

370.1523

ย 544 ๖

ย. 3

ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนป่าโมกษวิทยานุกูล
จังหวัดอ่างทอง

ปริญญานิพนธ์

ของ

เบาวภา กันทรวิชัยกุล

๒๕๖ พ.ค 2535

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต

มกราคม 2530

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

178254

ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปทุมวิทยานุกูล
จังหวัดอ่างทอง

บทคัดย่อ

ของ

เยาวภา กันทรวิชัยกุล

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต

มกราคม 2530

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรม
ไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ 3 จำนวน 14 คน โรงเรียนบัวโมกษวิทยานุกูล จังหวัดอ่างทอง ปีการศึกษา 2529
ซึ่งมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน

ผลการวิจัยปรากฏดังนี้

1. นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่ากลุ่มควบคุม
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .019
2. นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่าเดิม
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่าเดิม
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

THE EFFECT OF GROUP WORK ON THE UNATTENTIVE CLASSROOM BEHAVIORS OF
MATHAYOM SUKSA III STUDENTS AT PAMOKE VIDHYAPOOM SCHOOL
IN CHANGWAT ANGTHONG

AN ABSTRACT

BY

YACWAPHA KUNTRAVICHAYAKULE

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

January 1987

The purpose of this experimental research was to study the effect of group work on the unattentive classroom behaviors. The subjects were 14 Mathayomsuksa III of Pamoke Vidhyapoom School in Changwat Angthong in the academic year 1986 whose classroom behaviors were Unattentive.

The results were as follows .

The unattentive classroom behaviors of the students in the experimental group were significantly lower than before the experiment at .05 level. The unattentive classroom behaviors of the control group was significantly lower at .05 level. The unattentive classroom behaviors of the experimental group was significantly lower than the control group at .019 level.

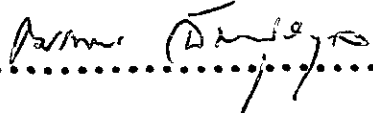
คณะกรรมการที่ปรึกษาประจำตัวนิสิตและคณะกรรมการสอบ ได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิตของมหาวิทยาลัยกรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการที่ปรึกษา

คณะกรรมการสอบ

...ม.ล.เชษฐา จาน์ใจ... ประธาน ...ม.ล.เชษฐา จาน์ใจ... ประธาน

...... กรรมการ ...... กรรมการ

...... กรรมการ

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้โดยได้รับความกรุณาและความช่วยเหลือจากอาจารย์พรณพิศ วาณิชการ ผู้ช่วยศาสตราจารย์จิราภรณ์ บุญส่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คมเพชร ฉัตรสุกกุล รองศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ที่ได้ให้คำแนะนำ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความกรุณาเป็นอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการและคณะครูโรงเรียนปทุมธานีวิทยาคมที่ได้กรุณาให้ความสะดวกในการดำเนินการทดลอง ขอขอบคุณ คุณวันเพ็ญ แสงจักร์ ที่ให้ความช่วยเหลือในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ขอขอบคุณ คุณสุวัจชัย องค์กรชัย ที่ให้ความสะดวกในเรื่องที่พัก และอำนวยความสะดวกในด้านต่าง ๆ ขอขอบคุณ คุณอัมพร คล้ายแก้ว ที่ให้ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนในช่วงเวลาเรียนที่ท่านสอน ขอขอบคุณ คุณวิไล ฉ่ำจิตร ที่ได้เอาใจใส่ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี และขอขอบใจนักเรียนทุกคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ขอขอบคุณ คุณธรรมาภรณ์ กันทรวิษยากุล คุณพานิษฐ์ สรณรักษ์ คุณภัทรกานต์ ผ่านบุญเกิด คุณवलลอร จิรธรรมธนกุล คุณฉัตรวิจิตร เรืองกุล คุณวันทนา ถาวรานนท์ ที่ช่วยเหลือและให้กำลังใจในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้จนสำเร็จ

ในที่สุดขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ที่ให้ความช่วยเหลือ และสนับสนุนในการศึกษา แก่ผู้วิจัยเสมอมา

เยาวภา กันทรวิษยากุล

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	3
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	3
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม	5
ความหมายของกลุ่ม	5
จุดมุ่งหมายทั่วไปของกิจกรรมกลุ่ม	8
ขนาดของกลุ่ม	9
ประโยชน์ของกลุ่ม	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่ม	12
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน	14
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต	18
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน	21
สมมติฐานในการวิจัย	23
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	24
ประชากร	24
กลุ่มตัวอย่าง	24
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	24

บทที่	หน้า
การดำเนินการทดลอง	29
การวิเคราะห์ข้อมูล	31
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
การวิเคราะห์ข้อมูล	32
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	37
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	39
การอภิปรายผล	39
ข้อเสนอแนะ	42
บรรณานุกรม	44
ภาคผนวก	49

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง	32
2	พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังมีการทดลอง	33
3	พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังมีการทดลอง	34

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

- 1 แผนภูมิแสดงระยะต่าง ๆ ของการทดลอง 30
- 2 ค่าเฉลี่ยความถี่ของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียน
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตลอด 3 ระยะ 35

ภูมิหลัง

ประสิทธิภาพของการเรียนการสอนในห้องเรียนย่อมเป็นที่ปรารถนาของครู อาจารย์ นักเรียน รวมทั้งผู้ที่เกี่ยวข้องทุกคนในวงการศึกษา และประสิทธิภาพของการเรียนการสอนจะเกิดขึ้นได้ก็ด้วยความร่วมมือระหว่างครูกับนักเรียนเป็นสำคัญ ถ้านักเรียนให้ความร่วมมือในการเรียนด้วยดี การเรียนการสอนก็จะดำเนินไปโดยราบรื่นและบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ แต่ถ้านักเรียนไม่ให้ความร่วมมือในการเรียน เช่น ไม่ตั้งใจเรียน ขี้เกียจหรือเล่นกันในขณะที่ครูสอน ไม่ทำงานตามที่ครูสั่ง เหม่อลอย ซึม ฯลฯ ก็จะทำให้กิจกรรมการเรียนการสอนหยุดชะงักหรือยุติลง ซึ่งทำให้การเรียนการสอนไม่บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ นักเรียนก็ไม่ประสบผลสำเร็จทางด้านการเรียนเท่าที่ควร ดังผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ส่วนพฤติกรรมตั้งใจเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน (Hoge-Luce. 1979 : 481) และการที่นักเรียนมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้น ทำให้สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนเพิ่มขึ้นด้วย (Cobb and Hops. 1973 : 108 - 113)

จากผลการสำรวจเบื้องต้นของผู้วิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนปาลิมากรวิทยานุกูล โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจปัญหาทางพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน ซึ่งพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน ได้แก่ พุดมาก พุดคุยกับเพื่อนในเรื่องต่าง ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเรียน ไม่ร่วมกิจกรรม เบื่อหน่าย ซึม ก่อความสงบ ส่งเสียงดัง เหยยไถ่เรียน ไม่รับฟังผู้อื่น พบว่าพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนมีความถี่ร้อยละสูงที่สุดเรียงตามลำดับดังนี้ พุดมาก พุดคุยกับเพื่อนในเรื่องต่าง ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเรียน ก่อความสงบในห้อง และไม่ร่วมกิจกรรมการเรียนการสอน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วรณา บุรณโชติ (วรณา บุรณโชติ 2515 : 49 - 53) ที่ได้ศึกษาเด็กที่มีอาการปรับตัวไม่ดี พบว่า พฤติกรรมที่เป็นปัญหาในห้องเรียนคือ การก่อกวน

ความสงบในห้องเรียนเป็นประจำ การพูดโกหกและอวดอ้างคุณไม้ ใจลอยขาดสมาธิในการเรียน เป็นต้น

สำหรับวิธีการแก้ปัญหายุติกรรมที่ไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนในห้องเรียน ให้มีผู้ใช้วิธีการต่าง ๆ กัน ตั้งแต่การพรีสอนจนถึงการลงโทษอย่างรุนแรง และจากผลการวิจัยพบว่า วิธีที่ครูส่วนใหญ่ใช้แก้ปัญหานักเรียนที่ไม่ตั้งใจเรียน ได้แก่ การคัดเตือนทันที การอบรมทั้งชั้น การคาบโทษ การดู-ว่า การตี ซึ่งวิธีการที่ครูใช้ดังกล่าวแล้วนั้นไม่สามารถแก้ปัญหาได้เสมอไป (ไพศาล อันประเสริฐ 2517 : 31)

เนื่องจากพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนเป็นปัญหาที่สำคัญในสภาพการเรียนการสอนดังกล่าวแล้ว และวิธีการที่ครูส่วนใหญ่ใช้แก้ปัญหายังไม่ได้ผลเท่าที่ควร ดังนั้นผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษาวิธีการ เพื่อจะนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการแก้ปัญหายุติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียน และได้เลือกเอากิจกรรมกลุ่มมาทดลองใช้ลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3x เนื่องจากการเรียนรู้โดยกระบวนการกลุ่มส่งเสริมบรรยากาศแบบประชาธิปไตย โดยให้ผู้เรียนรู้จักเกรงยอมรับฟังความคิดเห็น เคารพในสิทธิและหน้าที่ของกันและกัน มีความร่วมมือในการทำงานร่วมกับผู้อื่น (เรวดี วงศ์พรหมเมฆ 2521 : 33) นอกจากนี้ ลัดดาวรรณ วรรณอง (ลัดดาวรรณ วรรณอง 2525 : 52) ได้ทำการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มพัฒนาวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ปรากฏว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีพัฒนาการด้านความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาแก้ไขวินัยในตนเองสูงขึ้น

ดังนั้น การใช้กิจกรรมกลุ่มอาจเป็นวิธีการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนให้น้อยลง ซึ่งเป็นการใช้แรงเสริมทางสังคมและเป็นการวางเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมที่จะสอนให้รู้ว่าอะไรผิดอะไรถูก และเป็นตัวอย่างที่ดี เกิดการควบคุมพฤติกรรมของตนให้แสดงออกอย่างเหมาะสม เพื่อเป็นการแก้ปัญหาคารเรียนการสอนในห้องเรียน ให้บรรยากาศการเรียนการสอนเป็นไปอย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

ความมุ่งหมายของการศึกษา

1. เพื่อเปรียบเทียบผลการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ
2. เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียน
3. เพื่อศึกษาผลของการให้ข้อเสนอแนะในการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียน

ความสำคัญของการศึกษา

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อครูอาจารย์ ครูแนะแนวได้นำกิจกรรมกลุ่มไปแก้ปัญหพฤติกรรมในด้านความไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียน เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเรียน ซึ่งจะช่วยให้ผลการเรียนดีขึ้นและประสบความสำเร็จทางการศึกษาด้วย

ขอบเขตของการศึกษา

1. ประชากร เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน โรงเรียนปทุมวิทยาคม อำเภอปทุม จังหวัดอ่างทอง ประจำปีการศึกษา 2529
2. กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 14 คน จำแนกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน
3. ตัวแปรที่ศึกษา
 - 3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน โดยแบ่งออกเป็น 2 วิธี คือ
 - 3.1.1 กิจกรรมกลุ่ม
 - 3.1.2 การให้ข้อเสนอแนะ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดร่วมกันของบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปโดยมีความสนใจ และความรับผิดชอบที่จะทำงานเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายเดียวกัน มีการวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเอง ซึ่งเกิดขึ้นในขณะนั้นและฝึกปฏิบัติพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ตลอดจนร่วมแสดงความคิดเห็นและกล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมนั้น ทำให้เกิดการเรียนรู้และควบคุมตนเองในห้องเรียน วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลอง

2. การให้ข้อเสนอแนะ หมายถึง การให้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และเกิดความเข้าใจในผลเสียของการมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน และเรียนรู้การลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนโดยให้นักเรียนศึกษาจากเอกสารที่จัดเตรียมมา วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มควบคุม

3. พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน หมายถึง พฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในห้องเรียน ได้แก่ พฤติกรรมดังต่อไปนี้คือ

3.1 พฤติกรรมทางวาจา หมายถึง พฤติกรรมที่มีลักษณะดังนี้ กุญหรือส่งเสียงรบกวนในขณะครูสอน

3.2 พฤติกรรมทางกาย หมายถึง พฤติกรรมที่มีลักษณะก่อกวนความสงบในห้องเรียนดังนี้ คือ เคาะโต๊ะ เก้าอี้ ลุกจากที่นั่ง หย่เพื่อน

พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนดังกล่าววัดได้จากการสังเกตโดยใช้แบบสังเกตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มและกิจกรรมกลุ่มความหมายของคำว่า 'กลุ่ม'

คำว่า กลุ่ม (Group) ได้มีผู้ให้คำจำกัดความไว้มากมายดังต่อไปนี้

กัลลี (Gulley. 1963 : 62) กล่าวว่า กลุ่มมีความหมายลึกซึ้งกว่าที่บุคคลจะมารวมกันเฉย ๆ เท่านั้น แต่การรวมกลุ่มจะต้องประกอบด้วยลักษณะสำคัญ 3 ประการ คือ

1. มีวัตถุประสงค์ร่วมกันและวัตถุประสงค์นั้นจะต้องสนองความต้องการของสมาชิกแต่ละคนด้วย

2. ผลของการทำงานจะเกิดจากความร่วมมือของสมาชิกทุกคนในกลุ่ม

3. มีการสื่อสารทางวาจาหรือมีความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง

วัตสัน (Watson. 1966 : 57) กล่าวว่า กลุ่มจะต้องประกอบด้วยลักษณะ ดังนี้คือ

1. มีปฏิสัมพันธ์ (Interaction) สมาชิกแต่ละคนมีความคิดเห็นเป็นของตนเองและถูกกระตุ้นหรือตอบสนองสมาชิกคนอื่น

2. ความพึงพอใจ (Satisfaction) สมาชิกแต่ละคนมีความพึงพอใจในการร่วมกลุ่มด้วยความต้องการที่แตกต่างกันออกไป

3. มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน (Unity) สมาชิกแต่ละคนตระหนักถึงความ เป็นกลุ่มและสมาชิกของกลุ่ม

จำเนียร ช่วงโชติ และคนอื่น ๆ (จำเนียร ช่วงโชติ และคนอื่น ๆ 2523 : 4 - 5) ได้ให้คำจำกัดความเกี่ยวกับกลุ่ม ดังนี้ คือ

1. กลุ่มจะต้องเกิดจากบุคคลอย่างน้อยที่สุด 2 คนมาประกอบกัน

2. กลุ่มจะต้องมีปฏิสัมพันธ์ ทั้งด้านความคิด การทำทาง การกระทำหรือการพูด

3. มีความสนใจร่วมกัน เพื่อสมาชิกจะได้รับประโยชน์ร่วมกัน

4. มีแบบแผนต่อกัน เพื่อให้กลุ่มบรรลุจุดหมาย จึงต้องมีการกำหนดหน้าที่

แบ่งความรับผิดชอบและระเบียบกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เป็นแนวทางให้สมาชิกได้ปฏิบัติ ซึ่งสอดคล้องกับลอเชอร์ (Loeiser. 1957 : 5 - 19) ได้กล่าวถึงลักษณะกลุ่มไว้ดังนี้

1. มีการติดต่อสัมพันธ์ซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม
2. มีความมุ่งหมายร่วมกัน
3. มีความสัมพันธ์กันในเชิงหน้าที่
4. มีอำนาจที่จะกระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยความสมัครใจ
5. มีความสามารถที่จะกำหนดทิศทางของกลุ่มได้

จากความหมายของกลุ่มที่มีผู้ให้คำจำกัดความแตกต่างกันออกไปดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า กลุ่ม หมายถึง การที่บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมารวมกัน โดยมีการติดต่อสื่อสารซึ่งกันและกัน มีการยอมรับและเข้าใจกัน ได้รับผลประโยชน์ร่วมกันและมีจุดหมายที่จะกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน

ทฤษฎีและวิธีการในการศึกษาพลกลุ่ม เกิดจากแนวความคิดของ เคิร์ท เลวิน (Kurt Lewin) นักวิทยาศาสตร์และนักจิตวิทยาสังคม ชาวเยอรมัน ได้มีการศึกษากลุ่มคนในแง่พฤติกรรมของมนุษย์และเรื่องพลกลุ่ม (Group Dynamics) ในปี ค.ศ. 1930 - 1984 เลวิน ได้จัดตั้งศูนย์วิจัยศึกษาทดลองเกี่ยวกับกลุ่มในสังคม การเปลี่ยนแปลงบรรยากาศในกลุ่มและความเป็นผู้นำแบบต่าง ๆ ต่อมาจึงได้มีผู้นำหลักการของพลกลุ่มไปใช้ในการฝึกมนุษย์สัมพันธ์และความเป็นผู้นำ เพื่อแก้ปัญหาและสร้างความสัมพันธ์อันดีภายในกลุ่ม รวมทั้งการพัฒนาบุคลิกภาพและบำบัดผู้ป่วยทางจิต รวมทั้งในวงการศึกษาด้วย

ประเภทของกลุ่ม

นิภา วิจิตรศิริ (นิภา วิจิตรศิริ 2525 : 18 - 20) ได้แบ่งประเภทของกลุ่มไว้ดังนี้

1. กลุ่มฝึกอบรม (T.Group or Training Group) กลุ่มชนิดนี้มีจุดหมายให้สมาชิกทุกคนตระหนักถึงความรู้สึกที่เป็นอยู่ การใช้ทักษะเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การสื่อสาร ซึ่งจะทำให้สมาชิกสามารถดำเนินการหาทางของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. กลุ่มฝึกอบรมความไวในการรับรู้ (Sensitivity Training Group) กลุ่มชนิดนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกทักษะในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งต่าง ๆ เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น เช่น การรับรู้ความรู้สึกนึกคิดเหตุผลที่เป็นของตนเองและผู้อื่น โดยเชื่อว่า การพัฒนาทักษะการรับรู้จะส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและปรับปรุงตนเอง รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกและเหตุการณ์ของผู้อื่น

3. กลุ่มฝึกอบรมทักษะพื้นฐาน (BST-Group or Basic Skill Training Group) กลุ่มชนิดนี้บางครั้งเรียกว่ากลุ่มฝึกอบรมเพื่อมนุษยสัมพันธ์ (Training Human Relations Laboratory) เป็นการสร้างสมาชิกให้มีทักษะเบื้องต้นในด้านมนุษยสัมพันธ์

4. กลุ่มฝึกฝนทดลอง (Laboratory Training Group) กลุ่มชนิดนี้เป็นโครงการสำหรับสมาชิกที่อยู่ประจำ จัดขึ้นเพื่อมุ่งจัดให้มีประสบการณ์ เพิ่มพูนความเข้าใจ และพัฒนาทักษะของการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ เพิ่มความสามารถในการวิเคราะห์ พฤติกรรมของบุคคลและกลุ่ม

5. กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) กลุ่มชนิดนี้เป็นกลุ่มที่เป็นความจริงของงานส่วนบุคคล **ช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง รู้จักสภาพความเป็นจริงของตนเอง**ซึ่งจะช่วยทำให้เขาได้เกี่ยวข้องกับผู้อื่นอย่างเปิดเผยและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

6. กลุ่มทนทาน (Marathon Group) กลุ่มชนิดนี้มักจะมีการพบกันหลายช่วงเวลาติดต่อกันไป โดยใช้เวลามากกว่า 12 ชั่วโมงในแต่ละครั้ง จากการปฏิสัมพันธ์กันหลาย ๆ ครั้งนี้ จะทำให้สมาชิกในกลุ่มได้ค้นพบและศึกษาความคิดของตนเองและผู้อื่น รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้วย

7. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) เป็นการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติ ให้มีการยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเองและพยายามแก้ไขปัญหานั้นเสียก่อนที่จะกลายเป็นปัญหารุนแรง นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้มีปัญหา เรียนรู้ที่จะนำความคิดทั่วไปจากกลุ่มไปประยุกต์เข้าไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

8. กลุ่มจิตบำบัดรักษา (Group Psychotherapy) เป็นรูปแบบหนึ่งของการแก้ปัญหของกนใช้ โดยการพบปะพูดคุยกันในกลุ่มเล็กระหว่างสมาชิก และผู้ให้การบำบัดรักษาติดต่อกันไปเป็นระยะเวลายาวนาน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกใน

กลุ่มเกิดการหยั่งเห็นและเข้าใจสาเหตุของการเกิดปัญหาทางสังคม อารมณ์และจิตใจ รวมทั้งมีความสามารถที่จะลดหรือแก้ปัญหาดังกล่าวข้างต้นได้

9. กิจกรรมกลุ่ม (Group work) เป็นการนำเอาประสบการณ์มาวางแผนและแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคนและการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยรวม ประสบการณ์ของกลุ่มจะทำให้เกิดพัฒนาการในส่วนบุคคลทุกคนและกลุ่มก็จะดำเนินไปด้วยความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย นอกจากนี้การทำกิจกรรมกลุ่มยังจะต้องเกี่ยวข้องกับการรับรู้ เรื่องความต้องการของบุคคลอื่นและทักษะในการแสดงออกถึงความเข้าใจดังกล่าวแล้ว ในการสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่นซึ่งทั้งนี้จะขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายในการจัดแต่ละครั้งด้วย

จุดมุ่งหมายโดยทั่วไปของกิจกรรมกลุ่ม

คมเพชร ฉัตรบุณกุล (คมเพชร ฉัตรบุณกุล 2522 : 96 - 98) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อนำไปพัฒนาบุคคลแต่ละกลุ่มนั้น พอสรุปได้ดังนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองอย่างถูกต้อง
2. เพื่อสร้างความเข้าใจในบุคคลอื่น
3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันของสมาชิก

นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังสามารถนำมาเป็นเครื่องมือในการแก้ไขพฤติกรรมได้ เช่น การปรับปรุงบุคลิกภาพ การพัฒนาทักษะหรืออื่น ๆ เป็นต้น ซึ่งจุดมุ่งหมายเหล่านี้คล้ายคลึงกับของเบนเนทท์ (Bennett. 1963 : 8 - 9) ที่ได้สรุปจุดมุ่งหมายโดยทั่วไปของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ทางด้านการศึกษา อาชีพ สังคมและส่วนตัว จากเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น การได้มีโอกาสศึกษาถึงปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นกลุ่ม ซึ่งอาจทำให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้

2. กิจกรรมกลุ่มก่อให้เกิดผลทางการบำบัดรักษา จากการที่ได้มีโอกาสปลดปล่อยความตรึงเครียดทางอารมณ์ ได้มีความเข้าใจและได้ข้อคิดในปัญหาต่าง ๆ ของบุคคลมากขึ้น

รวมทั้งศึกษาปัญหาของคนเราที่คล้ายคลึงกัน ในบรรยากาศที่อ่อนโยน ผ่อนตามและนำมาปรับปรุงบุคลิกภาพและวิถีทางชีวิตของเรา กลุ่มเปิดโอกาสให้เขาได้วินิจฉัยตนเองและผู้อื่น

3. ช่วยให้ผู้คลบบรรลุถึงจุดมุ่งหมายของการแนะแนวอย่างประหยัดและอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลมีโอกาสที่จะปรับปรุงแก้ไข พัฒนาบุคลิกภาพ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและความคิดเห็นต่าง ๆ ตลอดจนสามารถทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นด้วย

ขนาดของกลุ่ม

เยาวยา เตชะคุปต์ (เยาวยา เตชะคุปต์ 2517 : 34) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มว่า ขนาดของกลุ่มที่จะช่วยให้การทำงานหรือการเรียนการสอนประสบผลดี ควรเป็นกลุ่มขนาดเล็ก มีขนาดประมาณ 5 - 15 คน ซึ่งความคิดเห็นนี้สอดคล้องกับคมเพชร ฉัตรศุภกุล (คมเพชร ฉัตรศุภกุล 2522 : 23) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มไม่ควรเกิน 15 คน จะใหญ่เท่าใดขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม แหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่มและระดับวุฒิภาวะของบุคคลในกลุ่ม

ระยะพัฒนาของกลุ่ม

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (คมเพชร ฉัตรศุภกุล 2522 : 23) กล่าวถึง ระยะพัฒนาของกลุ่มว่า เมื่อสมาชิกเริ่มเข้ากลุ่มอาจพบว่า พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นกลุ่มนั้นมีความแตกต่างจากที่เข้ากลุ่มได้เป็นเวลานาน ทั้งนี้เป็นเพราะว่า การที่จะทำกลุ่มให้เป็นกลุ่มที่สมบูรณ์นั้นจะต้องอาศัยเวลาในการพัฒนา กลุ่ม ดังนั้น มักจะพบว่า กลุ่มจะต้องผ่านระยะต่าง ๆ 4 ระยะ คือ

1. ระยะที่บุคคลแต่ละคนมีการแข่งขันและมีศูนย์กลางอยู่ที่ตนเอง
2. ระยะของความขัดแย้ง ความคับข้องใจ

3. ระยะกลุ่มมีความสามัคคี

4. ระยะที่มีผลงานและยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง

จากระยะพัฒนาของกลุ่มข้างต้นนี้ สอดคล้องกับกระบวนการกลุ่มที่เยาวยา เทชะคุปต์ ได้แบ่งลำดับขั้นการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ไว้เป็น 4 ระยะ คือ (เยาวยา เทชะคุปต์ 2517 : 163 - 166)

1. ระยะการมีส่วนร่วม เป็นระยะที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมหรือคิดค้น แสวงหา สิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลจากการเรียนรู้จะเกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรง การมีส่วนร่วม ของผู้เรียนในการทำกิจกรรมจะเป็นการมีส่วนร่วมในทุก ๆ ด้าน คือ

1.1 การมีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย ได้แก่ การที่ผู้เรียนลงมือกระทำกิจกรรม การเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือการค้นคว้าสืบสวนสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะต้องแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่น เพื่อก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

1.2 การมีส่วนร่วมทางด้านจิตใจ คือ ความรู้สึกและอารมณ์ต่าง ๆ เกี่ยวกับ สิ่งที่กระทำนั้น ความรู้สึกที่เกิดขึ้นนี้จะนำไปสู่การรับรู้แนวคิดและการเรียนรู้ทางเนื้อหาเป็น อย่างดีและช่วยให้ผู้เรียนสามารถจดจำเนื้อหาได้นานอีกด้วย

1.3 การมีส่วนร่วมทางด้านปัญญาหรือสมอง คือ การที่ผู้เรียนเกิดการเห็นจริง หรือประจักษ์แจ้ง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้และการสร้างแนวความคิดจากสิ่งที่ได้รับรู้ขึ้น ซึ่งจะ เป็นแนวทางในการพัฒนาความคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน การตัดสินใจ การวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ด้วยตนเอง

1.4 การมีส่วนร่วมทางสังคม คือ การมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น จะทำให้เกิด ปฏิสัมพันธ์ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความเชื่อ ฯลฯ ซึ่งจะช่วย ให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างกว้างขวางและเกิดผลคืออีกด้วย

2. ระยะวิเคราะห์ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ ประสพการณ์ เรียนรู้ หันทีหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรม จะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมิน ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จัก ตนเองดียิ่งขึ้น

3. ระยะสรุปและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบ แนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่นแล้วสรุปเป็นหลักการของตนเอง ซึ่งผู้เรียนสามารถนำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ในอนาคตหรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้น จะกระทำทั้งสองลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพหรือการพัฒนาตนเองให้เหมาะสม ยิ่งขึ้นรวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่น ตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์ เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ในอนาคตและเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้นและประดิษฐ์สิ่งใหม่ ๆ ขึ้น

4. ระยะประเมินผล โดยผู้เรียนรู้จะเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองและของกลุ่มจากการอภิปรายให้ข้อ เสนอแนะและติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม

ผลประโยชน์ของสมาชิกในการเข้ากลุ่ม

พัชนี วรกวิน (พัชนี วรกวิน 2522 : 149 - 150) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม มีผลในด้านทัศนคติต่อตนเอง การได้เข้าร่วมกลุ่มเป็นการแสดงถึงการยอมรับจากกลุ่ม ทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ ความอบอุ่นและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นกลุ่ม ของตน นอกจากนี้กลุ่มยังมีผลทัศนคติต่อผู้อื่นในการเข้าร่วมกลุ่ม จะต้องมีส่วนสัมพันธ์ภาพซึ่งกันและกัน มีการกระทำร่วมกัน ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้ได้ทำความเข้าใจตนเองและสมาชิกอื่นในกลุ่ม พยายามแก้ไขข้อบกพร่องของตน ยอมรับฟังเหตุผล ความคิดเห็น เคารพในสิทธิหน้าที่ของ กันและกัน ซึ่งจะมีผลต่อการให้ความร่วมมือในการทำงานของกลุ่ม หากได้รับการยอมรับจาก สมาชิก รู้สึกว่าสมาชิกในกลุ่มหวังดีต่อตน สมาชิกแต่ละคนมีทัศนคติที่ดีต่อกันก็จะเกิดความ สามัคคีขึ้นและจะร่วมมือกันทำงานเป็นอย่างดี

นอกจากนี้ กิบบ์ (Rogers. 1970 : 121 - 122 'citing Gibb n.d.) ที่พบว่ากิจกรรมกลุ่มจะให้ผลส่งเสริม สร้างสรรค์ทางด้านจิตวิทยามาก กล่าวคือ จะมีการ เปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ทางด้านความรู้สึก มีการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและ ผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจและเป็นไปอย่างธรรมชาติ มีการ เปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเอง มีการแสดงความ

ประพจน์ที่ตรงกับความรู้สึกของตน มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ หมายถึง การเข้าใจตนเอง การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น หมายความว่า บุคคลจะยอมรับตนเอง พัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเองและมีความมั่นคงยิ่งขึ้น ในด้านทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น ได้แก่ การใช้อำนาจลดน้อยลง มีการยอมรับผู้อื่นมากขึ้น ลดการสั่งสอนและควบคุมผู้อื่น มีส่วนร่วมในกิจกรรมมากขึ้น มีความรู้สึกพึ่งพาซึ่งกันและกัน คือ เชื่อในความสามารถของบุคคล มีการแก้ปัญหาโดยการทำงานเป็นกลุ่ม และเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

งานวิจัยในประเทศ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่มในประเทศไทยนั้น ส่วนใหญ่จะเป็นการนำกิจกรรมกลุ่มมาเป็นกระบวนการที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาในด้านต่าง ๆ เช่น

ลักขณา ธรรมไพโรจน์ (ลักขณา ธรรมไพโรจน์ 2524 : 85) ได้ทำการทดลองใช้วิธีการกลุ่มสัมพันธ์เพื่อปรับพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยศึกษาแก่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และปีที่ 5 จำนวน 40 คน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกสูงขึ้น นอกจากนี้ มัดหนา อังตระกูล (มัดหนา อังตระกูล 2524 : 44) ได้ทำการทดลองกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 24 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่ม 8 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมได้เรียนรู้จากการสอนปกติ ผลปรากฏว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีมีภาพแห่งตนแตกต่างจากนักเรียนในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนามโนภาพแห่งตนได้และ รัตนา รัตนประสพโชค (รัตนา รัตนประสพโชค 2524 : 41 - 42) ได้ศึกษาการพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลด้วยกิจกรรมกลุ่ม โดยศึกษาแก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ได้พบว่า กิจกรรมกลุ่มมีผลต่อการสื่อสารระหว่างบุคคลของนักเรียน และการสื่อสารระหว่างบุคคลของนักเรียนที่ฝึกกิจกรรมกลุ่ม ก่อนและหลังการฝึกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อีกด้วย

นอกจากนี้ เมตตา จินดารักษ์ (เมตตา จินดารักษ์ 2525 : 41) ได้ทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผลการทดลองปรากฏว่า ความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนในกลุ่มทดลองหลังการฝึกกิจกรรมกลุ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่มมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งการทดลองนี้สอดคล้องกับผลการทดลองของ ลัดดาวรรณ ณ ระนอง (ลัดดาวรรณ ณ ระนอง 2525 : 52) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการทดลองพบว่า หลังการฝึกกิจกรรมกลุ่มนักเรียนมีพัฒนาการทางด้านความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกลุ่มทดลองมีพัฒนาการทางวินัยในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ นิตยา เชียงทอง (นิตยา เชียงทอง 2526 : 42) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการยอมรับตนเองกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกโดยใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มมีการยอมรับตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยในต่างประเทศ

เทรปปา และ ไฟร์ค (Treppa and Frike. 1972 : 466 - 468) ได้ทำการฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มกับกลุ่มทดลอง 11 คน และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกเลย 11 คน พบว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกมีการเปลี่ยนแปลง ความเข้าใจในตนเองไปในทางที่ดีขึ้นในด้านความสามารถในการควบคุมตนเอง คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การนับถือตนเอง การยอมรับตนเอง ความเข้าใจในความเป็นมนุษย์ ความสามารถในการสร้างมนุษยสัมพันธ์และความคิดเกี่ยวกับตนในอุดมคติ ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาผลการใช้กระบวนการกลุ่มของเดอร์ชมิทท์ (Durschmidt. 1978 : 3953 - A) ได้ทำการทดลองศึกษาผลของการใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้าใจในตนเองของนักศึกษาในกลุ่มทดลองจำนวน 38 คน โดยการให้เข้าร่วมกลุ่มการสัมมนาที่เปิดโอกาสให้แต่ละบุคคลได้แสดง

ศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุมจำนวน 63 คนยังคงให้เรียนตามปกติ ผลปรากฏว่า เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแล้ว กลุ่มทดลองมีการยอมรับตนเองดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเข้าใจในตนเองของทั้งสองกลุ่มนั้นไม่แตกต่างกัน

ผลการทดลองที่กล่าวข้างต้นนี้ขัดแย้งกับผลการวิจัยของ เล็กซ์ (Lex. 1973 : 6093 - a) ที่ได้ทำการศึกษาดูด้วยการทดลองกับนักศึกษาปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในรัฐอินเดียนาให้กลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบเก่า กลุ่มทดลองใช้วิธีการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ผลจากการทดสอบก่อนและหลังการสอนพบว่าไม่แตกต่างกัน แต่กลุ่มทดลองมีความพอใจในประสบการณ์ที่ได้รับ

จากผลงานวิจัยของทั้งในและต่างประเทศ จะเห็นได้ว่า กิจกรรมกลุ่มน่าจะช่วยลดพฤติกรรมที่ไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนได้

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน

สภาพของสังคมไทยในปัจจุบัน ปัจจุบันกำลังอยู่ในระยะการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในทุกด้าน ทั้งทางด้านการศึกษา สังคม การเมืองและเศรษฐกิจ ทำให้คนเราต้องปรับตัวตลอดเวลา จากสภาพการณ์เช่นนี้ทำให้บุคคลโดยเฉพาะวัยรุ่น ซึ่งส่วนหนึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา เกิดความเครียดทางอารมณ์ เกิดการสับสนในการปรับตัว และเกิดความคับข้องใจ ก่อให้เกิดพฤติกรรมหลายชนิดที่เป็นพฤติกรรมปรับตนแบบผิด ๆ สำหรับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนที่เกิดขึ้นในโรงเรียนนั้นเป็นพฤติกรรมซึ่งเกิดจากการปรับตัวไม่ดี เช่น วิตกกังวล ไม่ตั้งใจเรียน ก่อความขุ่นเคือง เป็นต้น ซึ่ง สำเร็จ บุญเรืองรัตน์ (สำเร็จ บุญเรืองรัตน์ 2515 : 113) ได้รายงานผลการวิจัยของศูนย์อินโนเทค (Innotech Center) เพื่อศึกษาปัญหาที่เกิดขึ้นในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาในประเทศไทย โดยออกแบบสอบถามครู พบพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเรียงลำดับความสำคัญ ดังนี้

1. ฝ่าฝืนระเบียบข้อบังคับ
2. ไม่สนใจการเรียน
3. แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว
4. เรียนหนังสือไม่ดี

5. ไม่สุขภาพ
6. ไม่เคารพครู
7. ลักขโมย
8. รบกวนชั้นเรียนขณะที่สอน
9. หนีโรงเรียน

จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนเป็นปัญหาที่สำคัญที่เกิดขึ้นในโรงเรียน ซึ่งมีลักษณะพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ คือ ไม่สนใจการเรียน รบกวนชั้นเรียนขณะที่สอน พูดมาก ก้าวร้าว ไม่ร่วมกิจกรรมการเรียน เป็นต้น

การลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนเป็นวิธีการปรับพฤติกรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งใช้การสังเกต เป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรม

ความหมายของการปรับพฤติกรรม

พฤติกรรม หมายถึง การกระทำของมนุษย์ การกระทำทุกอย่างของมนุษย์ไม่ว่า การกระทำนั้นผู้กระทำจะทำโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว เช่น การพูด การเดิน การกระพริบตา การไต่ยืน การรู้สึกโกรธ การคิด ฯลฯ (ชัยพร วิชชาวุธ 2523 : 1)

สำหรับการปรับพฤติกรรม ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ 2527 : 1) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรม หมายถึง

1. การประยุกต์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ โดยเฉพาะความรู้ทางจิตวิทยาเชิงวิทยาศาสตร์มาใช้ในการสร้างสรรค์ให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

2. กลวิธีในการใช้พฤติกรรมนิยมนี้ ครอบคลุมพฤติกรรมการแสดงออกต่าง ๆ การคิด การจำ การรับรู้ การสัมผัส ความรู้สึกและอารมณ์ โดยจะครอบคลุมพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายใน ซึ่งพฤติกรรมภายนอกสามารถสังเกตได้ด้วยประสาทสัมผัส ส่วนพฤติกรรมภายในนั้นสามารถศึกษาได้โดยการสันนิษฐานจากพฤติกรรมภายนอก

3. กลวิธีในการนำความรู้และหลักทางพฤติกรรมศาสตร์และทางจิตวิทยา โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางการเรียนรู้และการจูงใจมาประยุกต์อย่างมีระบบและอย่างจริงจัง ในการสร้างสรรค์และเสริมสร้างให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

4. กลวิธีเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่สามารถวัดหรือวิจัยได้

5. การประยุกต์หลักพฤติกรรม เพื่อรับพฤติกรรมของมนุษย์ในสภาพการณ์ต่าง ๆ

การปรับพฤติกรรมเป็นการประยุกต์หลักพฤติกรรม (Behaviorism) ซึ่งใช้การสังเกตเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรม ซึ่งวิธีการสังเกตพฤติกรรมนี้ เรียกว่า วิธีพฤติกรรมนิยม (Behavioristic Method) ซึ่งมีลักษณะเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ที่สังเกตได้ง่ายที่สุด คือ ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าภายนอก (External Stimulus ย่อว่า S) และการตอบสนองภายนอก (External Response ย่อว่า R) โดยที่ถ้าสิ่งเร้าภายนอกเปลี่ยนไป การตอบสนองภายนอกจะเปลี่ยนไปหรือไม่อย่างไร มีวิธีการปรับพฤติกรรมหลาย ๆ วิธี เพื่อเลือกใช้โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ตลอดจนสร้างสรรค์และเสริมสร้างให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

ทฤษฎีพื้นฐานของการปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรมมีหลักอยู่ว่า พฤติกรรมใด ๆ ก็ตามสามารถรับหรือเปลี่ยนได้ตามหลักการเรียนรู้ สำหรับประเภทของการเรียนรู้ที่มีความสำคัญต่อการปรับพฤติกรรมมีดังต่อไปนี้

1. การเรียนรู้เงื่อนไขแบบคลาสสิก (Classical Condition)
2. การเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม (Operant Conditioning)
3. การเรียนรู้จากการสังเกต (Observational Learning)

สำหรับวิธีการปรับพฤติกรรม ประกอบด้วย 4 วิธีการ ดังนี้ คือ

1. วิธีการสร้างหรือสอนพฤติกรรมใหม่
2. วิธีการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์

3. วิธีการรักษาพฤติกรรมที่ได้รับแล้ว

4. วิธีการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

การลดพฤติกรรมหรือการลดความถี่ของการเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เป็นวิธีที่สำคัญประการหนึ่งของการปรับพฤติกรรม ในการลดความถี่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์จะต้องพิจารณาเป้าหมาย วิธีการ สภาพแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อการลดความถี่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และประสิทธิภาพของวิธีการลดพฤติกรรมหรือลดความถี่ของการเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ มีวิธีการดังนี้คือ การลงโทษ การให้เวลานอก การปรับสินไหม การหยุดหยั่ง การให้การเสริมแรง การหมดภาวะ การให้การเสริมแรงพฤติกรรมอื่น นอกเหนือไปจากพฤติกรรมที่ต้องการจะให้ลดหรือยุติลง เป็นต้น

แบนดูรา (Bandura. 1969 : 282) เสนอแนวคิดในการปรับพฤติกรรม โดยการใช้แรงเสริมทางสังคมไว้ 3 ข้อ คือ

1. ให้แรงเสริมกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือพฤติกรรมที่ตรงกันข้ามกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาทันที

2. ไม่ให้แรงเสริมหรือไม่เอาใจใส่ (extinction) กับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

3. ไม่ใช้วิธีการลงโทษ

นอกจากนี้ยังมีขั้นตอนต่าง ๆ ในการปรับพฤติกรรม ดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมครั้งหนึ่ง ๆ ว่าต้องการจะลดความถี่ของพฤติกรรมใดและต้องการเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมใด

2. สิ่งสำคัญในการเลือกการให้แรงเสริมนั้น ต้องคำนึงถึงผลที่เกิดจากการให้แรงเสริมและกำหนดว่า เมื่อใด จะให้แรงเสริมบวกและเมื่อใดจะให้แรงเสริมลบ

3. ศึกษาวิธีสังเกต วิธีบันทึกพฤติกรรมและแบบแผนการทดลอง การปรับพฤติกรรมอย่างละเอียด

4. ติดตามผลโดยการตรวจสอบผลที่ได้จากการทดลอง ถ้าความถี่ของพฤติกรรมที่ศึกษาลดลงหรือเพิ่มขึ้นตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ แสดงว่าวิธีการนั้นมีประสิทธิภาพ แต่ถ้าปรากฏว่าผลไม่เป็นไปตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ ก็ต้องทำการศึกษาเพื่อปรับปรุงแก้ไขต่อไป

รีซ (Reese. 1966 : 115 - 124) ได้กล่าวถึง วิธีการพื้นฐานในการ
ปรับพฤติกรรมอย่างสังเขปมีดังนี้

1. อธิบายพฤติกรรมที่ต้องการจะเปลี่ยนในรูปของพฤติกรรมที่สังเกตได้ชัดเจน
2. จัดบันทึกพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนในระยะสั้นหรือระยะก่อนให้แรงเสริม
เพื่อให้แน่ใจว่าพฤติกรรมนั้นเป็นปัญหาจริง ๆ
3. จัดสถานการณ์เรียนรู้หรือสถานการณ์ในการให้แรงเสริม
4. พิจารณาถึงแรงเสริมที่จะให้แก่ผู้รับการทดลองว่าแรงเสริมชนิดใดเป็นไปได้
และเหมาะสมที่สุด
5. ทำการปรับพฤติกรรมหรือให้แรงเสริมในการทดลองตามหลักการปรับพฤติกรรม
6. บันทึกพฤติกรรมที่ได้รับแรงเสริม เพื่อนำมาพิจารณาว่าวิธีการที่ใช้ปรับพฤติกรรม
ได้ผลหรือไม่

จะเห็นได้ว่า การปรับพฤติกรรมดังกล่าวเน้นการให้แรงเสริมบวกเพื่อให้พฤติกรรม
ที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต

การสังเกตและการบันทึกพฤติกรรม ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์
2523 : 34) กล่าวว่า เนื่องด้วยการสังเกตเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรมตาม
หลักพฤติกรรม ลักษณะของพฤติกรรมที่จะสังเกตจะต้องเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก กระทำ
หรือตอบโต้ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง และจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถ
สังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้และวัดได้ โดยใช้เครื่องมือหรือด้วยการใช้การสังเกตโดยอาศัย
อวัยวะสัมผัสของผู้สังเกตโดยตรง

สำหรับจุดมุ่งหมายของการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมมีจุดมุ่งหมาย เพื่อรวบรวม
ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษา แล้วนำข้อมูลนั้นไปวิเคราะห์ต่อไป เพื่อจะได้ทราบ
ว่าพฤติกรรมที่ประสงค์จะรับนั้นเปลี่ยนแปลงหรือไม่ อย่างไร

ในการสังเกตพฤติกรรมนั้น ผู้ทำการทดลองได้สังเกตพฤติกรรมของผู้รับการทดลอง
โดยที่ผู้รับการทดลองไม่รู้ตัวว่าถูกสังเกต ซึ่งสามารถจัดทำได้โดยวิธี ดังนี้

1. การสังเกตอยู่ในห้องสังเกตพฤติกรรม

2. ผู้สังเกตนั่งอยู่หลังชั้นเรียนโดยไม่แสดงความสนใจนักเรียนคนใดคนหนึ่ง

เป็นพิเศษและไม่ควรวินิจฉัยนักเรียนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรมด้วย

ส่วนการบันทึกพฤติกรรมนั้นมีขั้นตอนการจัดกระทำ ดังนี้

1. การกำหนดลักษณะพฤติกรรมที่พึงประสงค์ จะสังเกตและบันทึกให้ชัดเจน

เพื่อจะได้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมนั้น ๆ ได้ถูกต้อง

2. ลักษณะของการบันทึกพฤติกรรม ผู้สังเกตอาจจะบันทึกความถี่หรือจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่ประสงค์จะสังเกตที่เกิดขึ้นในเวลาที่กำหนด หรือผู้สังเกตอาจแบ่งเวลาออกเป็นช่วง ๆ แล้วนับจำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษา

ในการบันทึกพฤติกรรมนั้น อาจกำหนดรหัสในการบันทึกพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษา เช่น

ล. หมายถึง ลุกจากที่นั่ง

ค. หมายถึง ตีเพื่อน

ท. หมายถึง ทำงานตามที่ครูสั่ง

1 หมายถึง คอยกับเพื่อน เป็นต้น

แล้วบันทึกพฤติกรรมที่ได้จากการสังเกต โดยเขียนรอยขีดพฤติกรรม เช่น ขีดเฉียง

(/) ทับตัวอักษรหรือตัวเลขที่เป็นรหัสของพฤติกรรมนั้น ๆ

นอกจากนี้ในการเลือกแบบสังเกตและบันทึกพฤติกรรมควรใช้หลักการเลือกแบบสังเกตและบันทึกพฤติกรรม โดยมุ่งให้สอดคล้องกับลักษณะของพฤติกรรมที่ต้องการศึกษา และจุดมุ่งหมายของการปรับพฤติกรรมที่ได้กำหนดไว้

1. การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์ (Event Sampling) เป็นการเลือกสังเกตเฉพาะพฤติกรรมที่ต้องการศึกษาในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ เช่น "จำนวนครั้งที่ทำเสียงเรอ" โดยนับความถี่หรือจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษาในช่วงเวลาหลาย ๆ ช่วง และมีการกำหนดช่วงเวลาที่ยาวเพียงใดจะขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ

2. การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเวลา (Time Sampling) เป็นการสังเกตที่ผู้สังเกตแบ่งเวลาออกเป็นช่วง ๆ แล้วนับเฉพาะช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษา

นั่นคือ ผู้สังเกตจะสังเกตเพียง 1 ครั้งในแต่ละช่วงเวลา พฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับการสังเกตหน่วยเวลา ชัยพร วิชชาวุธ (ชัยพร วิชชาวุธ 2523 : 42 - 43) กล่าวว่า ได้แก่ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นต่อเนื่องกัน เช่น การพูดหยอกล้อกัน การเล่นตุ๊กตา การชกชน การตั้งใจฟังครูสอน ฯลฯ ส่วนเกณฑ์การนับเวลานั้นจะต้องกำหนดให้แน่นอน โดยจะต้องให้สอดคล้องกับลักษณะของพฤติกรรมที่ต้องการจะศึกษาและจุดมุ่งหมายของการปรับพฤติกรรมที่ได้กำหนดไว้ เช่น การสังเกตพฤติกรรมของผู้ถูกสังเกตครั้งละหลาย ๆ คน โดยการสลับสังเกตช่วงเวลาละ 1 คน เช่น สังเกตพฤติกรรมตั้งใจทำแบบฝึกหัดคณิตศาสตร์ของนักเรียนจำนวน 10 คน ช่วงเวลาที่สังเกตช่วงละ 12 วินาที เราสังเกตนักเรียนคนที่ 1 ในช่วงเวลาที่ 1 และสังเกตคนที่ 2 ในช่วงเวลาที่ 2 จนครบทั้ง 10 คน จะใช้เวลา 120 วินาที แล้วกลับมาเริ่มต้นใหม่ตลอดเวลา 50 นาที นักเรียนแต่ละคนจะถูกสังเกต 25 ครั้ง ครั้งละ 12 วินาที ข้อมูลที่สังเกตได้นี้จะนำมาวิเคราะห์รวมเป็นพฤติกรรมของนักเรียนทั้งกลุ่มหรือแยกวิเคราะห์เป็นพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคนก็ได้

การหาค่าดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกต หาได้โดยให้ผู้สังเกตสองคนสังเกตพฤติกรรมพร้อม ๆ กันแล้วนำผลการสังเกตมาเปรียบเทียบกัน เพื่อพิจารณาความสอดคล้องของผู้สังเกต 2 คน โดยนำจำนวนช่วงเวลาที่ผู้สังเกต 2 คน เห็นตรงกันว่ามีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน และจำนวนเวลาที่ผู้สังเกตเห็นไม่ตรงกันมาคำนวณตามสูตร

$$\text{ความเชื่อมั่นของการสังเกต} = \frac{\text{จำนวนช่วงเวลาที่บันทึกตรงกัน}}{\text{จำนวนช่วงที่บันทึกตรงกัน} + \text{จำนวนช่วงที่บันทึกต่างกัน}}$$

โดยค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องจะต้องไม่ต่ำกว่า .80 จึงจะเชื่อถือได้ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต 2524 : 274 อ้างอิงมาจาก Kazdin. 1975)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน

งานวิจัยในประเทศ

เรณู ผดุงถิ่น (เรณู ผดุงถิ่น 2517 : 16 - 17) ได้ทำการทดลองใช้การเสริมแรงทางสังคม เพื่อปรับพฤติกรรมก้าวร้าวโดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างเด็กพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 3 คน ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏว่า ความสนใจและคำชมเชยกับพฤติกรรมที่เหมาะสมและไม่ให้ความสนใจหรือไม่เอาใจใส่กับพฤติกรรมก้าวร้าวจากครู จะลดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กลงได้ นอกจากนี้ สมพร สุทัศน์ย์ (สมพร สุทัศน์ย์ 2522 : 69 - 72) ได้ให้ครูใช้การเสริมแรงทางสังคมปรับพฤติกรรมเจียมขริ่มผิดปกตินักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 4 คน ผลปรากฏว่า การให้การเสริมแรงทางสังคมโดยครู เช่น ให้คำชมเชย แสดงการยอมรับและการให้ความสนใจ ทำให้พฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้นคือ การสบตา ถาม พูด ยิ้ม และทำให้พฤติกรรมเจียมขริ่มลดลงในทำนองเดียวกัน เบญจกุล จินาพันธ์ (เบญจกุล จินาพันธ์ 2517 : 31 - 33) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยศึกษาเฉพาะกรณีพฤติกรรมนอนอยู่ไม่สุข โดยใช้การให้การเสริมแรงด้วยคำชมเชยและความสนใจของครูต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่ใส่ใจต่อพฤติกรรมนอนอยู่ไม่สุขเกินปกติของเด็กในชั้นเรียนระดับประถมศึกษา ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมนอนอยู่ไม่สุขเกินปกติของผู้รับการทดลองทั้ง 4 คน ลดลง และพรชูลี อาชวบำรุง และสงบ ลักษณะ (พรชูลี อาชวบำรุง และสงบ ลักษณะ 2519 : 49) ได้ใช้กิจกรรมที่นักเรียนชอบ เป็นแรงเสริมเพื่อปรับพฤติกรรมก่อนขึ้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมปีที่ 5 , จำนวน 45 คน ผลการทดลองปรากฏว่า การให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมที่ชอบในเวลาพักของชั่วโมงศิลปะ-หัตถศึกษา เช่น เล่นฟุตบอล ตีปิงปอง พักผ่อนตามสบาย ทำให้พฤติกรรมก่อนขึ้นเรียนลดลง

จากงานวิจัยในประเทศจะพบว่า การปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนได้ใช้วิธีการเสริมแรงทางสังคม เพื่อลดพฤติกรรมดังกล่าวเช่นเดียวกับวิธีการเสริมแรงเพื่อปรับพฤติกรรมชุกชอนอยู่ไม่สุข หรือพฤติกรรมเจียมขริ่มผิดปกติ และการเสริมแรงโดยการให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมที่ชอบในเวลาพักของชั่วโมงศิลปะ-หัตถศึกษา ทำให้พฤติกรรมก่อนขึ้นเรียนลดลง

งานวิจัยในต่างประเทศ

แพตเตอร์สัน (Patterson. 1971 : 275 - 282) ทดลองใช้หลักปรับพฤติกรรมกับเด็กที่มีพฤติกรรมชกชอนอยู่ไม่สุขเกินปกติ ผู้รับการทดลองคือ เด็กชายเอ็ด อายุ 9 ปี การทดลองนี้ใช้การเสริมแรงทางสังคมและสิ่งของ คือ คำชมของครู และได้รับรางวัลคือ ขนมหรือเหรียญเฟนนี่ เมื่อมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ผลการทดลองพบว่าในระยะก่อนการทดลองพฤติกรรมชกชอนอยู่ไม่สุขเกินปกติเท่ากับ 8.4 ครั้งต่ออาทิตย์ หลังการทดลองใช้การเสริมแรงพฤติกรรมชกชอนอยู่ไม่สุขเกินปกติเท่ากับ 3.2 ครั้งต่ออาทิตย์ แสดงว่าพฤติกรรมชกชอนอยู่ไม่สุขเกินปกติลดลงและมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น

บรอดเดน (Broden. 1970 : 341 - 349) ได้ทำการทดลองใช้ระบบการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร เช่น เบี้ย แด้ม กะแนน ดาว หรือเหรียญพลาสติก ซึ่งนักเรียนสามารถนำไปแลกเป็นขนมหรือของที่ต้องการได้ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมก่อนของเก็กพิเศษ ชั้น 7 - 8 จำนวน 13 คน ที่มีปัญหาเกี่ยวกับการพูด การอ่านและค็อถึง ไม่สนใจการเรียน และไม่ทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย จากการทดลองหลังจากให้เบี้ยอรรถกรต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์ซึ่งได้แก่ การฟังครูสอนและการทำงานที่ได้รับมอบหมาย พฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้นในวันแรก 78 % และต่อมาก็เพิ่มขึ้นเป็น 83 % เมื่อเทียบกับพฤติกรรมในระยะที่ไม่ได้ให้เบี้ยอรรถกร

จากงานวิจัยในต่างประเทศจะพบว่า การทดลองเพื่อปรับพฤติกรรมชกชอนอยู่ไม่สุขเกินปกติของเด็กนั้นใช้การเสริมแรงทางสังคม เช่น คำชมเชยและสิ่งของ เช่น ขนม หรือเหรียญเฟนนี่ เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับการใช้ระบบการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกร เพื่อลดพฤติกรรมก่อนของเด็กที่มีปัญหาเกี่ยวกับการพูด การอ่าน และค็อถึงด้วย

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ได้กล่าวมาแล้วนี้จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนนั้นเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในสภาพการเรียนการสอนซึ่งควรจะได้รับการลดพฤติกรรมดังกล่าว งานวิจัยที่กล่าวข้างต้นให้ความสำคัญสำหรับการจัดสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะครูเป็นผู้กำหนดการเสริมแรงเพื่อช่วยลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ แต่งานวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน มีความสามารถควบคุมตนเองโดยไม่คำนึงว่า นักเรียนจะเผชิญกับสภาพแวดล้อมเช่นไร

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่มมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน
2. นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงหลังจากได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่ม
3. นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงหลังจากได้รับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน

วิธีดำเนินการค้นคว้า

ประชากร

ประชากรสำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ปีการศึกษา 2529 โรงเรียนปามอกวิทยาคม อำเภอปามอก จังหวัดอ่างทอง

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนจำนวน 14 คน ที่ได้จากประชากร โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1. สุ่มตัวอย่างแบบสุ่มอย่างง่าย โดยมีนักเรียนทั้งห้องเรียนเป็นหน่วยของการสุ่มให้นักเรียนในห้องเรียนมา 2 ห้องเรียน
 2. สุ่มนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในแต่ละห้องเรียน โดยวิธีดังนี้
 - 2.1 ครูประจำชั้นและครูประจำวิชาสังคมศึกษาสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในห้องเรียน แล้วให้นำหน้านักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลงในแบบประเมินพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน
 - 2.2 ผู้วิจัยจัดอันดับนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนจากมากไปหาน้อย
 - 2.3 สัมภาษณ์เพื่อคัดเลือกนักเรียนคนที่ต้องการปรับปรุงตนเองตามลำดับ
- ในข้อ 2.2
3. จัดกลุ่มโดยการจับคู่กลุ่ม ซึ่งใช้พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนเป็นเกณฑ์ ให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 7 คน แล้วจับฉลากเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือดังต่อไปนี้

1. โปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม มีลำดับการสร้างดังต่อไปนี้

1.1 ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนและกิจกรรมกลุ่มจากตำราเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหา และกิจกรรมให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

1.2 สร้างโปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่มให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

1.3 นำกิจกรรมที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบในเรื่องความสอดคล้องระหว่างจุดมุ่งหมายกิจกรรมและวิธีการ

1.4 นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นไปทดลองกับนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาข้อบกพร่องในด้านวิธีดำเนินการ อุปกรณ์ และเวลาที่ใช้

1.5 นำโปรแกรมที่ทดลองใช้มาปรับปรุงแก้ไข เพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป

โปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม

วัน เดือน ปี เวลา	กิจกรรม	จุดมุ่งหมาย
22 ก.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ	- เพื่อให้สมาชิกทราบความมุ่งหมายในการเข้ากลุ่มรวมทั้งระเบียบและวิธีการของการเข้ากลุ่ม - เพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีในการเริ่มต้นทำกิจกรรมร่วมกัน
24 ก.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 2 นิทานสัมพันธ์ แต่งห้อง	- เพื่อสร้างการยอมรับระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม - เพื่อสร้างความรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่ม

วัน เดือน ปี เวลา	กิจกรรม	จุดมุ่งหมาย
28 ก.ค. 2528 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 3 สิ่งที่ได้รับ	- เพื่อให้ทราบความรู้สึกของผู้หญิงผู้ฟังไม่สนใจฟัง - เพื่อให้ทราบว่า การคุยกันแล้วตนเองไม่ได้รับสาระต่าง ๆ ที่สำคัญ - เพื่อลดการคุยกันในขณะครูสอน
30 ก.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 4 ชนกลุ่มน้อย	- เพื่อให้เห็นผลของการมีเสียงรบกวนในเวลาเรียน
4 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 5 เสียงรบกวน	- เพื่อให้สมาชิกสำรวจอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่มีต่อการฟัง
6 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 6 เล็กและแจ้	- เพื่อให้เห็นผลของการเคาะโต๊ะ การลุกจากที่นั่งในขณะทำกิจกรรม - เพื่อลดการเคาะโต๊ะ การลุกจากที่นั่งขณะร่วมกิจกรรม
11 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 7 สร้างจตุรัส	- เพื่อให้เห็นผลของการแยกเพื่อนในขณะทำงาน - เพื่อฝึกให้รับผิดชอบในหน้าที่ของตน - เพื่อลดการแยกเพื่อน
13 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 8 วัยรุ่น	- เพื่อให้สมาชิกสำรวจความรู้สึกของคนที่เกิดขึ้นจากปฏิกิริยาของผู้อื่น - เพื่อให้สมาชิกพิจารณาผลของปฏิกิริยานั้นต่อตนเอง

วัน เดือน ปี เวลา	กิจกรรม	จุดมุ่งหมาย
18 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 9 ร้อยดาว	- เพื่อฝึกความอดทน ซึ่งจะเป็นผล ต่อความอดทนและการมีจิตใจจดจ่อ ในการเรียนในห้องเรียน
20 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 10 ผลงาน	- เพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนทาง วาจาและกาย - เพื่อฝึกการควบคุมตนเองในการ ทำงานกลุ่ม
25 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 11 เกมส์เปิดใจ	- เพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ทั้งทางวาจาและกาย - เพื่อร่วมกันอภิปรายในหัวข้อว่า จะทำอะไรดี
27 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 12 ความหวังในอนาคต สรุป	- เพื่อสร้างความประทับใจ - แสดงทัศนคติและแลกเปลี่ยน ความคิดเห็น - สรุปผลการฝึกกิจกรรมกลุ่ม

2. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ มีลำดับการสร้างดังนี้

2.1 ศึกษาจุดมุ่งหมายและรายละเอียดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนจาก ตำรา เอกสารที่เกี่ยวข้อง

2.2 สร้างโปรแกรมข้อเสนอแนะให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายและโปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม

โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

วัน เดือน ปี เวลา	ข้อเสนอแนะ	จุดมุ่งหมาย
23 ก.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ	- เพื่ออธิบายให้สมาชิกเข้าใจจุดประสงค์ของการให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน
29 ก.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 2 พฤติกรรมตั้งใจเรียนและพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน	- เพื่ออธิบายความหมายและลักษณะของพฤติกรรมตั้งใจเรียนและไม่ตั้งใจเรียน
31 ก.ค. 2529 5 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 3 - 4 เสียงรบกวน	- เพื่อลดการส่งเสียงรบกวนและการคุยกันในขณะที่ครูสอน
14 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 5 การฟังในการเรียน	- เพื่อลดการคุยกันในขณะที่ครูสอน
19 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 6 พฤติกรรมไม่ฟัง	- เพื่อลดพฤติกรรมการเล่นโทรศัพท์มือถือ
26 ส.ค. 2529 16.00 - 16.50	ครั้งที่ 7 การลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนทั้งทางวาจาและกาย	- เพื่อลดพฤติกรรมการเล่นเพื่อน - เพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่ตั้งใจเรียนทั้งทางวาจาและกาย

3. แบบบันทึกพฤติกรรม เป็นตาราง 5 ช่อง แต่ละช่องใช้สำหรับบันทึกพฤติกรรมที่สังเกตได้ในแต่ละช่วงเวลา ช่วงเวลาละ 7 นาที สลับกับพัก 3 นาที รวม 4 ช่วงในการเรียนแต่ละครั้ง

แบบบันทึกพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน มีลำดับการสร้างดังต่อไปนี้

- 3.1 ศึกษาทำรายการเอกสารงานวิจัยเกี่ยวกับการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม
- 3.2 นำแบบสำรวจพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนไปให้ครูประจำวิชาสังเกตและบันทึกพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน และนำมาสร้างเป็นนิยามของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน
- 3.3 นำนิยามของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
- 3.4 ศึกษาและสร้างแบบบันทึกพฤติกรรม โดยศึกษาจากตำรา เอกสาร นำไปทดลองใช้ระยะแรกของการสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน และนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมและสะดวกในการบันทึกช่วงสั้น ๆ

4. แบบบันทึกเสียงสัญญาณ สำหรับผู้สังเกต 2 คน ใช้สำหรับกำหนดเวลาแต่ละช่วง เสียงสัญญาณดังขึ้นช่วงละ 1 นาที ตลอดเวลาที่เรียนวิชาสังคมศึกษาเป็นเวลา 50 นาที

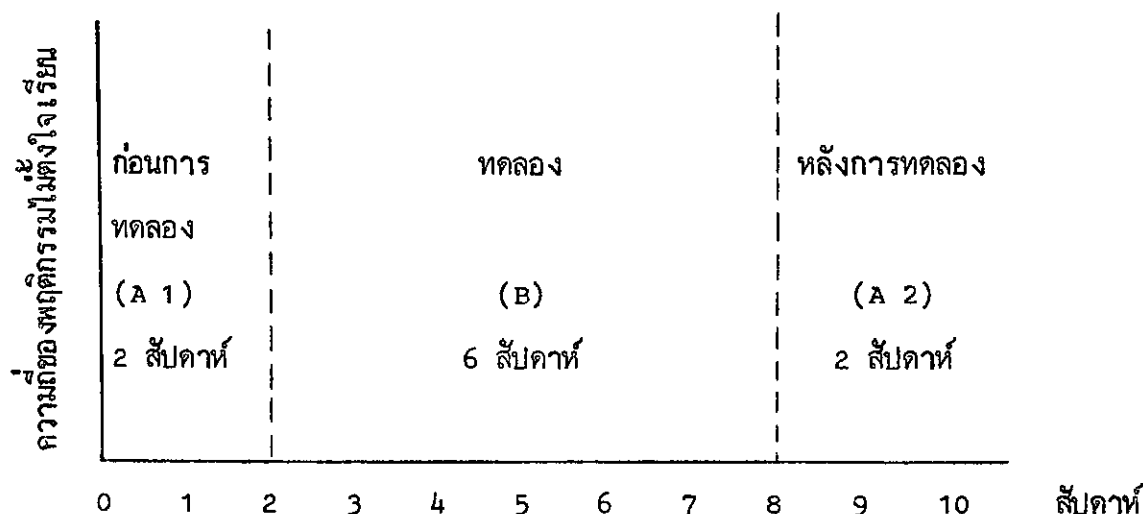
การดำเนินการทดลอง

การวิจัยนี้เป็นการทดลองแบบสลับกลับ (ABA reversal design) แบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะ ผู้สังเกตและผู้ช่วยสังเกตทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 (A 1) หาเสถียรภาพพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนเป็นเวลา 2 สัปดาห์ (สัปดาห์ที่ 1 - 2) นำคะแนนดิบใช้สำหรับการเขียนกราฟ เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมก่อนการทดลอง และใช้คะแนนเฉลี่ยเป็นการทดสอบก่อนการทดลอง

ระยะที่ 2 (B) ลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มเป็นเวลา 6 สัปดาห์ (สัปดาห์ที่ 2 - 8) นำคะแนนดิบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาเขียนกราฟ เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมในขณะทดลอง

ระยะที่ 3 (A 2) ติดตามผลหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ (สัปดาห์ที่ 8 - 10)
นำคะแนนดิบใช้สำหรับเขียนกราฟ เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมหลังการทดลองและ
ใช้คะแนนเฉลี่ยเป็นการทดสอบหลังการทดลอง



ภาพประกอบ 1 แผนภูมิแสดงระยะต่าง ๆ ของการทดลอง

แผนการสังเกต ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. มีผู้สังเกต 2 คน ได้แก่ ผู้วิจัยซึ่งทำหน้าที่สังเกตและผู้ร่วมงานอีก 1 คน ซึ่งทำหน้าที่เป็นผู้สังเกตแต่เพียงอย่างเดียว
2. ผู้สังเกตทั้ง 2 คน ศึกษาและทำความเข้าใจกับจุดมุ่งหมายของงานวิจัยนี้
3. ผู้สังเกตทั้ง 2 คน ศึกษานิยามของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนให้เข้าใจตรงกัน พร้อมกับศึกษาแบบบันทึกการสังเกตให้เข้าใจ เพื่อให้สามารถใช้แบบบันทึกการสังเกตได้อย่างถูกต้อง
4. การสังเกตในงานวิจัยครั้งนี้ ใช้สังเกตแบบช่วงเวลา (Time Sampling) ในชั่วโมงสังคมศึกษา จะสังเกตการเรียนการสอนสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ในการเรียนแต่ละครั้ง จะสังเกตพฤติกรรมเป็นเวลา 50 นาทีติดต่อกัน โดยแบ่งการสังเกตเป็นช่วง ช่วงละ 7 นาที สลับกับพัก 3 นาที รวมสังเกต 4 ช่วง เนื่องจากพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนที่ศึกษาเป็นพฤติกรรม

ต่อเนื่อง ดังนั้นการนับช่วงเวลาของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในช่วง 1 นาที จะนับช่วงเวลานั้นทันทีเมื่อเกิดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนขึ้นตลอดหนึ่งนาทีหรือไม่เต็มหนึ่งนาทีก็ตาม

(ชัยพร วิชชาวุธ 2523 : 42)

5. การสังเกต จะสังเกตครึ่งละหนึ่งคนเป็นเวลา 1 นาทีหมุนเวียนกันไป ถ้าในแต่ละช่วงเวลาที่เกิด พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนให้ขีดเครื่องหมาย " | " ลงในบันทึกพฤติกรรมตามพฤติกรรมที่เกิดขึ้น

6. เขียนแผนผังที่นั่งนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อใช้ในการสังเกต

7. วิธีการสังเกต ผู้สังเกต 2 คน จะเข้าไปอยู่ในห้องสังเกตและอยู่ในตำแหน่งที่มองเห็นพฤติกรรมในห้องเรียนและได้ยินเสียงชัดเจน ผู้สังเกตคอยระวังไม่ให้ผู้รับการทดลองรู้ตัวและกำหนดเวลาเริ่มต้นพร้อมกัน

ความเชื่อมั่นของการสังเกต

ค่าความเชื่อใจได้ของการบันทึกพิจารณาจากความสอดคล้องของผู้สังเกต 2 คน โดยนำจำนวนช่วงเวลาของผู้สังเกต 2 คนเห็นตรงกันว่านักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน และจำนวนเวลาที่ผู้สังเกตเห็นไม่ตรงกัน มาคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้อง (ชัยพร วิชชาวุธ 2523 : 45) โดยค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องต้องไม่ต่ำกว่า .80

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ความถี่ของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้ Mann Whitney U Test (นิภา ศรีไพโรจน์ 2528 : 149) และวิเคราะห์ความถี่ของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้ The Wilcoxon Sign Rank Test (นิภา ศรีไพโรจน์ 2528 : 111)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล มีลำดับขั้นตอนต่อไปนี้

1. ผลการทดสอบพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง
2. พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังมีการทดลอง
3. พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังมีการทดลอง
4. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผลการทดสอบพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}_D$	S_D	U
กลุ่มทดลอง	7	6.4285	2.7603	8.5*
กลุ่มควบคุม	7	3.2857	1.7994	

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .019

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 1 ปรากฏว่า นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .019 โดยการใช้กิจกรรมกลุ่ม ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงกว่าการให้ข้อสนเทศ

2. พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังมีการทดลอง
ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังมีการทดลอง

การทดสอบ	N	$\bar{X}$	S	$\bar{X}_D$	T
ก่อนทดลอง	7	11.2857	1.8898	6.4285	0*
หลังทดลอง	7	5.1428	2.8828		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 2 ปรากฏว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน
ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังมีการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
โดยการใช้กิจกรรมกลุ่ม ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลง

3. พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังมีการทดลอง
ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังมีการทดลอง

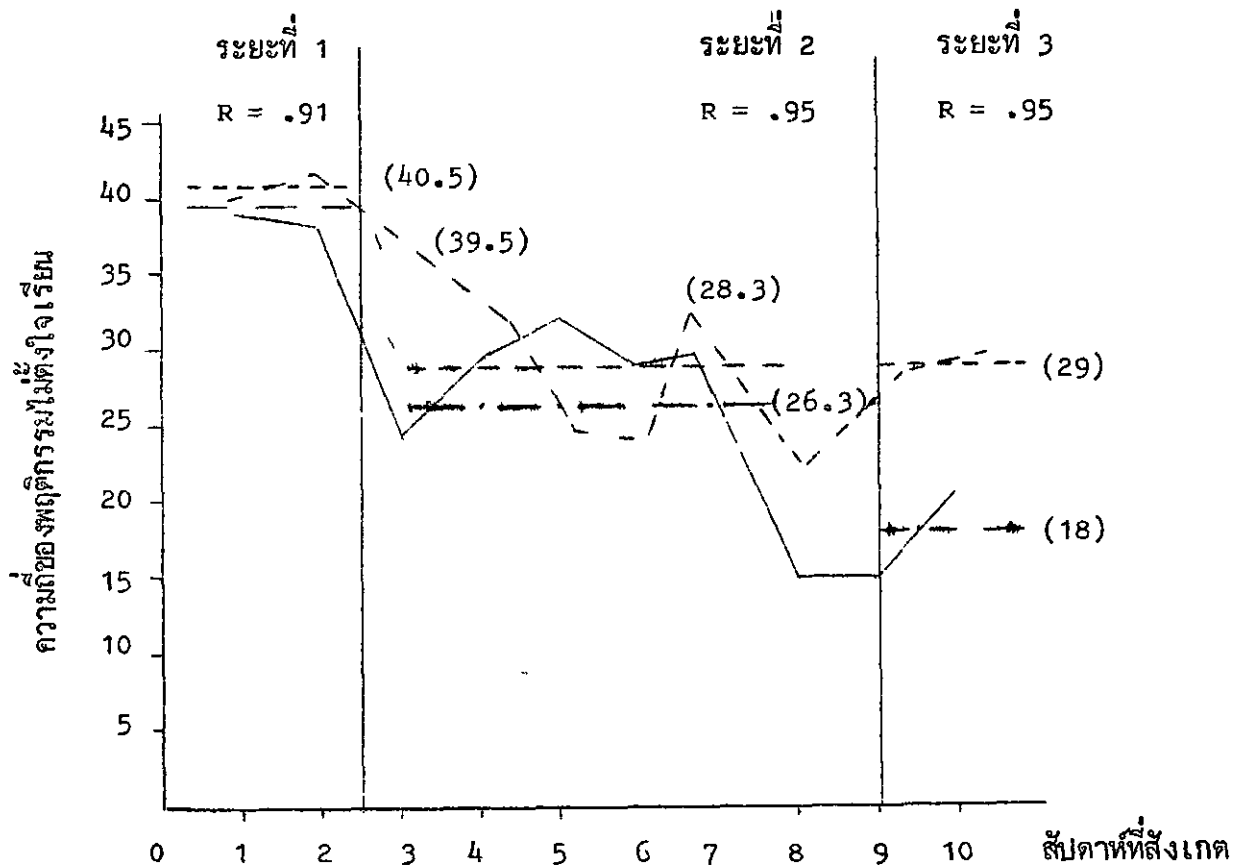
การทดสอบ	N	$\bar{X}$	S	$\bar{X}_D$	T
ก่อนทดลอง	7	11.5714	2.2990	3.2857	0*
หลังทดลอง	7	8.2857	1.3801		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 3 ปรากฏว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน
ของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
โดยการให้ข้อเสนอแนะ ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลง

4. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ระยะเส้นฐานพฤติกรรม ระยะที่ 2 ระยะทดลองและระยะที่ 3 ระยะหลังการทดลอง ปรากฏผลดังแสดงในภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 ค่าเฉลี่ยความถี่ของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมตลอด 3 ระยะ

- _____ ความถี่พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง
- . — ค่าเฉลี่ยความถี่พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง
- . . — ความถี่พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุม
- — — ค่าเฉลี่ยความถี่พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุม
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง

จากภาพประกอบ 2 จะเห็นได้ว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะที่ฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม (ระยะที่ 2) และระยะหลังการทดลอง (ระยะที่ 3) ลดลงจากในระยะเส้นฐานพฤติกรรม (ระยะที่ 1) กล่าวคือ พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะที่ 1 เป็น 39.5 ลดลงเป็น 26.3 ในระยะที่ 2 และลดลงเป็น 18 ในระยะที่ 3 เมื่อพิจารณาจากกลุ่มควบคุมพบว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนในระยะที่ให้อาสาสมัคร (ระยะที่ 2) ลดลงจากระยะเส้นฐานพฤติกรรม (ระยะที่ 1 และระยะหลังการทดลอง (ระยะที่ 3) เพิ่มขึ้นเล็กน้อยจากระยะที่ 2 กล่าวคือ พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนในระยะที่ 1 เป็น 40.5 ลดลงเป็น 28.3 ในระยะที่ 2 และเพิ่มขึ้นเป็น 29 ในระยะที่ 3 เมื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในระยะที่ 2 และระยะที่ 3 พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนในกลุ่มควบคุมสูงขึ้นกว่าในระยะที่ให้อาสาสมัครเล็กน้อย แต่พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มยังน้อยกว่าขณะที่ทดลอง

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบผลการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ
2. เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียน
3. เพื่อศึกษาผลของการให้ข้อเสนอแนะในการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียน

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนที่ได้รับการฝึกหัดด้วยกิจกรรมกลุ่มมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน
2. นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงหลังจากได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่ม
3. นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงหลังจากได้รับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างสำหรับการศึกษารั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2529 โรงเรียนบาโมกข์วิทยาคม อำเภอบาโมกข์ จังหวัดอ่างทอง จำนวน 14 คน โดยสุ่มนักเรียนมา 2 ห้องเรียน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย ให้ครูประจำชั้นและครูประจำวิชาสังคมศึกษาให้น้ำหนักพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลงในแบบประเมินพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนและจัดอันดับนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนจากมากไปหาน้อย สัมภาษณ์และคัดเลือกนักเรียนที่ต้องการปรับปรุงตนเองตามลำดับมา 7 คน ในแต่ละห้องเรียน แล้วจับฉลากเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม

เครื่องมือที่ใช้ในการกั้นคว่ำ

เครื่องมือในการศึกษาต้นคว่ำครั้งนี้ประกอบด้วย

1. โปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม
2. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ
3. แบบบันทึกพฤติกรรม

การดำเนินการทดลอง

1. ระยะก่อนทดลอง ดำเนินการดังนี้

ผู้วิจัยและผู้ร่วมสังเกต ฝึกการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกับนักเรียนจำนวน 7 คน ในเวลา 8 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที จนกระทั่งได้ค่าความเชื่อมั่นของการสังเกตสูงกว่า .80

2. ขั้นตอนการทดลอง ใช้เวลา 10 สัปดาห์ การทดลองครั้งนี้เป็นการทดลองแบบ สลับกลับ ABA แบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือ

2.1 ระยะที่ 1 (A 1) ระยะเส้นฐานพฤติกรรมสังเกตและบันทึกพฤติกรรม ไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนเป็นเวลา 2 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที และใช้เป็นพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนก่อนการทดลอง

2.2 ระยะที่ 2 (B) ระยะทดลอง ผู้วิจัยใช้โปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ในกลุ่มทดลอง ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะในกลุ่มควบคุม ตามโปรแกรมที่วางไว้ เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ผู้วิจัยและผู้ร่วมสังเกต สังเกตและบันทึกพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนในขณะทดลอง

2.3 ระยะที่ 3 (A 2) ระยะหลังการทดลอง สังเกตและบันทึกพฤติกรรม ไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน เป็นเวลา 2 สัปดาห์ และใช้เป็นพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนหลังการทดลอง

3. หลังสิ้นสุดการทดลอง ดำเนินการดังนี้

3.1 นำผลการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมมาหาความเชื่อมั่นระหว่าง

ผู้สังเกต 2 คน เพื่อหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องในช่วงการทดลอง

3.2 นำผลการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปผลได้ดังนี้

1. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนที่ได้รับ

การฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ พบว่าการฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่าการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .019

2. พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการใช้กิจกรรมกลุ่ม พบว่าการใช้กิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน ลดลงกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะ พบว่า การให้ข้อเสนอแนะทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมในห้องเรียนลดลงกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้เมื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียน พบว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองลดลงในระยะทดลองและในระยะหลังการทดลอง เมื่อเปรียบเทียบกับระยะเส้นฐาน ส่วนกลุ่มควบคุมพบว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนลดลงน้อยกว่ากลุ่มทดลองในระยะเดียวกัน เมื่อเทียบกับระยะเส้นฐาน

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปทุมวิทยาคม จังหวัดอ่างทอง

โดยเปรียบเทียบกลุ่มทดลองที่ฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนอแนะ ว่ามีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนแตกต่างกันหรือไม่ ปรากฏผลการวิจัยดังนี้

1. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนระหว่างกลุ่ม พบว่า ก่อนการทดลองพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนใกล้เคียงกัน และภายหลังการทดลอง พบว่า การฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะทั้งสองวิธีนี้ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลง แต่เมื่อเปรียบเทียบผลการจดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแล้ว พบว่า การฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่าการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .019 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับผลการทดลองของ ลัดดาวรรณ ณ ระนอง (ลัดดาวรรณ ณ ระนอง 2525 : 52) ที่ได้ทำการวิจัยไว้ พบว่า หลังจากการฝึกกิจกรรมกลุ่มนักเรียนมีพัฒนาการทางด้านความมีวินัยในตนเองสูงขึ้น และ พรรณี ลิ้มปิวัฒนา ที่พบว่า การสอนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สามารถพัฒนาทัศนคติทางจริยธรรมเกี่ยวกับความมีระเบียบวินัย ความซื่อสัตย์ และความรับผิดชอบของนักเรียนได้ (พรรณี ลิ้มปิวัฒนา 2523 : 54)

ที่เป็นเช่นนี้ผู้วิจัยมีความเชื่อว่า การฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ทำให้ผู้เรียนมีโอกาสร่วมทำกิจกรรมได้อย่างทั่วถึง ประกอบกับการเรียนเป็นกลุ่มทำให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นโดยการวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ซึ่งกันและกันตลอดเวลา ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง และได้ฝึกปฏิบัติควบคุมตนเอง จึงก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางทัศนคติและพฤติกรรมเพื่อให้เข้ากับเกณฑ์ที่กลุ่มยอมรับ

2. นักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ จันทิภา ลิ้มเจริญ ที่ว่า กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์จะช่วยให้สมาชิกในกลุ่มมีการพัฒนาในด้านทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรม เพราะกระบวนการกลุ่มเป็นกิจกรรมที่นำไปสู่

การปฏิบัติจริงสู่การวิเคราะห์ทำให้ผู้เรียนรู้จักตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ยิ่งไปกว่านั้น ผู้เรียนยังยอมรับข้อบกพร่องของตนและพร้อมที่จะแก้ไข นอกจากนี้การทำกิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ในการดำรงชีวิตแบบประชาธิปไตย รู้จักรับผิดชอบในบทบาทของตนเอง รู้จักแก้ปัญหา เป็นคนมีเหตุผล สอนให้เห็นอกเห็นใจผู้อื่น และรู้จักทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ (จันทิกา ลิ้มปิเจริญ 2522 : 79)

นอกจากนี้เมื่อพิจารณาถึงลักษณะกระบวนการกลุ่มที่มีการวิเคราะห์ประสบการณ์ตรง การประสบกับความรู้สึกที่เป็นผลกระทบโดยตรงจากพฤติกรรมในกระบวนการกลุ่ม ซึ่งทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันอย่างไว้วางใจกัน ทำให้ผู้เรียนได้ค้นพบแนวคิดที่ต้องการ และสามารถสรุปหลักการได้ด้วยตนเอง การสอนแบบนี้ยังมุ่งเน้นการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน จึงทำให้ผู้เรียนเข้าใจได้อย่างลึกซึ้งและจดจำได้ดี

3. นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อสนเทศ มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียน ลดลงกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากผลการวิจัยนี้ แสดงให้เห็นว่าการเรียนรู้จากข้อสนเทศเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนให้ลดลงกว่าเดิม ในการศึกษากครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการทดลองสอนด้วยตนเองทั้งสองกลุ่ม ซึ่งในกลุ่มควบคุมที่ใช้การให้ข้อสนเทศพบว่า ครั้งแรกเป็นการปฐมนิเทศ มีการสนทนา ชักถาม ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ในการเรียนของตนเอง นักเรียนให้ความสนใจ เข้าร่วมการทดลองทุกครั้ง เมื่อนักเรียนอ่านข้อสนเทศแล้ว ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม และแสดงความคิดเห็น ในครั้งสุดท้ายผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับข้อสนเทศที่ได้รับ นักเรียนส่วนใหญ่มีความเห็นว่าได้รับความรู้เพิ่มขึ้นเกี่ยวกับผลของพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน และวิธีการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนที่จะนำไปปฏิบัติ ดังนั้นการเรียนรู้โดยการอ่านข้อสนเทศเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนให้ลดน้อยลงได้

ในการวิจัยครั้งนี้ พบว่านักเรียนที่ได้รับข้อสนเทศ มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงก็ตาม แต่เป็นการลดพฤติกรรมที่น้อยลงกว่าการใช้กิจกรรมกลุ่ม และจากการสังเกตของผู้วิจัยที่เป็นผู้ดำเนินการทดลองกับนักเรียนทั้งสองกลุ่มนี้ ทำให้ได้พบความแตกต่างของนักเรียน

ได้อย่างชัดเจน กล่าวคือ นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนอแนะ จะมีความกระตือรือร้นในระยะแรก ๆ ต่อมานักเรียนมีความกระตือรือร้นลดน้อยลง เนื่องจากเพราะสภาพการเรียนการสอนไม่กระตุ้นความสนใจของนักเรียน กล่าวคือ นักเรียนอ่านเอกสารสนเทศที่เตรียมไว้และให้นักเรียนได้ซักถามข้อสงสัยเท่านั้น ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มที่ใช้การฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม นักเรียนเรียนรู้ในบรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัย ได้สำรวจพฤติกรรมที่ผ่านเข้ามาในกิจกรรม รวมทั้งการรับรู้อย่างชัดเจน ทำให้เห็นผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน รวมทั้งมีโอกาสดูแลแลกเปลี่ยนและรับรู้พฤติกรรมใหม่ที่ส่งเสริมการเรียนรู้ของตน พบว่าผู้เรียนมีความพอใจที่ได้อยู่ในกลุ่ม ผู้เรียนได้เรียนรู้การทำงานอย่างมีแผน ใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์ ควบคุมตนเองได้มาก

จากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ทั้งการฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะต่างก็ทำให้พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนลดลง แต่การฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ทำให้พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่าการให้ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 การศึกษาวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าวิธีการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีผลทำให้พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลง จึงควรส่งเสริมให้มีการฝึกกิจกรรมกลุ่ม เพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียน

1.2 ในการนำกิจกรรมกลุ่มไปใช้นั้น ต้องมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน ผู้ดำเนินการในกิจกรรมกลุ่มควรเป็นผู้มีความรู้เกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม บทบาทของผู้นำและบทบาทของสมาชิกเป็นอย่างดี รวมทั้งควรจะมีคุณลักษณะบางประการที่เอื้ออำนวยให้การฝึกกิจกรรมสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย เช่น บุคลิกภาพเป็นกันเอง เพื่อสร้างบรรยากาศกลุ่มให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี มีความสามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นได้ดี และการมีความสามารถในการวิเคราะห์เชื่อมโยงความคิด และสรุปความได้ดี เพื่อช่วยให้สมาชิกสามารถคิดเชื่อมโยงสิ่งที่ได้จากทำกิจกรรมแต่ละครั้งให้ถูกต้องชัดเจน

ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัย

1. ควรทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มในการแก้ปัญหาทางความประพฤติบางอย่างของนักเรียน เช่น ความเป็นระเบียบในการเรียน การหนีเรียน
2. ควรทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มกับนักเรียนในวัยอื่น ๆ เพื่อผลการทดลองว่านักเรียนจะมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงหรือไม่
3. ควรติดตามผลเป็นระยะหลังการทดลอง 1, 3, 6 เดือน เพื่อดูประสิทธิภาพของกิจกรรมกลุ่ม

ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมกลุ่ม

1. ควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม มีทักษะในการรับรู้ เชื่อมโยงความคิด สรุปความ และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี พยายามทำให้สมาชิกเข้าใจ บทบาทของตนและบทบาทของกลุ่มเพื่อช่วยให้กลุ่มดำเนินการไปได้ด้วยดี และควรสังเกต พฤติกรรมของนักเรียนในขณะทำกิจกรรมอย่างใกล้ชิด เพื่อประโยชน์ในขั้นของการวิเคราะห์ที่จะนำไปสู่ความเข้าใจอย่างแท้จริง
2. การเลือกกลุ่มตัวอย่าง ควรอย่างยิ่งที่จะมีการสัมภาษณ์ เพื่อถามความสมัครใจ ก่อนเข้ากลุ่ม
3. ควรมีการขอความร่วมมือกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง และใกล้ชิดกับนักเรียน เช่น ผู้ปกครอง ครูประจำชั้นในเรื่องเกี่ยวกับการช่วยให้แรงเสริมทางสังคม ในกรณีที่นักเรียนมี พฤติกรรมที่เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายของการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งนั้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

คมเพชร ฉัตรศุภกุล กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2522, 80 หน้า

จันทิภา ลิ้มใจเจริญ กระบวนการกลุ่มในการเรียนการสอน เดอะบิสสิเนสเพรส 2522,
99 หน้า

จำเนียร ช่างโชติ และคนอื่น ๆ ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มบุคคล โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย
รามคำแหง 2521, 214 หน้า

ชัยพร วิชชาวุธ การวิจัยเชิงจิตวิทยา กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช 2523, 188 หน้า
มูลสารจิตวิทยา กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2525

ชูชัย สมितिไกร กิจกรรมกลุ่ม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 2528, 100 หน้า

นิตยา เชียงทอง ผลการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการยอมรับตนเองของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทพมงคลรังษี จังหวัดกาญจนบุรี ปรินิพนธ์ กศ.ม.
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2526, 80 หน้า อัดสำเนา

นิภา วิจิตรศิริ ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โรงเรียนหนองแค "สรกิจพิทยา" จังหวัดสระบุรี ปรินิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2525, 121 หน้า อัดสำเนา

นิภา ศรีไพโรจน์ สถิตินอนพาราเมตริก ภาควิชาพื้นฐานการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม 2528, 303 หน้า

เบญจกุล จีนาพันธ์ "การปรับพฤติกรรมในชั้นเรียน : การศึกษาเฉพาะกรณีซึ่งอยู่ไม่สุข
เกินกว่าปกติ" วิทยานิพนธ์ปริญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2517, 71 หน้า

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น ฉบับแก้ไขครั้งที่ 2 ขอนแก่น : คณะ
ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 2527, 264 หน้า

พรจุลี อาชวำรุง และสงวน ลักษณะ "การปรับพฤติกรรมก่อนในห้องเรียน"

วารสารครุศาสตร์ 6(กรกฎาคม - สิงหาคม 2519) : 49 - 55

พัชนี วรกวิน จิตวิทยาสังคม โรงพิมพ์สถานสงเคราะห์ปากเกร็ด 2522, 175 หน้า

ไพศาล อันประเสริฐ การศึกษาพฤติกรรมของนิสิตปริญญาตรี สาขาประมง ที่ออกฝึกสอน
ต่อการแก้ปัญหาในชั้นเรียนและการสร้างแบบจำลองของปัญหา (Simulation) เพื่อ
ใช้ฝึกสอนนิสิตนักศึกษาในการคิดแก้ปัญหา ก่อนออกฝึกสอน วิทยาลัยวิชาการศึกษา
 ประสานมิตร 2517, 107 หน้า

มณฑนา อังตระกูล การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนเองของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนหนองเสือวิทยา จังหวัดขอนแก่น ปริญญาโท กศ.ม.
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2524, 96 หน้า อุดສຳເນາ

เมตตา จินดารักษ์ ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทาง
สังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร
 ปริญญาโท กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2525, 113 หน้า
 อุดສຳເນາ

เยาวพา เตชะคุปต์ ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สำหรับการสอนในระดับประถมศึกษา
วิทยานิพนธ์ ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2517, 297 หน้า อุดສຳເນາ

เรณู ผดุงถิ่น การใช้การเสริมแรงทางสังคมเพื่อปรับพฤติกรรมก้าวร้าว วิทยานิพนธ์
 ปริญญาโท จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2517

เรวดี วงศ์พรหมเมฆ กระบวนการกลุ่ม กรุงเทพฯ : ต่างหึ่งส่วนจำกัดการพิมพ์ไชยวัฒน์
 2521, 54 หน้า

รัตน รัตนประสพโชค การพัฒนาทางจิตสำนึกระหว่างบุคคลด้วยกิจกรรมกลุ่ม ปริญญาโท
 กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2524, 87 หน้า อุดສຳເນາ

ลักขณา ธรรมไพโรจน์ การปรับพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกด้วยวิธีการกลุ่มสัมพันธ์
 ปริญญาโท กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2525, 159 หน้า
 อุดສຳເນາ

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง การทดลองใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเอง
 ปริญญาโท กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2525, 114 หน้า
 อุดສຳເນາ

สมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒโน) ธรรมะประทับใจ กรมการศึกษานอกโรงเรียน 2525,
147 หน้า

✓ สมพร สุทัศน์ การเปรียบเทียบผลของการใช้แรงเสริมแลกเปลี่ยน (Token) ต่อ
พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 วิทยาลัยครู
ฉะเชิงเทรา 2523, 100 หน้า

_____ ผลการใช้แรงเสริมแลกเปลี่ยนต่อพฤติกรรมเชิงขั้วของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2522, 102 หน้า
ตาราง

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต การปรับพฤติกรรม กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2524, 169 หน้า

_____ หลักในการพัฒนาพฤติกรรมเด็ก ในเอกสารการสอนชุดวิชาการพัฒนาพฤติกรรมเด็ก
เล่ม 1 หน่วยที่ 5 กรุงเทพมหานคร : สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
2524

สมิต อาชนิจกุล การพัฒนาตนเอง สยามมรรณ 2527, 161 หน้า

Bandura, Albert. Principles of Behavior Modification. New York
Holt, Rinehart and Winston, Inc., 1969. 677 p.

Bennett, Margaret E. Guidance and Counseling in Groups. 2nd.ed.,
New York, McGraw - Hill Book Company, Inc., 1963. 419 p.

✓ Broden, Barcia, Hall, R. vance · Dunlap, Ann and Clark, Robert
"Effects of Teacher Attention and a Taken Reinforcement System
in a Junior High School Special Education Class," Journal of
Exceptional Children 36(1970) · 341 - 349.

✗ Cobb, Joseph A. and Hops, Hyman. "Effects of Academic Survival
Skill Training on Low Achieving First Graders," The Journal of
Educational Research. 67(November 1973) 108 - 113.

Deighton, Lee C. "Small Group Instruction," The Encyclopedia of
Education. New York, The Macmillan Company and Free Press,
1971 631 p.

Durschmidt, Barbara J. "Self - Actualization and the Human Potential
Group Process in a Community College," Dissertation Abstracts
International. 38 3953 - A, January, 1978.

- Gulley, Halbert E. Discussion, Conference and Group Process.
New York, Holt, Rinehart and Winston, Inc., 1960 586 p.
- Hoge, Robert D, and Luce, Sally "Predicting Academic Achievement from Classroom Behavior." Educational Research 49 (Summer. 1979) 477 - 496 p.
- Hopkins, Kenneth D and Gene V. Glass. Basic Statistics for the Behavioral Sciences. New Jersey, Prentice - Hall, Inc., 1978. 436 p.
- Lex, James Joseph. "Attitude Change to Seminary Students Associated with a Course in Group Dynamics," Dissertation Abstracts International. 33 6093 - A, May, 1973.
- Loeser, L.H. "Some Aspects of Group Dynamic." International Journal of Group Psychotherapy 1 5 - 19, 1957.
- McKellar, Carolyn Perkins. "The Effects of Assertive Behavior. Training in College Sophomores and Graduate Student. Dissertation Abstracts International 3 4054 - A, January, 1977.
- ✓ Patterson, Gerald E. "An Application of Conditioning Techniques to the Control of a Hyperactive Child." An Empirical Basic of Change in Education. edited by Wesler C. Becker, Chicago. Science Research Associates Inc., 1971.
- Phillip, David, Appication of Behavioral Principle to Classroom Setting - An Empirical Basic of Change in Education - Chicago : edited by Wesler, C. Becker - Science Research Associates Inc., 1972.
- Pinkston, Elsie M. , Nancy M. Reese , Brane Lee , M. Judith and Donald M. Baer. 1973. Interdependent Central of Preschool Child's Aggression and Peer Interaction by Contingent Teacher Attention. Journal of Applied Behavior Analysis 6(2) 115 - 124 p.
- Roger, Carl R. Encounger Groups New York, Horrer's Row, 1970 174 p.
- Treppa, Jerry A. and Lawrence Frike. "Effect of Marathon Group Experience," Journal of Couseling Psychology. 19 466 - 468, September, 1972.

ภาคผนวก

1. โปรแกรม การฝึกกิจกรรมกลุ่ม
2. โปรแกรมข้อสนทนา
3. แบบประเมินพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน
4. แบบบันทึกการสังเกต

โปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 1

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อให้สมาชิกทราบความมุ่งหมายในการเข้ากลุ่มรวมทั้งระเบียบและวิธีการของการเข้ากลุ่ม 2. เพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีในการเริ่มต้นทำกิจกรรมพร้อมกัน
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	- ปฐมนิเทศ - แนะนำตัว
อุปกรณ์	ตารางกำหนดการฝึกกิจกรรมกลุ่ม
วิธีการ	1. ผู้ดำเนินการและสมาชิกนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากันและแจกตารางกำหนดการฝึกกิจกรรมกลุ่มให้สมาชิกทุกคน 2. แจ้งความมุ่งหมายของการให้นักเรียนมาเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม 3. บอกบทบาทและหน้าที่ของผู้ดำเนินการและสมาชิกในการกระทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน 4. สมาชิกถามข้อข้องใจและปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม 5. ให้สมาชิกทุกคนสัมภาษณ์สมาชิกอื่นในกลุ่ม 3 คำถาม ดังนี้ คือ 1. สิ่งที่ยากรู้เกี่ยวกับสมาชิกที่ยังไม่รู้ 2. ต้องการให้ผู้อื่นของตนเองว่าเป็นอย่างไร 3. ขอให้ผู้อื่นทำอะไรต่อตนเอง 6. หลังจากที่ได้ทุกคนได้สัมภาษณ์แล้วให้สมาชิกทุกคนนั่งลงแล้วให้อภิปรายหัวข้อต่อไปนี้

1. ความต้องการของสมาชิกในกลุ่ม
2. ความรู้สึกในขณะที่ร่วมกันทำกิจกรรมนี้
3. ได้รับประโยชน์จากกิจกรรมนี้อย่างไร
7. ผู้ดำเนินการกล่าวสรุปเพิ่มเติมข้อคิดที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้

ครั้งที่ 2

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อสร้างการยอมรับระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม 2. เพื่อสร้างความรู้สึกรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่ม
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	1. นิทานสัมพันธ์ 2. แต่งห้อง
อุปกรณ์	กระดาษแข็งขนาด 8" x 12 1 แผ่น, หุ่นจำลองโด้สะ เก้าอี้, เทียนนอน, ทีวี, กาว, ตู้อัดผ้า, วิหยา, ชั้นหนังสือ
วิธีการ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลมประจำที่ของตน 2. ผู้ดำเนินการชี้แจงกติกาให้แต่ละกลุ่มเข้าใจ กล่าวคือ ให้สมาชิกคนใดคนหนึ่งในกลุ่มเริ่มต้นประโยก 1 ข้อความและสมาชิกคนต่อไปในกลุ่มจะต้องพูดต่อคนละ 1 ข้อความจนครบคนสุดท้ายของกลุ่มจะต้องจบนิทาน 1 เรื่อง ให้ผลัดกันเป็นผู้เริ่มเล่าและจบเรื่อง 3. ผู้ดำเนินการถามความรู้สึกของสมาชิก ก. ในขณะที่เล่าเรื่องอยู่นั้นเกิดความรู้สึกอย่างไรบ้างที่เห็นเพื่อนตั้งใจฟัง ข. เราต้องเป็นผู้ฟังในขณะที่เพื่อนเล่าอยู่นั้นรู้สึกอย่างไร ค. รู้สึกอย่างไรที่เรื่องไม่ได้ดำเนินไปอย่างที่เราต้องการ ง. ข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
กิจกรรม (2)	แต่งห้อง
วิธีการ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลมประจำที่ของตน 2. ผู้ดำเนินการชี้แจงกติกาและแจกอุปกรณ์ หุ่นจำลองเฟอร์นิเจอร์และกระดาษแข็งให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยสมาชิกแต่ละคนที่ได้รับอุปกรณ์ไปแล้วจะจัดวางเฟอร์นิเจอร์ไว้ในที่ตนพอใจ ในขณะที่จัดแต่งห้องห้ามทุกคนพูดกัน

3. เมื่อจัดเสร็จแล้ว ถ้าคนไหนในกลุ่มไม่พอใจอย่างที่เราจัดไว้ก่อนก็ให้จัดใหม่แต่ถ้าเกิดมีคนไม่พอใจอีกก็ให้เขาจัดใหม่ จัดจนกว่าทุกคนจะพอใจ โดยให้พยักหน้ารับรู้กัน
4. เมื่อทุกคนจัดห้องเสร็จเรียบร้อยแล้วให้ปรบมือและให้แต่ละคนหยิบหุ่นจำลองต่าง ๆ ออกไป
5. คราวนี้ให้ทุกคนจัดวางใหม่ให้เหมือนเดิมโดยปรึกษากันได้ ให้หากาวติดให้เรียบร้อย
6. ผู้ดำเนินการถามความรู้สึกของสมาชิกในหัวข้อต่อไปนี้
 - ก. รู้สึกอย่างไรเมื่อผู้อื่นนำหุ่นจำลองเฟอร์นิเจอร์ไปวางในที่ที่ตนคิดว่าไม่เหมาะสม
 - ข. รู้สึกอย่างไรเมื่อคนอื่นเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เราจัดไว้แล้ว
 - ค. รู้สึกอย่างไรในการจัดแต่งห้องครั้งแรกกับครั้งหลัง
 - ง. ในตอนสุดท้ายที่จัดเสร็จรู้สึกพอใจมากน้อยเพียงใด
7. ผู้ดำเนินการร่วมกับสมาชิกสรุปผลของกิจกรรม

ครั้งที่ 3

- จุดมุ่งหมาย
1. เพื่อให้ทราบความรู้สึกของผู้พูดซึ่งผู้ฟังไม่สนใจฟัง
 2. เพื่อให้ทราบว่า การคุยกันทำให้ตนเองไม่ได้รับรู้สาระที่สำคัญ
 3. เพื่อลดการคุยกันในขณะครูสอน
- เวลา 50 นาที
- สถานที่ ห้องแนะแนว
- กิจกรรม สิ่งที่ได้รับ
- วิธีการ
1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม หันหน้าเข้าหากัน
 2. ขออาสาสมัคร 2 คนเพื่อทำหน้าที่เป็นผู้พูด
 3. นำอาสาสมัครออกมานอกห้องเพื่ออบอุ่นความที่เตรียมไว้ให้คนละ 1 เรื่อง เพื่อนำไปบรรยายให้เพื่อนในชั้นฟัง เมื่อได้รับอนุญาตจากผู้ดำเนินการจึงเข้ากลุ่มได้
 4. ผู้ดำเนินการชี้แจงกติกาให้สมาชิกที่เป็นผู้ฟังทราบว่าระหว่างที่ผู้พูดคนแรกกำลังพูดอยู่นั้น ให้สมาชิกแสดงอาการรับฟังและให้ความสนใจตั้งใจฟังให้มากที่สุด และเมื่อผู้พูดคนที่ 2 เข้ามาพูดให้สมาชิกแสดงอาการไม่ตั้งใจฟัง พูดคุยกัน นอกเรื่องตลอดเวลา
 5. ให้สมาชิกคนที่ 1 เข้ามาพูด 3 นาทีแล้วจึงให้สมาชิกคนที่ 2 ที่คอยอยู่ข้างนอกเข้ามาพูดต่อไปอีก 3 นาที
 6. หลังจากนั้นให้ผู้พูดทั้ง 2 คนเล่าความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะที่พูด
 7. ให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้
 - ก. ผู้ฟังสามารถเข้าใจสาระจากผู้พูดทั้ง 2 คนแตกต่างกันอย่างไร
 - ข. ในขณะที่แสดงการไม่ตั้งใจฟัง คุยกัน เกิดความรู้สึกอย่างไร
 8. ผู้ดำเนินการและสมาชิกช่วยกันสรุปผลจากกิจกรรมนี้

ครั้งที่ 4

จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้เห็นผลเสียของการมีเสียงรบกวนในเวลาเรียน
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	ชมกลุ่มน้อย
อุปกรณ์	1. บทความเรื่อง แม้วและอีโก้ 2. คำถามเกี่ยวกับข้อเขียน 2 เรื่องนี้ 3. ปากกา
วิธีการ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม หันหน้าเข้าหากัน 2. ผู้ดำเนินการให้สมาชิก 2 คนที่มีระดับเสียงคล้ายกันอ่านหนังสือเร็วพอ ๆ กัน เตรียมอ่านเรื่องแม้วและอีโก้ 3. ผู้ดำเนินการชี้แจงให้สมาชิกทราบว่าจะให้ทุกคนฟังบทความ 2 เรื่อง ซึ่งผู้อ่านจะอ่านพร้อม ๆ กันให้สมาชิกใส่ใจฟังและจับใจความให้ได้มากที่สุด 4. ให้อาสาสมัครอ่านบทความโดยให้อ่านพร้อม ๆ กัน ให้รักษาระดับเสียงและความเร็วในการอ่านให้เท่า ๆ กัน คือ เริ่มต้นและจบพร้อมกัน ผู้อ่านทั้ง 2 ยืนอยู่ที่จุดเดียวกัน 5. เมื่ออ่านจบแล้ว ผู้ดำเนินการแจกคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังทั้ง 2 เรื่อง ให้สมาชิกตอบ 6. แจกคำตอบให้สมาชิกตรวจให้คะแนนตนเอง ข้อถูกให้ 1 คะแนน ข้อผิดได้ 0 คะแนน แล้วรวมคะแนนแต่ละเรื่องพิจารณาคะแนนทั้ง 2 เรื่องว่าแตกต่างกันอย่างไร 7. ให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายว่า ขณะที่ฟังเรื่อง 2 เรื่องพร้อม ๆ กันแต่ละคนเกิดความรู้สึกอย่างไรกับเสียงที่รบกวนกัน 8. ผู้ดำเนินการและสมาชิกร่วมกันสรุปชีวิตที่ได้จากกิจกรรมนี้

ครั้งที่ 5

จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้สมาชิกสำรวจอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่มีต่อการฟัง
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	เสียงรบกวน
อุปกรณ์	เอกสารบทละครเรื่องไชยเชษฐ์ 2 ชุด กระดาษ, ปากกา
วิธีการ	1. ผู้ดำเนินการชี้แจงกติกาให้สมาชิกนั่งเรียงที่สุดและพยายามฟังเสียงที่มีอยู่ในห้องให้ได้มากที่สุด อาจจะหลับตาฟัง 2. ให้เขียนเสียงที่ได้ยินให้มากที่สุดเท่าที่จำได้ลงกระดาษที่แจกให้ 3. สมาชิกร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้ ก. เสียงที่ได้ฟังเมื่อเปรียบเทียบกับกันจะพบว่าแต่ละคนได้ยินอย่างไร ข. วิธีปรับปรุงนิสัยการฟังทำได้อย่างไร 4. ผู้ดำเนินการแจกเอกสารเรื่อง "ไชยเชษฐ์" ชุดที่ 1 ให้สมาชิกทุกคน 5. ให้สมาชิกใช้เวลา 4 นาทีเพื่อท่องจำหรือย่อกแล้วเขียนสิ่งที่จำได้มากที่สุด 6. ผู้ดำเนินการเดินไปรอบ ๆ เปิด-ปิดหน้าต่าง เปิดเพลงฟัง และให้ทำกิจกรรมที่ล่อใจให้มากที่สุด 7. ผู้ดำเนินการแจกเอกสารเรื่อง "ไชยเชษฐ์" ชุดที่ 2 ให้สมาชิกทุกคน 8. ให้สมาชิกใช้เวลา 4 นาทีเพื่อท่องจำหรือย่อกแล้วชุดที่ 2 แล้วเขียนสิ่งที่จำได้มากที่สุด 9. ผู้ดำเนินการพยายามที่จะรักษาสภาพแวดล้อมให้อยู่ในลักษณะที่สงบที่สุด 10. ให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้ ก. เมื่อไรที่พบว่างานนี้ทำได้ง่าย ข. เมื่อไรที่รู้สึกตนว่ามีความแม่นยำมากขึ้น จำได้เพิ่มมากขึ้น ค. สิ่งล่อใจให้ออกนอกทางมีผลอย่างไรต่อการทำงาน

- ง. มีอะไรบ้างที่มักเข้ามาทำลายสมาธิของท่าน เมื่อท่านกำลังทำงาน
 - จ. จะใช้วิธีการใดบ้างเพื่อลดหรือขจัดสิ่งล่อใจเหล่านี้
11. ผู้ดำเนินการและสมาชิกช่วยกันสรุปผลจากกิจกรรมนี้

ครั้งที่ 6

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อให้เห็นผลของการเคาะโต๊ะ ลูกจากที่นั่งขณะทำกิจกรรม 2. เพื่อลดการเคาะโต๊ะ ลูกจากที่นั่งในขณะร่วมกิจกรรม
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	เล็กและแจ้
อุปกรณ์	1. บทแนะนำตัว เล็กและแจ้
วิธีการ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม หันหน้าเข้าหากัน 2. ขออาสาสมัคร 2 คน เพื่อแสดงบทบาทเป็นเล็กและแจ้ 3. นำอาสาสมัครออกมานอกห้องเพื่อมอบบทแนะนำตัวให้เตรียมพูดที่ละคน และให้รออยู่จนกว่าผู้ดำเนินการจะอนุญาตให้เข้าไปพูด 4. ผู้ดำเนินการบอกกติกาให้สมาชิกผู้ฟังทราบว่า เมื่อเล็กเข้ามาพูดแนะนำตัวอยู่นั้นให้สมาชิกแสดงอาการรับฟังและตั้งใจฟังตลอดเวลา และเมื่อผู้แสดงเป็นแจ้เข้ามาพูดแนะนำตัวให้สมาชิกไม่ตั้งใจฟังโดยเคาะโต๊ะ ลูกจากที่นั่ง เดินไปมาบ้าง 5. อาสาสมัครคนแรกแสดงเป็นเล็กเข้ามาพูดแนะนำตัว เมื่อพูดจบผู้ดำเนินการเรียกให้อาสาสมัครคนที่ 2 เข้ามาพูดให้เพื่อนสมาชิกฟัง 6. ให้สมาชิกผู้พูดทั้ง 2 คนเล่าความรู้สึกขณะพูด 7. ผู้ดำเนินการซักถามผู้ฟังว่า หลังจากแสดงปฏิกิริยาต่างกันแล้วมีผลต่อผู้พูดทั้ง 2 คนแตกต่างกันอย่างไร 8. สมาชิกช่วยกันอภิปรายผลของการมีส่วนร่วมในลักษณะที่เกิดขึ้น และข้อคิดจากกิจกรรมนี้ 9. ผู้ดำเนินการสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกลำความคิดที่ได้จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตรประจำวัน

ครั้งที่ 7

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อให้เห็นผลของการเหย่เพื่อนในขณะทำงาน 2. เพื่อฝึกให้รับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน 3. เพื่อลดการเหย่เพื่อน
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	สร้างจตุรัส
อุปกรณ์	1. ขอบขนาดกลางจำนวน 6 ขอบ 2. กระดาษตัดเป็นรูปทรงเรขาคณิต ดังนี้ 2.1 กระดาษแข็งรูปสี่เหลี่ยมจตุรัส ขนาด 6" x 6" 1 แผ่น 2.2 กระดาษแข็งรูปสี่เหลี่ยมจตุรัส ตัดออกเป็นชิ้นเล็ก ๆ ให้เป็นรูปร่างต่าง ๆ กัน เขียนกำกับชิ้นส่วนด้วยดินสอ 2.3 แบ่งชิ้นส่วนในขอบ 6 ขอบ 3. ขอบใหญ่ 1 ขอบ
วิธีการ	1. ขอบอาสาสมัคร 2 คนออกไปกำหนดบทบาทสมมุติ ผู้ดำเนินการชี้แจงให้อาสาสมัครแสดงบทบาทล้อเลียนและเหย่เพื่อนในขณะเข้าร่วมกิจกรรม 2. ให้สมาชิก 6 คนร่วมกันทำกิจกรรมให้สมาชิก 1 คนเป็นผู้สังเกตการณ์ 3. ผู้ดำเนินการ (ชี้แจงกติกา) แจกขอบใหญ่ 1 ขอบและชี้แจงให้ทราบว่าในขอบใหญ่นี้มีขอบภายใน 6 ขอบซึ่งบรรจุชิ้นส่วนรูปร่างต่าง ๆ กัน สมาชิกทุกคนจะต้องช่วยกันต่อชิ้นส่วนเหล่านี้ให้เป็นรูปสี่เหลี่ยมจตุรัส โดยห้ามพูดห้ามปรึกษากัน 4. ให้เวลาต่อชิ้นส่วน 15 นาที เมื่อหมดเวลาแล้วให้หยุดไม่ว่าจะเสร็จหรือไม่ก็ตาม 5. เมื่อหมดเวลาให้สมาชิกอภิปรายความรู้สึกขณะทำกิจกรรม

6. ผู้สังเกตการณ์เล่าถึงสิ่งที่สังเกตพบในขณะที่ทำกิจกรรม
7. ผู้ดำเนินการและสมาชิกช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้

ครั้งที่ 8

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อให้สมาชิกสำรวจความรู้สึกของคนที่เกิดขึ้นจากปฏิกิริยาของผู้อื่น 2. เพื่อให้สมาชิกพิจารณาผลของปฏิกิริยานั้นต่อตนเอง
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	วัยรุ่น
วิธีการ	1. ผู้ดำเนินการขออาสาสมัครเป็นผู้อภิปราย 3 คน 2. กำหนดให้สมาชิกพูดเรื่องการแต่งกายของวัยรุ่น 3 คนโดยให้ออกไปเตรียมตัวอภิปรายนอกห้อง 3. ผู้ดำเนินการอภิปรายชี้แจงกติกาให้สมาชิกปฏิบัติตามข้อความที่กำหนดไว้กล่าวคือ 1. เมื่อคนที่ 1 พูด ให้พูดแทรกและชวนเพื่อนคุย 2. เมื่อคนที่ 2 พูด ให้ลุกเดินไปมา ไม่สนใจฟัง 3. เมื่อคนที่ 3 พูด ให้ฟังอย่างตั้งใจและถาม 4. ให้สมาชิกเข้ามาพูดในกลุ่มตามที่ได้เตรียมหัวข้อไว้ 5. หลังจากนั้น สมาชิกร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้ ก. มีอะไรเกิดขึ้นระหว่างการอภิปราย ข. สมาชิกรู้สึกอย่างไรในขณะพูด ค. เมื่อผู้ฟังแสดงปฏิกิริยาแล้ว ผู้พูดยังคงพูดต่อไปหรือไม่ ถ้าพูดพูดเพราะอะไร ถ้าไม่พูดเพราะอะไร ง. สิ่งที่ได้เป็นข้อคิดจากกิจกรรมนี้ 6. ผู้ดำเนินการสรุปเพิ่มเติม

ครั้งที่ 9

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนทางกาย 2. เพื่อฝึกความอดทนในการทำงานรวมกลุ่ม
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	ร้อยดาว
อุปกรณ์	1. เช็ม 2. ด้าย 3. ลูกปัดสีแดง, เหลือง, เขียว, ฟ้า 4. กระดาษแข็ง 5. กรรไกร 6. กาว
วิธีการ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม หันหน้าเข้าหากัน 2. แบ่งกลุ่มย่อยออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ให้สมาชิก 1 คนเป็นผู้สังเกตการณ์ 3. ผู้ดำเนินการชี้แจงกติกาให้สมาชิกทั้ง 2 กลุ่มทราบว่า ให้สมาชิกร้อยลูกปัดเป็นรูปดาวห้าแฉกโดยสลับลูกปัด 4 สี คือ แดง เขียว เหลือง ฟ้า ช่วงละ 4 เม็ด เป็นรูปดาว 3 ดวง แล้วติดลงบนกระดาษแข็ง 4. กลุ่มที่ทำเสร็จก่อนจะเป็นผู้ชนะ 5. ผู้สังเกตการณ์จะคอยสังเกตวิธีการทำงานของ 2 กลุ่ม 6. อภิปรายผลจากการทำกิจกรรมนี้ 6.1 ความรู้สึกของสมาชิกในขณะที่ทำ 6.2 มีหลักการในการทำงานอย่างไร 7. สมาชิกและผู้ดำเนินการร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

ครั้งที่ 10

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนทั้งทางวาจาและกาย 2. เพื่อฝึกการควบคุมตนเองในการทำงานกลุ่ม
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	ผลงาน
อุปกรณ์	1. แผนที่ประเทศไทย 2. ดินสอสีต่าง ๆ 3. เอกสารเรื่องทรัพยากรของไทย
วิธีการ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากันแบ่งเป็นกลุ่มย่อย 2 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ให้สมาชิก 1 คนเป็นผู้สังเกตการณ์ 2. ผู้ดำเนินการชี้แจงกติกาให้สมาชิกทั้ง 2 กลุ่ม เขียนสัญลักษณ์ของทรัพยากรที่สำคัญลงบนส่วนต่าง ๆ ของแผนที่ให้สวยงาม ครบถ้วน ชัดเจน ภายในเวลา 20 นาที กลุ่มที่เสร็จก่อนจะได้รับรางวัล 3. ผู้ดำเนินการแจกเอกสารเรื่องทรัพยากรของไทย แผนที่ประเทศไทย และดินสอสีต่าง ๆ ให้กลุ่มย่อยกลุ่มละ 1 ชุด 4. ให้ผู้สังเกตการณ์ศึกษากระบวนการทำงานของกลุ่ม 5. ผู้ดำเนินการจับเวลา ในการทำงาน เมื่อครบกำหนดเวลาให้กลุ่มทั้ง 2 ส่งผลงานของตน 6. สมาชิกร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้ ก. การทำงานในกลุ่มย่อยมีลักษณะอย่างไร ข. มีความรู้สึกอย่างไรในขณะทำกิจกรรม ค. อะไรเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดงานที่ดี ง. ข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้คืออะไรบ้าง 7. ผู้ดำเนินการสรุปผลจากการทำกิจกรรม

ครั้งที่ 11

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนทั้งทางวาจาและกาย 2. เพื่อร่วมกันอภิปรายในหัวข้อว่า 'จะทำอะไรดี'
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	เกมส์เปิดใจ
วิธีการ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม 2. ผู้ดำเนินการกล่าวนำเล็กน้อย แล้วเปิดโอกาสให้สมาชิกเล่าประสบการณ์ที่พบในห้องเรียน เช่น พฤติกรรมที่ไม่ตั้งใจเรียนที่ได้พบเห็น และอภิปรายวิธีลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของตน 3. บอกผลที่เกิดขึ้น เมื่อได้ใช้วิธีต่าง ๆ นั้นแล้ว 4. สมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนกัน 5. ผู้ดำเนินการและสมาชิกร่วมกันวางแผนจะทำอะไรดี เพื่อพิจารณาวิธีการที่ใช้ในการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนรวมทั้งวิธีการสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ 6. ผู้ดำเนินการสรุปเพิ่มเติม

ครั้งที่ 12

จุดมุ่งหมาย	1. เพื่อให้สมาชิกแสดงทัศนคติและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้จากการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้ 2. เพื่อสร้างความประทับใจ
เวลา	50 นาที
สถานที่	ห้องแนะแนว
กิจกรรม	ความหวังในอนาคต
วิธีการ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน 2. ผู้ดำเนินการแจกซอง 7 ซอง และกระดาษ 7 แผ่น แจกให้สมาชิกทุกคน ที่หน้าซองมีชื่อของสมาชิกแต่ละคน 3. ให้สมาชิกเขียนจดหมายถึงเพื่อนทุกคนในหัวข้อต่อไปนี้ 1. ความรู้สึกที่มีต่อเพื่อน 2. ความหวังในอนาคต 3. คำอวยพร 4. เมื่อสมาชิกทุกคนเขียนเสร็จแล้วให้ใส่ซองมอบให้แต่ละคน 5. ผู้ดำเนินการซักถามความรู้สึกของสมาชิกว่า 5.1 มีความรู้สึกอย่างไรในขณะที่เขียนถึงเพื่อน 5.2 มีความรู้สึกอย่างไรเมื่อได้รับจดหมายของเพื่อน 6. ผู้ดำเนินการกล่าวสรุปการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้ และกล่าวปิดโปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม

โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

ครั้งที่ 1

ปฐมนิเทศ

1. อธิบายให้สมาชิกเข้าใจจุดประสงค์ของการให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ก็เพื่อที่จะดูความเปลี่ยนแปลงในด้านความสามารถในการลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของสมาชิกหลังจากที่ได้รับข้อเสนอแนะทุกครั้งแล้ว
 2. การให้ข้อเสนอแนะ จะให้ข้อเสนอแนะแก่สมาชิกโดยพิมพ์แล้วอัดสำเนาแจกให้แก่สมาชิกทุกคน ถ้าไม่เข้าใจคอนไคหรือสงสัยเกี่ยวกับเนื้อหานั้นก็เปิดโอกาสให้ถามผู้ดำเนินการได้ การให้ข้อเสนอแนะในบางครั้งผู้ดำเนินการอาจใช้วิธีการสอนแบบบรรยายเนื้อหาต่าง ๆ ให้ทุกคนฟังและให้ถามข้อสงสัยได้
- การให้ข้อเสนอแนะแก่สมาชิกจะมีทั้งหมด 7 ครั้ง (รวมทั้งปฐมนิเทศ) ครั้งละ 45 นาที

ครั้งที่ 2

พฤติกรรมตั้งใจเรียนและพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน

พฤติกรรมตั้งใจเรียน มีลักษณะดังต่อไปนี้

1. ให้ความสนใจกิจกรรมในห้องเรียนอย่างต่อเนื่อง ในขณะที่ครูอธิบาย ชักถาม เขียนกระดาน และสั่งงาน นักเรียนแสดงอาการรับรู้และทำตาม
2. เป็นนักฟังที่ดี ในขณะที่ครูอธิบาย เพื่อนตอบ หรือถามคำถาม นักเรียนจะฟังอย่างมีสมาธิ ไม่คุยกัน ส่งเสียงดัง ลุกจากที่นั่ง แหย่กัน หรือไม่เคารพโຕະ
3. ร่วมมือทำกิจกรรมที่ครูมอบหมายให้ เช่น อ่านหนังสือ ตอบคำถามในแบบฝึกหัด เป็นต้น
4. ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย ในขณะที่ครูอธิบายให้นักเรียนฟัง เมื่อไม่เข้าใจนักเรียนยกมือถาม หรือเดินไปถามครู

พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน มีลักษณะดังต่อไปนี้

1. มีพฤติกรรมทางวาจา ที่แสดงออกอย่างต่อเนื่อง กล่าวคือ ในขณะที่ครูอธิบาย ชักถาม เขียนกระดาน สั่งงาน นักเรียนจะคุยกัน หรือส่งเสียงดังรบกวนห้องเรียน
2. มีพฤติกรรมทางกายที่แสดงออกในขณะที่เรียน กล่าวคือ นักเรียนไม่ร่วมกิจกรรม ลุกจากที่นั่ง เคาะโຕະ หยอกล้อ แห่เพื่อน ก่อความวุ่นวายในห้องเรียน

ครั้งที่ 3

เสียงรบกวน (1)

สมพงษ์เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในชั้นเรียนนี้มีนักเรียน 45 คน สมพงษ์เป็นลูกคนโต มีน้องชาย 2 คน อยู่กับพ่อแม่ซึ่งมีอาชีพค้าขายเล็ก ๆ น้อย ๆ ผลการเรียนในแต่ละปีที่ผ่านมาเขาได้เกรดผ่าน แต่ไม่ติดนัก ในชั้นเรียนสมพงษ์เป็นผู้ที่ทำให้ครูหนักใจมากคนหนึ่ง เกี่ยวกับการเรียน เขาไม่ฟังครูสอน เขาชอบชวนเพื่อนที่นั่งอยู่ข้าง ๆ คอยแต่คุยไม่ตั้งใจ เมื่อสมพงษ์เริ่มคุยเพื่อนหลายคนหันมาคุยด้วย เขาชอบคุยเรื่องนักดนตรีที่เขาชอบ รายการทีวีที่เขาดู เพื่อน ๆ หลายคนที่ชอบพูดคุยจะหันมาคุยกัน เสียงพูดคุยจะดังขึ้นเรื่อย ๆ จนกระทั่งกลบเสียงของครูที่กำลังสอน ถึงแม้ว่าครูประจำวิชาจะดุและตักเตือนให้หยุดพูดคุยกัน แต่สมพงษ์และเพื่อน ๆ จะหยุดชะงักเพียงครู่เดียวแล้วก็เริ่มพูดคุยกันในเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับการเรียนต่อไปอีก

เพื่อนร่วมห้องบางคนรู้สึกรำคาญและไม่ชอบสมพงษ์กับเพื่อนของเขา เพราะเสียงรบกวนที่เกิดจากการคุยกัน บางครั้งยังตะโกนเสียงดังทำให้เขาได้ยินครูอธิบายไม่ชัดเจน และไม่สามารถให้ความสนใจกับบทเรียนได้เต็มที่

จะเห็นว่าการพูดคุยกันในขณะที่ครูสอน ซึ่งเป็นเรื่องอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวกับบทเรียนนั้นก่อให้เกิดโทษแก่ตนเองและผู้อื่น คือทำให้เกิดเสียงดังรบกวนการเรียนของเพื่อนร่วมห้องเรียน รวมทั้งตนเองไม่สามารถเข้าใจบทเรียนได้

ดังนั้นเราจึงควรสำรวจใจตนเอง โดยตรวจสอบความคิดของตนเอง เพื่อหาช่องทางแก้ไข ปรับปรุงอบรมขัดเกลาจิตใจ จิตที่มีความคิดคือที่รักษาไว้ส่งเสริมให้ดีขึ้น จิตที่ไม่ดีก็ละวางเสีย ผู้ที่ไม่เคยตรวจสอบจิตใจของตนเองเลยจะไม่มีโอกาสรู้จักตัวเองตามความเป็นจริง ความคิดของผู้อื่นจะกระเจิดกระเจิงไปอย่างไม่มีขอบเขต ไม่มีเวลาหยุดหย่อน ผลที่ได้รับก็จะเป็นโทษแก่เจ้าตัว อย่างไม่ต้องสงสัย ทุกคนควรต้องตรวจสอบใจตนเอง อย่างน้อยวันละครั้งสองครั้ง แต่ที่ดีที่สุดสมควรทำที่สุดก็คืออยู่เสมอทุกลมหายใจเข้าออก จะพูดอะไร หยุดดูใจตนเอง ดูความคิดของตนเองเสียก่อนว่ากำลังคิดจะพูดจะทำสิ่งที่ไม่สมควรหรือไม่ จะไม่เป็นโทษภัยแก่ผู้อื่นหรือ ถ้าเห็นว่าจะเป็นโทษภัยแก่ตนเองหรือผู้อื่นไม่ว่าจะมากหรือน้อย ก็พึงสติบังคับอย่าให้แสดงออกทางกิริยาวาจา

การจะพูดจะทำสิ่งที่ เป็นทุกข์โทษไม่ว่าแก่ตนเองหรือแก่ผู้ใดไม่ควรเลย ยิ่งกว่านั้น การก่อทุกข์โทษแก่ผู้อื่นก็มีได้หมายความว่าทุกข์โทษนั้นจะไม่ถึงตนเอง ทุกคนที่ก่อทุกข์โทษให้ แก่ผู้อื่นจะต้องได้รับทุกข์โทษนั้นด้วยตนเองอย่างแน่นอนเสมอไป ฉะนั้นจึงต้องระวังความคิดหรือ ใจนี้แหละให้ดี พยายามทำสติให้ติดต่อกันเพื่อจะได้ดูใจตนเอง ได้ติดต่อกันให้มากที่สุดเท่าที่จะ มากได้จะได้มีโอกาสทำสิ่งที่ถูกต้องตามหน้าที่ของตน

ครั้งที่ 4

เสียงรบกวน (2)

ในห้องเรียนวิชาภาษาไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ครูประจำวิชาได้แจกเอกสารเรื่องไชยเชษฐาให้นักเรียนอ่านในใจ 1 ฉบับเพื่อจับใจความสำคัญและเขียนย่อความ โดยกำหนดเวลาอ่าน 4 นาที ในขณะที่นักเรียนส่วนใหญ่กำลังอ่านเอกสารอยู่นั้น พิพัฒน์ได้เป่าปากมีเสียงดัง ทำให้นักเรียนหลายคนเขยັນมา และมีนักเรียนบางคนลุกขึ้นขยับโต๊ะนั่งเดินบ้างทำให้เกิดเสียงดัง เมื่อครูให้ย่อความตามสาระที่ตนเองจำได้ นักเรียนหลายคนทำไม่ได้ บางคนทำได้เล็กน้อย ต่อมาครูประจำวิชาแจกเอกสารเรื่องไชยเชษฐาตอนที่ 2 ให้นักเรียนอ่านเพื่อเขียนย่อความโดยกำหนดเวลาอ่านเท่าเดิม แต่ในครั้งนี้นักครูประจำชั้นดูแลมีให้นักเรียนก่อนส่งเสียงดังหรือลุกจากที่นั่ง นักเรียนทุกคนอ่านแล้วจึงเขียนตามสาระที่ตนเองจำได้ เมื่อให้นักเรียนส่งรายงานครั้งที่ 2 ปรากฏว่า นักเรียนสามารถทำได้ครบถ้วนและถูกต้อง

จะเห็นว่าบรรยากาศของความอึดอัด และส่งเสียงรบกวนมีผลต่อการอ่าน การทำความเข้าใจ รวมทั้งการเรียนรู้ เสียงรบกวนทำให้นักเรียนขาดสมาธิในการเรียน การอ่านไม่สามารถจะทำความเข้าใจกับบทเรียนได้ ในทางตรงข้ามเมื่ออยู่ในบรรยากาศที่สงบ ไม่มีการก่อกวนจากสิ่งแวดล้อม นักเรียนจะมีสมาธิในการทำงานอย่างเต็มที่ จึงสามารถเรียนรู้และย่อความได้เนื้อหาสาระครบถ้วน ทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ในการเรียนร่วมกัน นักเรียนอยู่รวมกันจำนวนมากจึงต้องพยายามหาทางที่จะดำรงชีวิตและทำงานกับคนรอบข้างให้มีความสุข ไม่ทำอะไรที่กระทบกระเทือนผู้อื่น ดังนั้นเราจึงควรอบรมจิตใจตนเอง ทุกคนรู้ว่าการทำเช่นไรเป็นการทำของคนดี ที่จะทำให้เป็นคนดี การทำเช่นไรเป็นการทำของคนไม่ดี แต่ทั้งนี้ก็ยังมีคนเป็นจำนวนไม่น้อยที่ไม่หลีกเลี่ยงการทำไม่ดี และทำแต่ที่ดี การทำดีนั้นอยู่ที่ความตั้งใจจริงที่จะทำ แม้ว่าการทำดีจะยากสำหรับบางคน แต่ถ้ามีความตั้งใจจริงแล้วทุกคนย่อมทำได้ การฝึกอบรมจิตใจตนเอง คือการพยายามตั้งใจไว้ให้แน่วแน่ว่าจะทำดีทุกอย่าง จะไม่ทำอะไรก็ตามที่ไม่ดี ตั้งใจไว้ให้มั่นคงเข้มแข็ง เช่นนี้แล้วจะสามารถทำดีได้ มีหนทางง่าย ๆ ที่ทุกคนสามารถจะทำได้ก็คือ ทุกเช้าให้ตั้งใจ

สัญญากับตัวเองว่าตลอดวันนั้น หรือตลอดทุกวันจะทำทุกอย่างเป็นการดี จะไม่ทำทุกอย่างเป็นการไม่ดี และให้หมั่นนึกถึงความตั้งใจที่ตนได้สัญญาไว้กับตนเองในตอนเช้านั้น แล้วมีสติรักษาความตั้งใจไว้อย่าให้แปรเปลี่ยนไปเสียไม่ว่าจะมีอะไรมาล่อใจเพียงไรก็ตาม เพียงเท่านั้นก็สามารถจะทำดี ไม่ทำดีตลอดไปได้ชั่ววันหนึ่ง ๆ ซึ่งน่าจะเริ่มทำตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป ไม่ต้องผลัดวันประกันพรุ่ง การทำดีนั้นทำเมื่อใด จะให้ผลดีแก่ผู้ที่ทำดีเมื่อนั้นทันที ซึ่งตรงตามที่พระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าที่ทรงสอนว่ากรรมดีจักให้ผลดี กรรมชั่วจักให้ผลชั่ว การเชื่อเรื่องกรรมและผลของกรรมให้ถูกต้อง ให้ตรงตามที่พระพุทธองค์ทรงกล่าวไว้ นับเป็นการฝึกจิตที่สำคัญที่สุด จะก่อให้เกิดผลดีอย่างกว้างขวาง และเป็นผลล้ำเลิศอย่างหาที่เปรียบมิได้

ครั้งที่ 5

การฟังที่ดีในการเรียน

เรามักจะได้พบเห็นการพูดคุยกันในขณะที่ฟังครูสอน หรือการพูดคุยในขณะที่ฟังการบรรยาย บางคนคุยได้ตลอดเวลา บางคนเบื่อง่ายๆ ขาดความอดทน การฟังไปคุยไป ทำให้ผู้ฟังไม่สามารถรับรู้สาระที่ผู้พูดต้องการจะสื่อสารให้ทราบ การฟังจะให้ข้อมูลข่าวสารเรื่องราวที่จะช่วยให้ผู้ฟังได้รู้ได้ขยายทัศนะของตนให้กว้างขวางออกไป การฟังจึงก่อให้เกิดความรู้ สติปัญญาการฟังที่ดีจึงประกอบด้วยลักษณะดังนี้

1. ต้องการที่จะฟัง บัญหาเกือบทุกอย่างในการฟังสามารถแก้ไขได้ด้วยการมีทัศนคติที่ถูกต้อง จำไว้ว่า "ไม่มีสิ่งที่เรียกว่า บุคคลผู้ไม่น่าสนใจ มีแต่ผู้ฟังที่ขาดความสนใจ"
2. ปฏิบัติตัวเป็นผู้ฟังที่ดี มีความกระตือรือร้น ให้ความสนใจใกล้ชิดแสดงท่าทีให้ความสนใจต่อผู้พูด
3. อย่าพูด เราไม่สามารถจะฟังขณะที่กำลังพูดอยู่
4. ฟังเพื่อความเข้าใจ อย่าฟังอย่างลึกลับแต่ว่าฟังเฉย ๆ แต่ฟังเพื่อความเข้าใจอย่างแท้จริง
5. ถามคำถาม เมื่อเกิดความไม่เข้าใจ เมื่อต้องการทราบรายละเอียดเพิ่มเติมอย่าถามคำถามที่เป็นการก่อกวนหรือแซวผู้อื่น
6. กำจัดสิ่งเบี่ยงเบนความสนใจ เก็บกระดาก ดินสอ สิ่งอื่น ๆ ที่กำลังถืออยู่ในมือหรือสนใจอยู่ที่อื่น
7. ฟังอย่างเก็บใจความสำคัญ มุ่งความสนใจอยู่ที่ความคิดหรือเนื้อหาสำคัญ ละทิ้งรายละเอียดที่ไม่จำเป็น

ครั้งที่ 6

พฤติกรรมไม่พึงประสงค์

ในช่วงบ่ายวันหนึ่งครูประจำวิชาสังคมศึกษาได้นำนักเรียนในห้องมัธยมศึกษาปีที่ 3 แบ่งกลุ่มย่อยเป็นกลุ่มละ 3 คน เพื่อให้นักเรียนทำแผนที่แหล่งแร่ธาตุที่สำคัญของประเทศไทย สมภาพมีเพื่อนร่วมงานคือ สมศักดิ์และกิตติ ขณะที่ครูกำลังอธิบายวิธีทำอยู่นั้น กิตติเคาะโต๊ะเล่น แล้วจึงคอเสื้อสมภาพเข้ามาหา ใช้ไม้บรรทัดตีเบา ๆ สมศักดิ์เห็นเข้าก็หัวเราะแล้ว เข้ามากอดคอกิตติไว้ สมภาพหันมามองเพื่อน เขารู้สึกหงุดหงิดและไม่เข้าใจที่ครูอธิบายนัก ครูประจำวิชามองเห็นกลุ่มของสมภาพกำลังเล่นจึงว่ากล่าวตักเตือน เมื่อครูให้ทุกกลุ่มลงมือทำ กิตติหยิบดินสอสีไประบายการ์ตูนเล่น สมศักดิ์เดินไปคุยกับเพื่อนกลุ่มอื่นจนเสียเวลาไปมาก สมภาพรู้ว่าเขาทำงานกลุ่มไม่ทันเพื่อนกลุ่มอื่น ๆ จึงบอกให้เพื่อนทั้งสองช่วยทำงานกลุ่มบ้าง กลุ่มของสมภาพถูกครูตำหนิว่าไม่ตั้งใจทำงานสมภาพรู้สึกไม่สบายใจและรู้สึกโกรธเพื่อน ส่วนกลุ่มของสมชาย สุตาและสุรัตน์ร่วมมือกันทำงานแสดงความคิดเห็น แบ่งงานกัน ช่วยเหลือกัน อย่างตั้งใจจนงานสำเร็จอย่างรวดเร็วและสวยงาม ได้รับคำชมว่าร่วมมือทำงานดีมีความตั้งใจและรู้จักทำงานร่วมกัน

จากเหตุการณ์ข้างต้น ผลที่เกิดขึ้นแตกต่างกันนั้นมากจากพฤติกรรมที่ทำให้งานไม่สำเร็จจากผู้ร่วมงานในกลุ่ม การหยอกล้อ เข้าแหย่กัน การลุกเดินไปมา การคุยเล่นจนขาดความสนใจในงานที่ได้รับมอบหมายในกลุ่มของสมภาพ ซึ่งทำให้ถูกตำหนิและทำงานไม่เสร็จในเวลาที่กำหนด

จะเห็นว่าการทำกิจกรรมของนักเรียนในห้องเรียน ถ้ามีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เหล่านี้เกิดขึ้นแล้วจะก่อให้เกิดโทษ ดังนั้นเราจึงควรรู้จักควบคุมจิตใจตนเองให้อยู่ในทางที่ต้องการ คนเราโดยปกติมักจะยอมแพ้แก่ใจตนเอง นั่นคือยอมตามกิเลสตัณหาหรืออำนาจฝ่ายต่ำของตน เราต้องบังคับใจตนเองให้เป็นไปตามที่เราตั้งจุดมุ่งหมายไว้ หรือในทางที่ชอบที่ควร การควบคุมใจของตนเองเช่นนี้ไม่เป็นของเหลือวิสัยหรือทำไม่ได้ หากเราตั้งใจจริง เราย่อมเอาชนะใจตนเองได้แน่นอน

การรู้จักควบคุมตัวเอง รู้จักบังคับใจตนเองนั้นต้องฝึกหัดอุปนิสัยที่เรารู้ว่าไม่ดีและพยายามเปลี่ยนไปสู่อุปนิสัยที่ดี เช่น เราชอบแหย่เพื่อน ก็ต้องหัดบังคับให้รู้จักและเลิกการรบกวนเพื่อน ถ้าปกติเราชอบเคาะโต๊ะก็ต้องหัดเปลี่ยนนิสัยให้รู้จักและเลิกการเคาะโต๊ะ การฝึกหัดเอาชนะใจตนเองนั้นมีข้อแนะนำดังต่อไปนี้

1. หวังมุ่งมั่นที่จะแก้ไขนิสัยของตัวเอง จากข้อเสียไปสู่ดีให้มากที่สุด และขั้นแรกก็คือการสำรวจตนเองโดยไม่ลำเอียงหาข้อดีข้อเสียของตนเองแล้วทำบัญชีข้อดีข้อเสียของนิสัยตนเองไว้ให้รู้จักแล้วตั้งปณิธานว่า เราจะเปลี่ยนนิสัยของเราไปสู่ดีให้จงได้
2. วิธีการจะเปลี่ยนนิสัยนั้นมี 2 ทาง คือ ทางหนึ่งค่อยเป็นค่อยไปทีละเล็กละน้อย ไม่ละลด หรืออีกวิธีหนึ่ง ต้องอาศัยกำลังใจอย่างมาก นั่นคือการเอาชนะใจตนเอง บอกว่า เลิกทำก็เลิกตั้งแต่วันนี้เป็นต้นมาโดยไม่ทวนกลับไปหานิสัยเดิมอีก

ภาษิตมีว่า เอาชนะคนอื่นร้อยครั้ง ไม่สู้เอาชนะใจตนเองเพียงครั้งเดียว

ครั้งที่ 7

การลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนทั้งทางวาจาและทางกาย

ในห้องเรียนซึ่งเป็นสังคมเล็ก ๆ ประกอบด้วยนักเรียนและครู มีกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนงอกงาม มีความรู้ ความสามารถรวมทั้งมีคุณธรรม เป็นผู้ที่อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เมื่อนักเรียนตั้งใจเรียน ร่วมทำกิจกรรม พัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอ ก็จะสามารเรียนรู้เพิ่มพูนขึ้นตลอดเวลา ในทางตรงกันข้าม ในห้องเรียนซึ่งมีนักเรียนบางคน มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ส่งเสียงคุยรบกวนการเรียนการสอน เคาะโต๊ะ ลูกขึ้นเดินไปมา หรือเหย่เพื่อนจนเกิดการทะเลาะวิวาท สภาพเช่นนี้จะก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่นักเรียน และการเรียนในห้องเรียน นักเรียนจะฟังไม่ชัดเจน ไม่เข้าใจบทเรียน ไม่สามารถทำงานได้ ถูกตำหนิ และถูกลงโทษจากครู ซึ่งก่อให้เกิดโทษแก่ตนเอง และเพื่อนร่วมห้องเรียนเดียวกัน

ในการอยู่ร่วมกัน เราทุกคนจึงควรคำนึงถึงจิตใจผู้อื่น ถ้ามีผู้พูดเสียงดังทำให้เราฟังบทเรียนไม่เข้าใจ เราจะพอใจหรือไม่ ผู้อื่นก็รู้สึกเช่นเดียวกัน ถ้ามีผู้เคาะโต๊ะเสียงดังรบกวนสมาธิการเรียน เราจะพอใจหรือไม่ ผู้อื่นก็รู้สึกเช่นเดียวกัน ถ้ามีผู้มาเหย่เล่นในขณะที่เรียนจนทำให้เราติดตามบทเรียนไม่ทัน เราจะพอใจหรือไม่ ผู้อื่นก็รู้สึกเช่นเดียวกัน

เราจึงควรพิจารณาการเรียนรู้จักตนเอง เพื่อปรับปรุงตนเอง เพราะว่า ข้อบกพร่องมีอยู่ในตัวของทุก ๆ คน ไม่มีใครเลยที่จะสมบูรณ์แบบทุก ๆ อย่าง ข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นเราต้องปรับปรุงเสียโดยเร็ว ผู้ที่ผิดพลาด บกพร่องในการงาน ในความประพฤติมาแล้วไม่ควรปล่อยอยู่อย่างนั้น หรือจงใจทำผิดพลาดยิ่งขึ้น ควรจะคิดแก้ไขกลับตัวทำแต่ในทางที่ดีที่ถูกจึงจะชอบ ผู้ที่ผิดพลาดแล้วทอดอาลัยในชีวิต หรือเกิดความฮึดจะทำความผิดพลาดยิ่งขึ้น ชื่อว่ามอบตัวเองให้แก่ความชั่วความผิดพลาด มิได้เป็นเจ้าของของตัวเอง ทั้งชื่อว่าไม่ทำตามคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่สอนให้ควบคุมชีวิตของตนให้เป็นไปในทางที่ดีด้วยการทำความดีอีกด้วย ควรคิดปรับปรุงแก้ไขทางดำเนินชีวิตของตน ก็จะช่วยให้ตัวเองให้รุ่งเรืองได้ ดังพระธรรมบทที่กล่าวไว้ว่า "ผู้ใดประมาทแล้ว ไม่ประมาทในภายหลัง ผู้นั้นย่อมทำให้โลกสว่าง เหมือนดวงจันทร์ที่ปราศจากเมฆหมอกฉะนั้น"

วิธีการฝึกฝนตนเองเพื่อแก้ไขข้อบกพร่องของเรา ประการแรกเราใช้การแนะนำตนเองก่อนเข้านอน นั่นคือ การทบทวนคิดเนื่อง ๆ ถึงลักษณะที่เราต้องการ เช่น

"เราควรบังคับตัว และบังคับใจของเรา ไม่ยอมให้เป็นไปในทางที่จะนำเราเดินออกไปนอกทางที่เรามุ่งหมายและนอกหลักธรรมในใจของเรา"

ประการที่สอง เบนจามิน แฟรงกลิน คนสำคัญของสหรัฐอเมริกา มีวิธีการฝึกฝนตนเองในการแก้ไขอุปนิสัย คือ เขาจดรายการนิสัยที่ไม่ดี และที่ดีเป็นสองแถว และทุกคืนเขาจะตรวจตราให้คะแนนว่าในวันนั้น ๆ ได้ปฏิบัติตนอย่างไร ถ้าดีก็ให้คะแนนมาก ถ้าไม่ดีก็ให้คะแนนน้อย โดยวิธีนี้ อุปนิสัยที่ไม่ดีต่าง ๆ ที่เขาเคยมี เช่น ชอบพูดโผงผาง ชอบพูดขัดคอคนอื่น ก็กลายเป็นพูดจาใจม่นวลมีเสน่ห์ จนในภายหลังถึงกับได้รับการแต่งตั้งให้เป็นทูตไปอยู่ต่างประเทศ เป็นต้น

การฝึกฝนแก้ไขนิสัยตนเองนั้น จะใช้วิธีแนะนำตนเอง หรือใช้วิธีของเบนจามิน แฟรงกลินก็ได้ ขอแต่ให้เรากระทำอย่างจริง ๆ จัง ๆ ย่อมได้ผลแน่นอน

แบบประเมินพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน

ผู้ประเมิน ครูประจำชั้น/ครูประจำวิชา

คำชี้แจง

พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน หมายถึง พฤติกรรมไม่ฟังประสงค์ที่เกิดขึ้นในห้องเรียน
ได้แก่พฤติกรรมดังต่อไปนี้

1. พฤติกรรมทางวาจา หมายถึง พฤติกรรมที่มีลักษณะดังนี้
 - 1.1 พูดคุยในขณะครูสอน
 - 1.2 ส่งเสียงรบกวนในขณะครูสอน
2. พฤติกรรมทางกาย หมายถึง พฤติกรรมที่มีลักษณะดังนี้
 - 2.1 เคาะโต๊ะ เก้าอี้
 - 2.2 ลุกจากที่นั่ง
 - 2.3 แหย่เพื่อน

โปรดระบุน้ำหนักพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนแต่ละคน ลงในช่องที่มีพฤติกรรมแต่ละด้าน
กำกับอยู่ สำหรับความหมายของพฤติกรรมแต่ละด้านมีดังนี้

- 5 หมายถึง แสดงพฤติกรรมมากที่สุด
- 4 หมายถึง แสดงพฤติกรรมมาก
- 3 หมายถึง แสดงพฤติกรรมปานกลาง
- 2 หมายถึง แสดงพฤติกรรมน้อย
- 1 หมายถึง แสดงพฤติกรรมน้อยที่สุด

[illegible]

แบบบันทึกการสังเกต

ครั้งที่.....

ผู้สังเกต.....

ช่วงเวลา.....

ชั้น.....

ระยะเวลา คนละ 1 นาที

วันที่.....เวลา.....

คนที่	พฤติกรรมทางวาจา		พฤติกรรมทางกาย		
	พูดคุย	ส่งเสียงรบกวน	เคาะโต๊ะ	ลุกจากที่นั่ง	เหยย่เพื่อน
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					