

บทที่ 5

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างโปรแกรม การปรับพฤติกรรมทางปัญญา โดยใช้เทคนิคการตั้งเป้าหมาย การฝึกผ่อนคลายตนเองโดยใช้ การจินตภาพ การให้ข้อมูลย้อนกลับทางชีวภาพ (Biofeedback) และการพูดกับตนเองในทางบวก สำหรับนักเรียนสมาธิสั้น ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
2. เพื่อศึกษาถึงผลของการใช้โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา โดยใช้การพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสม อันได้แก่ การมีสมาธิในการฟัง พฤติกรรมการตอบคำถาม การส่งงาน และการทำงานกลุ่ม ของนักเรียนสมาธิสั้น ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา

สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนสมาธิสั้นมีพฤติกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสม คือมีสมาธิในการฟัง มีพฤติกรรม การตอบคำถาม การส่งงาน และการทำงานกลุ่มหลังการเข้าร่วมโปรแกรมดีขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมที่ระดับ .10

กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากร คือ นักเรียนสมาธิสั้นในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยกำหนดเลือกจากกลุ่มนักเรียนสมาธิสั้นในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2547 ที่ได้รับการตรวจวินิจฉัย

จากแพทย์ และได้รับการบำบัดรักษาด้วยยา จำนวน 10 คน เป็นนักเรียนชาย 5 คน นักเรียนหญิง 5 คน มีอายุตั้งแต่ 9 ปี 2 เดือน ถึง 10 ปี 2 เดือน อายุเฉลี่ย 9 ปี 5 เดือน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ผู้วิจัยได้พัฒนามาจากเก่ง ดี มีสุข: คู่มือการให้บริการแนะแนวและจิตวิทยา สำหรับผู้มีความสามารถพิเศษ (อุษณีย์ และคณะ, 2545: 37-43) คู่มือการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาเด็กด้อยโอกาส (กรมสุขภาพจิต, 2544: 293-295) คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษา สำหรับอาจารย์ (กรมสุขภาพจิต, 2541: 115-119) นำมาสร้างเป็นโปรแกรมประกอบด้วยกิจกรรม 6 กิจกรรม ตามเนื้อหาการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งประกอบด้วย ขั้นสำรวจและรับรู้พฤติกรรมตนเอง ขั้นจัดการกับความคิดและพฤติกรรม และขั้นปฏิบัติและรับข้อมูลเชิงบวก ซึ่งในขั้นนี้ มีระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติจำนวน 10 ครั้ง โดยใช้เวลา 4 สัปดาห์ๆ ละ 4 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที

2. แบบประเมินโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อนำมาใช้ในการประเมินคุณภาพของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาจากกรอบแนวคิดของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา โดยนำเทคนิคต่างๆของการปรับพฤติกรรมทางปัญญามาสร้างเป็นโปรแกรมและนำมาใช้กับนักเรียนสมาธิสั้นในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 กระบวนการของโปรแกรมมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ คือ ขั้นที่ 1 สำรวจและรับรู้พฤติกรรมตนเอง ขั้นที่ 2 จัดการกับความคิดและพฤติกรรม ขั้นที่ 3 ปฏิบัติและรับข้อมูลเชิงบวก แบบประเมินโปรแกรมนี้จะประเมินคุณภาพของโปรแกรมตามวัตถุประสงค์ของกระบวนการแต่ละขั้นตอน ดังนั้นนักเรียนรับรู้ตนเอง สามารถวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองได้ เห็นความสำคัญของการพูดเชิงบวก การตั้งเป้าหมาย และรู้จักการใช้จินตนาการเพื่อการผ่อนคลาย รวมทั้งนักเรียนได้ปฏิบัติและรับข้อมูลเชิงบวก เพื่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีความมั่นใจ และตั้งใจในการพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ของตนเอง ผู้วิจัยได้ประเมินโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ด้วยวิธีการสังเกต และใช้แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนท้ายกิจกรรม

3. แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนโดยอาจารย์ประจำชั้น Connors' Teacher Rating Scales แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนโดยอาจารย์ประจำชั้น ศาสตราจารย์แพทย์หญิง อุมพร ตรังคสมบัติ ได้แปลมาจาก Connors' Teacher Rating Scales (TRS-28) ของ C. Keith Connors และ

กัมปนาท บริบูรณ์ ได้หาคุณสมบัติทางสถิติ และเกณฑ์ปกติกับเด็กไทย ซึ่งแบบประเมินพฤติกรรมนี้ใช้กับเด็กอายุตั้งแต่ 3-17 ปี

4. แบบประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้โดยอาจารย์ประจำวิชาทักษะ เป็นแบบประเมินที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านสมาธิในการฟัง การตอบคำถาม การส่งงาน และการทำงานกลุ่ม การสร้างแบบประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้โดยอาจารย์ประจำวิชาทักษะ ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

วิธีดำเนินการวิจัย

1. พัฒนาโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาโดยใช้แนวคิดทฤษฎีของการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของ Albert Ellis และ Aaron Beck

2. ประชุมอาจารย์ประจำชั้นและผู้ปกครองเพื่อขออนุญาตให้นักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม

3. ขอความร่วมมืออาจารย์ประจำชั้นประเมินพฤติกรรมนักเรียน ด้วยแบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนโดยอาจารย์ประจำชั้น Connors' Teacher Rating Scales และขอความร่วมมืออาจารย์ประจำวิชาทักษะ ทั้ง 3 วิชา คือ คณิตศาสตร์ ภาษาไทย และภาษาอังกฤษ ประเมินพฤติกรรมนักเรียนด้วยแบบประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้โดยอาจารย์ประจำวิชาทักษะ

4. นักเรียนเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเป็นกลุ่ม ตั้งแต่ วันที่ 9 กุมภาพันธ์ 2548 ถึงวันที่ 7 มีนาคม 2548 ในช่วงเช้า เวลา 7.45 - 8.30 น. ของทุกวัน ยกเว้นวันอังคาร เนื่องจากนักเรียนต้องเข้าร่วมกิจกรรมหน้าเสาธง รวมการดำเนินกิจกรรมทั้งหมด จำนวน 16 ครั้ง ในครั้งที่ 1 - 6 ให้นักเรียนทุกคนประเมินความรู้สึก สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม และการประยุกต์นำไปใช้หลังเสร็จสิ้นกิจกรรมทุกครั้ง ในครั้งที่ 7 - 16 ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนขณะปฏิบัติและซักถามถึงความรู้สึกหลังการปฏิบัติทุกครั้ง

5. ผู้วิจัยดำเนินการโดยให้อาจารย์ประจำชั้นประเมินพฤติกรรมนักเรียน ด้วยแบบประเมินสำหรับอาจารย์ประจำชั้น Connors' Teacher Rating Scales และอาจารย์ประจำวิชาทักษะทั้ง 3 วิชา

คือ คณิตศาสตร์ ภาษาไทย และภาษาอังกฤษ ประเมินพฤติกรรมการเรียนของนักเรียน สมาชิกชั้น
หลังการเข้าร่วมโปรแกรม

6. เก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมด ซึ่งประกอบด้วย ข้อมูลจากแบบประเมินพฤติกรรม
นักเรียนโดยอาจารย์ประจำชั้น แบบประเมินพฤติกรรมการเรียนโดยอาจารย์ประจำวิชาทักษะ
แบบประเมินพฤติกรรมตนเองทำกิจกรรมทำกิจกรรม และข้อมูลจากการที่ผู้วิจัยสังเกต
พฤติกรรมนักเรียนขณะฝึกปฏิบัติ ระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรม เพื่อนำมาวิเคราะห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มาดำเนินการวิเคราะห์ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา และสังเคราะห์ข้อมูลในส่วนของคุณลักษณะของนักเรียน
แบบประเมินพฤติกรรมตนเองของนักเรียนทำกิจกรรมในการเข้าร่วมโปรแกรม และข้อมูล
จากการสังเกตของผู้วิจัย สรุปเป็นความเรียง
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมการเรียน โดย
อาจารย์ประจำวิชาทักษะ ก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิติ Signed Test โดยมีค่านัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ .10
3. วิเคราะห์ผลการประเมินพฤติกรรมการเรียนโดยอาจารย์ประจำวิชาทักษะหลังจากการ
เข้าร่วมโปรแกรมด้วยค่ามัธยฐาน (Med.) ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ (Q.D.)

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญานักเรียนสมาชิก
ชั้นมีพฤติกรรมการเรียนดีขึ้นในทุกด้านคือ ด้านสมาธิในการฟัง ด้านการตอบคำถาม ด้านการส่ง
งาน และด้านการทำงานกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .10

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. จากผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น สามารถพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ได้ในทุกด้าน อย่างไรก็ตามการใช้โปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพียงอย่างเดียว ไม่สามารถทำให้นักเรียนทุกคนพัฒนาการเรียนในทุกๆ ด้านได้ ดังนั้นจึงควรจัดโปรแกรมพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมควบคู่กันไป
2. ในขั้นปฏิบัติและรับข้อมูลเชิงบวก ควรมีการฝึกใช้อย่างต่อเนื่อง เป็นระยะเวลาติดต่อกันและยาวนานขึ้น หรือจัดให้ฟังในโฮมรูมทุกเช้าก่อนเข้าเรียน เพื่อศึกษาถึงผลการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมการเรียนรู้ และความคงทนของพฤติกรรม
3. ควรนำโปรแกรมมาใช้กับนักเรียนในช่วงเทอมต้น เพื่อให้มีระยะเวลาในการติดตามผลอย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญานี้ สามารถพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ของ นักเรียนสมาธิสั้นได้ในระดับหนึ่ง เนื่องจากนักเรียนแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ดังนั้นในกรณีที่พบว่านักเรียนบางคนยังไม่พัฒนาในเรื่องใดนั้น ควรทำการวิจัยโดยการศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการปรับพฤติกรรมที่เหมาะสมเฉพาะบุคคล ทั้งนี้เพื่อเป็นการให้ความช่วยเหลือนักเรียนได้ครบทุกคน