

การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับสัณใหม่
เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์
เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา
ธันวาคม 2545
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

34 2.110 24

๑๑๑๑

๘.๖

การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับเปลี่ยน
เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์
เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร



13 ก.พ. 2546

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา

ธันวาคม 2545

๒๑๕๑๑

อัจฉรา วิไลหงษ์.(2545). การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับเปลี่ยน เพื่อลดพฤติกรรม
ก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เขตคลองเตย
กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์ ดร. อารี พันธุ์มณี ,
รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กริทอง

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับเปลี่ยน เพื่อลด
พฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เขตคลองเตย
กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน จำนวน 16 คน แบ่งออกเป็น
กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มทดลองละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการควบคุมตนเอง และ
กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการปรับเปลี่ยน โดยทั้ง 2 กลุ่มการทดลองได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจาก 2 ห้องเรียน
แบบแผนการทดลองของการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสลับกลับ เครื่องมือที่ใช้ในการบันทึกพฤติกรรม คือ แบบ
บันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การทดสอบของ วิลคอกซัน และ
การทดสอบของ แมน-วิทนี

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการควบคุมตนเองอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการปรับเปลี่ยนอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการปรับเปลี่ยน มีพฤติกรรมก่อนกวน
ในชั้นเรียนลดลงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

A COMPARISON OF THE EFFECTS OF SELF-CONTROL AND RESPONSE COST
ON DISRUPTIVE CLASSROOM BEHAVIOR OF PHATHOM SUKSA V
STUDENTS AT WANNAWIT SCHOOL
IN KHLONGTOEI, BANGKOK



Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Educational Psychology
at Srinakharinwirot University
December 2002

Atchara Vilaihong. (2002). *A Comparison of the Effects of Self-Control and Response Cost on Disruptive Classroom Behavior of Prathom Suksa V Students at Wannawit School in Khlongtoei, Bangkok*. Master Thesis, M. Ed. (Educational Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Associated Professor Dr. Aree Punmanee, Associated Professor Kamolrat Greethong.

The purpose of this experimental research was to compare the effects of self-control and response cost on disruptive classroom behavior of Prathom Suksa V students at Wannawit School in Khlongtoei, Bangkok in the academic year 2002. The subjects were sixteen students who displayed disruptive classroom behavior. The subjects were divided into two experimental groups, each group consisted of eight students. The experimental group I was exposed to the self-control procedure while the experimental group II was given the response cost procedure. These two experimental groups were randomly divided into two classrooms. ABA Reversal Design was used in this experiment. Time sampling behavioral sheet was used to record the data. The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Ranks Test and The Mann-Whitney U Test were used to analyze the data and to test them for statistical significance.

The results were as follows:

1. The disruptive classroom behavior of the students after being exposed to the self-control procedure statistically decreased at .01 level of significance.
2. The disruptive classroom behavior of the students after being given the response cost procedure statistically decreased at .01 level of significance.
3. There was no significant difference to the disruptive classroom behavior of the students between the students exposed to the self-control procedure and the students given the response cost procedure.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับเปลี่ยนเพื่อลดพฤติกรรมก่ออาชญากรรม
ในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์
เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

ของ
นางสาวอัจฉรา วิไลหงษ์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. นภาพร หะวานนท์)
วันที่ ๒๖ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๖

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

.....ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร. อารี พันธุ์มณี)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กรีทอง)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภณ)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนคำเครือ)

ประกาศคุณูปการ

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. อารี พันธุ์มณี ประธานกรรมการควบคุมปริญญาโท วิทยาศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กริทอง กรรมการควบคุมปริญญาโท อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา และผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนคำเครือ กรรมการการสอบปากเปล่าปริญญาโท ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนวคิดและข้อเสนอแนะรวมทั้งแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ตลอดจนเสียสละเวลาเป็นอย่างมากและเป็นพลังใจให้ผู้วิจัยได้มีกำลังใจได้ต่อสู้กับความยากลำบากและอุปสรรคในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรักและซาบซึ้งในพระคุณของท่านอาจารย์เป็นอย่างยิ่งที่ทำให้ปริญญาโทฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ลงได้เป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์ ดร. พาสณา จุลรัตน์ ที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในปริญญาโทฉบับนี้พร้อมทั้งเสียสละเวลาเป็นอย่างมาก ตลอดจนให้คำแนะนำ แนวคิด ข้อเสนอแนะและให้คำปรึกษาที่เป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยรักและซาบซึ้งในพระคุณของท่านอาจารย์เป็นอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ ม.ร.ว. รุจิสมร สุขสวัสดิ์ ครูใหญ่โรงเรียนวรรณวิทย์ ที่ให้ความรัก ความเมตตา ตลอดจนกำลังใจและให้ความช่วยเหลือแก่ศิษย์ในการทำวิจัยครั้งนี้ให้สำเร็จลงได้ ผู้วิจัยรักและซาบซึ้งในพระคุณของคุณครูเป็นอย่างยิ่ง รวมทั้งขอขอบคุณ ครูหญิง วรรณโกวิท ครูชุดิมา จิตบุรณ์ ครูคันสนี พันธนะจรัส และครูทุกท่าน รวมทั้งขอขอบคุณน้องๆ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลและในการทำวิจัยครั้งนี้ด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ขวลิต รวยอาจิ้น ภาควิชาการวิจัยและการวัดผลการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และอาจารย์ ดร. อรุณี กำลัง ภาควิชาสถิติ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ได้เสียสละเวลาและให้ความเมตตาในการให้ความรู้และความเข้าใจทางด้านสถิติแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี รวมทั้งรองศาสตราจารย์ ดร. ปรีดา ชัยศิริ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ยุวดี วงศ์สว่าง ที่ให้กำลังใจและความห่วงใยด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ อติวัฒน์ พรหมสา อาจารย์ จันทนา ยิ้มน้อย อาจารย์ ชัดติยาภรณ์ ธารัตถพันธ์ วันทอง อาจารย์ อนุลักษณ์ ปิงยศ อาจารย์ Shashall Peter คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ และ Mr. Brian Clamentson ที่เสียสละเวลาและให้คำแนะนำตลอดทั้งช่วยเหลือในการทำวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ อบรมสั่งสอนและปลูกฝังคุณธรรมตลอดจนศีลธรรมอันดีแก่ผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา

ขอขอบใจเพื่อนๆ พี่ๆ และน้องๆ วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา รวมทั้งคุณ สุกัญญา บ้านเมือง ที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจจนทำให้ปริญญาโทฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

ผลความดี คุณค่าและประโยชน์ทั้งหมดของปริญญาโทฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชา พระคุณคุณพ่ออรุณ คุณแม่กนกนัฏฐ และพี่อรรถพร วิไลพงษ์ ที่เป็นผู้ให้การสนับสนุนในทุกๆ ด้าน ให้ความรัก ความห่วงใย และกำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา

อัจฉรา วิไลพงษ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	5
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	5
ตัวแปรที่ศึกษา.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	8
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	9
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับปรุงพฤติกรรม.....	10
เอกสารที่เกี่ยวข้องของการปรับปรุงพฤติกรรม.....	10
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง.....	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง.....	19
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยน.....	21
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยน.....	23
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อน.....	25
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อน.....	25
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อน.....	28
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต.....	32
ความหมายและจุดมุ่งหมายของการสังเกต.....	32
ข้อควรพิจารณาก่อนดำเนินการสังเกตพฤติกรรม.....	33
วิธีการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม.....	34
หลักในการสังเกตพฤติกรรม.....	34
หลักในการบันทึกพฤติกรรม.....	35
ประโยชน์ของการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม.....	36
3 วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	37
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	37

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
3(ต่อ) เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	38
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	38
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ ชั้นที่ 1.....	38
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ ชั้นที่ 2.....	38
ลักษณะและการให้คะแนนของแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนใน ชั้นเรียน.....	39
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ ชั้นที่ 3.....	39
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ ชั้นที่ 4.....	40
การเตรียมการก่อนการทดลอง.....	40
ขั้นตอนในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม.....	41
ดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกต.....	41
แบบแผนการทดลอง.....	42
การดำเนินการทดลอง.....	43
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	51
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐานและวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	51
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	54
อภิปรายผล.....	54
ข้อเสนอแนะ.....	57
บรรณานุกรม.....	59
ภาคผนวก.....	65
ภาคผนวก ก.....	66
ภาคผนวก ข.....	115
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	139

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนทบทวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง.....	47
2 เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนทบทวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการปรับสีนใหม่.....	47
3 เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมก่อนทบทวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสีนใหม่.....	48
4 แสดงความถี่ของพฤติกรรมก่อนทบทวนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคลในกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการควบคุมตนเอง ตลอด 3 ระยะ.....	133
5 แสดงความถี่ของพฤติกรรมก่อนทบทวนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคลในกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการปรับสีนใหม่ ตลอด 3 ระยะ.....	134
6 แสดงผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมก่อนทบทวนในชั้นเรียนของนักเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง.....	135
7 แสดงผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมก่อนทบทวนในชั้นเรียนของนักเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการปรับสีนใหม่.....	136
8 แสดงผลการวิเคราะห์ผลต่างของคะแนนพฤติกรรมก่อนทบทวนในชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสีนใหม่.....	137

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 ภาพแสดงการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม.....	11
2 ภาพแสดงผลกรรมที่เป็นการเสริมแรงและการลงโทษ.....	12
3 ภาพแสดงระยะต่างๆของการทดลอง.....	43
4 แสดงการเปลี่ยนแปลงความถี่ของคำขวัญฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการควบคุมตนเอง และที่ได้รับการปรับสินไหม ตลอด 3 ระยะ.....	49
5 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ.....	117
6 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 2 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ.....	118
7 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 3 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ.....	119
8 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 4 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ.....	120
9 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 5 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ.....	121
10 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 6 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ.....	122
11 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 7 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ.....	123
12 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 8 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ.....	124
13 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ.....	125
14 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 2 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ.....	126
15 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 3 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ.....	127
16 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 4 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ.....	128
17 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 5 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ.....	129

บัญชีภาพประกอบ(ต่อ)

ภาพประกอบ	หน้า
18 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 6 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ.....	130
19 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 7 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ.....	131
20 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 8 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ.....	132



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในสถานการณ์ที่โลกเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วนั้น การจัดการกระบวนการเรียนรู้ต้องให้สอดคล้องกับโลกยุคโลกาภิวัตน์ อันเป็นยุคอิเล็กทรอนิกส์และใยแก้วนำแสงที่วิทยาการเจริญรุดหน้า ความรู้และสรรพวิทยาการเดินทางไปถึงที่ต่าง ๆ ด้วยความรวดเร็ว ข้อมูลและสาระความรู้ต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ผู้เรียนทุกวัยจึงต้องมีโอกาสเรียนรู้จากแหล่งความรู้ที่มีอยู่รอบตัว ดังนั้น จำเป็นที่จะต้องปฏิรูปวัฒนธรรมการเรียนรู้ใหม่ เพื่อช่วยพัฒนาคุณภาพของคนไทยให้เป็นผู้ที่มีความรู้คู่คุณธรรม ตระหนักในคุณค่าของตนเอง ผู้อื่นและสรรพสิ่งทั้งหลาย อีกทั้งรู้จักควบคุมตนเองให้อยู่ในครรลองแห่งความดี รับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเอง เป็นคนมีเหตุผล ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เคารพกติกาของสังคม สามารถใช้สติปัญญาอย่างฉลาดลึกซึ้ง มีความคิดเป็นระบบ และเป็นคนที่มีความกล้าหาญเข้มแข็ง มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ จิตใจอ่อนโยน มนุษยสัมพันธ์ดี เผชิญและสามารถแก้ปัญหาได้ ดำรงชีวิตอย่างอิสระ ตลอดจนสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข อย่างที่เรียกว่า ดี เก่ง สุข (คณะอนุกรรมการปฏิรูปการเรียนรู้, คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติและกระทรวงศึกษาธิการ. 2543 : 4-5)

การปฏิรูปการศึกษามีจุดมุ่งหมายหลักคือ การพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพ และเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา มีจริยธรรมและวัฒนธรรมที่ดีงาม การปฏิรูปนี้จะดำเนินต่อไปและสำเร็จลุล่วงหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการไม่ว่าจะเป็นรัฐบาล ฝ่ายการเมือง ปัจเจบุคคล ครอบครัว กลุ่มคนในสังคม องค์กรอาชีพต่าง ๆ สถาบันศาสนา รวมทั้งสถาบันการศึกษาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เป็นต้น แต่ทั้งนี้สิ่งที่สำคัญที่สุดจะต้องเกิดจากการร่วมกันคิดร่วมกันทำและร่วมกันแก้ไขปัญหาของทุกฝ่าย ทั้งทางด้านหลักการและแนวคิดในการพัฒนาการเรียนการสอนของประเทศไทยอย่างจริงจังและจริงใจเพื่อให้บังเกิดผลในทางปฏิบัติเพื่อพัฒนาลูกหลานไทยในอนาคต ให้มีคุณลักษณะใหม่สมตามเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ (สำนักงานปฏิรูปการศึกษา. 2544 : 1)

การจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียนนั้นเป็นกระบวนการที่มีความสำคัญที่ช่วยให้เด็กและเยาวชนได้มีปฏิสัมพันธ์กับครูผู้สอนและผู้เรียนคนอื่น ๆ ทั้งในด้านความรู้ การปรับตัวกับผู้อื่น การแสดงออกในการแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการทำการกิจกรรมต่าง ๆ ในชั้นเรียนร่วมกัน ปัจจุบันเป็นยุคของการปฏิรูปการศึกษา ผู้เรียนสำคัญที่สุด (Child center) จึงทำให้ผู้เรียนสามารถแสดงออกในด้านความรู้ ความคิดเห็น และการแสดงออกของพฤติกรรมต่าง ๆ ได้อย่างอิสระ ซึ่งล้วนเป็นสิ่งที่เป็ประโยชน์แก่ผู้เรียนอย่างมาก ในอีกด้านหนึ่งอาจเกิดผลเสียได้หากผู้เรียนบางคนขาดการควบคุมตนเอง แสดงออกด้วยพฤติกรรมที่ก่อความรบกวน ทำลายสมาธิแก่ผู้เรียนคนอื่น ๆ ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการเรียนการสอน ตลอดจนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของทั้งตัวผู้เรียนและผู้สอน/ ดังที่ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2526 : 24-25) ได้อธิบายถึงผลเสียของการมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนว่าก่อให้เกิดผลเสียกับตัวผู้เรียน/ ทำให้ไม่เข้าใจเนื้อหาที่ครูอธิบาย จึงเกิดปัญหาตามมาคือ ทำให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่สูงเท่ากับศักยภาพที่ควรจะเป็น/ จากการที่นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีหรือไม่ดีนั้นก็ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายด้าน ได้แก่ ผู้สอน เนื้อหาสาระของวิชาที่สอน กิจกรรมต่าง ๆ และตัวผู้เรียนเอง (วิชัย วงษ์ใหญ่. 2526 : 12-13) ซึ่งปัจจัยที่ทำให้การดำเนินการเรียน

การสอนไม่บรรลุตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ ทั้งยังเป็นปัญหาที่สร้างความหนักใจแก่ผู้สอนมากที่สุด นั่นก็คือ ปัญหาเกี่ยวกับตัวผู้เรียน อันได้แก่ พฤติกรรมไม่สนใจเรียน พฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนโดยการเล่นกัน แหย่กัน คอยกันและส่งเสียงดัง ตลอดจนก่อความรำคาญให้แก่ผู้อื่นในชั้นเรียน/ (วันทนา กิ่งจงเจริญสุข. 2526 : 1-2; อ้างอิงจาก เสี่ยม อินภิรมย์. 2505 ; สิรินา เล็บครุฑ. 2517 ; ศุภาวดี ชูวงศ์. 2519)

➤ จากการที่ผู้วิจัยได้สำรวจข้อมูลเบื้องต้น โดยการสัมภาษณ์ครูประจำชั้นในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงระดับประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวรรณวิทย เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำนวน 9 คน พบว่า นักเรียนมีการแสดงออกของพฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนขณะที่ครูสอนมากที่สุด จากนั้นผู้วิจัยจึงสังเกต พฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนขณะที่ครูสอน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนเช่นเดียวกับที่ได้จากการสัมภาษณ์ / ผู้วิจัยจึงใช้แบบสอบถามปลายเปิด สำรวจปัญหาของนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 95 คน มี พฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียน จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 32.63 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 90 คน มีพฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนจำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 12.22 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 93 คน มีพฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียน จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 18.27 แสดงว่า นักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 มีพฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนมากที่สุด เช่น คอยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียง ดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ยืนขึ้น ลุกจาก ที่นั่ง เดินไปมารอบๆห้องโดยไม่ได้รับอนุญาต และแกล้งเพื่อน เป็นต้น หลังจากนั้นผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ครู ผู้สอนประจำวิชาต่างๆในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 5 คน พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมก่อวณใน ชั้นเรียนมากที่สุดคือ วิชาภาษาอังกฤษ ผู้วิจัยจึงขอความร่วมมือจากครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ประเมินพฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนอีกครั้งหนึ่ง พบว่า นักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวนทั้งสิ้น 95 คน มีพฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนจำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 31.57 ซึ่งใน ปีการศึกษา 2545 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ได้เลื่อนชั้นไปอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่ง ผู้วิจัยได้ไปสำรวจพฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนวรรณวิทย เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร โดยให้ครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษประเมิน พฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ อีกครั้งหนึ่ง พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ยังคงมี พฤติกรรมก่อวณในชั้นเรียนอยู่ ดังนั้นจึงควรมีการลดพฤติกรรมเหล่านี้ เพื่อไม่ให้เกิดอุปสรรคขัดขวางและ ก่อให้เกิดความเดือดร้อนในขณะดำเนินการเรียนการสอนทั้งของครูผู้สอน ตัวผู้เรียนและผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง

➤ จากพฤติกรรมที่เป็นปัญหาดังกล่าวย่อมส่งผลกระทบต่อการพัฒนาในด้านการเรียนการสอนให้ ไม่สามารถลุล่วงไปได้ด้วยดี ตลอดจนตัวของผู้เรียนเองก็ไม่สามารถประสบผลสำเร็จทางด้านการเรียนอย่าง เต็มความสามารถ เมื่อผู้เรียนไม่ตั้งใจเรียนจึงเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ต่างๆขึ้นในชั้นเรียน ซึ่งพฤติกรรม ดังกล่าวนั้นมีอิทธิพลต่อการเรียนเป็นอย่างมาก ทำให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และโดยทั่วไปเมื่อ ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน ครูส่วนใหญ่จะใช้วิธีการลงโทษด้วยวิธีดุด่าหรือตี เป็นต้น ซึ่ง การลงโทษดังกล่าวเป็นการหยุดยั้งพฤติกรรมแค่เพียงชั่วคราวเท่านั้น และไม่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ (กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. 2528 : 59)

➤ ดังนั้น การป้องกันและแก้ไขปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ควรกระทำตั้งแต่บุคคลยังอยู่ในวัยเด็ก หรือวัยประถมศึกษา ... เพราะเด็กสามารถเรียนรู้และจดจำได้ดี อีกทั้งประสบการณ์ของเด็กวัยนี้นั้นจะเป็น พื้นฐานในการดำรงชีวิตต่อไปในอนาคต (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี. 2534:2; อ้างอิงจาก กรมวิชาการ. 2520) จึง จำเป็นอย่างยิ่งที่ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องควรให้ความดูแลเอาใจใส่ อบรมสั่งสอน และนำให้ความช่วยเหลือเพื่อให้

เด็กมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยมีการควบคุมพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ด้วยการหยุดคิดและไตร่ตรองว่า ควรจะแสดงพฤติกรรมเช่นไรจึงเหมาะสม และไม่รบกวนผู้อื่นให้ได้รับความไม่พึงพอใจ การปรับพฤติกรรม นั้นเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ของนักเรียนได้ ดังที่ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 10) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรมเป็นการประยุกต์หลักพฤติกรรม โดยใช้เทคนิคหรือวิธีการปรับพฤติกรรมวิธีการใดวิธีการหนึ่ง หรือหลายวิธีประสมประสานกัน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์

๒) วิธีการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นี้มีผู้เสนอไว้หลายวิธี เช่น การควบคุมตนเอง การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม การชี้แนะ การเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน การปรับสินไหม การเสริมแรงทางสังคม ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจศึกษาแนวทางในการแก้ปัญหาเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน โดยใช้วิธีการปรับพฤติกรรม 2 วิธี คือ วิธีการควบคุมตนเอง และวิธีการปรับสินไหม

การปรับพฤติกรรมโดยใช้วิธีการควบคุมตนเองนั้น ผู้ที่ถูกปรับพฤติกรรม เช่น นักเรียนหรือผู้ที่มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเป็นผู้กำหนด หรือมีส่วนร่วมในการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย และเป็นผู้กำหนดหรือมีส่วนร่วมในการกำหนดเงื่อนไขผลกรรมที่ตนจะได้รับแล้ว จึงทำการสังเกต บันทึก ประเมินพฤติกรรมของตน และให้การเสริมแรงหรือลงโทษพฤติกรรมที่เกิดขึ้น (ภรณี อินทสร. 2526 : 3-4) ส่วนในด้านความคงทนของพฤติกรรมนั้น จอห์นสัน (Johnson. 1970 : 147-148) กล่าวว่า การลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาโดยวิธีการควบคุมตนเองจะทำให้พฤติกรรมคงทนต่อการหยุดยั้งการเสริมแรง (Extinction) มากกว่าการลดพฤติกรรมด้วยวิธีการควบคุมภายนอก วิลสัน และ โอเลอรี (Wilson and O' Leary. 1980 : 217) กล่าวว่า โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เปลี่ยนเฉพาะองค์ประกอบภายนอก เช่น การได้รับแรงเสริมจากคนอื่นไม่สามารถทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงได้ในระยะยาว ซึ่งต่างจากวิธีการควบคุมตนเองที่ทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงได้ยาวนานกว่า นอกจากนี้ยังช่วยลดภาระของครู (Epstein and Goss. 1978 : 107-117) ทั้งยังสะดวก และไม่สิ้นเปลือง ทั้งไม่รบกวนการเรียนการสอนด้วย (Thoresen and Mahoney. 1974 : 7; citing Sagotsky Patterson and Lepper. 1978) ดังตัวอย่างงานวิจัยของ ภรณี อินทสร (2526 : 72-75) ได้ศึกษาผลของการใช้วิธีการควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการทดลองพบว่า วิธีการใช้การควบคุมตนเองสามารถทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปภาวดี แจ่มศิริ (2527 : 63) ที่ได้ศึกษาผลของการควบคุมตนเองที่มีต่อพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผลการทดลองพบว่า การควบคุมตนเองสามารถทำให้พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ลดลงได้ อรณรงค์ วิทยานิพนธ์ (2533 : 48) ได้ทดลองใช้การควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมก่อนในห้องสมุดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดใหม่ช่องลม กรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า การใช้การควบคุมตนเองสามารถทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในห้องสมุดลดลงภายหลังการทดลอง อติวัฒน์ พรหมสา (2533 : 83-84) ได้ศึกษาผลของการฝึกการควบคุมตนเองที่มีต่อความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนจากแบบวัดไอเออาร์ต่างกัน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนสูงจากแบบวัดไอเออาร์ กลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนต่ำจากแบบวัดไอเออาร์และกลุ่มทดลองที่ 3 กลุ่มนักเรียนที่มีการคะแนนคะแนนจากแบบวัดไอเออาร์ โดยทั้ง 3 กลุ่มทดลองได้มีการใช้การฝึกควบคุมตนเอง ผลการทดลองพบว่า การใช้การฝึกการควบคุมตนเองสามารถทำให้นักเรียนทั้ง 3 กลุ่มทดลองมีคะแนนความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์สูงขึ้นภายหลัง

การทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ แดรมแมน สไปทลนิก และโอเลอรี (Drabman, Spitalnik and O'Leary. 1973 : 443-454) ยังพบว่า การฝึกกระบวนการควบคุมตนเองมีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนมากกว่าการเสริมแรงจากภายนอก กลินน์ และโทมัส (Glynn and Thomas. 1974 : 299-300) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการชี้แนะในกระบวนการฝึกควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมสนใจเรียนของเด็กประถมอายุ 7 ปี 1 เดือน ถึง 8 ปี 3 เดือน จำนวน 34 คน ผลการทดลองพบว่า การใช้การชี้แนะร่วมกับวิธีการควบคุมตนเองทำให้พฤติกรรมสนใจเรียนเพิ่มขึ้น โดยไม่ต้องใช้การเสริมแรงจากภายนอก

ส่วนการปรับพฤติกรรมโดยใช้วิธีการปรับสินไหมเป็นอีกวิธีหนึ่งที่ใช้ลดความถี่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยนำสิ่งที่อินทรีย์พึงพอใจหรือสิ่งที่มีคุณค่าทางบวกออกไปจำนวนหนึ่งตามเงื่อนไขที่กำหนดหลังจากที่อินทรีย์แสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งจะทำให้ความถี่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลงอย่างรวดเร็วและคงทนถาวร (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 123-125) และ ประเทือง ภูมิภักทราคม (2535 : 207-208) กล่าวว่า การปรับสินไหมเป็นการถอดถอนสิ่งที่อินทรีย์ต้องการหรือพึงพอใจออกไปภายหลังที่ได้แสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งมีผลทำให้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ยุติหรือลดลงหรือระงับพฤติกรรม (อรชา สูดาวง. 2539 : 4) ดังตัวอย่างงานวิจัยของ สัมฤทธิ์ แก้วพลศรี (2534 : 57-60) ที่ได้ศึกษาการใช้การเสริมแรงทางบวกกับการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดทับกฤชกลาง อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์ ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนลดลงหลังจากได้รับการปรับสินไหม สุลล ชัดเชื้อ (2535 : 40) ได้ทดลองใช้การควบคุมตนเองและการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าว ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเสมียนนารี กรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนลดลงหลังจากได้รับการปรับสินไหม อรชา สูดาวง (2539 : 57) ได้ทำการศึกษาผลการใช้การเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันและการปรับสินไหมเพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนปทุมวัน สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการปรับสินไหม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของอรุณ หมั่นวงศ์ (2540 : 45) ที่ได้ศึกษาการใช้การปรับสินไหมและการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6 โรงเรียนวิชาการ สำนักงานเขตดินแดง กรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการปรับสินไหม นอกจากนี้ชอร์สและคณะ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2541 : 228 ; อ้างอิงจาก Shores and Others. 1967) ได้ใช้การปรับสินไหมกับเด็กที่มีปัญหาทางอารมณ์ 5 คน ซึ่งมีถูกลูกจากที่นั่งโดยเฉลี่ย 70 ครั้งต่อวัน โดยตั้งกฎว่า ถ้าใครลุกจากที่นั่งจะถูกปรับเวลาที่พักไปตีไม้ดัก โดยที่แต่ละครั้งที่ลุกจากที่นั่งจะถูกตัดเวลาพักไปตีไม้ดัก 2 นาที ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมลุกจากที่นั่งลดลงหลังจากได้รับการปรับสินไหม นอกจากนี้ยังทำให้เกิดการแผ่ขยายโดยพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่น ๆ ลดลงอีกด้วย แรพพอร์ท เมอร์ฟีและไบลีย์ (Rapport, Murphy and Bailey. 1982 : 205-216) ได้ใช้การปรับสินไหมเพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนและไม่ทำงานที่ครูมอบหมาย โดยให้การเสริมแรงด้วยการให้เวลาว่าง 20 นาที เพื่อทำกิจกรรมที่ต้องการทำชั่วคราว แต่ถ้านักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ก็就会被หักเวลาว่างครั้งละ 1 นาที ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการปรับสินไหม

จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น เห็นได้ว่าวิธีการควบคุมตนเองและวิธีการปรับสินไหมเป็นวิธีการปรับพฤติกรรมที่นำมาใช้ในการปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้เป็นอย่างดี ดังนั้น ผู้วิจัยมีความประสงค์ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับสินไหมเพื่อ

ลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้รับการควบคุมตนเอง
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้รับการปรับสีนใหม่
3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสีนใหม่

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงผลของการควบคุมตนเองและการปรับสีนใหม่ เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร และจะเป็นแนวทางสำหรับครู ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา และผู้ที่สนใจที่มีความรู้และความชำนาญในการนำวิธีการปรับพฤติกรรมแบบการควบคุมตนเองและวิธีการปรับพฤติกรรมแบบการปรับสีนใหม่ไปใช้ในการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ จำนวน 30 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ จำนวน 16 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรโดยสุ่มมา 2 ห้องเรียน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน แบ่งออกเป็น 2 วิธี คือ
 - 1.1 การควบคุมตนเอง
 - 1.2 การปรับสีนใหม่

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติซึ่งพฤติกรรมนั้นเป็นอุปสรรคขัดขวางและก่อความรำคาญแก่ครูและผู้เรียนคนอื่น อีกทั้งยังส่งผลให้ทั้งตนเอง ครูและเพื่อนคนอื่นๆ ได้รับความเดือดร้อน โดยมีพฤติกรรมดังนี้

1.1 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในขณะที่ครูทำการสอน ได้แก่

- 1.1.1 คุกกับเพื่อน
- 1.1.2 หยอกล้อกับเพื่อน
- 1.1.3 ส่งเสียงดัง หรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาต
- 1.1.4 แกล้งเพื่อน ตีตี่ระแ คีแซนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย

1.2 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ได้แก่

- 1.2.1 คุกกับเพื่อน
- 1.2.2 หยอกล้อกับเพื่อน
- 1.2.3 ส่งเสียงดัง หรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูทำมอบหมายงานให้ปฏิบัติโดยไม่ได้รับอนุญาต
- 1.2.4 แกล้งเพื่อน ตีตี่ระแ คีแซนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย
- 1.2.5 ยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาต

2. การควบคุมตนเอง หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยกับนักเรียนตกลงกันว่า ผู้วิจัยจะควบคุมพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนให้ลดลง โดยนักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย และกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง ตลอดทั้งสังเกต บันทึกพฤติกรรม และประเมินพฤติกรรมของตนเองด้วยตัวของนักเรียนเอง โดยทั้งในขณะที่ครูทำการสอน และในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ โดยมีลำดับขั้นดังนี้

ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การไม่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ

ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง โดยให้นักเรียนออกแบบสำรวจตัวเสริมแรง เพื่อใช้แลกเปลี่ยนในการให้ตัวเสริมแรงเมื่อนักเรียนปฏิบัติตามเงื่อนไข

ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยให้นักเรียนสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง ในชั่วโมงภาษาอังกฤษในสภาพการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนไปพร้อมกับนักเรียน โดยนั่งในตำแหน่งที่มองเห็นพฤติกรรมของนักเรียน และได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษและไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้

ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมของตนเองจากแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน

ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยหาความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน จากแบบบันทึกพฤติกรรมที่นักเรียนเป็นผู้บันทึก และผู้วิจัยเป็นผู้บันทึก โดยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนกับผู้วิจัยจะต้องได้ตรงกัน ซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น นักเรียนแต่ละคนจึงจะได้รับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนได้เลือกไว้ในขั้นที่ 2

โดยนักเรียนแต่ละคนจะได้รับตัวเสริมแรงตามที่ได้เลือกไว้ คือ โดยถ้านักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนเลย นักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่นักเรียนเลือกไว้ลำดับที่ 1 แต่ถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนจำนวน 1 ครั้ง นักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่นักเรียนเลือกไว้ลำดับที่ 2 และถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนจำนวน 2 ครั้ง นักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่นักเรียนเลือกไว้ลำดับที่ 3 ตามลำดับ แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากแบบบันทึกของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง

วิธีนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

3. การปรับสินไหม หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยและนักเรียนตกลงกันว่า ถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในวิชาภาษาอังกฤษ นักเรียนต้องถูกปรับคะแนน โดยในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้คะแนนความประพฤติเป็นเกณฑ์ในการปรับคะแนน ภายหลังที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนทุกครั้ง โดยมีลำดับขั้นดังนี้

ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าเรียนในวิชาภาษาอังกฤษโดยการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยกำหนดให้นักเรียนทุกคนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษมีคะแนนความประพฤติ 50 คะแนน เท่ากันทุกคน

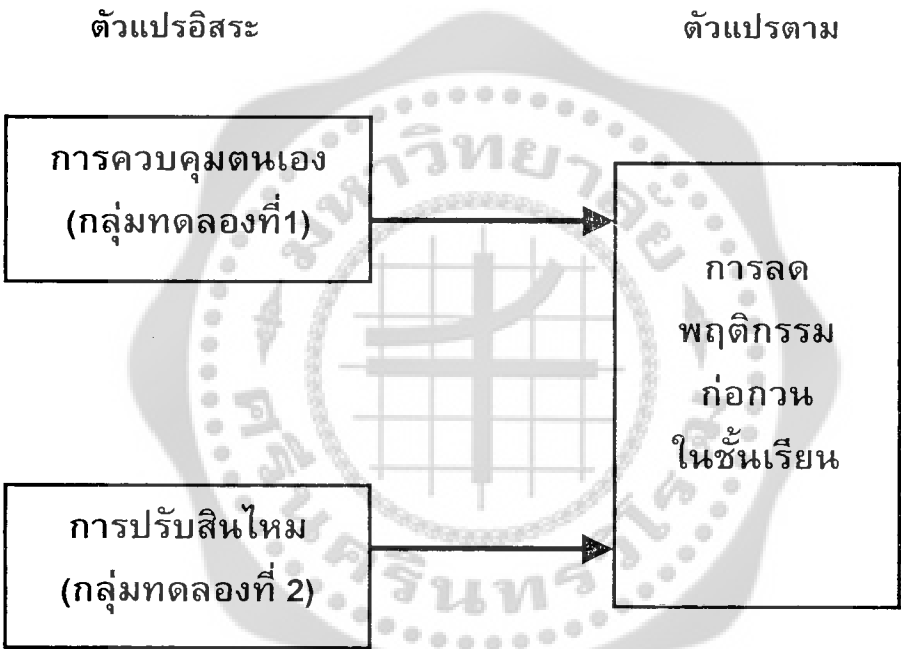
ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ทำการสอนและในขณะที่ยื่นมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ตามวันและเวลาที่ตกลงกันไว้ โดยนั่งอยู่ในตำแหน่งที่เห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจนโดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้

ขั้นที่ 3 เมื่อสิ้นสุดเวลาการสังเกตแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยตรวจสอบความสอดคล้องของการสังเกตของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยให้ตรงกัน โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น ผู้วิจัยจึงจะใช้การปรับสินไหมแก่นักเรียนตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยผู้วิจัยจะหักคะแนนความประพฤติของนักเรียนที่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษครั้งละ 1 คะแนน

ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยจะแจ้งผลของการปรับสินไหม ให้นักเรียนทราบเป็นรายบุคคลในแต่ละครั้ง หลังเลิกเรียนในวันที่ทำการทดลองทุกครั้งว่าเหลือคะแนนคนละเท่าไร เพื่อจะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบวิชาภาษาอังกฤษตอนปลายภาคเรียน

วิธีนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า



สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการควบคุมตนเอง
2. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการปรับสีนใหม่
3. นักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการปรับสีนใหม่ มีพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนลดลงแตกต่างกัน



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรม.
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรม
 - 1.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง
 - 1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง
 - 1.4 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับสีหน้า
 - 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับสีหน้า
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต
 - 3.1 ความหมายและจุดมุ่งหมายของการสังเกต
 - 3.2 ข้อควรพิจารณาก่อนดำเนินการสังเกตพฤติกรรม
 - 3.3 วิธีการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม
 - 3.4 หลักในการสังเกตพฤติกรรม
 - 3.5 หลักในการบันทึกพฤติกรรม
 - 3.6 ประโยชน์ของการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรม

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรม

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรม

1.1.1 ความหมายของการปรับพฤติกรรม

พฤติกรรม (Behavior) คือ การกระทำของบุคคลซึ่งเป็นการแสดงออกในการตอบสนองหรือการตอบโต้ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ในสภาพการณ์ใดสภาพการณ์หนึ่ง การแสดงออกหรือการตอบสนองนั้นเกิดขึ้นได้ทั้งภายในและภายนอกร่างกาย เช่น การร้องไห้ การกิน การอ่านหนังสือ การคิด การเดินของหัวใจ การกระตุกของกล้ามเนื้อ เป็นต้น (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2526 : 3)

การปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) คือ การประยุกต์หลักพฤติกรรมโดยใช้เทคนิคหรือวิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีประสมประสานกัน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ตลอดจนการสร้างเสริมและเสริมสร้างให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 14)

การปรับพฤติกรรมตามหลักการเรียนรู้ มีความเชื่อพื้นฐานสำคัญว่า พฤติกรรมที่เป็นปัญหาก็เหมือนกับพฤติกรรมอื่นๆ คือ พัฒนาขึ้นมา และคงอยู่ได้ตามหลักการเรียนรู้ และการเปลี่ยนแปลงแก้ไขพฤติกรรมสามารถกระทำได้โดยใช้หลักการเรียนรู้เช่นเดียวกัน (ภรณ์ อินทศร. 2526 : 5; อ้างอิงจาก Ullman and Krasner. 1965 ; Rimm and Masters. 1979)

1.1.2 หลักการเรียนรู้ที่นำมาใช้ในการปรับพฤติกรรม (ภรณ์ อินทธร. 2526:6) มี 3 แบบ คือ

1.1.2.1 การเรียนรู้เงื่อนไขสิ่งเร้า (Classical conditioning)

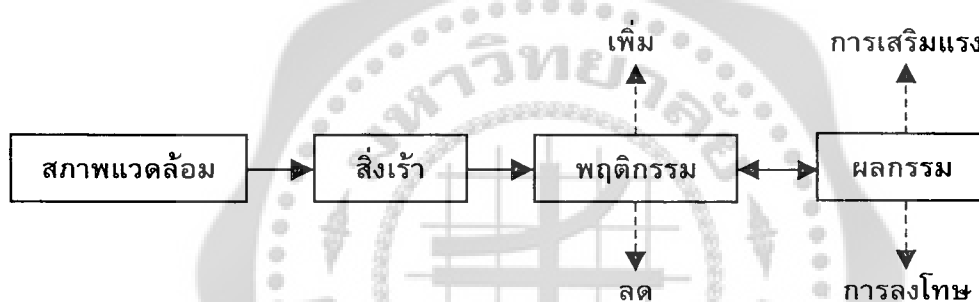
1.1.2.2 การเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม (Operant conditioning)

1.1.2.3 การเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational learning)

สำหรับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในสภาพการเรียนการสอน และการปรับพฤติกรรมเป็นกลุ่มมักจะใช้การเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรมเป็นส่วนใหญ่ (Kazdin. 1975 : 17)

หลักการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม (Operant conditioning) ของ บี.เอฟ.สกินเนอร์ (Skinner. 1953 : 230) เน้นความสำคัญของการเสริมแรงว่า การกระทำใดๆ ที่ได้รับการเสริมแรงจะมีแนวโน้มให้ความถี่ในการกระทำนั้นเพิ่มขึ้น ส่วนการกระทำที่ไม่ได้รับแรงเสริมจะมีแนวโน้มให้ความถี่ในการกระทำนั้นลดลง และค่อย ๆ ยุติลงไปในที่สุด

การเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม สามารถแสดงได้ดังภาพ



ภาพประกอบ 1 ภาพแสดงการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม

จากแผนภาพ แสดงว่า ในสภาพแวดล้อมหนึ่งๆจะประกอบด้วยสิ่งเร้า (Stimulus)และผลกรรม (Consequence) โดยจะเน้นผลกรรมของพฤติกรรมเป็นสำคัญ กล่าวคือ เมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้นให้อินทรีย์ (Organism) หรือบุคคลเกิดการตอบสนอง (Response) หรือพฤติกรรม (Behavior) โดยจะทำให้เกิดผลกรรมตามมาและผลกรรมที่ทำให้อินทรีย์เกิดความพึงพอใจก็จะทำให้ความถี่ของพฤติกรรมอยู่ในระดับที่คงที่หรือเพิ่มขึ้นการให้ผลกรรมเช่นนี้เรียกว่า การเสริมแรง (Reinforcement) ส่วนผลกรรมที่ทำให้อินทรีย์เกิดความไม่พึงพอใจก็จะทำให้ความถี่ของพฤติกรรมนั้นๆลดลง การให้ผลกรรมเช่นนี้เรียกว่าการลงโทษ (Punishment)

ผลกรรมนั้นแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ผลกรรมที่ทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เรียกว่า การเสริมแรง และผลกรรมที่ทำให้ความถี่ของพฤติกรรมลดลง เรียกว่า การลงโทษ (ภรณ์ อินทธร. 2526 : 6) ดังนั้น การนำหลักการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรมมาประยุกต์ใช้ในการปรับพฤติกรรมจึงทำได้โดยใช้การเสริมแรงหรือการลงโทษเป็นเงื่อนไขในการปรับพฤติกรรม

1.1.3 ผลกรรมที่เป็นการเสริมแรง (ภรณ์ อินทธร. 2526 : 7) แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1.1.3.1 การเสริมแรงทางบวก (Positive reinforcement) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เนื่องจากการได้รับผลกรรมที่พึงพอใจ เช่น ฟ้าใสช่วยแม่ล้างจาน แม่จึงซื้อไอศกรีมให้รับประทาน

1.1.3.2 การเสริมแรงทางลบ (Negative reinforcement) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เนื่องจากการแสดงพฤติกรรมนั้นๆสามารถถอดถอนสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ (Aversive stimulus) ออกได้ เช่น นำฟ้าอ่านหนังสือก่อนสอบเพื่อหลีกเลี่ยงการสอบตก

1.1.4 ผลกรรมที่เป็นการลงโทษ (ภรณ์ อินทสร. 2526 : 7) แบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท คือ

1.1.4.1 การลงโทษทางบวก (Positive punishment) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมลดลง เนื่องจากการได้รับผลกรรมที่ไม่พึงพอใจ เช่น ศิลาพูดคำหยาบจึงถูกคุณครูดุ

1.1.4.2 การลงโทษทางลบ (Negative punishment) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมลดลง เนื่องจากการถูกถอดถอนสิ่งที่พึงพอใจออกไป เช่น โทษทะเลาะกับเมียแล้วแม่จึงปิดโทรทัศน์ไม่ให้ดูการ์ตูน

ผลกรรมที่เป็นการเสริมแรงและการลงโทษ สามารถเขียนสรุปแสดงได้ดังภาพ

	สิ่งที่พึงพอใจ	สิ่งที่ไม่พึงพอใจ
การให้	การเสริมแรงทางบวก	การลงโทษทางบวก
การถอดถอน	การลงโทษทางลบ	การเสริมแรงทางลบ

ภาพประกอบ 2 ภาพแสดงผลกรรมที่เป็นการเสริมแรงและการลงโทษ

1.1.5 ลักษณะของการปรับพฤติกรรม แบ่งออกเป็น 7 ลักษณะ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2536 : 9-10) คือ

1.1.5.1 การปรับพฤติกรรมมุ่งที่พฤติกรรมโดยตรง โดยที่พฤติกรรมนั้นจะต้องสังเกต เห็นได้และวัดได้ตรงกัน ซึ่งพฤติกรรมในที่นี้หมายถึง สิ่งที่บุคคลกระทำ แสดงออกตอบสนองหรือโต้ตอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งที่สามารถสังเกตเห็นได้ ได้ยินได้ นับได้ อีกทั้งวัดได้ตรงกันด้วยเครื่องมือที่เป็นวัตถุวิสัย ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกหรือการตอบสนองนั้นเป็นภายในหรือภายนอกก็ตาม เช่น การร้องไห้ การเดินของซีฟเวอร์ การอ่านหนังสือ เป็นต้น

1.1.5.2 การปรับพฤติกรรมไม่ใช่คำที่เป็นการตีตรา เช่น คำว่าก้าวร้าว ฉลาด โง่ เกเร ขี้เกียจ เก่ง เป็นต้น เพราะคำตีตราเหล่านี้มักจะเป็นคำที่มีความหมายกว้างๆ ที่รวมพฤติกรรมหลายๆ ลักษณะไว้ด้วยกันจึงทำให้ไม่ชัดเจนยากแก่การสังเกตให้ตรงกัน เนื่องจากต่างคนต่างรับรู้คำตีตรานี้ต่างกัน และยากแก่การจัดโปรแกรมการปรับพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายได้ นอกจากนี้ บุคคลที่ถูกตีตราอาจพยายามทำให้ตนมีลักษณะเหมือนกับที่ถูกตีตราไว้ด้วย เช่น ถ้าตีตราเด็กว่า ขี้เกียจ เด็กอาจจะแสดงพฤติกรรมต่างๆ ที่แสดงให้เห็นว่าขี้เกียจจริง การตีตรายังทำให้ผู้ที่เกี่ยวข้องเกิดความอับอายได้ ถ้าการตีตรานั้นเป็นการตีตรา

ในลักษณะที่ไม่เหมาะสม เช่น ตีตราเด็กว่าเป็นคนเห็นแก่ตัว ซึ่งถ้าผู้ปกครองรู้เข้าก็อาจเกิดความอับอายได้ เป็นต้น

1.1.5.3 พฤติกรรมไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่ปกติหรือปกติก็ตาม ย่อมเกิดจากการเรียนรู้ในอดีตทั้งสิ้น ดังนั้นพฤติกรรมเหล่านี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ โดยใช้กระบวนการเรียนรู้

1.1.5.4 การปรับพฤติกรรมจะเน้นที่สภาพและเวลาในปัจจุบันเท่านั้น แม้ว่าการเรียนรู้จะเกิดขึ้นในอดีตก็ตาม แต่เงื่อนไขสิ่งเร้าและผลกระทบในสภาพปัจจุบัน เป็นตัวกำหนดว่าพฤติกรรมที่เรียนรู้ในอดีตนั้นจะมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือลดลง

1.1.5.5 การปรับพฤติกรรมนั้น จะเน้นที่วิธีการทางบวก มากกว่าที่จะใช้วิธีการลงโทษในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล เนื่องจากเป้าหมายของการปรับพฤติกรรมนั้นจะเน้นที่การเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้เพิ่มมากขึ้น วิธีการทางบวกเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ อีกทั้งก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์น้อยกว่าการลงโทษอีกด้วย

1.1.5.6 วิธีการปรับพฤติกรรมนั้นสามารถใช้ได้อย่างเหมาะสมตามลักษณะปัญหาของแต่ละบุคคลเนื่องจากมีความเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกัน การลงโทษวิธีหนึ่งอาจใช้ได้ผลกับคนๆ หนึ่ง แต่อาจใช้ไม่ได้ผลกับคนอื่นหลายๆ คนได้ ดังนั้นในการดำเนินการปรับพฤติกรรมจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล

1.1.5.7 วิธีการปรับพฤติกรรม เป็นวิธีการที่ได้รับการพิสูจน์มาแล้วว่ามีประสิทธิภาพและได้ผลโดยทางวิทยาศาสตร์

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การปรับพฤติกรรม คือ การนำเทคนิคหรือวิธีการต่างๆ มาปรับเปลี่ยนบุคคลที่มีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ตลอดจนส่งเสริมสร้างและสร้างเสริมให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มมากขึ้น

สำหรับเทคนิคหรือวิธีการที่ใช้ในการปรับพฤติกรรมนั้นมีหลายวิธีด้วยกัน เช่น การเสริมแรง การลงโทษ การใช้เวลานอก การใช้หลักฟรีแมค การให้ตัวแบบ การแก้ไขเกินกว่าเหตุ การเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน การควบคุมตนเอง การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม การปรับเปลี่ยนใหม่และการชี้แนะ เป็นต้น แต่ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจเลือกนำมาศึกษาเพียงสองวิธี คือ วิธีการควบคุมตนเอง และวิธีการปรับเปลี่ยน

1.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

1.2.1 ความหมายของการควบคุมตนเอง

การควบคุมตนเอง คือ กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการหนึ่งวิธีการใดหรือหลายวิธีรวมกันเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย กระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายและควบคุมตัวแปรทั้งภายในและภายนอกของบุคคล ซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้นด้วยตนเอง ส่วนผู้บำบัดเป็นเพียงผู้ให้คำปรึกษาเท่านั้น (ปภาวดี แจ่มศิริ. 2527 : 4 ; อ้างอิงจาก Cormier and Cormier. 1979)

การควบคุมตนเองจัดได้ว่าเป็นกระบวนการหนึ่งของการปรับพฤติกรรม ซึ่งมีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ ซึ่งตามทฤษฎีการเรียนรู้ เชื่อว่าพฤติกรรมเป็นผลมาจากสิ่งแวดล้อม ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมสามารถเขียนได้ในรูปของสมการ $B = f(x)$ โดยที่ B คือ พฤติกรรม, f คือ ฟังก์ชัน และ x คือ สิ่งแวดล้อม ซึ่งก็หมายความว่า เมื่อสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไปพฤติกรรมก็เปลี่ยนตามไปด้วย และผู้ที่เปลี่ยนสิ่งแวดล้อมนี้ก็คือตัวแปรภายนอก อาจจะเป็นนักจิตวิทยา พ่อแม่ หรือครู

(ปภาวดี แจ้งศิริ. 2527 : 4; อ้างอิงจาก Goldiamond, Thoresen and Mahoney. 1974) อย่างไรก็ตาม มีโอกาสที่จะเป็นไปได้ที่ผู้เปลี่ยนสิ่งแวดล้อมนี้ คือเจ้าของพฤติกรรมเอง ถ้าเป็นในกรณีนี้ สมการก็จะเปลี่ยนเป็น $x = f(B)$ นั่นคือ สิ่งแวดล้อมเป็นผลมาจากพฤติกรรมของบุคคล เพราะฉะนั้น สมการหลังนี้จึงเป็นสมการของการควบคุมตนเอง จากความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมดังที่กล่าวมานี้ เราจะเห็นได้ว่า พฤติกรรมของบุคคลและสิ่งแวดล้อมต่างมีอิทธิพลต่อกัน โดยที่สิ่งแวดล้อมสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลได้ บุคคลก็สามารถเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมได้เช่นกัน ซึ่งก็หมายความว่าบุคคลสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมเพื่อให้สิ่งแวดล้อมนั้นมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่ตนต้องการที่จะเปลี่ยนได้ ในแง่ของการควบคุมตนเองที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมนี้ บริกแฮม (ปภาวดี แจ้งศิริ. 2527 : 4-5; อ้างอิงจาก Brigham, Brigham and Catania, eds. 1978) ก็ได้กล่าวสนับสนุนไว้ว่า

1. การควบคุมตนเองเป็นความสามารถของบุคคลที่จะควบคุมพฤติกรรมของตนโดยการเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมของตน

2. บุคคลยิ่งเรียนรู้ที่จะควบคุมพฤติกรรมของตนเองมากเท่าไร ตัวเขาเองก็จะยังมีอิทธิพลต่อชีวิตของตนเองมากขึ้นเท่านั้น

ลักษณะสำคัญของการควบคุมตนเอง คือ บุคคลจะเป็นผู้ดำเนินการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง (ปภาวดี แจ้งศิริ. 2527 : 4; อ้างอิงมาจาก Thoresen and Mahoney. 1974) การควบคุมตนเองเป็นการเพิ่มความสามารถของบุคคลในการควบคุมสิ่งแวดล้อม โดยที่บุคคลจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของตนเองทั้งนี้เพราะบทบาทความรับผิดชอบส่วนใหญ่ในการดำเนินการปฏิบัติรวมทั้งการวางแผน การเสริมแรงตนเองนั้นอยู่ที่เจ้าของพฤติกรรม จึงทำให้เป็นการลดอิทธิพลของบุคคลอื่นลง (Cormier and Cormier. 1979 : 477) ถึงอย่างไรก็ตาม ถ้าผู้รับการบำบัดประสบปัญหาในขั้นตอนใดๆของกระบวนการควบคุมตนเองก็สามารถปรึกษากับบุคคลอื่นๆหรือผู้เชี่ยวชาญได้ (Watson and Tharp. 1972 : 73) ดังนั้นจะเห็นว่า กระบวนการควบคุมตนเองมิใช่กระบวนการที่แยกตัวเป็นเอกเทศจากสภาพการณ์ภายนอกได้ ถึงแม้ว่าบุคคลจะสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมภายนอกได้ก็มีขีดจำกัดจากอิทธิพลภายนอกโดยสิ้นเชิง โดยสุดท้ายแล้วพฤติกรรมการควบคุมตนเองอยู่ได้โดยตัวแปรจากภายนอก ซึ่งในที่นี้หมายถึงสิ่งเร้าที่อยู่ภายนอกกาย อันได้แก่บุคคลและสภาพแวดล้อมต่างๆ ตัวอย่างเช่น บุคคลที่สามารถใช้วิธีการควบคุมตนเองในการเลิกสูบบุหรี่ พฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของเขาอาจคงอยู่ได้ด้วยตัวแปรจากภายนอก เช่น สุขภาพ ค่าครองชีพของบุคคลในครอบครัว หรือฐานะทางเศรษฐกิจของบุคคลนั้น เพราะฉะนั้น เราอาจกล่าวได้ว่าถ้าลดอิทธิพลจากภายนอกออกได้มากเท่าไร ความมั่นใจว่าพฤติกรรมนั้นเป็นการควบคุมตนเองที่เกิดขึ้นโดยตัวของตนเองก็ยิ่งจะเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น (Wilson and O'Leary. 1980 : 216) หรือบุคคลที่ดำเนินการในการควบคุมพฤติกรรมด้วยตนเองก็จะแสดงให้เห็นได้ว่า มีการควบคุมตนเองสูงกว่าบุคคลที่ควบคุมตนเองโดยยังมีผู้อื่นดูแล (ปภาวดี แจ้งศิริ. 2527 : 4; อ้างอิงจาก Thoresen and Mahoney. 1974)

นอกจากการควบคุมตนเองจะเป็นวิธีการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ หรือเป็นวิธีการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (Watson and Tharp. 1972 : 15) หรือเป็นวิธีการต่อต้านพฤติกรรมที่เบี่ยงเบน เพราะฉะนั้น การจะใช้วิธีการควบคุมตนเองจึงต้องใช้ความพยายาม พฤติกรรมใดที่ทำได้ยากก็จะต้องใช้ความพยายามมากกว่าพฤติกรรมที่ทำได้ง่าย (Wilson and O'Leary. 1980 : 214) ในอีกแง่หนึ่งวิธีการปรับพฤติกรรมโดยใช้วิธีการควบคุมตนเองนั้น ก็เป็นผลมาจากการเรียนรู้ทางสังคมโดยการที่บุคคลพยายามที่จะปรับตัวเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของสังคม (Kanfer and Phillips. 1970 : 416; citing Fischer. 1975)

จากแนวความคิดดังกล่าวมาข้างต้น เห็นได้ว่าบุคคลที่สามารถควบคุมตนเองได้จะเลือกรางวัลที่มีคุณค่ามากในอนาคตมากกว่ารางวัลที่มีคุณค่าน้อยในปัจจุบันหรือกระทำพฤติกรรมที่ให้คุณค่ามากกว่า แม้จะต้องรอคอยเป็นเวลานาน ซึ่งเป็นความสามารถในการยืดเวลาของการเสริมแรงจากปัจจุบันไปสู่อนาคตนั่นเอง

สำหรับเทคนิคที่ใช้ในการควบคุมตนเอง ส่วนใหญ่แล้วนักปรับพฤติกรรมจะใช้วิธีการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมตนเอง การประเมินตนเอง การเสริมแรงตนเอง การตั้งเกณฑ์มาตรฐานของตนเอง (Cormier and Cormier. 1979 : 479; citing Wilson and O'Leary. 1980) นอกจากนี้ยังได้มีการใช้เทคนิคอื่นๆประกอบด้วย เช่น การสอนตนเอง (Wilson and O'Leary. 1980 : 218) การลงโทษตนเองและการทำสัญญากับตนเอง (Cormier and Cormier. 1979 : 476) แต่อย่างไรก็ตาม ในการควบคุมตนเองมักใช้วิธีการเหล่านี้ควบคู่กันไป และยังพบว่าการใช้วิธีการเหล่านี้มาผสมผสานกันจะมีประสิทธิภาพมากกว่าใช้วิธีการหนึ่งวิธีการใดเพียงอย่างเดียว ดังการศึกษาของเพอร์รี่และริชาร์ด (Perri and Richard. 1977 : 177-183) ศึกษาพบว่าผู้ที่ประสบความสำเร็จในการใช้การควบคุมตนเองนั้น จะมีการนำการใช้วิธีการควบคุมตนเองอื่นๆ มาใช้กับตนเองมากกว่าผู้ที่ประสบความสำเร็จในการใช้วิธีการควบคุมตนเองเพียงวิธีการเดียว นอกจากนี้ การใช้วิธีการในการควบคุมตนเองยังขึ้นอยู่กับบุคคล สภาพการณ์และพฤติกรรมที่จะใช้อีกด้วย

1.2.2 การควบคุมตนเองจะมีขั้นตอนดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 การตั้งเป้าหมาย (Goal-setting) คือการกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งด้วยตนเอง ซึ่งการตั้งเป้าหมายนี้ช่วยให้ผู้แสดงพฤติกรรมรู้ถึงพฤติกรรมที่ต้องการกระทำอย่างชัดเจน ดังตัวอย่างการตั้งเป้าหมายของพฤติกรรม เช่น “ฉันจะอ่านหนังสือให้ได้ 20 หน้าก่อนเข้านอน” ในกรณีที่บุคคลยังไม่สามารถตั้งเป้าหมายได้อย่างชัดเจน ก็สามารถให้คนอื่นช่วยได้จนกว่าเขาจะสามารถตั้งเป้าหมายได้ด้วยตนเอง อย่างไรก็ตามในการตั้งเป้าหมายนั้น เป้าหมายที่ตั้งควรจะเป็นเป้าหมายที่เป็นจริงและสามารถทำได้ เพราะถ้าเป็นเป้าหมายที่บุคคลไม่สามารถทำได้ก็จะทำให้เกิดความผิดหวัง และก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนขึ้นได้

ขั้นที่ 2 การสังเกตตนเอง (Self-monitoring) เป็นกระบวนการที่บุคคลสังเกตหรือจำแนกลักษณะของพฤติกรรมของตนเอง พิจารณาว่าตนได้ทำพฤติกรรมตามเป้าหมายแล้วหรือยัง การสังเกตตนเองมักจะทำควบคู่ไปกับการบันทึกพฤติกรรม โธเรเซน และ มาโฮนี (Thoresen and Mahoney. 1974 : 41) กล่าวว่า การสังเกตตนเองเป็นขั้นสำคัญขั้นแรกในกระบวนการฝึกควบคุมตนเอง เพราะบุคคลต้องทราบว่ามิอะไรเกิดขึ้นกับตนเสียก่อน จึงคิดเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และมีการตั้งเป้าหมายที่เหมาะสมตามมา ในกระบวนการควบคุมตนเอง การสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมตนเองจึงเปรียบเสมือนขั้นพื้นฐาน (Baseline) ซึ่งขั้นนี้บุคคลจะรวบรวมและบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของตนเองที่ต้องการจะเปลี่ยนแปลงตลอดจนสิ่งเร้าและผลกระทบที่เกิดขึ้น ดังตัวอย่าง เช่น การที่คนเรารู้ว่าตนเองน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นมาก ก็จะต้องพยายามลดน้ำหนักของตนเอง โดยการรับประทานอาหารให้น้อยลงหรือออกกำลังกายให้มากขึ้น แต่ถึงอย่างไรก็ตาม ก็ยังคงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ขั้นตอนในการสังเกตตนเอง มีดังนี้

1. จำแนกพฤติกรรมเป้าหมายว่าพฤติกรรมอะไรที่ต้องการจะสังเกต
2. กำหนดเวลาที่จะสังเกต และบันทึกพฤติกรรม
3. กำหนดวิธีการบันทึกผลและเครื่องมือที่ใช้ในการบันทึกผล
4. ทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม
5. ทำแผนภาพหรือกราฟแสดงผลการบันทึก

6. วิเคราะห์ข้อมูลที่บ้านทีก เพื่อที่จะได้ข้อมูลย้อนกลับ ซึ่งจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Cormier and Cormier. 1979 : 482-487)

ขั้นที่ 3 การประเมินตนเอง (Self-evaluation) หมายถึง การที่บุคคลตัดสินพฤติกรรมของตนเอง โดยการประเมินคุณค่าของพฤติกรรมจากข้อมูลที่ได้จากการบันทึกด้วยตนเอง ซึ่งทำให้เราได้พิจารณาถึงพฤติกรรมที่กำลังทำอยู่อย่างถี่ถ้วน (Wilson and O'Leary. 1980 : 224) การประเมินตนเองมีความสำคัญในกระบวนการควบคุมตนเอง เนื่องจากการประเมินตนเองอาจก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เช่น เด็กที่ครูให้ประเมินพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตน ถ้าเด็กไม่สนใจที่จะปรับปรุงหรือไม่เห็นความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมแล้ว การประเมินตนเองก็อาจจะไม่มีประโยชน์ การประเมินตนเองนั้น ถ้าจะใช้ให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพเรามักจะใช้การประเมินตนเองควบคู่กับวิธีการอื่นๆ เช่น การตั้งเป้าหมาย การเสริมแรงตนเอง เป็นต้น

ขั้นที่ 4 การเสริมแรงตนเอง (Self-reinforcement) คือ การจัดผลกรรมที่เป็นแรงเสริมให้แก่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้วยตนเอง เพื่อให้พฤติกรรมนั้นเพิ่มขึ้น โดยที่เจ้าของพฤติกรรมจะเป็นผู้ดำเนินการกำหนดเพื่อให้ได้แรงเสริมนั้นด้วยตนเอง หรือให้ผู้อื่นกำหนด จากการศึกษาของนักวิจัยหลายท่าน พบว่าการกำหนดรางวัลด้วยตนเองให้ผลไม่แตกต่างกับการกำหนดรางวัลโดยผู้อื่น แต่การกำหนดรางวัลด้วยตนเองจะทำให้พฤติกรรมมีความคงทนต่อการหยุดยั้งการเสริมแรงได้มากกว่าการกำหนดรางวัลจากคนอื่น (Resembaum and Drabman. 1979 : 467-485) การเสริมแรงตนเองมีทั้งการเสริมแรงจากภายนอก ได้แก่ การเสริมแรงด้วยวัตถุหรือสิ่งที่จับต้องได้ ส่วนการเสริมแรงภายใน ได้แก่ การใช้การบอกตนเอง การใช้จินตนาการที่ทำให้เกิดความสุขใจ

1.2.3 การปรับพฤติกรรมด้วยวิธีการควบคุมตนเอง

การปรับพฤติกรรมด้วยวิธีควบคุมตนเอง (Self-control) เป็นวิธีการปรับพฤติกรรมอย่างเป็นระบบระเบียบโดยอาศัยหลักการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม (Operant conditioning) โดยการควบคุมตนเองนั้นส่วนหนึ่งยังขึ้นอยู่กับเงื่อนไขการถูกควบคุมจากภายนอก แต่ว่าบุคคลที่ใช้วิธีควบคุมตนเองนั้นมีอิสระในการตัดสินใจที่จะเลือกเงื่อนไขผลกรรมด้วยตนเอง

กระบวนการปรับพฤติกรรมด้วยวิธีควบคุมตนเอง ประกอบด้วยกระบวนการ

5 ขั้นตอน (ภรณ์ อินทร. 2526 : 9) ดังนี้

ขั้นที่ 1 ให้นักเรียนเป็นผู้กำหนดหรือมีส่วนร่วมกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายหรือพฤติกรรมที่จะปรับนั้น (Self-target behavior)

ขั้นที่ 2 ให้นักเรียนเป็นผู้กำหนดหรือมีส่วนร่วมกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรงหรือการลงโทษ (Self-contingency of reinforcement or punishment)

ขั้นที่ 3 ให้นักเรียนทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง (Self-observation and Self-recording)

ขั้นที่ 4 ให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมตนเอง (Self-evaluation)

ขั้นที่ 5 ให้นักเรียนเสริมแรงหรือลงโทษพฤติกรรมของตนเอง (Self-administration of reinforcement or punishment)

ขั้นตอนในการควบคุมตนเองสามารถสรุปได้เป็น 5 ขั้นตอน คือ ขั้นกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย ขั้นกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง ขั้นสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ขั้นประเมินพฤติกรรมตนเอง และขั้นรับการเสริมแรง เป็นต้น

1.2.4 กลวิธีในการควบคุมตนเอง

กลวิธีในการควบคุมตนเองที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การฝึกควบคุมตนเอง (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536 : 111-113; อ้างอิงจาก O'Leary and Dubey. 1979) ซึ่งประกอบด้วย

1.2.4.1 การฝึกควบคุมตนเองโดยการจัดประสบการณ์การควบคุมพฤติกรรมของตนเอง ให้แก่บุคคลที่ประสงค์จะควบคุมพฤติกรรมตนเอง โดยขั้นแรกควรให้บุคคลนั้นมีประสบการณ์ในการถูก บุคคลอื่นควบคุมพฤติกรรมที่เขาประสงค์จะควบคุมเสียก่อน และหลังจากที่การปรับพฤติกรรมได้ดำเนินไป สู่เป้าหมาย พฤติกรรมที่ได้รับการปรับแล้วซึ่งเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอ ผู้ปรับ พฤติกรรมควรจะค่อยๆ ถอดแรงเสริมตลอดทั้งกระบวนการที่ใช้ในการปรับพฤติกรรมนั้นออกไป แล้วเปิด โอกาสให้บุคคลนั้นได้เริ่มต้นกระบวนการในการปรับพฤติกรรมนั้นๆ ของเขาเอง พร้อมทั้งหาวิธีการรักษา พฤติกรรมนั้นให้คงอยู่

1.2.4.2 การฝึกควบคุมตนเองโดยการฝึกให้บุคคลที่ประสงค์ที่จะควบคุมพฤติกรรมของ ตนเองควรมีการฝึกให้รู้จักสังเกตพฤติกรรมเป้าหมายจากต้นแบบและฝึกให้รู้จักเลือกเลียนแบบพฤติกรรม ที่ต้องการจะเลียนแบบจากตัวแบบให้ได้อย่างเหมาะสม

1.2.4.3 การฝึกควบคุมตนเองโดยการสังเกตตนเองในกรณีนี้บุคคลที่ประสงค์จะปรับ พฤติกรรมของตนเองจะต้องกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายตามที่ตนเองคาดหวัง และตั้งเป้าหมายไว้ใน การฝึก ควบคุมตนเองนี้ โดยจะต้องฝึกให้บุคคลนั้นรู้จักสังเกตการเปลี่ยนแปลงของตนเอง และเรียนรู้วิถีทางที่จะ ควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้บรรลุเป้าหมายตามที่ตนประสงค์

1.2.4.4 การฝึกควบคุมตนเองโดยการกำหนดเงื่อนไขให้ตนเองเงื่อนไขของบุคคลที่ ประสงค์จะปรับพฤติกรรมของตนเองให้บรรลุเป้าหมายนั้น อาจได้แก่ เงื่อนไขของการเสริมแรงแก่ตนเอง และ เงื่อนไขของการลงโทษตนเอง ส่วนในกรณีที่บุคคลนั้นสามารถกระทำหรือมีพฤติกรรมที่สมความคาดหวังและ บรรลุพฤติกรรมเป้าหมายที่ตนเองได้กำหนดไว้นั้น บุคคลนั้นจะให้แรงเสริมแก่ตนเอง และแรงเสริมที่ตนเองให้ แก่ตนเองจะมีค่าและเป็นพลังที่จะกระตุ้นให้บุคคลนั้นกระทำหรือมีพฤติกรรมในวิถีทางที่พึงประสงค์ต่อไป

1.2.4.5 การฝึกควบคุมตนเองโดยการจัดพฤติกรรมบางประการที่บุคคลนั้นถูกควบคุม ด้วยสิ่งเร้า หรือต้องตกอยู่ภายใต้การควบคุมของสิ่งเร้าบางประการ ในกรณีเช่นนี้จะต้องอาศัยพลังใจที่ เข้มแข็งของบุคคล ที่จะต้องหาทางที่จะถอดถอนสิ่งเร้านั้นออกไป เช่น การบังคับใจตนเอง การไม่ให้ความ สนใจแก่สิ่งเร้านั้นๆ แม้ว่าสิ่งเร้านั้นจะเป็นสิ่งเร้าที่น่าพึงประสงค์ก็ตาม แต่สิ่งเร้านั้นๆ ก็จะทำให้บุคคลไม่ สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้บรรลุเป้าประสงค์ได้

1.2.4.6 การฝึกการควบคุมตนเองโดยการจัดสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ที่เป็นผลให้บุคคลนั้น มีพฤติกรรมหลีกเลี่ยง และทำให้บุคคลนั้นไม่สามารถบรรลุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ กรณีเช่นนี้แสดงว่า พฤติกรรมที่พึงประสงค์ซึ่งเป็นพฤติกรรมเป้าหมายของบุคคลนั้นอาจจะยาก ไม่เชิญชวนให้กระทำ ดังนั้น บุคคลจึงหลีกเลี่ยงไปทำสิ่งอื่นที่ง่ายกว่า เป็นที่น่าพึงพอใจมากกว่า ด้วยเหตุนี้ จึงจำเป็นต้องจัดสิ่งเร้าที่ ไม่พึงประสงค์ให้หมดไปจากสถานการณ์นั้นๆ เพื่อให้บุคคลนั้นสามารถควบคุมตนเองไม่ให้เกิดความวอกแวก หรือหลีกเลี่ยงงานใดงานหนึ่งที่ตนจะต้องรับผิดชอบและเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่จะต้องเกิดขึ้น

1.2.5 ข้อดีและข้อพิจารณาในการควบคุมตนเอง

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536: 351-352) ได้กล่าวถึงข้อดีและข้อควรพิจารณาของการ ควบคุมตนเองไว้ดังนี้

ข้อดีของการควบคุมตนเอง

1. การควบคุมตนเองเป็นวิธีการปรับพฤติกรรมที่บุคคลสามารถให้ผลกระทบท่อพฤติกรรมที่เหมาะสมได้อย่างสม่ำเสมอเพราะสามารถสังเกตเห็นพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงด้วยตนเองได้ตลอดเวลา
2. การควบคุมตนเองทำให้เกิดการแผ่ขยายพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไม่ว่าจะเป็นการแผ่ขยายข้ามสภาพการณ์ การแผ่ขยายข้ามพฤติกรรมหรือการแผ่ขยายข้ามเวลา (การคงอยู่ของพฤติกรรม)
3. พฤติกรรมบางชนิดไม่สามารถให้บุคคลภายนอกเป็นผู้ควบคุมเนื่องจากสภาพแวดล้อมของบุคคลนั้นมีสิ่งรบกวนมากมายและยังมีทั้งการให้การเสริมแรงและการลงโทษตลอดเวลา เช่น พฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดังนั้นถ้ามีการใช้วิธีการควบคุมตนเองควบคู่กันไปการดำเนินการจะมีประสิทธิภาพมากขึ้น
4. การใช้การควบคุมตนเองบางครั้งสามารถที่จะนำมาใช้ควบคุมพฤติกรรมที่ได้รับผลกระทบอ่อน ผลกระทบอ่อนหมายถึง ผลกระทบที่มีปริมาณน้อยมากหรือเกิดขึ้นซ้ำไม่มีความสำคัญต่อการรับรู้ของบุคคลอื่นซึ่งมักไม่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เช่น โปรแกรมการลดความอ้วน
5. บุคคลสามารถทำได้ถ้าเป็นผู้กำหนดและตัดสินใจเลือกที่จะทำ ดังนั้นการควบคุมตนเองจึงทำให้การดำเนินโปรแกรมต่าง ๆ มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
6. การควบคุมตนเองช่วยประหยัดเวลาในการดำเนินการของผู้บำบัด เนื่องจากกระบวนการปรับพฤติกรรมทั้งหมดผู้เข้ารับการบำบัดเป็นผู้จัดการเอง ผู้บำบัดเป็นเพียงแต่ผู้แนะนำและชี้แนะให้เท่านั้น
7. การควบคุมตนเองเป็นเป้าหมายของการปรับพฤติกรรม เพราะการควบคุมตนเองเป็นการฝึกให้ผู้รับการบำบัดสามารถที่จะควบคุมตนเองได้
8. การควบคุมตนเองนั้นจะทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดมีความรู้สึกที่ดีกับตนเองทั้งทางด้านทัศนคติต่อตนเอง ความรู้สึกถึงคุณค่าของตนเอง หรือความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถทำให้บุคคลเหล่านั้นมองโลกในแง่ดีเพราะมีความเชื่อว่าสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเพราะเขาเป็นผู้กระทำให้เกิดขึ้นเอง

ข้อควรพิจารณาในการควบคุมตนเอง

1. การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายและเกณฑ์การแสดงพฤติกรรมเป้าหมายควรสะท้อนถึงปัญหาของพฤติกรรมที่แท้จริงไม่เช่นนั้นจะทำให้เกิดปัญหาได้
2. วิธีการบันทึกพฤติกรรมควรจะทำให้ง่ายและไม่เสียค่าใช้จ่ายสูงเพราะถ้าวิธีการบันทึกพฤติกรรมมีความซับซ้อนเกินไปและไม่สะดวกต่อการบันทึกแล้วผู้เข้าร่วมการบำบัดอาจจะหยุดการบันทึกพฤติกรรมดังกล่าวได้
3. การเสริมแรงหรือการลงโทษ ควรจะอยู่ภายใต้การควบคุมของผู้เข้ารับการบำบัด คือ สามารถที่จะใช้ได้ทันทีที่ต้องการในกรณีที่พฤติกรรมบรรลุเป้าหมายหรือไม่บรรลุเป้าหมาย เพราะถ้ากระทำพฤติกรรมเป้าหมายตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้วไม่ได้รับการเสริมแรง แนวโน้มที่พฤติกรรมเป้าหมายนั้นจะยุติลงก็มีโอกาสเกิดขึ้นสูง
4. การลงโทษตนเองนั้น ควรระวังผลกระทบข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น
5. การควบคุมตนเอง เป็นเทคนิคที่ได้ผลดีมากกับผู้มีระดับสติปัญญาพอสมควร อีกทั้งเป็นผู้ที่มีความเชื่อในอัตลัษิต และความสามารถในตนเอง

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การควบคุมตนเองเป็นวิธีการหรือกระบวนการที่บุคคลใช้ในการปรับพฤติกรรมโดยใช้วิธีการหนึ่งวิธีการใดหรือหลายวิธีรวมกันเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย กระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายและควบคุมตัวแปรทั้งภายในและภายนอก

ของบุคคลซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้นด้วยตนเองส่วนผู้บำบัดเป็นเพียงผู้ให้คำปรึกษาเท่านั้น ผู้วิจัยมีความเชื่อมั่นว่า วิธีการควบคุมตนเองเป็นวิธีการหนึ่งที่ดีในการลดความถี่ของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียน ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้ลดลงได้

1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

งานวิจัยในต่างประเทศ

โบรเดน ฮอลล์ และมิตส์ (Broden, Hall and Mitts. 1971 : 191-199) ได้ศึกษาผลของการสังเกตตนเองที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนรู้วิชาประวัติศาสตร์ของเด็กหญิงลิซา (Lisa) ซึ่งเรียนอยู่ในระดับ 8 โดยทำการสังเกตพฤติกรรม “เรียน” อันได้แก่ การทำงานที่ครูมอบหมาย การมองครูขณะที่สอน การมองเพื่อนที่กำลังตอบคำถามหรือการตอบคำถามเมื่อครูเรียกและพฤติกรรม “ไม่เรียน” อันได้แก่ ลูกจากที่นั่งโดยไม่ได้รับอนุญาต คุยกับเพื่อน มองออกไปนอกหน้าต่าง นำสิ่งของที่ไม่เกี่ยวกับการเรียนขึ้นมา เช่น แปรง หวี และนำวิชาอื่นขึ้นมาทำ หลังจากเก็บข้อมูลระยะเส้นฐานแล้ว ก็ให้ลิซาทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเองโดยใส่เครื่องหมายบวกเมื่อมีพฤติกรรม “เรียน” และใส่เครื่องหมายลบเมื่อมีพฤติกรรม “ไม่เรียน” ลงในกระดาศบันทึก ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมการเรียนรู้วิชาประวัติศาสตร์ของลิซา เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 30 เป็นร้อยละ 78 ของเวลาเรียนทั้งหมดในระยะเวลาที่มีการสังเกตตนเองและมีคำชมจากครู และยังคงเป็นร้อยละ 77 ของเวลาเรียนทั้งหมดในระยะติดตามผล 3 สัปดาห์ถัดมา

โบลสตาด และ จอห์นสัน (Boldstad and Johnson. 1972 : 443-454) ได้ศึกษากระบวนการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนเกรด 1 และเกรด 2 จำนวน 38 คน ที่มีพฤติกรรมก่อกวน อันได้แก่ พูดคุยเสียงดัง การทำเสียงดังโดยไม่ได้รับอนุญาต ตีเพื่อนในชั้นเรียน และลูกจากที่นั่งหรือวิ่งเล่นในชั้นเรียน โดยแบ่งผู้รับการทดลองออกเป็นกลุ่มย่อยๆ ดังนี้ กลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มที่ได้รับการเสริมแรงจากภายนอก (ER) กลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มที่ได้รับการฝึกให้ใช้กระบวนการควบคุมตนเอง (SR₁, SR₂) โดยที่วิธีการของทั้ง 2 กลุ่ม แตกต่างกันตรงที่ กลุ่มที่ 2 จะต้องสังเกตและบันทึกพฤติกรรมต่อไปในช่วงสุดท้ายของการทดลอง ส่วนกลุ่มที่ 4 เป็นกลุ่มควบคุม (NR) การทดลอง แบ่งเป็น 4 ช่วง ช่วงที่ 1 เป็นระยะเส้นฐาน ช่วงที่ 2 เป็นช่วงเริ่มการทดลอง โดยที่กลุ่มที่ 1, กลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 3 ได้รับการเสริมแรงจากภายนอกเมื่อพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนลดลง ส่วนกลุ่มที่ 4 ครูสอนตามปกติ ช่วงที่ 3 กลุ่มที่ 1 ยังคงได้รับการเสริมแรงจากภายนอก ส่วนกลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 3 ได้รับการฝึกให้ใช้กระบวนการควบคุมตนเองซึ่งประกอบด้วย การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การประเมินพฤติกรรมตนเองและการเสริมแรงตนเอง ช่วงที่ 4 ซึ่งเป็นช่วงสุดท้าย เป็นช่วงที่ยุติการให้การเสริมแรงทั้ง 3 กลุ่ม ในขณะที่กลุ่มที่ 2 ยังคงสังเกตและบันทึกผลตนเองต่อไป ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 3 กลุ่ม มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม และกลุ่มที่ 2 มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนลดลงมากกว่ากลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 3 ส่วนกลุ่มที่ 3 มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนลดลงมากกว่ากลุ่มที่ 1 ซึ่งผลการทดลองแสดงให้เห็นว่า การฝึกกระบวนการควบคุมตนเองมีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนมากกว่าการได้รับการเสริมแรงจากภายนอก

บราวน์ (Brown. 1975 : 319-330) ได้ใช้กระบวนการควบคุมตนเองเพื่อลดความวิตกกังวลของคนไข้จากศูนย์สุขภาพจิต ใช้เวลาในการฝึกฝน 10 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่า คนไข้ที่ได้รับการฝึกกระบวนการควบคุมตนเองมีความวิตกกังวลลดน้อยลงและมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มมากขึ้น

ฟรายด์แมน (Friedman. 1980 : 400-402) ได้ศึกษาการใช้วิธีการควบคุมตนเองของเด็กหญิงคนหนึ่งชื่อ ซูซาน (Susan) อายุ 11 ปี ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคจิตส์ เดอ ลา ทัวเรตส์ ซินโดรม (Gilles de la Tourette's Syndrome) เมื่ออายุ 10 ปี แต่เริ่มมีอาการมาตั้งแต่อายุ 7 ปี โดยจะมีอาการชักกระตุกตามใบหน้าและกล้ามเนื้อส่วนอื่นๆ และมักจะพูดคำไม่สุภาพในภาวะตึงเครียด เช่น คำพูดที่เกี่ยวกับอุจจาระ โดยเฉลี่ยจะพูดประมาณ 150 ครั้งต่อชั่วโมง ซูซานได้รับการฝึกผ่อนคลายความตึงเครียดและการใช้จินตนาการในทางบวก เช่น นึกถึงคำที่แสดงความสุขสนานเมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียด เพราะฉะนั้นจึงต้องสังเกตตนเอง พร้อมทั้งให้การเสริมแรงตนเองโดยมีแม่คอยสนับสนุน การทดลองใช้เวลาหลายสัปดาห์ ผลการทดลองพบว่า อัตราการพูดคำไม่สุภาพและการชักกระตุกตามใบหน้าและกล้ามเนื้อส่วนอื่นๆ ของซูซานลดลง ทั้งยังให้ผลเป็นที่น่าพอใจในการติดตามผลเป็นระยะเวลา 18 เดือนต่อมา แสดงให้เห็นว่า วิธีการควบคุมตนเองสามารถลดอาการที่ไม่พึงประสงค์ลงได้ นอกจากนี้ กราเซียโนและมูนีย์ (Graziano and Mooney. 1980 : 206-213) ที่ได้ใช้กระบวนการควบคุมตนเองเพื่อลดความกลัวของเด็กอายุระหว่าง 6-12 ปี จำนวน 33 คน ที่กลัวความมืดอย่างรุนแรงโดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 17 คน กลุ่มควบคุม 16 คน เด็กจะได้รับการฝึกให้ใช้กระบวนการควบคุมตนเองเมื่อเกิดความกลัวดังนี้ คือ 1) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ 2) การจินตนาการถึงภาพที่สวยงาม 3) การพูดประโยคที่แสดงถึงความกล้าหาญ เด็กจะต้องฝึกเช่นนี้ที่บ้านทุกๆ คืน เป็นเวลา 3 สัปดาห์และมีผู้ปกครองดูแล โดยในระยะแรก เขาได้ทำการฝึกอบรมผู้ปกครองให้เข้าใจถึงวิธีการที่จะให้คำแนะนำในการเสริมแรงและการให้กำลังใจแก่เด็กในขณะที่เด็กได้รับการฝึก ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองกลัวความมืดลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม

งานวิจัยในประเทศ

วารุณี จันทรแสงสุก (2524 : 26-27) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการสังเกตตนเองควบคู่กับการเสริมแรงตนเองกับการสังเกตตนเองเพียงอย่างเดียว หรือการเสริมแรงตนเองเพียงอย่างเดียว เพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมสนใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนฉวางรัชดาภิเษก จำนวน 3 คน เป็นนักเรียนหญิง 2 คน นักเรียนชาย 1 คน ผลการทดลองพบว่า การสังเกตตนเองควบคู่กับการเสริมแรงตนเองสามารถปรับพฤติกรรมสนใจเรียนได้ดีกว่าการสังเกตตนเองเพียงอย่างเดียวหรือการเสริมแรงตนเองเพียงอย่างเดียว

ภรณ์ อินทสร (2526 : 72-75) ได้ศึกษาผลของการใช้วิธีควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดธาตุทอง กรุงเทพมหานคร จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน ด้วยวิธีการจับคู่นักเรียนที่มีระดับพฤติกรรมตั้งใจเรียนใกล้เคียงกันมากที่สุด แล้วจัดเข้ากลุ่มทดลองหรือกลุ่มควบคุม การทดลองแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ระยะแรกหาเส้นฐานพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลอง ระยะที่ 2 ให้นักเรียนกลุ่มทดลองใช้วิธีการควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียน ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมเรียนตามสภาพปกติ ระยะสุดท้ายทำการติดตามผล ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้ใช้การควบคุมตนเอง

อรนงค์ วิทยานิพนธ์ (2533 : 48) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมก่อนนอนในห้องสมุดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดใหม่ช่องลม กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่ใช้การควบคุมตนเอง 8 คน กลุ่มที่ใช้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม 8 คน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองและนักเรียนที่ใช้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม มีพฤติกรรมก่อนนอนในห้องสมุดลดลงไม่แตกต่างกัน

อดิวัฒน์ พรหมสา (2533 : 83-84) ได้ศึกษาผลของการฝึกควบคุมตนเองที่มีต่อความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนจากแบบวัดไอเอเออาร์ต่างกัน กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนสูงจากแบบวัดไอเอเออาร์ กลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนต่ำจากแบบวัดไอเอเออาร์และกลุ่มทดลองที่ 3 กลุ่มนักเรียนที่มีการคะแนนจากแบบวัดไอเอเออาร์ โดยทั้ง 3 กลุ่มทดลองนี้ใช้การฝึกการควบคุมตนเอง ผลการทดลองพบว่า นักเรียนทั้ง 3 กลุ่มมีคะแนนความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์สูงขึ้นจากระยะเริ่มต้น ภายหลังการฝึกการใช้การควบคุมตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองที่ 1 มีคะแนนความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 และ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คมคาย อนุจันทร์ (2538 : 53) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่าเปอร์เซนไทล์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ใช้การควบคุมตนเอง และกลุ่มทดลองที่ 2 ใช้การเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ภายหลังการทดลองและนักเรียนที่ใช้การเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ภายหลังการทดลอง โดยพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงไม่แตกต่างกัน

จากเอกสารและงานวิจัยทั้งในประเทศและในต่างประเทศดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าการปรับพฤติกรรมโดยวิธีการควบคุมตนเองนั้นสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ เช่น การใช้การควบคุมตนเองในการลดพฤติกรรมตั้งใจเรียน พฤติกรรมการทำแบบฝึกหัด พฤติกรรมก่อกวน พฤติกรรมก้าวร้าว พฤติกรรมที่เกี่ยวกับอารมณ์ เช่น ความกลัว ความวิตกกังวล เป็นต้น ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียนและผู้ที่เกี่ยวข้องทางด้านการเรียนรวมทั้งการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี

1.4 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับสินไหม

1.4.1 ความหมายของการปรับสินไหม

ประเทือง ภูมิภัทราคม (2535 : 207-208) กล่าวว่า การปรับสินไหมเป็นการถอดถอนสิ่งที่อินทรีย์ต้องการหรือพึงพอใจออกภายหลังที่แสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์มีผลทำให้พฤติกรรมยุติหรือลดลงหรือระงับพฤติกรรมลง

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536 : 227) กล่าวว่า การปรับสินไหมเป็นวิธีการลงโทษที่ถอดถอนตัวเสริมแรงทางบวกออกไป หลังจากที่ทำบุคคลกระทำพฤติกรรมบางอย่าง ทำให้พฤติกรรมนั้นลดโอกาสที่จะเกิดขึ้นต่อไปในอนาคต นอกจากนี้ ยังรวมทั้งการสูญเสียสิทธิพิเศษบางอย่างด้วย

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 131) กล่าวว่า การปรับสินไหมเป็นวิธีการลดความถี่ของการเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยนำสิ่งที่อินทรีย์พึงพอใจหรือเสริมทางบวกออกไปจำนวนหนึ่งตามที่กำหนดหลังจากที่อินทรีย์แสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และผลจากการนำสิ่งที่อินทรีย์พึงพอใจออกไปจำนวนหนึ่งตามที่กำหนด ทำให้ความถี่ในการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้นลดลง

1.4.2 หลักการใช้การปรับสินไหมให้มีประสิทธิภาพ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536 :

132-133) มีดังนี้

1.4.2.1 ก่อนจะนำวิธีการปรับสินไหมมาใช้กับบุคคลหนึ่ง ควรจะเปิดโอกาสให้บุคคลนั้นได้มีประสบการณ์เกี่ยวกับการเสริมแรงโดยให้บุคคลนั้นๆ มีโอกาสที่จะได้รับการเสริมแรง หลังจากแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เพื่อให้เห็นคุณค่าของการเสริมแรง และการใช้การปรับสินไหมอย่างมีประสิทธิภาพ ควรจะให้บุคคลนั้นได้มีโอกาสสะสมแรงเสริมทางบวก เพราะถ้าบุคคลนั้นไม่มีแรงเสริมทางบวกสะสมอยู่เลย การใช้การปรับสินไหมก็จะมีประสิทธิภาพและกระทำไม่ได้

1.4.2.2 ก่อนจะนำวิธีการปรับสินไหมมาใช้กับบุคคลใดก็ตาม ควรประกาศให้ทราบเกี่ยวกับกฎเกณฑ์ ระเบียบ พฤติกรรมที่พึงประสงค์ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เงื่อนไขผลกรรมที่บุคคลนั้นๆ จะได้รับหลังจากที่แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือไม่พึงประสงค์ ทั้งนี้ เพื่อให้บุคคลนั้นได้ตระหนักและสามารถควบคุมการแสดงออกหรือการกระทำของตนเองให้เป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์ และทราบได้ที่เขาแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ตราบนั้นผลกรรมที่เขาจะได้รับ ก็คือ การปรับสินไหมเป็นจำนวนตามที่เงื่อนไขกำหนด

1.4.2.3 เพื่อให้การปรับสินไหมมีประสิทธิภาพ ควรจะปรับสินไหมทีละน้อยเพื่อเปิดโอกาสให้บุคคลนั้นได้ปรับพฤติกรรมของเขาให้เหมาะสมขึ้น ซึ่งจะทำให้ความถี่ของการเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลง แต่หากปรับสินไหมด้วยจำนวนมหาศาล เช่น ด้วยจำนวนเงินมากๆ แม้ว่าพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้นจะลดลงอย่างรวดเร็ว แต่อาจก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่นๆตามมา เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว ฯลฯ เป็นต้น

1.4.2.4 การใช้หลักการปรับสินไหมจะมีประสิทธิภาพสูงขึ้น หากใช้ประสานกับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง

1.4.3 ข้อดีและข้อเสียของการปรับสินไหม (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536 : 133)

ข้อดีของการปรับสินไหม

1. ทำให้ความถี่ของการเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลงอย่างรวดเร็วและคงทน

ถาวร

2. เป็นวิธีที่สะดวกและบังเกิดผลดีกว่าการใช้เวลานอก (Time-out) โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากใช้กับนักเรียน ตัวอย่างเช่น ภายหลังที่ครูชี้แจงกับนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และเงื่อนไขผลกรรมที่นักเรียนจะได้รับหลังจากแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ หรือ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ อาทิ “ขณะที่ครูกำลังสอน นักเรียนคนหนึ่งมัวแต่หยอกล้อพูดคุยกับเพื่อน” ครูจึงตกลงใจนำการปรับสินไหมมาใช้ เพื่อต้องการจะลดความถี่ของพฤติกรรมหยอกล้อพูดคุยกับเพื่อนขณะที่ครูกำลังสอนของนักเรียนคนนั้น ครูจึงกำหนดเงื่อนไขและบอกให้นักเรียนคนนั้นทราบว่า “ขณะที่ครูกำลังสอนหากหนูหยอกล้อพูดคุยกับเพื่อน นักเรียนจะถูกหักคะแนนครั้งละ 5 คะแนน” และถึงแม้ว่านักเรียนคนนั้นจะแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และถูกหักคะแนน ครั้งละ 5 คะแนนก็ตาม แต่หากเปรียบเทียบกับการใช้เวลานอก (Time-out) แล้ว การใช้การปรับสินไหมโดยการหักคะแนนจะดีกว่า เพราะแม้ว่านักเรียนจะถูกหักคะแนน แต่นักเรียนก็ยังอยู่ในชั้นเรียนยังมีโอกาสได้เรียน หากนักเรียนถูกส่งไปอยู่นอกห้องเรียน โอกาสที่จะเรียนในช่วงเวลานั้นๆ ก็จะหมดสิ้นไป

ข้อเสียของการปรับสินไหม

นอกจากบุคคลนั้นจะถูกปรับสินไหมแล้ว พฤติกรรมอื่นๆ ที่ไม่พึงประสงค์จะเกิดตามมา เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว การแสดงความไม่สนใจ กรีดร้อง หรือ แม้กระทั่งหลีกเลี่ยงไม่ให้พ้นจากสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นๆ

การใช้หลักการปรับสินไหมที่มีประสิทธิภาพและมีคุณภาพดี กล่าวโดยสรุปคือ ต้องให้อินทรีย์มีโอกาสสะสมตัวเสริมแรง ควรประกาศกฎเกณฑ์ระเบียบพฤติกรรมที่พึงประสงค์ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และเงื่อนไขผลกรรมที่บุคคลนั้นจะได้รับหลังจากที่แสดงพฤติกรรม ให้ได้รับทราบก่อนการปรับสินไหมและควรที่จะปรับทีละน้อยเพื่อเปิดโอกาสให้บุคคลได้ปรับพฤติกรรมให้เหมาะสม และในการปรับสินไหมควรจะใช้ประสานกับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่างด้วย

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับสินไหมดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าการปรับสินไหมเป็นวิธีการปรับพฤติกรรมที่บุคคลใช้ในการลดความถี่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยนำสิ่งที่อินทรีย์พึงพอใจออกไปจำนวนหนึ่งตามที่ได้ตกลงกันไว้และเป็นผลทำให้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้นลดลง ผู้วิจัยมีความเชื่อมั่นว่า วิธีการปรับสินไหมเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่ดีในการลดความถี่ของพฤติกรรมก่อนหน้าในชั้นเรียนของนักเรียน ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้ลดลงได้

1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับสินไหม

งานวิจัยในต่างประเทศ

ชอร์ส และคณะ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2541 : 228; อ้างอิงจาก Shores and Others. 1967) ได้ใช้การปรับสินไหมกับเด็กที่มีปัญหาทางอารมณ์ 5 คน ซึ่งมักจะลุกจากที่นั่งโดยเฉลี่ย 70 ครั้งต่อวัน โดยตั้งกฎว่าถ้าใครลุกจากที่นั่งจะถูกปรับเวลาที่พักไปตีไม้ดก โดยที่แต่ละครั้งที่ลุกจากที่นั่งจะถูกตัดเวลาพักไปตีไม้ดก 2 นาที ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมลุกจากที่นั่งลดลง นอกจากนี้ยังทำให้เกิดการแผ่ขยายโดยพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่นๆ ลดลงอีกด้วย

ไบลีย์และอิตาวา (Bailey and Itawa. 1973 : 893-894) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้รางวัลกับการปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรมก่อนหน้าความวุ่นวายในชั้นเรียนของนักเรียนซึ่งวิเคราะห์ทั้งทางด้านตัวครูและทางด้านตัวนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาจำนวน 15 คน อายุเฉลี่ย 10 ปี ผลการทดลองพบว่า ทั้ง 2 วิธีสามารถลดพฤติกรรมก่อนหน้าความวุ่นวายในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ไม่แตกต่างกันและเมื่อวิเคราะห์ในด้านตัวครู พบว่า การให้รางวัลสามารถลดพฤติกรรมได้ดีกว่าเล็กน้อย เพราะครูพูดไประยะเวลาที่ให้รางวัล และจากผลการทดลองยังพบอีกว่าการใช้การปรับสินไหมนั้น สามารถนำไปใช้ในการปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่นให้ลดลงได้เช่นเดียวกัน

เจมส์ (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี. 2534 : 25; อ้างอิงจาก James .1981) ได้ศึกษาเรื่องการควบคุมพฤติกรรมของตนเองเกี่ยวกับการพูดติดอ่าง (Stuttering) โดยใช้เทคนิคการใช้เวลานอกและเทคนิคการปรับสินไหมควบคู่กับเทคนิคการใช้เวลานอก เพื่อลดพฤติกรรมพูดติดอ่าง กลุ่มตัวอย่างเป็นชายอายุ 18 ปี อาชีพเป็นพนักงานถ่ายรูป ผลการทดลองพบว่า การใช้เทคนิคการใช้เวลานอกและการใช้เทคนิคการปรับสินไหมควบคู่กับเทคนิคการใช้เวลานอก สามารถลดพฤติกรรมพูดติดอ่างลงได้

แรพพอร์ต เมอร์ฟีและไบลีย์ (Rapport, Murphy and Bailey. 1982 : 205-216) ได้นำวิธีการปรับสินไหมมาใช้ในการปรับพฤติกรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 2 คน ซึ่งเป็นนักเรียนที่ซนอยู่ไม่เป็นสุขเกินปกติมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนและไม่ทำงานที่ครูมอบหมายโดย ในการดำเนินการทดลองนั้น

ถ้านักเรียนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ผู้วิจัยจะให้การเสริมแรงด้วยการให้เวลาว่าง 20 นาทีท้ายชั่วโมงที่เรียน เพื่อไปทำกิจกรรมใดก็ได้ที่นักเรียนต้องการ แต่ถ้านักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์จะถูกหักเวลาว่างของนักเรียนครั้งละ 1 นาที จนกระทั่งหมดเวลาว่างที่มี หากเด็กคนใดถูกหักเวลามากก็จะมีเวลาว่างสำหรับทำกิจกรรมที่ตนต้องการน้อยลง ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนลดลงหลังจากการใช้การปรับสินไหม

แคร์รี่ และคณะ (สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี. 2534 : 25; อ้างอิงจาก Carey and Others. 1983) ได้ศึกษาผลของการใช้เบี้ยอรรถกร การปรับสินไหม และการแก้ไขเกินกว่าเหตุ มาใช้ในการการเพิ่มพฤติกรรมการทำงานในห้องเรียนของบุคคลระดับเรียนช้าและปัญญาอ่อน จำนวน 6 คน อายุ 28-40 ปี ที่มีระดับเชาว์ปัญญา (Intelligence Quotient) ระหว่าง 50-83 โดยผู้ทดลองได้บันทึกร้อยละของการตอบคำถามที่ถูกต้อง และเวลาที่ใช้ในการทำงานของผู้รับการทดลอง ต่อมาแบ่งผู้รับการทดลองออกเป็น 3 กลุ่มๆละ 2 คน โดยกลุ่มที่ 1 จะมีการใช้เบี้ยอรรถกรเมื่อตอบคำถามได้ถูกต้องและใช้การแก้ไขเกินกว่าเหตุ (Overcorrection) เมื่อตอบคำถามผิดและกลุ่มที่ 2 จะได้รับเบี้ยอรรถกรเมื่อตอบคำถามได้ถูกต้องและใช้การปรับสินไหมเมื่อตอบคำถามผิด ส่วนกลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุม ซึ่งไม่ได้รับอะไรเลย ผลการทดลองพบว่า การใช้เบี้ยอรรถกร ร่วมกับการแก้ไขเกินกว่าเหตุและการใช้เบี้ยอรรถกรร่วมกับการใช้การปรับสินไหม สามารถเพิ่มพฤติกรรมการทำงานในห้องเรียนของบุคคลระดับเรียนช้าและปัญญาอ่อนได้

งานวิจัยในประเทศ

อัญชลี หมื่นสังข์ (2527 : 45) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการใช้การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรต่อการสะกดคำของเด็กปัญญาอ่อนที่สามารถเรียนได้โดยใช้เทคนิคการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร ร่วมกับการปรับสินไหม เพื่อเพิ่มสัมฤทธิ์ผลในการสะกดคำวิชาภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปัญญาวุฒิกร โดยมีเงื่อนไขว่า ครูจะให้เบี้ยอรรถกรแก่นักเรียนจำนวน 5 เบี้ย ในตอนต้นชั่วโมง ถ้านักเรียนสะกดคำได้ถูกต้องก็จะได้รับเบี้ยเพิ่มขึ้นครั้งละ 1 เบี้ย แต่ถ้านักเรียนสะกดผิด ก็จะถูกริบเบี้ยครั้งละ 1 เบี้ยเช่นกัน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรร่วมกับการใช้การปรับสินไหม มีสัมฤทธิ์ผลต่อการสะกดคำสูงขึ้น

สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี (2534 : 45) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการใช้การเสริมแรงทางบวกกับการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดทับกฤชกลาง อำเภอลำลูกเกด จังหวัดนครสวรรค์ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว 14 คน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การปรับสินไหมมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง และเมื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวระหว่างนักเรียนที่ใช้การเสริมแรงทางบวกกับนักเรียนที่ใช้การปรับสินไหม ผลการทดลองพบว่า การใช้การเสริมแรงทางบวกทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงมากกว่าการใช้การปรับสินไหม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุพล ชัดเชื้อ (2535 : 44) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเสมียนนารี จังหวัดกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 16 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ใช้การควบคุมตนเอง จำนวน 8 คน และกลุ่มทดลองที่ 2 ใช้การปรับสินไหมจำนวน 8 คน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองและนักเรียนที่ใช้การปรับสินไหมมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อเปรียบเทียบความคงทนของพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนภายหลังการใช้การควบคุมตนเองและการใช้การปรับสินไหมนั้นไม่แตกต่างกัน

อรสา สุดาตวง (2539 : 57-60) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันและการปรับสินไหมเพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนปทุมวัน สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ใช้การเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ใช้การปรับสินไหมมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลอง ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนลดลงมากกว่านักเรียนที่ใช้การปรับสินไหมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อรุณ หมื่นวงศ์ (2540 : 45-47) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการปรับสินไหมและการควบคุมตนเอง เพื่อลดพฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวิชาการสำนักงานเขตดินแดง กรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การปรับสินไหม และนักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเอง มีพฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบกับพฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนที่ใช้การปรับสินไหมและนักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองนั้นลดลงแตกต่างกัน โดยหลังจากการใช้การปรับสินไหมและการใช้การควบคุมตนเองนั้น มีผลต่างของความถี่ของพฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองสูงกว่าผลต่างของความถี่ของพฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนที่ใช้การปรับสินไหม

จากเอกสารและงานวิจัยทั้งในประเทศและในต่างประเทศดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การปรับพฤติกรรมโดยวิธีการปรับสินไหมนั้นสามารถลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ต่าง ๆ ได้ เช่น การใช้การปรับสินไหมเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านการเรียน พฤติกรรมด้านการทำงาน พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน พฤติกรรมการพูดติดอ่าง พฤติกรรมก้าวร้าว พฤติกรรมชกอยู่ไม่เป็นสุข พฤติกรรมก่อความวุ่นวายในห้องเรียน เป็นต้น ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียนและผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งในด้านการเรียนรวมทั้งการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี

2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อกวน

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อกวน

2.1.1 ความหมายของพฤติกรรมก่อกวน

พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน (Disruptive Outburst) หมายถึง พฤติกรรมที่รบกวนห้องเรียน (พรชูลี อาษาอำรุง และ สงบ ลักษณะ. 2522: 49-55) รบกวนความสงบ ความเป็นระเบียบในห้องเรียน :

เฮอร์เบิร์ต และมาร์ติน (จันทนา ยิ้มน้อย. 2537 : 19; อ้างอิงจาก Herbert and Martin. 1978) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนว่า หมายถึง การที่เด็กก่อความรบกวนโดยการตะโกน แหย่ผู้อื่น พูดผิดกาลเทศะ ลุกออกจากที่นั่ง ไม่เชื่อฟัง ต่อต้าน ซึ่งสอดคล้องกับความหมายของการดิสเอร์วิลเลียม ไอ (จันทนา ยิ้มน้อย. 2537 : 19; อ้างอิงจาก Gardner William I. 1979) ดังนี้คือ พฤติกรรมลุกออกจากที่นั่งขณะทำงานหรือลุกออกจากโต๊ะก่อนทำงานเสร็จ ตีกัน ส่งเสียงดังขณะเรียน แหย่เพื่อน เป็นต้น

เอสสา (จันทนา ยิ้มน้อย. 2537 : 19; อ้างอิงจาก Essa. 1990) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนว่า หมายถึง พฤติกรรมที่เด็กพูดหรือกระซิบกับเด็กอื่น หัวเราะ หรือพูดรำพึงคนเดียว ตะโกนในห้องเรียน ดันหรือผลักเพื่อน ๆ เล่นกับเพื่อนเสียงดัง เล่นของเล่นเสียงดัง ลุกเปลี่ยนที่ ลุกขึ้นและเดินไปมาหรือลุกออกจากห้อง หรือวิ่งรอบ ๆ ห้อง หรือทิ้งสิ่งของลงบนพื้นทำให้เกิดเสียงดัง เป็นต้น

ส่วน รอส (จันทนา ยิ้มน้อย. 2537 : 19; อ้างอิงจาก Ross. 1981) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนไว้ดังนี้คือ

1. การพูดโดยไม่ได้รับอนุญาต
2. การลุกจากที่นั่ง
3. การเดินไปมา
4. การขว้างปาวัตถุสิ่งของ
5. การทำเสียงดัง

นอกจากนี้ รอส ยังกล่าวว่า พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน ไม่รวมพฤติกรรมต่างๆ ดังนี้

1. พฤติกรรมก้าวร้าวร่างกายโดยตรง
2. พฤติกรรมลักขโมย
3. พฤติกรรมไม่เอาใจใส่
4. พฤติกรรมการแสดงออกที่มากเกินไป (Hyperactivity)

สำหรับงานวิจัยในประเทศไทย ได้มีผู้ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนไว้ในลักษณะที่สอดคล้องกัน เช่น รัชณี ดันติเสวี (จันทนา ยิ้มน้อย. 2537 : 20; อ้างอิงจาก รัชณี ดันติเสวี. 2533) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนไว้ดังนี้ คือ

1. การลุกจากที่นั่ง หรือการเดิน หรือ การวิ่งไปมารอบๆ ห้องเรียนโดยไม่ได้รับอนุญาตจากครูผู้สอน
2. คุกกับเพื่อน
3. แหย่หรือรังแกเพื่อน โดยใช้อวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกายของเพื่อน กระแทกโต๊ะเรียน
4. เล่นกับเพื่อน หรือวัตถุสิ่งของที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนในชั้นเรียน
5. ทำเสียงดัง โดยการเปล่งเสียงออกจากลำคอ หรือโดยการใช้สิ่งของ หรือการใช้ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย เช่น การตะโกน การทำเสียงดัง การทุบโต๊ะ เคาะโต๊ะ ผีวปาก เป็นต้น

แสงระวี ศุทธกิจ (จันทนา ยิ้มน้อย. 2537 : 21; อ้างอิงจาก แสงระวี ศุทธกิจ. 2531) ได้ให้คำจำกัดความของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน ว่าหมายถึงการแสดงพฤติกรรมของนักเรียนดังต่อไปนี้

1. ลุกจากที่นั่ง โดยการยืน วิ่งและเดินรอบห้องเรียน โดยไม่ได้รับอนุญาต
2. คุกกับเพื่อนในชั้นเรียน
3. แหย่เพื่อนโดยใช้อวัยวะส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกายเพื่อน กระแทกโต๊ะเรียนหรือสิ่งของใดๆ บนโต๊ะของเพื่อนในชั้นเรียน
4. ทำเสียงดัง โดยการเปล่งเสียงออกจากลำคอ หรือใช้สิ่งของ หรือใช้อวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย เช่น ตะโกน หัวเราะเสียงดัง กระตืบเท้า เป็นต้น

นอกจากนี้ ประเทือง ภูมิภัทราคม (2530 : 244-246) ได้ทำการสำรวจครูโรงเรียนชุมชนวัดบางขัน อำเภอกลองหลวง จังหวัดปทุมธานี ถึงพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนโดยได้รวบรวมและให้ความหมายไว้ว่า หมายถึง พฤติกรรมของนักเรียนที่เกิดขึ้นขณะที่ครูสอน แล้วพฤติกรรมนั้นเป็นอุปสรรค หรือขัดขวางการสอนของครู และ/หรือ การเรียนของเพื่อนร่วมชั้น ได้แก่

1. คุกกับเพื่อนในห้องเรียนขณะที่ครูสอน
2. เอาส่วนหนึ่งส่วนใดของอวัยวะในร่างกาย ไปกระทบร่างกายของเพื่อนโดยเจตนาในห้องเรียน

ขณะที่ครูสอน เช่น ดิถีระ หยิก กระแทก หรือตีเพื่อน ฯลฯ เป็นต้น

3. เล่นกับเพื่อนหรือสิ่งอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับบทเรียนในห้องเรียนขณะที่ครูสอน
4. ลุกจากที่นั่งโดยยืน หรือเดินไปมาขณะที่ครูสอน โดยไม่ได้รับอนุญาต
5. ทำเสียงดังโดยการเปล่งเสียงออกจากลำคอ หรือใช้สิ่งของ หรือใช้อวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายในขณะที่ครูสอน เช่น ตะโกน ผีวปาก หัวเราะ เคาะโตะ กระทืบเท้า ฯลฯ เป็นต้น

โดยในเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมจะเป็นเด็กที่ประพฤติตนไปในทางที่ไม่พึงประสงค์ อาจจะเป็นไปในลักษณะก้าวร้าว เกร ก่อวณ หรือเป็นไปในทางถดถอยหนีความจริง เพื่อฝันหรือเชื่อม โดยพฤติกรรมที่ถือว่าปัญหานั้น ได้แก่ พฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปจากเกณฑ์ปกติอันจะสร้างปัญหาให้แก่ตัวเด็กเองและผู้อื่น

เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมนั้นมียุติในทุกระบบซึ่งมักก่อปัญหาให้แก่ครูประจำชั้น เพื่อนนักเรียนด้วยกัน ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องอื่นๆ ปัญหาในทางพฤติกรรมของเด็ก นอกจากจะส่งผลกระทบต่อครูแล้วยังส่งผลกระทบต่อตัวเด็กเองอีกด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งส่งผลกระทบต่อผลการเรียนของเด็กทำให้มีผลการเรียนต่ำลง ตลอดจนส่งผลกระทบและเกี่ยวโยงไปสู่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ จนยากที่จะชี้เฉพาะลงไปว่าอะไรเป็นเหตุอะไรเป็นผล ลักษณะของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้น เด็กบางคนอาจจะมีเพียงลักษณะเดียวหรือหลายลักษณะก็ได้ ลักษณะที่เห็นได้ชัด และเห็นได้บ่อยๆ ในโรงเรียน ได้แก่ ก้าวร้าว เกร หนีโรงเรียน กล่าววจาหยาบคาย ไม่ชอบทำงานที่ได้รับมอบหมาย เป็นต้น (อรนงค์ วิทยานิพนธ์. 2533 : 12-13)

2.1.2 สาเหตุของพฤติกรรมก่อวณ

เด็กที่มีพฤติกรรมก่อวณนั้นมีสาเหตุมาจาก

- 2.1.2.1 เรียกร้องความสนใจเพราะขาดความเอาใจใส่จากพ่อแม่ พ่อแม่มีงานมากเกินไป
 - 2.1.2.2 ขาดความรักความอบอุ่น
 - 2.1.2.3 พ่อแม่รักตามใจ และ ปกครองลูกไม่เป็น
 - 2.1.2.4 พ่อแม่ไม่ค่อยอยู่บ้าน มักปล่อยให้เล่นตามลำพังเสมอ
 - 2.1.2.5 ไม่มีเพื่อนเล่น
 - 2.1.2.6 มีความคับข้องใจเพราะพ่อแม่บังคับมากเกินไป
- (สมพร สุทัศน์ย์, ม.ร.ว. 2523: 45)

2.1.3 ลักษณะของพฤติกรรมก่อวณ

พรชูลี อาชาวำรุง และ สงบ ลักษณะ (2522: 49-56) กล่าวว่า ลักษณะของเด็กที่มีพฤติกรรมรบกวนความสงบ ความเป็นระเบียบในห้องเรียน มีดังนี้ พุดตะโกนเสียงดัง ชอบทำเสียงดังโดยการกระแทกของ ทุบโต๊ะ ทำแก้อ้อล้ม ยกแก้อ้อทุ่ม เดินออกนอกห้องเรียน เดินไปมารอบห้อง รบกวนการทำงานของเพื่อนโดยการเข้าแหย่ และยื้อยุดจุดมือเพื่อขัดขวางการทำงานของเพื่อน

ผดุง อารยวิญญู (2528: 14) กล่าวว่า ลักษณะพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา ได้แก่ ก่อความวุ่นวาย ก่อปัญหา ฝืนกลางวัน เกียจคร้าน ไม่ทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย มีความวิตกกังวลหวาดกลัว โหดร้าย ก้าวร้าว พุดผิดปกติ ขี้บ่น เหลวไหล ไม่เอางาน ไม่อยู่นิ่ง เคลื่อนไหวอยู่เสมอ

สรุปลักษณะของเด็กที่มีพฤติกรรมก่อวณ คือเด็กที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากเกณฑ์ปกติ อันจะสร้างปัญหาให้แก่ตัวเองและผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะส่งผลกระทบต่อผลการเรียนของเด็กทำให้ผลการเรียนเลวลง

2.1.4 การแก้ไขพฤติกรรมก่อวณ

สมพร สุทัศน์ย์, ม.ร.ว. (2523: 45) ได้เสนอวิธีการแก้ไขพฤติกรรมก่อวณของเด็กไว้ดังนี้

2.1.4.1 ครูจะไม่ให้ความสนใจแก่พฤติกรรมที่ก่อกวนชั้นเรียน นอกเสียจากว่าเป็น พฤติกรรมที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

2.1.4.2 เมื่อมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ก็ให้ความสนใจหรือให้สิ่งที่เด็กพอใจ

2.1.4.3 อาจจะฝึกให้นักเรียนควบคุมตนเองโดยการตั้งเกณฑ์ไว้ว่าควรจะมีพฤติกรรม ก่อกวนได้กี่ครั้งในเวลาที่กำหนด

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อกวนดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า พฤติกรรม ก่อกวนในชั้นเรียน หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนที่ส่งผลกระทบต่อ การเรียนการสอนทั้งของตนเอง ครู และเพื่อนคนอื่น ๆ ทำให้การเรียนการสอนไม่ราบรื่น และอาจหยุดชะงัก อันได้แก่

1. การลุกออกจากที่นั่งโดยไม่ได้รับอนุญาตจากครูผู้สอนรวมทั้งการยืน การเดิน การวิ่ง อยู่ในบริเวณห้องเรียน หรือออกไปนอกห้องเรียน

2. การพูดคุยกับเพื่อน พูดสอดแทรกขณะที่ครูสอน และพูดออกเสียงคนเดียว

3. การแหย่กับเพื่อน การหยอกล้อกับเพื่อน หรือกระทบกระทั่งถูกส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเพื่อน การเล่นสิ่งอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนในขณะนั้น

4. การทำเสียงดัง เช่น ผีวปาก เคาะโต๊ะ กระแทกสิ่งของบนโต๊ะ ฯลฯ

ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ทำให้เกิดอุปสรรคขัดขวาง และก่อให้เกิดความเดือดร้อนในการเรียน การสอน ทั้งต่อตนเอง ครูและผู้ที่เกี่ยวข้อง และพฤติกรรมเหล่านี้สามารถแก้ไขได้ด้วยการใช้หลักการ ปรับพฤติกรรม

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อกวน

งานวิจัยในต่างประเทศ

แพทเทอร์สัน (วันทนา กิ่งจงเจริญสุข. 2526 : 11; อ้างอิงจาก Patterson. 1965) ได้ทำการทดลอง ปรับพฤติกรรมของเด็กคนหนึ่งที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่สุขเกินปกติ โดยใช้การเสริมแรงทางสังคมและการใช้ การเสริมแรงด้วยสิ่งของในชั่วโมง ซึ่งเด็กสามารถเลือกสนใจงานใดก็ได้ เช่น อ่านหนังสือเจี๊ยบๆ ทำงานศิลปะ อยู่กับที่ อ่านหรือเรียนคณิตศาสตร์เป็นกลุ่มเล็กๆ และเล่นดนตรีคนเดียว ถ้าเด็กคนนี้มีสมาธิต่องาน ติดต่อกัน 20 วินาทีจะได้ 1 คะแนน และเขาจะได้รับขนม 1 ชิ้น หรือเหรียญเพนนี 1 เหรียญต่อ 1 คะแนน และทุกครั้งที่เขาได้รับรางวัลเพื่อนจะปรบมือให้หรือชม และครูก็จะชมเขาว่า เขาเก่งและทำดีขึ้นทุกวัน ผลการทดลองพบว่า การใช้การเสริมแรงด้วยสิ่งของและตามด้วยการใช้การเสริมแรงด้วยความสนใจจาก เพื่อนและครู เมื่อเขามีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ทำให้เขามีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ไม่มีพฤติกรรมชุน อยู่ไม่สุขเกินปกติเกิดขึ้น

แมดเซน และคณะ (Madsen and Others. 1968 : 139-150) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้กฎ ในชั้นเรียน การใช้การไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และการใช้ตัวเสริมแรงทางสังคมกับเด็กชั้นประถม ศึกษาเพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ จำนวน 2 ห้อง โดยช่วงแรกเริ่มจากการใช้กฎในชั้นเรียนกับเด็ก ห้องหนึ่งและเด็กอีกห้องหนึ่งใช้กฎในชั้นเรียนร่วมกับการใช้การไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กลดลง ต่อมาเขาจึงใช้กฎในชั้นเรียน การใช้การ ไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และการใช้ตัวเสริมแรงทางสังคมกับเด็กเพื่อเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้ แก่เด็กโดยใช้การชมเชยเมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เช่น การทำการบ้านส่ง การตอบคำถาม การตั้งใจฟังและการยกมือถามในห้องเรียนกับเด็กทั้ง 2 ห้อง ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

ที่เคยเกิดขึ้นโดยเฉลี่ยราวๆ 80% ของเวลาทั้งหมดลดลงเหลือ 25% ของเวลาทั้งหมด และในขณะเดียวกัน พฤติกรรมที่พึงประสงค์ก็เพิ่มขึ้นด้วยอีกด้วย

บราวน์ และคณะ (วันทนา กิ่งจงเจริญสุข. 2526 : 12; อ้างอิงจาก Brown and Others. 1972) ได้ทำการทดลองใช้สิทธิพิเศษ คือการเล่นบาสเก็ตบอลกับครูใหญ่ตอนบ่าย เป็นตัวเสริมแรงในการปรับพฤติกรรมของเด็กชายคนหนึ่งซึ่งกำลังเรียนอยู่เกรด 3 ซึ่งมีพฤติกรรมลุกออกจากที่โดยไม่ได้รับอนุญาตจากครู คุ้ยเสียงดังเป็นการรบกวนชั้นเรียน โดยวิธีการทดลองนี้ครูใหญ่จะเรียกเข้ามาหาและให้ดูแบบบันทึก พฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของเขาที่ครูส่งมา ครูใหญ่ให้เขาเลือกสิทธิพิเศษซึ่งจะให้เมื่อครูรายงานว่า ความถี่ของพฤติกรรม ไม่พึงปรารถนาของเขาลดลง เขาเลือกเล่นบาสเก็ตบอลกับครูใหญ่เป็นเวลา 15 นาทีในตอนบ่าย ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมของเขาเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นและมีพฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียนน้อยลง

แดรบบแมน สไปทลนิกและโอเลอรี (Drabman, Spitalnik and O'Leary. 1973 : 10-16) ได้ใช้วิธีการสังเกตและประเมินตนเองปรับพฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียน ของเด็กชาย อายุ 9-10 ปี จำนวน 7 คน โดยเด็กเหล่านี้มีสัมฤทธิ์ผลทางการอ่านซึ่งวัดด้วย California Achievement Reading Test ล้าหลังอยู่ 1 ปี ด้วย โดยในระยะแรกของการทดลอง ครูเป็นผู้สังเกตแล้วให้คะแนนพฤติกรรมและคะแนนผลการเรียนของนักเรียน โดยแบ่งเป็นคะแนนพฤติกรรม 5 คะแนน คะแนนผลการเรียน 5 คะแนน หลังจากเลิกเรียนแล้ว นักเรียนสามารถนำคะแนนนี้ไปแลกเป็นขนม ผลไม้หรือเงินก็ได้ ระยะต่อมาให้นักเรียนทำการสังเกตและประเมินตนเองแล้วเอามาเปรียบเทียบกับผลการประเมินของครู ถ้านักเรียนประเมินตนเองสูงหรือต่ำกว่าที่ครูประเมิน 1 คะแนน นักเรียนก็จะได้คะแนนตามที่ประเมินตนเองนั้น แต่ถ้าประเมินตนเองสูงหรือต่ำกว่าที่ครูประเมิน 1 คะแนน นักเรียนก็จะไม่ได้คะแนนเลย และในกรณีที่นักเรียนประเมินตนเองได้ตรงกันกับครู ก็จะได้รับคำชมเชย และได้คะแนนเพิ่มเป็นรางวัลอีก 1 คะแนนด้วย การบอกให้นักเรียนทราบถึงผลการตรวจสอบการประเมินตนเองของนักเรียนกับการประเมินของครูนี้จะค่อยๆลดลงจนเลิกไปในที่สุด และนักเรียนก็จะได้รับคะแนนตามที่เขาประเมินตนเอง ผลการทดลองนี้พบว่า พฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียนลดลงจาก .86 ครั้งต่อ 20 วินาที เป็น .28 ครั้งต่อ 20 วินาที ในระยะที่ครูเป็นผู้สังเกตและประเมินผล และลดลงเป็น .19 ครั้งต่อ 20 วินาที ในระยะที่นักเรียนทำการสังเกตและประเมินตนเองโดยปราศจากการตรวจสอบจากครูและคำสหสัมพันธ์ของการประเมินตนเองของนักเรียนกับการประเมินของครูในระยะที่ไม่มีการตรวจสอบเป็น .70 นอกจากนี้ สัมฤทธิ์ผลทางการอ่านของนักเรียนเพิ่มขึ้นโดยเฉลี่ย .72 ในระยะเวลา 2 ½ เดือน

อายลลอน และโรเบิร์ต (Ayllon and Roberts. 1974 : 71-74) ได้ให้ครูใช้เบี้ยวรรณาในการเพิ่มพฤติกรรมการอ่านหนังสือ และลดพฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษา จำนวน 5 คน พฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียนที่นักเรียนทั้ง 5 คน ทำบ่อย ได้แก่ ลุกจากที่นั่ง คุ้ยขณะที่ครูสอนหรือมอบหมายงานให้ทำหาเพื่อน หยิบสิ่งของหรืออุปกรณ์การเรียนของเพื่อน โดยครูดำเนินการเสริมแรงพฤติกรรมการอ่านหนังสือของนักเรียน โดยจะดูจากความถูกต้องของการทำแบบฝึกหัดหลังการอ่านหนังสือ และคะแนนการทำแบบฝึกหัดที่นักเรียนได้นี้สามารถนำไปแลกกิจกรรมสิทธิพิเศษ การเล่นเกม ฯลฯ ได้ตามที่นักเรียนต้องการ ผลการทดลองในระยะเสัฐานพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียนขณะที่ครูให้อ่านหนังสือหรือทำแบบฝึกหัด 40-50 % ของช่วงเวลาทั้งหมดที่สังเกต ต่อมาเมื่อมีการดำเนินการใช้การเสริมแรงพฤติกรรมการอ่านหนังสือของนักเรียน มีผลทำให้พฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียนของนักเรียนลดลงเหลือ 15% ของช่วงเวลาทั้งหมดที่สังเกต แต่เมื่อหยุดให้การเสริมแรงพฤติกรรมการอ่านหนังสือ พฤติกรรมก่อวุ่นในชั้นเรียนกลับเพิ่มขึ้นเป็น 37% ของช่วงเวลาทั้งหมดที่สังเกต และเมื่อกลับมาใช้การเสริมแรงพฤติกรรม

การอ่านหนังสือด้วยเบียร์รถอีกครั้ง พฤติกรรมก่อนนอนชั้นเรียนลดลงเหลือ 8% ของช่วงเวลาทั้งหมดที่สังเกต และนักเรียนยังทำแบบฝึกหัดได้มากกว่าในระยะสั้น

สติเวนสัน และแฟนทูลโซ (Stevenson and Fantuzzo. 1984 : 203-212) ได้ทดลองใช้เทคนิคการควบคุมตนเอง (Self-control) ปรับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 2 คน ซึ่งเป็นนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ โดยให้นักเรียนคนหนึ่งฝึกทักษะในการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนนอนชั้นเรียน คือ ให้กำหนดเงื่อนไขการเสริมแรงตนเอง สังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ประเมินพฤติกรรมตนเอง และเสริมแรงตนเอง โดยเริ่มปรับพฤติกรรมการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์แล้ว ประเมินผลการแผ่ขยายไปสู่พฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน สภาพการณ์ฝึกได้แก่ที่บ้านของนักเรียนที่ฝึกทักษะการควบคุมตนเอง ส่วนการทดลองกระทำในห้องเรียนวิชาคณิตศาสตร์โดยให้เพื่อนอีกคนหนึ่งสังเกตเห็นการใช้เทคนิคควบคุมตนเองของนักเรียนที่ได้รับการฝึกทักษะควบคุมตนเอง ส่วนสภาพการณ์ที่บ้าน ซึ่งใช้เป็นสภาพการณ์ในการทดสอบผลการแผ่ขยายข้ามสภาพการณ์ ผู้ช่วยวิจัยได้ไปบ้านของนักเรียนที่ได้รับการฝึกทักษะการควบคุมตนเองเวลาที่นักเรียนทำการบ้าน โดยนำนักเรียนอีกคนหนึ่งไปด้วย แล้วสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนทั้งที่บ้านและที่ห้องเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ผลการทดลองพบว่า เทคนิคการฝึกทักษะควบคุมตนเองสามารถเพิ่มความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำได้นอกจากนี้ผลการทดลองยังพบว่า พฤติกรรมก่อนนอนลดลงทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน และความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดที่บ้านของนักเรียนที่ได้รับการฝึกทักษะการควบคุมตนเองเพิ่มขึ้นอีกด้วย กล่าวคือ นักเรียนที่ได้รับการฝึกทักษะควบคุมตนเองมีพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนลดลง (การแผ่ขยายข้ามพฤติกรรม) ความถูกต้องของการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ที่บ้านเพิ่มขึ้น (การแผ่ขยายข้ามสภาพการณ์) และพฤติกรรมก่อนนอนที่บ้านลดลง (การแผ่ขยายข้ามพฤติกรรม-สภาพการณ์) และการติดตามผล 2 เดือน หลังจากการถอดถอนโปรแกรมการปรับพฤติกรรม ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การฝึกทักษะควบคุมตนเองมีพฤติกรรมทำแบบฝึกหัดถูกต้องอยู่ในระดับสูงทั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน (การแผ่ขยายพฤติกรรม-การแผ่ขยายข้ามสภาพการณ์-การแผ่ขยายข้ามเวลา)

งานวิจัยในประเทศ

เบญจกุล จินาพันธ์ (2517 : 19-22) ได้ศึกษาการใช้การเสริมแรงทางสังคมโดยให้คำชมเชยและความสนใจของครูในการลดพฤติกรรมนอนไม่สุขเกินปกติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 โรงเรียนประตูลุย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 4 คน โดยครูและเพื่อนจะให้ความสนใจ ยิ้มและชมเชย เมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมนั่งอยู่กับที่ ไม่ทำเสียงดังและตั้งใจเรียน ผลการทดลองพบว่า การใช้การเสริมแรงทางสังคมด้วยคำชมเชยและความสนใจของครู สามารถลดพฤติกรรมนอนไม่สุขเกินปกติของผู้รับการทดลองทั้ง 4 คน ให้ลดลงได้และยังมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้นอีกด้วย

พรชูลี อาชาวาร์จ และ สงบ ลักษณะ (2522 : 49-55) ได้ใช้กิจกรรมที่นักเรียนชอบเป็นตัวเสริมแรงเพื่อปรับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 45 คน โดยการให้นักเรียนทำกิจกรรมที่นักเรียนชอบในเวลาพักของชั่วโมงศิลปะ-หัตถศึกษา เช่น เล่นฟุตบอล ตีปิงปอง ฟักผอนตามสบาย ถ้านักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนในชั่วโมงที่เรียน ผลการทดลองพบว่า การใช้กิจกรรมที่นักเรียนชอบเป็นตัวเสริมแรงทำให้พฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนลดลงได้

ปภาวดี แจ่มศิริ (2527 : 63) ได้ศึกษาผลของการควบคุมตนเองที่มีต่อพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชลธารวิทยา จังหวัดชุมพร 2 ห้องเรียน จำนวน 54 คน เป็นชาย 34 คน หญิง 20 คน จัดเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน กลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน ผลการทดลองพบว่า

พฤติกรรมก่อนทวนในชั้นเรียนของนักเรียนในระหว่างการทดลองและในระหว่างการติดตามผลของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้การฝึกควบคุมตนเองลดลงมากกว่าระยะรวบรวมพื้นฐาน และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมที่มีสภาพการเรียนรู้ปกติ ผลการทดลองพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก่อนทวนในชั้นเรียนของนักเรียน ในระยะทดลองและในระหว่างการติดตามผลลดลงมากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม แสดงว่าการควบคุมตนเองสามารถลดพฤติกรรมก่อนทวนในชั้นเรียนของนักเรียนให้ลดลงได้

ประเทือง ภูมิภัทราคม (2530 : 244-246) ได้ศึกษาผลของการเสริมแรงทางบวกปรับพฤติกรรมก่อนทวนชั้นเรียนในห้องเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 : การศึกษาในแง่ของการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรม สภาพการณ์และการคงอยู่ของพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างใช้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนวัดบางขัน อำเภอลองหลวง จังหวัดปทุมธานี จำนวน 15 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ละคร 5 คน โดยแต่ละกลุ่มเป็นชาย 3 คน หญิง 2 คน และกลุ่มควบคุมอีก 5 คน โดยกลุ่มควบคุมอยู่ในสภาพการเรียนรู้การสอนปกติ ผลการทดลองพบว่า ผลของการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรมของทั้ง 2 กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนและมีความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดหรืองานที่มอบหมายในห้องเรียนวิชาคณิตศาสตร์สูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมในระยะการใช้เทคนิคการเสริมแรงทางบวกและระยะถอดโปรแกรม โดยในระยะการใช้เทคนิคการเสริมแรงทางบวกสูงกว่าระยะเส้นฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .01$) ส่วนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผลของการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรม-เวลาของนักเรียนกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม มีพฤติกรรมตั้งใจเรียนและมีความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์สูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล แต่เมื่อเปรียบเทียบกลุ่มทดลองที่ 1 ดีกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 ส่วนผลของการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรม-สภาพการณ์นั้น พฤติกรรมก่อนทวนในชั้นเรียนวิชาวิทยาศาสตร์และภาษาไทยในระยะการใช้เทคนิคการเสริมแรงทางบวกกับระยะเส้นฐานของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีแนวโน้มของพฤติกรรมก่อนทวนในชั้นเรียนต่ำกว่าระยะเส้นฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .01$) สำหรับกลุ่มควบคุมนั้นไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผลของการคงอยู่ของพฤติกรรมก่อนทวนในชั้นเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ต่ำกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 และผลของการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรม-สภาพการณ์ โดยพฤติกรรมตั้งใจเรียนและความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดหรืองานที่มอบหมายในห้องเรียนวิชาวิทยาศาสตร์และภาษาไทยของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 สูงกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนในระยะการใช้การเสริมแรงทางบวกโดยในระยะการใช้การเสริมแรงทางบวกสูงกว่าระยะเส้นฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .01$) ส่วนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรม-สภาพการณ์-เวลา ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนวิชาวิทยาศาสตร์และภาษาไทยของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองที่ 1 สูงกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 ส่วนความถูกต้องในการทำงานที่มอบหมาย หรือทำแบบฝึกหัดในห้องเรียนวิชาวิทยาศาสตร์และภาษาไทยของกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุมโดยกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ใกล้เคียงกัน

อรอนงค์ วิทยานิพนธ์ (2533 : 48) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมก่อนทวนในห้องสมุดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดใหม่ช่องลม กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่ใช้การควบคุมตนเอง 8 คน และกลุ่มที่ใช้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม 8 คน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเอง และนักเรียนที่ใช้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มมีพฤติกรรมก่อนทวนในห้องสมุดลดลงไม่แตกต่างกัน

จันทนา ยิ้มน้อย (2537 : 82-83) ได้ศึกษาผลของการบำบัดแบบกลุ่มด้วยการเล่นต่อการลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดดอน เขตสาทร กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนจำนวน 9 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมที่ 1 จำนวน 3 คน กลุ่มควบคุมที่ 2 จำนวน 3 คน และกลุ่มที่ 3 คือกลุ่มทดลอง จำนวน 3 คน โดยมีการจำแนกพฤติกรรมก่อกวนออกเป็น 4 พฤติกรรม คือ 1. การลุกจากที่นั่งโดยไม่ได้รับอนุญาต 2. การพูดคุยกับเพื่อน การพูดสอดแทรกขณะที่ครูสอน พูดออกเสียงคนเดียว 3. การแหย่กับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน เล่นสิ่งอื่นที่ไม่เกี่ยวกับการเรียน 4. การทำเสียงดัง ผลการทดลองพบว่า ในระยะทดลองกลุ่มทดลองที่ใช้การบำบัดแบบกลุ่มด้วยการเล่นมีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ 1 ที่ใช้การเล่นแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กลุ่มทดลองที่ใช้การบำบัดแบบกลุ่มด้วยการเล่นมีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน คือ 1. การลุกจากที่นั่งโดยไม่ได้รับอนุญาตจากครูผู้สอน 2. การคุยกับเพื่อน พูดสอดแทรกขณะที่ครูสอน พูดออกเสียงคนเดียวลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ 1 และกลุ่มควบคุมที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่พฤติกรรม 3. การแหย่เพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน เล่นสิ่งอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ 1 ที่ใช้การเล่นแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีแนวโน้มจะลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ 2 ที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มแต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพฤติกรรม 4. การทำเสียงดัง มีแนวโน้มลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ 1 ที่ใช้การเล่นแบบกลุ่ม และกลุ่มควบคุมที่ 2 ที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่ม แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในระยะติดตามผล ผลของการบำบัดแบบกลุ่มด้วยการเล่นต่อการลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนไม่แตกต่างกันกับในระยะทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเอกสารและงานวิจัยทั้งในประเทศและในต่างประเทศดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า พฤติกรรมก่อกวนเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และไม่สมควรจะเกิดขึ้น จึงมีผู้ศึกษาหาแนวทางในการลดพฤติกรรมก่อกวนด้วยวิธีการต่าง ๆ ไว้มากมาย เช่น การลดพฤติกรรมก่อกวนโดยการให้การควบคุมตนเอง การเสริมแรงทางสังคม การใช้กฎในชั้นเรียน การใช้การไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม การเสริมแรงทางบวก การสังเกตและประเมินตนเอง การใช้เบี่ยงเบน การบำบัดแบบกลุ่มด้วยการเล่น เป็นต้น ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียน และผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งทางด้านการเรียนรวมทั้งการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี

3 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต

3.1 ความหมายและจุดมุ่งหมายของการสังเกต

3.1.1 ความหมายของการสังเกต

ชัยพร วิชชาวุธ (2523: 76) ให้ความหมายของการสังเกตในสนาม (Field Observation) หมายถึง การสังเกตในสภาพการณ์จริง ๆ เช่น สังเกตพฤติกรรมการชมกีฬาของคนในสนามกีฬา สังเกตพฤติกรรมซื้ออาหารของนิสิตในโรงอาหาร ฯลฯ เป็นต้น โดยที่ผู้สังเกตพยายามที่จะไม่ทำอะไรที่กระทบกระเทือนต่อสภาพการณ์ที่เป็นจริง

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2528: 8-9) ได้ให้ความหมายของการสังเกตว่า หมายถึง การเฝ้าดูอย่างมีจุดมุ่งหมาย ถ้าให้ผู้สังเกตเป็นเกณฑ์จะแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ การสังเกตอย่างมีแบบแผน และการสังเกตอย่างไม่มีแบบแผน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 28) กล่าวว่า การสังเกตเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรม และตามหลักพฤติกรรม ลักษณะของพฤติกรรมที่จะสังเกตต้องเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก

กระทำหรือตอบโต้ต่อสิ่งเร้าหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง และจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้ และวัดได้

3.1.2 จุดมุ่งหมายของการสังเกต

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2524 : 264) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการสังเกตนั้นเพื่อให้ครูได้ข้อมูลพื้นฐาน (Baseline Data) ของพฤติกรรมที่ต้องการจะเปลี่ยนแปลง และช่วยให้ครูสามารถตัดสินใจได้อย่างถูกต้องว่าควรจะต้องเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใด

นอกจากนี้ กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2527: 32) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการสังเกตที่ใช้ในการแนะแนวไว้ดังนี้คือ

1. เพื่อให้ได้ข้อมูลหรือข้อเท็จจริงด้วยตนเอง ข้อเท็จจริงนี้อาจได้เป็นครั้งแรก หรืออาจได้เพื่อเพิ่มเติมข้อมูลรายละเอียดซึ่งเคยได้รับคำบอกเล่าจากผู้อื่น
2. เพื่อเข้าใจพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้ถูกสังเกตว่ามีลักษณะปกติหรือไม่ เพื่อใช้ประกอบการแนะแนวบุคคลให้เป็นบุคคลดีมีประสิทธิภาพในสังคมต่อไป
3. เพื่อค้นหาสาเหตุบางประการซึ่งอาจเป็นปัญหาแต่ไม่มีผู้ใดทราบเพื่อนำมาใช้ในการให้คำปรึกษา และแนะแนวต่อไป
4. เพื่อให้ผู้สังเกตเป็นผู้ที่มีความรอบคอบและไวต่อการมีปฏิกิริยาโต้ตอบจากสิ่งแวดล้อมจนเป็นผู้ที่ปรับตัวได้ดีและรวดเร็วในแต่ละสถานการณ์

จากความหมายและจุดมุ่งหมายของการสังเกตดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าการสังเกตเป็นการเฝ้าดูพฤติกรรมอย่างมีจุดมุ่งหมาย และลักษณะของพฤติกรรมที่จะสังเกตเห็นนั้นจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้และวัดได้ ส่วนจุดมุ่งหมายของการสังเกตนั้นจะเป็นการค้นหาข้อมูลหรือข้อเท็จจริงเพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมและการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคลว่ามีลักษณะเป็นแบบใดตลอดจนให้ผู้สังเกตเป็นผู้ที่มีความรอบคอบและไวต่อการมีปฏิกิริยาโต้ตอบจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวและปรับตัวได้ดีในแต่ละสถานการณ์ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ต่อไป ว่าควรเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใดและเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใด

3.2 ข้อควรพิจารณาก่อนดำเนินการสังเกต

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536 : 63-64) กล่าวถึงข้อควรพิจารณาก่อนดำเนินการสังเกตพฤติกรรมว่า ผู้สังเกตควรยึดหลักการดำเนินการสังเกตพฤติกรรมดังนี้

3.2.1 สภาพการณ์และสถานที่สังเกตพฤติกรรม ทั้งนี้เนื่องจากสภาพการณ์และสถานที่มีผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคล จึงจำเป็นที่จะต้องกำหนดให้ชัดเจนลงไปว่าจะทำการสังเกตในสภาพการณ์ใดและสถานที่ใด การกำหนดนั้นขึ้นอยู่กับลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา หรือลักษณะของพฤติกรรมเป้าหมายว่าต้องการให้เกิดขึ้นในสภาพการณ์ใดและสถานที่ใด เช่น พฤติกรรมการก่อกวนในชั้นเรียน ซึ่งแน่นอนสภาพการณ์ก็ต้องเป็นในขณะที่มีการเรียนการสอนและสถานที่ย่อมจะต้องเป็นในชั้นเรียน หรือพฤติกรรมการกล้าแสดงออกในที่ประชุม สภาพการณ์ก็ย่อมเป็นในขณะที่มีการประชุม และสถานที่ก็ย่อมเป็นในห้องประชุม เป็นต้น

3.2.2 จำนวนครั้งที่สังเกตตามหลักการทั่วไปควรสังเกตพฤติกรรมทุกวัน และถ้าเป็นไปได้ก็ควรสังเกตพฤติกรรมในทุกๆ ชั่วโมง ในช่วงเวลาที่คิดว่าพฤติกรรมเป้าหมายจะเกิดขึ้น แต่อย่างไรก็ตาม การสังเกตพฤติกรรมจะถี่มากน้อยแค่ไหน ย่อมขึ้นอยู่กับความแปรปรวนของพฤติกรรมตามช่วงเวลา

เปลี่ยนแปลงในแต่ละวัน และความพร้อมของผู้สังเกต ถ้าพฤติกรรมในแต่ละวันเกิดคงที่ การสังเกตทุกวันก็
ไม่มีความจำเป็น แต่ถ้าพฤติกรรมแปรปรวนบ่อยก็ควรจะสังเกตให้บ่อยครั้งที่สุด ซึ่งอาจเป็นทุกชั่วโมงหรือ
ทุกวันก็ได้

3.2.3 ความยาวนานของเวลาที่ใช้ในการสังเกต คำถามที่มักเกิดขึ้นเสมอในการสังเกตพฤติกรรม
คือ ควรใช้เวลายาวนานแค่ไหนในการสังเกตแต่ละครั้ง ซึ่งหลักการโดยทั่วไป คือ ควรจะทำการสังเกตตลอด
ช่วงเวลาที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น เช่น ถ้าสนใจจะสังเกตพฤติกรรมตั้งใจเรียนในชั้นเรียน ความยาวนาน
ของเวลาที่สังเกตก็ควรจะเป็น 1 คาบของการเรียน หรืออาจเป็นช่วงเวลาสั้นๆ ในแต่ละคาบของการเรียนก็ได้
ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเป้าหมายของผู้สังเกตพฤติกรรมเป็นหลัก นอกจากนี้บางพฤติกรรมอาจเกิดขึ้นเฉพาะ
ช่วงเวลาสั้นๆ ของแต่ละวันก็ได้ เช่น พฤติกรรมร้องไห้โยเยก่อนไปโรงเรียน พฤติกรรมการแต่งตัวในตอนเช้า
พฤติกรรมการรับประทานอาหาร เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมประเภทนี้มักเกิดขึ้นเป็นเวลาในแต่ละวันและจะเกิดขึ้น
ในช่วงเวลาสั้นๆ เท่านั้น

ส่วนในแง่ของพฤติกรรมเป้าหมายที่เกิดขึ้นตลอดวัน การสังเกตพฤติกรรมก็อาจไม่จำเป็น
ที่จะต้องสังเกตพฤติกรรมนั้นตลอดทั้งวัน แต่จะสังเกตพฤติกรรมเฉพาะในช่วงเวลาที่ต้องการจะให้พฤติกรรม
เป้าหมายนั้นเกิดขึ้นเท่านั้น

3.2.4 ควรจะสังเกตพฤติกรรมเมื่อใด ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวิธีการเลือกวิธีสังเกตว่าจะสังเกตแบบใด
ถ้าเลือกสังเกตแบบสุ่มเวลา ก็อาจสุ่มสังเกตในช่วงเวลานั้นๆ ในแต่ละวัน หรือตลอดทั้งวันก็ได้ แต่ถ้าเป็นการ
สังเกตแบบความยาวนานของเวลาก็ควรจะสังเกตตั้งแต่จุดเริ่มต้นของพฤติกรรมที่ต้องการจะสังเกตจนกระทั่ง
พฤติกรรมนั้นยุติลง อย่างไรก็ตามการสุ่มสังเกตพฤติกรรม ตลอดทั้งวันย่อมมีข้อดีกว่าตรงที่ว่าจะสามารถ
ทำให้เห็นการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมในช่วงเวลาที่แตกต่างกันไปในแต่ละวันได้

3.3 วิธีการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

คูเปอร์ เฮร์รอน และฮีวาร์ด (อรษา สุตาดวง, 2539 : 27-28; อ้างอิงจาก Cooper, Heron and
Heward, 1987) ได้อธิบายถึงวิธีการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรม ไว้ดังนี้

ในการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมต้องกระทำตามสภาพการณ์ที่เป็นจริง โดยผู้สังเกตจะ
ไม่ตีความ หรือแสดงความคิดเห็นใดๆทั้งสิ้น ในการบันทึกพฤติกรรม ผู้สังเกตจะต้องทำการกำหนดสถานที่
ที่จะทำการสังเกต บันทึกพฤติกรรมให้เฉพาะเจาะจงลงไปว่าจะทำการสังเกต และบันทึกพฤติกรรม
ณ สถานที่ใด ทั้งนี้ เนื่องจากว่าพฤติกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นนั้นจะมีความแตกต่างกันไปตามสถานที่ นอกจาก
การกำหนดสถานที่แล้ว ยังจะต้องมีการกำหนดเวลาอีกด้วย เพราะว่าบางพฤติกรรมจะเกิดในบางเวลาเท่านั้น
เช่น พฤติกรรมการร้องไห้โยเยไม่ยอมไปโรงเรียนก็จะเกิดขึ้นในตอนเช้า หรือพฤติกรรมการร้องไห้โยเย
ไม่ยอมเข้านอนก็จะเกิดขึ้นในเวลากลางคืน เป็นต้น ส่วนในเรื่องของความยาวนานของเวลาที่ใช้ในการสังเกต
แต่ละครั้งนั้นควรใช้เวลาเพียง 20-30 นาที ในการสังเกตแต่ละครั้งก็น่าจะเพียงพอแล้ว

3.4 หลักในการสังเกตพฤติกรรม

ในการสังเกตพฤติกรรมนั้น ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530: 35) กล่าวว่า ในการสังเกตพฤติกรรม
ผู้รับการทดลองจะต้องไม่รู้ตัวว่าถูกสังเกตโดยผู้สังเกตจะต้องอยู่ในห้องสังเกตพฤติกรรมนั้งอยู่หลังชั้นเรียน
หรือนั่งในที่ที่เหมาะสมที่สุด ไม่ควรจะนั่งใกล้กับนักเรียนคนใดคนหนึ่งจนเกินไปและไม่ควรให้นักเรียน
เห็นแบบบันทึกพฤติกรรม โดยมีขั้นตอนการบันทึกพฤติกรรมดังนี้

3.4.1 กำหนดลักษณะพฤติกรรมที่ประสงค์จะสังเกต และบันทึกให้ชัดเจนเพื่อจะได้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมนั้นได้ถูกต้อง

3.4.2 เลือกแบบสังเกตและบันทึกพฤติกรรมโดยมุ่งให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่ต้องการศึกษา และจุดมุ่งหมายของการปรับพฤติกรรมที่กำหนดไว้ อาจเลือกการสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์ (Event Sampling) หรือแบบสุ่มเวลา (Time Sampling)

3.4.2.1 การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์ (Event Sampling) เป็นการเลือกสังเกตเฉพาะพฤติกรรมที่ต้องการศึกษาในช่วงเวลาหนึ่งๆ เท่านั้น โดยนับความถี่หรือจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษาที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่สังเกต คำนวณตามสูตรดังนี้

$$\text{สัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต} = \frac{\text{ความถี่รวมต่ำ}}{\text{ความถี่รวมสูง}}$$

ดัชนีความเที่ยงตรงของการสังเกต จะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไป การสังเกตนั้นจึงจะเชื่อถือได้ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2526 : 274; อ้างอิงจาก Kazdin. 1984)

3.4.2.2 การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเวลา (Time Sampling) เป็นการสังเกตที่ผู้สังเกตแบ่งเวลาออกเป็นช่วงๆ แล้วนับเฉพาะช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษาที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่สังเกต คำนวณตามสูตรดังนี้

$$\text{สัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต} = \frac{\text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกตรงกัน}}{\text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกตรงกัน} + \text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกต่างกัน}}$$

ดัชนีความเที่ยงตรงของการสังเกต จะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไป การสังเกตนั้นจึงจะเชื่อถือได้ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2524 : 274; อ้างอิงจาก Kazdin. 1975)

3.5 หลักในการบันทึกพฤติกรรม

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536 : 67-71) ได้กล่าวถึง หลักการบันทึกพฤติกรรมไว้ดังนี้ คือ

3.5.1 บันทึกความถี่ของพฤติกรรม หมายถึง การบันทึกจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่กำหนดไว้ เช่น การบันทึกจำนวนครั้งที่ ด.ช. สมชาย ยกมือขึ้นเพื่อถามคำถามและตอบคำถาม ในชั่วโมงวิทยาศาสตร์ พฤติกรรมที่สามารถบันทึกด้วยความถี่นั้น จะต้องเป็นพฤติกรรมที่ต่อเนื่อง เวลาของการแสดงพฤติกรรมแต่ละครั้งใกล้เคียงกันและจะต้องใช้เวลาในการบันทึกแต่ละวัน แต่การบันทึกพฤติกรรมแบบความถี่นั้นเพียงแต่ทำรายคะแนนจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเท่านั้น

3.5.2 บันทึกช่วงเวลาของพฤติกรรม หมายถึง การบันทึกพฤติกรรมตามช่วงเวลาที่เกิดขึ้นซึ่งสามารถใช้บันทึกพฤติกรรมได้ทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมต่อเนื่องหรือไม่ต่อเนื่องก็ตาม โดยผู้ที่ทำการบันทึกจะต้องกำหนดเวลาที่จะบันทึกให้แน่นอนก่อน เช่น ต้องการจดบันทึกพฤติกรรมการคุยในระยะเวลา 30 นาที ในวิชาคณิตศาสตร์ ก็ต้องแบ่งเวลา 30 นาทีนั้น ออกเป็นช่วงสั้นๆ เท่าๆ กัน อาจจะเป็นช่วงเวลา 20 วินาที 30 วินาที หรือ 1 นาที ก็ได้ตามแต่ต้องการ ส่วนการบันทึกพฤติกรรมก็จะพิจารณาว่าพฤติกรรม

ที่ต้องการบันทึกเกิดขึ้นในช่วงเวลานั้นหรือไม่ ถ้าไม่เกิดให้ใส่ 0 ลงในช่วงเวลานั้นๆ แต่ถ้าพฤติกรรมที่ต้องการบันทึกนั้นเกิดขึ้นแม้ว่าจะเกิดมากกว่า 1 ครั้ง ในช่วงเวลานั้นก็ตามให้นับเพียง 1 ครั้ง เท่านั้น โดยเขียนเลข 1 ลงในช่วงเวลาที่เกิดขึ้น

3.5.3 บันทึกระยะเวลาของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น หมายถึง การบันทึกพฤติกรรมตามระยะเวลาของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ส่วนใหญ่จะใช้บันทึกพฤติกรรมที่มีความต่อเนื่องเป็นหลัก วิธีการบันทึกแบบนี้เพียงแต่ใช้นาฬิกาจับเวลา แล้วดูว่าพฤติกรรมนั้นใช้เวลานานเท่าใด ทำเช่นนี้เรื่อยไปจนกระทั่งหมดเวลาที่สังเกตพฤติกรรม

ดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกตพฤติกรรมได้มาจากค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตระหว่างผู้สังเกต 2 คน ซึ่งใช้เวลาในการสังเกต 2 สัปดาห์ โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไป การสังเกตนั้นจึงจะเชื่อถือได้ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536 : 38) โดยใช้สูตรในการคำนวณ ดังนี้

$$\text{สัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต} = \frac{\text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกตรงกัน}}{\text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกตรงกัน} + \text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกต่างกัน}}$$

3.6 ประโยชน์ของการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 39) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมไว้ดังนี้

3.6.1 จะช่วยให้ผู้สังเกตสามารถเลือกสังเกตและบันทึกพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะศึกษาได้อย่างถูกต้อง

3.6.2 จะช่วยให้ผู้สังเกตสามารถเลือกวิธีปรับพฤติกรรมให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่ประสงค์จะปรับและเป้าหมายของการปรับพฤติกรรมชนิดนั้นๆ

3.6.3 จะช่วยให้ทราบถึงทิศทางของพฤติกรรมที่ประสงค์จะปรับนั้นว่าเปลี่ยนแปลงหรือไม่หรือเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใด

3.6.4 จะช่วยให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมพื้นฐานที่ได้เปลี่ยนแปลงไปภายหลังการปรับตัวแล้วยังรวมถึงสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องด้วย

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกตดังกล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การสังเกตเป็นเครื่องมือในการอ่านการศึกษาพฤติกรรม โดยพฤติกรรมที่จะสังเกตเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก เพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง และต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้ และวัดได้ โดยวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ต้องการศึกษา แล้วนำข้อมูลที่ได้จากการสังเกตไปวิเคราะห์ต่อไป

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสังเกตแบบสุ่มเวลา (Time Sampling) มาใช้ในการรวบรวมข้อมูลเนื่องจากพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นพฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้และวัดได้ และการสังเกตสามารถทำให้ได้ข้อมูลของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนได้ดีกว่าเครื่องมือชนิดอื่นๆ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เขต คลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ จำนวน 30 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เขต คลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ จำนวน 16 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรโดยสุ่มมา 2 ห้องเรียน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็น กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยมีขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษ ประเมินพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของ นักเรียน โดยผู้วิจัยได้อธิบายความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนให้กับครูผู้สอนวิชา ภาษาอังกฤษทราบก่อนทำการประเมินเพื่อให้มีความเข้าใจตรงกัน แล้วผู้วิจัยนำคะแนนพฤติกรรมก่อนใน ชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษมาเรียงลำดับความถี่พฤติกรรมก่อนจากสูงลงมาหาความถี่พฤติกรรมก่อนต่ำ แล้วคัดเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ 3 ห้องเรียน จากนักเรียนจำนวน ทั้งหมด 95 คน ได้นักเรียนจำนวน 30 คน ในห้องเรียนต่างๆ ดังนี้ ห้อง ป. 5.ก. จำนวน 8 คน ห้อง ป. 5.ข. จำนวน 9 คน และห้อง ป. 5.ค. จำนวน 13 คน

2. ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนอีกครั้งหนึ่ง ตามที่ได้ คัดเลือกแล้วไว้ในข้อที่ 1 ได้นักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ จำนวน 30 คน ใน ห้องเรียนต่างๆ ดังนี้ ห้อง ป. 5.ก. จำนวน 8 คน ห้อง ป. 5.ข. จำนวน 9 คน และห้อง ป. 5.ค. จำนวน 13 คน

3. ผู้วิจัยคัดเลือกห้องเรียนที่มีนักเรียนซึ่งมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ตั้งแต่ 8 คน ขึ้นไป มาทั้งหมด 3 ห้องเรียน คือ ป. 5.ก., ป. 5.ข. และ ป. 5.ค. แล้วสุ่มมาเพียง 2 ห้องเรียน คือ ห้อง ป.5.ก. และ ห้อง ป.5.ค. และจากนั้นก็สัมภาษณ์นักเรียน เพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมทดลอง

4. นักเรียนทุกคนสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลองทั้งหมด ผู้วิจัยจึงใช้การสุ่มนักเรียนอย่างง่าย จากข้อที่ 3 มาห้องเรียนละ 8 คน

5. ผู้วิจัยสุ่มห้องเรียนอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งได้ห้อง ป. 5.ค. เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และได้ห้อง ป. 5.ก. เป็นกลุ่มทดลองที่ 2

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบประเมินพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน
2. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน
3. โปรแกรมการควบคุมตนเอง
4. โปรแกรมการปรับสีหน้า

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือชิ้นที่ 1

แบบประเมินพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบประเมินพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน โดยมีลำดับขั้นตอนดังนี้ .

1. ผู้วิจัยศึกษาดำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน
2. ผู้วิจัยสัมภาษณ์ครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เกี่ยวกับพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ
3. ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอนและขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติในวิชาภาษาอังกฤษ ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้จากการสังเกตและข้อมูลจากข้อ 1 และข้อ 2 มาสร้างแบบประเมินพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนคำเครือ และ อาจารย์ ดร. พาสนา จุลรัตน์ ตรวจสอบรายละเอียดของแบบประเมินพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน ว่าสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะหรือไม่ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ
4. ผู้วิจัยนำแบบประเมินพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษที่สร้างขึ้น และได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว นำไปให้ครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษเพื่อประเมินพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์
(ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือชิ้นที่ 2

แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน โดยมีลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษาดำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน
2. ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนที่พบโดยทั่วไปของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ โดยผู้วิจัยนั่งอยู่ในตำแหน่งที่มองเห็นพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียน และได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้
3. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 2 และคำตอบจากแบบประเมินพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษ ที่สอดคล้องกับการสังเกตของผู้วิจัยมาสร้างแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนแล้ว นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม ตรวจสอบรายละเอียดของแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนว่าสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะหรือไม่ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

4. ผู้วิจัยนำแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษที่สร้างขึ้น และได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว นำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย ที่มิใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน เพื่อนำมาหาข้อบกพร่องและปรับปรุงแก้ไขทางด้าน ภาษา เวลาและความสะดวกในการบันทึกพฤติกรรมเพื่อให้เหมาะสม ก่อนนำไปใช้บันทึกพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างจริงเพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป

(ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

A ลักษณะของแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนสำหรับนักเรียนและผู้วิจัย

เป็นแบบบันทึกพฤติกรรมที่ได้จากการสังเกตตามช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นในช่วง 1 ชั่วโมง วิชาภาษาอังกฤษ ทั้งในขณะครูทำการสอนและในขณะครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติโดยจะบันทึกพฤติกรรมที่เกิดขึ้นพร้อมทั้งบันทึกเวลาที่เกิดพฤติกรรมขึ้นด้วยทุกครั้ง โดยจะบันทึกพฤติกรรมคาบละ 10 ช่วง ๆ ละ 4 นาที โดยสังเกตนักเรียนคนละ 30 วินาที และพัก 1 นาที ในแต่ละช่วง

(ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

การให้คะแนนแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนสำหรับนักเรียนและผู้วิจัย

โดยถ้าพฤติกรรมที่ต้องการจะบันทึกเกิดขึ้นในช่วงเวลาที่ตรงกัน ให้นับเพียง 1 ครั้ง โดยเขียนเลข 1 ลงในช่วงเวลาที่พฤติกรรมนั้นเกิดขึ้น แต่ถ้าพฤติกรรมที่ต้องการบันทึกไม่เกิดขึ้นในช่วงเวลานั้น ให้เขียนเลข 0 ลงในช่วงเวลาที่พฤติกรรมนั้นไม่เกิดขึ้น

(ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือขึ้นที่ 3

โปรแกรมการควบคุมตนเอง

1. ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

2. ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการควบคุมตนเองให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

3. ผู้วิจัยนำโปรแกรมการควบคุมตนเองที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า และเวลาที่ใช้ในการทดลอง แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

4. ผู้วิจัยนำโปรแกรมการควบคุมตนเองที่สร้างขึ้น และได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว นำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย ที่มิใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน เพื่อนำมาหาข้อบกพร่องและปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมกับนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า และเวลาที่ใช้ในการทดลอง ก่อนนำไปใช้ทดลองกับกลุ่มตัวอย่างจริงเพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป

5. ผู้วิจัยนำโปรแกรมการควบคุมตนเองที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไขและนำไปใช้ในการวิจัยกับกลุ่มทดลอง

โปรแกรมการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ใช้เวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ ฤๅละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ฤๅละ 50 นาที ตั้งแต่วันที่ 13 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 19 กันยายน พ.ศ. 2545 คือในวันอังคาร เวลา 9.00 น. – 9.50 น. และในวันพฤหัสบดี เวลา 12.30 น. – 13.20 น. (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือขึ้นที่ 4

โปรแกรมการปรับสินไหม

1. ผู้วิจัยศึกษาดาราร เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับสินไหม
2. ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการปรับสินไหมให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า
3. ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรับสินไหมที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า และเวลาที่ใช้ในการทดลอง แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ
4. ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรับสินไหมที่สร้างขึ้น และได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว นำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์ ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน เพื่อนำมาหาข้อบกพร่องและปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมกับนิยามศัพท์เฉพาะ ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า และเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้ทดลองกับกลุ่มตัวอย่างจริงเพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป
5. ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรับสินไหมที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไขและนำไปใช้ในการวิจัยกับกลุ่มทดลอง

โปรแกรมการปรับสินไหมเพื่อลดพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ใช้เวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ ฤๅละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ฤๅละ 50 นาที ตั้งแต่วันที่ 14 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 20 กันยายน พ.ศ. 2545 คือ ในวันพุธ เวลา 9.00 น. – 9.50 น. และในวันศุกร์ เวลา 12.30 น. – 13.20 น.(ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

การเตรียมการก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยเลือกผู้ช่วยวิจัย จำนวน 1 คน คือ ครูชุดิมา จิตรบุรณ และครูผู้ร่วมการทดลองจำนวน 1 คน คือ ครูต้นสนี พันธนะจรัส โดยมีหลักในการเลือกผู้ช่วยวิจัย และครูผู้ร่วมการทดลองดังนี้ คือ ผู้ช่วยวิจัยเป็นครูแนะแนว และครูผู้ร่วมการทดลองเป็นครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษที่มีประสบการณ์ในการสอนวิชาภาษาอังกฤษชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์ และขณะนี้กำลังสอนนักเรียนในวิชาภาษาอังกฤษ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง เมื่อผู้วิจัยได้รับความร่วมมือจากผู้ช่วยวิจัย และครูผู้ร่วมการทดลองแล้ว ก็จะมีการชี้แจงให้ผู้ช่วยวิจัยและครูผู้ร่วมการทดลองทราบรายละเอียดต่างๆเกี่ยวกับการดำเนินการทดลองและสิ่งที่จะต้องกระทำในระหว่างการดำเนินการทดลอง

2. การฝึกผู้ช่วยวิจัยและครูผู้ร่วมการทดลอง ผู้วิจัยอธิบายให้ผู้ช่วยวิจัยและครูผู้ร่วมการทดลองเข้าใจถึงหลักของการปรับพฤติกรรม วิธีการควบคุมตนเองและวิธีการปรับสินไหม จนเข้าใจและสามารถนำไปใช้กับนักเรียนได้ การฝึกครั้งนี้ใช้เวลา 2 สัปดาห์ ก่อนเริ่มการดำเนินการทดลอง โดยมีลำดับขั้นดังนี้

2.1 การใช้วิธีการควบคุมตนเอง

2.2 การใช้วิธีการปรับเปลี่ยน

2.3 การให้คะแนนในการสังเกตพฤติกรรมในแต่ละครั้ง

และหลังจากที่ผู้วิจัยอธิบายให้ผู้ช่วยวิจัยและครูผู้ร่วมการทดลองเข้าใจถึงหลักของการปรับพฤติกรรม ตลอดจนผู้วิจัยสาธิตการใช้วิธีการควบคุมตนเองและวิธีการปรับเปลี่ยนแก่ครูผู้ร่วมการทดลองเสร็จสิ้นแล้ว จึงให้ครูผู้ร่วมการทดลองฝึกใช้จนใช้ได้เหมาะสม ส่วนการให้คะแนนในการสังเกตพฤติกรรมในแต่ละครั้งนั้นผู้วิจัยจะอธิบายให้ผู้ช่วยวิจัยเข้าใจในหลักการให้คะแนน และฝึกบันทึกคะแนนจนถูกต้อง เพื่อให้เข้าใจได้ตรงกันกับผู้วิจัยในการบันทึกคะแนนในแต่ละครั้งในการดำเนินการทดลอง

ขั้นตอนในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

1. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยศึกษาและทำความเข้าใจความมุ่งหมายของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

2. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยศึกษานิยามศัพท์เฉพาะของพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียน เพื่อให้เข้าใจตรงกัน และสามารถบันทึกการสังเกตได้อย่างถูกต้อง โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยฝึกสังเกตบันทึกพฤติกรรม และหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตก่อนเริ่มทำการทดลองเป็นเวลา 2 สัปดาห์ คือ ตั้งแต่วันที่ 16 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 26 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไป และในการศึกษาครั้งนี้ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตเท่ากับ .85

3. การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ใช้การสังเกตแบบสุ่มเวลา(Time Sampling) ในการสังเกตพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในวิชาภาษาอังกฤษ ซึ่งมีการสอนสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ใช้เวลาสังเกตสัปดาห์ละ 2 ครั้ง บันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในระยะก่อนการทดลอง 2 สัปดาห์ ในระยะทดลอง 6 สัปดาห์ และในระยะหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ คือระยะติดตามผล ในการสังเกตแต่ละครั้งจะสังเกตพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนประมาณ 50 นาที แบ่งการสังเกตออกเป็น 10 ช่วง ๆ ละ 4 นาที สังเกตนักเรียนคนละ 30 วินาที และพัก 1 นาที ในแต่ละช่วง

3.1 กลุ่มทดลองที่ 1 สังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในวันอังคาร เวลา 9.00 น. – 9.50 น. และในวันพฤหัสบดี เวลา 12.30 น. – 13.20 น.

3.2 กลุ่มทดลองที่ 2 สังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในวันพุธ เวลา 9.00 น. – 9.50 น. และในวันศุกร์ เวลา 12.30 น. – 13.20 น.

4. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนวิชาภาษาอังกฤษ โดยเข้าไปอยู่ในห้องเรียนและนั่งอยู่ในตำแหน่งที่มองเห็นพฤติกรรมของนักเรียน และได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอนหรือให้ความสนใจกับนักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม

ดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกต

ในการทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม ตลอดทั้ง 3 ระยะ คือ ตั้งแต่ในระยะก่อนการทดลอง ในระยะทดลองและในระยะหลังการทดลอง แล้วนำ

คะแนนการบันทึกการสังเกตพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ตลอดทั้ง 3 ระยะ มาหาค่าดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกต โดยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตระหว่างผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย จะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไป จึงจะถือว่าการสังเกตนั้นมีความเชื่อถือได้ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ .2530 : 48-50; อ้างอิงจาก Wright. 1966; Sulzer and Mayer.1972)

โดยใช้สูตรในการคำนวณ ดังนี้

$$\text{สัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต} = \frac{\text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกตรงกัน}}{\text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกตรงกัน} + \text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกต่างกัน}}$$

แบบแผนการทดลอง

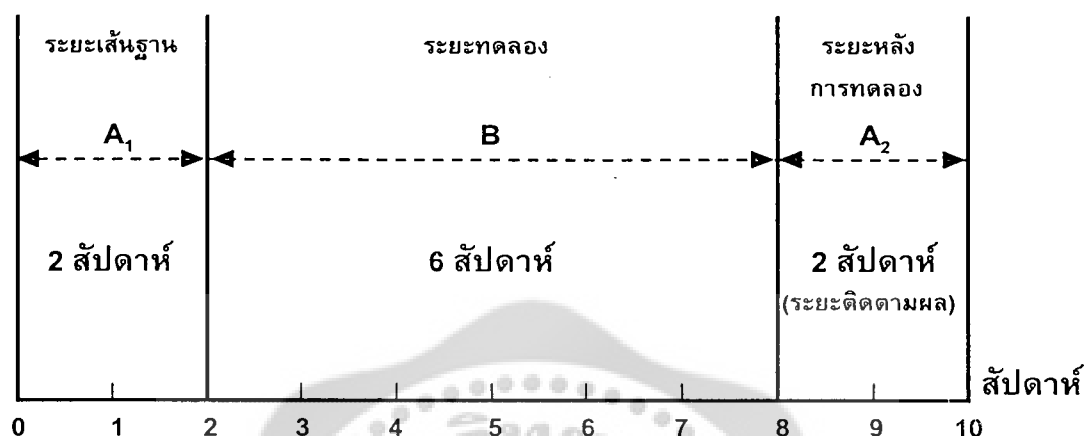
การทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการทดลองแบบสลับกลับ (ABA Reversal Design) (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 148-154; อ้างอิงจาก Alberto and Troutman. 1990) โดยแบ่งเป็นระยะการทดลองดังนี้

1. **ระยะเส้นฐานพฤติกรรม (A_1)** ใช้เวลา 2 สัปดาห์(สัปดาห์ที่ 1 – สัปดาห์ที่ 2) โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลอง ในสภาพการณ์ที่มีการเรียนการสอนปกติ โดยในระยะนี้ยังไม่มีการใช้โปรแกรมการควบคุมตนเอง และโปรแกรมการปรับสินไหมกับทั้ง 2 กลุ่มทดลอง

2. **ระยะทดลอง (B)** ใช้เวลา 6 สัปดาห์(สัปดาห์ที่ 3 – สัปดาห์ที่ 8) โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียน ทั้ง 2 กลุ่มทดลอง ในสภาพการณ์ที่มีการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยให้นักเรียน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการใช้โปรแกรมการควบคุมตนเอง และให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการใช้โปรแกรมการปรับสินไหม

3. **ระยะหลังการทดลอง (A_2)** ใช้เวลา 2 สัปดาห์(สัปดาห์ที่ 9 – สัปดาห์ที่ 10) โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลองในสภาพการณ์ที่มีการเรียนการสอนปกติ โดยในระยะนี้ คือระยะติดตามผลเป็นระยะที่ถอดถอนโปรแกรม ผู้วิจัยไม่ได้ใช้โปรแกรมการควบคุมตนเองและโปรแกรมการปรับสินไหมกับทั้ง 2 กลุ่มทดลองเช่นเดียวกัน

แผนภูมิแสดงระยะต่าง ๆ ของการทดลอง



ภาพประกอบ 3 ภาพแสดงระยะต่างๆของการทดลอง

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการทดลองแบบสลับกลับ (ABA Reversal Design) โดยแบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. **ระยะเส้นฐานพฤติกรรม (A_1)** ใช้เวลา 2 สัปดาห์ (สัปดาห์ที่ 1 - สัปดาห์ที่ 2) ตั้งแต่วันที่ 30 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึง วันที่ 9 สิงหาคม พ.ศ. 2545 โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ยังไม่ทำการสอนและในขณะที่ยังไม่มอบหมายงานให้ปฏิบัติ โดยกลุ่มทดลองที่ 1 คือตั้งแต่วันที่ 30 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 8 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ในวันอังคาร เวลา 9.00-9.50 น. และในวันพฤหัสบดี เวลา 12.30-13.20 น. และกลุ่มทดลองที่ 2 คือตั้งแต่วันที่ 31 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 9 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ในวันพุธ เวลา 9.00-9.50 น. และในวันศุกร์ เวลา 12.30-13.20 น. ในช่วงชั่วโมงภาษาอังกฤษ ในสภาพที่มีการเรียนการสอนปกติ ในการสังเกตจะสังเกตสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ละครึ่ง 50 นาที โดยแบ่งออกเป็น 10 ช่วง ละครึ่ง 4 นาที สังเกตนักเรียนคนละ 30 วินาที โดยพัก 1 นาทีในแต่ละช่วง เมื่อหมดเวลาการสังเกต ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต ซึ่งจะต้องได้ค่าตั้งแต่ .80 ขึ้นไป โดยผลการบันทึกพฤติกรรมในระยะนี้ของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตเท่ากับ .90 และ .93 ตามลำดับ แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ โดยในระยะนี้ ยังไม่มีการใช้โปรแกรมการควบคุมตนเอง และการใช้โปรแกรมการปรับเปลี่ยนใหม่ กับทั้ง 2 กลุ่มทดลอง และนำคะแนนดิบของนักเรียนแต่ละคนที่ได้จากการจดบันทึกมาเขียนกราฟ เพื่อดูการเปลี่ยนแปลงความถี่ของพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในระยะก่อนการทดลอง

2. ระยะทดลอง (B) ใช้เวลา 6 สัปดาห์ (สัปดาห์ที่ 3 – สัปดาห์ที่ 8) ตั้งแต่วันที่ 13 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ถึง วันที่ 20 กันยายน พ.ศ. 2545 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการควบคุมตนเองกับกลุ่มทดลองที่ 1 ในชั่วโมงวิชาภาษาอังกฤษ ในสภาพการณ์ที่มีการเรียนการสอนปกติ คือตั้งแต่วันที่ 13 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 19 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ในวันอังคาร เวลา 9.00-9.50 น. และในวันพฤหัสบดี เวลา 12.30-13.20 น. สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ระยะเวลา 50 นาที โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ทำการสอนและในขณะที่ยอมรับหมายงานให้ปฏิบัติ โดยแบ่งการสังเกตออกเป็น 10 ช่วง ระยะเวลา 4 นาที สังเกตนักเรียนคนละ 30 วินาที โดยพัก 1 นาที ในแต่ละช่วง เมื่อหมดเวลาการสังเกต ผู้วิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียน ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนที่บันทึกไว้มาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต ซึ่งจะต้องได้ค่า ตั้งแต่ .80 ขึ้นไป (ดังรายละเอียดในโปรแกรมการควบคุมตนเองในภาคผนวก) จึงจะได้รับตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขการเสริมแรง โดยผลการบันทึกพฤติกรรมระยะนี้ของกลุ่มทดลองที่ 1 ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต เท่ากับ .90 และนำคะแนนดิบของนักเรียนแต่ละคนที่ได้จากการจดบันทึกมาเขียนกราฟเพื่อดูการเปลี่ยนแปลงความถี่ของพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนในระยะทดลอง

2.2 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการปรับสินไหมกับกลุ่มทดลองที่ 2 ในชั่วโมงวิชาภาษาอังกฤษ ในสภาพการณ์ที่มีการเรียนการสอนปกติ คือตั้งแต่วันที่ 14 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 20 กันยายน พ.ศ. 2545 ในวันพุธ เวลา 9.00-9.50 น. และในวันศุกร์ เวลา 12.30-13.20 น. สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ระยะเวลา 50 นาที โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ทำการสอนและในขณะที่ยอมรับหมายงานให้ปฏิบัติ โดยแบ่งการสังเกตออกเป็น 10 ช่วง ระยะเวลา 4 นาที สังเกตนักเรียนคนละ 30 วินาที โดยพัก 1 นาที ในแต่ละช่วง เมื่อหมดเวลาการสังเกต ผู้วิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียน ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต ซึ่งจะต้องได้ค่าตั้งแต่ .80 ขึ้นไป (ดังรายละเอียดในโปรแกรมการปรับสินไหมในภาคผนวก) จึงจะใช้การปรับสินไหมแก่นักเรียนตามเกณฑ์ที่กำหนดโดยผลการบันทึกพฤติกรรมระยะนี้ของกลุ่มทดลองที่ 2 ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตเท่ากับ .91 และนำคะแนนดิบของนักเรียนแต่ละคนที่ได้จากการจดบันทึกมาเขียนกราฟเพื่อดูการเปลี่ยนแปลงความถี่ของพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนในระยะทดลอง

3. ระยะหลังการทดลอง (A_2) ใช้เวลา 2 สัปดาห์ (สัปดาห์ที่ 9-สัปดาห์ที่ 10) ตั้งแต่วันที่ 24 กันยายน พ.ศ. 2545 ถึง วันที่ 4 ตุลาคม พ.ศ. 2545 โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลอง ในสภาพการณ์ที่มีการเรียนการสอนปกติ ในชั่วโมงวิชาภาษาอังกฤษ ทั้งในขณะที่ทำการสอนและในขณะที่ยอมรับหมายงานให้ปฏิบัติ โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ผู้วิจัยไม่ได้ใช้โปรแกรมควบคุมตนเอง และกลุ่มทดลองที่ 2 ผู้วิจัยก็ได้ใช้โปรแกรมการปรับสินไหมเช่นกัน ในระยะหลังการทดลองนี้ คือระยะติดตามผล เป็นระยะที่ถอดถอนโปรแกรมโดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 1 คือตั้งแต่วันที่ 24 กันยายน พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 3 ตุลาคม พ.ศ. 2545 ในวันอังคาร เวลา 9.00-9.50 น. และวันพฤหัสบดี เวลา 12.30-13.20 น. และกลุ่มทดลองที่ 2 คือตั้งแต่วันที่ 25 กันยายน พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 4 ตุลาคม พ.ศ. 2545 ในวันพุธ เวลา 9.00-9.50 น. และในวันศุกร์ เวลา 12.30-13.20 น. ในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียน โดยจะสังเกตสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ระยะเวลา 50 นาที จะแบ่งการสังเกตออกเป็น 10 ช่วง ระยะเวลา 4 นาที สังเกต

นักเรียนคนละ 30 วินาที พัก 1 นาที ในแต่ละช่วง เมื่อหมดเวลาการสังเกต ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต ซึ่งจะต้องได้ค่าตั้งแต่ .80 ขึ้นไป โดยผลการบันทึกพฤติกรรมในระยะนี้ของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตเท่ากับ .95 และ .90 ตามลำดับ แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ และนำคะแนนดิบของนักเรียนแต่ละคนที่ได้จากการจดบันทึกมาเขียนกราฟเพื่อดูการเปลี่ยนแปลงความถี่ของพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในระยะหลังการทดลอง

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสังเกต ดังนี้

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการปรับสีใหม่
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสีใหม่
4. ใช้คะแนนดิบของแต่ละคนเขียนกราฟเพื่อดูการเปลี่ยนแปลงความถี่ของพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนตลอดทั้ง 3 ระยะ คือ ตั้งแต่ในระยะก่อนการทดลอง ในระยะทดลองและในระยะหลังการทดลอง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 ค่ามัธยฐาน (Median)
 - 1.2 ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ (Quartile Deviation)
2. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน
 - 2.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนภายในกลุ่มก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pair Signed-Rank Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2528: 275)
 - 2.2 เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของ แมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2528: 283)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดลอง และการแปลความหมายจากผลของการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง
Mdn	แทน ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn _{diff}	แทน ค่ามัธยฐานของผลต่างของพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Q.D	แทน ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Q.D _{diff}	แทน ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของผลต่างของพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
T	แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของ วิลคอกซัน
U	แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของ แมน-วิทนีย์
R ₁	แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองกลุ่มทดลองที่ 1
R ₂	แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองกลุ่มทดลองที่ 2

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตตามลำดับดังต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการปรับสีนใหม่
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง และที่ได้รับการปรับสีนใหม่
4. แสดงการเปลี่ยนแปลงความถี่ของพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสีนใหม่ ตลอดทั้ง 3 ระยะ คือ ตั้งแต่ในระยะก่อนการทดลอง ในระยะทดลองและในระยะติดตามผล โดยการเขียนกราฟเส้น

ตาราง 1 เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง

กลุ่มทดลองที่ 1	N	Mdn	Q.D	T
ก่อนการทดลอง	8	30	18.5	0**
หลังการทดลอง	8	1.0	2.5	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 1 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการควบคุมตนเอง มีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ แสดงว่าหลังจากที่ได้รับการควบคุมตนเองนักเรียนมีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลง

ตาราง 2 เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการปรับสีนใหม่

กลุ่มทดลองที่ 2	N	Mdn	Q.D	T
ก่อนการทดลอง	8	34	7.5	0**
หลังการทดลอง	8	4.0	3.5	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

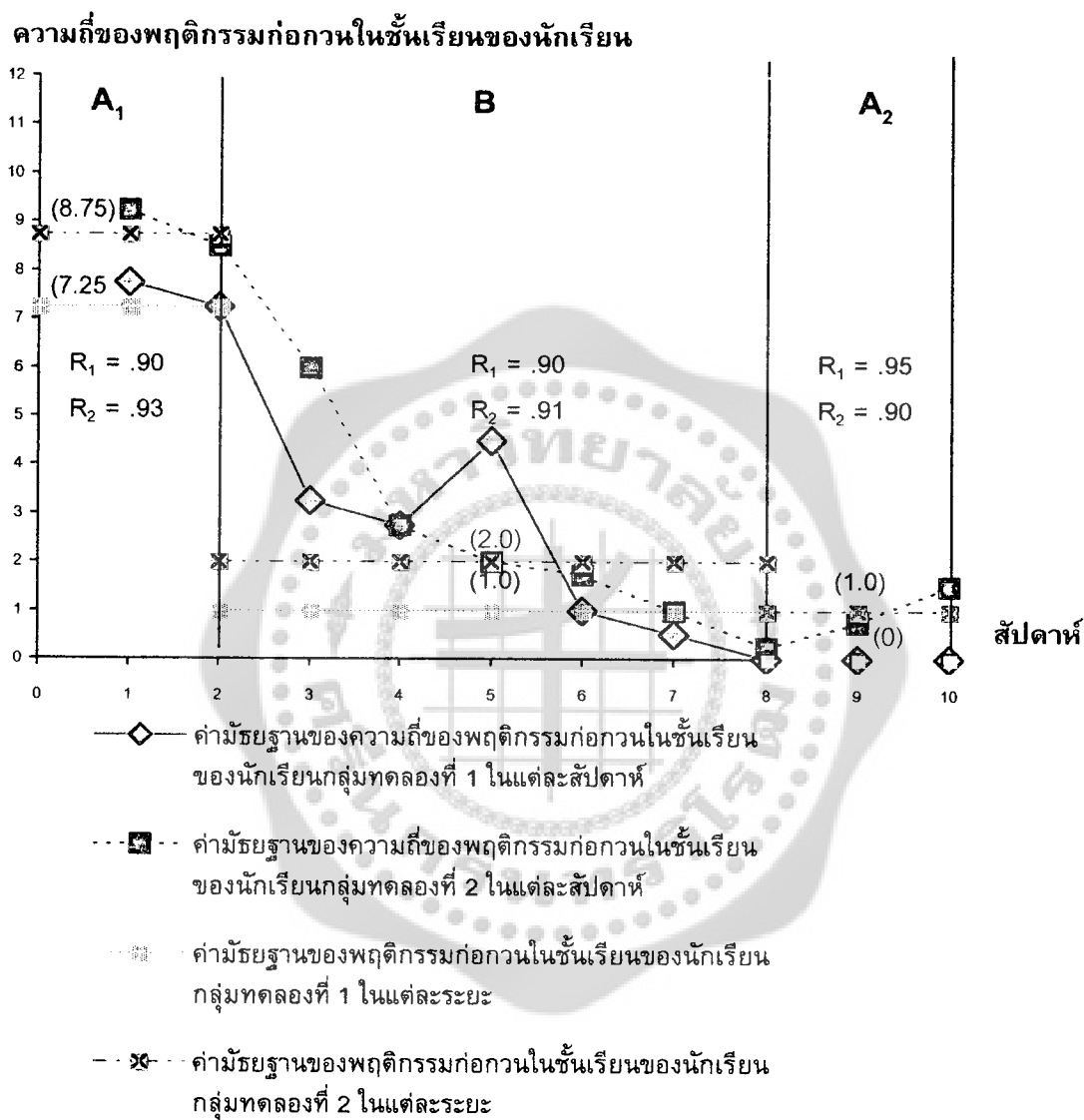
จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการปรับสีนใหม่ มีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ แสดงว่าหลังจากที่ได้รับการปรับสีนใหม่ นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลง

ตาราง 3 เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลอง ที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสินไหม

กลุ่มทดลอง	N	Mdn _{diff}	Q.D _{diff}	U
กลุ่มทดลองที่ 1	8	28	16	26.5
กลุ่มทดลองที่ 2	8	26	9	

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการปรับสินไหม มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ตั้งไว้ แสดงว่าหลังจากที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสินไหม นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงใกล้เคียงกัน

แสดงการเปลี่ยนแปลงความถี่ของคำพื้นฐานพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสัณใหม่ ตลอด 3 ระยะ



ภาพประกอบ 2 มัธยฐานของความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ

จากภาพประกอบ 2 จะเห็นได้ว่าค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการควบคุมตนเอง ในระยะก่อนการทดลองและในระยะทดลองลดลงจาก 7.25 เป็น 1.0 และเมื่อพิจารณาค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในระยะติดตามผล มีผลเป็น 0 แสดงว่า การใช้วิธีการควบคุมตนเองนั้นทำให้พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ลดลง

ในอีกด้านหนึ่ง นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการปรับสินไหม มีค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในระยะก่อนการทดลองและในระยะหลังการทดลองลดลงจาก 8.75 เป็น 2.0 และเมื่อพิจารณาค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในระยะติดตามผล มีผลเป็น 1.0 แสดงว่า การใช้วิธีการปรับสินไหมนั้นทำให้พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ลดลง

เมื่อเปรียบเทียบค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ปรากฏว่า ในระยะก่อนการทดลองของทั้ง 2 กลุ่มทดลองนั้น ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนใกล้เคียงกัน กล่าวคือกลุ่มทดลองที่ 2 นั้น ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนสูงกว่าเล็กน้อยเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองที่ 1 ส่วนในระยะทดลอง ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลองนั้นใกล้เคียงกัน กล่าวคือกลุ่มทดลองที่ 2 ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนสูงกว่าเล็กน้อยเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองที่ 1 ส่วนในระยะติดตามผลค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลองนั้นใกล้เคียงเช่นเดียวกัน กล่าวคือกลุ่มทดลองที่ 2 ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนสูงกว่าเล็กน้อยเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองที่ 1 แต่อย่างไรก็ตาม ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลองทั้งที่ใช้วิธีการควบคุมตนเองและที่ใช้วิธีการปรับสินไหมนั้นก็ใกล้เคียงเช่นเดียวกันทั้ง 3 ระยะการทดลอง

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้รับการควบคุมตนเอง
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้รับการปรับสีนใหม่
3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับสีนใหม่

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการควบคุมตนเอง
2. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการปรับสีนใหม่
3. นักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการปรับสีนใหม่ มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงแตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงผลของการควบคุมตนเองและการปรับสีนใหม่ เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร และจะเป็นแนวทางสำหรับครู ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา และผู้ที่สนใจที่มีความรู้และความชำนาญในการนำวิธีการปรับพฤติกรรมแบบการควบคุมตนเองและวิธีการปรับพฤติกรรมแบบการปรับสีนใหม่ ไปใช้ในการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ จำนวน 30 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ จำนวน 16 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรโดยสุ่มมา 2 ห้องเรียน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน ได้ห้อง ป. 5.ค. เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และได้ห้อง ป. 5.ก. เป็นกลุ่มทดลองที่ 2

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบประเมินพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียน
2. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียน
3. โปรแกรมการควบคุมตนเอง
4. โปรแกรมการปรับเปลี่ยน

การดำเนินการทดลอง

1. ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1.1 ผู้วิจัยขอความร่วมมือครูประจำชั้น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.ก. และชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.ค. และครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษ ประเมินพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนวิชาภาษาอังกฤษ

1.2 ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์ครูแนะแนวเพื่อเป็นผู้ช่วยวิจัยและครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษเป็นครูผู้ร่วมการทดลองในการทดลองครั้งนี้

1.3 ผู้วิจัยอธิบายหลักของการปรับพฤติกรรม วิธีการควบคุมตนเองและวิธีการปรับเปลี่ยนแก่ผู้ช่วยวิจัย และครูผู้ร่วมการทดลอง เพื่อให้เข้าใจตรงกัน

1.4 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยฝึกสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 8 คน และหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตก่อนเริ่มการทดลองเป็นเวลา 2 สัปดาห์ คือตั้งแต่วันที่ 16 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 26 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปและในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย เท่ากับ .85

2. ระยะดำเนินการทดลอง ใช้เวลาดำเนินการทดลอง 10 สัปดาห์ คือตั้งแต่วันที่ 30 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 4 ตุลาคม พ.ศ. 2545 การทดลองครั้งนี้เป็นการทดลองแบบสลับกลับ (ABA Reversal Design) โดยผู้วิจัยแบ่งการทดลองเป็น 3 ระยะ ดังนี้

2.1 ระยะเสถียรภาพพฤติกรรม (A_1) ใช้เวลา 2 สัปดาห์ คือ ตั้งแต่วันที่ 30 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 9 สิงหาคม พ.ศ. 2545 โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย สังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนวิชาภาษาอังกฤษ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในสภาพที่มีการเรียนการสอนปกติ โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียน คือ ตั้งแต่วันที่ 30 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 8 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ในวันอังคาร เวลา 9.00-9.50 น. และใน

วันพฤหัสบดี เวลา 12.30-13.20 น. ส่วนกลุ่มทดลองที่ 2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียน คือ ตั้งแต่วันที่ 31 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 9 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ในวันพุธ เวลา 9.00-9.50 น. และในวันศุกร์ เวลา 12.30-13.20 น. ในการสังเกตจะสังเกตสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ระยะเวลา 50 นาที โดยผลการบันทึกพฤติกรรมในระบายนนี้ของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 เท่ากับ .90 และ .93 ตามลำดับ โดยในระบายนนี้ยังไม่มีการใช้โปรแกรมการควบคุมตนเองและการใช้โปรแกรมการปรับสันมใหม่กับทั้ง 2 กลุ่มทดลอง

2.2 ระบยทดลอง (B) ใช้เวลา 6 สัปดาห์ คือตั้งแต่นวันที่ 13 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 20 กันยายน พ.ศ. 2545 โดยผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการควบคุมตนเองกับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 คือตั้งแต่นวันที่ 13 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 19 กันยายน พ.ศ. 2545 ในวันอังคาร เวลา 9.00-9.50 น. และในวันพฤหัสบดี เวลา 12.30-13.20 น. และใช้โปรแกรมการปรับสันมใหม่กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 คือตั้งแต่นวันที่ 14 สิงหาคม พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 20 กันยายน พ.ศ. 2545 ในวันพุธ เวลา 9.00-9.50 น. และในวันศุกร์ เวลา 12.30-13.20 น. โดยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนวิชาภาษาอังกฤษในสภาพการเรียนการสอนปกติและในการสังเกตจะสังเกตสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ระยะเวลา 50 นาที โดยผลการบันทึกพฤติกรรมในระบายนนี้ของนักเรียน ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 เท่ากับ .90 และ .91 ตามลำดับ

2.3 ระบยหลังการทดลอง (A₂) ใช้เวลา 2 สัปดาห์ คือตั้งแต่นวันที่ 24 กันยายน พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 4 ตุลาคม พ.ศ. 2545 โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนวิชาภาษาอังกฤษ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในสภาพที่มีการเรียนการสอนปกติ โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียน คือ ตั้งแต่นวันที่ 24 กันยายน พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 3 ตุลาคม พ.ศ. 2545 ในวันอังคาร เวลา 9.00-9.50 น. และในวันพฤหัสบดี เวลา 12.30-13.20 น. ส่วนกลุ่มทดลองที่ 2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียน คือ ตั้งแต่นวันที่ 25 กันยายน พ.ศ. 2545 ถึงวันที่ 4 ตุลาคม พ.ศ. 2545 ในวันพุธ เวลา 9.00-9.50 น. และวันศุกร์ เวลา 12.30-13.20 น. ในการสังเกตจะสังเกตสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ระยะเวลา 50 นาที โดยผลการบันทึกพฤติกรรมในระบายนนี้ของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 เท่ากับ .95 และ .90 ตามลำดับ โดยในระบายนนี้คือระบยติดตามผลเป็นระบยที่ถอดถอนโปรแกรม ผู้วิจัยไม่ได้ใช้โปรแกรมการควบคุมตนเองและโปรแกรมการปรับสันมใหม่ กับทั้ง 2 กลุ่มทดลองเช่นเดียวกัน

3. ภายหลังการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

3.1 ผู้วิจัยนำผลการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตระหว่างผู้สังเกต 2 คน

3.2 ผู้วิจัยนำผลการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในข้อ 3.1 มาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ

3.3 ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลทุกระบยของการทดลองด้วยการเขียนกราฟเส้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ดังนี้

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง โดยใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการปรับสีนใหม่ โดยใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง และที่ได้รับการปรับสีนใหม่ โดยใช้การทดสอบของ แมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการควบคุมตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการปรับสีนใหม่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการปรับสีนใหม่ มีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับสีนใหม่เพื่อลดพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ปรากฏผลการวิจัยดังนี้

1. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการควบคุมตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เพราะว่าการควบคุมตนเอง เป็นวิธีการปรับพฤติกรรมโดยที่นักเรียนจะเป็นผู้ดำเนินการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองด้วยตัวของตัวเอง อีกทั้งยังเป็นการเพิ่มความสามารถของนักเรียนในการควบคุมสิ่งแวดล้อมรอบๆตัวเองด้วยโดยที่นักเรียนจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของตนเอง อันเนื่องมาจากบทบาทความรับผิดชอบส่วนใหญ่ในการปฏิบัติ กล่าวคือ นักเรียนจะเป็นผู้สังเกต บันทึกและประเมินพฤติกรรมของตนเองด้วยตนเอง จึงทำให้เป็นการลดอิทธิพลของคนอื่นลง (Cormier and Cormier. 1979: 477) โดยผลจากการบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนนั้นจะต้องสอดคล้องกับของผู้วิจัย นักเรียนจึงจะได้รับตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขการเสริมแรงที่กำหนดไว้ จึงเป็นสาเหตุให้

นักเรียนเกิดความพึงพอใจ และเกิดแรงจูงใจที่จะลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง และเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้มากขึ้น

ผลการวิจัยในครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ โบรเดน ฮอลล์และมิทส์ (Broden, Hall and Mitts. 1971: 191-199) ที่ได้ศึกษาผลของการสังเกตตนเองที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนรู้วิชาประวัติศาสตร์ของเด็กหญิง ลิซ่า (Lisa) ซึ่งเรียนอยู่ในระดับ 8 โดยทำการสังเกตพฤติกรรม “เรียน” และ พฤติกรรม “ไม่เรียน” โดยให้ลิซ่าทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ผลการทดลองพบว่า การใช้การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ทำให้พฤติกรรมการเรียนรู้วิชาประวัติศาสตร์ของลิซ่าเพิ่มขึ้นได้เป็นอย่างดี ทั้งในระยะทดลอง ตลอดจนระยะติดตามผล และ แดรบแมน สไปทาลนิคและโอเลอรี (Drabman, Spitalnik and O’Leary. 1973: 10-16) ได้ใช้วิธีการสังเกตและประเมินตนเองปรับพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน ของเด็กชาย อายุ 9-10 ปี จำนวน 7 คน โดยเด็กเหล่านี้มีสัมฤทธิ์ผลทางการอ่านซึ่งวัดด้วย California Achievement Reading Test ลำหลังอยู่ 1 ปี ผลการทดลองพบว่า การใช้วิธีการสังเกตและประเมินตนเองสามารถทำให้พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลดลง นอกจากนี้สัมฤทธิ์ผลทางการอ่านของนักเรียนยังเพิ่มขึ้นอีกด้วย นอกจากนี้ วารุณี จันทร์แสงสุข (2525: 26-27) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการสังเกตตนเองควบคู่กับการเสริมแรงตนเองกับการสังเกตตนเองเพียงอย่างเดียว หรือการเสริมแรงตนเองเพียงอย่างเดียว เพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมสนใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนนวมราชธานีเชก จำนวน 3 คน เป็นนักเรียนหญิง 2 คน นักเรียนชาย 1 คน ผลการทดลองพบว่า การสังเกตตนเองสามารถทำให้ความถี่ของพฤติกรรมสนใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรุณ หมื่นวงศ์ (2540: 45) ที่ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการปรับสีนใหม่และการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวิชาการ สำนักงานเขตดินแดง กรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ใช้การควบคุมตนเองมีพฤติกรรมขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการสังเกตของผู้วิจัย นักเรียนที่ได้เข้าร่วมในการทดลองครั้งนี้ มีความตั้งใจ ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี รวมทั้งมีความกระตือรือร้น เข้าเรียนตรงเวลา มีความรับผิดชอบ และมีความพร้อมที่จะเข้ารับการพัฒนาพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนถึงตั้งใจฟังผู้วิจัยชี้แจงมุ่งหมาย ขั้นตอนต่าง ๆ ในการทดลอง มีการซักถามขั้นตอน วิธีการบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง อีกทั้งมีความตระหนักและพิจารณาก่อนที่จะแสดงพฤติกรรมออกมาโดยให้เป็นไปในทางที่พึงประสงค์ตลอดระยะเวลาการทดลอง จึงทำให้พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลดลงอย่างต่อเนื่อง และนักเรียนยังสามารถบอกถึงประโยชน์และคุณค่าของการได้รับการควบคุมตนเองหลังจากการทดลองเสร็จสิ้นได้เป็นอย่างดี

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า การควบคุมตนเองสามารถลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้เป็นอย่างดี

2. นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงหลังจากที่ได้รับการปรับสีนใหม่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เพราะว่า การปรับสีนใหม่เป็นวิธีการลงโทษที่ถอดถอนตัวเสริมแรงทางบวกออกไปหลังจากที่บุคคลกระทำพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์บางอย่าง ซึ่งมีผลทำให้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้นลดโอกาสที่จะเกิดขึ้นต่อไปในอนาคต (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2536: 277) โดยก่อนที่บุคคลจะนำวิธีการปรับสีนใหม่มาใช้กับบุคคลใดก็ตาม ควรที่จะเปิดโอกาสให้บุคคลนั้นๆ ได้มีโอกาสสะสมตัวเสริมแรงทางบวกรวมทั้งควรให้มีประสบการณ์เกี่ยวกับการเสริมแรงและควรประกาศให้บุคคลทราบเกี่ยวกับกฎเกณฑ์ระเบียบพฤติกรรมที่พึงประสงค์ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เงื่อนไขผลกรรมที่

บุคคลนั้นๆจะได้รับหลังจากที่แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์และพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ทั้งนี้เพื่อให้บุคคลได้ตระหนักและสามารถควบคุมการแสดงออกหรือการกระทำของตนเองให้เป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์ และทราบได้ว่าเขาายังแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ตราบนั้นผลกระทบที่เขาจะได้รับก็คือ การปรับสินไหมเป็นจำนวนตามเงื่อนไขที่กำหนด (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536: 132-133) ในการทดลองครั้งนี้ได้มีการวางเงื่อนไขว่า นักเรียนทุกคนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษมีคะแนนความประพฤติ 50 คะแนนเท่ากันทุกคน แต่ถ้าหากนักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ นักเรียนจะถูกหักคะแนนความประพฤติครั้งละ 1 คะแนน ทุกครั้งหลังจากแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในวิชาภาษาอังกฤษ ซึ่งเงื่อนไขดังกล่าวนี้ทำให้นักเรียนตระหนักและควบคุมพฤติกรรมของตนเองก่อนที่จะแสดงออกทุกครั้ง จึงเป็นเหตุให้พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลดลง

ผลการวิจัยในครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ไบลีย์และอิตาวา (Bailey and Itawa. 1973: 893-894) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้รางวัลกับการปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรมก่อนความวุ่นวายในชั้นเรียน ซึ่งวิเคราะห์ทั้งทางด้านตัวครูและทางด้านตัวนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาจำนวน 15 คน อายุเฉลี่ย 10 ปี ผลการทดลองพบว่า หลังจากการใช้การปรับสินไหมสามารถลดพฤติกรรมก่อนความวุ่นวายในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ และยังสามารถนำไปใช้ในการปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่นๆ ให้ลดลงได้อีกด้วย และแรพพอร์ต เมอร์ฟีและไบลีย์ (Rapport, Murphy and Bailey. 1982 : 893-894) ได้นำวิธีการปรับสินไหมมาใช้ในการปรับพฤติกรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 2 คน ซึ่งเป็นนักเรียนที่ชนอนุ้ยไม่เป็นสุขเกินปกติ มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนและไม่ทำงานที่ครูมอบหมาย ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนลดลงหลังจากการใช้การปรับสินไหม นอกจากนี้ สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี (2534: 57-60) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการใช้การเสริมแรงทางบวกกับการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดทับกฤชกลาง อำเภอยางชุมน้อย จังหวัดนครสวรรค์ ผลการทดลองพบว่า การใช้การปรับสินไหมสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงได้ภายหลังการทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุกุล ชัดเชื้อ (2535: 40) ที่ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเสมียนนารี กรุงเทพมหานคร ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ได้รับการปรับสินไหมมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงภายหลังการทดลอง

จากการสังเกตของผู้วิจัย นักเรียนที่ได้เข้าร่วมในการทดลองในครั้งนี้มีความตั้งใจและสนใจ ฟังผู้วิจัยชี้แจงจุดมุ่งหมาย ขั้นตอนในการทดลอง รวมทั้งให้ความร่วมมือ เข้าเรียนตรงเวลา มีความพร้อมที่จะเข้ารับการพัฒนาพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนระมัดระวังการแสดงออกของพฤติกรรมของตนเองที่ไม่พึงประสงค์ ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ จึงทำให้พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลดลงอย่างต่อเนื่องตลอดระยะเวลาการทดลอง และนักเรียนยังสามารถบอกถึงประโยชน์และคุณค่าของการได้รับการปรับสินไหมหลังจากการทดลองเสร็จสิ้นได้เป็นอย่างดี

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า การปรับสินไหมสามารถลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้เป็นอย่างดี

3. นักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการปรับสินไหมมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ตั้งไว้ แสดงว่านักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการปรับสินไหมมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงใกล้เคียงกัน ทั้งนี้เพราะ

3.1 นักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมการทดลองในครั้งนี้ กระทำด้วยความเต็มใจ ตั้งใจ กระตือรือร้น รวมทั้งมีความพร้อมที่จะเข้ารับการพัฒนาพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่พึงประสงค์ในการเข้าร่วมการทดลองครั้งนี้ตลอดระยะเวลาการทดลองในทุกๆ ครั้ง

3.2 ในการทดลองครั้งนี้ วิธีการปรับพฤติกรรมทั้ง 2 วิธี คือวิธีการควบคุมตนเองและวิธีการปรับสินไหม ซึ่งเป็นวิธีการที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เป็นผลให้พฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลองลดลง และยังทำให้นักเรียนมีสมาธิในการเรียนเพิ่มขึ้น ซึ่งเป็นผลให้มีสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้นตามมา และเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ มากขึ้นอีกด้วย

3.3 วิธีลดพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนทั้ง 2 วิธีนี้ เป็นวิธีการที่แปลกและใหม่สำหรับนักเรียน เนื่องจากนักเรียนอาจถูกปรับพฤติกรรมโดยใช้วิธีการลงโทษด้วยการดูว่าหรือตี เป็นต้น ด้วยเหตุนี้ จึงทำให้นักเรียนให้ความสนใจมากเป็นพิเศษ ดังนั้นจึงทำให้นักเรียนที่ได้เข้าร่วมการทดลองทั้ง 2 กลุ่มนั้นมีความกระตือรือร้นและให้ความสนใจเข้าร่วมในการทดลองอย่างไม่แตกต่างกัน

ด้วยเหตุนี้จึงทำให้นักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนลดลง อีกทั้งยังลดลงใกล้เคียงกันและไม่แตกต่างกันเมื่อนำมาทดสอบทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 สำหรับในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำวิธีการควบคุมตนเองและวิธีการปรับสินไหมมาใช้ในการปรับพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ซึ่งผลการทดลองพบว่า สามารถใช้ได้ผลเป็นอย่างดีในการลดพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดังนั้นบุคคลอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็นครูหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาที่ต้องการจะนำวิธีการดังกล่าวไปใช้นั้น จะต้องมีความรู้ความชำนาญ ต้องศึกษาและทำความเข้าใจ จุดมุ่งหมาย ลำดับขั้นตอน ตลอดจนข้อดีและข้อเสียของแต่ละวิธีการ รวมถึงควรมีประสบการณ์เกี่ยวกับการใช้วิธีการดังกล่าวก่อนที่จะนำไปใช้ในการปรับพฤติกรรมใดๆ กับนักเรียนหรือกับบุคคลอื่นๆ เป็นต้น

1.2 ในการวิจัยครั้งนี้ทำให้เราได้ทราบถึงผลของการใช้วิธีการปรับพฤติกรรมด้วยการควบคุมตนเองและการปรับสินไหม ว่าสามารถทำให้พฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนลดลงได้และคงทนกว่าการใช้วิธีการลงโทษด้วยการดูว่าหรือตี เป็นต้น โดยอาจจะใช้วิธีการดังกล่าวให้เหมาะสมกับเด็กแต่ละประเภท และควรคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลด้วย กล่าวคือถ้าเด็กที่มีความรับผิดชอบเราก็เลือกใช้การควบคุมตนเองจะเหมาะสมมากกว่าการใช้การปรับสินไหม แต่ถ้าเด็กที่ยังต้องการการควบคุมจากครูเราก็เลือกใช้การปรับสินไหมจะเหมาะสมมากกว่าการใช้การควบคุมตนเอง เพื่อทำให้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กลดลง

1.3 ควรมีการจัดอบรมเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมโดยการใช้การควบคุมตนเองและการใช้การปรับสินไหมให้กับครูและผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจ ตลอดจนสามารถนำไปใช้ลดพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนหรือใช้ในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่นๆ เป็นต้น

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรนำวิธีการควบคุมตนเอง และวิธีการปรับเปลี่ยนไปใช้เพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์อื่นๆ เช่น พฤติกรรมความไม่มีระเบียบวินัย พฤติกรรมความรับผิดชอบทางด้านการทำงาน หรือทางด้านการเรียน เป็นต้น

2.2 ควรมีการศึกษาในช่วงระยะของการศึกษาความคงทนของพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและที่ได้รับการปรับเปลี่ยน สำหรับการวิจัยครั้งต่อไปทุก 3 เดือน เพื่อความคงทนของพฤติกรรมและการคงอยู่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์ นอกจากนี้ ควรนำวิธีอื่นๆ มาใช้เพื่อลดพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียน เช่น การใช้การเสริมแรงแบบ ดีอาร์ไอ ดีอาร์แอล ดีอาร์โอ หรือ การใช้หลักฟรีแมค เป็นต้น

2.3 ควรศึกษาการใช้วิธีการควบคุมตนเอง และการใช้วิธีการปรับเปลี่ยนกับนักศึกษาระดับอาชีวศึกษา เด็กในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนต่างๆ นิสิตระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่าหรือพนักงานในองค์กรต่างๆ ซึ่งนอกเหนือไปจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กนักเรียน เป็นต้น





บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. (2527). *การศึกษามุคคัลเป็นรายกรณี*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- (2528). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- คมคาย อนุจันทร์. (2538). *การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จันทนา ยี่มน้อย. (2537). *ผลของการบำบัดแบบกลุ่มด้วยการเล่นต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ชัยพร วิชชาวุธ. (2523). *การวิจัยเชิงจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- นิภา ศรีไพโรจน์. (2528). *สถิตินอนพาราเมตริก*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- เบ็ญจกุล จินาพันธ์. (2517). *การปรับพฤติกรรมในชั้นเรียน: การศึกษาเฉพาะกรณีพฤติกรรมชนอยู่ไม่สุขเกินปกติ*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ปภาวดี แจ้งศิริ. (2527). *ผลของการควบคุมตนเองที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ประเทือง ภูมิภักทรคม. (2530). *ผลของการเสริมแรงทางบวกปรับพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนในห้องเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6: การศึกษาในแง่ของการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรมสภาพการณ์และการคงอยู่ของพฤติกรรม*. วิทยานิพนธ์ ค.ด.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- (2535). *การปรับพฤติกรรม: ทฤษฎีและการประยุกต์*. ปทุมธานี: ฝ่ายเอกสารตำราวิทยาลัยครูเพชรบุรีวิทยาลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- ผดุง อารยวิญญู. (2528). *เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม*. ภาควิชาการศึกษาผู้ใหญ่และการศึกษาภาคพิเศษ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). *การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: ทบวงมหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- (2536). *การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: ทบวงมหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- พรชูลี อาชาวำรุง และสงบ ลักษณะ. (2522, กรกฎาคม-สิงหาคม). *การปรับพฤติกรรมก้าวร้าวในห้องเรียน*. วารสารศาสตร์ครูศาสตร์. 6: 49-55. ถ่ายเอกสาร.
- ภรณ์ อินทสร. (2527). *ผลของการใช้วิธีการควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. วิทยานิพนธ์ ค.ด.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

- วันทนา กิ่งจางเจริญสุข. (2526). **ผลการให้การเสริมแรงทางบวกโดยการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคลต่อการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วารุณี จันทร์แสงสุข. (2525). **ผลของการสังเกตและการเสริมแรงตนเองตามทฤษฎีฟรีแมคต่อพฤติกรรมไม่สนใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมราชดาสึก**. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- วิชัย วงษ์ใหญ่. (2526, พฤษภาคม). **ความหมายของหลักสูตรการสอน**. สารพัฒนาหลักสูตร., 20: 12-13. วิทยาลัยการศึกษาประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สมพร สุทัศน์. ม.ร.ว. (2533). **จิตวิทยาการปกครองชั้นเรียน**. กรุงเทพฯ.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2524). **การปรับพฤติกรรม**. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- (2526, กรกฎาคม). **แนวทางในการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาสำหรับนักเรียน**. คุรุปริทัศน์., 8: 24-25.
- (2536). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- (2541). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สัมฤทธิ์ แก้วพูลศรี. (2534). **การเปรียบเทียบผลการใช้การเสริมแรงทางบวกกับการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดทับกฤชกลาง อำเภอลำลูกเกด จังหวัดนครสวรรค์**. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุพล ชัดเชื้อ. (2535). **การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับสินไหมที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเสมียนนารี กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2543). **ปฏิรูปการเรียนรู้ผู้เรียนสำคัญที่สุด**. กรุงเทพฯ : กองสารสนเทศ. สำนักงานฯ.
- (2544). **ปฏิรูปการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542**. กรุงเทพฯ : กองสารสนเทศ. สำนักงานฯ.
- อดิวัฒน์ พรหมมาสา. (2533). **ผลของการฝึกควบคุมตนเองที่มีต่อความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนแบบวัดไอเอเออาร์ต่างกัน**. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

- อัญชลี หมั่นสังข์. (2527). **ผลของการใช้การเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรต่อการสะกดคำของเด็ก ปัญญาอ่อนที่สามารถเรียนได้ เพื่อเพิ่มสัมฤทธิ์ผลในการสะกดคำวิชาภาษาไทยของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปัญญาวุฒิกร. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(จิตวิทยาการศึกษา).** กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อรุณ หมั่นวงศ์. (2540). **การเปรียบเทียบผลของการปรับสีนใหม่และการควบคุมตนเองเพื่อลด พฤติกรรมความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวิชาการ สำนักงานเขตดินแดง กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา).** กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- อรนงค์ วิทยานิพนธ์. (2533). **การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมก่อกวนในห้องสมุดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดใหม่ ช่อลม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา).** กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- อรสา สูดาวง. (2539). **การเปรียบเทียบผลการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันและการปรับสีนใหม่ เพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนปทุมวัน สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา).** กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- Ayllon, Teodoro. & Roberts, Michael D. (1974, July). "Eliminating Discipline Problem by Strengthening Academic Performance," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 7: 71-76.
- Bailey, John S. & Itawa A. Brian. (1973). "Reward Versus Cost Token Systems: An Analysis of the Effect on Students and Teacher," *Proceeding of the 81st Annual Convention of The American Psychological*. Montreal. 8: 893-894.
- Boldstad, Orin D. & Johnson, Stephen M. (1972, August). "Self-Regulation in the Modification of Disruptive Classroom Behaviors," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 5: 443-454.
- Broden, Marcia., Hall, Vanco R. & Mitts, Brenda. (1971, May). "The Effect of Self-Recording on the Classroom Behavior of two Eight-Grade Students," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 4: 191-199.
- Brown, Steven D. (1975). "Self-Control Skills Training," *Professional Psychology*. 319-330.
- Cormier, W.H. & Cormier, L.S. (1979). *Interviewing Strategies for Helpers. A Guide to Assessment, Treatment, and Evaluation*. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing Company. 476-487.
- Drabman, Ronald S., Spitalnik, Robert. & O'Leary, Daniel K. (1973, March). "Teaching Self-Control to Disruptive Children," *Journal of Abnormal Psychology*. 8: 10-16.
- Epstein, Robert. & Goss, Claire M. (1978). "Case Study: A Self-Control Procedure for the Maintenance of Non Disruptive Behavior in an Elementary School Child," *Behavior Therapy*. 9: 109-117.
- Fischer, Joel. & Gochoros, Harvey L. (1975). *Planned Behavior Change: Behavior Modification In Social Work*. New York: The Free Press.

- Friedman, Steven. (1980, June). "Self-Control in the Treatment of Gilles de la Tourette's Syndrome: Case study with 18-Month Follow-Up," *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 48: 400-402.
- Glynn, E.L. & Thomas, J.D. (1974, July). "Effect of Cueing on Self-Control of Classroom Behavior," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 296-306.
- Graziano, Anthony M. & Mooney, Kevin C. (1980, April). "Family Self-Control Instruction for Children's Nighttime Fear Reduction," *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 48: 206-213.
- Johnson, Stephen M. (1970). "Self-Reinforcement Versus External Reinforcement in Behavior Modification with Children," *Development Psychology*. 147-148.
- Kanfer, Frederick H. & Phillips, Jeanne S. (1970). *Learning Foundations of Behavior Theory*. New York: John Wiley and Sons. 416.
- Kazdin, Alan E. (1975). *Behavior Modification in Applied Settings*. Homewood, Illinois: The Dorsey Press. 17.
- (1984). *Behavior Modification in Applied Setting*. 3rd ed., Homewood, Illinois: The Dorsey Press. 30.
- Medson. C.M., Becker, W.C. & Thomas, D.R. (1968, June). "Rule, Praise and Ignoring: Elements of Elementary Classroom Control," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 1: 139-150.
- Patterson, Gerald R. (1971, February). "An Application of Conditioning Techniques to the Control of a Hyperactive Child," In *An Empirical Basis of Change in Education*. Edited by Wesley C. Becker Chicago: Science Research Associates Inc.,. 275-282.
- Perri, M.G. & Richards, C.S. (1977, May). "An Investigation of Naturally Occuring Episode of Self-Control Behaviors," *Journal of Counseling Psychology*. 24: 178-183.
- Rapport, M.D., H.A. Murphy. & J.S. Bailey. (1982, August). "Retain Versus Response Cost in the Control of Hyperactive Children: A within Subject Comparison," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 15: 205-216.
- Rosenbaum, Michael. & Drabman, Ronald S. (1979, December). "Self-Control Training in the Classroom: A Review and Critique," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 12: 467-485.
- Sagotsky, Gerald., Patterson, Charlotte J. & Lepper, Mark R. (1978, April). "Training Children's Self-Control: A Field Experiment in Self-monitoring an Goal-Setting in the Classroom," *Journal of Experimental Child Psychology*. 25: 242-253.
- Siegel, Sidney. (1956). *Nonparametric Statistics for the Behavioral Science*. Mc Graw-Hill Kogakusha Tokyo. 312 p.
- Skinner, B.F. (1953). *Science and Human Behavior*. New York: Macmillan. 230.
- Stevenson, Moward C. & Fantuzzo, John W. (1984, June). "Application of the Generalization Map To a Self-Control Intervention with School Aged Children," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 17: 202-212.

- Thoresen, Carl E. & Mahoney, Michael J. (1974). *Behavioral Self-Control*. New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc. 10-41.
- Watson, David L. & Tharp, Roland G. (1972). *Self-Directed Behavior: Self-Modification for Personal Adjustment*. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing Company. 12-73.
- Wilson, G. Terence. & O'Leary, K. Daniel. (1980). *Principles of Behavior Therapy*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall. 214-224.





ภาคผนวก ก

1. แบบสำรวจความคิดเห็นของนักเรียน
2. แบบประเมินพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ
3. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ
(สำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย)
4. แบบบันทึกพฤติกรรมตนเอง (สำหรับนักเรียน)
5. แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน
6. แบบสำรวจตัวเสริมแรง
7. โปรแกรมการควบคุมตนเอง (สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1)
8. โปรแกรมการปรับเปลี่ยนใหม่ (สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2)

แบบสำรวจความคิดเห็นของนักเรียน

กรุณาดอบแบบสำรวจตามความเป็นจริงเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาปัญหาของนักเรียน

1. ในขณะที่นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ในปัจจุบันนี้ นักเรียนมีปัญหาทางด้านใดบ้าง? ถ้ามี ปัญหานั้นคืออะไร (ด้านการเรียน - แรงจูงใจในการเรียน, บรรยากาศในการเรียนการสอน ด้านบุคลิกภาพ - การกล้าแสดงออก หรืออื่นๆ ด้านสุขภาพจิต - อารมณ์, ความเครียด, การปรับตัวกับผู้อื่น, ความวิตกกังวล.....)

2. จากปัญหาที่นักเรียนประสบในข้อ 1 นักเรียนแก้ปัญหานั้นอย่างไร?

3. นักเรียนมีความต้องการที่จะพัฒนาตัวของตนเองในด้านใดบ้าง?

ขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็นมา ณ โอกาสนี้

นางสาวอัจฉรา วิไลหงษ์
นิสิตปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบประเมินพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ

ผู้ประเมิน _____

ผู้ถูกประเมิน _____ ชั้น _____

คำชี้แจง

พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษในเวลาที่ครูทำการสอน และในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ซึ่งพฤติกรรมนั้นเป็นอุปสรรคขัดขวาง และก่อความรำคาญแก่ครูและผู้เรียนคนอื่น อีกทั้งยังส่งผลให้ทั้งตนเอง ครูและผู้เรียนคนอื่นได้รับความเดือดร้อน โดยมีพฤติกรรมดังนี้

- 1.1 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในขณะที่ครูทำการสอน ได้แก่
 - 1.1.1 คุกกับเพื่อน
 - 1.1.2 หยอกล้อกับเพื่อน
 - 1.1.3 ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูทำการสอน โดยไม่ได้รับอนุญาต
 - 1.1.4 แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกาย
- 1.2 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ได้แก่
 - 1.2.1 คุกกับเพื่อน
 - 1.2.2 หยอกล้อกับเพื่อน
 - 1.2.3 ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ โดยไม่ได้รับอนุญาต
 - 1.2.4 แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกาย
 - 1.2.5 ยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาต

แบบประเมินฉบับนี้เป็นแบบประเมินพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน โดยขอให้ผู้ประเมินนึกถึงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนที่เกิดขึ้นจริง ตามเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

การให้คะแนน

ให้เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมที่นักเรียนแสดง

3	หมายถึง	นักเรียนแสดงพฤติกรรมบ่อยมาก
2	หมายถึง	นักเรียนแสดงพฤติกรรมบ่อย
1	หมายถึง	นักเรียนแสดงพฤติกรรมน้อย
0	หมายถึง	นักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมเลย

พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน	พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกมา	ความถี่ของพฤติกรรม			
		3	2	1	0
1. พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนใน ขณะที่ครูทำการสอน	-คุยกับเพื่อน -หยอกล้อกับเพื่อน -ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้ รับอนุญาต -แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วน อื่นๆของร่างกาย				
2. พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนใน ขณะที่ครูมอบหมายงานให้ ปฏิบัติ	-คุยกับเพื่อน -หยอกล้อกับเพื่อน -ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ โดยไม่ได้รับอนุญาต -แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วน อื่นๆของร่างกาย -ยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือเดินไปมา โดยไม่ได้รับอนุญาต				
รวม					

**แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนวณในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ
(สำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย)**

ครั้งที่ _____ กลุ่มทดลองกลุ่มที่ _____
วันที่บันทึก _____ เวลาสังเกต _____
ผู้สังเกต _____

คำชี้แจง

พฤติกรรมก่อนวณในชั้นเรียน หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษในขณะทำการสอน และในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ซึ่งพฤติกรรมเป็นอุปสรรคขัดขวาง และก่อความรำคาญแก่ครูและผู้เรียนคนอื่น อีกทั้งยังส่งผลให้ทั้งตนเอง ครู และผู้เรียนคนอื่นได้รับความเดือดร้อนโดยมีพฤติกรรมดังนี้

1. พฤติกรรมก่อนวณในชั้นเรียนในขณะทำการสอน ได้แก่
 - 1.1 คุกกับเพื่อน
 - 1.2 หยอกล้อกับเพื่อน
 - 1.3 ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะทำการสอน โดยไม่ได้รับอนุญาต
 - 1.4 แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกาย
2. พฤติกรรมก่อนวณในชั้นเรียนในขณะครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ได้แก่
 - 2.1 คุกกับเพื่อน
 - 2.2 หยอกล้อกับเพื่อน
 - 2.3 ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ โดยไม่ได้รับอนุญาต
 - 2.4 แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกาย
 - 2.5 ยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาต

คำอธิบาย

การสังเกตจะแบ่งออกเป็น 10 ช่วง ๆละ 4 นาที สังเกตนักเรียนคนละ 30 วินาที โดยพัก 1 นาทีในแต่ละช่วง และบันทึกความถี่ของพฤติกรรมทุกครั้งที่ทำนักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนวณในชั้นเรียน ให้ตรงกับช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมตามความเป็นจริง มีเกณฑ์การบันทึกดังนี้

1. ในช่วงเวลาที่สังเกต ถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมใด ไม่ว่าจะแสดงกี่ครั้งก็ตามให้ใส่เลข 1 ลงในช่องตรงกับพฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกมา
2. ในช่วงเวลาที่สังเกต ถ้านักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมใดเลย ให้ใส่เลข 0 ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมที่นักเรียนไม่แสดงออกมา

แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน

ชื่อ _____ นามสกุล _____

ชั้น _____ กลุ่มทดลองที่ _____

ครั้งที่	วัน เดือน ปี	จำนวนพฤติกรรม ก่อนวันที่แสดงออกมา	จำนวนคะแนน ที่ถูกหัก	จำนวนคะแนน ที่เหลือ
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

แบบสำรวจตัวเสริมแรง

ชื่อ _____ นามสกุล _____

ชั้น _____ กลุ่มทดลองที่ _____

คำชี้แจง

จงเรียงลำดับสิ่งที่คุณเรียนต้องการมากที่สุด ไปหาสิ่งที่คุณเรียนต้องการน้อยที่สุด 5 อันดับ โดยให้หมายเลข 1 เป็นสิ่งที่คุณเรียนต้องการมากที่สุด

_____ สมุดปกอ่อน

_____ ดินสอ

_____ ปากกาลูกกลิ้งสีน้ำเงิน

_____ ปากกาลูกกลิ้งสีแดง

_____ น้้ายาลบคำผิด

_____ ยางลบดินสอ

_____ ไม้บรรทัด

_____ กล่องใส่ดินสอ

_____ ขนมหันฝรั่งทอดกรอบเลย์

_____ ขนมหเวเฟอร์โลซาน

_____ เยลลี่

_____ ลูกอม

_____ หมากฝรั่ง

_____ กระเป๋าสตางค์

_____ อื่นๆ (ระบุ) _____



โปรแกรมการควบคุมตนเอง
(กลุ่มทดลองที่ 1)

โปรแกรมการควบคุมตนเอง

ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนที่ได้รับการทดลองได้ทราบจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมตลอดจนปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง 3. เพื่อให้นักเรียนทราบความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนและความสำคัญของการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 4. เพื่อเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะได้รับการใช้วิธีการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้นักเรียนที่เข้ารับการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 1 จำนวน 8 คน แนะนำตนเอง เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน 2. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนที่ได้รับการทดลอง ทราบจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนที่ได้รับการทดลองทราบความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน และความสำคัญของการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 4. ผู้วิจัยกล่าวถึงขั้นตอนในการดำเนินการทดลองดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือการไม่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ตลอดเวลาเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ยังมีครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ดังนี้ 1.1 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ยังมีครูทำการสอน ได้แก่ คุยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ยังมีครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาต และแกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกาย	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนสำหรับนักเรียน 2. แบบสำรวจตัวเสริมแรง

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			1.2 พฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ได้แก่ ค่อยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติโดยไม่ได้รับอนุญาต แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกายและยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้ หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาต ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสำรวจตัวเสริมแรง ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ทราบถึงพฤติกรรมที่จะสังเกต ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยแจกแบบบันทึกการสังเกตให้นักเรียนแล้ว เพื่อฝึกสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของตนเอง ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยให้นักเรียนนำผลการบันทึกพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของตนเองมาส่งผู้วิจัย เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของการสังเกตของนักเรียนกับผู้วิจัยซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต ตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น จึงจะได้รับตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขการเสริมแรง ขั้นที่ 6 ผู้วิจัยแจ้งเงื่อนไขการเสริมแรงให้นักเรียนทราบ นั่นคือ นักเรียนแต่ละคนจะได้รับตัวเสริมแรงตามที่ได้เลือกไว้คือ โดยถ้านักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนเลย นักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่นักเรียนเลือกไว้ลำดับที่ 1 แต่ถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนจำนวน 1 ครั้ง นักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			นักเรียนเลือกไว้ลำดับที่ 2 และถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนจำนวน 2 ครั้ง นักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่นักเรียนเลือกไว้ลำดับที่ 3 ตามลำดับ แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากแบบบันทึกของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย เป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง ขั้นที่ 7 ผู้วิจัยนัดวันและเวลาที่จะทำการทดลอง	
2-3	พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดพฤติกรรมคุยกับเพื่อนและหยอกล้อกับเพื่อน	เพื่อศึกษาผลของการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอนว่าพฤติกรรมคุยและเล่นกับเพื่อนและหยอกล้อกับเพื่อนลดลงหรือไม่	ตั้งแต่ครั้งที่ 2-11 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทุกครั้งเป็นขั้นตอน ดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การไม่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง โดยให้นักเรียนแต่ละคนตอบแบบสำรวจตัวเสริมแรง เพื่อใช้แลกเปลี่ยนในการให้ตัวเสริมแรงเมื่อนักเรียนปฏิบัติตามเงื่อนไข	
4-5	พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูทำการสอนโดย	เพื่อศึกษาผลของการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอนว่าพฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาตลดลงหรือไม่	ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยให้นักเรียนสังเกต และบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเองในช่วงโมงภาษาอังกฤษในสภาพการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนไปพร้อมกับนักเรียน โดยนั่งในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
	ไม่ได้รับอนุญาต	ไม่	ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมตนเองจากแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียน	
6-7	พฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดพฤติกรรมแกล้งเพื่อน ดี ศี ร ษ ะ ดี แชนหรือส่วนอื่นๆของร่างกาย	เพื่อศึกษาผลของการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอนว่า พฤติกรรมแกล้งเพื่อน ดี ศี ร ษ ะ ดี แชน หรือส่วนอื่นๆ ของร่างกายลดลงหรือไม่	ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยหาความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียน จากแบบบันทึกพฤติกรรมที่นักเรียนเป็นผู้บันทึก และผู้วิจัยเป็นผู้บันทึก โดยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนและผู้วิจัยจะต้องได้ตรงกัน ซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น นักเรียนแต่ละคนจึงจะได้รับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้ในขั้นที่ 2 แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากแบบบันทึกของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง	
8-9	พฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติเพื่อลดพฤติกรรมคุยกับเพื่อน และหยอกล้อกับเพื่อน	เพื่อศึกษาผลของการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติว่า พฤติกรรมคุยกับเพื่อน และหยอกล้อกับเพื่อนลดลงหรือไม่		

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
		ของนักเรียน ตลอด จนให้นักเรียนมี พฤติกรรมที่เหมาะสม 3. เพื่อให้นักเรียน สามารถนำวิธี การฝึกการใช้การ ควบคุมตนเองไป ใช้ในชีวิตประจำวัน ได้		

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งจะใช้เวลา 50 นาที



โปรแกรมการควบคุมตนเอง ครั้งที่ 1

หัวข้อ	ปฐมนิเทศ
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนที่ได้รับการทดลอง ทราบจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรม ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง 3. เพื่อให้ให้นักเรียนทราบความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนและความสำคัญของการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 4. เพื่อเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะได้รับการใช้วิธีการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนวิชาภาษาอังกฤษ 2. แบบสำรวจตัวเสริมแรง
วิธีดำเนินการทดลอง	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้นักเรียนที่เข้ารับการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 1 จำนวน 8 คน แนะนำตนเองเพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน 2. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนที่เข้าร่วมการทดลองทราบจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทราบความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนและความสำคัญของการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 4. ผู้วิจัยกล่าวถึงขั้นตอนในการดำเนินการทดลอง ดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การไม่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ทั้งในขณะที่ครูทำการสอน และในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ดังนี้ 1.1 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอน ได้แก่ คุยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาต และแกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกาย 1.2 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ได้แก่ คุยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติโดยไม่ได้รับอนุญาต แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกายและยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้ หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาต

ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสำรวจตัวเสริมแรง

ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ทราบถึงพฤติกรรมที่จะสังเกต

ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยแจกแบบบันทึกการสังเกตให้นักเรียนเพื่อฝึกวิธีสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง

ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยให้นักเรียนนำผลการบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเองมาส่งผู้วิจัย เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของการสังเกตของนักเรียนกับผู้วิจัย ซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น จึงจะได้รับตัวเสริมแรงตามเงื่อนไขการเสริมแรง

ขั้นที่ 6 ผู้วิจัยแจ้งเงื่อนไขการเสริมแรงให้นักเรียนทราบ นั่นคือ นักเรียนแต่ละคนจะได้รับตัวเสริมแรงตามที่ได้เลือกไว้ โดยถ้านักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนเลย นักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่นักเรียนเลือกไว้ลำดับที่ 1 แต่ถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนจำนวน 1 ครั้ง นักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่นักเรียนเลือกไว้ในลำดับที่ 2 และถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนจำนวน 2 ครั้งนักเรียนก็จะได้รับตัวเสริมแรงที่นักเรียนเลือกไว้ในลำดับที่ 3 ตามลำดับ แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากแบบบันทึกของผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยเป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง

ขั้นที่ 7 ผู้วิจัยนัดวันและเวลาที่จะทำการทดลอง

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจ และความตั้งใจในการฟังปฐมนิเทศ ก่อนการทดลองของนักเรียนที่มีต่อวิธีการใช้การควบคุมตนเอง
2. นักเรียนสามารถบอกวัตถุประสงค์ของวิธีการใช้การควบคุมตนเอง

โปรแกรมการควบคุมตนเอง ครั้งที่ 2 - 3

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดพฤติกรรมคุยกับเพื่อน และหยอกล้อกับเพื่อน
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอน ว่าพฤติกรรมคุยและเล่นกับเพื่อน และหยอกล้อกับเพื่อนลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับนักเรียน 3. แบบบันทึกรายงานการได้รับการเสริมแรง 4. สิ่งของที่ใช้ในการเสริมแรง เช่น สมุด ปากกา ขนม ฯลฯ
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การควบคุมตนเอง เป็นขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การไม่แสดงพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียน ทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง โดยให้นักเรียนแต่ละคนตอบแบบสำรวจตัวเสริมแรง เพื่อใช้แลกเปลี่ยนในการให้ตัวเสริมแรงเมื่อนักเรียนปฏิบัติตามเงื่อนไข ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยให้นักเรียนสังเกต และบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของตนเองในชั่วโมงภาษาอังกฤษ ในสภาพการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนไปพร้อมกับนักเรียน โดยนั่งในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรมแล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมตนเองจากแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียน ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยหาความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียน จากแบบบันทึกพฤติกรรมที่นักเรียนเป็นผู้บันทึก และผู้วิจัยเป็นผู้บันทึก โดยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนและผู้วิจัยจะต้องได้ตรงกัน ซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น นักเรียนแต่ละคนจึงจะได้

รับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้ในชั้นที่ 2 แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์
ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากบันทึกของผู้วิจัย
และผู้ช่วยวิจัยเป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง

การประเมินผล

นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกต
จากการรับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้



โปรแกรมการควบคุมตนเอง

ครั้งที่ 4 - 5

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดพฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาต
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอน ว่าพฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาตลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับนักเรียน 3. แบบบันทึกรายงานการได้รับการเสริมแรง 4. สิ่งของที่ใช้ในการเสริมแรง เช่น สมุด ปากกา ขนม ฯลฯ
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การควบคุมตนเอง เป็นขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การไม่แสดงพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง โดยให้นักเรียนแต่ละคนตอบแบบสำรวจตัวเสริมแรง เพื่อใช้แลกเปลี่ยนในการให้ตัวเสริมแรงเมื่อนักเรียนปฏิบัติตามเงื่อนไข ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยให้นักเรียนสังเกต และบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของตนเองในช่วงโมงภาษาอังกฤษ ในสภาพการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนไปพร้อมกับนักเรียน โดยนั่งในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมตนเองจากแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียน ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยหาความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียน จากแบบบันทึกพฤติกรรมที่นักเรียนเป็นผู้บันทึก และผู้วิจัยเป็นผู้บันทึก โดยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนและผู้วิจัยจะต้องได้ตรงกัน ซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์

ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น นักเรียนแต่ละคนจึงจะได้รับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้ในขั้นที่ 2 แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากบันทึกของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง

การประเมินผล

นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกตจากการรับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้



โปรแกรมการควบคุมตนเอง ครั้งที่ 6 - 7

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดพฤติกรรมแกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกาย
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอน ว่าพฤติกรรมแกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆของร่างกายลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับนักเรียน 3. แบบบันทึกรายงานการได้รับการเสริมแรง 4. สิ่งของที่ใช้ในการเสริมแรง เช่น สมุด ปากกา ขนม ฯลฯ
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยการใช้การควบคุมตนเอง เป็นขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การไม่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน ทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง โดยให้นักเรียนแต่ละคนตอบแบบสำรวจตัวเสริมแรง เพื่อใช้แลกเปลี่ยนในการให้ตัวเสริมแรงเมื่อนักเรียนปฏิบัติตามเงื่อนไข ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยให้นักเรียนสังเกต และบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเองในช่วงชั่วโมงภาษาอังกฤษ ในสภาพการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนไปพร้อมกับนักเรียน โดยนั่งในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมตนเองจากแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยหาความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน จากแบบบันทึกพฤติกรรมที่นักเรียนเป็นผู้บันทึก และผู้วิจัยเป็นผู้บันทึก โดยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนและผู้วิจัยจะต้องได้ตรงกัน ซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น นักเรียนแต่ละคนจึงจะได้

รับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้ในขั้นที่ 2 แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์
ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากบันทึกของผู้วิจัย
และ ผู้ช่วยวิจัยเป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง

การประเมินผล

นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกต
จากการรับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้



โปรแกรมการควบคุมตนเอง

ครั้งที่ 8 - 9

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ เพื่อลดพฤติกรรมคุยกับเพื่อน และหยอกล้อกับเพื่อน
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ว่าพฤติกรรมคุยกับเพื่อน และหยอกล้อกับเพื่อนลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับนักเรียน 3. แบบบันทึกรายงานการได้รับการเสริมแรง 4. สิ่งของที่ใช้ในการเสริมแรง เช่น สมุด ปากกา ขนม ฯลฯ
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การควบคุมตนเอง เป็นขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การไม่แสดงพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน ทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง โดยให้นักเรียนแต่ละคนตอบแบบสำรวจตัวเสริมแรง เพื่อใช้แลกเปลี่ยนในการให้ตัวเสริมแรงเมื่อนักเรียนปฏิบัติตามเงื่อนไข ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยให้นักเรียนสังเกต และบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของตนเองในชั่วโมงภาษาอังกฤษ ในสภาพการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนไปพร้อมกับนักเรียน โดยนั่งในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมตนเองจากแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยหาความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียน จากแบบบันทึกพฤติกรรมที่นักเรียนเป็นผู้บันทึก และผู้วิจัยเป็นผู้บันทึก โดยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนและผู้วิจัยจะต้องได้ตรงกัน ซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น นักเรียนแต่ละคนจึงจะได้

รับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้ในชั้นที่ 2 แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์
ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากบันทึกของผู้วิจัย
และ ผู้ช่วยวิจัยเป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง

การประเมินผล

นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกต
จากการรับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้



โปรแกรมการควบคุมตนเอง ครั้งที่ 10 - 11

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ เพื่อลดพฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ โดยไม่ได้รับอนุญาต แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย และยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาต
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ว่าพฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ โดยไม่ได้รับอนุญาต แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย และยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาตลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับนักเรียน 3. แบบบันทึกรายงานการได้รับการเสริมแรง 4. สิ่งของที่ใช้ในการเสริมแรง เช่น สมุด ปากกา ขนม ฯลฯ
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การควบคุมตนเอง เป็นขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยและนักเรียนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย คือ การไม่แสดงพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน ทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเงื่อนไขการเสริมแรง โดยให้นักเรียนแต่ละคนตอบแบบสำรวจตัวเสริมแรง เพื่อใช้แลกเปลี่ยนในการให้ตัวเสริมแรงเมื่อนักเรียนปฏิบัติตามเงื่อนไข ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยให้นักเรียนสังเกต และบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของตนเองในชั่วโมงภาษาอังกฤษ ในสภาพการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าไปสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนไปพร้อมกับนักเรียน โดยนั่งในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินพฤติกรรมตนเองจากแบบบันทึกพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน

ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยหาความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน จากแบบบันทึกพฤติกรรมที่นักเรียนเป็นผู้บันทึก และผู้วิจัยเป็นผู้บันทึก โดยค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนและผู้วิจัยจะต้องได้ตรงกัน ซึ่งจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น นักเรียนแต่ละคนจึงจะได้รับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้ ในขั้นที่ 2 แต่ถ้าค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ค่าไม่ถึง .80 ให้ใช้คะแนนจากบันทึกของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเป็นเกณฑ์ในการได้รับตัวเสริมแรง

การประเมินผล

นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกตจากการรับตัวเสริมแรงตามที่นักเรียนเลือกไว้



โปรแกรมการควบคุมตนเอง ครั้งที่ 12

หัวข้อ	ปัจฉิมนิเทศ
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อทบทวนและสรุปวิธีการฝึกการใช้การควบคุมตนเองของนักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงผลที่เกิดขึ้นกับตนเองภายหลังจากการได้รับการฝึกการใช้การควบคุมตนเอง เพื่อลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียน ตลอดจนให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสม 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการฝึกการใช้การควบคุมตนเองไปใช้ในชีวิตประจำวันได้
วิธีดำเนินการทดลอง	1. ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองได้ซักถามข้อสงสัยต่างๆ และกล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมการทดลอง หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงกล่าวสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณคุณครูผู้ร่วมการทดลอง ผู้ช่วยวิจัย และขอขอบคุณนักเรียนผู้ร่วมการทดลองทุกคนที่ให้ความร่วมมือ และกล่าวปิดการทดลอง



โปรแกรมการปรับสินไหม

ใช้กับกลุ่มการทดลองที่ 2

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนที่ได้รับการทดลองได้ทราบจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมตลอดจนปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง 3. เพื่อให้นักเรียนทราบความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนและความสำคัญของการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 4. เพื่อเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะได้รับการใช้วิธีการปรับสินไหมเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้นักเรียนที่เข้ารับการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 2 จำนวน 8 คนแนะนำตัวเอง เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน 2. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนที่ได้เข้าร่วมการทดลอง ทราบจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนที่ได้รับการทดลอง ทราบความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน และความสำคัญของการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 4. ผู้วิจัยกล่าวถึงขั้นตอนในการดำเนินการทดลองดังนี้ ขั้นที่ 1 ก่อนการทดลองผู้วิจัยกำหนดให้นักเรียนทุกคนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ มีคะแนนความประพฤติ 50 คะแนน เท่ากันทุกคน โดยผู้วิจัยมีข้อตกลงกับนักเรียนทุกคนว่า เมื่อใดที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ นักเรียนจะถูกหักคะแนนครั้งละ 1 คะแนน โดยมีพฤติกรรมดังนี้ 1.1 พฤติกรรมก่อนใน	1. แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
		ของนักเรียน	ชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอน ได้แก่ ค่อยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาต และแกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย 1.2 พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ได้แก่ ค่อยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติโดยไม่ได้รับอนุญาต แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย และยืนขึ้นลุกจากเก้าอี้ หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาต ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันตกลงเกณฑ์การปรับสินไหมโดยนักเรียนจะถูกหักคะแนนทุกครั้งที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษครั้งละ 1 คะแนน และคะแนนที่เหลือจะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบวิชาภาษาอังกฤษตอนปลายภาคเรียน ขั้นที่ 3 เมื่อสิ้นสุดการทดลองในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะรายงานผลของการปรับสินไหมให้นักเรียนทราบเป็นรายบุคคลหลังเลิกเรียนในวันที่ทำการทดลองทุกครั้ง ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยนัดวันและเวลาที่จะทำการทดลอง	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
2-3	พฤติกรรม ก่อนลงใน ชั้นเรียนใน ขณะที่ครู ทำการสอน เพื่อลด พฤติกรรม คุยกับเพื่อน และหยอกล้อ กับเพื่อน	เพื่อศึกษาผลของ การปรับเปลี่ยน เพื่อลดพฤติกรรม ก่อนลงในชั้นเรียน ของนักเรียน ใน ขณะที่ครูทำ การสอนว่า พฤติกรรมคุยและ เล่นกับเพื่อนและ หยอกล้อกับเพื่อน ลดลงหรือไม่	ตั้งแต่ครั้งที่ 2-11 ผู้วิจัยดำเนินการ ทดลองทุกครั้ง ดังนี้ 1. ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าเรียนในวิชา ภาษาอังกฤษโดยจัดการเรียน การสอนปกติโดยผู้วิจัยกำหนดให้ นักเรียนทุกคนในชั้นเรียน วิชา ภาษาอังกฤษมีคะแนนความ ประพจน์ 50 คะแนนเท่ากันทุกคน 2. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและ บันทึกพฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียน ของนักเรียนทั้งในขณะที่ครูทำ การสอนและในขณะที่ครูมอบหมาย งานให้ปฏิบัติ ตามวันและเวลาที่ได้ ตกลงกันไว้ โดยนั่งอยู่ในตำแหน่งที่ เห็นพฤติกรรมของนักเรียนและ ได้ยินการพูดของนักเรียนอย่าง ชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียน การสอนและไม่ให้ความสนใจแก่นัก เรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบ บันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึก พฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนของ นักเรียนแต่ละคนไว้ 3. เมื่อสิ้นสุดเวลาการสังเกตแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยตรวจสอบความ สอดคล้องของการสังเกตของผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยให้ตรงกันโดยจะต้อง ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง ของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไป เท่านั้น ผู้วิจัยจึงจะใช้การปรับ เปลี่ยนแก่นักเรียนตามเกณฑ์ที่ กำหนด โดยผู้วิจัยจะหักคะแนน ความประพจน์ของนักเรียนที่แสดง พฤติกรรมก่อนลงในชั้นเรียนครั้งละ 1 คะแนน	1. แบบบันทึก พฤติกรรม ก่อนลงใน ชั้นเรียนสำหรับ ผู้วิจัยและผู้ช่วย วิจัย 2. แบบบันทึก รายงานการ หักคะแนนของ นักเรียน
4-5	พฤติกรรม ก่อนลงใน ชั้นเรียนใน ขณะที่ครู ทำการสอน เพื่อลด พฤติกรรม ส่งเสียงดัง หรือพูดเสียง ดังสอดแทรก ในขณะที่ครู ทำการสอน โดยไม่ได้รับ อนุญาต	เพื่อศึกษาผลของ การปรับเปลี่ยน เพื่อลดพฤติกรรม ก่อนลงในชั้นเรียน ของนักเรียนใน ขณะที่ครูทำ การสอนว่า พฤติกรรมส่งเสียง ดังหรือพูดเสียงดัง สอดแทรกในขณะที่ ครูทำการสอนโดย ไม่ได้รับอนุญาต ลดลงหรือไม่		

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
6-7	พฤติกรรม ก่อนลงใน ชั้นเรียนใน ขณะที่ครูทำ การสอนเพื่อ ลดพฤติกรรม แกล้งเพื่อน ดี ศี ร ษ ะ ดี แ ข น หรือ ส่วนอื่นๆของ ร่างกาย	เพื่อศึกษาผลของ การปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรม ก่อนลงในชั้นเรียน ของนักเรียนใน ขณะที่ครูทำการ สอนว่าพฤติกรรม แกล้งเพื่อน ดี ศี ร ษ ะ ดี แ ข น หรือ ส่วนอื่นๆของ ร่างกายลดลง หรือไม่	4. ผู้วิจัยจะแจ้งผลของการ ปรับสินไหมให้นักเรียนทราบเป็น รายบุคคลในแต่ละครั้งหลังเลิกเรียน ในวันที่ทำการทดลองทุกครั้ง ว่าเหลือคะแนนคนละเท่าไร เพื่อ จะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบ วิชาภาษาอังกฤษตอนปลาย ภาคเรียน	
8-9	พฤติกรรม ก่อนลงใน ชั้นเรียนใน ขณะที่ครู มอบหมาย งานให้ปฏิบัติ เพื่อลด พฤติกรรม คุยกับเพื่อน และหยอกล้อ กับเพื่อน	เพื่อศึกษาผลของ การปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรม ก่อนลงในชั้นเรียน ของนักเรียนใน ขณะที่ครูมอบ หมายงานให้ปฏิบัติ ว่า พฤติกรรม คุยกับเพื่อนและ หยอกล้อกับเพื่อน ลดลงหรือไม่		
10-11	พฤติกรรม ก่อนลงใน ชั้นเรียน ในขณะที่ครู มอบหมาย งานให้ปฏิบัติ เพื่อลด พฤติกรรมส่ง เสียงดังหรือ พูดเสียง	เพื่อศึกษาผลของ การปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรม ก่อนลงในชั้นเรียน ของนักเรียนใน ขณะที่ครูมอบ หมายงานให้ปฏิบัติ ว่า พฤติกรรมส่ง เสียงดังหรือ พูดเสียงดัง		

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
	ดั่งสอดแทรก ในขณะที่ครู มอบหมาย งานให้ปฏิบัติ โดยไม่ได้รับ อนุญาต แก่งเพื่อน ดี ศี ร ษ ะ ดี แ ข น หรือ ส่วนอื่นๆ ของ ร่างกาย และยื่นขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือ เดินไปมาโดยไม่ได้รับ อนุญาต	สอดแทรกในขณะที่ ครูมอบหมายงาน ให้ปฏิบัติโดยไม่ได้รับ อนุญาต แก่งเพื่อน ดี ศี ร ษ ะ ดี แ ข น หรือ ส่วนอื่นๆ ของ ร่างกาย และยื่นขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือ เดินไปมาโดยไม่ได้รับ อนุญาตลดลง หรือไม่		
12	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อทบทวนและ สรุปวิธีการใช้การ ปรับสินไหมให้แก่ นักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียน ได้ทราบถึงผลที่ เกิดขึ้นกับตนเอง ภายหลังจากการ ได้รับการใช้การ ปรับสินไหมเพื่อลด พฤติกรรมก่อกรวน ในชั้นเรียนของ นักเรียน 3. เพื่อให้นักเรียน ส า ม า ร ถ มี พ ฤ ตี ก ร ร ม ที่ เหมาะสมตลอดจน ได้รับประโยชน์และ	1. ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองได้ ซักถามข้อสงสัยต่างๆ และกล่าวถึง ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วม การทดลอง หลังจากนั้น ผู้วิจัย จึงกล่าวสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณคุณครู ผู้ร่วมการทดลอง ผู้ช่วยวิจัยและ ชอบใจนักเรียนผู้ร่วมการทดลอง ทุกคนที่ให้ความร่วมมือและ กล่าวปิดการทดลอง	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
		ความรู้จากการได้ รับการปรับสินไหม		

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งจะใช้เวลา 50 นาที



โปรแกรมการปรับสัณใหม่ ครั้งที่ 1

หัวข้อ	ปฐมนิเทศ
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนที่ได้รับการทดลองได้ทราบจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมตลอดจนปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง 3. เพื่อให้ให้นักเรียนทราบความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน และความสำคัญของการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 4. เพื่อเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะได้รับการใช้วิธีการปรับสัณใหม่เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน
วิธีดำเนินการทดลอง	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้นักเรียนที่เข้ารับการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 2 จำนวน 8 คน แนะนำตนเองเพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน 2. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนที่เข้าร่วมการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 2 ทราบจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรม เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของตนเอง 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนที่ได้รับการทดลองทราบความหมายของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน และความสำคัญของการลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน 4. ผู้วิจัยกล่าวถึงขั้นตอนในการดำเนินการทดลอง ดังนี้ ขั้นที่ 1 ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยกำหนดให้นักเรียนทุกคนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ มีคะแนนความประพฤติ 50 คะแนน เท่ากันทุกคน โดยผู้วิจัยมีข้อตกลงกับนักเรียนทุกคนว่า เมื่อใดที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ นักเรียนจะถูกหักคะแนนครั้งละ 1 คะแนน โดยมีพฤติกรรม ดังนี้ 1.1 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอน ได้แก่ คุยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาต และแกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย 1.2 พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ ได้แก่ คุยกับเพื่อน หยอกล้อกับเพื่อน ส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติโดยไม่ได้รับอนุญาต แกล้งเพื่อน

ดีศีรษะ ดีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย และยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้ หรือเดินไปมา โดยไม่ได้รับอนุญาต

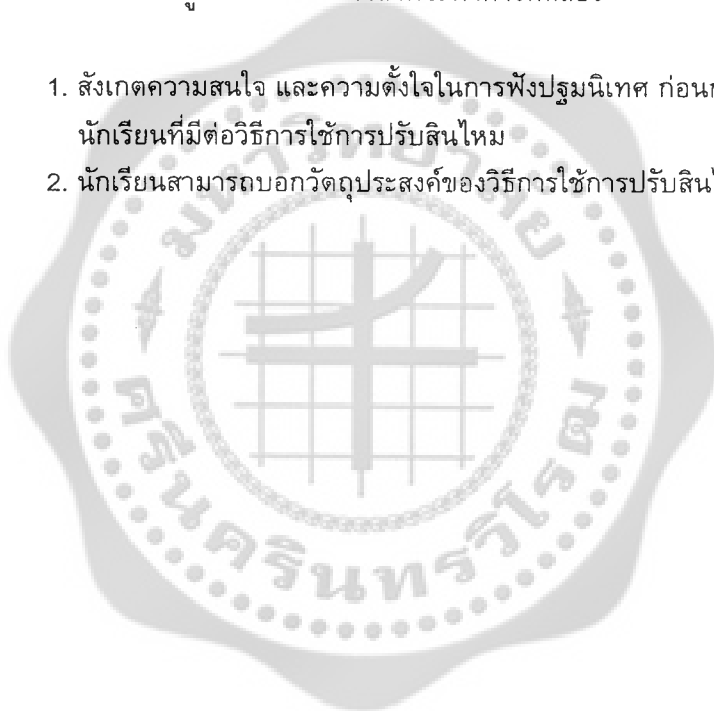
ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันตกลงเกณฑ์การปรับสินไหม โดยนักเรียนจะถูกหักคะแนนทุกครั้งที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ครั้งละ 1 คะแนน และคะแนนที่เหลือจะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบวิชาภาษาอังกฤษตอนปลายภาคเรียน

ขั้นที่ 3 เมื่อสิ้นสุดการทดลองในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะรายงานผลของการปรับสินไหมให้นักเรียนทราบเป็นรายบุคคลหลังเลิกเรียนในวันที่ทำการทดลองทุกครั้ง

ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยนัดวันและเวลาที่จะทำการทดลอง

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจ และความตั้งใจในการฟังปฐมนิเทศ ก่อนการทดลองของนักเรียนที่มีต่อวิธีการใช้การปรับสินไหม
2. นักเรียนสามารถบอกวัตถุประสงค์ของวิธีการใช้การปรับสินไหม



โปรแกรมการปรับสินไหม ครั้งที่ 2 - 3

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดพฤติกรรมคุยกับเพื่อน และหยอกล้อกับเพื่อน
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอนว่า พฤติกรรมคุยกับเพื่อน และหยอกล้อกับเพื่อนลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การปรับสินไหม เป็นขั้นตอน ดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าเรียนในวิชาภาษาอังกฤษโดยการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยผู้วิจัยกำหนดให้นักเรียนทุกคนในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษมีคะแนนความประพฤติ 50 คะแนนเท่ากันทุกคน ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติตามวันและเวลาที่ได้นัดตกลงกันไว้ โดยนั่งอยู่ในตำแหน่งที่เห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอนและไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรมแล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 3 เมื่อสิ้นสุดเวลาการสังเกตแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยตรวจสอบความสอดคล้องของการสังเกตของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยให้ตรงกัน โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น ผู้วิจัยจึงจะใช้การปรับสินไหมแก่นักเรียนตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยผู้วิจัยจะหักคะแนนความประพฤติของนักเรียนที่แสดงพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนครั้งละ 1 คะแนน ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยจะแจ้งผลของการปรับสินไหมให้นักเรียนทราบเป็นรายบุคคลในแต่ละครั้ง หลังเลิกเรียนในวันที่ทำการทดลองทุกครั้ง ว่าเหลือคะแนนคนละเท่าไร เพื่อจะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบวิชาภาษาอังกฤษตอนปลายภาคเรียน
การประเมินผล	นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกตจากคะแนนที่ถูกหักออกไปหลังการทดลอง

โปรแกรมการปรับสินไหม

ครั้งที่ 4 - 5

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดพฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาต
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอนว่า พฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูทำการสอนโดยไม่ได้รับอนุญาตลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การปรับสินไหม เป็นขั้นตอน ดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าเรียนในวิชาภาษาอังกฤษโดยการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยนักเรียนจะมีคะแนนความประพฤติที่เหลือจากการทดลองครั้งก่อน ซึ่งคะแนนนั้นจะแตกต่างกันในแต่ละคน ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติตามวันและเวลาที่ได้ตกลงกันไว้ โดยนั่งอยู่ในตำแหน่งที่เห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 3 เมื่อสิ้นสุดเวลาการสังเกตแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยตรวจสอบความสอดคล้องของการสังเกตของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยให้ตรงกัน โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น ผู้วิจัยจึงจะใช้การปรับสินไหมแก่นักเรียนตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยผู้วิจัยจะหักคะแนนความประพฤติของนักเรียนที่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนครั้งละ 1 คะแนน ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยจะแจ้งผลของการปรับสินไหมให้นักเรียนทราบเป็นรายบุคคลในแต่ละครั้ง หลังเลิกเรียนในวันที่ทำการทดลองทุกครั้ง ว่าเหลือคะแนนคนละเท่าไร เพื่อจะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบวิชาภาษาอังกฤษตอนปลายภาคเรียน
การประเมินผล	นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกตจากคะแนนที่ถูกหักออกไปหลังการทดลอง

โปรแกรมการปรับสินไหม

ครั้งที่ 6 - 7

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอนเพื่อลดพฤติกรรมแกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกาย
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูทำการสอนว่า พฤติกรรมแกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกายลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การปรับสินไหม เป็นขั้นตอน ดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าเรียนในวิชาภาษาอังกฤษโดยการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยนักเรียนจะมีคะแนนความประพฤติที่เหลือจากการทดลองครั้งก่อน ซึ่งคะแนนนั้นจะแตกต่างกันในแต่ละคน ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติตามวันและเวลาที่ได้ตกลงกันไว้ โดยนั่งอยู่ในตำแหน่งที่เห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 3 เมื่อสิ้นสุดเวลาการสังเกตแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยตรวจสอบความสอดคล้องของการสังเกตของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยให้ตรงกัน โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น ผู้วิจัยจึงจะใช้การปรับสินไหมแก่นักเรียนตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยจะหักคะแนนความประพฤติของนักเรียนที่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนครั้งละ 1 คะแนน ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยจะแจ้งผลของการปรับสินไหมให้นักเรียนทราบเป็นรายบุคคลในแต่ละครั้ง หลังเลิกเรียนในวันที่ทำการทดลองทุกครั้ง ว่าเหลือคะแนนคนละเท่าไร เพื่อจะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบวิชาภาษาอังกฤษตอนปลายภาคเรียน
การประเมินผล	นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกตจากคะแนนที่ถูกหักออกไปหลังการทดลอง

โปรแกรมการปรับสัณใหม่

ครั้งที่ 8 - 9

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ เพื่อลดพฤติกรรมคุยกับเพื่อนและหยอกล้อกับเพื่อน
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การปรับสัณใหม่ เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติว่า พฤติกรรมคุยกับเพื่อนและหยอกล้อกับเพื่อน ลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การปรับสัณใหม่ เป็นขั้นตอน ดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าเรียนในวิชาภาษาอังกฤษโดยการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยนักเรียนจะมีคะแนนความประพฤติที่เหลือจากการทดลองครั้งก่อน ซึ่งคะแนนนั้นจะแตกต่างกันในแต่ละคน ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติตามวันและเวลาที่ได้ตกลงกันไว้ โดยนั่งอยู่ในตำแหน่งที่เห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 3 เมื่อสิ้นสุดเวลาการสังเกตแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยตรวจสอบความสอดคล้องของการสังเกตของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยให้ตรงกัน โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น ผู้วิจัยจึงจะใช้การปรับสัณใหม่แก่นักเรียนตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยจะหักคะแนนความประพฤติของนักเรียนที่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนครั้งละ 1 คะแนน ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยจะแจ้งผลของการปรับสัณใหม่ให้นักเรียนทราบเป็นรายบุคคลในแต่ละครั้ง หลังเลิกเรียนในวันที่ทำการทดลองทุกครั้ง ว่าเหลือคะแนนคนละเท่าไร เพื่อจะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบวิชาภาษาอังกฤษตอนปลายภาคเรียน
การประเมินผล	นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกตจากคะแนนที่ถูกหักออกไปหลังการทดลอง

โปรแกรมการปรับสัณใหม่

ครั้งที่ 10 - 11

หัวข้อ	พฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติ เพื่อลดพฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรก ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติโดยไม่ได้รับอนุญาต แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกายและยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาต
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	เพื่อศึกษาผลของการใช้การปรับสัณใหม่ เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน ในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติว่า พฤติกรรมส่งเสียงดังหรือพูดเสียงดังสอดแทรกในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติโดยไม่ได้รับอนุญาต แกล้งเพื่อน ตีศีรษะ ตีแขนหรือส่วนอื่นๆ ของร่างกายและยืนขึ้น ลุกจากเก้าอี้หรือเดินไปมาโดยไม่ได้รับอนุญาตลดลงหรือไม่
อุปกรณ์	1. แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนสำหรับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2. แบบบันทึกรายงานการหักคะแนนของนักเรียน
วิธีดำเนินการทดลอง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การปรับสัณใหม่ เป็นขั้นตอน ดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าเรียนในวิชาภาษาอังกฤษโดยการจัดการเรียนการสอนปกติ โดยนักเรียนจะมีคะแนนความประพฤติที่เหลือจากการทดลองครั้งก่อน ซึ่งคะแนนนั้นจะแตกต่างกันในแต่ละคน ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนทั้งในขณะที่ครูทำการสอนและในขณะที่ครูมอบหมายงานให้ปฏิบัติตามวันและเวลาที่ได้ตกลงกันไว้ โดยนั่งอยู่ในตำแหน่งที่เห็นพฤติกรรมของนักเรียนและได้ยินการพูดของนักเรียนอย่างชัดเจน โดยไม่รบกวนการเรียนการสอน และไม่ให้ความสนใจแก่นักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้นักเรียนแต่ละคนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรม แล้วจดบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนไว้ ขั้นที่ 3 เมื่อสิ้นสุดเวลาการสังเกตแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยตรวจสอบความสอดคล้องของการสังเกตของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยให้ตรงกัน โดยจะต้องได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไปเท่านั้น ผู้วิจัยจึงจะใช้การปรับสัณใหม่แก่นักเรียนตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยจะหักคะแนนความประพฤติของนักเรียนที่แสดงพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนครั้งละ 1 คะแนน ขั้นที่ 4 ผู้วิจัยจะแจ้งผลของการปรับสัณใหม่ให้นักเรียนทราบเป็นรายบุคคลในแต่ละครั้ง หลังเลิกเรียนในวันที่ทำการทดลองทุกครั้ง ว่าเหลือคะแนนคนละเท่าไร เพื่อจะนำไปรวมกับคะแนนผลการสอบวิชาภาษาอังกฤษตอนปลายภาคเรียน

การประเมินผล

นักเรียนสามารถลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนลงได้ โดยสังเกต
จากคะแนนที่ถูกหักออกไปหลังการทดลอง



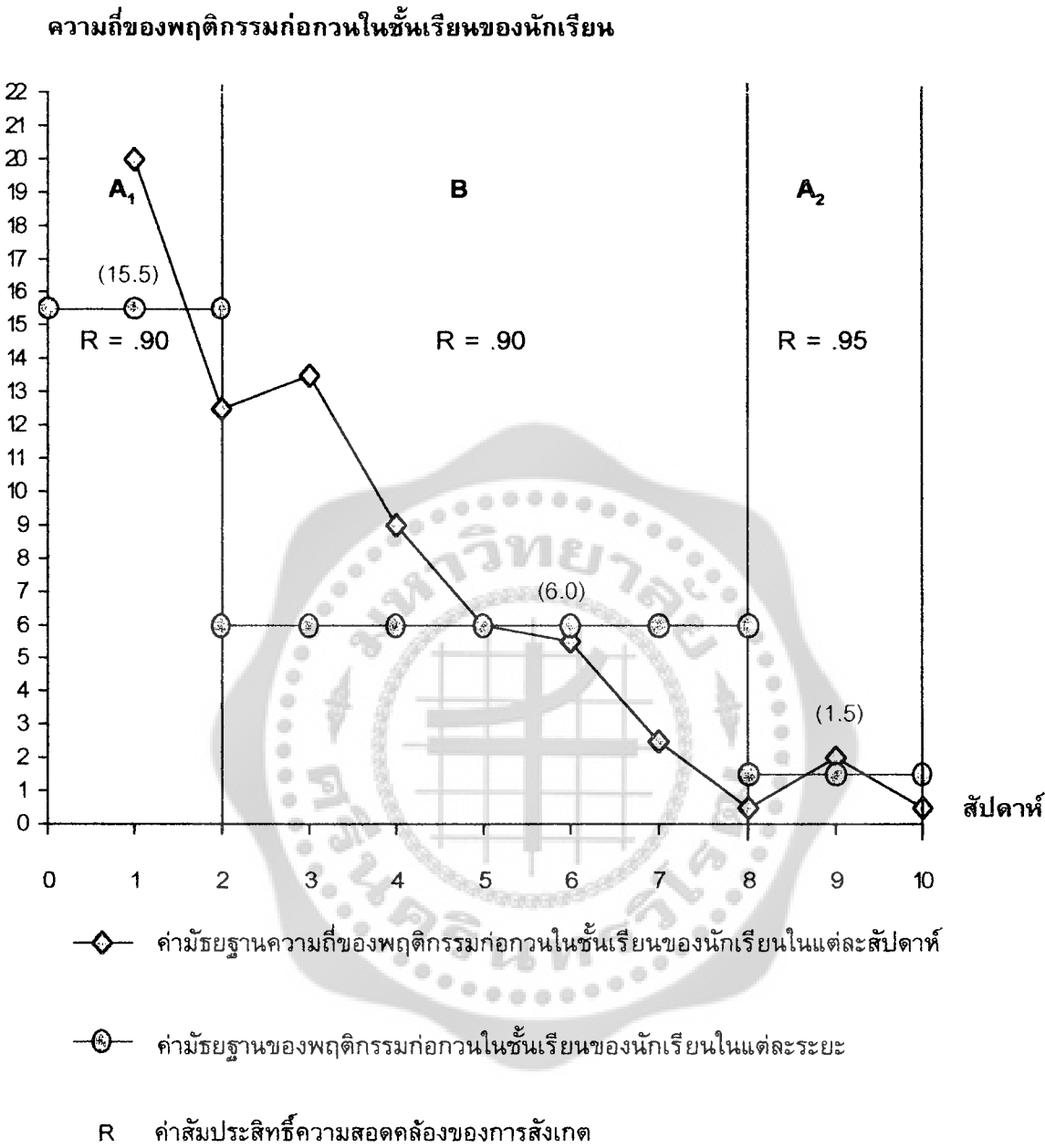
โปรแกรมการปรับสินไหม
ครั้งที่ 12

หัวข้อ	ปัจจัยमित
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อทบทวนและสรุปวิธีการใช้การปรับสินไหมให้นักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงผลที่เกิดขึ้นกับตนเองภายหลังจากการได้รับการปรับสินไหม เพื่อลดพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียนของนักเรียน 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถมีพฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอดจนได้รับประโยชน์และความรู้จากการได้รับการปรับสินไหม
วิธีดำเนินการทดลอง	1. ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองได้ซักถามข้อสงสัยต่างๆ และกล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมการทดลอง หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงกล่าวสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณคุณครูผู้ร่วมการทดลอง ผู้ช่วยวิจัยและขอขอบคุณนักเรียนผู้ร่วมการทดลองทุกคนที่ให้ความร่วมมือ และกล่าวปิดการทดลอง



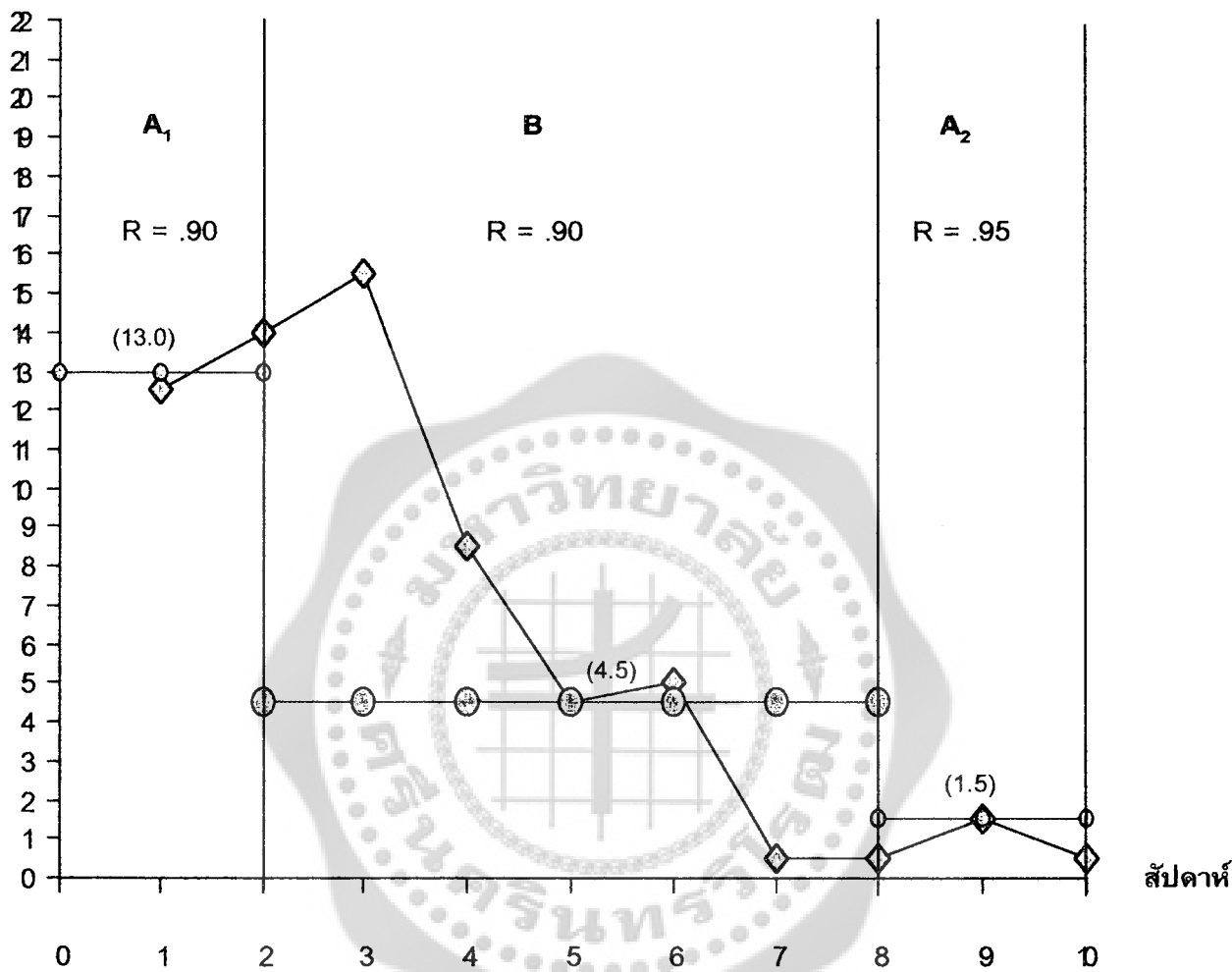
ภาคผนวก ข

1. กราฟแสดงความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคล ตลอด 3 ระยะ ของทั้ง 2 กลุ่มทดลอง
2. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคล ของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ
3. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคล ของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ
4. ตารางแสดงผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนโดยรวมของ นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลอง
5. ตารางแสดงผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนโดยรวมของ นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลอง
6. ตารางแสดงผลการวิเคราะห์ผลต่างของคะแนนพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนโดย รวมของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลัง การทดลอง



ภาพประกอบ 5 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ

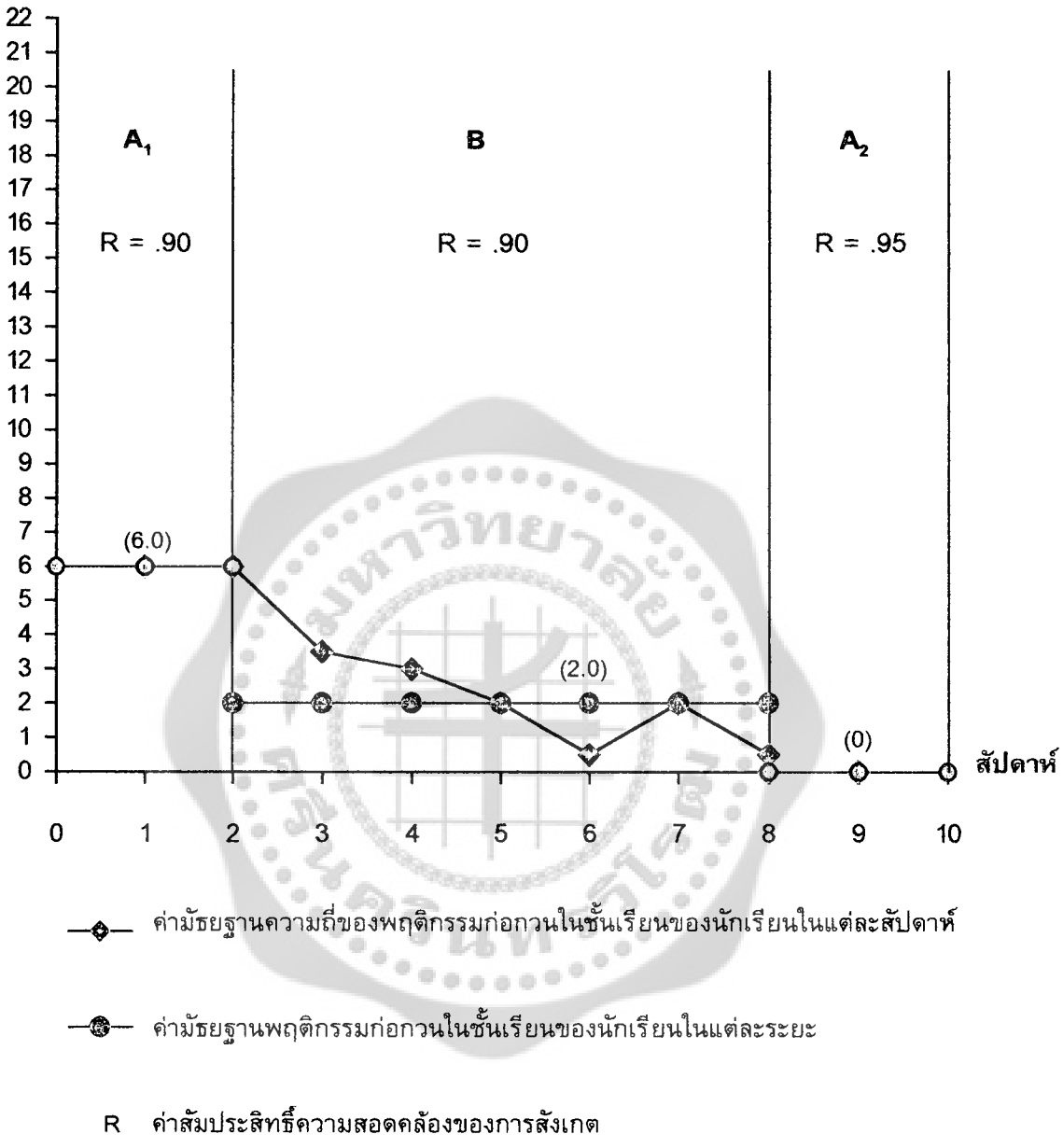
ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



- ◆— ค่ามัธยฐานความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละระยะ
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต

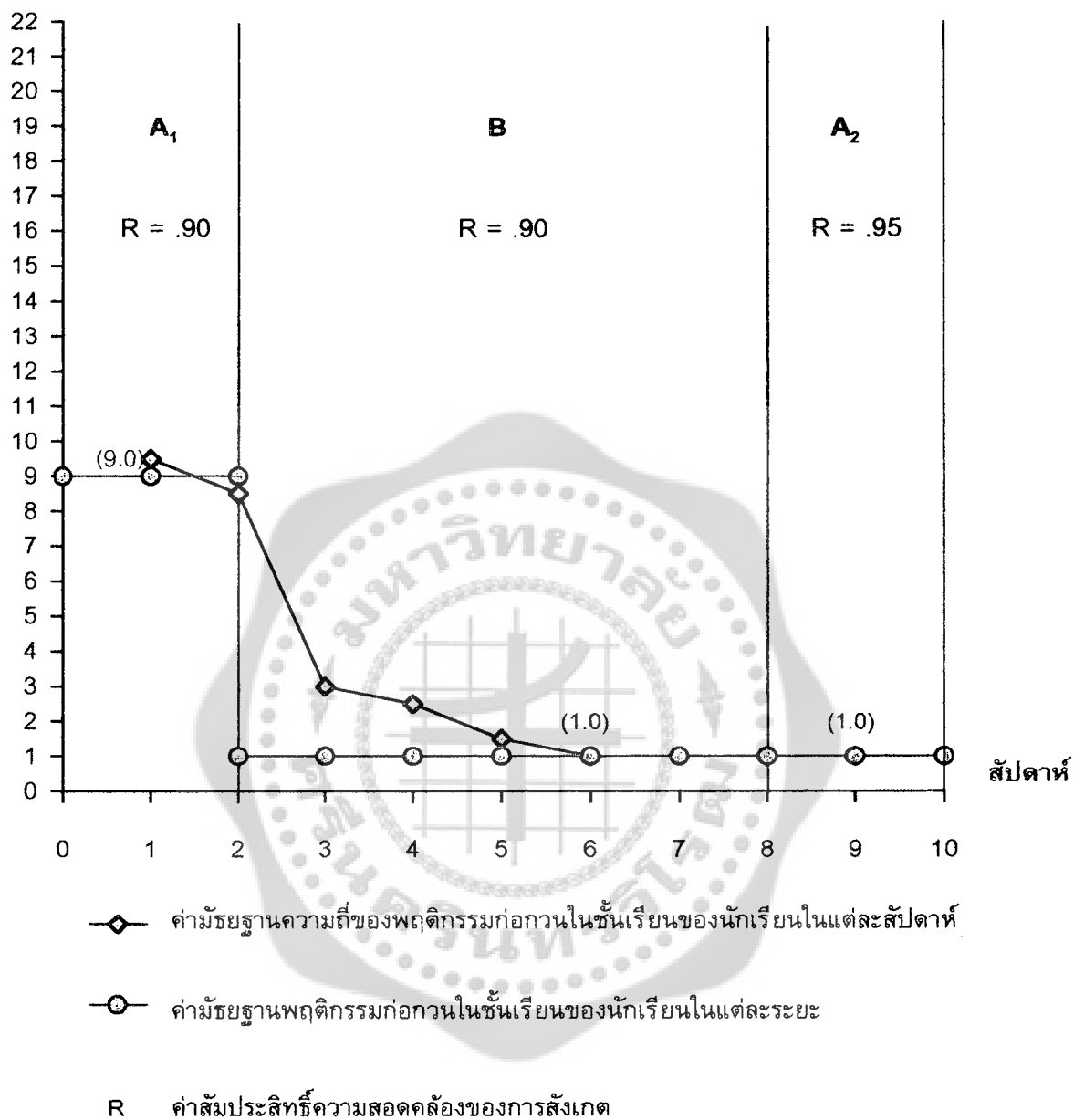
ภาพประกอบ 6 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 2 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



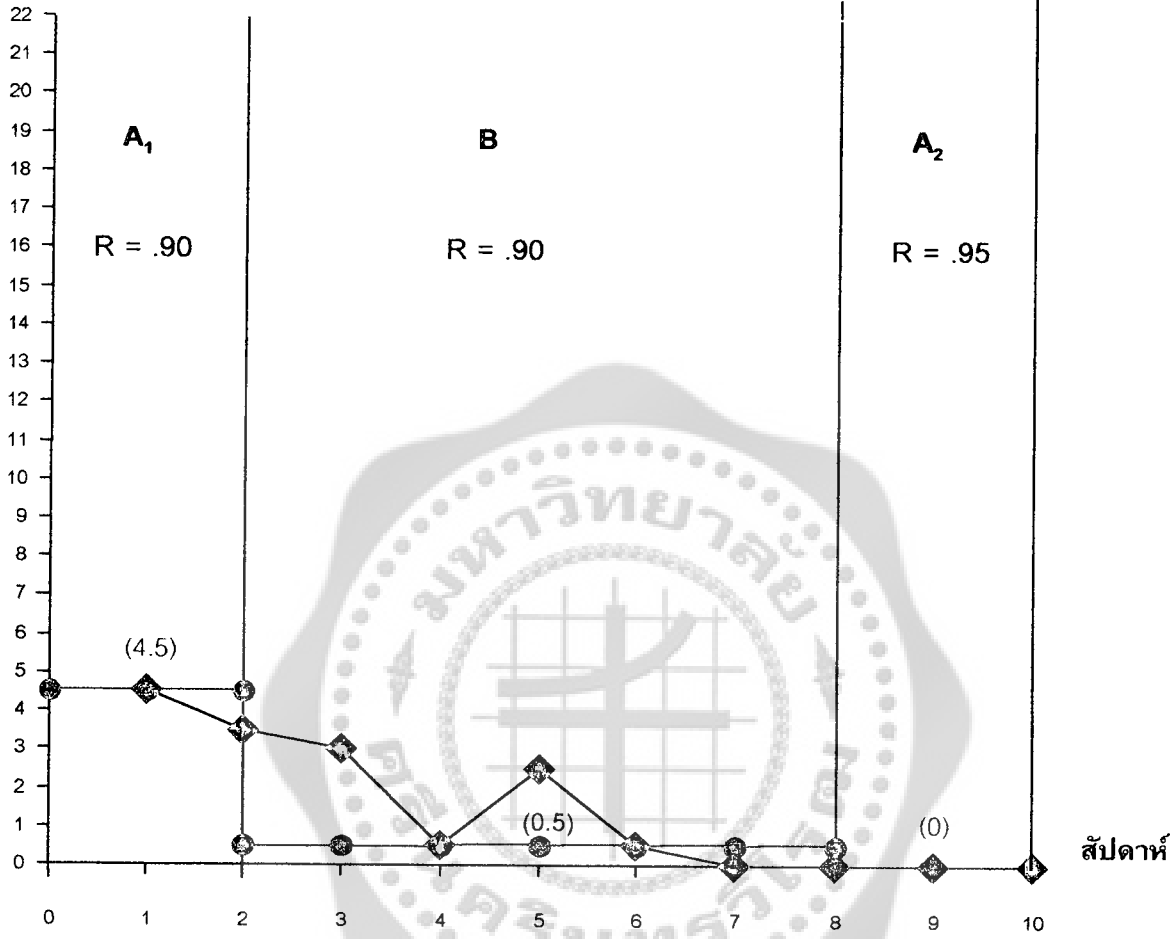
ภาพประกอบ 8 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 4 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



ภาพประกอบ 9 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 5 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



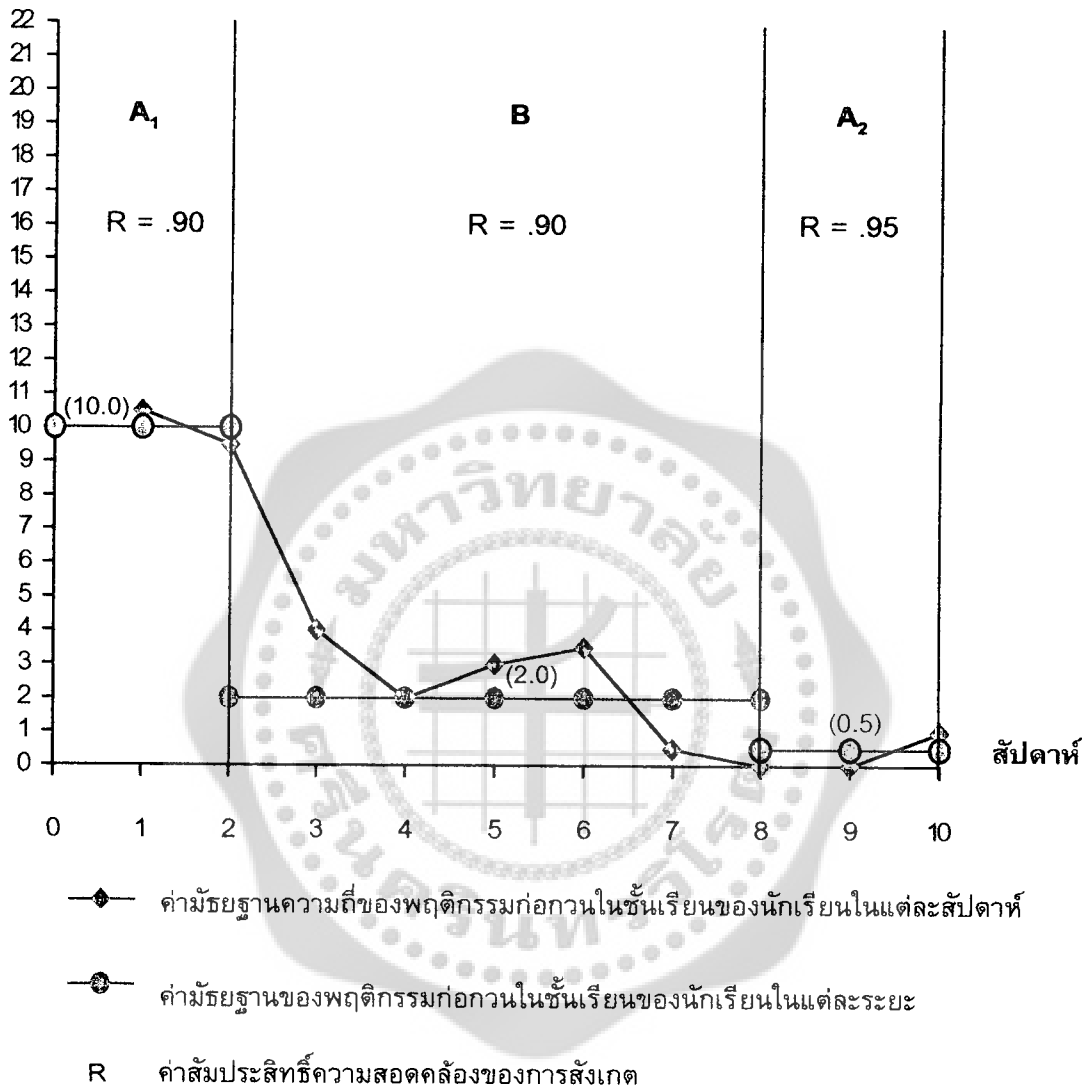
—◆— ค่ามัธยฐานความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละสัปดาห์

—●— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละระยะ

R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต

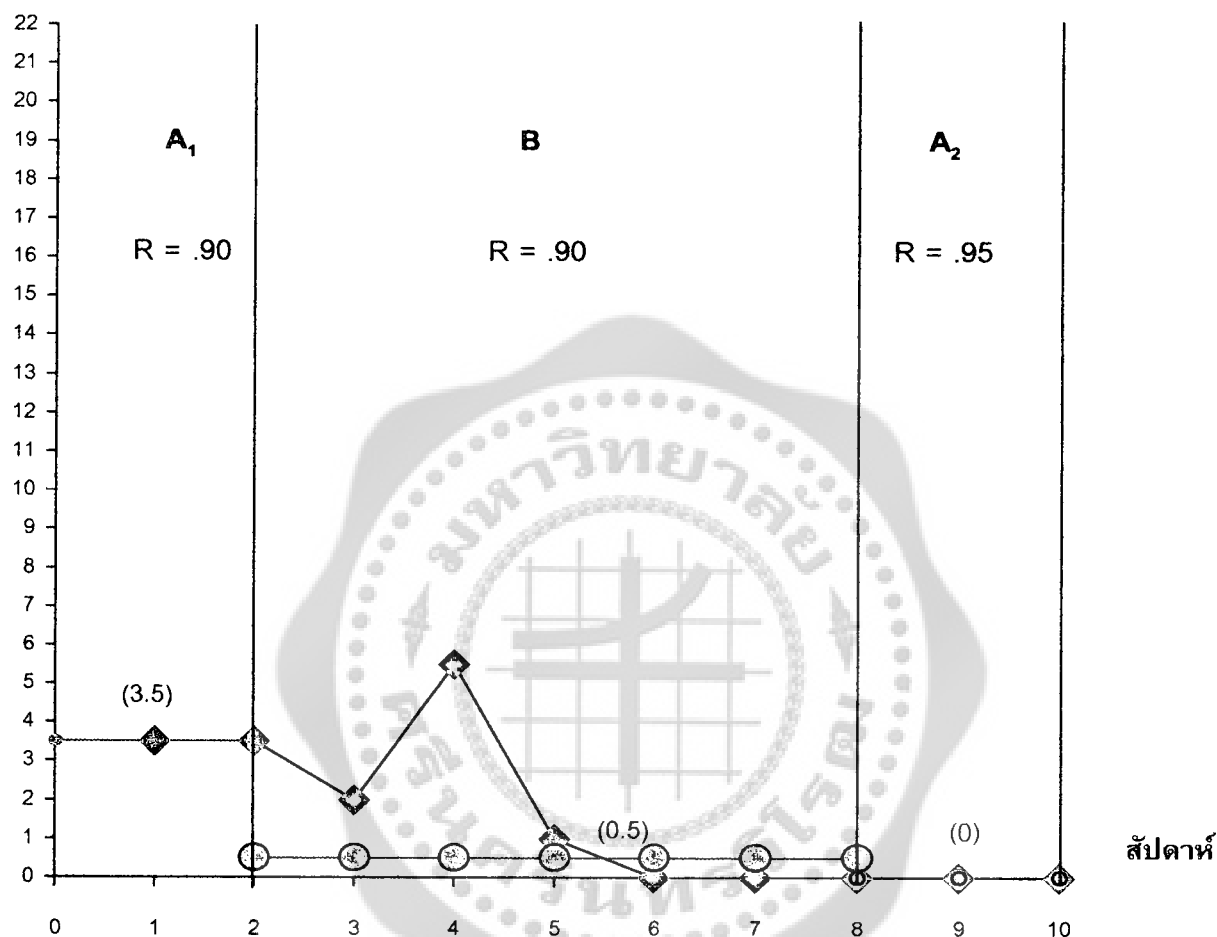
ภาพประกอบ 10 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 6 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



ภาพประกอบ 11 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 7 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



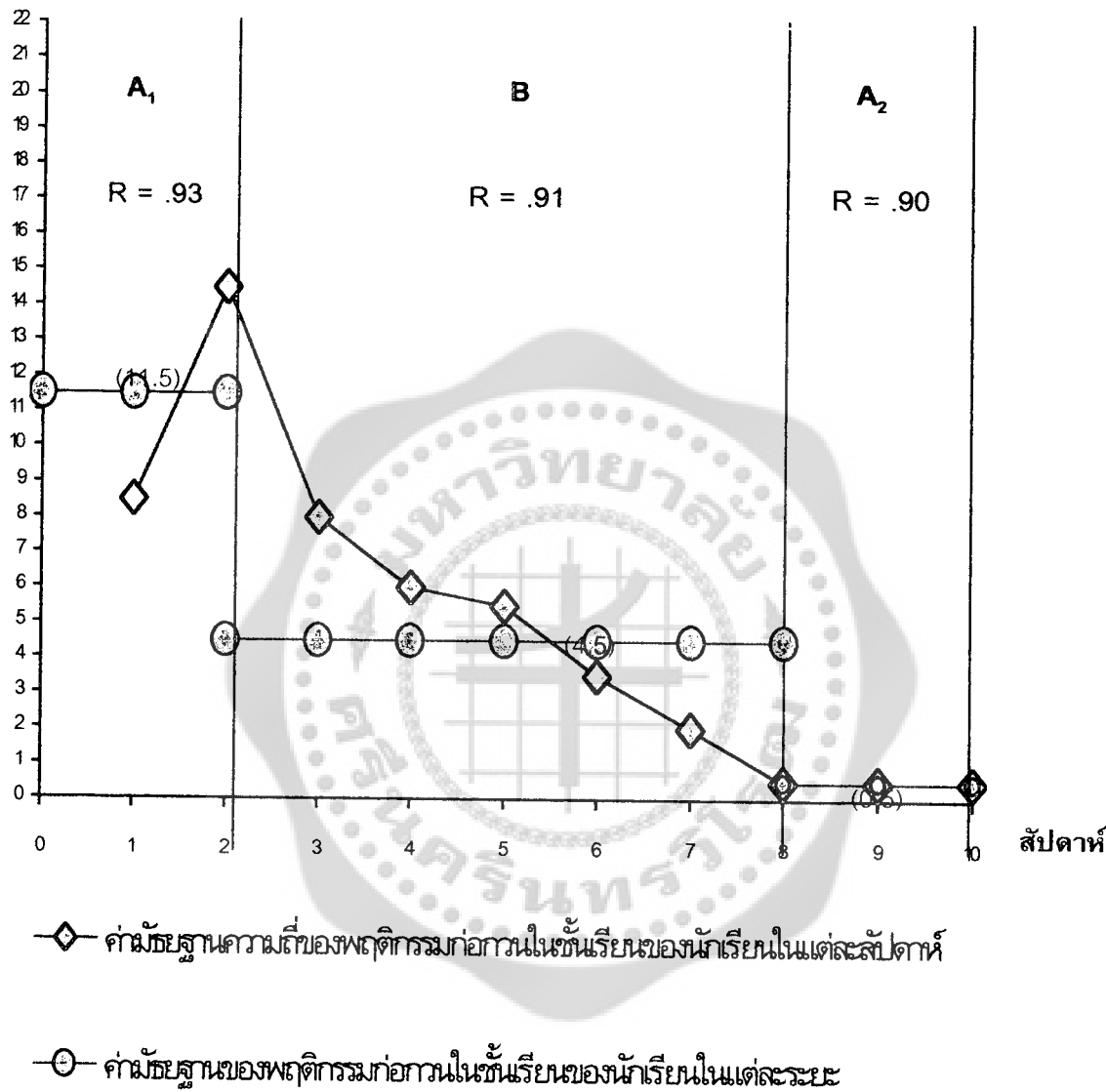
—◆— ค่ามัธยฐานความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละสัปดาห์

—●— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละระยะ

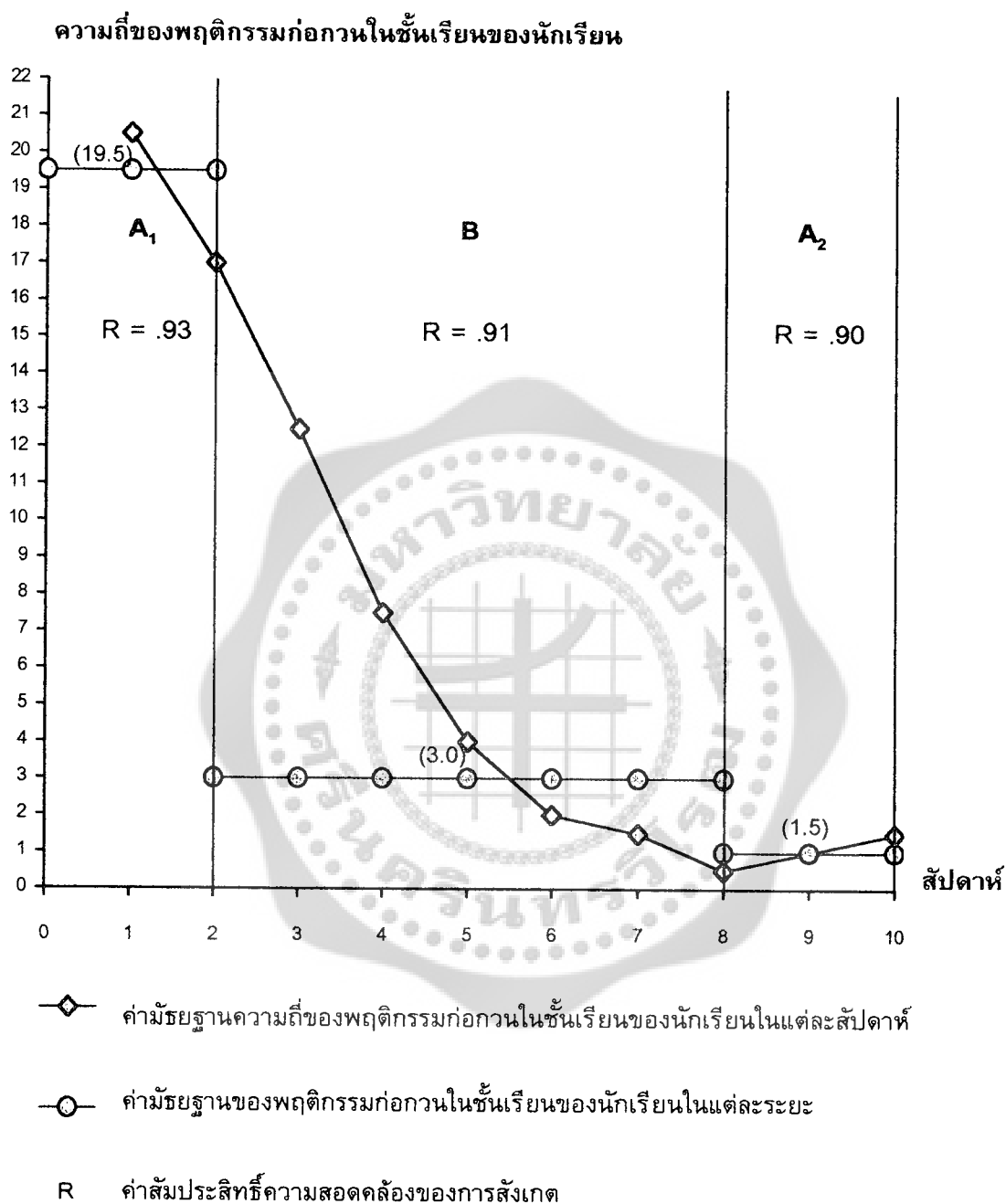
R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต

ภาพประกอบ 12 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 8 กลุ่มทดลองที่ 1 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน

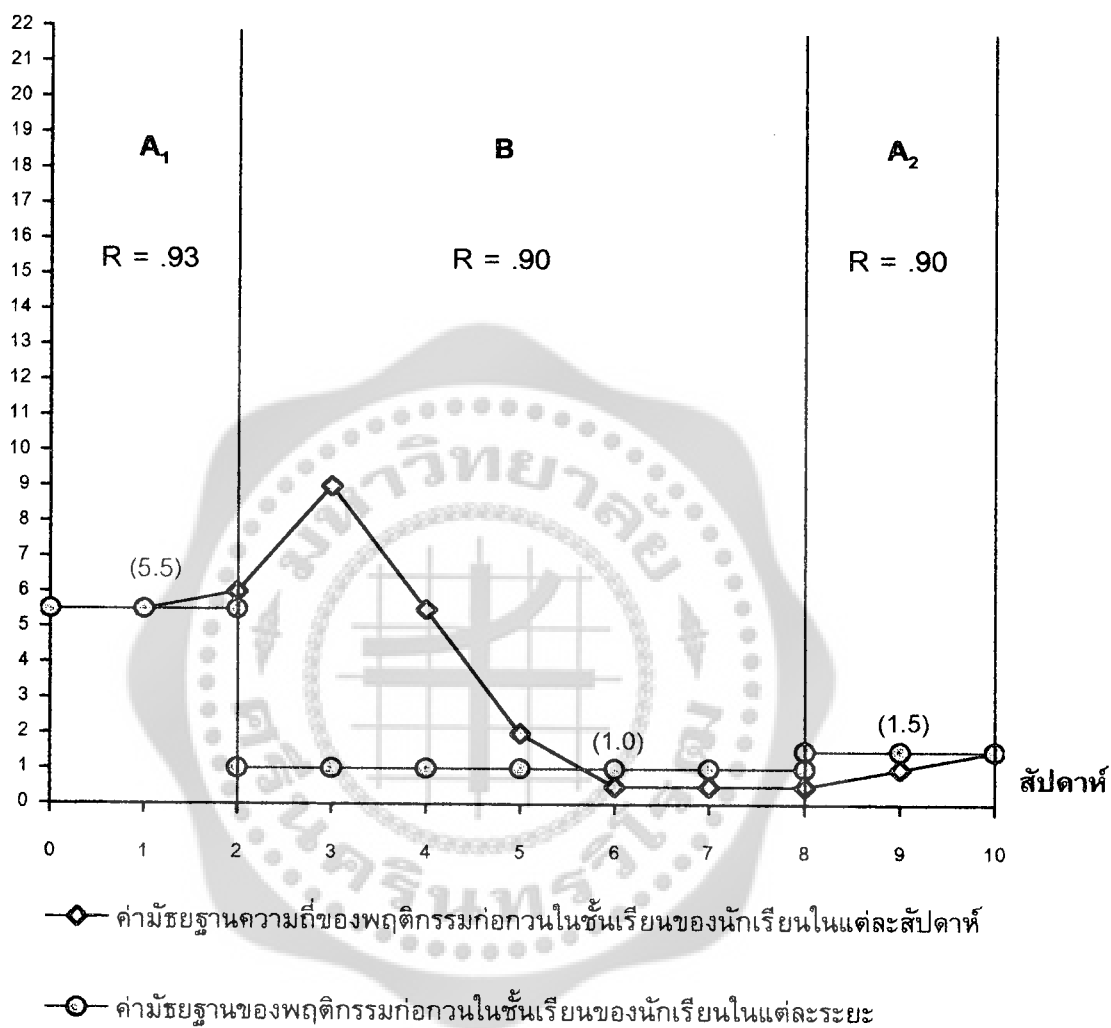


ภาพประกอบ 13 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ



ภาพประกอบ 14 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 2 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ

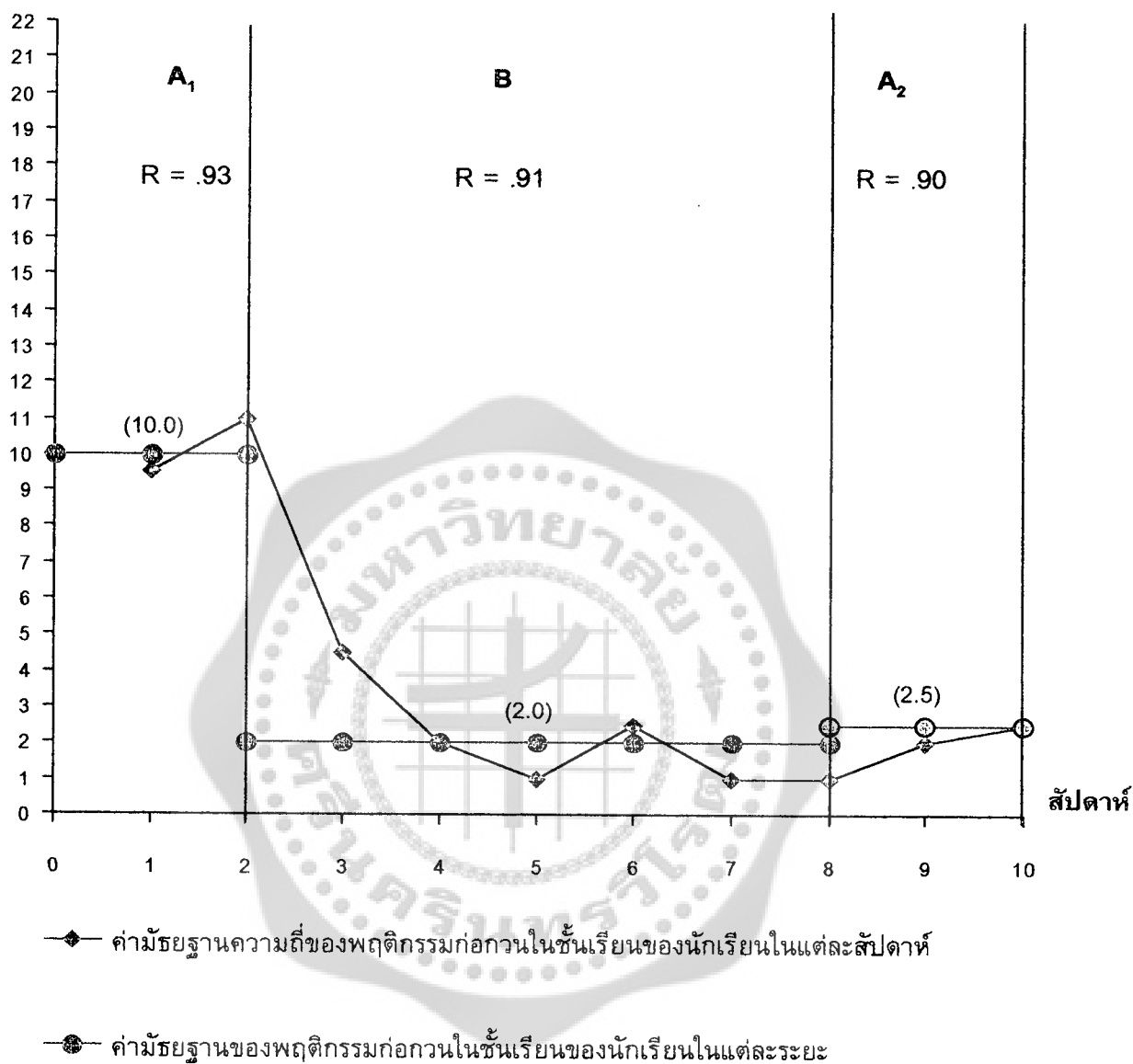
ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต

ภาพประกอบ 15 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 3 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ

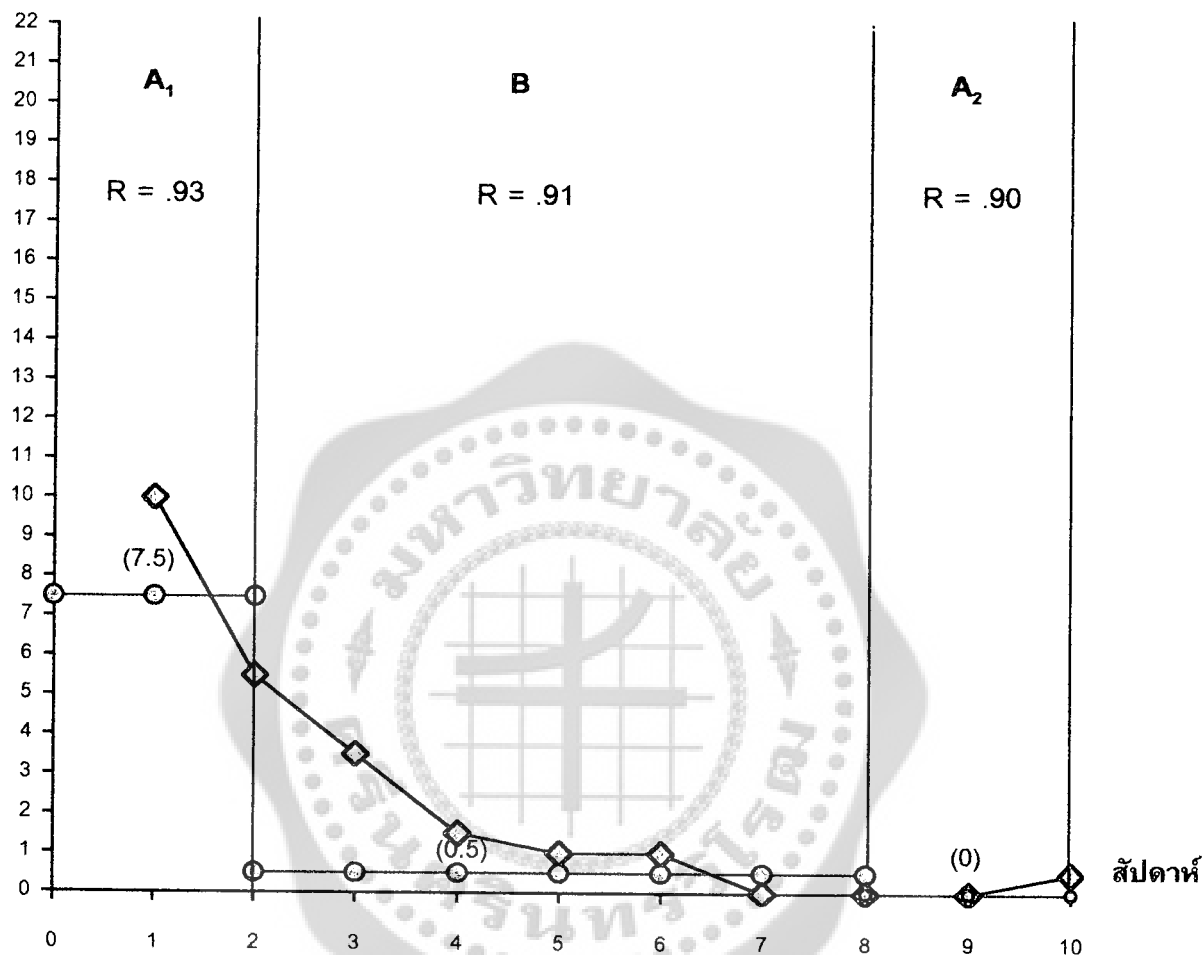
ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต

ภาพประกอบ 16 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 4 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



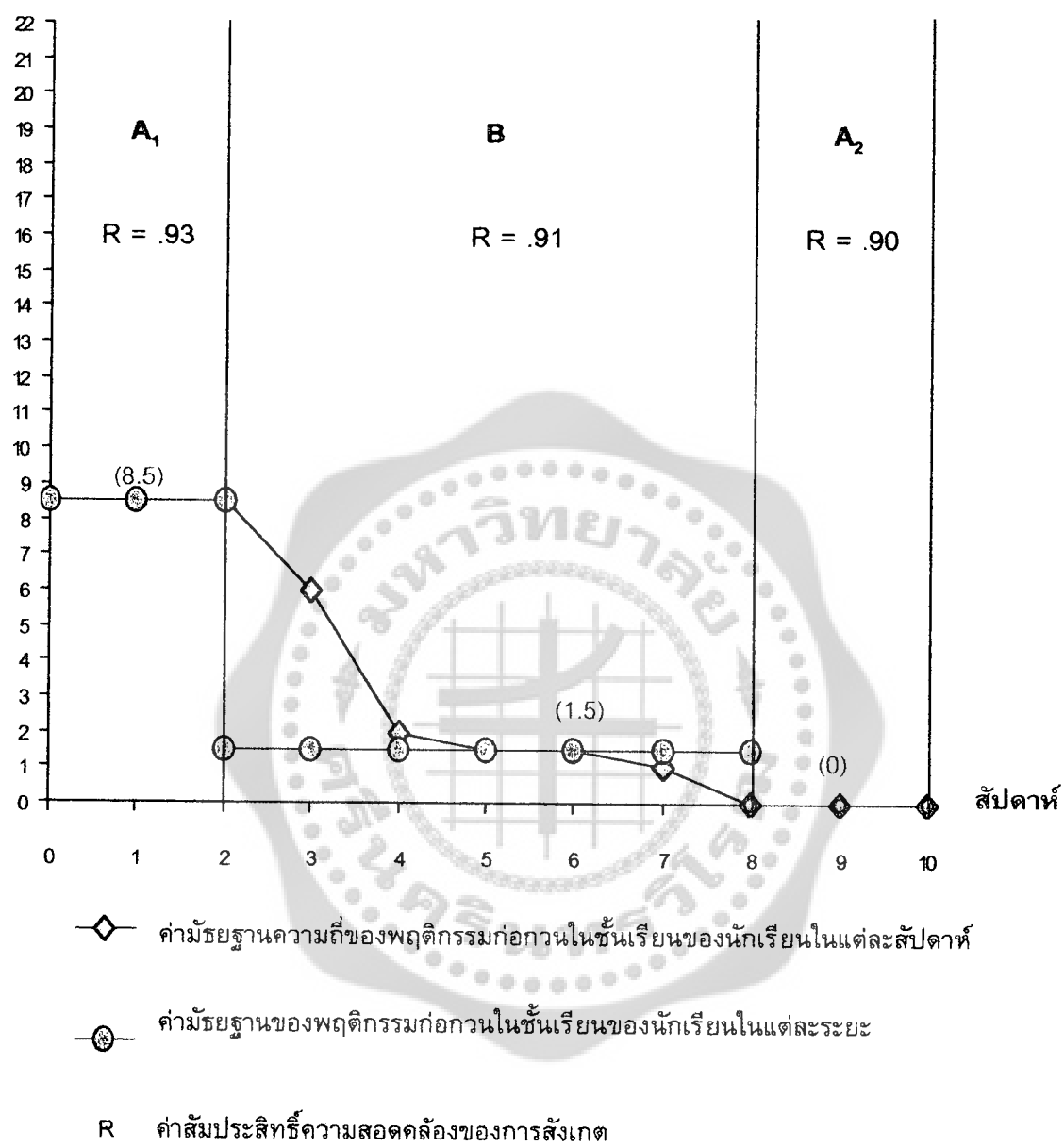
—◆— ค่ามัธยฐานความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละสัปดาห์

—○— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนในแต่ละระยะ

R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต

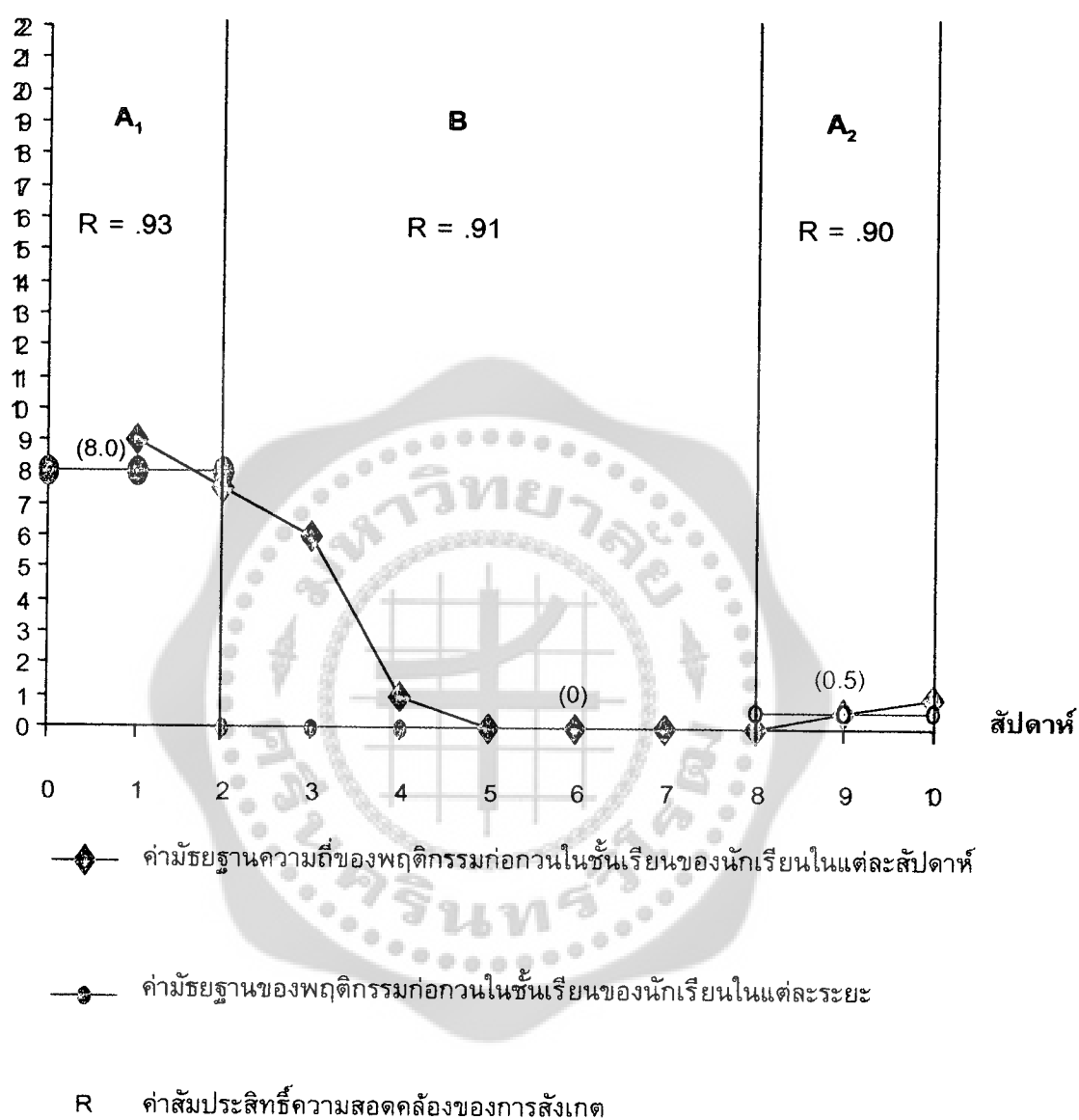
ภาพประกอบ 17 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 5 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



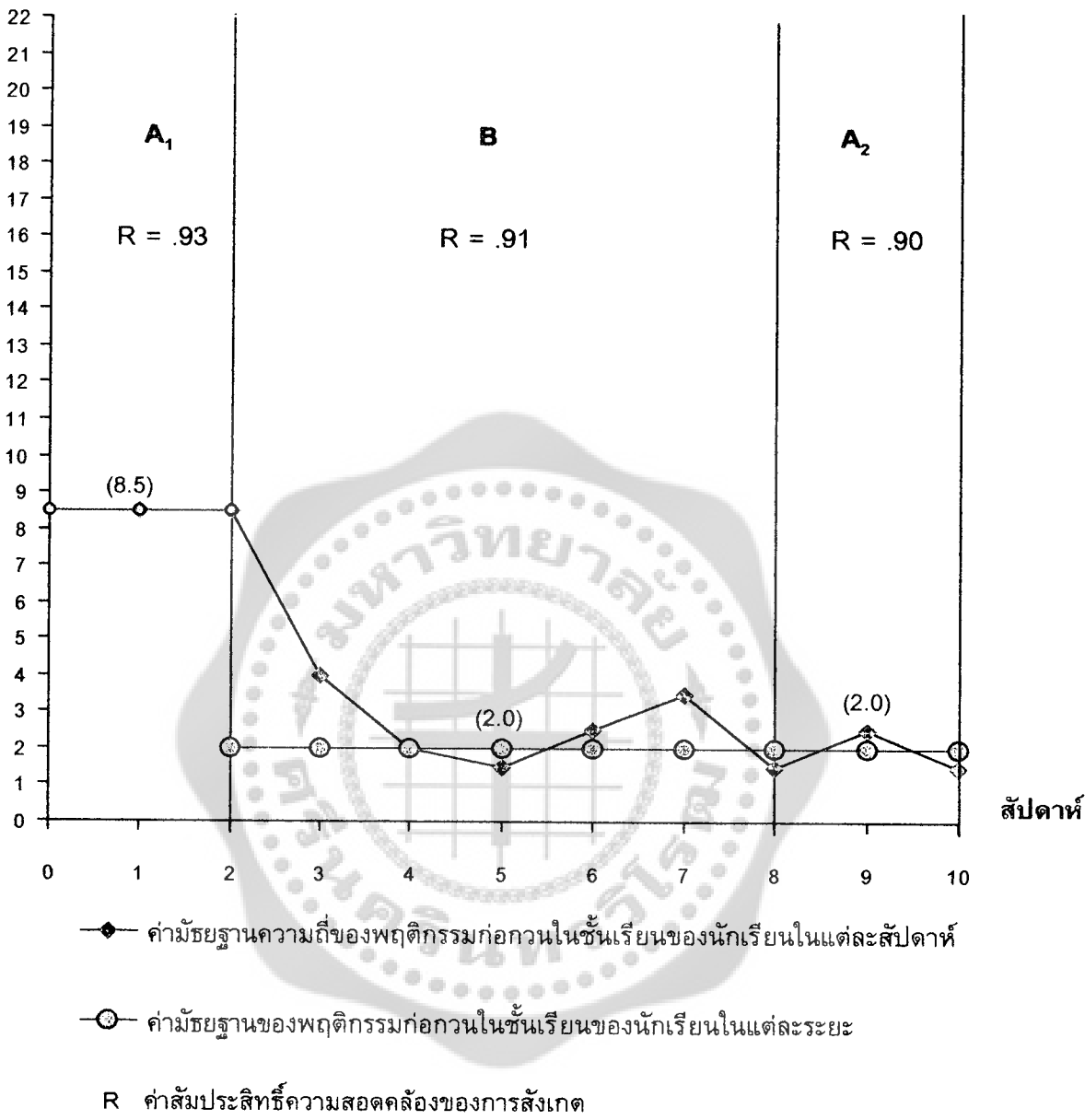
ภาพประกอบ 18 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 6 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



ภาพประกอบ 19 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 7 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ

ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียน



ภาพประกอบ 20 ความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 8 กลุ่มทดลองที่ 2 ตลอด 3 ระยะ

ตาราง 4 แสดงความถี่ของพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคลในกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการควบคุมตนเอง ตลอด 3 ระยะ

ระยะ	สัปดาห์ที่	ครั้งที่	นักเรียนคนที่								มัธยฐาน
			1	2	3	4	5	6	7	8	
A ₁	1	1	22	13	5	5	9	4	11	2	7.0
		2	18	12	6	7	10	5	10	5	8.5
	2	1	13	15	4	5	9	2	10	3	7.0
		2	12	13	5	7	8	5	9	4	7.5
	มัธยฐาน		15.5	13.0	5.0	6.0	9.0	4.5	10.0	3.5	7.25
B	3	1	15	16	0	3	3	3	3	2	3.0
		2	12	15	3	4	3	3	5	2	3.5
	4	1	11	12	0	3	2	0	2	6	2.5
		2	7	5	1	3	3	1	2	5	3.0
	5	1	6	4	2	4	2	4	4	1	4.0
		2	6	5	1	0	1	1	2	1	1.0
	6	1	5	4	0	0	1	1	6	0	1.0
		2	6	6	0	1	1	0	1	0	1.0
	7	1	3	1	1	2	1	0	1	0	1.0
		2	2	0	0	2	1	0	0	0	0
	8	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0
		2	0	0	0	1	1	0	0	0	0
	มัธยฐาน		6.0	4.5	0	2.0	1.0	0.5	2.0	0.5	1.0
A ₂	9	1	2	2	0	0	1	0	0	0	0
		2	2	2	0	0	1	0	0	0	0
	10	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0
		2	0	0	0	0	2	0	1	0	0
	มัธยฐาน		1.5	1.5	0	0	1.0	0	0.5	0	0

ตาราง 5 แสดงความถี่ของพฤติกรรมก่อนนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคลในกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการปรับสัใหม่ ตลอด 3 ระยะ

ระยะ	สัปดาห์ที่	ครั้งที่	นักเรียนคนที่								มัธยฐาน
			1	2	3	4	5	6	7	8	
A ₁	1	1	8	21	5	9	9	7	10	7	8.5
		2	9	20	6	10	11	10	8	10	10.0
	2	1	15	19	7	12	6	9	7	9	9.0
		2	14	15	5	10	5	8	8	8	8.0
	มัธยฐาน		11.5	19.5	5.5	10.0	7.5	8.5	8.0	8.5	8.75
B	3	1	9	15	10	5	4	7	7	5	7.0
		2	7	10	8	4	3	5	5	3	5.0
	4	1	5	8	5	3	2	1	0	1	2.5
		2	7	7	6	1	1	3	2	3	3.0
	5	1	6	5	3	0	0	3	0	2	2.5
		2	5	3	1	2	2	0	0	1	1.5
	6	1	4	1	0	2	0	1	0	2	1.0
		2	3	3	1	3	2	2	0	3	2.5
	7	1	2	1	1	2	0	0	0	5	1.0
		2	2	2	0	0	0	2	0	2	1.0
	8	1	1	0	1	1	0	0	0	2	0.5
		2	0	1	0	1	0	0	0	1	0
	มัธยฐาน		4.5	3.0	1.0	2.0	0.5	1.5	0	2.0	2.0
A ₂	9	1	1	0	0	1	0	0	1	3	0.5
		2	0	2	2	3	0	0	0	2	1.0
	10	1	0	2	2	3	1	0	2	2	2.0
		2	1	1	1	2	0	0	0	1	1.0
	มัธยฐาน		0.5	1.5	1.5	2.5	0	0	0.5	2.0	1.0

ตาราง 6 แสดงผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง

นักเรียนคนที่	คะแนนพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียน		ผลต่างของคะแนนพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียน	อันดับ	R ⁻	R ⁺
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	65	5	60	8	0	8
2	53	5	48	7	0	7
3	20	0	20	3	0	3
4	24	0	24	4	0	4
5	36	4	32	5	0	5
6	16	0	16	2	0	2
7	40	2	38	6	0	6
8	14	0	14	1	0	1
รวม					ΣR ⁻ =0	ΣR ⁺ =36

T = 0^{**}

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 6

จากตาราง 6 ค่าวิกฤติ (Critical Values) ของ T ในการทดสอบของวิลคอกซ์ (Wilcoxon Matched Pairs Signed-Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2528: 275) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 ค่า T ที่คำนวณได้นั้นจะต้องน้อยกว่าหรือเท่ากับค่าวิกฤติ (Critical Values) ที่เปิดจากตาราง ซึ่งเท่ากับ 1 (N =8) กล่าวคือค่า T ที่ได้จากกลุ่มตัวอย่าง (0) น้อยกว่าค่าวิกฤติ (Critical Values) ที่เปิดจากตาราง(1) จึงแสดงว่า หลังจากที่ได้รับการควบคุมตนเอง พฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนนั้นลดลงแตกต่างกันก่อนและหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้

ตาราง 7 แสดงผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการปรับสินไหม

นักเรียนคนที่	คะแนนพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียน		ผลต่างของคะแนนพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียน	อันดับ	R ⁻	R ⁺
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	46	2	44	7	0	7
2	75	5	70	8	0	8
3	23	5	18	1	0	1
4	41	9	32	5	0	5
5	31	1	30	4	0	3.5
6	34	0	34	6	0	6
7	33	3	30	4	0	3.5
8	34	8	26	2	0	2
รวม					ΣR ⁻ =0	ΣR ⁺ =36

T = 0^{**}

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 7

จากตาราง 7 ค่าวิกฤติ (Critical Values) ของ T ในการทดสอบของวิลคอกซ์ (Wilcoxon Matched Pairs Signed-Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2528: 275) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 ค่า T ที่คำนวณได้นั้นจะต้องน้อยกว่าหรือเท่ากับค่าวิกฤติ (Critical Values) ที่เปิดจากตาราง ซึ่งเท่ากับ 1 (N =8) กล่าวคือ ค่า T ที่ได้จากกลุ่มตัวอย่าง (0) น้อยกว่าค่าวิกฤติ (Critical Values) ที่เปิดจากตาราง(1) จึงแสดงว่า หลังจากที่ได้รับการปรับสินไหม พฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียนนั้นลดลงแตกต่างกันก่อนและหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้

ตาราง 8 แสดงผลการวิเคราะห์ผลต่างของคะแนนพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียน
กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลองที่ได้รับการควบคุมตนเอง
และที่ได้รับการปรับสัใหม่

นัก เรียน คนที่ (n_1)	กลุ่มทดลองที่ 1			อัน ดับ	นัก เรียน คนที่ (n_2)	กลุ่มทดลองที่ 2			อัน ดับ
	ก่อน การ ทดลอง	หลัง การ ทดลอง	ผลต่าง ของ คะแนน พฤติ กรรม ก่อน ในชั้น เรียน ของนัก เรียน			ก่อน การ ทดลอง	หลัง การ ทดลอง	ผลต่าง ของ คะแนน พฤติ กรรม ก่อน ในชั้น เรียน ของนัก เรียน	
1	65	5	60	15	1	46	2	44	13
2	53	5	48	14	2	75	5	70	16
3	20	0	20	4	3	23	5	18	3
4	24	0	24	5	4	41	9	32	9.5
5	36	0	32	9.5	5	31	1	30	7.5
6	16	4	16	2	6	34	0	34	11
7	40	0	38	12	7	33	3	30	7.5
8	14	0	14	1	8	34	8	26	6
รวม				ΣR_1 =62.5	รวม				ΣR_2 =73.5

ΣR_1 แทน ค่าผลรวมของตำแหน่งที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองกลุ่มที่ 1

ΣR_2 แทน ค่าผลรวมของตำแหน่งที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองกลุ่มที่ 2

$$\begin{aligned} U_1 &= n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1+1)}{2} - \Sigma R_1 \\ &= 8 \times 8 + \frac{8(8+1)}{2} - 62.5 \\ &= (64+36) - 62.5 \\ &= 100-62.5 \\ U_1 &= 37.5 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} U_2 &= n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2+1)}{2} - \Sigma R_2 \\ &= 8 \times 8 + \frac{8(8+1)}{2} - 73.5 \\ &= (64+36) - 73.5 \\ &= 100-73.5 \\ U_2 &= 26.5 \end{aligned}$$

ตาราง 8

จากตาราง 8 ค่า U ที่นำมาทดสอบพิจารณาจากค่าของ U_1 และ U_2 ที่คำนวณได้โดยเลือกค่าที่น้อยกว่าเป็นค่าของ U ในการคำนวณ ดังนั้น ค่า U ที่คำนวณได้เท่ากับ 26.5 แล้วนำไปเทียบกับความน่าจะเป็นของ U ที่เปิดจากตารางของแมน-วิทนี (Mann-Whitney U test) มีค่าความน่าจะเป็นเท่ากับ .287 (นิภา ศรีไพโรจน์. 2528: 283) ซึ่งมากกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ที่ตั้งไว้ แสดงว่า พฤติกรรมก่อนเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการปรับเปลี่ยนนั้นลดลงไม่แตกต่างกัน ทั้ง 2 กลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ตั้งไว้





ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ	ชื่อสกุล	นางสาวอัจฉรา	วิไลหงษ์
วัน	เดือน	ปีเกิด	6 สิงหาคม 2519
สถานที่เกิด		125/4 หมู่ 11 ถนนสุขุมวิท 77 แขวงประเวศ เขตประเวศ	จังหวัดกรุงเทพมหานคร 10250
สถานที่อยู่ปัจจุบัน		125/4 หมู่ 11 ถนนสุขุมวิท 77 แขวงประเวศ เขตประเวศ	จังหวัดกรุงเทพมหานคร 10250
ประวัติการศึกษา			
พ.ศ. 2534	มัธยมศึกษาตอนต้น	โรงเรียนวรรณวิทย์	แขวงคลองเตย เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2537	มัธยมศึกษาตอนปลาย	โรงเรียนศรีพุดผา	แขวงสะพานสูง เขตประเวศ จังหวัดกรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2541	ปริญญาตรี ศิลปศาสตรบัณฑิต (วิชาเอกภาษาอังกฤษ)	มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ถนนบางนา-ตราด ก.ม. 18	ตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ
พ.ศ. 2545	ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต (วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา)	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ	แขวงวัฒนา เขตวัฒนา จังหวัดกรุงเทพมหานคร