรู้มากกว่าหรือนอกเหนือจากความรู้ในตำรา ย่อมได้เปรียบในการสอบแข่งขัน "ห้องสมุด" นับเป็นแหล่งความรู้ที่อยู่ใกล้ตัวนักเรียนที่สุดมีตำรามากที่สุดเท่าที่นักเรียนจะหาอ่านได้

(กลัองบันทึกภาพบรรยายภาพทั่ว ๆ ไปในห้องสมุด)

วิธีการใช้ห้องสมุดให้เกิดประโยชน์ที่สุด

1. ก่อนที่จะเข้าห้องสมุด นักเรียนควรจะนำกระเป๋าทิ้งของส่วนตัววางไว้ยังชั้นเก็บของที่ห้องสมุดจัดเตรียมไว้ให้
(ภาพยนต์ : นักเรียนกำลังวางหนังสือในชั้นหน้าห้องสมุด)
2. ห้องสมุดเป็นสถานที่ไว้ศึกษาค้นคว้า การพูดคุยเล่นหัวกันในห้องสมุดจะเป็นการสร้างควมรำคาญแก่ผู้ใช้บริการคนอื่น ๆ
(ภาพยนต์ : นักเรียนกลุ่มหนึ่งคุยเล่นหยอกล้อกันในห้องสมุด)
3. ความเงียบในห้องสมุดจะช่วยสร้างสมาธิและความเข้าใจในเนื้อหาวิชาที่นักเรียนต้องการค้นคว้า
(ภาพยนต์ : นักเรียนที่ตั้งใจดูหนังสือโดยทั่ว ๆ ไปในห้องสมุด)
4. การค้นคว้าหนังสือที่ห้องการนักเรียนจะทำให้จากการดูบัตรรายการ ซึ่งจะจัดเรียงไปตามลำดับตัวอักษร
(ภาพยนต์ : นักเรียนค้นหารายชื่อหนังสือที่บัตรรายการและชั้นหนังสือ)

5. บรรณารักษ์จะเป็นผู้ให้คำปรึกษาได้อย่างดีเมื่อท่านประสบปัญหาในการค้นคว้าหาหนังสือในห้องสมุด

(ภาพยนต์ : นักเรียนกำลังถามปัญหาบรรณารักษ์)

การเตรียมตัวสอบ

(บรรยายประกอบภาพยนตร์)

การดูหนังสือเพื่อเตรียมตัวสอบนับว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่งสำหรับนักเรียน เพราะถ้าหากนักเรียนมีการจัดระบบการดูหนังสือที่ดี ก็จะส่งผลให้คะแนนในการสอบแต่ละครั้งดีตามไปด้วย นักเรียนเป็นจำนวนมากที่ประสบปัญหาว่าจะทำอย่างไรจึงจะทำให้การสอบแต่ละครั้งผ่านพ้นไปด้วยความสบายใจ นักเรียนลองสำรวจดูซิว่านักเรียนเคยปฏิบัติดังเช่นวิธีการต่อไปนี้บ้างหรือไม่

1. จดรายชื่อวิชาที่จะต้องสอบทั้งหมดเป็นรายการออกมา
(นักเรียนหยุดคุยถึงวิชาที่จะต้องสอบแต่จดลงในสมุด)
2. ตรวจสอบว่าสมุดจด, แบบฝึกหัด, งานที่อาจารย์สั่งครบหรือไม่
(นักเรียนสองคนกำลังเช็คการบ้าน และสมุดจดงานกัน)
3. ขณะที่อ่านทบทวนหนังสือวิชาต่าง ๆ ควรจะจดบันทึกด้วย
(นักเรียนอ่านหนังสือและจดบันทึกไปขณะเดียวกัน)
4. ทำเครื่องหมายเช่น ดอกจันทร์ ดาว ที่ประโยคหรือข้อความสำคัญ
(นักเรียนอ่านหนังสือพร้อมทั้งทำเครื่องหมายในที่สำคัญต่าง ๆ)
5. ทบทวนความรู้ด้วยการผลัดกันตั้งคำถามตอบกันเพื่อน
(นักเรียนสองคนผลัดกันตั้งคำถามและตอบ)
6. ไม่เข้าใจถามครู
(นักเรียนกำลังถามโจทย์ปัญหากับครูผู้สอน)

แนวทางในการปรับปรุง

(นักเรียนนั่งอ่านหนังสือ -- เล่นหมากรุก ในห้องแนะแนว อาจารย์แนะแนวเดินเข้าไปหา)

- อาจารย์ อยู่กันพร้อมหน้าพร้อมตาที่เดียววันนี้ไม่เตรียมตัวลงชื่อมาการบริหารหรือจะ
- นักเรียน อาจารย์สุรเดชคงชื่อหนึ่งวันค่ะ ก็เลยนั่งกันมาหาอาจารย์
- นักเรียน จะมาขอพบพระคุณอาจารย์ค่ะ
- อาจารย์ เรื่องอะไรเอ่ย
- นักเรียน พวกเราดูวิดีโอเทปที่อาจารย์ให้ยืมหมดทุกม้วนแล้วครับ แต่ละคนสบายใจขึ้นเยอะ
แล้วทีหลังจะมองออกว่าจะจัดการยังไงกับปัญหาเรื่องการเรียนของเรา
- อาจารย์ ดีจัง ครูดีใจนะที่วิดีโอเทปชุดนี้มีส่วนช่วยพวกเราได้บ้าง เอาไหนส่องแสง
ลองบอกครูซิคะว่าดีขึ้นบ้างหนะคืออย่างไร
- นักเรียน สมัยก่อนนะคะอาจารย์พอเห็นหน้าอาจารย์ที่หนูไม่ค่อยชอบก็หงุดหงิดแล้ว
ไม่อยากจะเรียน นิ่ง ๆ เรียนไปงั้นเพราะกลัวทดสอบ เคียวนี้หนูสงบลงเยอะ
หนูฟังอาจารย์สอนได้ มีหงุดหงิดบ้างแต่ก็น้อยลง
- อาจารย์ นอกจากสบายใจขึ้นแล้วมีอย่างอื่นอีกไหมคะ
- นักเรียน หนูก็ได้เทคนิคใหม่ ๆ ที่ไม่เคยได้ยิน เช่น เรื่องการฟัง การอ่าน เอาไปใช้
แล้วก็มีประโยชน์
- อาจารย์ แล้วสัญญาจิลละ ไม่อยากจะเรียนอยู่อีกกรีเปล่า
- นักเรียน เรื่องซีก็เคยก็มีบ้างครับอาจารย์ ที่ผ่านมาผมรู้สึกที่ผมไม่รู้หรือครับว่าจะเรียน
ไปทำไม ผมได้คำตอบกับตัวผมแล้วว่า การศึกษาเล่าเรียนจะให้ประโยชน์ต่อ
คนอย่างไรบ้าง
- อาจารย์ จิปาถะละ
- นักเรียน หนูก็ได้เทคนิคใหม่ ๆ เหมือนกับส่องแสงคะ กำลังใช้อยู่
- อาจารย์ คงเศรษฐละคะ
- นักเรียน ผมว่าผมมีความเข้าใจเรื่องเทคนิคในการเรียนมากขึ้นกว่าเดิมครับ
แล้วก็กำลังทดลองจะใช้อยู่ครับ

- อาจารย์ การที่ทุกคนมีความเข้าใจมากขึ้นว่าเทคนิคหรือวิธีการในการเรียน การใช้เวลา ความรู้สึกที่มีต่อการศึกษาคือครูอาจารย์ จะมีผลต่อการเรียนของเราอย่างไร ครูคิดว่ายังไม่พอนะ สิ่งที่สำคัญคือการที่เราได้ลงมือปฏิบัติตามความเข้าใจนั้น ให้สม่ำเสมอ มันก็จะส่งผลดีต่อเราอย่างแท้จริง
- นักเรียน ค่ะ - ครั้นอาจารย์
- อาจารย์ ใครจะอ่านหนังสือเล่มเกมส์ต่อกี่เซอุนะจ๊ะ ครูก็มีงานทำต่อเหมือนกัน ครูไปก่อนนะจ๊ะ
- นักเรียน สวัสดีค่ะ - ครั้นอาจารย์

ภาคผนวก ข

โครงการการใช้ข้อสนเทศเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้
และทัศนคติในการเรียน

1. การใช้ข้อสนเทศในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้และทัศนคติในการเรียน ประกอบด้วยการใช้ข้อสนเทศ จำนวน 15 ครั้ง ดังนี้

1. การให้คำปรึกษาปัญหาเรื่องผลการเรียน
2. ทัศนคติที่มีต่อการศึกษาล่าเรียนจะก่อให้เกิด
3. ทัศนคติที่มีต่อครูจะก่อให้เกิด
4. การจัดเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ
5. การสร้างแรงจูงใจในการเรียน
6. ฝักใจให้อยู่กับงาน
7. การรับผิดชอบในด้านการเรียน
8. การปรับปรุงความสามารถในการอ่าน
9. การพัฒนาความจำ
10. ศิลปะในการฟัง
11. การจดบันทึก
12. การใช้ห้องสมุด
13. เรียนเป็นเรียนเป็นกลุ่ม
14. การเตรียมตัวสอบ
15. แนวทางในการปรับปรุงตนเองในด้านการเรียน

การใช้ข้อสนเทศแต่ละครั้งมีจุดมุ่งหมายเพื่อสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การเรียนและทัศนคติในการเรียนดังที่กล่าวไว้ในบทที่ 3

2. การให้ข้อเสนอแนะตามขั้นตอนดังต่อไปนี้
 - 2.1 บอกชื่อเรื่องของข้อเสนอแนะแต่ละครั้ง
 - 2.2 แจกเอกสารให้ผู้รับการทดลองอ่าน
 - 2.3 ชัก - ถาม
 - 2.4 สรุป

การให้คำปรึกษา เรื่องผลการเรียน

จากการให้คำปรึกษาปัญหาทางการเรียนของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 พบว่านักเรียนประมาณ 70% ของผู้มาขอคำปรึกษาจะมีปัญหาเกี่ยวกับผลการเรียนที่ไม่ดีเท่าที่ควร และจากการสรุปผลการให้คำปรึกษาพบว่า ปัญหาทางการเรียนของนักเรียนมีผลมาจาก

1. การรู้จักใช้เวลา นักเรียนบางคนแบ่งเวลาในการดูหนังสือ ช่วยครอบครัว พักผ่อน ไม่เหมาะสม ทำงานส่งครู-อาจารย์ไม่ตรงตามเวลาที่กำหนด รวมทั้งงานบางเรื่องก็ไม่ได้ทำด้วยตนเองเมื่อครูมอบหมายให้
2. มีวิธีการทำงานไม่ดี นักเรียนหลายคนขาดเทคนิคที่จะช่วยสนับสนุนให้เรียนได้ดียิ่งขึ้น เช่น เทคนิคในการอ่าน การจำ การจดบันทึก การฟัง การเรียนเป็นกลุ่ม การใช้ห้องสมุด การเตรียมตัวสอบ เป็นต้น
3. ทัศนคติต่อครู นักเรียนบางคนมีความรู้สึกที่ไม่ดีต่อครูผู้สอนบางวิชาจึงทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ไม่สนใจศึกษาเล่าเรียนเท่าที่ควร
4. ทัศนคติต่อการศึกษา นักเรียนบางคนมองไม่เห็นคุณค่าของการศึกษาเพราะไม่เข้าใจว่าการศึกษาคืออะไรและการศึกษาจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้ศึกษา หากความรู้นั้น

ข้อสรุป การไม่สนใจเรียน เบื่อหน่ายต่อเหตุไม่ว่าจะมาจากสาเหตุใดก็ตามย่อมจะก่อให้เกิดผลเสียต่อการเรียน และยังจะสร้างปัญหาให้กับตนเองมากขึ้น ดังนั้นถ้านักเรียนผู้ใดเข้าใจว่าอะไรเป็นสาเหตุของปัญหาในเรื่องการเรียนและพยายามที่จะแก้ปัญหานั้นย่อมจะทำให้เขาหลุดพ้นจากปัญหาได้รวดเร็วยิ่งขึ้น

ทัศนคติที่ดีต่อการศึกษาเล่าเรียนจะก่อให้เกิด...

เป้าหมายในการจัดการศึกษาให้เยาวชนของชาติ

1. ให้นักเรียนค้นพบและพัฒนาความสามารถ ความถนัดและความสนใจของตนเอง
2. มีนิสัยใฝ่หาความรู้ รู้จักคิด และวิเคราะห์อย่างมีระเบียบวิธี
3. มีความซื่อสัตย์ มีวินัยในตนเอง รับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม

ตลอดจนเสริมสร้างความเสมอภาค และความเป็นธรรมในสังคม

4. รู้จักสิทธิและหน้าที่ รู้จักแก้ปัญหาอย่างสันติวิธีมีหลักการและเหตุผล
5. มีความรู้และทักษะพื้นฐานเพียงพอต่อการนำไปปรับปรุงการดำรงชีวิตทั้งส่วนตน

และครอบครัว

6. เพื่อให้มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง และรู้จักส่งเสริมการสาธารณสุขชุมชน
7. เพื่อให้รักและผูกพันกับท้องถิ่น รู้จักบำรุงสภาพแวดล้อม ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมไทย

การศึกษาเล่าเรียนในวิชาต่าง ๆ ก็เพื่อให้นักเรียนบรรลุซึ่งเป้าหมายที่หลักสูตร

ต้องการดังนี้

1. กลุ่มภาษาถือเป็นวิชาทักษะ ต้องมีการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ ทั้งการพูด อ่าน เขียนและฟัง เพื่อให้เกิดทักษะในการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

2. กลุ่มวิทยาศาสตร์ เพื่อให้ผู้เรียนทราบถึงเหตุผลของปรากฏการณ์ต่าง ๆ

มีประสบการณ์ในการสังเกต นำความรู้ทางวิทยาศาสตร์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน

3. กลุ่มคณิตศาสตร์ การเรียนวิชานี้ทำให้เกิดความคิดมีระเบียบ ใช้เหตุผลใน

การแก้ปัญหาชีวิตประจำวัน

4. กลุ่มสังคมศึกษา ปรับตัวเองให้สามารถปฏิบัติและดำเนินชีวิตอย่าง เป็นสุข

5. กลุ่มพัฒนาบุคลิกภาพ รู้จักเสริมสร้างสุขภาพ มีน้ำใจเป็นนักกีฬา

6. กลุ่มการงานและอาชีพ มีความรู้ความเข้าใจในหลักของวิชาชีพ พอที่จะปรับ

ใช้ในการดำรงชีวิต

รวมทั้งจากการวิจัยของนักการศึกษาหลายท่านพบว่า การมีทัศนคติที่ดีต่อการศึกษา จะมีผลโดยตรงกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน เช่น นักการศึกษา นิล กิล ฮิสเมอร์ พบว่า นักเรียนที่มีทัศนคติต่อการศึกษาต่ำ (ไม่ดี) จะมีผลการเรียนต่ำไปด้วย ดังนั้น ถ้านักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการศึกษา จะทำให้นักเรียนมีพลังที่จะค้นคว้าสิ่งต่าง ๆ ที่มีประโยชน์ ได้อย่างเต็มที่ในทุกวิชาที่กำลังศึกษาแล้วเรียนอยู่

(คู่มือแนะแนว ม.4, ม.1)

ทัศนคติที่มีต่อครูจะก่อให้เกิด...

ดร. ธนู แสงศักดิ์ กล่าวว่า การเรียนการสอนจะบรรลุเป้าหมายได้ต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างครูและนักเรียน แต่ถ้าหากว่านักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อครู ต่อเป้าหมาย การศึกษาแล้ว การเรียนการสอนย่อมดำเนินไปไม่ราบรื่น เพราะนักเรียนจะทำตัวเป็นนรภัยต่อครู จะไม่เชื่อฟังครู และไม่ยอมรับฟังคำสั่งสอนของครู ทำให้นักเรียนไม่สามารถที่จะรับความรู้ไปจากครูได้

และจากการศึกษาค้นคว้าวิจัยของ Cogan พบว่า ถ้านักเรียนและครูมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันเท่าไร นักเรียนจะสามารถพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ได้ถึงขีดสูงสุดได้มากเพียงนั้น ดังนั้นการที่นักเรียนมีความรักธาในตัวครูจะช่วยให้เด็กเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียน และส่งผลไปถึงผลการเรียนของนักเรียนด้วย

สรุปการไม่ชอบครูหรืออาจารย์ที่สอนวิชาใดวิชาหนึ่งนับเป็นอุปสรรคต่อการเรียนเป็นอย่างยิ่ง เพราะจะทำให้การเรียนวิชานั้นได้ผลน้อยลง เพราะขาดความเอาใจใส่ นักเรียนต้องยอมรับความจริงที่ว่า ครู - อาจารย์แต่ละท่านมีความแตกต่างกันทั้งวิธีการสอน หรือการกระตุ้นให้นักเรียนมานะพยายาม บางท่านอาจจะใช้การตำหนิวิจารณ์ แต่บางท่านก็อาจจะใช้วิธีการให้กำลังใจ ดังนั้นอาจารย์ที่สอนจึงมีทั้งสอนถูกใจและไม่ถูกใจ แต่ที่นักเรียนเข้าใจว่านักเรียนมีหน้าที่เรียน ดังนั้นเป้าหมายของการเรียนการสอนของครูอาจารย์ทุกท่านก็คือให้นักเรียนมีความรู้ แม้จะใช้เทคนิคและวิธีการต่างกันนักเรียนก็สามารถเข้าใจได้ยอมรับ และมีความสุขในการศึกษาเล่าเรียนได้เช่นกัน

หลักเบื้องต้นในการเอาชนะอุปสรรคและสิ่งกัังวลใจ

1. ทำปัจจุบันให้ดีที่สุด
2. เมื่อพบอุปสรรคหรือความกังวลใจ
 - ก. ถามตัวเองว่า "ถ้าฉันแก้ปัญหาที่ไม่ดีจะเกิดผลร้ายแรงที่สุดสักเท่าใด"
 - ข. พยายามแก้ไขสิ่งร้ายให้เป็นที่
 - ค. จงเตือนตนเองอยู่เสมอว่าความทุกข์กังวลใจจะทำลายสุขภาพของท่านอย่างแรง

(กฎสำคัญ 67 ข้อ ของเคล คาร์เนกี)

การจัดเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ

ในหนึ่งสัปดาห์ทุกคนมีเวลาเท่ากัน คือ 168 ชั่วโมง คนที่ประสบความสำเร็จในการทำงานคือคนที่ใช้เวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บางคนใช้สูตร 3 แอป สำหรับเวลาที่เขามีอยู่ 24 ชั่วโมงใน 1 วัน คือ นอน 8 เรียน 8 และเล่นอีก 8 ชั่วโมง

บางคน นอน 7 เรียน 12 และเล่น 5 ชั่วโมง

บางคนแบ่งย่อยละเอียดออกไป เพราะการยึดเอาตารางสอนปกติเป็นเกณฑ์จัดเวลานั้นยังไม่พอ ในกรณีของนักศึกษาขอแนะนำให้ใช้วิธีแบ่งเวลาให้แน่นอนตายตัว แล้วประกาศคนให้โลกรู้ว่า ต่อไปนี้เราจะปฏิบัติตามตารางตัวอย่างข้างล่างนี้ :

ตารางเวลาเรียน

	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	เสาร์	อาทิตย์
6.00-7.30							
7.30-8.00							
8.30-9.20							
9.20-10.10							
10.10-11.00							
11.00-11.50							
11.50-12.40							
12.40-13.30							
13.30-14.20							
14.20-15.10							
15.10-16.00							
16.00-18.00							
18.00-20.00							
20.00-22.00							
22.00-24.00							

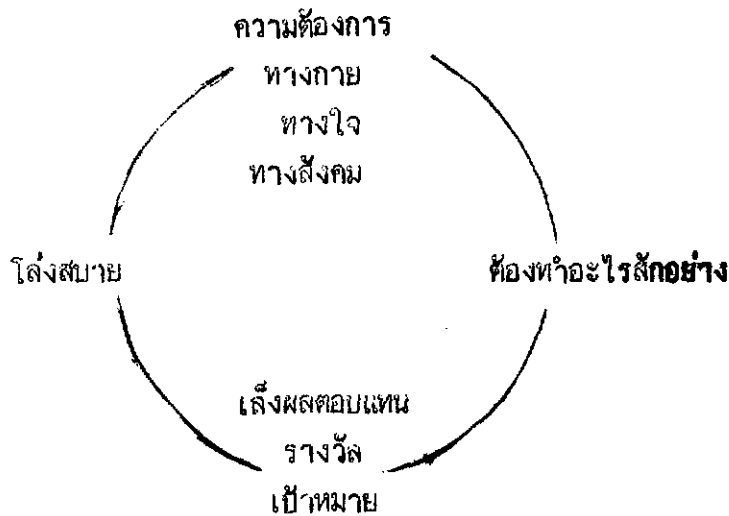
การจัดเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ

1. การสร้างตารางเวลาเรียนที่ดีควรคำนึงถึงกิจกรรมที่มีกำหนดเวลาแน่นอนกับยืดหยุ่นได้
 - กิจกรรมตายตัว ได้แก่ รับประทาน เช้าทั้งบรรยาย
 - กิจกรรมยืดหยุ่น ได้แก่ นอน ท่องหนังสือ พักผ่อน ทำเรื่องส่วนตัว
2. กำหนดเวลาทบทวนหนังสือและวิชาที่จะดูในแต่ละวัน แล้วดูตามนั้นให้พอใจจนเป็นนิสัย การฝึกทำให้เป็นนิสัยนี้สำคัญมาก
3. ความหลักของจิตวิทยาการเรียนรู้ คนปกติจะเรียนเรื่องราวต่าง ๆ ไปด้วยมีสมาธิที่ไม่เกิดครั้งละ 50 นาที ต่อเนื่องกัน
4. ใช้นเวลาทบทวนหนังสือแต่ละช่วงช่วยการพักสัก 10 นาที ช่วยการเดินเล่นพักผ่อน ดื่มน้ำหรือเหยียดตัว แต่ควรระวังใส่ใจถึงสิ่งที่ห้องข้างอยู่ เพื่อจะได้ง่ายต่อการที่จะกลับไปดูต่อ (ดังนั้นจึงไม่ควรคุยกับคนมากไปให้อารมณ์หัว)
5. ใช้วิธีขอยืมเวลา-ไม่ใช่ขโมยเวลา เมื่อไรที่มีเหตุการณ์อื่นไม่คาดฝันเกิดขึ้น จนท่านไม่อาจรักษางานตามตารางที่กำหนดไว้ ขอให้ตัดสติใจเดี๋ยวนั้นเลยว่าท่านจะเลิกเปลี่ยนเวลาร่างชั่วโมงไหนมาชดเชย แล้วจดลงไปทันที
6. การทบทวนสัปดาห์ยาวนานหรือไม่เพียงไร ขอให้ใช้ตัวเองกับความยากง่ายของวิชานั้น ๆ เป็นหลัก ไม่จำเป็นต้องเอาอย่างกันกับเพื่อน โดยทั่วไปพบว่า ถ้าเป็นเรื่องที่จะต้องท่องจำส่วน ๆ ก็ไม่ควรท่องอยู่นานเกิน 20 นาที หลังจากนั้นต้องพักเสียข้าง ถ้าจะอ่านนวนิยายหรือเขียนเรื่องก็อาจจะใช้เวลาหลายชั่วโมงต่อเนื่องกันได้ แต่ถ้าเป็นการทบทวนหนังสือวิชาการมักจะใช้เวลาระหว่าง 40 นาที ถึง 1 ชั่วโมง
7. นอนให้พอ
8. ถ้ายสัปดาห์ตารางเวลาที่ให้มานี้สัก 16 แผ่น เพื่อเก็บไว้กรอกตารางเวลาของนักเรียนเองทุกสัปดาห์

9. บันทึกการทำงานของตนเองทุกวันก่อนนอน รวมจำนวนชั่วโมงที่ดูหนังสือทุกวัน พอสิ้นสัปดาห์ก็กลับมาดูผลงานรวมตลอด 7 วันอีกครั้งหนึ่ง นักศึกษาจะรู้สึกภาคภูมิใจที่ตั้งใจ เรียนดีและรู้เรื่อง เรียนทันทุกวิชา ซึ่งนับว่าเป็นรางวัลที่คุ้มค่าทันตาเห็น หากนักศึกษามีบางคน ยังทำไม่ได้ก็อย่าเพิ่งท้อใจ ใหม้ ๆ ก็ต้องอาศัยความพยายามกันมากหน่อย ขอให้ค่อย ๆ ทำต่อไป

(เรียนให้แก่งานมหาวิทยาลัย โดย ทิพาวดี เอมะวรรณะ และ สุรพล พยอมเย็น)

การสร้างแรงจูงใจในการเรียน



ทำอย่างไรจึงจะเกิดแรงจูงใจ

1. ในการเรียนรู้ ถ้านักเรียนต้องการให้เรียนได้มาก ก็ควรตั้งเงื่อนไขในการกระทำ เพื่อรับสิ่งตอบแทนที่พึงประสงค์ ได้เสนอรายชื่อสิ่งทีนักเรียนอาจต้องการเป็นรางวัลตอบแทนการท่องหนังสือในหน้าถัดไป เพื่อช่วยนักเรียนที่นึกไม่ออกว่าตนอยากได้อะไรเป็นรางวัลบ้าง

2. การได้รางวัลตอบแทนจะช่วยเสริมสิ่งที่ไม่ได้ให้ โดยการ :

- เลือกสาขาวิชาเรียนที่ชอบ
- เลือกอาชีพที่ชอบ
- ตั้งเป้าหมายในชีวิตให้ได้ (เอาแต่พอเหมาะ อย่าให้สูงไป หรือต่ำไป)

และอยากจะประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตั้งใจ จะเป็นตัวจูงใจได้เข้าไปถึงที่ตั้งใจไว้

- สนใจในสิ่งที่เรียน หากยังไม่เกิดความสนใจ ก็ให้หมั่นพูดคุยกับผู้รู้ เช่น เพื่อนรุ่นพี่ อาจารย์ คิษย์เก่า

3. วิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการเรียนที่บกพร่อง เพื่อแก้ไข และสร้างพฤติกรรมกรรมการเรียนใหม่ที่เหมาะสม

4. นำแรงจูงใจทางสังคมมาใช้ช่วยการเรียนรู้ เช่น ความอยากเป็นหนึ่งในสิ่งที่ชื่นชอบของคนอื่น การประสบความสำเร็จในชีวิตนักศึกษา หรือแม้กระทั่งความอยากหากสอบไม่ได้ เหล่านี้จะช่วยให้เกิดความมานะพยายามร่ำเรียนต่อไป
5. บังคับใจตนเองให้ขยันทำงานจนเป็นขั้นเป็นอันขึ้นมาก่อน เพื่อประกอบกับตารางเรียนที่จัดไว้ จะเป็นรางวัลตอบแทนที่ทำให้อยากเรียนและอยากดูหนังคือเพิ่มขึ้นกว่าเดิม
6. เริ่มต้นให้ได้ จะเป็นกำลังใจไปอีกงาน

รายการรางวัลเพื่อหาแรงจูงใจของตัวเอง

คำชม	ดนตรี	ความเอาใจใส่จากผู้อื่น
การยอมรับ	รายการดนตรีตามสถานีเรจรมย์	สิทธิพิเศษ
แรงสนับสนุน	ไปเที่ยวงานบ้านเพื่อน	ได้รู้จักเพื่อนใหม่ ๆ
ความรักจากคนอื่น	ได้เล่นเกมสนุก	ดื่มเบียร์
บิตามารดา	ได้เล่นกีตาร์ (หรือเครื่องดนตรีอื่น ๆ)	ได้รับจดหมาย ปริญญา
ญาติที่รัก	อ่านหนังสืออ่านเล่น	เกียรตินิยม
เพื่อน	ช่วยเหลือผู้อื่น	วาดรูป
ไอศกรีม	นอนหลับ	รถยนต์ 1 คัน
ไปเที่ยวไกล ๆ	เสื้อผ้าชุดใหม่	บัตรชมละครคอน (ภาพยนตร์ ดนตรี)
เล่นกีฬาที่ชอบ	ได้ทุน	ทำงานศิลปะที่ชอบ
เดินทางท่องเที่ยวไกล ๆ	ได้เงินรางวัล	ดูโทรทัศน์
เที่ยวชายหาด	ยิ้ม	คุยกับเพื่อนต่างประเทศ
เครื่องประดับ	เทพเพลงโปรด	เรียนหนังสือ
พักผ่อน	แผ่นเสียง	สอนหนังสือ
ออกกำลัง	เดินเล่น	ได้พักผ่อนวันสุดสัปดาห์
ทำอาหาร	ทำอะไร เล่นเรื่อยเปื่อย	วิ่งเล่นกันสุนัขตัวโปรด
เยี่ยมเยียนคนอื่น	ร้อยเพลง	ได้กะแมนตี

ฝึกใจให้อยู่กับงาน

1. ทำให้ได้โดยการฝึกสมาธิแบบที่มีอยู่ในศาสนา ขอฝึกได้ตามวิถีดาวธรรมทั่วไป เป็นวิธีที่พิสูจน์แล้วว่าช่วยให้การคุมหนังสือดีขึ้น เพราะผู้บังคับสติให้เป็นสมาธิได้ตามต้องการ
2. ฝึกเองโดยใช้หลักการให้รางวัลตัวเองทุกครั้งที่คุณหนังสือแถมต่อไปจากเวลาที่อยากเลิก เมื่อไรที่ใจเริ่มคิดไปนอกเรื่อง ก็ให้ลงโทษตัวเองโดยการยัดเวลาคุมหนังสือให้เลยเวลาที่กำหนดไว้ อย่าเพิ่งเลิกจนกว่าจะดูเพิ่มให้ชินก่อน และคราวต่อไป ใจ ล่องลอยอีกก็ให้ยัดเวลาคุมเพิ่มให้นานออกไปบ่อย ๆ ตอนยัดเวลาเสร็จก็ตอบแทนความดีของตนเองด้วยการให้รางวัลที่ตัวเองชอบ ปริมาณของรางวัลก็จะน้อย ๆ ด้วย จะทำให้ไม่มัวใจกับรางวัลชิ้นนี้เสียจนไม่อยากจะคุมหนังสือแถม ในไม่ช้านักก็มักจะพบว่าสามารถยัดเวลาท่องหนังสือเลยกำหนดให้นานขึ้นอย่างมีสมาธิ วิธีนี้มีการทดลองทำกับนักเรียนจำนวนมากมาแล้ว ได้ผลดี กล่าวคือ นักศึกษาที่ผ่านการทดลองตลอดรอดฝั่งเกือบทุกคน ท่องหนังสือในเวลา กลางวันได้มากและรู้เรื่องด้วย มีเวลาเหลือเฟือสำหรับพักผ่อนในตอนเย็นและสุดสัปดาห์ ผลการสอบดีขึ้นตั้งแต่ระดับคะแนน 1 ถึง 3 เช่นบางคนเดิมได้ F หลังจากฝึกได้ถึง B

ฝึกใจให้อยู่กับงานโดยการบริหารจัดการ

การบริหารจิต หรือการฝึกจิตวิธีง่าย ๆ ที่สามารถนำมาใช้ในชีวิตรประจำวันมี

3 วิธีคือ

1. การกำหนดลมหายใจเข้าออก
2. การเดินจงกรม
3. การพิจารณาความจริงของชีวิตทุก ๆ วัน

1. การบริหารจัดการด้วยการกำหนดลมหายใจเข้า-ออก วิธีนี้เรียกว่า อานาปานสติ คือกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ซึ่งเป็นวิธีที่นิยมกันมาก จะมีภavana ด้วยเช่น พุทโธ เป็นต้น ก็ได้ตามแต่นั้น สามารถปฏิบัติได้ทั้ง 4 อริยาบท คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ที่นิยมกันมากคือ อริยาบทนั่ง ถือนั่งทำสมาธิ จะนั่งบนเก้าอี้ หรือนั่งบนพื้นก็ได้

2. การบริหารจัดการด้วยการเดินจงกรม การเดินจงกรมเป็นวิธีฝึกจิตอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา นิยมกันมากในหมู่ภิกษุปฏิบัติภาวนา ใ้ประโยชน์ทั้งการบริหารกายด้วย

3. การบริหารจัดการด้วยการพิจารณาความจริงของชีวิตทุก ๆ วัน ด้วยการพิจารณาความจริงของชีวิต 5 ประการทุกวัน ๆ ว่า

- 3.1 เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้
- 3.2 เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปได้
- 3.3 เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้
- 3.4 เราต้องพลัดพรากจากบุคคลและสิ่งของที่เรารัก เราชอบใจ ทั้งสิ้น
- 3.5 เรามีกรรมเป็นของ ๆ ตัว เราทำดีจักได้ดี ทำชั่วจักได้ชั่ว

วิธีฝึก ฝึกอย่างไร ในเบื้องต้น จะต้องทำดังนี้

1. สมาทานศีล อย่างน้อยศีล 5 โดยสมาทานจากพระ หรือตั้งใจงดเว้นเองก็ได้
2. ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย คือให้ประนมมือขึ้น ระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่น

การรับผิดชอบในด้านการเรียน

การเรียนในห้องเรียนนับเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการเรียน นักเรียนจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเรียนให้เกิดประโยชน์ให้มากที่สุด จึงขอเสนอแนะหลักในการเรียนในห้องเรียน ดังนี้

1. พยายามอย่าขาดเรียน เข้าเรียนทุกชั่วโมง
 2. ถ้าเป็นชั่วโมงแรกทั้งภาคเช้าและบ่าย ควรเข้าห้องเรียนก่อนเวลาเข้าเรียน 5 นาที เพื่อพักผ่อนก่อนเรียน
 3. เตรียมแบบเรียน สมุดแบบฝึกหัด สมุดจดงานให้พร้อมก่อนครูเข้าห้องเรียน
 4. หากครูยังไม่เข้าห้องเรียน หรือเข้าห้องเรียนช้า ให้อ่านบททวนเนื้อหาวิชานั้น ๆ
 5. ตั้งใจฟังขณะครูสอน ไม่เล่นกับเพื่อนขณะครูสอนโดยเด็ดขาด
 6. พยายามติดตามการสอนของครูและตอบเมื่อครูถาม และถามเมื่อมีข้อสงสัย
- แต่อย่าถามในลักษณะตอ้งงูมิครู
7. พยายามทำแบบฝึกหัดที่ครูสั่งให้เสร็จในชั้น เพื่อไม่ให้เป็นการจะต้องทำที่บ้าน แต่ถ้าทำไม่เสร็จแน่ ให้ศึกษาโจทย์ว่าทำได้หมดหรือไม่ ถ้ามีข้อสงสัยควรถามครูได้เข้าใจ จะทำได้ การลอกการบ้านจะก่อให้เกิดปัญหา คือ ยังไม่รู้เหมือนเดิมและแก้ปัญหาไม่เป็น
 8. ขณะครูสอน ควรเตรียมไม้บรรทัดและดินสอหรือปากกาสำหรับขีดเส้นใต้ใจความที่สำคัญซึ่งควรจำ เพราะสะดวกในการทบทวน
 9. ควรมีส่วนร่วมสำหรับไต่ต้อยใจความสำคัญ หรือจะไต่ต้อยไว้ในแบบเรียนส่วนที่เป็นกระดาษเปล่า หรือคอมบนหรือตอนล่างก็ได้

(แนววิธีเรียนเก่ง : วิสิทธิ์ โรจน์พจนรัตน์)

3. แม่เมตตา แม่เมตตาไปยังมนุษย์และสัตว์ที่บวงขอให้ปราศจากทุกข์เป็นสุขโดยทั่วกัน
4. ตัดความกังวล
5. กำหนดระยะเวลาในการฝึก เวลาในการฝึกสมาธิที่ดีที่สุดก็คือ เวลาที่นอนหลับหลังจากสวดมนต์แล้ว หรือเวลาตื่นนอน โดยใช้เวลาในการทำสมาธิครั้งละ 15 - 20 นาที หรือ 30 นาที ถ้าทำได้วันละ 2 ครั้งก็จะดีมาก ผู้ฝึกใหม่ ๆ ไม่ควรให้นานนักเพราะจิตยังไม่คุ้นเคย

ประโยชน์ของการฝึกจิต

1. ถ้าเป็นนักเรียนหรือนักศึกษาก็สามารถเรียนได้ดี เพราะจิตสงบ มีความจำแม่นยำ
2. ทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ไม่ค่อยผิดพลาดเพราะมีสติสมบูรณ์ขึ้น
3. สามารถทำงานได้มากขึ้นและได้ผลดีอย่างมีประสิทธิภาพ
4. ทำให้โรคร้ายไข้เจ็บบางอย่างหายไป
5. เป็นคนมีอารมณ์เยือกเย็น ผิวพรรณผ่องใส จิตใจเบิกบาน
6. อยู่ในสังคมอย่างปกติสุข
7. สามารถเผชิญต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าได้อย่างใจเย็น

แก้ไขได้ด้วยวิธีอื่นถูกต้อง

8. กำจัดนิวรณ์ที่รบกวนจิตลงได้
9. ถ้าทำได้ถึงขั้นสูงก็ย่อมได้รับความสุขอันเลิศ ให้อำนาจจิตพิเศษ

การปรับปรุงความสามารถในการอ่านของท่าน

F.P. Robinson ได้ศึกษาค้นคว้าถึงวิธีการอ่านหนังสือแบบเรียนตามที่อาจารย์สั่ง ซึ่งวิธีนี้จะเพิ่มพูนความเข้าใจและความสามารถในการจดจำเรื่องที่อ่านได้ นักศึกษาบางคน หลังจากใช้วิธีของ Robinson แล้วบอกว่า "ในจำนวนข้อสอบทั้งหมด 20 ข้อ ผมทายข้อที่จะออกสอบได้ถึง 15 ข้อ" และ "ผมเคยได้ D วิชาประวัติศาสตร์ แต่ผมได้ B วิชานี้" เมื่อวานนี้" วิธีของ Robinson เรียกว่า The Survey Q 3 R Method มีรายละเอียด ดังนี้

1. ขั้นสำรวจ (Survey) 1. รีบสำรวจเรื่องที่ถูกสั่งให้อ่านคร่าว ๆ ก่อน เพื่อทราบแนวความคิดที่สำคัญ ไม่ควรใช้เวลามากกว่า 2 - 3 นาที เริ่มด้วยจดชื่อบทที่อ่าน อ่านคำนำ ป้ายย่อและย่อหน้าสรุป กุญแจหน้า ๆ จนจบเพื่อทราบตอนสำคัญ ๆ (โดยทั่วไปใช้เวลา 3 - 6 นาที) และทราบโครงร่างของบทนั้นด้วย การอ่านบทเรียนโดยไม่ดูเรื่องคร่าว ๆ ก่อนก็เหมือนการออกเดินทางโดยรถยนต์ โดยไม่มีแผนที่ถนนหรือไม่ทราบว่าจะไปไหน
2. ขั้นตั้งคำถาม (Question) 2. เปลี่ยนหัวเรื่องอันแรกให้เป็นคำถาม วิธีนี้ช่วยกระตุ้นให้เกิดความอยากรู้อยากเห็นและทำให้ท่านมีวัตถุประสงค์ในการอ่าน คำถามที่ตั้งขึ้นจะช่วยให้จุดสำคัญ ๆ เต้นออกมาและทำให้เราสังเกตเห็นรายละเอียดที่อธิบายไขความซับซ้อนและการกล่าวซ้ำของเรื่องอื่น ๆ ด้วย ถ้าบทนั้นไม่มีหัวเรื่อง ท่านก็ตั้งคำถามซึ่งคิดว่าครูจะถามขึ้นเอง
3. ขั้นอ่าน (Read) 3. อ่านเพื่อตอบคำถามที่ตั้งขึ้น นั่นคือต้องอ่านจนจบ ตอนในหัวเรื่องนั้น อัตราความเร็วในการอ่านขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของท่าน ความยากของเรื่องและความคุ้นเคยของท่านกับเรื่องที่อ่าน ขณะอ่านให้ใช้ประโยชน์จากเครื่องหมายที่ผู้พิมพ์มีไว้ให้สังเกต (เช่น ตัวพิมพ์เอนและตัวพิมพ์เส้นหนา) ประโยคใจความสำคัญ ๆ คำที่เป็นสัญญาณให้สังเกต (เช่น first, further) และข้อความสรุปต่าง ๆ (รวมทั้งกราฟและแผนภูมิ) จะช่วยให้ท่านจัดระบบเรื่องราวที่อ่านได้

4. ซ้ำลงตอบอีกครั้ง (Restate) 4. หลังจากอ่านตอนแรกจบแล้ว

พยายามตอบคำถามนั้นอีกโดยไม่ต้องดูหนังสือและใช้คำพูดของเราเอง และถ้าเป็นไปได้ก็ยกตัวอย่างด้วย ถ้าท่านไม่สามารถตอบคำถามได้ก็อ่านตอนนั้นซ้ำอีกที ออกจากนั้นจดหัวข้อสำคัญ ๆ ให้ระบอบกันเป็นโครงเรื่องเพื่อเก็บไว้ทบทวน การจดต้องให้สั้นกระชับรัด

ต่อจากนั้นทำซ้ำขั้น 2, 3 และ 4 ทุกครั้งเมื่อเริ่มหัวเรื่องใหม่ต่อไป นั่นคือเปลี่ยนหัวเรื่องต่อไปให้เป็นคำถาม อ่านเรื่องเพื่อตอบคำถามนั้น ตอบคำถามซ้ำอีกครั้งหนึ่ง และจดหัวข้อสำคัญ ๆ ทำโครงเรื่อง อ่านโดยวิธีนี้จนจบเรื่องที่ได้รับมอบหมายให้อ่าน

จากการศึกษาได้พบว่าทบทวนอย่างรวดเร็วหรือการตอบคำถามซ้ำอีกครั้งในทันทีทันใด หลังจากการอ่านแต่ละครั้งนั้นจะช่วยให้มีประสิทธิภาพในการจำได้อย่างแน่นอน เกือบ 50%

5. ทบทวน (Review) 5. เมื่ออ่านบทเรียนจบหมดแล้วให้ดูข้อความ

ที่ท่านจดไว้ เพื่อให้ได้แนวความคิดต่าง ๆ ทั่วไปและความสัมพันธ์ของมันอย่างคร่าว ๆ ก่อน ต่อจากนั้นตรวจสอบทดลองความจำของท่านโดยพยายามนึกทบทวนจุดสำคัญของเรื่องโดยไม่ดูสมุดจด แล้วเขียนจุดสำคัญที่สุดแต่ละจุดไว้ และพยายามนึกจุดสำคัญรอง ๆ ลงมา นอกจากนี้ควรทบทวนโครงเรื่องก่อนสอบ ท่านมักจะลืมเรื่องที่เรียนไว้เกือบหมดในช่วงเวลา 24 ชั่วโมงแรก แต่จำไว้ว่าเรื่องที่ท่านต้องใช้เวลาเรียนหนึ่งชั่วโมงในครั้งแรกท่านมักจะสามารถทบทวนเข้าใจได้อีกครั้งภายใน 2 - 3 วินาที

แรก ๆ อาจจะมีรู้สึกว่า The Survey Q 3 R Method เป็นของแปลกและยาก แต่เมื่อคุ้นกับวิธีแล้วมันก็จะช่วยให้เราทำงานที่อาจารย์สั่งได้ผลดีขึ้นโดยไม่เพิ่มเวลาอ่าน ประโยชน์ที่ได้รับคือ ทำให้ท่านเห็นข้อแตกต่างระหว่างใจความสำคัญกับรายละเอียดย่อย ๆ และใจลอยน้อยลง

(การศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ โดย ศจ. เกทหลง ประภาวสิทธิ์และคณะ)

การพัฒนาความจำ

จากการค้นคว้าทดลองพบว่า การหาหลักช่วยจำมาใช้ จะช่วยให้คนเราจำได้ดีขึ้น และมีประสิทธิภาพมากขึ้น จึงได้รวบรวมหลักต่าง ๆ มาให้นักศึกษานำไปใช้ หากผู้ใดมีหลักหลักการดี ๆ ก็ขอเชิญชวนช่วยบอกเพื่อแผ่กันบ้าง

1. ต้องเข้าใจเรื่องที่เราอยากจะทำก่อน

ในการทดลองให้นักศึกษารูปตัวยไม่มีขีดไฟ นักเรียนบางคนใช้วิธีจำสูตรสำเร็จ ในการสร้างรูป นักเรียนบางคนทำความเข้าใจกับหลักการสร้างรูปก่อน เมื่อเวลาล่วงเลยไป 1 เดือน ปรากฏว่านักเรียนที่จำสูตรสำเร็จ จะเหลือความทรงจำเรื่องการสร้างรูปน้อยกว่าผู้ที่เรียนโดยหาหลักการก่อน (คนที่เรียนโดยเข้าใจหลักการจะจำได้นานกว่าคนที่เรียนแบบท่อง) เหตุที่เป็นคังนี้มีไปเพราะนักเรียนพวกเขาแรกความจำแยกว่าพวกที่เรียนหลักการก่อน แต่เป็นเพราะเขาพลาดวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ นั่นคือ ไม่ได้เรียนอย่างเข้าใจ จึงลืมไปเสียมาก (Falkenberg. 1973)

2. เรียนอย่างตั้งใจที่จะจำ

ต้องมีสมาธิประกอบ

จากการทดลองพบว่า เมื่อไรที่นักศึกษาไม่ตั้งใจจำก็จะจำเรื่องไม่ค่อยได้ แม้จะอ่านตั้งหลายเที่ยว (Falkenberg. 1973)

3. ช่วยความจำด้วยการจัดประเภทของเรื่อง

เมื่อใดที่สามารถแยกประเภทของเรื่องที่เรียนให้เป็นหมวดหมู่ได้ ก็ควรทำเองเพื่อช่วยความจำ เช่น ถ้าเรียนเรื่องพืชทางการเกษตรที่เป็นสินค้าหลักของอำเภอสามพราน ว่ามีข้าวหอม ข้าวซ้อมมือ มะพร้าวน้ำหอม อุ่น ส้มโอ มะม่วงเขียวเสวย นั้น การที่มีเนื้อหาเป็นพืชไปเช่นนี้อาจยากแก่การจำ ดังนั้นควรจัดเป็นกลุ่มตามลักษณะสำคัญ ดังต่อไปนี้ 1. ข้าว : ข้าวหอม, ข้าวซ้อมมือ 2. ผลไม้เปลือกหนา : มะพร้าวน้ำหอม, ส้มโอ 3. ผลไม้ : อุ่น, มะม่วง, เขียวเสวย

4. ใช้ประโยชน์จากวิธีจำที่ผ่านหน้า

ดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้นว่า คนบางคนจะจำได้ก็ต้องให้เรื่องที่จะจำ "ผ่านตา" เสียก่อน บางคนต้องให้เรื่อง "ผ่านหู" (ด้วยการได้ยินจากที่คนอื่นพูดให้ฟัง หรือมีฉนั้น ก็ต้องท่องเองดัง ๆ ให้ตัวเองได้ยิน) และบางคน (ซึ่งมีจำนวนน้อย) จะจำได้ก็ให้ท่องลงมือเขียนเสียก่อน

นักศึกษาส่วนใหญ่จะจำแนบถ้าได้เห็น (ให้อ่าน) แต่ไม่ว่าวิธีไหนที่จะทำให้ทำนจำได้ก็ขึ้น ก็ขอให้เลือกมาใช้ช่วยความจำ หรือจะใช้หมดทุกวิธีก็ได้

5. ท่องจำทีละน้อย

ก. ในการใช้สมองท่องจำ ไม่ควรนานต่อเนื่องกันเกิน 20 นาที ถ้าหากทำด้วยความตั้งใจและสมาธิที่แน่นแฟ้นแล้ว ระยะเวลาครั้งละ 20 นาที จะจำได้มากกว่าใช้เวลาอย่างใจลอยเป็นชั่วโมงเสียอีก

ข. เมื่อครบ 20 นาทีแล้ว ควรพักสักครู่ จึงค่อยมาเริ่มใหม่อีก 20 นาที เช่นนี้เรื่อยไป การพักสมองควรจะให้ปลอดจากการใช้หัวคิดจริง ๆ อย่างให้มีเรื่องใหม่ ๆ เข้ามาก็คิดจนเป็นเหตุให้เรื่องที่เราจะจำถูกรบกวน

6. การใช้บัตรช่วยความจำ

บัตรแข็งขนาด 3×5 นิ้ว แบบเดียวกับบัตรรายการห้องสมุด เป็นสิ่งที่มีประโยชน์มากในการนำมาพลิกแพลงคัดแปลงใช้ช่วยจำ จะจับถือก็ถนัดมือ เช่น เขียนคำที่ท่องการจำไว้ด้านหลัง แล้วเขียนความหมายไว้ด้านหลัง พอท่องไปจนคิดว่าจำได้แล้ว ก็ลองมาตรวจสอบจากบัตรอีกทีหนึ่ง โดยดูด้านที่มีคำอธิบาย แล้วให้พยายามนึกศัพท์คำนั้นให้ออก หรือใช้วิธีผูกคำศัพท์ก่อนแล้วลองตอบเองในใจว่าคำอธิบายควรจะเป็นอย่างไร แล้วจึงค่อยพลิกดูเฉลยบ้างหลังบัตร

วิธีนี้ให้ผลดีมากในการจำศัพท์ สูตร วันที่ ชื่อบุคคลสำคัญในประวัติศาสตร์ และการเรียนภาษาต่างประเทศ นอกจากนี้การใช้บัตรยังสะดวกต่อการพกติดตัวไปท่องได้ทุกแห่ง แม้จะมีเวลาว่างเพียงนิดหน่อยก็ยังท่องเพิ่มได้เสมอ

7. สร้างคำสั้นที่มีความหมายแทนเรื่องที่จะจำ

พยายามหาคำใด ๆ หรือพยางค์สั้น ๆ ที่จะสื่อความหมายให้ निकออกถึงเรื่อง
ต่อเนื่องเป็นฉาก ๆ ตัวอย่างเช่น หลักการเรียนให้เก่งจะต้องรำลึกอยู่เสมอว่าต้องเรียน
อย่าง "สะสม" ทำซ้ำ ย้ำรางวัล ชยันตึก พิศภูมิบัติ และบังคับตัวเอง"

หรือ ระบบการอ่านคำร่าอย่างมีประสิทธิภาพต้องใช้ระบบ SQ3R ซึ่งย่อมาจาก
Survey, Question, Read, Restate, Review เป็นต้น

8. สร้างสิ่งที่มีความหมาย

ตัวเลขหรือพยัญชนะใด ๆ ที่ไม่ให้ความหมายใด ๆ เลย จะต้องทำให้เป็นสิ่งที่มีความ
หมายขึ้นมาเสียก่อนจึงจะจำได้นาน

เช่น

- ถ้าต้องการนึกถึงอักษรกลาง ก จ ฎ ฏ ค ต บ ป อ ก็ให้นึกถึง

"ไก่แจ้ตาชี่ปากบอ ก ฎ ฏ" หรือ "ไก่จิกเต็ก (ฎ) ตาย (ฏ) หนมากโอง"

ศิลปะในการฟัง

บางทีคนเราเอาแต่ "ฝึกพูด" อย่างเดียวไม่ยอม "ฝึกฟัง" ในที่สุดก็จะกลายเป็นคนที่ "เอาแต่พูด" และไม่ยอมฟังคนอื่นพูดซึ่งเป็นเรื่องเสียหายร้ายแรงอย่างยิ่ง เพราะที่แท้จริงนั้น "คนฉลาดจะฟังมากกว่าพูด" อดีตประธานาธิบดีลินคอล์นเคยกล่าวไว้ว่า "ในบรรดาศุขสมบัติที่หายากในโลกนี้ คุณสมบัติในการเป็นนักฟังที่ดีมีแหละหายากที่สุด"

ประโยชน์ที่ได้รับจากการฟัง

1. ได้รับความรู้สิ่งที่ไม่เคยรู้
2. บรรเทาข้อสงสัย
3. เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหา
4. เป็นวิธีการในการรวบรวมข้อเท็จจริงหรือข้อมูลที่จำเป็นทุกประเภท
5. ผ่อนคลายความตึงเครียดได้ในบางโอกาส

ปัญหาที่เกิดขึ้นในการฟัง

1. ฟังบ้างไม่ฟังบ้าง
2. ฟังว่าเมื่อไรจะหยุดพูด (จะให้คุณต่อ)
3. กิดเรื่องนั้นขณะที่ฟัง
4. ฟังชนิดหาเรื่อง (ขัดจังหวะ ก่อวณ)

การปรับปรุงการฟัง

1. ตั้งใจฟัง
2. ถามเมื่อมีข้อสงสัยให้ถาม
3. ขอให้บทวนถ้าตามไม่ทัน

เอกสารประกอบการอบรม เรื่องศิลปการฟัง โดยสินวัฒน์ นฤคพิทักษ์

เอกสารประกอบการบรรยาย เรื่องศิลปะในการฟัง ดร.จ่านง วิบูลย์ศรี คณะนิเทศศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การจดบันทึกและการทบทวนบทเรียน

1. การจดบันทึกย่อ (โน้ตย่อ) ทำให้ในหลายสถานการณ์เช่น ขณะทำการบ้าน เมื่ออ่านบททบทวนบทเรียนหรือขณะที่ฟังคำบรรยายในชั้นเรียน การจดบันทึกย่อหรือโน้ตย่อมีความสำคัญดังนี้

1.1 ถ้าทำโน้ตย่อตลอดเวลาที่อ่านจะยิ่งทำให้สมาธิดีขึ้น และรู้ว่าเรากำลังอ่านอะไรอยู่

1.2 ฝึกตนเองให้คิดตามไปด้วย มีการวิเคราะห์ข้อมูลจากสิ่งที่ได้เคยรู้มาก่อน ผลก็คือ จำได้แม่นยำว่าการอ่านให้เข้าใจเฉย ๆ

สิ่งที่ต้องโฟกัส ถ้าเป็นวิชาคำนวณก็ควรโฟกัส นิยาม, กฎ, สูตร หรือหลักคิด ถ้าเป็นวิชาบรรยาย ก็โฟกัสใจความสำคัญ การโฟกัสควรโฟกัสเป็นข้อ ๆ เพราะสะดวกในการจำ

2. การทบทวนเนื้อหาสำคัญในบันทึกย่อ

ก. อ่านบททบทวนขณะอยู่ในชั้น เมื่อรอครูเข้าห้อง หรือเมื่อว่าง

ข. อ่านบททบทวนเวลาพัก อาจทบทวนในลักษณะ ถาม-ตอบกับเพื่อน ๆ ก็ได้

ค. อ่านบททบทวนที่บ้าน

2.1 ห้องรู้จักถามขณะเรียนหรือทบทวนบทเรียน หากมีปัญหาสงสัยต้องถามผู้รู้ให้กระจ่าง อาจถามเพื่อนที่เก่งกว่า หรือถามครูก็ได้ อย่าเก็บข้อสงสัยไว้ เมื่อเข้าใจดีแล้วควรโน้ตย่อไว้

2.2 แบ่งวันทบทวนบทเรียนเป็นรายวิชา ให้เหมาะสมกับตารางเรียน เช่น

วันจันทร์ วิชา คณิตศาสตร์ วันอังคาร วิชา ภาษาไทย วันพุธ วิชา วิทยาศาสตร์
วันพฤหัสบดี วิชา ภาษาอังกฤษ วันศุกร์ วิชา สังคมศึกษา วันเสาร์ วิชา
วันอาทิตย์ วิชา

การทบทวนบทเรียนต้องทบทวนตั้งแต่เริ่มเรียนไปแล้ว จนถึงวันใกล้สอบ ใ้ติดเป็นนิสัยไม่ใช่ใกล้สอบจึงจะมาทบทวน การทบทวนบทเรียนบ่อย ๆ ย่อมทำให้เกิดความจำและความเข้าใจบทเรียนได้ดีขึ้น ทำให้อยากเรียนเพราะเรียนแล้วเข้าใจ และยังเป็นการสร้างนิสัยขยัน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการเรียน หากนักเรียนสามารถเก็บเด็กผสมน้อยตามวิธีการข้างต้นได้อย่างสม่ำเสมอรับรองว่าไม่ผิดหวังในการเรียนอย่างแน่นอน

การใช้ห้องสมุด

"ห้องสมุด" นับเป็นหัวใจของการเรียนของนักเรียน, นักศึกษา ในยุคปัจจุบัน เพราะการเรียนการสอนในสมัยนี้ มิใช่เพียงแต่รู้หรือเข้าใจในแบบเรียนหรือตำราเรียน นักเรียนจำเป็นจะต้องมีความรู้นอกเหนือจากตำราด้วย เพราะเมื่อนักเรียนจบชั้น ม.3 และ ม.6 แล้ว นักเรียนย่อมต้องไปศึกษาต่อยังสถาบันอื่นต่อไป ซึ่งจำเป็นจะต้องมีการสอบแข่งขันกับนักเรียนโรงเรียนอื่น การที่มีความรู้มากกว่าหรือนอกเหนือจากความรู้ในตำราย่อมได้เปรียบในการสอบแข่งขัน "ห้องสมุด" นับเป็นแหล่งความรู้ที่ใกล้ตัวนักเรียนที่สุด มีตำรามากที่สุดเท่าที่นักเรียนจะหาอ่านได้ และข้อสำคัญไม่ต้องเสียเงิน และที่สำคัญเป็นการฝึกการรู้จักใช้ห้องสมุด ซึ่งนักเรียนจะต้องใช้มากในระดับมหาวิทยาลัย ในตอนนี้จึงแนะวิธีการใช้ห้องสมุดให้มีประโยชน์ที่สุด ดังนี้

1. นักเรียนจะอ่านอะไรในห้องสมุด การเข้าห้องสมุดทุกครั้งนักเรียนควรจะมีความหมายว่าจะเข้าไปทำอะไรหรือไปอ่านหนังสืออะไร มิใช่สักแต่เข้าไปหรือเห็นเพื่อนเข้าไปก็ตามเข้าไปด้วย เพราะถ้าเป็นเช่นนั้น นอกจากจะไร้ประโยชน์ไม่คุ้มกับที่เข้าไปในห้องสมุดแล้วยังอาจเป็นที่รบกวนผู้อื่นที่กำลังใช้ห้องสมุดอยู่ เพราะการตามเพื่อนเข้าห้องสมุดมักจะคุยหรือส่งเสียงดัง ดังนั้นนักเรียนจำเป็นจะต้องรู้ว่าห้องสมุดจะให้ประโยชน์แก่นักเรียนได้อย่างไรบ้าง จึงขอแนะนำดังนี้

- ก. ค้นคว้าความรู้เพื่อทำงานส่งครู-อาจารย์
- ข. ทาความรู้เพิ่มเติมจากบทเรียน
- ค. อ่านความรู้ทั่ว ๆ ไปที่น่าสนใจ
- ง. อ่านข่าวหรือความรู้อื่นจากหนังสือพิมพ์
- จ. เลือกหนังสืออ่านที่ให้ความเพลิดเพลิน เพื่อยืมไปอ่านที่บ้าน ไม่ควรอ่าน

ในห้องสมุด เพราะมักอ่านไม่จบทำให้การอ่านขาดตอน และอาจมีความคิดเกี่ยวกับเรื่องที่อ่าน เข้าไปเรียนในห้องเรียนทำให้เรียนไม่ได้ผลเต็มที่ หนังสือที่ให้ความเพลิดเพลินก็มี นวนิยาย, เรื่องสั้น, หนังสือการ์ตูน, หนังสือรายสัปดาห์, รายักษ์ หรือรายเดือน ฯลฯ

2. นักเรียนจะเข้าห้องสมุดเวลาไหน? เวลาที่นักเรียนจะเข้าห้องสมุดแบบ
จะกล่าวได้ว่า โอกาสที่นักเรียนจะเข้าห้องสมุดค่อนข้างแน่นอน คือ
- ก. เวลาเข้าก่อนเข้าห้องเรียน
 - ข. เวลาที่ครูไม่เข้าห้องสอน หรือชั่วโมงว่าง
 - ค. เวลาพักกลางวัน หลังรับประทานอาหารเช้า
 - ง. เวลาหลังเลิกเรียนก่อนกลับบ้าน
3. อ่านหนังสือในห้องสมุดอย่างไร จึงจะได้ประโยชน์ที่สุด
- ก. กรณีค้นคว้าทำรายงานส่งครู - อาจารย์ ควรทำในห้องสมุด ไม่ควรมีหนังสือไปบ้าน เพราะอาจจะยืมหนังสือไปไม่ครบ ถ้าทำในห้องสมุดสงสัยเรื่องใดค้นคว้าได้ทันที
 - ข. การอ่านเพื่อให้ความรู้ ประกอบบทเรียน ควรมีการจดหรือย่อลงสมุดพก ซึ่งนักเรียนควรมี เป็นเล่มเล็ก ๆ ติดตัว
 - ค. การอ่านหนังสือพิมพ์รายวัน ควรอ่านหลายฉบับ (ถ้ามี) เพราะจะได้แง่คิดหรือข้อเท็จจริงเปรียบเทียบได้

(แนววิธีเรียนเก่ง : วิธีที่ โรจนพจนรัตน์)

เรียนเป็นเรียนกลุ่ม

การเรียนเป็นกลุ่มนับเป็นเรื่องสำคัญมากสำหรับการเรียนในชั้น และสำคัญที่สุดสำหรับการเตรียมตัวสอบคัดเลือกเรียนต่อ จึงขอแนะนำวิธีเรียนเป็นกลุ่มที่สามารถนำไปใช้...
ดังนี้

1. จัดกลุ่ม ควรจัดดังนี้

- 1.1 จำนวนสมาชิกในกลุ่มอย่างน้อย 5 คน แต่ไม่ควรเป็น 10 คน (5 - 10)
- 1.2 สมาชิกในกลุ่มต้องเรียนห้องเดียวกัน ถ้าเป็นสหศึกษาสมาชิกทุกคนควรเพศเดียวกัน เพราะบางครั้งอาจคลุกคลีหนังสือในเวลาว่าง
- 1.3 สมาชิกในกลุ่มควรเป็นเพื่อนสนิทกัน และควรมีระยะกันระหว่างผู้เรียนเก่ง, ปานกลาง, และไม่เก่ง, หากทั้งกลุ่มเก่งหมดหรือไม่เก่งหมด จะได้ประโยชน์น้อย
- 1.4 หากกลุ่มมีสมาชิกน้อย เช่น 4 - 6 คน ควรชักชวนเพื่อนในห้องเดียวกันที่อยู่อย่างโดดเดี่ยวหรือขาดเพื่อนมาเข้ากลุ่มด้วย

2. แบ่งวิชาเพื่อทำสรุป - ทบทวน มีหลักดังนี้

- 2.1 วิชาที่จะแบ่งกันรับผิดชอบควรเป็นวิชาหลัก คือ คณิตศาสตร์, วิทยาศาสตร์ ภาษาไทย, ภาษาอังกฤษ และสังคมศึกษา เพราะ 5 วิชานี้เป็นวิชาที่ต้องใช้เมื่อสอบคัดเลือกเรียนต่อ
- 2.2 แบ่งรับผิดชอบวิชาละ 2 คน โดยแบ่งให้ตามความถนัด
- 2.3 ผู้รับผิดชอบแต่ละวิชา ต้องทำโน้ตสรุปย่อ, ถาม - ตอบ, ค้นคว้าความรู้ในวิชานั้น ๆ ที่นอกเหนือจากแบบเรียนที่ครูสอน โดยค้นคว้าจากคู่มือ หรือข้อสอบคัดเลือกเรียนต่อ

3. แบ่งเวลา - วิชาที่จะทบทวน

3.1 จัดทำตารางทบทวนของกลุ่ม เช่น

- เครื่องชี้วัดหลังของเวลาพักรับประทานอาหาร

จันทร์	วิชา	ภาษาไทย
พุธ	วิชา	ภาษาอังกฤษ
ศุกร์	วิชา	สังคมศึกษา

- วันหยุด (ครึ่งวัน) คณิตศาสตร์, วิทยาศาสตร์

3.2 กำหนดเวลาเริ่มต้นของการเรียนเป็นกลุ่ม ควรหลังจากเปิดเทอม

แล้ว 1 เดือน เพราะถ้าก่อนนี้ยังเรียนน้อยเกินไป

การเตรียมตัวสอบ

การดูหนังสือเตรียมสอบนับว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่งสำหรับนักเรียน เพราะถ้าหากนักเรียนมีการจัดระบบการดูหนังสือที่ดี ก็จะส่งผลให้คะแนนในการสอบแต่ละครั้งก็ตามไปด้วย นักเรียนเป็นจำนวนมากที่ประสบปัญหาว่าทำอย่างไรจึงจะทำให้การสอบแต่ละครั้งผ่านพ้นไปด้วยความสบายใจ นักเรียนลองสำรวจตนเองดูว่านักเรียนเคยปฏิบัติดังเช่นวิธีการต่อไปนี้หรือไม่

1. ทบทวนความรู้สม่ำเสมอตลอดภาคการศึกษา การดูหนังสือสม่ำเสมอเปรียบเสมือนการเปิดน้ำใส่ตุ่มทีละเล็กทีละน้อยน้ำก็จะเต็มตุ่มได้โดยไม่มีไหลหรือระลอก
 2. สำรวจสมุดจดงาน การบ้าน รายงานว่าทำครบหรือไม่เมื่อต้องการอ่านหรือทำความเข้าใจจะได้หยิบใช้ได้ทันที
 3. ขณะอ่านหนังสือหรือสมุดบันทึกคำบรรยายควรที่จะทำบันทึกย่อไปพร้อมกันที่ละบท เพื่อง่ายในการทบทวน
 4. ทำเครื่องหมายที่สังเกตง่ายไว้ที่ นิยาม ข้อความ สูตร กฎต่าง ๆ เพื่อจะได้สะดวกเวลาทบทวนเร็ว ๆ
 5. ทดลองตั้งคำถามตลอดเวลาที่ทบทวนหนังสือ เพื่อกระตุ้นให้ใส่ใจที่จะค้นคว้าหาคำตอบ
 6. ในบทเรียนหรือเนื้อหาที่ไม่เข้าใจควรที่จะสอบถามจากผู้รู้ เช่น ครู อาจารย์ เพื่อน เป็นต้น
- การเก็บเล็กประสมน้อยจะทำให้ท่านมีความรู้ในอนาคต

แนวทางในการปรับปรุงตนเอง

การศึกษาและการเรียนรู้ที่ให้ผลอย่างสมบูรณ์นั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยที่สำคัญสามประการ

1. ท่านต้องมีจิตใจที่จะศึกษาอย่างแท้จริง ท่านย่อมไม่สามารถที่จะศึกษาเล่าเรียนได้ดี ถ้าหากว่าจิตใจของท่านมีแต่ความเฉื่อยชา หรืออยู่ในลักษณะครึ่งหลับครึ่งตื่น ท่านต้องการจิตใจที่ผ่องใสปลอดโปร่งและมีความกระตือรือร้นในอันที่จะรับรู้ความคิดใหม่ ๆ ซึ่งสามารถทำได้โดย การทำให้จิตใจของท่านสงบสติสด้วยการ สร้างสมาธิ การมีสมาธิจะทำให้ความคิดของท่านมุ่งไปแต่ที่หนึ่งโดยเฉพาะ ใต้ประโยชน์อย่างเต็มที่ในงานที่ท่านทำ
2. ท่านจะต้องมีการดำเนินงานที่ถูกต้อง ชาสลาม และบราวน์ พบว่า การที่นักเรียนจะมีพฤติกรรมการเรียนดีได้มันจะต้องมีความเข้าใจในเรื่องทั้งนี้คือ วิธีการทำงานและวิธีเรียน การจัดการเวลา การจดบันทึก การเตรียมตัวสอบ การท่องหนังสือ การตอบคำถาม และทำข้อสอบ การเขียนรายงาน การใช้ห้องสมุด เป็นต้น
3. ท่านจะต้องมีความสามารถในการควบคุมตนเอง การควบคุมตนเองให้สามารถปฏิบัติงานตามความรู้ความเข้าใจที่ได้รับมาจะเป็นสิ่งชี้ขาดว่าท่านได้ลงมือปรับปรุงตนเองแล้วหรือยัง

(ชนะทุกซ์ : ชนะศัตรู : ม.ร.ว. ชนม์สวัสดิ์ ชมพูนุช)

คำชี้แจง

1. แบบสำรวจนี้มีข้อความอยู่ 100 ข้อ ใช้เวลาประมาณ 50 นาที
2. แบบสำรวจนี้ถามเกี่ยวกับลักษณะพฤติกรรมที่ท่านเคยประพฤติปฏิบัติ และความคิดเห็นในด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้วยเหตุนี้จึงไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด สิ่งที่สำคัญที่สุดคือขอให้ท่านตอบตรงกับสภาพความเป็นจริงที่ท่านประพฤติปฏิบัติ และความคิดเห็นที่เป็นจริงของท่านมากที่สุด
3. การตอบแบบสำรวจ ให้ท่านอ่านข้อความในแบบสำรวจทีละข้อ แล้วพิจารณาว่าท่านเคยปฏิบัติ หรือมีความคิดเห็นในเรื่องนั้นมากน้อยเพียงใด ใน 5 อันดับต่อไปนี้คือ
 - ก. หมายถึง น้อยครั้งที่สุด คือการปฏิบัติเป็นประจำเกือบทุกครั้งหรือเห็นด้วยอย่างยิ่ง
 - ข. " น้อยมาก คือการปฏิบัติเกือบ เป็นประจำแต่น้อยกว่าบ่อยครั้งที่สุด หรือเห็นด้วย
 - ค. " ปานกลาง คือการปฏิบัติครั้งหนึ่งของเวลาทั้งหมดหรือรู้สึกเฉย ๆ
 - ง. " บางครั้ง คือการปฏิบัติตาม ๆ ครั้งหรือไม่เห็นด้วย
 - จ. " ไม่เคยเลย คือการปฏิบัติที่น้อยที่สุดหรือไม่เคยเลย หรือไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4. เมื่อได้ตัดสินใจว่าคำตอบใดเป็นจริงตรงกับนิสัยและทัศนคติของท่านมากที่สุด ให้ไปขีดตอบโดยทำเครื่องหมาย X ลงบนตัวอักษร ก ข ค ง หรือ จ ในกระดาษคำตอบเพียงตัวเดียวเท่านั้น

ตัวอย่าง ข้อ (0) ข้าพเจ้าชอบรับประทานนมในท้องเรียน

ถ้าท่านเคยปฏิบัติบ่อยมาก ก็ไปทำเครื่องหมายในกระดาษคำตอบดังนี้

ข้อ (0) ก ค ง จ

5. โปรดระวังขีดคำตอบให้ตรงกับข้อความ และโปรดทำทุกข้อ
6. ถ้าต้องการเปลี่ยนคำตอบ โปรดขีดฆ่าของเดิม แล้วขีดตอบใหม่ให้ชัดเจน
7. โปรดอย่าทำเครื่องหมายใด ๆ ในสมุดคำถาม
8. เมื่อทำเสร็จเรียบร้อยแล้วโปรดส่งกระดาษคำตอบคืน พร้อมด้วยสมุดคำถามต่อไปนี้เป็นข้อความเกี่ยวกับนิสัยและทัศนคติในการเรียน

1. เมื่อมีการบ้านยากกว่าปกติข้าพเจ้ามักจะ
ไม่ทำ หรือทำเฉพาะส่วนที่ง่ายเท่านั้น
2. ก่อนที่จะลงมือเขียนรายงาน ข้าพเจ้าต้อง
พยายามทำความเข้าใจ เรื่องที่ต้องการ
ให้เข้าใจแจ่มแจ้งเสียก่อน
3. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าความชอบไม่ชอบนักเรียน
ของครู มีผลต่อการให้คะแนนมากเกินไป
4. ข้าพเจ้าไปโรงเรียนเพราะผู้ปกครองต้อง
การให้ไป
5. ข้าพเจ้าใช้เวลาในเรื่องสนุกสนานซึ่งไม่ค่อย
ได้ประโยชน์มากเกินไปจนทำให้เรียน
หนังสือไม่ได้ดี
6. ข้าพเจ้าตรวจทานการบ้านหรือรายงานอย่าง
พิถีพิถันเป็นพิเศษในเรื่องความสะอาด
เรียบร้อยและความถูกต้อง
7. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าครูให้ความสำคัญในเรื่อง
การให้คะแนนแก่นักเรียนทุกคน
8. ข้าพเจ้าคิดว่าคนเราไม่ต้องศึกษาเล่าเรียน
ก็สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข
9. แม้ว่าจะงานที่ครูให้ทำจะน่าเบื่อและไม่น่าสนใจ
ข้าพเจ้าก็ตั้งใจทำงานเสร็จเรียบร้อย
10. เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับการเขียนรายงาน
ข้าพเจ้าจะพยายามค้นคว้าจากหนังสือคู่มือ
ต่าง ๆ ด้วยตนเอง
11. ครูเข้มงวดเกินไปจนทำให้ข้าพเจ้ากลัวและ
เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง
12. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการทำงานทำให้ข้าพเจ้าเสีย
เวลาและโอกาสในการทำงานไป
13. ข้าพเจ้าทำงานอื่นมากเกินไปจนละเลย
การทำการบ้าน
14. เมื่อไม่เข้าใจสิ่งที่ครูสอนข้าพเจ้ามีความ
กระตือรือร้นในการที่ซักถามจากครู
15. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการทำงานที่ครูตำหนิหรือวิจารณ์
งานของข้าพเจ้าเป็นสาเหตุทำให้ข้าพเจ้า
พยายามทำงานให้ดีขึ้น
16. ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจที่ได้เข้าโรงเรียน และ
มีโอกาสเรียนอยู่ในขณะนี้
17. ปัญหาต่าง ๆ เป็นสาเหตุทำให้ข้าพเจ้า
ไม่มีเวลาทำการบ้าน
18. ในขณะที่ครูสอนข้าพเจ้ามักจะคุยกับเพื่อน
ทำงานอื่น หรือรับประทานขนม
19. ข้าพเจ้าคิดว่าครูมักจะดูถูกนักเรียนที่เรียน
อ่อนและเห็นข้อผิดพลาดเป็นเรื่องขบขัน
20. ข้าพเจ้าคิดว่าเป็นการไม่คุ้มค่า ในการเสีย
เวลา เสียเงิน และความพยายามที่จะสอบ
เข้าเรียนต่อในระดับสูงขึ้น
21. ข้าพเจ้าจะรีบลงมือทำการบ้านหรือเขียน
รายงานเมื่อถึงกำหนดเวลาที่ต้องส่งงาน
22. ในการทบทวนบทเรียนที่ยาก ข้าพเจ้าจะ
อ่านซ้ำหลาย ๆ ครั้งจนเข้าใจแล้วจึงผ่านไป
23. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าวิธีสอนของครูบางคนน่าเบื่อ
จนทำให้ข้าพเจ้าไม่อยากเรียน

24. ข้าพเจ้ารู้สึกสับสนว่าจะทำอะไรต่อหลังจากจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายแล้ว
25. เมื่อมีเหตุที่ทำให้ข้าพเจ้ากังวลใจข้าพเจ้าจะเรียนหนังสือไม่ได้ดี
26. ข้าพเจ้านำเครื่องเขียน อุปกรณ์การเรียน และตำราเรียนมาพร้อมทุกวัน
27. ข้าพเจ้าเชื่อว่าครูเป็นบุคคลที่วางตัวได้เหมาะสมและเป็นตัวอย่างที่ดีแก่นักเรียน
28. ข้าพเจ้าคิดว่าวิชาที่เรียนทุกวิชามีประโยชน์ต่อชีวิตประจำวันทั้งสิ้น
29. สถานที่ดูหนังสือและทำการบ้านที่บ้านของข้าพเจ้า สะอาดและจัดอย่างมีระเบียบเรียบร้อย
30. ข้าพเจ้าชอบนั่งเรียนหนังสือหน้าชั้น และมักจะพยายามนั่งหน้าชั้นเสมอถ้ามีโอกาส
31. ครูมักจะใช้คำพูดที่ข้าพเจ้าไม่เข้าใจในการอธิบายและตอบคำถามของนักเรียน
32. ข้าพเจ้ารู้สึกดีใจเมื่อบางชั่วโมงครูไม่มาหรือมีการงดการเรียน
33. เมื่อครูให้การบ้านหรือทำรายงานข้าพเจ้าจะใช้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่
34. ข้าพเจ้าสามารถอ่านหนังสือได้ภายในระยะเวลาอันสั้นเท่านั้นก็เบื่อ
35. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าครูมักจะพูดมากเกินไปและในบางครั้งสิ่งที่ครูพูดไม่เกี่ยวกับบทเรียนเลย
36. การอ่านหนังสือหรือเรียนหนังสือติดต่อกันเป็นเวลานาน ๆ ทำให้ข้าพเจ้าปวดศีรษะ
37. ถ้าข้าพเจ้าทำงานบกพร่องแล้วถูกครูตำหนิ ข้าพเจ้าจะเกิดความท้อถอยหมดความพยายามที่จะทำงานสิ่งต่อไป
38. ในการทำข้อสอบนั้น ก่อนที่จะส่งกระดาษคำตอบ ข้าพเจ้าจะใช้เวลาประมาณ 2 - 3 นาที เพื่อตรวจทานก่อน
39. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าครูพยายามปรับปรุงเนื้อหาวิชาให้เหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน
40. ข้าพเจ้าไม่สนใจว่าจะสอบได้คะแนนมากน้อยเพียงใด เพียงแต่ขอให้สอบผ่านเท่านั้น
41. ข้าพเจ้ามักรีบร้อนและทำงานอย่างขอไปทีเพื่อรีบส่งให้ทันตามกำหนดเวลา
42. หลังจากสอบเสร็จแล้ว ข้าพเจ้าจะรีบซักถามครู หรือค้นหาคำตอบที่เป็นปัญหาหรือตอบไม่ได้
43. ข้าพเจ้ายกย่องและเคารพครูเปรียบเสมือนญาติผู้ใหญ่
44. ข้าพเจ้าคิดว่าสถานที่ที่น่าอยู่รองจากบ้านคือโรงเรียน
45. เมื่อเรียนหนังสือได้ไม่นาน ข้าพเจ้าก็เริ่มรู้สึกเหนื่อย เบื่อหน่าย และง่วงนอนจนต้องฝืนใจเรียน

46. ข้าพเจ้าจะทำเครื่องหมาย หรือขีดเส้นใต้ข้อความที่สำคัญที่ครูเน้น
47. ข้าพเจ้าเชื่อว่าครูทำการสอนด้วยความสนใจและเอาใจใส่ เพราะครูเต็มใจและพอใจในการสอน
48. ข้าพเจ้าไม่อยากจะไปเรียนในโรงเรียนที่กำลังเรียนอยู่
49. เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับการทำการบ้านหรือทำรายงาน ข้าพเจ้าจะพยายามซักถามและพูดคุยกับครูจนเข้าใจ
50. ข้าพเจ้ามักไปโรงเรียนแต่เช้าและเข้าห้องเรียนทันเวลาเสมอ
51. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณครูไม่เข้าใจถึงความต้องการและความสนใจของนักเรียน
52. ข้าพเจ้ามักจะไม่ได้ไปโรงเรียน เมื่อมีเหตุการณ์อื่นที่น่าสนใจและน่าสนุกมากกว่า
53. ข้าพเจ้าทำการบ้านหรืองานที่ครูมอบหมายให้เสร็จเรียบร้อย และส่งทันเวลาเสมอ
54. ข้าพเจ้าจะทบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้วอยู่เสมอ และทันทีที่มีเวลาว่าง แม้ว่าจะจำได้แล้วก็ตาม
55. ครูดูและเข้มงวดเกินไปจนกระทั่งเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน ข้าพเจ้าไม่กล้าเข้าไปถามครู
56. เมื่อข้าพเจ้าเรียนไม่ทันเพื่อน ทำให้ข้าพเจ้าไม่อยากไปโรงเรียน
57. เมื่อพบว่าการบ้านหรืองานที่ครูมอบหมายให้ยาก ข้าพเจ้าจะเพิ่มความพยายามมากขึ้น
58. ข้าพเจ้าสนใจแต่จดงานจนฟังคำอธิบายของครูที่ไม่หมด
59. ครูไม่ตั้งใจสอนจึงทำให้ข้าพเจ้าไม่ค่อยสนใจเรียน
60. ข้าพเจ้าคิดว่าอาจเป็นการดีสำหรับข้าพเจ้าในการที่จะลาออกจากโรงเรียน และหางานทำ
61. ข้าพเจ้ามักจะลอกการบ้านหรือรายงานของเพื่อนเสมอ โดยเฉพาะเมื่อไม่เข้าใจหรือทำไม่ได้
62. ข้าพเจ้ามักจะใช้เวลาอ่านหนังสืออ่านเล่น หรือทำงานอื่นมากกว่าใช้เวลาทบทวนบทเรียน
63. การไม่ชอบครูบางคนทำให้ข้าพเจ้าละเลยและไม่อยากสนใจการเรียนวิชานั้น ๆ
64. ข้าพเจ้าจะทบทวนบทเรียนเฉพาะวิชาที่ถนัดและชอบเท่านั้น
65. เมื่อมีการบ้านหรือการทำรายงาน ข้าพเจ้าจะตั้งใจทำให้ดีที่สุดและใช้ความสามารถให้เต็มที่
66. หลังจากอ่านหนังสือหรือตำราผ่านไปแล้วหลายหน้า ข้าพเจ้ามักจะจำเรื่องที่อ่านไปไม่ค่อยได้

67. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณมอบหมายงานให้นักเรียนค้นคว้าและอ่านหนังสือเพิ่มเติมมากเกินไป
68. ห้องสมุดให้ประโยชน์น้อยมากสำหรับข้าพเจ้า
69. ข้าพเจ้ามักจะจดงานไม่ทันหรือเว้นว่างไว้แล้วไปขอเพื่อนจดตามที่หลังเมื่อใกล้สอบ
70. ในการจกคำบรรยายข้าพเจ้ามักจะทรบทรบภายหลังจากว่าจกสิ่งที่ไม่ใช่ส่วนสำคัญลงไป
71. ในบางครั้งครูไม่สามารถอธิบายหรือตอบคำถามของนักเรียนให้เข้าใจได้แจ่มแจ้ง
72. แม้ว่าข้าพเจ้าไม่ชอบวิชาหนึ่งวิชาใดก็ตามแต่ก็พยายามตั้งใจเรียน เพื่อสอบให้ได้คะแนนดี
73. ก่อนจะลงมือทำงานที่คุณมอบหมายให้ข้าพเจ้า จะจัดเรียงและแยกประเภทของงานแต่ละวิชา
74. ในขณะที่ครูสอน เมื่อมีปัญหาหรือไม่เข้าใจข้าพเจ้าไม่กล้าถามครู
75. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าครูให้ความสนใจและพยายามที่จะช่วยเหลือนักเรียนทุกคนโดยทั่วถึง
76. หลังจากไปโรงเรียนแล้ว 2 - 3 วันแรกข้าพเจ้าก็เริ่มสนใจการเรียนน้อยลง
77. ข้าพเจ้าชอบเบ็ดวิหุญ แผ่นเสียง หรือโทรทัศน์ในขณะที่ทำการบ้านหรืออ่านหนังสือ
78. ข้าพเจ้าทำข้อสอบไม่ได้ดีเพราะไม่สามารถที่ละวางแผนในการตอบให้ดีและคิดอย่างแจ่มแจ้งภายในระยะเวลาอันสั้น
79. ข้าพเจ้าเชื่อและปฏิบัติตามทุกอย่างที่ครูเสนอแนะ
80. ข้าพเจ้าคิดว่าความร่ำรวยสามารถซื้อตำแหน่งการงานได้
81. มีอยู่บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าตั้งใจทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง แต่ทำไม่ทันก็รู้สึกเบื่อ
82. ข้าพเจ้าเสียเวลาและเสียคะแนนในการสอบ เพราะการเปลี่ยนคำตอบครั้งแรกที่ตอบและพบว่าคำตอบที่เปลี่ยนนั้นเป็นคำตอบที่ถูก
83. ครูตรวจแบบฝึกหัดตัวอย่างสม่ำเสมอทำให้ข้าพเจ้าขยันทำการบ้านและเอาใจใส่ในการเรียนมากขึ้น
84. การอ่านหนังสือทุกประเภท ทำให้คนฉลาดและรอบรู้มากขึ้น
85. ข้าพเจ้าไม่ค่อยได้ทำการบ้านหรือบางทีทำแต่ไม่เสร็จเรียบร้อย
86. ในขณะที่เรียนหนังสือ ข้าพเจ้านั่งใจลอยและคิดถึงเรื่องอื่น ๆ จนไม่ได้ตั้งใจเรียน
87. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าครูเป็นผู้มีความเมตตาและหวังดีต่อนักเรียนอย่างแท้จริง
88. ข้าพเจ้าคิดว่าการศึกษาเล่าเรียนไม่สามารถทำให้นักเรียนประสบผลสำเร็จในอนาคตเสมอไป

89. การทำงานที่ครูมอบหมายให้จะดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับอารมณ์ของข้าพเจ้า
90. ข้าพเจ้าทำข้อสอบอย่างระมัดระวัง และตรวจทานก่อนจะผ่านในหีบละข้อ
91. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณครูให้ความสำคัญต่อการให้คะแนนมากกว่าคำนึงถึงวัตถุประสงค์ของการเรียนอย่างแท้จริง
92. ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้ เนื่องจากครูสอนเร็วเกินไปจนตามไม่ทัน
93. หลังจากโรงเรียนเลิกแล้ว ข้าพเจ้ามักจะศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองอีกประมาณ 1 - 2 ชั่วโมง
94. ในระหว่างการสอบข้าพเจ้ามักจะลืมสูตรและกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เสมอ
95. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าผลการสอบที่ได้รับสอดคล้องกับความขยันของข้าพเจ้า
96. ข้าพเจ้าไม่สามารถจะตั้งใจทำการบ้านหรือรายงานในวิชาที่ข้าพเจ้าไม่ชอบได้
97. ข้าพเจ้าเตรียมวางแผนการเรียนตั้งแต่เปิดภาคเรียนในวันแรก เพื่อที่จะเรียนให้ได้ดีที่สุด
98. ข้าพเจ้าทำบันทึกย่อของแต่ละวิชา เพื่อช่วยความจำและสะดวกในการทบทวน
99. ข้าพเจ้ารู้สึกว่า ครูมักจะชอบแสดงตัวว่าเป็นผู้มีอำนาจและวางอำนาจมากเกินไป
100. ในบางชั่วโมง บทเรียนน่าเบื่อ และไม่ว่าสนใจมากจนเป็นเหตุให้ข้าพเจ้าง่วงนอนหรือคิดว่าทำงานอื่นดีกว่าการฟังครูสอน

ภาคผนวก ก

กลุ่มทดลอง

	คะแนนจากแบบสำรวจ		ความแตกต่างของ คะแนนเป็นรายคู่ (D)	D ²
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง		
1	240	343	103	10609
2	251	288	37	1369
3	258	301	43	1849
4	261	328	67	4489
5	264	301	37	1369
6	268	302	34	1156
7	273	438	165	27225
8	278	307	29	841
9	280	340	60	3600
10	282	322	40	1600
11	286	341	55	3025
12	289	312	23	529
13	290	401	111	12321
14	294	322	28	784
15	295	338	43	1849
16	299	338	39	1521
17	300	324	24	576
18	307	368	61	3721
	$\Sigma X = 5015$	$\Sigma X = 6007$	$\Sigma D = 999$	$\Sigma D^2 = 78433$
	$\bar{X}_1 = 278.61$	$\bar{X}_2 = 333.72$		

กลุ่มควบคุม

	คะแนนจากแบบสำรวจ		ความแตกต่างของ คะแนนเป็นรายคู่ (D)	D ²
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง		
1	241	260	19	361
2	253	268	15	225
3	257	272	15	225
4	262	282	20	400
5	264	240	24	576
6	269	305	36	1296
7	274	295	21	441
8	279	295	16	256
9	279	243	36	1296
10	284	309	19	361
11	286	332	46	2116
12	290	300	10	100
13	292	264	28	784
14	294	307	13	169
15	296	321	25	625
16	299	318	19	361
17	302	316	14	196
18	308	329	21	441
	$\Sigma Y_1 = 5029$	$\Sigma X_2 = 5252$	$\Sigma D = 221$	$\Sigma D^2 = 10229$
	$\bar{Y}_1 = 279.38$	$\bar{X}_2 = 291.78$		

ค่าความแปรปรวนและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มทดลอง

ก่อนการทดลอง

$$\begin{aligned}
 \text{สูตร} \quad S &= \sqrt{\frac{N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2}{N(N-1)}} \\
 \text{แทนค่าในสูตร} &= \sqrt{\frac{18 \times 1403081 - (5015)^2}{18 \times 17}} \\
 S &= 343.898 \\
 S^2 &= 343.898 \\
 S &= 18.54
 \end{aligned}$$

หลังการทดลอง

$$\begin{aligned}
 \text{สูตร} \quad S &= \sqrt{\frac{N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2}{N(N-1)}} \\
 \text{แทนค่าในสูตร} &= \sqrt{\frac{18 \times 3022958 - (6007)^2}{18 \times 17}} \\
 S &= 1664.0359 \\
 S^2 &= 1664.04 \\
 S &= 40.79
 \end{aligned}$$

ค่าความแปรปรวนและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มควบคุม

ก่อนการทดลอง

แทนค่าในสูตร

$$s = \sqrt{\frac{18 \times 1410935 - (5029)^2}{18 \times 17}}$$

$$s^2 = 346.37$$

$$s^2 = 18.61$$

หลังการทดลอง

แทนค่าในสูตร

$$s = \sqrt{\frac{18 \times 1544896 - (5252)^2}{18 \times 17}}$$

$$s^2 = 734.06536$$

$$s^2 = 27.09$$

เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนก่อนและหลังการทดลอง
ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

$$\text{สูตร } t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n-1)S_1^2 + (n-1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \times \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

ก่อนการทดลอง

$$\begin{aligned} \text{แทนค่าในสูตร } t &= \frac{279.38 - 278.61}{\sqrt{\frac{17(343.89) + 17(346.37)}{18 + 16} \times \left(\frac{1}{18} + \frac{1}{18}\right)}} \\ &= 0.1243 \end{aligned}$$

หลังการทดลอง

$$\begin{aligned} \text{แทนค่าในสูตร } t &= \frac{333.72 - 291.78}{\sqrt{\frac{17(1664.04) + 17(734.07)}{18 + 16} \times \left(\frac{1}{18} + \frac{1}{18}\right)}} \\ t &= 3.6339 \end{aligned}$$

เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเป็นรายกลุ่มหลังการทดลอง
ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

$$\text{จากสูตร } t = \frac{\Sigma D}{\sqrt{\frac{n\Sigma D^2 - (\Sigma D)^2}{n-1}}}$$

กลุ่มทดลอง

$$\text{แทนค่าในสูตร } t = \frac{999}{\sqrt{\frac{18 \times 78433 - (999)^2}{18-1}}}$$

ความแตกต่างระหว่างก่อน
และหลังการทดลองของ
กลุ่มทดลอง $t = 6.4032$

กลุ่มควบคุม

$$\text{แทนค่าในสูตร } t = \frac{221}{\sqrt{\frac{18(10229) - (221)^2}{18-1}}}$$

ความแตกต่างระหว่างก่อน
และหลังการทดลองของ
กลุ่มควบคุม $t = 2.4774$

ผลการใช้แม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนและทัศนคติในการเรียน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม
กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
สุปรียา อันทิวโรทัย

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
กุมภาพันธ์ 2529

EFFECTS OF MODELING ON DEVELOPING STUDY BEHAVIORS AND ATTITUDES
OF MATHAYOM SUKSA IV STUDENTS AT
CHANPRADITHARAMVITHAYAKOM SCHOOL,
BANGKOK

AN ABSTRACT

BY

SUPREEYA ANDHIVAROTHAI

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree
at Srinakharinwirot University

March 1986

The purpose of this experimental research was to study the effect of modeling on developing study behaviors and attitudes. The subjects were 36 MS IV students of Chanpraditharamwithayakom School in Bangkok in the academic year 1985 who got low scores in study behaviors and attitudes. They were randomly selected into the experimental group and the control group. Each group consisted of 18 students.

The experimental group was treated with 15 sessions of modeling program and the control group was given 15 sessions of information program on study behaviors and attitudes. After the experiment, both groups were post tested by the same questionnaire and t - test was used for analysis. The results were as follows.

1. The study behaviors and attitudes of the experimental group significantly increased higher than the control group at the .01 level.
2. The study behaviors and attitudes of the experimental group significantly increased at the .01 level.
3. The study behaviors and attitudes of the control group significantly increased at the .05 level.