

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการทำการวิจัย โดยได้ทำการศึกษาในหัวข้อดังต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

การปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ความเป็นมาของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ความหมาย กระบวนการทางปัญญาและการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ลักษณะกระบวนการทางปัญญาที่เป็นปัญหา

แนวคิดในการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2. แนวคิดเกี่ยวกับจริยธรรม

ความหมายของจริยธรรม

องค์ประกอบของจริยธรรม

3. ความรับผิดชอบต่อการเรียน

ประเภทของความรับผิดชอบ

คุณลักษณะผู้มีความรับผิดชอบต่อการเรียน

วิธีปลูกฝังความรับผิดชอบต่อการเรียน

การวัดความรับผิดชอบต่อการเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดความรับผิดชอบ

ประเภทของความรับผิดชอบ

ลักษณะของบุคคลที่มีความรับผิดชอบ

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความรับผิดชอบต่อการเรียน

งานวิจัยในประเทศ

งานวิจัยต่างประเทศ

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

5. สมมติฐานการวิจัย

การปรับพฤติกรรมทางปัญญา

การปรับพฤติกรรมที่พัฒนาจากพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ แม้ว่าจะได้รับการพิสูจน์ว่าเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพอย่างมาก ในการแก้ไขการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล แต่ทว่าเป็นวิธีการที่ค่อนข้างจะเฉพาะเจาะจง และไม่ยืดหยุ่น เนื่องจากเป็นวิธีการที่เน้นที่พฤติกรรมแสดงออกที่สามารถสังเกตเห็นได้ วัดได้เท่านั้น จึงทำให้ไม่สนใจต่อตัวแปรภายใน ซึ่งมีอิทธิพลอย่างมากต่อการแสดงออกของบุคคล ดังที่ Mahoney (อ้างในสม โภชน์ เอี่ยมสุภานิต, 2549, หน้า 307) ได้กล่าวว่า การสนองตอบของบุคคลนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง แต่ทว่าขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่รับรู้ และมีนักจิตวิทยาและนักปรับพฤติกรรมจำนวนมากที่มีความคิดในลักษณะเดียวกับ Mahoney จึงได้มีการเคลื่อนไหวพัฒนาแนวทางในการปรับพฤติกรรมขึ้นมาใหม่โดยอาศัยแนวคิดที่ว่าตัวแปรภายในบุคคลมีผลต่อพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก การปรับพฤติกรรมโดยอาศัยแนวคิดดังกล่าวจึงเรียกว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Modification หรือ CBM) หรือบางคนเรียกว่า การบำบัดพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Therapy)

ความเป็นมาของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

การปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น แยกออกมาจากการปรับพฤติกรรมที่มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ โดยสิ่งที่ต่างกัมนั้นอยู่ที่การปรับพฤติกรรมทางปัญญาจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงทางปัญญา เพื่อที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ในขณะที่การปรับพฤติกรรมนั้นจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยตรง แนวความคิดดังกล่าวได้เกิดขึ้นมาในช่วงทศวรรษที่ 1960 และเด่นชัดในช่วงปลายทศวรรษที่ 1960 จนถึงต้นทศวรรษที่ 1970 ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงนั้นน่าจะมาจาก 3 ปัจจัยใหญ่ ดังที่สม โภชน์ เอี่ยมสุภานิต (2549, หน้า 308-311) กล่าวไว้ดังนี้

1. ปัจจัยทางด้านจิตวิทยาทางปัญญา (Cognitive Psychology) ซึ่งงานด้านจิตวิทยาทางปัญญาที่ผลกระทบต่อเปลี่ยนแปลงของกระบวนการปรับพฤติกรรม มีอยู่ด้วยกัน 3 อย่างคือ

1.1 การเสนอตัวแบบ คือบุคคลเรียนรู้จากการสังเกตของบุคคลอื่น โดยที่บุคคลไม่จำเป็นต้องแสดงออก หรือได้รับผลกระทบโดยตรงจากการแสดงพฤติกรรมนั้น ในช่วงแรกพัฒนาขึ้นในกรอบทฤษฎีการเรียนรู้และการบำบัดพฤติกรรม แต่ต่อมาในปี 1969 Bandura ได้อธิบายว่าผลของตัวแบบนั้นเกี่ยวข้องกับตัวแปรทางปัญญาเป็นส่วนใหญ่ เขาเสนอว่าปัจจัยที่สำคัญที่มีผลต่อการเรียนรู้โดยการสังเกตนั้นจะต้องประกอบด้วยกระบวนการตั้งใจ กระบวนการเก็บจำ กระบวนการกระทำ และกระบวนการจูงใจ จะเห็นได้ว่ากระบวนการตั้งใจและกระบวนการเก็บจำนั้น เป็นกระบวนการทางปัญญา ซึ่ง Bandura ได้มาจากรูปแบบของกระบวนการสารสนเทศ ของพวก

นักจิตวิทยาทางปัญญา จากผลงานของ Bandura นี้เอง นับว่าเป็นอิทธิพลที่มีความสำคัญอย่างมากต่อการพัฒนาการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

1.2 การฝึกสอนตนเอง เป็นเทคนิคที่พัฒนาขึ้นมาในช่วงต้นของทศวรรษที่ 1970 โดย Meichenbaum ซึ่งเขาได้พยายามมาจากงานวิจัยของเขาในเรื่อง “การพูดเพื่อสุขภาพ” เป็นงานวิจัยที่อาศัยทฤษฎีการเรียนรู้แบบการกระทำเป็นทฤษฎีพื้นฐาน โดยที่งานของเขานั้นทำกับคนไข้ที่เป็นจิตเภท เขาฝึกคนไข้จิตเภทเหล่านั้นพูดตามสิ่งที่เขาพูด แล้วพบว่าพฤติกรรมของคนไข้เหล่านั้นดีขึ้น ทำให้เกิดความคิดขึ้นมาว่าถ้าให้คนทั่วไปพูดภายในใจของตนเอง เหมือนกับที่เขาชี้แนะให้คนไข้จิตเภทพูดแล้วก็น่าจะได้ผลเช่นกัน ดังนั้นเขาจึงได้พัฒนาเทคนิคใหม่ของเขาขึ้นมาเรียกว่า “การสอนตัวเอง”

ด้วยความคิดดังกล่าวนี้เองทำให้ Meichenbaum นักจิตวิทยาชาวแคนาดาหันมาสนใจเกี่ยวกับการพัฒนาทางภาษาซึ่งเป็นสาขาหนึ่งของจิตวิทยาพัฒนาการทางปัญญา นักจิตวิทยาที่ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาการภาษาที่ Meichenbaum ให้ความสนใจ และนำมาใช้เป็นพื้นฐานของการพัฒนาเทคนิคการฝึกการสอนตนเองของเขาคืองานนักจิตวิทยาชาวรัสเซีย 2 คน ซึ่งได้แก่ Luria และ Vygotsky ที่ได้เสนอแนะว่าพฤติกรรมต่อต้านของเด็กนั้นจะอยู่ภายใต้ของการควบคุมทางด้านภาษาของเขาได้เอง โดยครั้งแรกจะเริ่มจากการใช้คำพูดจากภายนอก และต่อมาใช้คำพูดจากภายในใจของเขาเอง ซึ่งแนวคิดดังกล่าว Meichenbaum & Goodman (1971) ได้พัฒนาโปรแกรมการสอนอะไร แล้วให้เด็กทำตามครั้งแรกก็ให้พูดด้วยเสียงอันดัง จากนั้นก็ค่อย ๆ พูดให้เบาลง จนในที่สุดก็พูดกับตัวเองภายในใจ ซึ่งพบว่าได้ผลดี

1.3 เทคนิคการแก้ปัญหา พัฒนาได้โดย D'Zurilla & Goldfried ในปี 1971 เป็นเทคนิคที่สอนให้ผู้เข้ารับการบำบัดมีทักษะในการแก้ปัญหา ในช่วงแรกของการพัฒนาเทคนิคการแก้ปัญหานี้ ก็ยังยึดติดอยู่กับทฤษฎีการเรียนรู้เช่นเดียวกับการเสนอตัวแบบ และต่อมาได้มีการนำเอารูปแบบของกระบวนการสารสนเทศเข้าใช้ในการอธิบายกระบวนการของเทคนิค การแก้ปัญหาโดยไปมุ่งเน้นที่กระบวนการคิดภายในให้เป็นกลไกในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

2. ปัจจัยทางการควบคุมตนเอง ความจริงแล้วการควบคุมตนเองนั้นอยู่ในขอบเขตของการปรับพฤติกรรมมาตั้งแต่ Skinner นักจิตวิทยา ชาวอเมริกาก็ได้ชี้ให้เห็นว่าคนเราใช้วิธีการควบคุมตนเองเช่นเดียวกับวิธีการควบคุมผู้อื่น ซึ่งแนวคิดนี้เองได้นำมาใช้ในการควบคุมน้ำหนักต่อมาช่วงปลายทศวรรษที่ 1960 ได้มีการนำเอากระบวนการทางปัญญามาใช้อธิบายกระบวนการวางเงื่อนไขแบบการกระทำ เพียงแต่เป็นกระบวนการภายในเท่านั้นเอง จากความคิดเช่นนี้เองทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการศึกษาทางด้าน การควบคุมตนเอง จากกระบวนการภายนอกมาสู่กระบวนการเปลี่ยนแปลงความคิดภายในแทน

3. ปัจจัยทางด้านการบำบัดทางปัญญา นักจิตวิทยาและจิตแพทย์หลายท่านได้พัฒนาเทคนิคการบำบัดทางปัญญารวมกันหลายเทคนิคด้วยกัน ซึ่งต่างก็พัฒนาเทคนิคของตนขึ้นมา แต่อย่างไรก็ตามเทคนิคเหล่านั้นมีข้อสรุปเหมือนกันอยู่ประการหนึ่ง คือ กระบวนการปรับตัวทางปัญญาที่ไม่เหมาะสมก่อให้เกิดความผิดปกติทางจิต ซึ่งวิธีการเปลี่ยนแปลงที่ดีที่สุดคือการปรับกระบวนการทางปัญญาเหล่านั้น

จากปัจจัยทั้ง 3 ด้านดังกล่าว ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแนวทางในการบำบัดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และมีการพัฒนาเทคนิคใหม่ ๆ ขึ้นมาเพื่อใช้ในการบำบัดพฤติกรรมมากมาย อีกทั้งได้มีการวิจัยเปรียบเทียบประสิทธิภาพของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยการใช้ การปรับพฤติกรรมมีการวิจัยเปรียบเทียบประสิทธิภาพของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยการใช้การปรับพฤติกรรมแบบเดิมและการปรับพฤติกรรมทางปัญญาอีกด้วย ซึ่ง Miller & Berman ได้ทำการวิเคราะห์แบบเมต้า ถึงประสิทธิภาพของการปรับพฤติกรรมและการปรับพฤติกรรมทางปัญญาพบว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญาให้ผลดีกว่าการปรับพฤติกรรม (สมโภชน์ เอี่ยมสุภานิต, 2549, หน้า 310-311)

ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า ปัจจัยทั้ง 3 ด้านที่กล่าวมาข้างต้นนั้น ถือว่าเป็นปัจจัยพื้นฐานที่จะนำไปสู่การพัฒนาเทคนิคของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ความหมายของปัญญา กระบวนการทางปัญญา และปรับพฤติกรรมทางปัญญา

สำหรับความหมายของปัญญา กระบวนการทางปัญญา และการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น ได้มีผู้ให้ความหมายและคำจำกัดความดังต่อไปนี้

ราชบัณฑิตยสถาน (2538, หน้า 482) ได้ให้ความหมายของคำว่าปัญญา ไว้ว่า ปัญญา หมายถึง ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ความฉลาดเกิดแต่การเรียนรู้และการคิด

สำหรับ Dryden และ Golden (อ้างในทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 30) กล่าวว่า กระบวนการทางปัญญามีความสำคัญมาก เพราะมันทำหน้าที่เป็นสื่อกลางระหว่างสิ่งเร้ากับอารมณ์และพฤติกรรม โดยหมายถึง ความคิด ความหมาย จินตภาพ ความเชื่อ ความคาดหวัง การระบุเหตุเป็นต้น เช่นเดียวกับ Meichenbaum (อ้างในทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 30) ได้อธิบายกระบวนการทางปัญญาโดยได้แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

1. กระบวนการทางปัญญา ในความหมายของ “สิ่งที่เกิดขึ้นในการรู้คิด” ซึ่งมีลักษณะเป็นการคิดและการมีภาพในใจโดยรู้สึกตัวของคุณบุคคล และสามารถดึงออกมาใช้เมื่อต้องการ ซึ่ง Beck (อ้างใน ทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 30) ใช้คำว่า การคิดแบบอัตโนมัติ Meichenbaum (อ้างใน ทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 30) อธิบายว่าเป็นการพูดในใจหรือสิ่งที่เกิดขึ้นภายในและเป็นตัวกลางประสานระหว่างความเป็นเหตุผล ความคาดหวัง และงานที่เกี่ยวกับความคิด ดังนั้น การคิดแบบ

อัตโนมัติ จึงรวมถึงภาพในใจ คำสัญลักษณ์ต่าง ๆ รวมทั้งความรู้สึกต่าง ๆ ของบุคคล ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อบุคคลเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ สถานการณ์ที่จะต้องตัดสินใจหรือเมื่อมีความคาดหวังอย่างใดอย่างหนึ่ง

2. กระบวนการทางปัญญาในลักษณะกระบวนการของการรู้จัก เป็นกระบวนการที่เราจัดการกับข้อมูลจำนวนมากที่เข้ามาสู่บุคคล จึงเกิดการเลือกที่จะให้ความสนใจในเรื่องใดบ้างในเวลาใดบ้าง และเลือกวิธีการประเมินข้อมูล ทำความเข้าใจในข้อมูลที่นำเสนอและอื่น ๆ โดยกระบวนการต่าง ๆ เหล่านี้เกิดขึ้นอย่างเป็นอัตโนมัติ และบุคคลมักไม่ทราบว่าตนเองมีกระบวนการจัดการกับข้อมูลของตนเองอย่างไร

3. กระบวนการทางปัญญาในลักษณะของโครงสร้าง ซึ่งโครงสร้างของการคิดประกอบด้วยบุคลิกลักษณะนิสัยส่วนตัวของแต่ละบุคคล การตระหนักในสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ความต้องการที่ซ่อนแฝงอยู่ ความเชื่อ การให้ความหมายต่อสิ่งต่าง ๆ คำสัญญา และเป้าหมายส่วนบุคคล อิทธิพลต่อกระบวนการประเมินสถานการณ์ต่าง ๆ อีกด้วย โดยจะเน้นตัวกรองและเลือกข้อมูลต่าง ๆ ที่จะเข้าไปในกระบวนการจัดกระทำกับข้อมูล

สำหรับ ประเทือง ภูมิภักทราคม (2540, หน้า 421) กล่าวว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา คือ เทคนิคการปรับพฤติกรรมที่ดำเนินการแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยมุ่งเน้นการจัดกระทำกับกระบวนการทางปัญญา เช่น ความคิด ความเชื่อ และการรับรู้ ซึ่งกระบวนการทางปัญญาดังกล่าวนี้ จะมีบทบาทสำคัญในการเกิดพฤติกรรม พฤติกรรมผิดปกติหรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเกิดจากการรับรู้ การตีความหมาย และแบบการคิดผิดพลาด การแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจึงต้องเปลี่ยนแปลงแก้ไขกระบวนการทางปัญญาเสียใหม่

ในส่วนของ Kazdin นักจิตวิทยา ชาวอเมริกา (อ้างใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภานิชิต, 2549, หน้า 308) ได้กล่าวว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา เป็นกระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก โดยการเปลี่ยนความคิด การตีความ การตั้งข้อสันนิษฐาน หรือกลวิธีในการสนองตอบ หรืออีกนัยหนึ่งก็คือ การเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั่นเอง

ซึ่งสอดคล้องกับ Dobson (อ้างใน จันทพร โรจนพิทักษ์, 2543, หน้า 32) เขามีความเชื่อเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาดังต่อไปนี้

1. กระบวนการทางปัญญานั้นมีผลต่อพฤติกรรม
2. กระบวนการทางปัญญาสามารถจัดให้มีขึ้นได้และเปลี่ยนแปลงได้
3. พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป อาจจะเป็นผลเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางปัญญา

จากนิยามที่นักจิตวิทยาได้ให้ความหมายไว้นั้น พอที่จะกล่าวได้ว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา คือ กระบวนการที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอก โดยการปรับเปลี่ยนตัวแปรทางความคิด ที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ลักษณะกระบวนการทางปัญญาที่เป็นปัญหา

เพื่อความเข้าใจในเรื่องของการปรับพฤติกรรมทางปัญญามากยิ่งขึ้น จึงได้มีการกล่าวถึงกระบวนการทางปัญญาที่เป็นปัญหา ทั้งนี้เพื่อให้มองเห็นถึงความจำเป็นของการปรับพฤติกรรมทางปัญญามากยิ่งขึ้น ซึ่งมีนักจิตวิทยาได้รวบรวมไว้ ดังนี้

Hawton นักจิตวิทยา ชาวอังกฤษ (อ้างใน ทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 31) ได้รวบรวมไว้ว่า กระบวนการทางปัญญาที่เป็นปัญหา มี 2 ลักษณะ คือ

1. ปัญหาที่บุคคลควบคุมกระบวนการทางปัญญาของตนเองได้น้อยเกินไป เมื่อมีสิ่งเร้ามากระทบจะโต้ตอบกลับไปอย่างทันทีทันใด ไม่สามารถที่จะรอหรือประวิงเวลาการตอบโต้ เพื่อให้พฤติกรรมของตนเองได้รับผลกระทบระยะยาวได้ เช่น พฤติกรรมที่มีปัญหา ปัญหาเด็กหุนหันพลันแล่น ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว ปัญหาความวิตกกังวลต่อสภาพการณ์ เป็นต้น

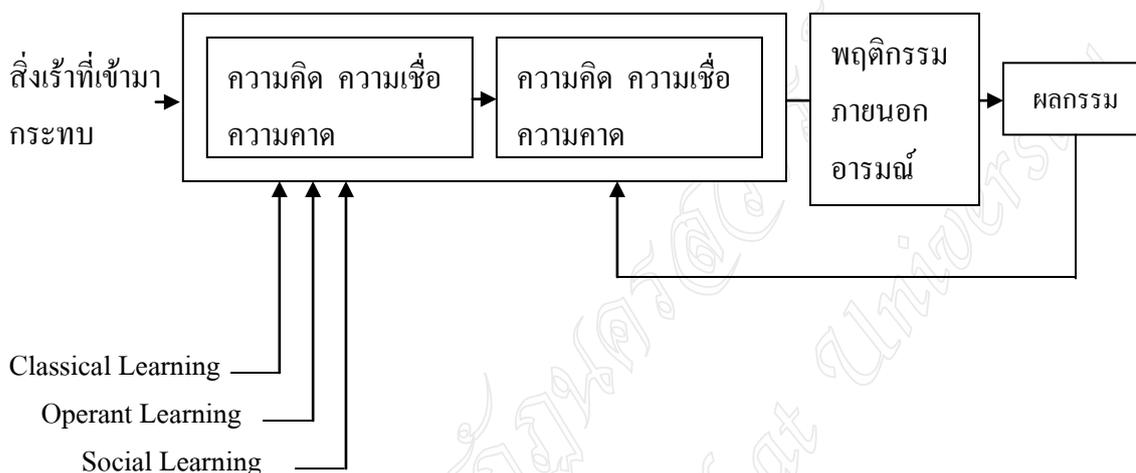
2. ปัญหาที่เกิดจากบุคคลควบคุมกระบวนการทางปัญญามากเกินไป จนเกิดพฤติกรรมปัญหาขึ้นเพราะเมื่อมีสิ่งเร้ามากระทบก็จะคิดในทางลบต่อตนเอง เช่น การตำหนิตนเอง คิดไม่มีเหตุผล ฯลฯ จนไม่สามารถจะตัดสินใจแสดงพฤติกรรมใด พฤติกรรมหนึ่งออกมาได้ในลักษณะที่เหมาะสม หรือแสดงพฤติกรรมปัญหาออกมา

การพยายามทำความเข้าใจถึงปัญหาของกระบวนการทางปัญญาทั้ง 2 ลักษณะนี้ จะมีประโยชน์มากในแนวคิดพฤติกรรมปัญญานิยม เพราะจะเป็นแนวทางที่ช่วยให้มีการปรับเปลี่ยนและฝึกทักษะของกระบวนการทางปัญญาได้ถูกต้องเหมาะสม แต่อย่างไรก็ตาม นักพฤติกรรมปัญญานิยม ยังอธิบายลักษณะความสัมพันธ์ของกระบวนการทางปัญญา และพฤติกรรมอารมณ์โดยแบ่งการพิจารณาความสัมพันธ์ดังกล่าวได้เป็น 2 กลุ่มคือ

1. ความสัมพันธ์ในลักษณะเอกพันธ์ (Homogeneity) ซึ่งเชื่อว่าพฤติกรรมภายในหรือกระบวนการทางปัญญาและพฤติกรรมภายนอก มีลักษณะของการเกิด การคงอยู่และการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเดียวกัน ดังนั้น จึงทำให้เกิดพฤติกรรมภายในเปลี่ยนมาเป็นภายนอกได้ จากแนวคิดนี้ถ้าจะเปลี่ยน หรือปรับพฤติกรรมภายใน ก็สามารถใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทั้งแบบคลาสสิกหรือทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบกระทำ หรือทฤษฎีจิตวิทยาการเรียนรู้ทางสังคม ได้เช่นเดียวกับที่ใช้เปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก ตัวอย่างนักพฤติกรรมปัญญานิยม ที่อธิบายความสัมพันธ์ในลักษณะนี้

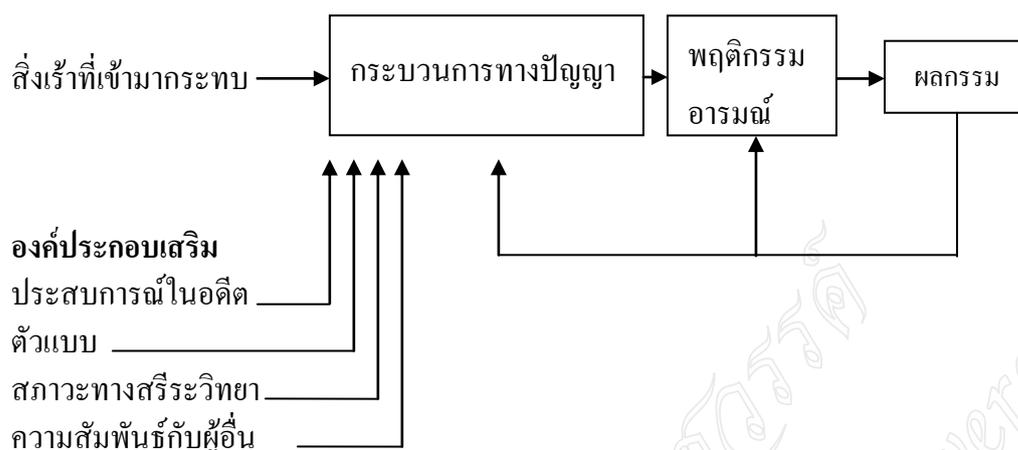
ได้แก่ Caurela (อ้างใน ทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 31) ได้เสนอวิธีการวางเงื่อนไขภายใน ซึ่งสามารถอธิบายความสัมพันธ์ได้ดังแผนภูมิต่อไปนี้

ลักษณะความสัมพันธ์ของกระบวนการทางปัญญาและพฤติกรรมกระบวนการทางปัญญา



แผนภูมิ 1.1 ความสัมพันธ์แบบเอกพันธ์ (Caurela, อ้างใน ทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 31)

2. ความสัมพันธ์ในลักษณะปฏิสัมพันธ์ หมายถึง การมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างพฤติกรรมภายใน หรือกระบวนการทางปัญญากับพฤติกรรมภายนอก นั่นคือ บุคคลแสดงพฤติกรรมภายนอกด้วยการชี้แนะ จากกระบวนการทางปัญญา และในขณะเดียวกันพฤติกรรมภายนอกก็มีอิทธิพลต่อกระบวนการทางปัญญาด้วย และในขณะเดียวกันพฤติกรรมภายนอกก็มีอิทธิพลต่อกระบวนการทางปัญญาด้วย โดยความเชื่อนี้รวมเอาภาระทางจิตใจไว้กับกระบวนการทางปัญญา และรวมเอาภาวะทางสรีระวิทยาไว้กับพฤติกรรมภายนอก จากแนวคิดนี้ถ้าต้องการจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมภายในหรือกระบวนการทางปัญญา ก็สามารถใช่วิธีการใด ๆ ก็ได้แล้วแต่ ผู้บำบัด เช่น การระบุเหตุ การพูดสอนตนเอง เป็นต้น ดังนั้นตามแนวคิดนี้วิธีการในการเปลี่ยนพฤติกรรมภายในจึงเปิดกว้างมาก จะนำทฤษฎีการเรียนรู้มาใช้ หรือนำทฤษฎีแนวคิดใด ๆ มาใช้ก็ได้ เพราะถ้าสามารถทำให้กระบวนการทางปัญญาเปลี่ยนแล้ว ก็จะส่งผลต่อพฤติกรรมภายนอกในที่สุดนักพฤติกรรมปัญญานิยม ที่ใช้ความสัมพันธ์ลักษณะนี้มี Meichenbaum, Ellis, Beck เป็นต้น ความสัมพันธ์ของกระบวนการทางปัญญา และพฤติกรรม อารมณ์ ดังที่แสดงในแผนภูมิ



แผนภูมิ 1.2 ความสัมพันธ์แบบปฏิสัมพันธ์ (Kalish, อ้างใน ทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 33)

จากแนวคิดพฤติกรรมปัญญานิยม หากต้องการให้บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรม วิธีการช่วยปรับพฤติกรรมนั้นจะมีลักษณะเด่น ซึ่ง Kirk (อ้างในทิพย์วัลย์ สุทิน, 2539, หน้า 33) ได้สรุปไว้ 4 ประการ คือ

1. ควรเป็นวิธีการช่วยปรับพฤติกรรม ที่ผู้มีปัญหาพฤติกรรมจะต้องช่วยตนเองให้มากที่สุด ทั้งในด้านการเก็บข้อมูล การฝึกทักษะ การทำแบบฝึกหัด และการประเมินตนเอง
2. เป็นการแก้ปัญหาทั้งปัญหาที่กำลังเผชิญในปัจจุบันนี้ และยังสามารถใช้วิธีการนี้แก้ปัญหาในอนาคตที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันได้
3. ให้ความสนใจต่อการเปลี่ยนกระบวนการทางปัญญา เพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก
4. เป็นวิธีที่จะต้องมีการอภิปราย วิเคราะห์ ร่วมกันระหว่างผู้ให้การช่วยเหลือและผู้มีปัญหานั้นเป็นระยะ ๆ

จากลักษณะเด่นของแนวคิด ในการอธิบายกระบวนการทางปัญญา และความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการทางปัญญา ทำให้เกิดแนวความคิดในการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

แนวคิดในการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

แนวความคิดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมนั้น นักจิตวิทยาได้กล่าวถึงแนวคิดของการปรับพฤติกรรมไว้ดังนี้

Martin and Pear (อ้างใน จันทพร โรจนพิทักษ์, 2543, หน้า 39) กล่าวว่า แนวคิดสำคัญของการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น มีอยู่ 3 ประการคือ

1. การที่แต่ละคนมีการตีความ และมีปฏิกิริยาโต้ตอบต่อเหตุการณ์ในส่วนของนักรับรู้ได้ กล่าวคือ พฤติกรรมของมนุษย์ถูกปรับเปลี่ยนโดยกระบวนการทางปัญญา
2. การขาดซึ่งปัญญาสามารถส่งผลให้ขาดระเบียบทางด้านอารมณ์ด้วย
3. การที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและอารมณ์นั้น ให้มุ่งเน้นที่การเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญาเป็นพื้นฐาน

ในการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้นมีแนวคิดและวิธีการดำเนินการที่แตกต่าง ออกไป ขึ้นอยู่กับแต่ละเทคนิค อีกทั้งเทคนิคของการปรับพฤติกรรมก็มีลักษณะที่แตกต่างกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงขอเสนอเทคนิคที่เกี่ยวข้องในการสร้างโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาดังนี้

1. การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์

ทฤษฎีและวิธีการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ (Rational Emotive Therapy) มักนิยมเรียกย่อ ๆ ว่า R.E.T. ซึ่งผู้ที่ให้กำเนิดทฤษฎีนี้คือ Ellis นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ซึ่งแต่เดิมได้รับการศึกษาอบรมตามแนวคิดจิตวิเคราะห์ของ Freud ต่อมาเขาไม่เห็นด้วยกับวิธีการของ Freud และได้พัฒนาเทคนิคการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ขึ้นมา เพื่อใช้ในการบำบัดบุคคลผู้มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา โดย Ellis เชื่อว่าปัญหาของบุคคลเกิดจากความคิดความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเองและเหตุการณ์นั้น ๆ ซึ่งความเชื่อดังกล่าวเป็นความเชื่อทางลบ วิธีการแก้ไขก็โดยการเปลี่ยนความคิดของบุคคลเสียใหม่ แนวคิด R.E.T. เชื่อว่ามนุษย์มีเอกลักษณ์ของตนเอง มีความสามารถที่จะเข้าใจขอบเขตความสามารถของตนเอง มีความสามารถที่จะเข้าใจและประเมินค่านิยมที่ตนเองรับเข้ามาในวัยเด็กอย่างปราศจากการคิดหาเหตุผลที่ถูกต้อง ตลอดจนสามารถเปลี่ยนแปลงและเลือกรับค่านิยมใหม่ และแก้ไขพฤติกรรม ลงโทษตนเอง มนุษย์มีความสามารถในการเผชิญกับการตัดสินใจที่จะคงไว้หรือเปลี่ยนแปลงค่านิยม ความเชื่อจะส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมแตกต่างไปจากเดิมในอดีต แนวคิดของ R.E.T. มีหลักการสำคัญคืออารมณ์ของคนสัมพันธ์กับทฤษฎี ABC โดยที่ A (ปรากฏการณ์) ไม่ใช่ตัวการทำให้เกิด C (อารมณ์ ความรู้สึก) แต่เป็นเพราะ B (ความเชื่อเกี่ยวกับ A) ที่ทำให้เกิด C นอกจากนี้ R.E.T. ยังได้อาศัยเทคนิคต่าง ๆ เข้าช่วย เช่น การบันทึกความคิดของตน การบำบัดโดยหนังสือ การเล่นบทบาทสมมติ การใช้ตัวแบบ การใช้จินตนาการ การฝึกผ่อนคลาย การใช้การวางเงื่อนไขแบบกระทำ เป็นต้น (อาภา จันทรสกุล, 2531, หน้า 231-235)

เป้าหมายของการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ คือการช่วยให้บุคคลมีความคิด และแสดงออกอย่างมีเหตุผล นอกจากนี้การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ยังมีเป้าหมายในการช่วยให้บุคคลเข้าใจตนเอง และสามารถควบคุมตนเองได้ (ประเทือง ภูมิภักทราคม, 2540, หน้า

258) สำหรับลักษณะของบุคคลที่มีความเข้าใจตนเองนั้น ประดิษฐ์ เอกทัศน์ (2527, หน้า 7) ได้กล่าวว่าจะต้องมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. บุคคลจะต้องรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง
2. บุคคลอาจพบกับความล้มเหลว หรืออาจจะทำผิดพลาดได้
3. บุคคลยิ่งรู้มากขึ้นเท่าไรว่า เจตคติและความเชื่อที่เขาเรียนรู้มา มีอิทธิพลต่อเขา เขาก็จะสามารถยึดเจตคติและความเชื่อของเขาบนความจริงที่เป็นปรนัยได้อย่างสม่ำเสมอ

สำหรับความสามารถควบคุมตนเองได้นั้น Zolie, Stone and Lehr (อ้างใน ประเทือง ภูมิภัทราคม, 2540, หน้า 259) ได้อธิบายว่าควรเป็นผู้ที่มีลักษณะ ดังนี้

1. มองหรือรับรู้ตนเอง และสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นจริง
2. คิดถึงความคิดที่อาจจะนำตนเองไปในทิศทางที่ตนเลือก และกระทำในทิศทางที่เขาเลือกที่จะกระทำ
3. กระทำเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการด้วยวิธีการที่มีประสิทธิภาพ และปราศจากความขัดแย้งต่อบุคคลหรือสภาพแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อตนเอง

ในส่วนของ ประเทือง ภูมิภัทราคม (2540, หน้า 259) กล่าวว่า จากแนวคิดของการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์เชื่อว่า อารมณ์และพฤติกรรมของบุคคลมีผลมาจากการคิด ซึ่งความคิดที่ไม่มีเหตุผลทำให้เกิดอารมณ์ที่ไม่เป็นสุขและพฤติกรรมที่เบี่ยงเบน Ellis and Whitley (1979, หน้า 4-6) ได้เสนอแนวความคิดที่ไม่มีเหตุผล 3 ลักษณะ ดังนี้

แนวคิดที่ 1 ฉันต้องเป็นคนที่มีความสามารถสูง เป็นผู้ที่มีความเหมาะสมและประสบความสำเร็จ ฉันต้องการได้รับการยอมรับจากทุกคน ถ้าฉันทำสิ่งใดไม่สำเร็จ นั่นคือสิ่งที่เลวร้ายมากสำหรับฉัน ฉันทนต่อความล้มเหลวที่เกิดขึ้นไม่ได้ เพราะมันหมายถึงฉันไม่สามารถทำตนให้คนอื่นยอมรับได้ ฉันจึงเป็นคนที่ไม่ได้ความ

บุคคลที่ยึดมั่นตามแนวคิดที่ไม่มีเหตุผลนี้ มีแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นคนไร้ความสามารถ ไร้คุณค่า วิตกกังวล รู้สึกกังวลต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และทำให้เกิดอาการโรคประสาทประเภทย้ำคิดย้ำทำ

แนวคิดที่ 2 คนอื่นจะต้องทำดีต่อฉัน ให้ความยุติธรรม และแสดงออกต่อฉันอย่างดีจนฉันพอใจ เป็นสิ่งเลวร้ายมาก ถ้าเขาไม่สามารถทำในสิ่งที่ฉันต้องการได้ ฉันทนไม่ได้ที่เขารังเกียจฉัน ถ้าเขาทำในสิ่งที่ฉันต้องการไม่ได้ เขาควรถูกตำหนิ และถือว่าเป็นคนที่ไร้คุณค่า

บุคคลที่มีความคิดที่ไม่มีเหตุผลตามแนวคิดนี้ มีแนวโน้มจะเป็นคนเอาจริงเอาจังเกินไป โกรธง่าย ชอบตำหนิ มีทิฐิสูง มีอารมณ์รุนแรง อาฆาตผูกพยาบาท คิดแก้แค้น และอาจเป็นฆาตกรได้ง่าย

แนวคิดที่ 3 ฉันต้องได้ทุกอย่างที่ฉันต้องการ ซึ่งสิ่งเหล่านั้นจะเป็นดีสมบูรณ์และเป็นในทิศทางที่ฉันต้องการให้เป็น ฉันทนต่อความยากลำบากไม่ได้ ฉันทนความคับข้องใจหรือเห็นสิ่งที่ไม่เป็นไปตามที่ฉันคิดไม่ได้ เพราะถ้าไม่เป็นเช่นที่ฉันต้องการแล้ว ดูเหมือนว่าโลกนี้ไม่น่าอภิมภยเลย

บุคคลที่มีความคิดไม่มีเหตุผลเช่นนี้ จะเป็นคนที่โกรธง่าย สงสารตนเอง และรู้สึกว่าคุณด้อยในคุณค่า

นอกจากนี้ Ellis ยังกล่าวว่า ความคิดที่ไม่มีเหตุผลประกอบด้วยความคิดต่าง ๆ 11 ลักษณะ ดังนี้

1. บุคคลต้องได้รับความรักและยอมรับจากทุกคน
2. บุคคลที่จะได้ชื่อว่าเป็นคนที่มีคุณค่า จะต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถสูง มีความเหมาะสม และประสบความสำเร็จอย่างสมบูรณ์ในการทำสิ่งต่าง ๆ ทุกอย่าง
3. คนที่เป็นคนเลว ตำหนิ และชั่วร้าย ควรจะถูกตำหนิ และถูกลงโทษอย่างรุนแรง
4. เมื่อสิ่งต่าง ๆ ไม่เป็นไปตามที่บุคคลต้องการ นับว่าเป็นสิ่งเลวร้ายมาก
5. ความไม่เป็นสุขเกิดจากสิ่งภายนอกตัวบุคคล ซึ่งไม่อยู่ในวิสัยที่บุคคลจะควบคุมได้
6. บุคคลจะต้องคำนึงถึงและกังวลต่อสิ่งที่เป็นอันตรายและน่ากลัวอยู่ เพราะผลของสิ่งเหล่านี้สมควรที่เราจะต้องตระหนกอยู่ตลอดเวลา
7. การหลีกเลี่ยงปัญหาชีวิต และความรับผิดชอบต่อตนเองง่ายกว่าที่จะเผชิญกับมัน
8. บุคคลควรพึ่งพาผู้อื่น และควรมีคนที่แข็งแกร่งกว่าเป็นที่พึ่ง
9. ประสบการณ์ในอดีตของบุคคลจะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมปัจจุบันของเขา และมีอิทธิพลในอดีต ก็ไม่สามารถกำจัดได้
10. บุคคลควรมีความรู้สึกเศร้าใจ เป็นทุกข์ต่อปัญหา และความทุกข์ยากของผู้อื่น
11. ปัญหาทุกปัญหาจะต้องแก้ไขได้อย่างถูกต้องและสมบูรณ์ ไม่เช่นนั้นจะเกิดผลเสียตามมา

สำหรับความคิดที่มีเหตุผลนั้น Ellis ได้จำแนกไว้ 11 ลักษณะเช่นกัน ดังนี้

1. บุคคลปรารถนาที่จะได้รับความรักและการยอมรับจากผู้อื่น แต่ไม่ได้หมายความว่า จะต้องทุ่มเทความสนใจ และปรารถนาที่จะได้รับความรักแต่เพียงอย่างเดียว แต่จะกระทำในสิ่งที่เป็นการให้ความรัก และคิดในสิ่งที่เป็นประโยชน์และสร้างสรรค์
2. บุคคลจะกระทำสิ่งใด ๆ อย่างเต็มที่ เพราะต้องการที่จะทำมากกว่าการที่จะทำเพื่อให้ดีกว่าคนอื่น การทำงานก่อให้เกิดการเรียนรู้ และการทำงานอาจผิดพลาดได้
3. ทุกคนอาจพบความล้มเหลวหรือความผิดพลาดได้ จึงไม่ควรโทษตนเองและผู้ที่ล้มเหลว และทำอะไรผิดพลาด แต่ควรยอมรับความล้มเหลวนั้น และพยายามหาทางไม่ให้เกิดขึ้นอีก

4. บุคคลไม่เพียงทำให้สภาพการณ์ที่ไม่พึงปรารถนานั้นลุกลามใหญ่โตขึ้น ควรแก้ไขสถานการณ์ให้ดีขึ้น หากไม่สามารถแก้ไขให้ดีขึ้นได้ก็ต้องยอมรับ และไม่ถือว่าเป็นสิ่งเลวร้ายมากนัก

5. ถ้าบุคคลยอมรับว่าสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาและสภาพการณ์ทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากการรับรู้ การประเมินของตนเอง สิ่งเหล่านั้นก็จะสามารถควบคุมหรือเปลี่ยนแปลงได้

6. บุคคลตระหนักในความจริงว่า อันตรายที่มีอยู่ไม่เลวร้ายอย่างที่กลัว ควรรู้ว่าความวิตกกังวลเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความกลัวมากกว่าเหตุการณ์ที่น่ากลัวจริง ๆ

7. การเผชิญกับความยากลำบากและความรับผิดชอบ จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองในระยะยาวมากกว่าการหลีกเลี่ยง

8. บุคคลมีความพยายามที่จะเป็นของตัวเองและมีความรับผิดชอบ แต่ควรระวังผู้อื่นหรือขอรับการช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อมีความจำเป็น

9. บุคคลยอมรับว่าประสบการณ์ในอดีตมีความสำคัญ แต่ก็ตระหนักว่าเหตุการณ์ในปัจจุบันสามารถเปลี่ยนแปลงได้ การวิเคราะห์อิทธิพลจากอดีต การพิจารณา ความเชื่อที่เป็นโทษ บุคคลสามารถนำมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงตนเองต่อไปได้

10. เมื่อบุคคลอื่นเป็นทุกข์หรือถูกรบกวน ควรหาทางช่วยเหลือเขาถ้าทำได้ ถ้าทำไม่ได้ก็ต้องยอมรับและทำเท่าที่จะทำได้ให้ดีที่สุด

11. บุคคลควรหาทางแก้ปัญหาหลาย ๆ ทางที่มีความเป็นไปได้ และเลือกทางที่เหมาะสมที่สุด และยอมรับความจริงว่า ในแต่ละปัญหาย่อมไม่มีทางเลือกในการแก้ปัญหาที่สมบูรณ์แบบที่สุด

หลักการเบื้องต้นของการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์

หลักการเบื้องต้นในการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์นั้น Ellis (อ้างในประดิษฐ์ เอกทัศน์, 2527, หน้า 14) ได้กล่าวถึงไว้ 4 ประการดังนี้

1. บุคคลวางเงื่อนไขตนเองให้เกิดอารมณ์ไม่มีความสุขมากกว่าถูกวางเงื่อนไขโดยพ่อแม่หรือเหตุการณ์ภายนอกอื่น ๆ

2. บุคคลมีความโน้มเอียงทางวัฒนธรรมและทางชีวภาพ ที่จะคิดไม่ตรงกับความเป็นจริง หรือมีความรู้สึกวุ่นวายใจ

3. บุคคลมีความโน้มเอียงที่จะสร้างความเชื่อที่ทำให้เกิดอารมณ์ไม่มีความสุข และมีความวิตกกังวลกับอารมณ์ไม่มีความสุขที่มีอยู่ จนทำให้เกิดอารมณ์ไม่มีความสุขเพิ่มขึ้น

4. บุคคลมีความสามารถในการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางปัญญา อารมณ์และพฤติกรรม ดังนั้น เขาจึงสามารถเลือกที่ตอบโต้สภาพการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแตกต่างไปจากที่เคย

กระทำ ไม่รู้สึกกังวลใจเกี่ยวกับทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นได้ สามารถฝึกตนเองเพื่อให้มีอารมณ์ที่เป็นสุขมากที่สุดได้

จากแนวทางและพื้นฐานความคิดดังกล่าว การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยเหลือบุคคล 3 ลักษณะดังนี้คือ

1. ช่วยให้ผู้บุคคลยอมรับความผิดพลาดของตนเอง ยอมรับความคิดที่ไม่มีเหตุผลและการคิดทำลายตนเองที่มีอยู่
2. ช่วยให้ผู้บุคคลพัฒนาความคิด การรับรู้ การตีความหมายต่อตนเอง และสิ่งแวดล้อมให้เป็นไปตามความจริง และมีเหตุผล
3. ช่วยให้ผู้บุคคลปรับพฤติกรรมให้เป็นไปอย่างเหมาะสม

วิธีการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์

ในการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ นักจิตบำบัดจะต้องช่วยให้ผู้เข้ารับการบำบัดจัดความคิดที่ไม่มีเหตุผล และสร้างความคิดที่มีเหตุผลขึ้นมาแทน โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. แสดงให้ผู้มารับการบำบัดเห็นว่าเขามีความคิดที่ไม่มีเหตุผล ช่วย让他เข้าใจว่า ทำไมเขาจึงมีความคิดเช่นนั้น ช่วย让他เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างความคิดที่ไม่มีเหตุผลกับอารมณ์ไม่มีความสุข หรือกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้น
2. ทำให้ผู้มารับการบำบัดเข้าใจว่าอารมณ์ไม่มีความสุขจะมีอยู่ต่อไป เพราะเขายังมีความคิดที่ไม่มีเหตุผลคงอยู่
3. ทำให้ผู้มาขอรับบริการเปลี่ยนแปลงความคิดของเขา จากความคิดที่ไม่มีเหตุผลให้เป็นความคิดที่มีเหตุผล
4. วางแผนพัฒนาปฏิกิริยาโต้ตอบที่มีเหตุผลของผู้มารับการบำบัด เพื่อพัฒนาพฤติกรรมที่มีเหตุผลหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้มั่นคงต่อไป

การช่วยให้ผู้มาขอรับการบำบัดมองเห็นว่า ความคิดของเขาที่มีต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นมีเหตุผลหรือไม่ สามารถกระทำได้ด้วยเทคนิคต่าง ๆ เพื่อให้เขาวิเคราะห์สภาพการณ์ที่เกิดขึ้น (ประเทือง ภูมิภัทราคม, 2540, หน้า 264)

2. การบำบัดทางปัญญา

การบำบัดทางปัญญา พัฒนาขึ้นโดย Beck ซึ่งเป็นจิตแพทย์ ชาวอเมริกา ได้รับการอบรมมาทางด้านจิตวิเคราะห์เช่นเดียวกับ Ellis หลังจากที่เขามาดูแลผู้เข้ารับการบำบัด โดยใช้วิชาการทางจิตวิเคราะห์มาเป็นเวลานานพอสมควร เขาได้พบปฏิกิริยาทางลบจากผู้เข้ารับการบำบัดมากมาย เขาจึงเริ่มสงสัยเกี่ยวกับการอธิบาย ถึงการเป็นโรคจิต โรคประสาท ของนักจิตวิทยาคลุ่มจิตวิเคราะห์

โดยเฉพาะอย่างยิ่งการอธิบายในเรื่องของอาการซึมเศร้า ดังนั้นเขาจึงได้ตรวจสอบทฤษฎีจิตวิเคราะห์อย่างจริงจัง โดยการเริ่มสังเกตในคลินิกอย่างเป็นระบบและทำการวิจัยจนกระทั่งปลายทศวรรษที่ 1950 เขาจึงเริ่มทำการปฏิรูปวิธีการบำบัดของเขาไปสู่การบำบัดทางปัญญาของพฤติกรรมซึมเศร้า ในปี 1963 Beck เริ่มสังเกตเห็นว่า ปัญหานี้เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับอาการซึมเศร้า ซึ่งเป็นสิ่งที่พวกจิตวิเคราะห์ ไม่ได้ให้ความสนใจ เมื่อ Beck ทำการศึกษาเกี่ยวกับโครงสร้างของเนื้อหาทางความคิดของคนไข้โรคจิตนั้น เขาพบว่า โครงสร้างของเนื้อหาทางความคิดนั้นจะมีลักษณะที่สม่ำเสมอ และเชื่อมโยงกับลักษณะอาการทางประสาทของคนเราซึ่งรวมทั้งอาการซึมเศร้าด้วย เขาพบอีกว่าคนไข้โรคจิตเหล่านั้นมักจะบิดเบือนลักษณะความคิดของตนเองอย่างเป็นระบบ ซึ่งลักษณะของการบิดเบือนนั้น อาจจะมีลักษณะดังต่อไปนี้ คือการอ้างอิงตามใจชอบ การเลือกสรรข้อมูล การแผ่ขยายเกินกว่าที่ควรจะเป็นการขยายความเกินกว่าเหตุ และการสรุปความมากเกินไป ซึ่ง Beck ศึกษาพบว่าลักษณะของการบิดเบือนเช่นนั้น เป็นลักษณะที่เกิดโดยอัตโนมัติควบคุมไม่ได้

แม้ว่างานทางการบำบัดของ Beck จะเริ่มจากการทำการบำบัดคนไข้ที่มีอาการซึมเศร้าก็ตาม แต่ว่าการบำบัดทางปัญญายังสามารถนำไปใช้ในการบำบัดทางจิตด้านอื่น ๆ ได้อีกด้วย ซึ่งรูปแบบของการบำบัดทางจิตปัญญานี้เชื่อว่า อารมณ์ที่ผิดปกติของคนเรานั้นเป็นมาจากการบิดเบือนความคิด หรือการประเมินเหตุการณ์ในชีวิตด้วยความคิดที่ไม่ตรงกับความเป็นจริง นอกจากนี้ Beck เชื่อว่าความรู้สึกและความคิดนั้นมีความสัมพันธ์กัน และมักจะเสริมแรงซึ่งกันและกัน จึงเป็นผลให้เกิดความบกพร่องทางอารมณ์และความคิดมากยิ่งขึ้น

โครงสร้างทางปัญญาของบุคคลได้มาจากขั้นตอนของการพัฒนาการ ถ้าเกิดความผิดพลาดขึ้นช่วงของการพัฒนาการนั้น ก็จะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ปัญหาทางอารมณ์ บุคคลที่ปรับตัวได้ดีก็ย่อมรับการประเมินเหตุการณ์ในชีวิตอย่างเป็นจริง แต่ถ้าปรับตัวไม่ได้ก็จะเป็นผลทำให้บุคคลบิดเบือนความจริงเพื่อสนับสนุนความคิดปกติทางจิต

บุคคลที่มีอาการซึมเศร้า Beck มองว่าเป็นบุคคลที่มีลักษณะของการคิดในทางลบ และมองตัวของตัวเอง โลกของเขาเอง และอนาคตของเขาเองในทางลบทั้งสิ้น ซึ่งยิ่งเขาซึมเศร้ามากเท่าไร ความคิดเช่นนั้นก็จะครอบคลุมมากขึ้นเท่านั้น

เขากล่าวว่าปัญหาทางจิตเกิดขึ้น เพราะว่าบุคคลมีความคิดในลักษณะที่ปรับตัวไม่ได้ เช่น ความคิดที่ไม่เหมาะสม ไม่มีเหตุผล หรือการพูดกับตนเองอย่างไม่มีเหตุผล เป็นต้น ซึ่งเป็นการสะท้อนความให้เห็นถึงความเชื่อของเขาที่มีเกี่ยวกับตนเอง และโลกที่เขาอยู่ วิธีการบำบัดของ Beck มุ่งที่ความเชื่อพื้นฐานมากกว่าการกล่าวกับตนเองเขาเชื่อว่า อารมณ์ที่ผิดปกติของคนเรานั้นเป็นผลจากการบิดเบือนความคิดหรือการประเมินเหตุการณ์ในชีวิตด้วยความคิดไม่ตรงกับความเป็นจริง

วิธีการบำบัดทางปัญญานั้นจะประยุกต์กระบวนการเชิงประจักษ์ กระบวนการทางปัญญาพฤติกรรม และความรู้สึกของผู้เข้ารับการบำบัดเป้าหมายของการบำบัด คือ การทดแทน การประเมินเหตุการณ์ ในชีวิตที่บิดเบือนไปสู่การประเมินเหตุการณ์ในชีวิตที่ตรงกับความเป็นจริงวิธีการบำบัดก็จะสอนให้ผู้เข้ารับการบำบัดดำเนินการดังต่อไปนี้

1. บันทึกความคิดที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ
2. สอนให้รู้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
3. ทดสอบความตรงของความคิดที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ
4. ใช้ความคิดที่ตรงกับความเป็นจริงทดแทนความคิดที่บิดเบือน
5. เรียนรู้ที่จะแยกแยะและเปลี่ยนแปลงความเชื่อที่มีอยู่ในตัวบุคคลที่ทำให้เกิดความคิด ที่

ผิด (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543, หน้า 316)

3. การฝึกสอนตัวเอง

Meichnbaum นักจิตวิทยา ชาวแคนาดา (อ้างใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549, หน้า 319-320) เป็นผู้นำของนักปรับพฤติกรรมคนหนึ่งที่เน้นถึงบทบาทในการสอนตนเอง ในการนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการ ซึ่งก็เหมือนกับ Ellis เขาได้สนใจเกี่ยวกับการพัฒนาทางภาษา ซึ่งเป็นสาขาหนึ่งของจิตวิทยาพัฒนาการทางปัญญา นักจิตวิทยาที่ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการทางภาษาที่ Meichnbaum ให้ความสนใจและนำมาใช้เป็นพื้นฐานของการพัฒนาเทคนิคการฝึกการสอนตนเองของเขา คือ งานของนักจิตวิทยาชาวรัสเซีย 2 คน คือ Lura และ Vygotsky ที่ศึกษาถึงพัฒนาการของความสัมพันธ์ระหว่างภาษา ความคิด และพฤติกรรม โดยที่พวกเขาเสนอว่าพัฒนาการของการควบคุมพฤติกรรมของบุคคลนั้นจะเริ่มจากการได้รับกฎเกณฑ์จากบุคคลที่สำคัญ เช่น ผู้ปกครอง หรือครู เป็นต้น จากนั้นจึงนำมาสู่การกำกับตนเอง เป็นการบอกกับตนเองภายในใจ ซึ่งความสัมพันธ์ระหว่างการพูดกับตนเองในใจ และพฤติกรรมจึงเป็นจุดสนใจของ Meichnbaum เขาจึงได้เสนอว่าพฤติกรรมภายในนั้นมีกระบวนการเช่นเดียวกับพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายในสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้ โดยใช้กลวิธีเช่นเดียวกับการเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอก

วิธีการในการฝึกการสอนตนเองนั้น Meichnbaum ใช้ทั้งตัวแบบและการเสริมแรง โดยที่ ให้เด็กหรือบุคคลที่จะได้รับการฝึกสอนตนเอง สังเกตตัวแบบ และดำเนินการตามตัวแบบตามขั้นตอนในลักษณะดังต่อไปนี้

1. ตัวแบบเสนอพฤติกรรมการทำงาน พร้อมทั้งพูดขั้นตอนในการทำงานด้วยเสียงอันดัง ในขณะที่ผู้ที่ได้รับการฝึกการสอนตนเองนั้นสังเกตอยู่
2. ให้ผู้ที่ได้รับการฝึกการสอนตนเองทำงานเช่นเดียวกับตัวแบบ และทำไปพร้อมกับตัวแบบตามขั้นตอนที่ตัวแบบบอก

3. ให้ผู้ที่ได้รับการฝึกการสอนตนเองทำงานเช่นเดียวกับตัวแบบนี้ แต่จะต้องพูดขั้นตอนในการทำงานเช่นเดียวกับที่ตัวแบบพูดด้วยเสียงอันดัง

4. ให้ผู้ที่ได้รับการฝึกการสอนตนเองทำงานเช่นเดียวกับตัวแบบ แต่ให้พูดขั้นตอนต่าง ๆ พร้อมกับทำไปด้วยนั้นด้วยเสียงที่เบา

5. ให้ผู้ที่ได้รับการฝึกการสอนตนเองทำงานเช่นเดียวกับตัวแบบ แต่พูดถึงขั้นตอนต่าง ๆ ในใจพร้อมกับทำไปด้วย

รูปแบบของคำพูดที่พูดกับตนเองในการฝึกการสอนตนเองนั้น ควรจะจัดรูปแบบของการพูดในลักษณะดังต่อไปนี้

1. ถามคำถามที่ตรงกับงานที่จะต้องทำ
2. ตอบคำถามเหล่านั้น ในรูปแบบของการทบทวนความจำในความคิด
3. ใช้การสอนตนเองในรูปแบบของการชี้แนะตนเองขณะที่ทำงาน
4. พูดชมเชยตนเอง หรือเรียกว่าทำการเสริมแรงตนเอง

Meichnbaum and Goodman (อ้างใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภายิต, 2549, หน้า 320) พบว่าการฝึกการสอนตนเองนี้มีประสิทธิภาพอย่างมากในการฝึกให้เด็กที่หุนหันพลันแล่นให้ทำงานได้ดีขึ้น

วิธีการในการฝึกสอนตนเองนั้น Meichnbaum ใช้ทั้งตัวแบบให้หรือบุคคลที่จะได้รับการฝึกการสอนตนเอง สังเกตตัวแบบและดำเนินการตามตัวแบบ และการเสริมแรง ยิ่งไปกว่านั้นเขาได้ใช้วิธีการผ่อนคลาย และเทคนิคการปรับพฤติกรรมอื่น ๆ ในการให้บุคคลฝึกการสอนตนเอง โดยเน้นให้บุคคลสอนตนเอง ด้วยการจัดการกับพฤติกรรมการต่อสู้ที่เหมาะสมในสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด สิ่งสำคัญอยู่ที่การสอนให้ตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นในสถานการณ์นั้น ด้วยพฤติกรรมที่เหมาะสม และจัดการกับอารมณ์ในแง่ลบให้ออกไป โดยการให้เผชิญกับความจริงในด้านบวก และให้ใช้วิธีการผ่อนคลายด้วย นอกจากนี้ยังสอนให้เสริมแรงตนเองทันทีหลังจากที่สามารถจัดการกับสถานการณ์อันตึงเครียดได้สำเร็จ Martin and Pear (อ้างใน จันทพร โรจนพิทักษ์, 2543, หน้า 39)

ในการฝึกการสอนตนเองนั้น Meichnbaum ใช้การให้คำปรึกษา ซึ่งเขาใช้การให้คำปรึกษา โดยฝึกทักษะการแก้ปัญหาที่ชื่อว่าฝึกภูมิคุ้มกันความเครียด (Stress Inoculation Training) เพื่อใช้แก้ปัญหาพฤติกรรม ซึ่งแนวคิดที่เขาใช้จะมีกลุ่มของทักษะในการเผชิญปัญหาแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 การให้การศึกษา ซึ่งเป็นระยะที่ให้กรอบความคิดให้ผู้เข้ารับการทดลองเข้าใจธรรมชาติของปัญหา ซึ่งเป็นกรขยายความให้เขาเข้าใจอย่างชัดเจนในความคิดความรู้สึก และสภาพพฤติกรรม ระยะที่ 2 การฝึกทักษะ ก็คือการสอนการพูดกับตนเอง และทักษะการผ่อนคลายบทบาทของกระบวนการทางปัญญาเพื่อแก้ไขความคิดที่มีปัญหา ในกรอบแนวคิดนี้ผู้

เข้ารับการทดลองจะพัฒนาการพูดสอนตนเอง และการพูดกับตนเอง และมีการสอนการผ่อนคลายด้วย ระยะที่ 3 ในขั้นประยุกต์ อนุญาตให้ผู้รับการทดลอง ได้รับการทดสอบทักษะที่สอนไว้ด้วยเงื่อนไขทดลองในห้องทดลอง โดยใช้เทคนิคให้ผู้รับการทดลองได้ทำตามตัวแบบและทำซ้ำ ๆ (Meichnbaum อ้างใน จันทรพร โรจนพิทักษ์, 2543, หน้า 3)

4. การควบคุมตนเอง

เป็นเทคนิคที่พัฒนาโดย Rehm ซึ่งพัฒนามาจากรูปแบบการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมซึมเศร้า ซึ่ง Rehm ได้รับอิทธิพลมาจากงานของ Kanfer ในการกำกับตนเองซึ่งมีกระบวนการ 3 กระบวนการ คือ การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง การประเมินตนเอง และการเสริมแรงตนเอง Rehm ได้เอากระบวนการทั้ง 3 นั้น มาอธิบายธรรมชาติของการซึมเศร้าว่าเป็นผลเนื่องมาจากกระบวนการควบคุมตนเอง ซึ่งอาจจะขาดทั้ง 3 กระบวนการหรือขาดกระบวนการใดกระบวนการหนึ่ง โดยที่ผู้ที่มีพฤติกรรมซึมเศร้านั้นอาจจะเลือกที่จะสังเกตและบันทึกพฤติกรรมที่เป็นทางลบหรือพฤติกรรมที่ไม่ได้รับผลกระทบอย่างทันทีทันใด อีกทั้งอาจจะประเมินตนเองมากเกินไป ปัจจัยเหล่านี้มีอยู่ในลักษณะของผู้ที่มีอาการซึมเศร้า ซึ่งแต่ละคนมีความขาดแคลนในกระบวนการต่าง ๆ นั้นในระดับที่ไม่เท่ากัน การเกิดการซึมเศร้านั้นเป็นผลจากการรวมกันของประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด และขาดทักษะในการควบคุมตนเอง

วิธีการบำบัดแบบการควบคุมตนเองนั้น ใช้หลักการเดียวกับการกำกับตนเอง โดยวิเคราะห์ว่าผู้เข้ารับการบำบัดนั้นขาดความสามารถในการควบคุมตนเองในขั้นตอนใดก็จะสอนทักษะในขั้นตอนนั้นให้ซึ่งอาจจะใช้วิธีการเข้ากลุ่มอภิปราย การเสริมแรงทั้งภายในและภายนอก การแสดงบทบาทสมมติ การสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมตนเอง และการใช้ตัวแบบ (อ้างใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549, หน้า 328)

สรุปได้ว่าแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น อาศัยเทคนิคต่าง ๆ ที่นักจิตวิทยาได้วิจัยและพัฒนาขึ้น เพื่อปรับเปลี่ยนความคิดของบุคคล โดยหาวิธีดำเนินการเปลี่ยนแปลงตัวแปรทางปัญญาตามพื้นฐานความรู้เดิมที่ตนมีอยู่ เช่น ตัวแปรทางปัญญาที่ Ellis เน้น คือ ความคิด ความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล ส่วน Beck เน้น ความคิดอัตโนมัติในทางลบ ส่วน Meichnbaum เน้นการพูดสอนตนเอง เป็นต้น

การปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษานั้น อาศัยกรอบแนวคิดทฤษฎีปัญญานิยมเชื่อว่ากระบวนการทางปัญญาและพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กัน จะเห็นได้จากการรวบรวมเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น นักจิตวิทยาต่างก็พัฒนาเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของตนขึ้นมา แต่อย่างไรก็ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีหรือความเชื่อ

พื้นฐานที่อยู่ภายใต้แนวคิดเดียวกัน คือ ตัวแปรทางปัญญานั้นมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล ดังนั้นถ้าสามารถเปลี่ยนแปลงตัวแปรทางปัญญาได้ พฤติกรรมของคนจะเปลี่ยนไปตาม

แนวคิดเกี่ยวกับจริยธรรม

ความหมายของจริยธรรม

มีผู้ให้ความหมายของคำว่า จริยธรรม (Morality) คล้ายคลึงกันจะแตกต่างกันอยู่บ้างเฉพาะในรายละเอียดหรือมุมมองของบุคคลดังนี้

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2543, หน้า 113) กล่าวว่า จริยธรรมหมายถึงระบบการทำความดีละเว้นความชั่ว

วิชัชชัย ชัยจิรฉายากุล และวราพรธม นอยสุวรรณ (2546, หน้า 69) กล่าวว่าจริยธรรมเป็นคำที่ไขควบลูกกับคุณธรรม เพราะมีความหมายสัมพันธ์ กันใกล้เคียงกันมี ข้อคิดของบุคคลต่าง ๆ เกี่ยวกับจริยธรรม เช่น พันัส หันนาคิ นทร อธิบายว่า จริยธรรม หมายถึง ความประพฤติอัน หมายถึงการปฏิบัติตนเอง ต่อผู้อื่นและต่อสังคม ทั้งนี้ผู้ปฏิบัติต้องรู้จักว่าสิ่งใดถูก สิ่งใดผิด การปฏิบัติตามหลักจริยธรรมจะต้องประกอบด้วยทั้งความรู้สึทางจิตใจ และการปฏิบัติทางกายอันสอดคล้องกับความรูสึกทางจิตใจ

อำนาจ ทะพังกแก และชยันต์ วรรณะภูติ อ้างถึงในธนศ บัวแก้ว(2542, หน้า 3) ให้ความหมายและลักษณะของจริยธรรมไว้ว่า จริยธรรมเป็นกลไกอันหนึ่งของสังคมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคนในสังคม จริยธรรมในฐานะเป็นกลไกของสังคม จึงทำหน้าที่เป็นบรรทัดฐานของความประพฤติเป็นสิ่งกำหนดควาอะไรควรประพฤติปฏิบัติ จริยธรรมในความหมายนี้จึงคล้ายคลึงกับค่านิยมหรือระเบียบ ขอบังคับและกฎหมายแต่แตกต่างกับค่านิยมในสวนที่ว่า จริยธรรมนั้นเป็นเรื่องของสิ่งที่ควรประพฤติ ปฏิบัติเพื่อให้ เกิดความดี และความถูกต้องในสังคม มี จุดมุ่งหมายปลายทางอยู่ที่คุณงามความดีและสังคมในสวนรวม สวนค่านิยมนั้นเป นเพียงสิ่งที่คนนิยมปฏิบัติหาได้มีเงื่อนไขว่าจะต้องเกิดความดีให้แก่สังคมด้วยไม จริยธรรมนี้ยังแตกต่างไปจากขอบังคับหรือกฎในแง่ที่ว่าระเบียบข้อห้ามหรือบทลงโทษ ข้อห้ามหรือบทลงโทษ ถ้าจะมีก็เปนนบทลงโทษ“ทางใจ” สำหรับผู้ฝ่าฝืนเท่านั้น

จากคำจำกัดความที่กล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า จริยธรรม หมายถึง สิ่งที่เป็นความดีงามมีความถูกต้องที่จะนำมายึดเหนี่ยวเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นคนดี มีคุณค่า ทั้งทางกาย ทางวาจา ทางจิตใจ รู้จักการดำเนินชีวิตที่ดี ถูกต้อง สามารถอยู่ร่วมในสังคมได้สอดคล้องกับความเป้นจริงของธรรมชาติ และเพื่อให้เข้าใจเรื่องจริยธรรมให้ดียิ่งขึ้นควรทำความเข้าใจในเรื่ององค์ประกอบของจริยธรรมดังต่อไปนี้

จากเอกสารที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่า จริยธรรม หมายถึง ลักษณะหรือพฤติกรรมของมนุษย์ ที่แสดงออกทางความประพฤติที่ดีงาม ภายใต้กฎเกณฑ์ที่สังคมกำหนด เมื่อปฏิบัติได้แล้วจะทำให้ การดำเนินชีวิตของบุคคลและสังคมเกิดประโยชน์สุข

องค์ประกอบของจริยธรรม

จริยธรรมสามารถจำแนกออกเป็น 3 องค์ประกอบใหญ่ ๆ ดังนี้ (สุปราณี ธรรมพิทักษ์, 2542, หน้า 6-7)

1. องค์ประกอบทางด้านพุทธิปัญญา (cognitive component) หมายถึง ส่วนที่เก็บสะสม ความรู้ ความเชื่อต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมทางจริยธรรมและเป็นส่วนที่จะประเมินหรือตัดสินว่า พฤติกรรมใดดีถูกควรทำและพฤติกรรมใดไม่ดีผิดไม่ควรทำได้แก่ ความคิดทางจริยธรรม (moral thought) ค่านิยมทางจริยธรรม (moral value) ความเชื่อทางจริยธรรม (moral belief) ความรู้ความ เข้าใจทางจริยธรรม (moral cognitive) การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม (moral belief) และการตัดสิน ทางจริยธรรม (moral judgement)

2. องค์ประกอบทางด้านอารมณ์ (affective component) หมายถึง ความรู้สึกหรือปฏิกิริยา ที่มีต่อพฤติกรรมทางจริยธรรมว่า มีความพอใจ ชอบหรือไม่ชอบ ได้แก่ เจตคติทางจริยธรรม (moral attitude) ความรู้สึกทางจริยธรรม (moral feeling) และปฏิกิริยาทางจริยธรรม (moral reaction)

3. องค์ประกอบทางพฤติกรรม (behavioral component) หมายถึง พฤติกรรมหรือการ กระทำที่บุคคลแสดงออกมาทั้งต่อตนเองต่อผู้อื่นและต่อสิ่งแวดล้อม และเป็นพฤติกรรมที่สามารถ ตัดสินได้ว่า ดีหรือไม่ดี ถูกหรือผิด สมควรหรือไม่สมควรได้แก่ ความประพฤติทางจริยธรรม (moral conduct) การกระทำทางจริยธรรม (moral act) และพฤติกรรมทางจริยธรรม (moral behavior)

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524, หน้า 4-6) ได้ศึกษาวิจัยพบว่า จริยธรรมจำแนกได้ 4 ประการคือ

1. ความรู้เชิงจริยธรรม หมายความว่า การมีความรู้ว่าการเป็นอยู่ในสังคมของตนนั้นถือว่าการกระทำชนิดใดควรกระทำและการกระทำชนิดใดควรเว้น ลักษณะและพฤติกรรมประเภทใดเหมาะสมหรือไม่เหมาะสมมากนักน้อยเพียงใด ปริมาณความรู้เชิงจริยธรรมหรือความรู้เกี่ยวกับค่านิยมทางสังคมนี้ขึ้นอยู่กับ อายุ ระดับการศึกษา และพัฒนาการทางสติปัญญาของบุคคล

2. ทักษะคิดเชิงจริยธรรม คือ ความรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับลักษณะหรือ พฤติกรรมเชิงจริยธรรมต่าง ๆ ว่าตนชอบหรือไม่ชอบลักษณะนั้น ๆ เพียงใด ทักษะคิดเชิงจริยธรรมของบุคคลส่วนมากจะสอดคล้องกับค่านิยมในสังคมนั้น

3. เหตุผลเชิงจริยธรรม หมายถึง การที่บุคคลใช้เหตุผลในการเลือกที่จะกระทำหรือเลือกที่จะไม่กระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เหตุผลที่กล่าวถึงนี้จะแสดงให้เห็นถึงเหตุจูงใจหรือแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลังการกระทำต่าง ๆ ของบุคคล

4. พฤติกรรมเชิงจริยธรรม หมายความว่า การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่สังคมนิยมชมชอบ หรือคว้นการแสดงพฤติกรรมที่ฝ่าฝืนกฎหรือค่านิยมในสังคมนั้น

สาราช บัวศรี (2532, หน้า 33) จำแนกองค์ประกอบที่สำคัญของจริยธรรมไว้ 2 ประการคือ

1. ศีลธรรม (moral value) คือ สิ่งที่ควรคว้น สิ่งที่ไม่ควรปฏิบัติ
2. คุณธรรม (ethical value) คือ สิ่งที่เราควรปฏิบัติทั้งศีลธรรมและคุณธรรมรวมกันเป็นจริยธรรม

สรุปได้ว่า จริยธรรมสามารถจำแนกองค์ประกอบได้ 3 ประการคือ องค์ประกอบทางด้านพุทธิปัญญา องค์ประกอบทางด้านอารมณ์ และองค์ประกอบทางพฤติกรรม ที่สำคัญทั้ง 3 องค์ประกอบตั้งอยู่ภายใต้ความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก ของตัวเราเองว่าเป็นสิ่งที่เราควรปฏิบัติหรือเป็นสิ่งที่เราไม่ควรปฏิบัติ

ความรับผิดชอบต่อการเรียน

ความหมายของการรับผิดชอบ

ความรับผิดชอบ (Responsibility) ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 (ราชบัณฑิตยสถาน. 2525, หน้า 696) หมายถึง ขอมตามผลที่ดีหรือไม่ดีในกิจกรรมที่ได้กระทำลงไป

สำเนียง ศิลป์ประกอบ (2540, หน้า 9) ได้ให้ความหมายของความรับผิดชอบว่า หมายถึงความตั้งใจในการปฏิบัติหน้าที่ของนักเรียนที่ดี ด้วยการแสดงออกในลักษณะของการรู้จักในหน้าที่ปฏิบัติหน้าที่ ที่ได้รับมอบหมายด้วยความเต็มใจ เอาใจใส่ในการศึกษาเล่าเรียน ขยันหมั่นเพียร เข้าห้องเรียน และส่งงานที่ได้รับมอบหมายตรงตามเวลา เมื่อมีปัญหาไม่เข้าใจในบทเรียนจะพยายามค้นคว้า และซักถามจากสมาชิกในกลุ่มหรือครูผู้สอนด้วยความสนใจ ทั้งเอาใจใส่ในการแก้ไขข้อบกพร่องและผิดพลาดด้วยความเต็มใจแม้จะถูกตำหนิและแก้ไขหลายครั้ง

ปรีชา ชัยนิยม (2542, หน้า 9) ได้กล่าวว่า ความรับผิดชอบ หมายถึง ความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะปฏิบัติหน้าที่ด้วยความผูกพัน พากเพียร และความละเอียดรอบคอบ ตั้งใจที่จะทำงานในหน้าที่ที่มีต่อตนเองและสังคม เพื่อให้บรรลุสำเร็จตามความมุ่งหมาย ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ยอมรับผลการกระทำในการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเต็มใจ โดยมีความรับผิดชอบและรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง ในการเรียนและการยอมรับผลการกระทำของตนเอง

ดวงหทัย แสงวิริยะ (2544, หน้า 37) ได้กล่าวไว้ว่า ความรับผิดชอบ หมายถึง การที่บุคคลตระหนักในหน้าที่และปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของคนให้สำเร็จตามวัตถุประสงค์ และยินดีกับการรับผลพร้อมทั้งแก้ไขการกระทำนั้น ทั้งทางดีและไม่ดีด้วยความเต็มใจ

ศิริพันธ์ วรรณกิจ (2545, หน้า 13) ได้กล่าวไว้ว่า ความรับผิดชอบคือ การที่บุคคลประพฤติและปฏิบัติงานต่าง ๆ ด้วยความเต็มใจเอาใจใส่ รับผิดชอบที่จะทำงาน และติดตามผลงานที่ทำไปแล้วเพื่อปรับปรุงแก้ไขให้สำเร็จลงด้วยดี ยอมรับในสิ่งที่ตนเองกระทำลงไปทั้งในด้านที่เป็นผลดีและผลเสีย อีกทั้งยังไม่ปิดการะหน้าที่ของตนให้แก่ผู้อื่น

จากที่กล่าวมาทั้งหมด ความหมายของความรับผิดชอบ สามารถสรุปได้ ดังนี้ ความรับผิดชอบเป็นความสนใจ ความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะทำงานด้วยความรู้สึกผูกพันมีความพากเพียรและละเอียดรอบคอบโดยแสดงออกในรูปแบบของการทำงานที่ได้รับมอบหมายจนเป็นผลสำเร็จด้วยความเต็มใจ ปฏิบัติตนด้วยความระมัดระวัง เอาใจใส่ ขยันหมั่นเพียร อดทนต่ออุปสรรคมีการติดตามผลงานที่ได้ทำไปแล้ว เมื่อปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น ยอมรับในสิ่งที่ตนกระทำไปทั้งในด้านที่เป็นผลดีและผลเสีย

ประเภทของความรับผิดชอบ

จूरिรัตน์ นันทยทวิกุล (2538, หน้า 5) ได้แบ่งประเภทของความรับผิดชอบออกเป็น 8 ประเภท ดังนี้

1. ความรับผิดชอบต่อ ตนเอง
2. ความรับผิดชอบต่อ การศึกษาเล่าเรียน
3. ความรับผิดชอบต่อ งานที่ได้รับมอบหมาย
4. ความรับผิดชอบต่อ การกระทำของตน
5. ความรับผิดชอบต่อ ครอบครัว
6. ความรับผิดชอบต่อ เพื่อน
7. ความรับผิดชอบต่อ โรงเรียน
8. ความรับผิดชอบต่อ สังคม

คุณลักษณะผู้มีความรับผิดชอบต่อการเรียน

มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยาได้ให้คุณลักษณะของผู้ที่มีความรับผิดชอบ ไว้ดังนี้

จอร์จันน์ นันท์ชวาทีกุล (2538, หน้า 4-5) ได้กล่าวตรงกันว่าผู้มีความรับผิดชอบ ประกอบด้วยลักษณะดังต่อไปนี้

1. เอาใจใส่การทำงานเพื่อผลงานนั้น
2. มีความเพียรพยายาม
3. ใช้ความสามารถเต็มที่
4. กล้าเผชิญต่อความจริง
5. ช่วยเหลืองานส่วนรวมด้วยความเต็มใจ
6. รู้จักหน้าที่และกระทำตามหน้าที่อย่างดี
7. ไม่ละเมียดสิทธิและหน้าที่ผู้อื่น
8. มีความไวใจได้
9. มีความตรงต่อเวลา
10. เคารพต่อระเบียบกฎเกณฑ์
11. มีความละเอียดรอบคอบ
12. ดูแลรักษาของส่วนรวมเสมือนของตนเอง
13. ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี
14. ชอบปรับปรุงงานในหน้าที่ที่มีต่อตนเอง และที่มีต่อสังคมให้ดีขึ้น

สุทธิพงศ์ บุญผดุง (2541, หน้า 7) ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่มีความรับผิดชอบไว้ 4 ลักษณะดังนี้

1. มีวินัยในตนเอง
2. มีความกระตือรือร้น
3. มีความเชื่อมั่นในตนเอง
4. มีความขยันหมั่นเพียร อดทน อดกลั้น

จากข้อความข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะของบุคคลที่มีความรับผิดชอบต่อการเรียนนั้น จะต้องเป็นบุคคลที่มีความขยันหมั่นเพียร ซึ่งกระทำหน้าที่ด้วยความเอาใจใส่จนประสบผลสำเร็จและยอมรับผลของการกระทำนั้นพร้อมทั้งกับการแก้ไขและปรับปรุงอยู่เสมอ

วิธีปลูกฝังความรับผิดชอบต่อการเรียน

Mittion and Harris (1962 : 407-416) อ้างถึงในชัยวัฒน์ กาบคำ (2551, หน้า 36) ได้เสนอแนะการฝึกความรับผิดชอบต่อการเรียนไว้ดังนี้

1. การฝึกความรับผิดชอบควรเริ่มตั้งแต่อายุน้อย ๆ
2. เด็กทุกคนควรมีโอกาสฝึกความรับผิดชอบ โดยการฝึกปฏิบัติจริงเพื่อให้เด็กมีส่วนร่วมในการทำงาน
3. จัดประสบการณ์ให้เหมาะสมกับวัยและความสามารถ
4. ควรให้เด็กทราบว่าผู้ใหญ่หวังอะไรจากตัวเขา
5. ในการฝึกความรับผิดชอบนั้นผู้ใหญ่ต้องยึดหยุ่น ไม่เร่งรัดเด็กจนเกินไป
6. ต้องระลึกเสมอว่าในการทำงานนั้นเด็กต้องการคำแนะนำจากผู้ใหญ่
7. เด็กต้องการความไว้วางใจจากผู้ใหญ่ ดังนั้นเมื่อมอบหมายงานให้ทำแล้วควรจะให้เด็กได้เข้ารับผิดชอบอย่างเต็มที่
8. เจตคติและพฤติกรรมความรับผิดชอบของผู้ใหญ่นั้น มีอิทธิพลต่อพัฒนาการความรับผิดชอบของเด็ก

9. ไม่ควรให้เด็กรับผิดชอบเกินความสามารถเพราะอาจเป็นอันตรายได้

สรุปได้ว่า การที่จะให้นักเรียนมีความรับผิดชอบต่อการเรียนนั้น จะต้องมีการปลูกฝังด้วยการกระทำ มิใช่เพียงแต่การบอกกล่าวหรืออบรมเท่านั้น แต่ควรฝึกให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการรับผิดชอบ มีการฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง และอย่างมีเป้าหมาย เพื่อว่านักเรียนจะได้กระทำคิดเป็นนิสัย และมีความรับผิดชอบต่อตนเองตลอดจนสังคมต่อไป

การวัดความรับผิดชอบต่อการเรียน

เป็นการวัดจริยธรรม เพื่อให้ทราบว่าเกิดความรับผิดชอบขึ้นหรือไม่ โดยสามารถวัดได้โดยใช้วิธีการหลายรูปแบบ เพื่อการวัดที่ครอบคลุมและชัดเจนแน่นอน ควรจัดออกแบบเครื่องมือการวัดให้ได้ทั้ง 3 ส่วน คือ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538, หน้า 184)

1. ความรู้ในเนื้อหาทางจริยธรรม
2. ความรู้สึกเกี่ยวกับจริยธรรม
3. พฤติกรรมทางจริยธรรม

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538 : 184)

1. กำหนดจริยธรรมที่จะวัด ในขั้นหนึ่งเป็นเหมือนจุดประสงค์ว่าต้องการวัดจริยธรรมอะไร โดยเป็นแบบรวม ๆ หรือแบบเฉพาะเจาะจง

2. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อให้เข้าใจจริยธรรมนั้นให้ดีขึ้นเพื่อนิยามให้ชัดเจนเลือกรูปแบบของเครื่องมือในการสร้างเครื่องมือการวัดจริยธรรมหลายรูปแบบ โดย
3. จะต้องมีการเลือกตามความเหมาะสมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมาย ในรูปแบบดังนี้
 - 3.1 แบบสัมภาษณ์
 - 3.2 แบบสังเกต
 - 3.3 แบบเขียนตอบ
 - 3.4 แบบสร้างจินตนาการ
4. เขียนข้อความ ภาพ หรือสถานการณ์ และข้อคำถามให้สามารถวัดจริยธรรมที่ต้องการวัดโดยจะต้องมีความเหมาะสมกับรูปแบบของเครื่องมือ
5. ตรวจสอบเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญทางจริยธรรมด้านนั้น และผู้ชำนาญทางด้านการวัดผลเข้ามาตรวจสอบ
6. จัดข้อสอบเป็นชุด โดยจะต้องมีข้อสอบที่มีคุณภาพตรงตามจุดมุ่งหมาย ในการวัดจริยธรรมมีการสร้างคำชี้แจงการสอบ จัดวางแบบข้อสอบพร้อมกำหนดเวลาในการดำเนินการสอบ
7. ศึกษาคุณภาพของเครื่องมือ โดยดูความเที่ยงตรง (Validity) และความเชื่อมั่น (Reliability) ว่าถึงเกณฑ์ที่ดีของข้อสอบตามทฤษฎีทางการวัดผลที่กำหนดไว้หรือไม่
8. สร้างเกณฑ์ปกติ ของเครื่องมือวัดจริยธรรมฉบับนั้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดความรับผิดชอบ

1. เครื่องมือที่ใช้วัดเนื้อหาของความรับผิดชอบส่วนใหญ่นิยมใช้แบบการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งข้อสอบอาจจะเป็นการอธิบายเติมคำ จับคู่ และเลือกคำตอบ แล้วแต่จุดประสงค์ของการทดสอบดังนี้
 - 1.1 แบบทดสอบแบบเลือกคำตอบ
 - 1.2 แบบทดสอบแบบอภิปราย
2. เครื่องมือที่ใช้วัดความรู้เกี่ยวกับความรับผิดชอบเครื่องมือที่ใช้บางกรณีที่เรียกว่า เจตคติต่อความรับผิดชอบ โดยลักษณะแบบวัดเจตคตินี้อาจใช้วิธีของเทอร์สโตน ของลิเกิร์ต หรือของออสสกุค ตามความเหมาะสม ดังนี้
 - 2.1 แบบมาตราส่วนประมาณค่า
 - 2.2 แบบเติมคำ
 - 2.3 แบบสถานการณ์บังคับให้เลือกตอบ
3. เครื่องมือที่ใช้วัดพฤติกรรมการแสดงออกทางด้านความรับผิดชอบการวัดและประเมินผลทางด้านพฤติกรรมถ้าจะวัดให้ปรากฏแน่ชัดว่าใครมี หรือไม่มี หรือว่ามีมากน้อยเพียงไร

จะต้องสังเกตจากพฤติกรรมที่แสดงออกมา และจะต้องใช้เวลานาน ซึ่งในทางปฏิบัติ หรือในสถานการณ์จริงค่อนข้างเป็นไปได้ยาก ดังนั้นนักวิจัยจึงพยายามที่จะวัดด้วยแบบสอบถาม หรือแบบทดสอบซึ่งถือว่าเป็นการวัดทางอ้อม แม้ว่าจะไม่วัดพฤติกรรมที่แสดงออกจริง ๆ แต่ผลที่ได้ก็สามารถชี้ถึงพฤติกรรมดังกล่าวได้พอสมควร (วิเชียร เกตุสิงห์. 2528 : 19)

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกใช้เครื่องมือการวัดประเภทแบบสอบถามชนิดที่เป็นข้อความ ให้เลือกตอบมาเป็นเครื่องมือวัดความรับผิดชอบต่อการเรียน

ประเภทของความรับผิดชอบ

ตามลักษณะความหมายของความรับผิดชอบ สามารถแบ่งประเภทของความรับผิดชอบได้ 2 ด้านใหญ่ ๆ คือ (งานวิจัยและพัฒนาระบบบกองวิชาการและแผนงานกรมคุมประพฤติ กระทรวงยุติธรรม, 2541)

1. **ความรับผิดชอบต่อตนเอง** หมายถึง การรับรู้ฐานะบทบาทของคนที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคมจะต้องดำรงตนให้อยู่ในสถานะที่สามารถช่วยตนเองได้ รู้จักทำอะไรผิด อะไรถูก ยอมรับผลการกระทำของตนเองทั้งที่เป็นผลดีและผลเสีย เพราะฉะนั้นบุคคลที่มีความรับผิดชอบในตนเอง ย่อมจะไตร่ตรองดูให้รอบคอบก่อนว่า สิ่งที่คุณกระทำไปนั้น จะมีผลเสียหรือไม่ และเลือกปฏิบัติแต่สิ่งที่จะทำให้เกิดผลดีเท่านั้น

2. **ความรับผิดชอบต่อสังคม** หมายถึง ภาระหน้าที่ของบุคคลที่จะต้องเกี่ยวข้องและมีส่วนร่วมต่อสวัสดิภาพของสังคมที่คุณดำรงอยู่ ซึ่งเป็นเรื่องที่คุณก้ำกึ่งเกี่ยวข้องกับหลายสิ่งหลายอย่าง ตั้งแต่สังคมขนาดเล็ก ๆ จนถึงสังคมระดับใหญ่คือ ประเทศชาติ การกระทำของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ย่อมมีผลกระทบต่อสังคมไม่มากก็น้อย บุคคลทุกคนจะต้องมีภาระหน้าที่ ที่จะต้องเกี่ยวข้องกับสวัสดิภาพของสังคมที่คุณดำรงอยู่ บุคคลมีหน้าที่และความรับผิดชอบที่จะต้องปฏิบัติต่อสังคมดังนี้

2.1 ความรับผิดชอบต่อหน้าที่พลเมือง ได้แก่ ปฏิบัติตามระเบียบของสังคม รักษาทรัพย์สินสมบัติของสังคม ช่วยเหลือผู้อื่น และมีความร่วมมือกับคนอื่น

2.2 ความรับผิดชอบต่อครอบครัว ได้แก่ เคารพเชื่อฟังผู้ปกครอง ช่วยเหลืองานบ้าน และรักษาชื่อเสียงของครอบครัว

2.3 ความรับผิดชอบต่อโรงเรียน ครูอาจารย์ ได้แก่ ตั้งใจเล่าเรียน เชื่อฟังครู อาจารย์ ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน และรักษาทรัพย์สินสมบัติของโรงเรียน

2.4 ความรับผิดชอบต่อเพื่อน ได้แก่ ช่วยตักเตือนแนะนำเมื่อเพื่อนทำผิด ช่วยเหลือเพื่อนอย่างเหมาะสม ให้อภัยเมื่อเพื่อนทำผิด ไม่ทะเลาะกัน ไม่เอาเปรียบ เคารพสิทธิซึ่งกันและกัน

กระทรวงศึกษาธิการ (2534) ได้แบ่งความรับผิดชอบออกเป็น 2 ประเภท เช่นกัน คือ

1. *ความรับผิดชอบต่อตนเอง* ซึ่งได้ให้ความหมายไว้ว่า หมายถึง หน้าที่ของนักเรียนที่จะต้องปฏิบัติต่อตนเอง ได้แก่ ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน ดูแลรักษาเครื่องใช้ส่วนตัวให้เป็นระเบียบเรียบร้อยและอยู่ในสภาพที่ดี ประพฤติตนเป็นคนดีมีระเบียบวินัยและคุณธรรม เอาใจใส่สุขภาพอนามัยของตนเอง

2. *ความรับผิดชอบต่อสังคม* ซึ่งได้กล่าวว่าทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เริ่มตั้งแต่ครอบครัว ชั้นเรียน โรงเรียน ชุมชน ประเทศชาติ จึงมีหน้าที่รับผิดชอบที่จะต้องกระทำต่อผู้อื่นที่อยู่ร่วมในสังคมเดียวกัน ได้แก่ ความรับผิดชอบต่อชุมชนและประเทศชาติ ความรับผิดชอบต่อบิดามารดาและครอบครัว ความรับผิดชอบต่อโรงเรียนและครูอาจารย์ ความรับผิดชอบต่อเพื่อน

ผดุงชัย ภูพัฒน์ (2542) ได้ศึกษาคู่มือการปลูกฝังและสร้างเสริมค่านิยมพื้นฐานเรื่องความรับผิดชอบต่อและรายงานว่า ความรับผิดชอบของนักเรียนนั้นประกอบไปด้วย 4 ด้านคือ

1. *ความรับผิดชอบในการเล่าเรียน* หมายถึง การที่นักเรียนศึกษาเล่าเรียนจนประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหมายด้วยความขยันหมั่นเพียร อดทน เข้าห้องเรียน และส่งงานที่ได้รับมอบหมายตรงตามเวลา เมื่อมีปัญหา หรือไม่เข้าใจบทเรียนก็พยายามศึกษาค้นคว้า ซักถามอาจารย์ให้เข้าใจ เมื่อทำแบบฝึกหัดก็ยอมรับว่าทำผิด แล้วพยายามแก้ไข ปรับปรุงให้ถูกต้องด้วยตนเอง

2. *ความรับผิดชอบต่อสถานศึกษา* หมายถึง การที่นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของสถานศึกษา รักษาผลประโยชน์ เกียรติยศ ชื่อเสียงของสถานศึกษา ช่วยกันรักษาความสะอาดของสถานศึกษา ไม่ขีดเขียนโต๊ะเรียน ผนังห้อง ห้องน้ำห้องส้วม แต่งเครื่องแบบนักเรียนเรียบร้อย ไม่ทะเลาะวิวาทกับนักเรียนโรงเรียนอื่น คอยตักเตือนเพื่อนที่หลงผิดอันจะทำให้โรงเรียนเสียชื่อ เมื่อโรงเรียนต้องการความร่วมมือหรือความช่วยเหลือก็เต็มใจให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่ เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียนตามความสนใจ และความสามารถของตนเพื่อสร้างชื่อเสียงให้แก่โรงเรียน เช่น เป็นนักกีฬา แต่งคำขวัญ เรียงความ กลอน เพลง ฯลฯ

3. *ความรับผิดชอบต่อครอบครัว* หมายถึง การที่นักเรียนมีความตั้งใจช่วยเหลืองาน ต่าง ๆ ภายในบ้าน เพื่อแบ่งเบาภาระซึ่งกันและกันตามความสามารถของตน และรู้จักแสดงความคิดเห็นปฏิบัติตนเพื่อความสุขและชื่อเสียงของครอบครัว ช่วยแก้ปัญหา การที่สมาชิกภายในครอบครัวไม่เข้าใจกันเมื่อมีปัญหาก็ปรึกษาและให้พ่อแม่ทราบปัญหาของตนทุกเรื่อง ช่วยครอบครัวประหยัด ไฟฟ้า น้ำ อาหาร สิ่งของเครื่องใช้ในบ้าน

4. *ความรับผิดชอบต่อสังคม* หมายถึง การที่นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนและสังคมบำเพ็ญประโยชน์และสร้างสรรค์ความเจริญให้ชุมชนอย่างเต็มความสามารถ ช่วย

สอดคล้องพฤติกรรมของบุคคลที่จะเป็นภัยต่อสังคม ให้ความรู้ความสนุกสนาน เพลิดเพลินแก่ประชาชนตามความสามารถของตน ช่วยคิดและแก้ปัญหาต่าง ๆ ของสังคม เช่น ความสกปรก การจราจร เสี่ยงภัยรักษาของสาธารณะ ฯลฯ

จากข้อมูลข้างต้น จะเห็นได้ว่าความรับผิดชอบนั้นมีหลายด้านด้วยกัน ในการวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาในเรื่องของความรับผิดชอบด้านการเรียนซึ่งเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในปัจจุบัน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียน ด้วยการฝึกสติโดยวิธีผสานแนวพุทธและจิตวิทยา มุ่งให้เกิดการพัฒนาพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนจากระดับจิตซึ่งเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคล มิใช่การบังคับจากภายนอก อันจะเป็นการพัฒนาพฤติกรรมอย่างยั่งยืนต่อไป

ลักษณะของบุคคลที่มีความรับผิดชอบ

กระทรวงศึกษาธิการ (2523, อ้างใน ฉန္ฐพงษ์ เจริญทิพย์, 2524) ได้กล่าวถึงขอบข่ายพฤติกรรมของผู้ที่มีความรับผิดชอบไว้ดังนี้ คือ เอาใจใส่ในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อผลงานนั้น ๆ ซื่อสัตย์ต่อหน้าที่โดยไม่คำนึงถึงประโยชน์ส่วนตัว เคารพต่อระเบียบกฎเกณฑ์และมีวินัยในตนเอง มีอารมณ์หนักแน่นเมื่อเผชิญอุปสรรค รู้จักหน้าที่และกระทำตามหน้าที่เป็นอย่างดี มีความเพียรพยายาม มีความละเอียดรอบคอบ ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ ปรับปรุงงานให้หน้าที่ให้ดีขึ้นทั้งตนเองและสังคม ตรงต่อเวลา และยอมรับผลการกระทำของตนเอง

นอกจากนี้ อรรถ โสภกา (2533) กล่าวว่าลักษณะของผู้ที่มีความรับผิดชอบมีดังนี้คือ ตรงต่อเวลา มีความละเอียดรอบคอบ รู้จักหน้าที่และกระทำตามหน้าที่เป็นอย่างดี มีความเพียรพยายาม ใช้ความสามารถในการทำงานอย่างเต็มที่ เคารพต่อระเบียบกฎเกณฑ์และมีวินัยในตนเอง มีความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ โดยไม่คำนึงถึงประโยชน์ส่วนตัว ยอมรับความผิดพลาดที่เกิดขึ้น มีอารมณ์หนักแน่นเมื่อเผชิญกับปัญหา ไม่ปัดงานที่ได้รับมอบหมายไปให้ผู้อื่น ช่วยเหลือกลุ่มในการที่จะทำกิจกรรมให้บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้

ภัตรา อรุณมีศรี (2533) ได้สรุปลักษณะของผู้ที่มีความรับผิดชอบไว้ว่าคือ การตั้งใจศึกษาเล่าเรียน ปฏิบัติตามกฎระเบียบอย่างเคร่งครัด เข้าร่วมกิจกรรมกับสถาบันต่าง ๆ เอาใจใส่ต่อสุขภาพของตนเอง ตรงต่อเวลา ปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จ ช่วยเหลือผู้อื่นตามความสามารถ เคารพเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ปกครอง ซื่อสัตย์ไว้ใจได้

จากที่กล่าวไว้ข้างต้น จะเห็นลักษณะของบุคคลที่มีความรับผิดชอบในหลายด้าน สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ จะศึกษาความรับผิดชอบด้านการเรียน ซึ่งจากข้อมูลข้างต้น ทำให้อาจสรุปลักษณะของบุคคลที่มีความรับผิดชอบด้านการเรียนว่าได้แก่ การทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย ส่งงานตรง

เวลา เข้าเรียนตรงเวลาและสม่ำเสมอ ตั้งใจเรียน ทำงานเป็นระเบียบเรียบร้อย มีคุณภาพ และร่วมมือในการทำงานกลุ่ม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความรับผิดชอบต่อการเรียน

งานวิจัยในประเทศ

สมชาย ตรีทิพศิริศิลป์ (2533, บทคัดย่อ) ศึกษาผลของกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนาความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงานของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยพบว่าหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลอง มีคะแนนความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงานสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จากการประเมิน โดยแบบสอบถามความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงานหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงานสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จากการประเมินพฤติกรรมความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงาน โดยอาจารย์ผู้สอนแสดงว่ากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มีผลในการพัฒนาความรับผิดชอบ ต่อน้ำที่การทำงานของนักเรียนภายหลังการทดลอง ส่วนผลของการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ปรากฏว่าหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงานไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ .05 จากการประเมินโดยแบบสอบถามความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงาน หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีคะแนนความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงานไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จากการประเมินพฤติกรรมความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงาน โดยอาจารย์ผู้สอน

โสภิตา ลิ้มวัฒนาพันธ์ (2538 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลการใช้เทคนิคควบคุมตนเองและการเสริมแรงทางบวกด้วยเบียร์รูดกรที่มีต่อการเพิ่มและคงอยู่ของพฤติกรรมความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมายของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคชั้นปีที่ 1 โดยแยกเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ 2 และที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุมโดยใช้ ABF Control Group Design พบว่านักศึกษาทุกกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม มีความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมายในระยะทดลองและในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะเส้นฐานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนอกจากนี้พบว่านักศึกษาที่เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และที่ 2 มีพฤติกรรมในงานที่ได้รับมอบหมายสูงกว่านักศึกษาที่เป็นกลุ่มควบคุมทั้งในระยะทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กุลนาถ ครุฑครองพันธุ์ (2539 : 78) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนหนองขามแสงบาง อำเภอบรบือ จังหวัดมหาสารคาม ปีการศึกษา 2538 จำนวน 40 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกด้วยแบบฝึกกิจกรรมกลุ่มจำนวน 20 คน กลุ่มควบคุม จำนวน 20 คน จำนวน 12 ครั้งเป็นเวลา 4 สัปดาห์

สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมใช้ชมวิดีโอที่สอนการปฏิบัติที่ไม่เกี่ยวข้องกับความรับผิดชอบในวันและเวลาเดียวกันกับกลุ่มทดลอง ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มที่ได้รับการฝึกความรับผิดชอบโดยใช้กิจกรรมกลุ่มที่ความรับผิดชอบต่อตนเองและความรับผิดชอบต่อครอบครัวสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัลภา ดวงชาต (2539, บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรมเพื่อพัฒนาความรับผิดชอบ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเขาไร่ศึกษา จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน และกลุ่มควบคุม 12 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรม มีความรับผิดชอบสูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้ง 5 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วิภา ทาโบราณ (2542, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการได้รับแรงเสริมตามทฤษฎีการวางเงื่อนไขผลการกระทำเพื่อปรับพฤติกรรม ด้านความรับผิดชอบของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น (ศึกษาศาสตร์) โดยใช้รูปแบบที่มีกลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียว มีการทดสอบด้วยแบบวัดก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่านักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบต่อตนเอง และความรับผิดชอบต่อเพื่อน โดยได้รับแรงเสริมตามทฤษฎีการวางเงื่อนไขผลการกระทำมีความรับผิดชอบสูงขึ้นกว่าก่อนเข้ารับการปรับพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบต่อตนเองและความรับผิดชอบต่อเพื่อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภารดี สีทอง (2542 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลการใช้โปรแกรมฝึกกิจกรรมเชิงจิตวิทยาเพื่อพัฒนาความรับผิดชอบต่อการศึกษาเล่าเรียนของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดมหาสารคาม ปีการศึกษา 2542 จำนวน 60 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ได้รับการฝึกโดยใช้โปรแกรมฝึกกิจกรรมเชิงจิตวิทยา จำนวน 30 คน กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก จำนวน 30 คน เป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่ได้รับโปรแกรมฝึกกิจกรรมเชิงจิตวิทยามีความรับผิดชอบต่อการศึกษาเล่าเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า นักศึกษาเพศหญิงที่ได้รับโปรแกรมฝึกกิจกรรมเชิงจิตวิทยามีความรับผิดชอบต่อการศึกษาเล่าเรียนสูงกว่านักศึกษาเพศชายที่ได้รับโปรแกรมฝึกกิจกรรมเชิงจิตวิทยาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่ได้รับการเลี้ยงดูแตกต่างกันหลังการฝึกโปรแกรมฝึกกิจกรรมเชิงจิตวิทยามีความรับผิดชอบต่อการศึกษาเล่าเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความรับผิดชอบต่อการศึกษาเล่าเรียนสูงกว่านักศึกษาที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศกับการอบรมเลี้ยงดูต่อการพัฒนาความรับผิดชอบต่อการศึกษาเล่าเรียนของนักศึกษาที่ได้รับ โปรแกรมฝึกกิจกรรมเชิงจิตวิทยา

พฤษ์ แลสันกลาง (2549 : 55-65) ศึกษาการปรับพฤติกรรมการเข้า-ออกห้องเรียนโดยไม่ขออนุญาตของเด็กออทิสติกที่มีอาการไม่รุนแรงโดยใช้เทคนิคการเสริมแรง กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กออทิสติกชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 9 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ เทคนิคการเสริมแรงประกอบกับการทำสัญญาเงื่อนไข และแบบสังเกตพฤติกรรม เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า การใช้เทคนิคการเสริมแรง ประกอบการทำสัญญาเงื่อนไขสามารถลดพฤติกรรมการเข้าออกห้องเรียนโดยไม่ขออนุญาต ของเด็กออทิสติกที่มีอาการไม่รุนแรงได้ จากก่อนการทดลองจำนวน 32 ครั้ง เป็น 0 ครั้งหลังการทดลอง

งานวิจัยต่างประเทศ

วอร์น (Warnke. 2003 : 3985-A) ได้ศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิผลของโปรแกรมการควบคุมตนเองของนักเรียนประถมสี่ผิวในเขตเมือง 5 แห่ง ที่เรียนในระบบปกติซึ่งคือนักเรียนที่มีพฤติกรรมต่อต้าน โดยกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนประถมศึกษาของรัฐบาลในเขตเมืองทางตะวันตกตอนกลางของสหรัฐอเมริกา แม้ว่านักเรียนเหล่านี้จะไม่ถูกจัดในกลุ่มการศึกษาพิเศษสำหรับผู้ที่มีปัญหาทางด้านอารมณ์ แต่ก็ถือว่าอยู่ในกลุ่มเสี่ยงด้านอารมณ์ จิตใจและผลการเรียนตามรายงานที่บ้านและโรงเรียนการควบคุมตนเองเป็นยุทธศาสตร์การจัดการในห้องเรียนที่นำมาใช้เพื่อส่งเสริมระเบียบวินัยในห้องเรียน วิธีการควบคุมตนเองที่นำมาใช้บนพื้นฐานของทฤษฎีพฤติกรรมการเรียนรู้ซึ่งกล่าวว่ เหตุการณ์, ความคาดหวัง, ความเชื่อและข้อมูลข่าวสารมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจุดประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาส่งเสริมพฤติกรรมที่ดีในห้องเรียนอันเป็นผลมาจากการควบคุมพฤติกรรมตนเองของนักเรียน โดยโปรแกรมการศึกษานี้ดำเนินการภายในระยะเวลา 12 สัปดาห์ ภายใต้การออกแบบที่มีชื่อว่า ABABC ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาคือ ความรับผิดชอบต่องานรวมทั้งพฤติกรรมการทำงานจำนวนชิ้นงานที่ทำเสร็จสมบูรณ์และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมความรับผิดชอบของกลุ่มนักเรียนที่นำมาศึกษาสูงขึ้นเป็นผลมาจากการส่งเสริมการควบคุมตนเอง พฤติกรรมการทำงานลดลงอย่างมีนัยสำคัญหลังจากนำวิธีการควบคุมตนเองมาใช้ จำนวนชิ้นงานที่สำเร็จเพิ่มขึ้นและสูงกว่าที่กำหนดเป็นจำนวน 3 คน จาก 5 คน พัฒนาการทางพฤติกรรมจากการทดสอบก่อนและหลังโดยแบบทดสอบ Rating Scales พบว่า อยู่ในระดับปานกลาง ครูและนักเรียนมีผลสะท้อนกลับในทางบวกจากการยอมรับวิธีการควบคุมตนเอง การวิจัยครั้งนี้ครอบคลุมทั้งกระบวนการและมาตรการสำหรับใช้ฝึกด้านจิตวิทยาในโรงเรียน โดยครูที่ศึกษาเป็นครูจิตวิทยาในโรงเรียน งานวิจัยนี้ถือว่ามีลักษณะเฉพาะเป็นการดำเนินการในห้องเรียนปกติ และเกี่ยวข้องกับวิธีการจัดการห้องเรียนซึ่งถือว่าการดำเนินการทางการศึกษาที่ปกติ

เดวิส-วิลเลียม (Davis-Williams. 2004 : 75-A) ได้ศึกษาครูแนะแนวที่มักจะถูกขอให้ ออกแบบวิธีการที่จะนำมาใช้ในการตอบสนองความต้องการของนักเรียนที่มีความแตกต่างทาง วัฒนธรรม วิธีการนี้จะต้องใช้ในครอบครัวแทนที่จะเป็นปัจเจกบุคคล เมื่อต้องทำงานกับครอบครัว การประเมินผลและวิธีการที่นำมาใช้ซับซ้อนและยุ่งยาก แต่ครูแนะแนวรู้ว่า พวกเขาจะต้องทำงาน กลับครอบครัวเพื่อความสำเร็จในการแก้ปัญหาพฤติกรรมของนักเรียน ครูแนะแนวหรือนักการศึกษา มักจะใช้วิธีการควบคุมตนเองเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมทั้งในโรงเรียนและห้องเรียน การควบคุมตนเองว่าด้วยกลุ่มหรือรูปแบบของพฤติกรรมที่แต่ละคนใช้ควบคุมพฤติกรรมตนเอง เช่น การกระตุ้นการเปลี่ยนแปลงที่แต่ละคนใช้ควบคุมพฤติกรรมตนเอง จุดประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาการควบคุมตนเองที่มีผลทำให้พฤติกรรมการทำงานหรือขาดความรับผิดชอบลดลงหรือไม่ และผลการเรียนของวัยรุ่นแอฟริกัน-อเมริกัน ชายที่มีปัญหาด้านอารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ และเพื่อประเมินความสัมพันธ์ของการควบคุมตนเองว่ามีผลต่อการกำหนดการควบคุมและแนวคิด การควบคุมตนเองหรือไม่ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือ นักเรียนลูกครึ่งแอฟริกัน-อเมริกันชายใน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในรัฐหลุยเซียน่า ซึ่งเป็นนักเรียนที่มีปัญหาด้านอารมณ์และพฤติกรรม การเลือกผู้ถูกศึกษา การคัดออก การออกแบบทดลองและการดำเนินการกับกลุ่มควบคุมถูกนำมาใช้ เพื่อศึกษาว่าการควบคุมตนเองได้ผลหรือไม่อย่างไร แบบทดสอบการควบคุมตนเองถูกปรับแก้ก่อน การศึกษาการควบคุมตนเองของนักเรียนก่อนและหลังกระบวนการควบคุมตนเองแบบทดสอบวัด ความคิดเกี่ยวกับการควบคุมตนเองถูกสร้างก่อนและหลังการศึกษาเพื่อคัดเลือกแบบทดสอบการ ควบคุมตนเองของนักเรียนก่อนและหลังการศึกษารวบรวมข้อมูลโดยใช้โปรแกรม SPSS เพื่อ หาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Mauchly's test of sphericity และสหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ทุกตัวแปรที่ศึกษามีนัยสำคัญและผลจากการควบคุมตนเองในกลุ่ม ควบคุมไม่มีนัยสำคัญ

จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความรับผิดชอบ พบว่า ความรับผิดชอบเป็น สิ่งที่สามารถเรียนรู้ปลูกฝังและพัฒนาให้เกิดขึ้นมาได้ในตัวบุคคลโดยวิธีการต่าง ๆ ในงานวิจัยครั้งนี้ จึงมีจุดประสงค์ที่จะศึกษาการพัฒนาพฤติกรรมมารับผิดชอบต่อการเรียนโดยใช้โปรแกรมการปรับ พฤติกรรมทางปัญญา

งานวิจัยที่เกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

ทิพย์วัลย์ สุทิน (2539) ได้ศึกษาเรื่องการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดย รูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนโยธิน บำรุง อำเภอมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช มีอายุระหว่าง 13-15 ปี จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้

ในการวิจัยคือ แบบบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าวโดยการสังเกตพฤติกรรมตรง แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว แผนการทดลองการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา และแผนการทดลองการฝึกการกำกับตนเอง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มปรับพฤติกรรมด้วยปัญญามีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดในระยษะทดลอง และระยษะติดตามผลน้อยกว่าระยษะเส้นฐานอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .05$) แต่จำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตในระยษะทดลองเท่านั้นที่น้อยกว่าระยษะเส้นฐาน ($p < .05$) นักเรียนในกลุ่มปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา มีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนกลุ่มกำกับตนเอง และกลุ่มควบคุมทั้งพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากการสังเกต และคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากการตอบแบบวัดในระยษะทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .05$) แต่ไม่พบความแตกต่างในระยษะติดตามผล

จันทพร โรจนพิทักษ์ (2543) ได้ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อเสริมสร้างวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียน “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ (1) โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (2) แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมมีวินัยในชั้นเรียน (3) แบบสอบถามพฤติกรรมมีวินัยในชั้นเรียน (4) แบบประเมินพฤติกรรมมีวินัยในชั้นเรียน (5) แถบบันทึกเสียงสัญญาณการสังเกต และบันทึกพฤติกรรม (6) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเข้าร่วมโปรแกรม ผลการวิจัยพบว่า (1) นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมมีวินัยในชั้นเรียนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 (2) นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมมีวินัยในชั้นเรียนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมหลังการทดลองที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 (3) นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีความเห็นว่าเป็นโปรแกรมดังกล่าวเป็นโปรแกรมที่ดีมีประโยชน์หลายประการที่นำไปสู่การพัฒนาตนเองให้มีพฤติกรรมมีวินัยในชั้นเรียนมากขึ้น และสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ตลอดจนรู้จักปรับตัวในการอยู่ร่วมกับเพื่อน ๆ และผู้อื่นได้

วัลลภา จันท์เพ็ญ (2544 : 256-275) ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาชาวอุตสาหกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาและเพื่อนำรูปแบบการจัดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้กับนักศึกษาชาวอุตสาหกรรมโดยเปรียบเทียบพฤติกรรมจริยธรรมของนักศึกษาชาวอุตสาหกรรมในกลุ่มทดลองที่ได้รับการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา กับกลุ่มควบคุมที่ได้ รับการพัฒนาจากการจัดกิจกรรมตามปกติ ผลการวิจัยสรุปได้ว่ารูปแบบที่พัฒนาขึ้น ได้แก่ รูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีการไหลความรู้และฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องการจัดกรความคิดความเข้าใจ ทักษะการคิดเพื่อควบคุมตนเองด้วยเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

การเขียนโครงการช่วยเพื่อน การซักซ้อมซ้ำ การให้ข้อมูลป้อนกลับและเสริมแรงทางบวก และผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับรูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมจริยธรรมที่ไต่จากการตอบแบบวัดพฤติกรรมจริยธรรมความขยันหมั่นเพียร แบบวัดพฤติกรรมจริยธรรมความมีระเบียบวินัย และแบบวัดพฤติกรรมจริยธรรมความรับผิดชอบ แตกต่างจากนักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01

พิมพา ม่วงศิริธรรม (2544 : บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อความมีระเบียบวินัยในตนเองของนักกีฬา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาฟุตบอลชายของโรงเรียนกีฬากรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 11-14 ปี จำนวน 8 คน กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 4 คน ได้รับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาด้วยการฝึกทางจิต ได้แก่เทคนิคการตั้งเป้าหมาย การจินตภาพ การพูดกับตนเองในทางที่ดี การควบคุมตัวเองและการให้แรงเสริมทางบวกควบคู่กับการฝึกซ้อมและการแข่งขันกีฬาฟุตบอล เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการบันทึกพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยในตนเองของนักกีฬาที่เกิดขึ้นในแต่ละ วันระยะเวลาเก็บรวบรวมข้อมูล 3 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่าการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีผลต่อความมีระเบียบวินัยในตนเองของนักกีฬา นักกีฬากลุ่มทดลองที่ได้รับการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยในตนเองในระยะสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล แตกต่างจากระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

นิตยา วรรณรัตน์ (2546 : 62-69) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาการควบคุมตนเอง ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 จำนวน 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วยโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาและแบบวัดความสามารถในการควบคุมตนเอง ผู้วิจัยเก็บข้อมูลก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจะมีการควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

กองศรี เชิญชม (2547 : 112-122) ได้ศึกษาผลการใช้โปรแกรมการเตือนตนเองและโปรแกรมการชี้แนะด้วยวาจาที่มีต่อการปรับพฤติกรรมความรับผิดชอบต่อการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 8 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ใช้โปรแกรมการเตือนตนเอง และกลุ่มทดลองที่ 2 ใช้โปรแกรมการชี้แนะด้วยวาจาใช้เวลา 12 สัปดาห์ ๆ ละ 4 คาบ ผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีความรับผิดชอบต่อการเรียนและความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายเพิ่มขึ้นภายหลังใช้โปรแกรมการเตือนตนเอง และโปรแกรมการชี้แนะด้วยวาจา และไม่มีความแตกต่างระหว่างนักเรียนที่ใช้โปรแกรมการเตือนตนเอง และโปรแกรมการชี้แนะด้วยวาจา ดังนั้น ครูสามารถนำโปรแกรมการ

เดือนตนเองแลโปรแกรมการชี้แนะด้วยวาจาไปใช้ในการปรับพฤติกรรมความรับผิดชอบต่อการเรียนของนักเรียนได้ เพื่อให้การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพและเป็นพื้นฐานให้นักเรียนนำไปพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพต่อไป

ประภาวดี สุมามาลย์ (2549 : 74-78) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกรเรียนที่เหมาะสมของนักเรียนสมาธิสั้น ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา เพื่อสร้างและศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาโดยใช้เทคนิคการตั้งเป้าหมาย การฝึกผ่อนคลาย โดยการใช้จ่ายเงินธนาคาร การให้ข้อมูลย้อนกลับทางชีวภาพ และการพูดกับตนเองเชิงบวก เพื่อพัฒนาพฤติกรรมกรเรียนที่เหมาะสมของนักเรียนสมาธิสั้นระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนสมาธิสั้นที่ได้รับการรักษาด้วยยา จำนวน 10 คน กำลังศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลายปีการศึกษา 2547 รูปแบบการวิจัยแบบกึ่งทดลอง ที่มีกลุ่มทดลองกลุ่มเดียว เก็บคะแนนก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างได้รับการฝึกตามโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจำนวน 16 ครั้ง ครั้งละประมาณ 30 นาที 4 วัน ต่อสัปดาห์ เป็นเวลา 4 สัปดาห์ติดต่อกัน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ 1. แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียน โดยอาจารย์ประจำชั้น 2.แบบประเมินพฤติกรรมกรเรียนโดยอาจารย์ประจำวิชาทักษะ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาและสถิติ ผลการวิจัยพบว่าหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญานักเรียนสมาธิสั้นมีพฤติกรรมกรเรียนดีขึ้นในทุกด้าน คือสมาธิในการฟัง ด้านการตอบคำถาม ด้านการส่งงาน และด้านการทำงานกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมทางปัญญา พบว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญาสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าว เสริมสร้างวินัยในชั้นเรียน พัฒนาจริยธรรมของนักศึกษา สร้างความมีระเบียบวินัยในตนเอง พัฒนาการควบคุมตนเอง สร้างความรับผิดชอบต่อการเรียน และพัฒนาพฤติกรรมกรเรียนที่เหมาะสมได้ ดังนั้น ในงานวิจัยครั้งนี้จึงมีจุดประสงค์ที่จะศึกษาการพัฒนาพฤติกรรมกรเรียนที่รับผิดชอบต่อการเรียนโดยใช้โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีพฤติกรรมจริยธรรมด้านความรับผิดชอบต่อการเรียนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง