

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความอดทน
 - 1.1 ความหมายของพฤติกรรมความอดทน
 - 1.2 ประเภทของพฤติกรรมความอดทน
 - 1.3 ลักษณะของผู้ที่มีความอดทน
 - 1.4 ประโยชน์ของความอดทน
2. แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เทคนิคตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความอดทน
 - 2.1 ทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)
 - 2.2 ความหมายเทคนิคตัวแบบ (Modeling)
 - 2.3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้และการแสดงออก
 - 2.4 กระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ
 - 2.5 ประเภทของตัวแบบ
 - 2.6 การเลือกตัวแบบ
 - 2.7 การเสนอตัวแบบ
 - 2.8 อิทธิพลของตัวแบบ
 - 2.9 ข้อดีและข้อจำกัดของการใช้เทคนิคตัวแบบ
 - 2.10 งานวิจัยเกี่ยวกับการใช้เทคนิคตัวแบบ
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 3.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.2 ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.3 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.4 ขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.5 ประโยชน์ของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.6 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 3.7 องค์ประกอบของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 3.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมความอดทน

1.1 ความหมาย และขอบข่ายของพฤติกรรมความอดทน

1.1.1 ความหมายของพฤติกรรมความอดทน

พระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินฺทปญฺโญ) (2549: 194) กล่าวว่า ความอดทน หมายถึง “ความสมควรที่จะรับผล มีสติปัญญาที่ถูกต้อง เป็นสุขเพราะรู้จักค่า ไม่ปวดศีรษะ ไม่เป็นประสาท มีเหตุผลในการรอคอยซึ่งเป็นปัจจัยแห่งความสำเร็จ เกิดความสมควรที่จะได้รับผล”

พุทธทาสภิกขุ (2549: 16) กล่าวว่า ความอดทน หมายถึง “การรอได้ คอยได้ สมควรแก่ความเป็นผู้ที่จะทำอะไรได้สำเร็จ ถ้าไม่อดทน รอไม่ได้ คอยไม่ได้ ก็เป็นบ้าตลอดเวลา ยิ่งเป็นผู้ใหญ่เท่าไรต้องอดทนเท่านั้น”

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต, 2546, น. 114) ได้ให้ความหมายของความอดทนว่า หมายถึง ตั้งหน้าทำหน้าทีการทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย

วัดบวรนิเวศวิหาร (2531: 221) กล่าวว่า ความอดทน หมายถึง “กิริยาที่อดทนต่อโลกะ ความอยากได้บ้าง ต่อโทสะ ความโกรธเคืองจนถึงพยายามทุ้มร้ายบ้าง ต่อโมหะ ความหลงมกมายบ้าง เพราะได้ประสบอารมณ์ที่ชั่วให้เกิด เมื่อมีอารมณ์มาประสบชั่วให้เกิดอยากได้ อยากล้างผลาญ อยากเบียดเบียนก็อดทนไว้ ไม่แสดงวิกลจริตอันชั่วร้ายทางกายวาจาออกไป ตามอำนาจแห่งโลกะ โทสะ โมหะ และอดทนต่อทุกขเวทนา มีเย็น มีร้อน เป็นต้น อันทำให้ลำบาก อดทนตรากตรำประกอบการทำงานต่างๆ อดทนต่อถ้อยคำที่มีผู้กล่าวชั่ว ไม่เป็นที่พอใจ เชื่อว่าขันติ”

พระมหาสมชาย ฐานวุฑฺโฒ (2547, น 98) กล่าวว่า ความอดทน มาจากคำว่า ขันติ หมายถึง การรักษาปกติภาวะของตนไว้ได้ ไม่ว่าจะถูกระเบิดกระแทกทั้งด้วยสิ่งอันเป็นที่พึงปรารถนา หรือไม่พึงปรารถนาก็ตาม มีความมั่นคงหนักแน่นเหมือนแผ่นดิน ซึ่งไม่หวั่นไหว ไม่ว่าจะมีคนทะเลาะไรลงไป ของเสีย ของหอม ของสกปรกหรือของดีงามก็ตาม งานทุกชิ้นในโลกไม่ว่าจะเป็นงานเล็กงานใหญ่ที่สำเร็จขึ้นมาได้นอกจากจะอาศัยปัญญาเป็นตัวนำแล้วล้วนต้องอาศัยคุณธรรมอันหนึ่งเป็นพื้นฐานจึงสำเร็จได้ คุณธรรมอันนั้นคือ ขันติ ถ้าขาดขันติเสียแล้ว จะไม่มีงานชิ้นใดสำเร็จได้เลย เพราะขันติเป็นคุณธรรมสำหรับทั้งต่อต้านความท้อถอยหดหู่ ขับเคลื่อนเร่งเร้าให้เกิดความขยัน และทำให้เห็นอุปสรรคต่างๆ เป็นเครื่องท้าทายความสามารถ ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าความสำเร็จของงานทุกชิ้น ทั้งทางโลกและทางธรรม คืออนุสาวรีย์ของขันติทั้งสิ้น โดยเหตุนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “ยกเว้นปัญญาแล้ว เราสรรเสริญว่าขันติเป็นคุณธรรมอย่างยิ่ง”

พระเทพเวที (2533, น. 26, อ้างถึงในมารศรี กลางประพันธ์, 2548, น. 12) ได้ให้ความหมายของขันติว่า เป็นความอดทน คือ ทนลาบาก ทนตรากตา ทนเจ็บใจ ความหนักเอาเบา ผู้เพื่อบรรลุจุดหมายที่ตั้ง

พระมหานพต สีสทอง (2554, น.38) กล่าวว่า ความอดทน หมายถึง การระงับอารมณ์ และความรู้สึกที่มีต่อผลจากปัจจัยภายนอกหรือภายใน ด้วยจิตที่เข้มแข็ง (ศีลสิกขาขันติ) อดทนอดกลั้นต่อความทุกข์ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ เช่น อดทนต่อสภาพของปัจจัยความร้อนหรือความเย็น อดทนต่อความทุกข์เวทนาของร่างกายเมื่อเจ็บป่วย อดทนต่อคำด่า คำดูหมิ่น และอดทนต่อความโลภ ความโกรธ ความหลง นั่นคือ ความอดทน อดกลั้น ต่อความทุกข์ทรมานทั้งทางร่างกาย และจิตใจ

ทรงวิทย์ แก้วศรี (2530, น.317) กล่าวว่า ความอดทน หมายถึง “ไม่ทำล่วงไปด้วยอำนาจโลภะ หรือราคะ โทสะ โมหะ นุ่งามทางกาย ทางวาจา ตลอดถึงทางমনะหรือทางใจ ไม่ปล่อยใจไม่ให้เป็นไปตามอำนาจของความชั่ว คือบาปอกุศล ซึ่งเกิดในจิต”

เวนเตรลลา (Ventrella, 2001, อ้างถึงในวิทยา พลายมณี, 2554, น. 132-273) ได้อธิบายถึงรายละเอียดความอดทน ว่าหมายถึง ความเต็มใจที่จะรอคอยโอกาส ความพร้อม หรือผลที่เกิดจากการกระทำของตนเองและผู้อื่น มีคุณลักษณะสำคัญ ดังนี้

1. มีสติในการเผชิญกับวิกฤตการณ์
2. รอคอยโอกาสที่จะมาถึง
3. ใช้ช่วงเวลาในการรอคอยให้เกิดประโยชน์กับตนเอง
4. ตัดสินใจอย่างรอบคอบในช่วงเวลาแห่งการรอคอย
5. ไม่ได้ตอบแบบหุนหันพลันแล่นเมื่อถูกบีบบังคับให้ต้องรอคอย
6. ไม่ยอมรับผลตอบแทนซึ่งมีค่าน้อยกว่าสิ่งที่ปรารถนาเอาไว้เพื่อแลกกับ

การยุติรอคอย

7. เปิดโอกาสให้สถานการณ์ต่างๆ สัมพันธภาพต่างๆ และพันธมิตรทั้งหลายเปิดเผยตนเองออกมาตามธรรมชาติในช่วงเวลาแห่งการรอคอย

8. เปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้บรรลุเป้าหมายที่วางเอาไว้ ตามแต่ช่วงเวลาที่เหมาะสมของแต่ละคน

ศัตรูของความอดทน มี 3 ประการ ได้แก่ ความผิหว้าง ความท้อแท้หมดกำลังใจ และความโกรธ โดยเฉพาะความโกรธนั้น เป็นศัตรูสำคัญที่สุดของความอดทน ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ เช่น ความเครียด โรคกระเพาะอาหาร เป็นต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้น พอสรุปได้ว่า ความอดทน หมายถึง ความเต็มใจในการรอคอยโอกาส มีสติ ความสุขุมเยือกเย็น ตัดสินใจอย่างรอบคอบ มีความอดทนต่อความผิดหวัง ความท้อแท้ ความโกรธ ความลาบาก ความเจ็บใจ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค สามารถควบคุมตัวเองได้ ทุกสถานการณ์

1.2 ประเภทของพฤติกรรมความอดทน

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) (2550, น.381) ได้อธิบายว่า ขันติ คือความอดทน หรืออดกลั้นต่อความจำเป็นสำหรับชีวิต 4 อย่างด้วยกัน คือ

1. อดกลั้นต่อความเป็นไปตามธรรมชาติ เช่น ความร้อน ความหนาว ยุง ลม แดด เป็นสิ่งที่ยากจะหลีกเลี่ยงได้แต่ต้องอดกลั้นด้วยการหาจิตใจไม่ให้เป็นทุกข์ขึ้นมา

2. อดกลั้นต่อความเจ็บไข้ได้ป่วย ถ้าไม่รู้จักอดกลั้นหรือเฉยได้ก็เท่ากับกินของแสลงทำให้สูญเสียชีวิต กาลังใจหรือต้องอดกลั้นทำให้เกิดความรู้สึกเป็นทุกข์ทรมานเพิ่มขึ้นอีก อย่างนี้ไม่มีประโยชน์อะไร จึงต้องอดกลั้น ต่อความเจ็บไข้ได้ป่วย

3. อดกลั้นต่อการอยู่ร่วมกัน ซึ่งมีทั้งคนพาลหรือคนบ้า การกระทำของคนเหล่านี้ทำให้ต้องใช้ความอดทนอดกลั้น ฉะนั้นคนที่มียกเลศก็ย่อมล่วงเกินผู้อื่นด้วยการด่าบ้าง หรือดูหมิ่นดูแคลนบ้างก็เป็นเรื่องที่จะต้องอดกลั้น

4. อดกลั้นอย่างสูง คือ อดกลั้นต่อการบีบคั้นแห่งกิเลสของตน ทุกคนมีกิเลสเป็นพลังผลักดันคอยชักใยอยู่เบื้องหลังให้ต้องทำตามนับตั้งแต่อยากสูบบุหรี่ หรืออยากไปดูหนัง ดูละคร อยากกินเหล้าเมาๆ อยากไปแสวงหาความรุ่มรวยด้วยอำนาจของกิเลสอื่นๆ ก็ล้วนแต่เป็นเรื่องที่จะต้องอดกลั้น

พระมหาสมชาย ฐานวุฑโฒ (2547, น.88) กล่าวว่า ความอดทน แบ่งได้ 4 ลักษณะ

1. อดทนต่อความลำบากในการดำเนินชีวิต เป็นความอดทนที่มีต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่เป็นปัจจัยภายนอก และภายใน ได้แก่ อดทนต่อความหนาว เมื่อออกไปทำงานในฤดูหนาว อดทนต่อความร้อน เมื่อต้องออกทำงานในที่โล่ง และมีแสงแดดจ้า อดทนต่อความหนัก เมื่อต้องยกของหนัก อดทนต่อความหิว เมื่อรับประทานอาหารไม่เพียงพอ และไม่มีอาหารให้รับประทานอีก อดทนต่อความเหนื่อย เมื่อทำงานมาทั้งวัน ฯลฯ

2. ความอดทนต่อทุกข์เวทนาทางกาย เป็นความอดทนที่เกิดจากภาวะร่างกายได้รับบาดเจ็บหรือเป็นโรคภัย ได้แก่ อดทนต่อความเจ็บปวดแผล เมื่อประสบอุบัติเหตุ อดทนต่ออาการเจ็บท้อง เมื่อเป็นโรคกระเพาะอาหาร อดทนต่อความปวดของข้อ เมื่อเป็นโรคข้อเข่าเสื่อม ฯลฯ

3. ความอดทนต่อสภาพจิตใจ เป็นความอดทนที่มาจากปัจจัยภายนอกที่มากระทบกระทั่ง ซึ่งอาจทำให้จิตใจ และอารมณ์เกิดการเปลี่ยนแปลง ได้แก่ อดทนต่อความเจ็บใจ เมื่อ

มีผู้อื่นมากกล่าวเหยียดหยาม อดทนต่อความเจ็บใจ เมื่อมีคนอื่นมาแกล้ง อดทนต่อความโกรธแค้น เมื่อผู้อื่นมาทำลายข้าวของ อดทนต่อความทุกข์เวทนา เมื่อเห็นผู้อื่นเสียชีวิตต่อหน้า

4. อดทนต่อกิเลส เป็นความอดทนที่ต่อสู้เร้าทางอารมณ์ในความอยากได้ ความโกรธโมโห และความหลงในสิ่งนั้น อันจะนำมาสู่ผลเสียที่มีต่อตนเอง และผู้อื่น ได้แก่ อดทนต่อความอยากได้ในทรัพย์สิน เงินทอง หรือ เรียกว่า ความโลภ แต่หากอดทนไม่อาจนำไปสู่มีจิตอาชิวะเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งนั้น เช่น การลักขโมยเงินจากตู้บริจาคในวัด เป็นต้น อดทนต่อความโกรธ ความโมโหร้าย ที่เกิดจากปัจจัยภายนอกที่มากระทบ เช่น ถูกผู้อื่นมาดุด่า ถูกผู้อื่นมาเอารัดเอาเปรียบ เป็นต้น อดทนต่อความหลงในชื่อเสียง ฐานะ และอำนาจ จนนำมาใช้ในทางที่ผิด เช่น เมื่อตนได้รับรางวัลการแข่งขันกีฬาจึงหลงในความสามารถของตนจนนำมาพูดโอ้อวดให้ผู้อื่นรับรู้ ดำรงเป็นผู้ค้ายาเองด้วยความหลงใหลอำนาจหน้าที่ที่ตนมีอยู่ เป็นต้น

วัดบวรนิเวศวิหาร (2532, น.102) กล่าวว่า ประเภทของความอดทนนั้นแบ่งตามเหตุที่มากระทบได้เป็น 4 ประเภทคือ

1. อดทนต่อความลำบากตรากตรำ เป็นการอดทนต่อสภาพธรรมชาติ ดินฟ้าอากาศ ความหนาว ความร้อน ฝนตก แดดออก ฯลฯ ก็อดทนทำงานเรื่อยไป ไม่ใช่เอาแต่โทษเทวดาฟ้าดิน หรืออ้างเหตุเหล่านี้แล้วไม่ทำงาน

2. อดทนต่อทุกข์เวทนา เป็นการอดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วยความไม่สบายกายของเราเอง ความปวด ความเมื่อย ผู้ที่ขาดความอดทนประเภทนี้ เวลาเจ็บป่วย จะร้องครวญคราง พร่ำเพื่อรำพัน หงุดหงิด จุกแฉียง่าย ผู้รักษาพยาบาลทำอะไรไม่ทันใจหรือไม่ถูกใจ ก็โกรธง่ายพวกนี้จึงต้องป่วยเป็น ๒ เท่า คือ นอกจากจะป่วยกายที่เป็นอยู่แล้ว ยังต้องป่วยใจแถมเข้าไปด้วย ทำตัวเป็นที่น่าเบื่อหน่ายแก่ชนทั้งหลาย

3. อดทนต่อความเจ็บใจ เป็นการอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ ความขัดใจ อันเกิดจากคำพูดที่ไม่ชอบใจ กิริยามารยาทที่ไม่งาม การบีบบังคับจากผู้บังคับบัญชาและลูกน้อง ความอยู่ดุษฎีธรรมต่าง ๆ ในสังคม ระบบงานต่าง ๆ ที่ไม่คล่องตัว ฯลฯ คนทั้งหลายในโลกแตกต่างกันมากโดยอัธยาศัยใจคอ โอกาสที่จะได้อย่างใจเรานั้นอย่าพึงคิด เพราะฉะนั้น เมื่อเริ่มเข้าห่มุณคนหรือมีคนตั้งแต่สองคนขึ้นไป ให้เตรียมขันติไว้ต่อต้านความเจ็บใจ

4. อดทนต่ออำนาจกิเลส เป็นการอดทนต่ออารมณ์อันน่าใคร่ น่าเพลิดเพลินใจ อดทนต่อสิ่งที่เราอยากทำ แต่ไม่สมควรทำ เช่น อดทน ไม่เที่ยวเตร่ ไม่เล่นการพนัน ไม่เสพสิ่งเสพติด ไม่รับสินบน ไม่คอร์รัปชั่น ไม่ผิดลูกเมียเขา ไม่ห้อยยศ ไม่บ้าอำนาจ ไม่ขี้โอ้อวด เป็นต้น

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต) (2531) กล่าวว่า ความอดทน อดกลั้นมีความหมายอยู่ 4 ประการ เมื่อเราประยุกต์ความอดทนไปใช้ในชีวิตประจำวันนั้นจะต้องให้ตรงกับลักษณะ 4 ประการ ได้แก่

1. อดทนต่อธรรมชาติ ปรากฏการณ์ทางธรรมชาติมีหลายอย่างที่เรากลัวยังไม่ได้ เช่น ความร้อนจากแดดที่แผดเผา หนาวลม หนาวฝน ถูกเหวี่ยง ขุนที่คอยกัดคอยรบกวนให้เกิดความรำคาญ แต่เราต้องอดทน อดกลั้นด้วยการทำจิตใจไม่ให้เป็นทุกข์ขึ้นมา

2. อดทนต่อความเจ็บไข้ได้ป่วย ชีวิตของคนเรามีลักษณะอยู่อย่างหนึ่งคือ ต้องมีความเจ็บไข้ไม่สบาย ถือเป็นเรื่องธรรมดา ๆ ดังที่พระท่านเทศน์ว่า เกิด แก่ เจ็บ ตายเกิดขึ้นกับมนุษย์ทุกคนหลีกเลี่ยงไม่ได้ ถ้าไม่รู้จักรอดทนอดกลั้นจะทำให้สูญเสียกำลังใจ หรือทำให้เกิดความรู้สึกเป็นทุกข์ทรมานเพิ่มขึ้นอีก บางคนป่วยเพียง 20% แต่แสดงอาการเรียกร้องความสนใจถึง 80% ฉะนั้นเราต้องอดกลั้นต่อความเจ็บไข้ได้ป่วย

3. อดทนต่อความเจ็บใจ ข้อนี้เป็นลักษณะของการอยู่ร่วมกันในสังคมซึ่งเรามีปฏิสัมพันธ์กับคนหลากหลายรูปแบบมีทั้งคนดีและคนไม่ดี ท่านพุทธทาสเรียกว่า อดกลั้นต่อคนดีและคนชั่ว การกระทำของคนเหล่านี้ทำให้ต้องใช้ความอดกลั้น บางทีแม้เป็นคนดีหากมีกิเลสก็คือคนชั่ว แต่เป็นคนชั่วชนิดที่ไม่มีใครเรียกว่า ชั่ว ฉะนั้นคนมีกิเลสก็ย่อมล่วงเกินผู้อื่นด้วยการด่าบ้ายหรือดูหมิ่นดูแคลนบ้าง ก็เป็นเรื่องที่ต้องอดกลั้น

4. อดทนต่อกิเลส เป็นความอดทนขั้นสูง หมายถึง อดทน อดกลั้นต่ออำนาจการบีบคั้นของกิเลส เช่น อยากสูบบุหรี่ อยากไปเที่ยวดูหนังดูละคร อยากกินเหล้าเมาๆ อยากไปแสวงหาความรุ่มรวย อยากได้โทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ อยากได้รถคันใหม่ แรงบีบคั้นของกิเลสเหล่านั้นล้วนมีพลังมหาศาลผลักดันให้เราเดินทวนทลาย แต่เป็นเรื่องที่จะต้องอดกลั้น

ดังนั้นความอดทนจึงมีความสำคัญยิ่งต่อการดำรงชีวิตของเรา กล่าวคือ เป็นคุณธรรมที่สามารถสร้างสรรค์ความสว่างให้กับชีวิตหลาย ๆ ด้าน เช่น อาชีพการทำงาน เกียรติยศชื่อเสียง ความสมบูรณ์พูนสุข ด้วยเหตุนี้ท้าวสักกะจอมเทวดา (ชาวพุทธไทยเรียกว่า พระอินทร์) จึงกล่าวขยอความอดทนว่า “มนุษย์ทุกคนประสบความสำเร็จในชีวิตได้ทุกอย่าง ได้เสพบริโภควัตถุอันปรุงแต่งอย่างประณีตและสร้างสรรค์ประโยชน์ทั้งหลายให้สำเร็จงดงามได้ด้วยขันติธรรม”

พระธรรมปิฎก (2546) กล่าวว่า ได้ให้ความหมายขันติ ในประเด็นสำคัญ 4 ประเด็น ได้แก่

1. ขันติ หมายถึง ความอดทน ความอดกลั้นต่อความลำบาก ตรากตรำที่มาจากปัจจัยทางด้านทางกายภาพ เช่น อดทนต่อสภาพอากาศร้อน อดทนต่อสภาพอากาศหนาว อดทนต่อความหิวกระหาย และความเหนื่อยล้า

2. ขันติ หมายถึง ความอดทน ความอดกลั้นต่อความเจ็บปวดทางกาย เช่น การเจ็บปวดปวดแผลมากเพียงใดก็ยังไม่ร้องพึมพายออกมา

3. ขันติ หมายถึง ความอดทน ความอดกลั้นต่อความเจ็บใจอันเกิดขึ้นทางจิตใจ เช่น วาจาเสียศีล เสียคนแพง ถ้อยคำ คำหยาบคาย คำกล่าวล่วงเกินให้เกิดความเสียหาย สร้างความขุ่นเคืองใจด้วยประการต่าง ๆ

4. ขันติ หมายถึง ความอดทน ความอดกลั้นต่อมารทางจิตที่บีบคั้นด้วยราคะ โทสะ โมหะ เป็นต้น ที่คอยโน้มน้าวชักนำให้จิตใจให้ไหลไปตามกระแสแห่งกิเลสในทางที่ผิด หรือมีผลเสียต่อตนเอง และผู้อื่น การอดทน อดกลั้นต่อกิเลสเหล่านั้น ย่อมนำพาเพื่อบรรลุตามเป้าหมายสูงสุดแห่งชีวิตที่ดีงาม

ทรงวิทย์ แก้วศรี (2530, น.327) กล่าวว่า ความอดทนต่อความยากลำบาก หมายถึง “ทนทำงาน อันเหน็ดเหนื่อยเพื่อความป็นอยู่ของตัว ของครอบครัว ของประเทศชาติ ศาสนา ทำธุระหน้าที่ของตนโดยไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อย ไม่ทำด้วยความมั่งง่าย ไม่เกียจคร้าน ทนเพื่อสร้างความเจริญในกิจการที่ตนทำ แม้จะหนาวร้อนก็ไม่บ่น ทนเพื่อสร้างความดีเป็นประโยชน์ต่อภพนี้ และภพหน้า เมื่อถึงคราวเจ็บไข้ได้ป่วยก็อดทนไม่บ่น ไม่ร้องไห้ ไม่น้อยใจ เพราะรูปร่างนั้นย่อมมีทุกข์ประจำอยู่อย่างนั้น ตามธรรมชาติของเขา ไม่ว่าจะอยู่ในสภาพภพภูมิใดจะต้องศึกษาให้เข้าใจถึงกรรม จิต อุตฯ ฯลฯ อาหาร ทำให้เราเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

ทรงวิทย์ แก้วศรี (2530, น.328) กล่าวว่า ความอดทนจากการกระทำของผู้อื่น หมายถึง “ทนต่อการเจ็บใจ ทนต่อการถูกด่าว่าเสียศีล ของผู้อื่น ทนต่อการได้ระสับกับอนิฏฐารมณ์ ซึ่งเป็นอารมณ์ที่ไม่ชอบใจต่าง ๆ ตลอดจนการนินทาว่าร้าย ให้หาอุบายมาฝึกตน ดังที่พระองค์ตรัสแก่ อุตลอุบาสกว่า นินทา เป็นของเก่าไม่มีใครที่จะได้รับสรรเสริญหรือนินทาโดยส่วนเดียว”

ทรงวิทย์ แก้วศรี (2530, น.188) กล่าวว่า ความอดทน อดกลั้นต่อความโกรธของตนเองและไม่ทำร้ายผู้อื่น หมายถึง “กิริยาที่ไม่แสดงความโกรธให้ปรากฏ ตลอดจนไม่พยายามมุ่งร้ายผู้อื่น รักษาใจ ข่มใจไว้ไม่เกิดโกรธขึ้น หรือเมื่อเกิดโกรธขึ้นในใจ ก็ระงับไว้ไม่แสดงออกมาให้ปรากฏ ไม่ปฏิบัติลุอำนาจแห่งความโกรธ จักอยู่ด้วยความสงบเรียบร้อยเป็นสุข ”

ศิริลักษณ์ เบญจกุ่มริน (2552, น.104) ขันติหรือความอดทนนั้น เป็นเครื่องเสริมสร้างบารมี ความอดทน ทั้งทนได้ สู้ได้ แบ่งออกเป็น 3 ประเภท

1. อดทนต่อความยากลำบากตรากตรำในหน้าที่ ถึงหนักไม่บ่นให้คนเขาเห็น การทำงานย่อมมีอุปสรรค จึงต้องมีความอดทน ไม่อ่อนแอ ท้อถอย ตัวอย่างที่เห็นชัดคือ ชาวนา มีความอดทนสูงมาก ร้อนเท่าร้อน ยังทำงานในหน้าที่หลังสู้ฟ้า หน้าสู้ดิน ไม่หยุด ไม่เลิกจนกว่างานสำเร็จ

2. อดทนต่อความเจ็บปวด ต่อความเจ็บไข้ ใจเสาะก็คือยอมแพ้ คนที่มีขันติ ก็เท่ากับทำกรรมดี โรคภัยแรงก็ลดน้อยลง เพราะ “แรงอื่นจะเสมอด้วยแรงกรรมไม่มี” กรรมมีความรุนแรงส่งผลให้ทนทุกขเวทนา

3. อดทนต่ออำนาจกิเลส คือ โกรธ โลภ หลง ซึ่งเป็นสิ่งที่มากระทบจิตใจอยู่บ่อย ยิ่งเป็นผู้มีอำนาจมักถูกขั้วด้วยผลประโยชน์ หากขั้วได้ ผู้ที่ไม่หวังดีก็ใช้อำนาจหน้าที่เพื่อหาประโยชน์ได้สบาย

คนที่อดทนจริงจะต้องทนอย่างขึ้นบาน ทนอย่างมีความรัก ทนอย่างมีเมตตา มิใช่ฝืนทน จะเห็นว่าคนที่ขาดความอดทน เท่ากับทำตนให้เป็นคนเสียหลักยอมคลอนแคลนอ่อนไหวได้ง่าย ทนได้เพื่อความดี อย่างนี้ ถือเป็นการยิ่งใหญ่ และเป็นผู้ใหญ่จริง น่านับถือ รักที่จะอยู่ในราชการนาน ควรประหารกิเลส ถ้าจะพบความหายนะ จงเติมพลังความร้อนเข้าไปแล้วจะพบความจริงว่า ร้อนยิ่งกว่าสิ่งใดเมื่อถูกสอบสวนลงโทษ ทั้งเสื่อมยศเสียวงศ์ตระกูล ความดีเป็นที่สูง ต้องใช้พลังปิ่นปายเหมือนขึ้นภูเขา แต่พอถึงยอดแล้ว จะเห็นวิวทิวทัศน์สวยงาม

ปิ่น มุกกันต์ (2514, น. 462-463, อ้างถึงในมารศรี กลางประพันธ์, 2548, น. 12) ได้อธิบายลักษณะของขันติโดยสรุปว่า เป็นลักษณะของความเข้มแข็งทางจิตใจในการพยายามหาความดี หลีกหนีจากความชั่ว สามารถแบ่งขันติ ออกเป็น 4 อย่าง คือ

1. ความอดทนต่อความลำบาก จากการทงาน ความหิว กระจาย หรือ จากการถูกแดด ลม และฝน
2. ความอดทนต่อความทุกขเวทนา จากความเจ็บป่วย
3. อดทนต่อความเจ็บใจ เมื่อถูกผู้ด่าหรือถูกสบประมาท
4. อดทนต่ออำนาจกิเลส คือ อดทนต่ออารมณ์ฝ่ายสุข เช่น ความสนุกสนาน การเที่ยวเตร่

1.3 ลักษณะของผู้ที่มีความอดทน

พระมหาสมชาย ฐานวุฑโฒ (2547, น.122) กล่าวว่า ลักษณะของผู้ที่มีความอดทนมีดังนี้

1. มีความอดกลั้น คือ เมื่อถูกคนพาลด่า ก็ทำราวกับว่าไม่ได้ยิน ทำหูเหมือนหูกระเทาะ เมื่อเห็นอาการชั่วๆ ก็ทำราวกับว่าไม่ได้เห็น ทำตาเหมือนตาไม้ไผ่ ไม่สนใจใยดี ไม่ปล่อยใจให้เศร้าหมองไปด้วย ใส่ใจ สนใจ แต่ในเรื่องที่จะทำความเจริญให้แก่ตนเอง เช่น เจริญศีล สมาธิ ปัญญาให้ยิ่งขึ้นไป

2. เป็นผู้ไม่ดุร้าย คือ สามารถข่มความโกรธไว้ได้ ไม่โกรธ ไม่ทำร้ายทำอันตรายด้วยอำนาจแห่งความโกรธนั้น ผู้ที่โกรธง่ายแสดงว่ายังขาดความอดทน มีคำตรัสของท้าวสักกะ เป็น

3. ไม่ปลุกน้ำตาให้แก่ใครๆ คือ ไม่ก่อทุกข์ให้แก่ผู้อื่น ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนหรือเจ็บแค้นใจจนน้ำตาไหลด้วยอำนาจความเกรี้ยวกราดของเรา

ลักษณะที่สำคัญยิ่งของขันธ์คือ ตลอดเวลาที่ยอดทนอยู่นั้น จะต้องมิให้พอใจ ไม่เศร้าหมอง เราสรุปลักษณะของขันธ์โดยย่อ ได้ดังนี้

1. อดทนถนอมตัวหรือหลีกเลี่ยงจากความชั่วให้ได้
2. อดทนทำความดีต่อไป
3. อดทนรักษาใจไว้ไม่ให้เศร้าหมอง

1. ความอดทนต่อความลำบากตรากตรำ หมายถึงความอดทนต่อสภาพดินฟ้าอากาศตามธรรมชาติที่มีความเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดปี เช่น ทนแดด ทนลม ทนฝน ทนความร้อนหนาวของอากาศ เป็นต้น บุคคลที่ขาดความอดทนต่อความลำบากตรากตรำเมื่อต้องประสบกับสภาพดินฟ้าอากาศตามธรรมชาติที่ไม่มีความแน่นอน เปลี่ยนแปลงทุก ๆ ฤดูกาล แต่ละฤดูกาลยังเปลี่ยนแปลงทุกวันอีก ก็จะมีชีวิตที่ท้อถอย หหมดกำลังใจที่จะสานงานซึ่งกำลังทำอยู่ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ ยิ่งกว่านั้นความไม่แน่นอนของสภาพดินฟ้าอากาศ ยังจะส่งผลให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมามากมายถ้าบุคคลขาดความอดทนต่อความลำบากตรากตรำเสียแล้ว ก็ยากที่จะประสบความสำเร็จในการทำดีทุกรูปแบบ

2. ความอดทนต่อทุกขเวทนา หมายถึง ความอดทนต่อโรคร้ายไข้เจ็บ ตลอดจนถึงความหิวโหย ความง่วงเหงาหาวนอน เป็นต้น บุคคลบางคนอาจมีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงสมบูรณ์

เพราะมีโรคประจำตัวมาตั้งแต่เกิด เช่น โรคภูมิแพ้ ฯลฯ หรือ เพราะประสบอุบัติเหตุร้ายแรง หรือ เพราะสาเหตุอื่นก็ตาม ถ้าเขามีความอดทนต่อทุกขเวทนา เขาก็จะมีจิตใจทรหดอดทนพร้อมที่จะฝ่าฟันอุปสรรคต่าง ๆ อยู่เสมอ ย่อมสามารถประกอบคุณงามความดีต่าง ๆ ได้ ไม่แพ้ผู้ที่มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ ในทำนองกลับกัน บุคคลที่สุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดี แต่บางครั้งเมื่อเจ็บไข้ได้ป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ หรือ หิวโหยเพราะขาดแคลนอาหารกะทันหัน หรืออดหลับอดนอนเพราะมีงานเร่งด่วนที่ต้องทำให้เสร็จทันเวลา ถ้าขาดความอดทนต่อทุกขเวทนาเสียแล้ว เขาก็จะรู้สึกถดถอย หรือท้อแท้ไม่มีกำลังใจที่จะทำงานที่กำลังทำอยู่ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ ทั้ง ๆ ที่รู้อยู่เต็มอกว่า ถ้าทำสำเร็จจะได้รับอานิสงส์สูงสุดจะพรรณนา

3. ความอดทนต่อความเจ็บใจ หมายถึง ความอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ ความขัดใจ อันเกิดจากพฤติกรรมของผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง ซึ่งมักจะมีการกระทบกระทั่ง ด้วยคำพูด เยาะเย้ยถากถางด้วยกิริยามารยาทที่ไม่เหมาะสม ตลอดจนความไม่ยุติธรรมทั้งจากผู้บังคับบัญชา และผู้ร่วมงานทุกฝ่าย ความเจ็บใจเกิดจากกิเลสตระกูลโทสะ ซึ่งแฝงอยู่ในใจของทุกคนตั้งแต่เกิด ถ้าคนเราสามารถข่มกิเลส คือโทสะให้สงบลงได้ แม้ใครจะแสดงพฤติกรรมชั่วร้ายกระทบกระทั่ง ก้าวร้าวต่อเรา เราก็สามารถวางเฉยได้ด้วยใจสงบ ความเจ็บใจย่อมไม่เกิดขึ้น ตามธรรมดา นั้น เราไม่สามารถห้ามผู้อื่นมิให้แสดงพฤติกรรมกระทบกระทั่งเราได้ แต่เราสามารถข่มใจของเราเองให้สงบได้ ด้วยการไม่ถือโทษโกรธผู้อื่นหรือด้วยการให้อภัยทานถ้าเราสามารถทำได้ ความร้าวฉาน ความอามาต บาดหมางระหว่างตัวเราและผู้อื่นย่อมไม่เกิดขึ้น ด้วยเหตุนี้ การฝึกความอดทนต่อความเจ็บใจด้วยการข่มโทสะให้สงบลง ด้วยการวางเฉยไม่ถือโทษโกรธกันและกันจึงควรรีบปลูกฝังกันให้เป็นนิสัยตลอดชีวิตทุก ๆ คน

4. ความอดทนต่อความขวยขวาน หมายถึง ความอดทนต่อกิเลสตระกูลโมหะ คือ ความรู้ไม่จริงหรือความหลงใหลได้ปลื้ม เช่น หลงใหลกับคำสรรเสริญเยินยอหลงใหล กับลาภ ยศ ชื่อเสียง ตลอดจนอบายมุขต่าง ๆ เป็นต้น ความหลงใหลได้ปลื้มหรือเห่อเหิมกับลาภ ยศ และคำสรรเสริญ จะเป็นสาเหตุให้คนเราขาดปัญญาไตร่ตรองด้วยโยนิโสมนสิการ ขาดเหตุผลพินิจพิจารณาว่าสิ่งใดถูกหรือผิด เป็นบุญหรือบาป ควรทำหรือไม่ควรทำ จึงมักเห็นผิดเป็นชอบ หรือกล้าเสี่ยงกระทำความผิดด้วยความประมาท ถ้าทำแล้วไม่ได้รับโทษอะไร ก็จะขำใจทำต่อไปจนคุ้นเป็นนิสัย ในที่สุดก็ต้องประสบปัญหาร้ายแรง ถึงขั้นถูกจับติดคุกติดตะราง ดังที่เป็นข่าวอยู่เสมอ

1.4 ประโยชน์ของความอดทน

พระมหาสมชาย ฐานวุฑโฒ (2547, น.156) กล่าวว่า อานิสงส์การมีความอดทน ทำให้กุศลธรรมทุกชนิดเจริญขึ้นได้ ทำให้เป็นคนมีเสน่ห์ เป็นที่รักของคนทั้งหลาย ตัดรากเหง้าแห่งความชั่วทั้งหลายได้ อยู่เย็นเป็นสุข ทุกอิริยาบถ ชื่อว่าได้เครื่องประดับอันประเสริฐของนักปราชญ์

ทำให้ศีลและสมาธิตั้งมั่น ได้พรหมวิหารโดยง่าย และทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย “บุคคลอดทนต่อคำของผู้สูงกว่าได้ เพราะความกลัว อดทนถ้อยคำของผู้เสมอกันได้ เพราะเหตุแห่งความแข่งดี ส่วนผู้ใดในโลกนี้ อดทนต่อคำของคนเลวกว่าได้ สัตบุรุษทั้งหลายกล่าวว่า ความอดทนนั้นสูงที่สุด”

ศิริลักษณ์ เบญจภูมริน กล่าวว่า ประโยชน์ของการมีความอดทน ทำให้เราเป็นคนสุ่ม รอบคอบ มีสติ งานหรือกิจกรรมต่าง ๆ สำเร็จลุล่วงไปอย่างดี เสริมสร้างให้เราเป็นคนมีมานะ มีความเพียรพยายามในการทำงานหรือความทุกข์ยากลำบากต่าง ๆ ในชีวิต มีความเป็นผู้นำ เป็นผู้ใหญ่มากขึ้น สอนให้เราไม่ยอมแพ้หรือท้อถอย เป็นที่รักของทุกคน

2. แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เทคนิคตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความอดทน

2.1 ทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)

2.1.1 การเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning)

กึ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์ (2552, น.112) อัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) นักพฤติกรรมนิยมสมัยใหม่ได้นำเสนอทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning) ขึ้น บางทีนิยมเรียกว่าการเรียนรู้จากการสังเกต (Observation Learning) เสนอการเรียนรู้เป็นผลจากการสังเกต ปรากฏการณ์ เหตุการณ์ บุคคล และสถานการณ์ต่าง ๆ แล้วบุคคลจะเกิดพฤติกรรมเลียนแบบจากตัวแบบต่างๆ ที่เขาพบและสนใจ

ทฤษฎีนี้เน้นความสำคัญของสังคมว่าสามารถพัฒนาความสามารถของมนุษย์ มนุษย์เกิดการเลียนแบบได้มากกว่าสัตว์ การฝึกฝนการศึกษา ทำให้มนุษย์มีพัฒนาการขึ้นในทุก ๆ ด้าน โดยไม่มีข้อจำกัด การเลียนแบบเกิดขึ้นเพราะการประยุกต์จากการเสริมแรงที่บุคคลได้พบเห็น กระบวนการเลียนแบบประกอบด้วย

1. ความสนใจ (Attention) มีการสนใจตัวแบบ (Model)
2. ความจำ (Retention) จดจำพฤติกรรมนั้นๆ ไว้
3. การแสดงออก (Reproduction) แสดงพฤติกรรมเหมือนตัวแบบ
4. การมีสิ่งล่อใจ (Incentive) ผลที่ตัวแบบได้รับเป็นสิ่งล่อใจให้บุคคลแสดง

พฤติกรรมเลียนแบบ

การเลียนแบบเกิดขึ้นเพราะปัจจัยหลายอย่าง สถานภาพตัวแบบ (Model) มีผลให้บุคคลสนใจเลียนแบบ เช่น กลุ่มเพื่อน บุคคลที่สำคัญมีชื่อเสียงและอำนาจของตัวแบบ ก็ทำให้บุคคลสนใจจะเลียนแบบ เด็กเล็กๆ จะชอบเลียนแบบพ่อแม่ที่เขาเคารพนับถือ ความคล้ายคลึงของ

ตัวแบบ กับผู้สังเกตก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่ง เด็กชายมักเลียนแบบผู้ชาย เด็กหญิงมักเลียนแบบผู้หญิง เพราะการเลียนแบบต่างเพศไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม

การทดลองที่มีชื่อเสียงของ แบนดูรา ในปี ค.ศ.1973 คือ การเก็บข้อมูลจากพฤติกรรมของเด็กที่ได้สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวจากผู้ใหญ่จะมีพฤติกรรมการเลียนแบบการก้าวร้าว เพราะมีตัวแบบให้เห็น ในขณะที่เด็กไม่มีตัวแบบจะไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว นักจิตวิทยา เช่น ฟรอยด์ ก็ยอมรับว่าเด็กในวัย 3 – 5 ปี จะมีพฤติกรรมเลียนแบบบทบาททางเพศจากบิดามารดาของตนเป็นอย่างมาก

อุบลวรรณ ภวานันท์ (2557, น.97) แนวคิดทางจิตวิทยาที่เน้นศึกษาการรู้คิดและปัญหาด้วยการเรียนรู้แบบสังเกตจากตัวแบบทางสังคม (Social Cognition) ซึ่งได้แก่ กลุ่มทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Cognitive Learning Theory)

กลุ่มทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Cognitive Learning Theory) การที่ถูกเรียกว่า Social Cognitive Theory เพราะข้อมูลส่วนใหญ่จากการศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมของบุคคล แนวคิดกลุ่มนี้สร้างขึ้นโดยอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura; 1925-now) เขาเชื่อว่าพฤติกรรมไม่ใช่แค่ตัวมนุษย์หรือสิ่งแวดล้อมจะกำหนดขึ้นมาเหมือนกับที่กลุ่มพฤติกรรมนิยมหรือทฤษฎีจิตวิทยาของ Rotter เสนอไว้ แต่พฤติกรรมเกิดขึ้นเพราะตัวเราและสิ่งแวดล้อมมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างซับซ้อน Bandura ได้คิดทฤษฎีขึ้นมาใหม่ “Observation Learning” ที่แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมไม่จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับการเลียนแบบ (Imitation) ผู้สังเกตการณ์จะยอมเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบ (Modeling) หรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายชนิด และมนุษย์สามารถกระทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อควบคุมความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองด้วยผลกรรมที่กำหนดขึ้นไว้สำหรับตนเอง

พีรพล เทพประสิทธิ์ (2549, น.215) กล่าวว่า ทฤษฎีการเรียนรู้จากตัวแบบ (Modeling Learning Theory) เป็นทฤษฎีบุคลิกภาพ ได้นำเสนอแนวคิดไว้ว่าบุคลิกภาพของแต่ละคนว่าเกิดจากการที่บุคคลนั้นมีการเรียนรู้จากตัวแบบ (Model) ทั้งหลายในสังคมโดยการสังเกต ซึ่งแบนดูราเน้นย้ำว่าเป็นการเลียนแบบ (Modeling) ไม่ใช่การลอกแบบ (Copy) โดยบุคคลจะเก็บลักษณะของตัวแบบในรูปของรหัสไว้ในสมอง ซึ่งพร้อมจะปรากฏขึ้นเป็นแบบอย่างของบุคลิกภาพให้บุคคลเลียนแบบได้ตลอดเวลา

2.2 ความหมายเทคนิคตัวแบบ (Modeling)

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536, น.21) ตัวแบบ หมายถึง สิ่งที่เป็นแบบอย่างที่ดีเป็นบรรทัดฐาน เป็นแบบหรือตัวอย่างที่นำมาให้เห็นเพื่อเป็นแนวทางในการเปรียบเทียบ และเพื่อเป็นแบบอย่างในการเลียนแบบ

มนฤดี ธรรมสอน (2553, น.22) ตัวแบบ คือ สิ่งที่สามารถนำมาเป็นแบบอย่างหรือตัวอย่างที่นำมาให้เห็นเป็นแนวหรือเป็นตัวอย่างในการเลียนแบบ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2527, น.52) กล่าวว่า ตัวแบบ (Modeling) หมายถึง สิ่งที่เป็นแบบอย่างที่ดีเป็นบรรทัดฐาน เป็นแบบหรือตัวอย่างที่นำมาให้เห็น เพื่อเป็นแนวทางในการเปรียบเทียบ และเพื่อเป็นแบบอย่างในการเลียนแบบ ตัวแบบมีหลายลักษณะ เช่น ตัวแบบที่มีชีวิตจริง ได้แก่ ตัวแบบที่เป็นมนุษย์เป็นผู้แสดงแบบ ตัวแบบสัญลักษณ์ ได้แก่ตัวแบบภาพยนตร์ ตัวแบบทางโทรทัศน์ เป็นต้น

กรุณา ศรีแสน (2546, น.6) ได้ให้ความหมายของตัวแบบ ไว้ว่า เป็นสิ่งที่ เป็นแบบอย่าง และมีความเหมาะสมกับข้อบังคับ คำสั่ง ระเบียบ ประเพณี และกฎกติกาต่าง ๆ ที่กำหนดไว้เป็นแบบปฏิบัติของผู้ที่อยู่ในสังคม

2.3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้และการแสดงออก

การที่บุคคลสังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบ ไม่ได้หมายความว่า บุคคลนั้นจะเกิดการเรียนรู้ หรืออาจจะเกิดการเรียนรู้ แต่ก็อาจจะไม่แสดงพฤติกรรมที่เรียนรู้้นออกมา จึงได้มีการศึกษาถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อการและการแสดงออก ซึ่ง Schunk (1991) เสนอแนะว่ามีปัจจัยหลักๆ คือ

1. ระดับพัฒนาการของผู้สังเกต แบนดูรา (Bandura, 1986) เชื่อว่า ความสามารถของบุคคลนั้นขึ้นอยู่กับระดับพัฒนาการของเขาเอง เช่น เด็กเล็กย่อมมีช่วงเวลาของความสนใจสั้น อีกทั้งไม่สามารถแยกแยะได้ว่าสัญญาณใดเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม แต่เมื่อเด็กโตขึ้นมีพัฒนาการสูงขึ้น การรับรู้ดีขึ้น การจำข้อมูลต่างๆ ก็มากขึ้น การเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบก็จะมีประสิทธิภาพมากขึ้น

2. ความมีชื่อเสียงและความสามารถของตัวแบบ การที่บุคคลสนใจพฤติกรรมของตัวแบบนั้น เป็นเพราะเขาเชื่อว่า เขาอาจจะเจอสภาพที่ตัวแบบแสดงอยู่และจะเรียนรู้พฤติกรรมของตัวแบบที่จะนำไปสู่ความสำเร็จที่เขาต้องการ นั่นคือ ถ้าตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับรางวัล ก็จะทำให้ผู้สังเกตอยากทำตามมากขึ้นนั่นเอง

ตัวแบบที่มีความสามารถและชื่อเสียง จะได้รับความสนใจมากกว่าตัวแบบที่ไม่มีชื่อเสียงและพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงออกจะมีคุณค่ามากสำหรับผู้สังเกต ถ้าเขาเกิดความเชื่อว่า ถ้าเขาทำพฤติกรรมตามตัวแบบเขาจะได้รับรางวัลเช่นเดียวกับที่ตัวแบบได้รับรางวัล

ผู้ปกครองและครูจัดได้ว่าเป็นตัวแบบที่มีศักยภาพสูงมากในการพัฒนาพฤติกรรมของเด็ก ครูเป็นตัวแบบที่สำคัญอย่างมากต่อการพัฒนาทางสติปัญญาของเด็ก อีกทั้งอาจนำไปสู่พฤติกรรมทางสังคม การใส่ใจในการศึกษาหรือแม้กระทั่งการแต่งตัว

3. ผลกรรมที่ตัวแบบได้จากการแสดงพฤติกรรม ทำหน้าที่เป็นตัวให้ข้อมูล และเป็นตัวจูงใจ (Bandura, 1986) การให้ข้อมูลนั้นเป็นการแสดงให้ผู้สังเกตเห็นว่าพฤติกรรมใดกระทำแล้วได้รับผลกระทบเช่นใด เช่น ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมความซื่อสัตย์ แล้วได้รับการยกย่อง จะทำให้ผู้สังเกตว่าควรทำพฤติกรรมเช่นใด แล้วจะได้รับการยกย่อง ขณะเดียวกันตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมการร่วมเพศกับผู้หญิงแปลกหน้าโดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย จะทำให้ได้รับผลกระทบที่เป็นโรคเอดส์ จะทำให้ผู้สังเกตรู้ว่ากระทำพฤติกรรมใดแล้วได้รับการลงโทษ ในขณะเดียวกันตัวแบบที่แสดงออกแล้วได้รับผลกระทบไม่ว่าจะเป็นรางวัลหรือการลงโทษก็จะเป็นตัวจูงใจให้บุคคลกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมดังกล่าว นั่นคือถ้าตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับรางวัลก็จะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลกระทำตามตัวแบบ แต่ถ้ากระทำแล้วได้รับการลงโทษก็จะเป็นแรงจูงใจให้หลีกเลี่ยงการกระทำพฤติกรรมดังกล่าวเช่นกัน

2.4 กระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ

ปรีชา ธรรมา (2547, น.67) กล่าวว่า การเลียนแบบ หมายถึง พฤติกรรมที่เอาอย่างตัวแบบ ซึ่งเกิดจากกระบวนการทางจิตวิทยาและสังคม โดยที่ผู้เลียนแบบอาจรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ได้ พฤติกรรมเลียนแบบ เป็นพฤติกรรมของผู้เลียนแบบ ซึ่งแสดงออกโดยอาศัยพฤติกรรมของตัวแบบเป็นต้นแบบ ตัวแบบพฤติกรรมปฏิบัติตนอย่างไร แสดงกิริยาอาการอย่างไร ผู้เลียนแบบก็กระทำอย่างนั้นด้วย ฝ่ายตัวแบบอาจมีตัวตนอยู่จริง ๆ ในอดีตและปัจจุบัน หรือเป็นตัวแบบในจินตนาการ เช่น ในนวนิยายและวรรณคดี พฤติกรรมเลียนแบบ อาจเหมือนกันหรือเป็นอย่างเดียวกับพฤติกรรมบางส่วนหรือพฤติกรรมทั้งหมดของตัวแบบในระดับที่มีความแตกต่างกันบ้าง จนกระทั่งไม่มีความแตกต่างระหว่างกันเลย กล่าวคือ อาจเหมือนกันทุกประการในด้านการประพฤติปฏิบัติตนตลอดถึงวิถีชีวิตของผู้เลียนแบบ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถของความรู้สึก ความเลื่อมใสศรัทธา ทัศนคติ ค่านิยม อุดมคติของผู้เลียนแบบและความสำคัญหรืออิทธิพลของตัวแบบที่มีต่อผู้เลียนแบบ รวมทั้งสถานการณ์แวดล้อมอื่นๆ ประกอบด้วย

กระบวนการเลียนแบบ เป็นการแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมเลียนแบบที่เกิดขึ้นได้อย่างไร ประกอบด้วยเงื่อนไขต่าง ๆ ทั้งทางจิตวิทยาและสังคม ประกอบด้วย 4 ส่วนสำคัญด้วยกัน คือ กระบวนการใส่ใจ กระบวนการทรงจำ กระบวนการแสดงพฤติกรรม และกระบวนการจูงใจ

สิริอร วิชชาวุธ (2554, น.93) ชนิดของการเรียนรู้ แบบคุราแยกการเรียนรู้ออกเป็น 2 ชนิด

1. การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Enaction Learning) การเรียนรู้เงื่อนไขการเสริมแรง (reinforcement) จากการได้รับรางวัลและการลงโทษด้วยตนเองโดยตรง

2. การเรียนรู้จากการสังเกต (Observational Learning) การเรียนรู้โดยการสังเกตจากตัวแบบนี้มีประสิทธิภาพมากกว่าการเรียนรู้แบบลองผิดลองถูกด้วยตนเอง เนื่องจากผู้เรียนเห็นตัวแบบกระทำการสิ่งใดเพียงครั้งเดียวก็สามารถนำวิธีการนั้นมาใช้ได้เลย การทำตามตัวแบบมิได้หมายความว่าใครเป็นตัวแบบ ผู้เรียนจะเลียนแบบตามเสมอไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่ทำให้ผู้เรียนเลียนแบบตัวแบบ เช่น ความดึงดูดของตัวแบบ (attractiveness) ผู้เรียนจะทำตามตัวแบบที่มีสถานะทางสังคมสูงกว่าตัวแบบที่มีสถานะทางสังคมต่ำ บุคคลที่ไม่มีสถานะทางสังคมหรือไม่มีทักษะหรือไม่มีอำนาจมักจะทำตามพฤติกรรมของผู้อื่น เด็กจะทำตามตัวแบบมากกว่าผู้ใหญ่ คนที่ไม่ชำนาญงานจะทำตามตัวแบบมากกว่าผู้เชี่ยวชาญ และยังผู้เรียนให้คุณค่าต่อพฤติกรรมใด จะยังทำตามแบบพฤติกรรมนั้น การเรียนรู้จากการสังเกตมีกระบวนการทางปัญญา 4 ขั้นตอน คือ

1. ช่วงความตั้งใจ (Attention Span) ความตั้งใจจะเป็นตัวกำหนดในการเลือกรับรู้สิ่งเร้า ถ้าผู้เรียนตั้งใจที่จะรับรู้สิ่งเร้าหนึ่ง ผู้เรียนจะรู้ว่าสิ่งเร้านั้นปรากฏ ถ้าผู้เรียนไม่รับรู้สิ่งเร้า ผู้เรียนจะไม่รับรู้ว่ามีสิ่งเร้านั้นปรากฏอยู่ในขณะนั้น สิ่งที่มีอิทธิพลทำให้ผู้เรียนเกิดการตั้งใจรับรู้เพื่อการเลียนแบบมีดังนี้

ก. ตัวแบบ (model) ตัวแบบจะเป็นบุคคลตัวอย่าง หรือสิ่งที่เป็นตัวอย่าง ตัวแบบที่สามารถดึงดูดให้ผู้เรียนตั้งใจรับรู้มักมีลักษณะดังต่อไปนี้ (Bandura, 1986)

- บุคลิกลักษณะของตัวแบบน่าประทับใจ มีเสน่ห์ เท่ เช่น นักแสดง
- ผู้มีอำนาจในตำแหน่ง เช่น นายกรัฐมนตรี หัวหน้า
- มีความน่าสนใจและชื่นชอบตัวแบบ
- ผู้มีความสามารถ เป็นผู้เชี่ยวชาญและประสบความสำเร็จในด้านใดด้านหนึ่ง เช่น

นักกีฬา นักร้อง

- มีความสอดคล้องกับค่านิยมของผู้สังเกตหรือผู้เรียน เช่น ผู้มีความซื่อสัตย์ ผู้เสียสละ เป็นต้น

- มีความน่าเชื่อถือ เช่น อาจารย์
- มีบุคลิกลักษณะคล้ายของตัวแบบกับผู้สังเกตหรือผู้เรียน เช่น เป็นข้าราชการเหมือนกัน เป็นแม่บ้านเหมือนกัน

- มีความอบอุ่นเป็นกันเอง เช่น บิดามารดา

ขนิษฐา และมานิกา วิเศษสาธร (2552, น.65) นิยามการเรียนรู้การสังเกต (Observational Learning) หมายถึง การที่บุคคลสังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบ (Model) และแสดงพฤติกรรมเช่นเดียวกับที่ตัวแบบทำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อตัวแบบทำพฤติกรรมเหล่านั้นแล้วได้รับรางวัล จะทำให้เกิดการเรียนรู้จากการสังเกตมากขึ้น อย่างไรก็ตามพฤติกรรมที่ผู้เรียนเรียนรู้ไว้

แล้วนั้นอาจแสดงออกให้เห็นโดยทันทีหรือไม่ก็ได้ การเรียนรู้ประเภทนี้จะเกิดขึ้นกับมนุษย์ หรือ สัตว์ที่มีระบบความคิดซับซ้อน เช่น ลิงชิมแปนซี เป็นต้น

แบนดูราได้ชี้ให้เห็นว่ามีปัจจัยอย่างน้อย 4 ประการ ด้วยกันที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ จากการสังเกตซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้จากการสังเกตประสบความสำเร็จได้ ปัจจัย 4 ประการ ดังกล่าว ได้แก่ ปัจจัยดังต่อไปนี้

1. ความตั้งใจ (Attention) ผู้เรียนต้องรับรู้ว่าคุณแบบนั้นน่าสนใจ จึงจะทำให้เกิด ความตั้งใจที่จะสังเกต
2. ความจำ (Memory) ผู้เรียนจะบันทึกข้อมูลจากการสังเกตนั้นไว้เพื่อเรียกใช้ใน เวลาที่ต้องการ หรือในเวลาที่ยังแฉล้มล่อมเอื้ออำนวย
3. การควบคุมการเคลื่อนไหว (Motor control) ผู้เรียนสามารถนำข้อมูลที่เก็บไว้มา แสดงออกเป็นการกระทำ
4. แรงจูงใจ (Motivation) ผู้เรียนจะมีแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมแบบเดียวกับ พฤติกรรมที่ตัวแบบกระทำ เช่น เห็นตัวแบบทำพฤติกรรมนั้นๆ แล้วได้รับคำชื่นชม ก็จะเป็น แรงจูงใจให้แสดงพฤติกรรมในลักษณะเดียวกัน

จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์ (2556, น.112) กล่าวว่า การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ (Learning through Modeling) เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากระบวนการสังเกตและการเลียนแบบจากตัวแบบอุดมคติ ซึ่งประกอบด้วยกระบวนการรู้การเข้าใจ (Cognition Processes) 4 กระบวนการ คือ

1. กระบวนการความตั้งใจ (Attention Process) ได้แก่ การตั้งใจสังเกตเพื่อให้การรับรู้ตัวแบบแม่นยำ การเรียนรู้จากการเลียนแบบจะไม่เกิดขึ้น ถ้าบุคคลขาดความสนใจและขาดสมาธิในขณะสังเกตทั้งลักษณะตัวแบบและกิจกรรมของตัวแบบ
2. กระบวนการจดจำ (Retention Process) ได้แก่ การคงความจำในลักษณะและ กิจกรรมที่เลียนแบบ หลังจากการสังเกตผู้เรียนจะลงรหัสสัญลักษณ์ การสร้างภาพในสมอง การจัดระเบียบข้อมูล การทบทวนและการสรุปแบบอย่างพฤติกรรมของตัวแบบอย่างมีระบบ เพื่อจะได้ลอกเลียนพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง
3. กระบวนการสร้างพฤติกรรมตามแบบ (Motor Reproduction Process) ได้แก่ การแปรสภาพพฤติกรรมของตัวแบบเป็นพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งพฤติกรรมนั้นอาจเป็นด้าน ความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) หรือด้านความรู้สึก (Affective) หรือด้านทักษะการปฏิบัติทางอวัยวะ การเคลื่อนไหว (Psychomotor Skills)
4. กระบวนการจูงใจ (Motivation Process) ได้แก่ กระบวนการจูงใจที่เกิดจากสิ่งเสริมภายในและส่งเสริมแรงภายนอก แบนดูราค่อนข้างให้ความสำคัญกับการคาดหวังของบุคคล

เขากล่าวว่า ความคาดหวังต่อผลของพฤติกรรมมีอิทธิพลมากต่อกระบวนการมุ่งใจในการเลียนแบบพฤติกรรมของมนุษย์

กล่าวโดยสรุป คือ บุคลิกภาพเป็นผลของการเรียนรู้ โดยตัวแบบจะเป็นตัวเสริมแรงทำให้บุคคลเกิดความตั้งใจในการรับรู้ จากนั้นจึงบันทึกสัญลักษณ์หรือการจัดระบบความรู้ ความเข้าใจ การทบทวนตัวแบบ แล้วจึงตามด้วยพฤติกรรมการตอบสนองหรือการแสดงออก

2.5 ประเภทของตัวแบบ

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2543, น.51) ได้แบ่งประเภทของตัวแบบไว้ 2 ประเภท ดังนี้

1. ตัวแบบที่มีชีวิตจริง (Live Model) คือตัวแบบที่บุคคลได้มีโอกาสสังเกตและปฏิสัมพันธ์โดยตรง

2. ตัวแบบสัญลักษณ์ (Symbolic Model) คือตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อต่าง ๆ เช่นวิทยุ โทรทัศน์การ์ตูนหรือหนังสืออนิเมชันเป็นต้น

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) กล่าวว่าตัวแบบสำหรับการเรียนรู้โดยการสังเกตแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. ตัวแบบบุคคลจริง หมายถึง ตัวแบบจริงที่แสดงพฤติกรรมจริงให้ผู้สังเกตได้เห็น โดยทั่วไปตัวแบบจริงมีอิทธิพลต่อผู้สังเกตมากที่สุด

2. ตัวแบบสัญลักษณ์ หมายถึง ตัวแบบที่เป็นคนหรือกลุ่มคนในภาพยนตร์ โทรทัศน์หรือสื่อรูปภาพอื่นๆ การใช้ตัวแบบภาพยนตร์ (Film Modeling) เป็นกลวิธีหนึ่งที่จะดึงดูดความสนใจของผู้สังเกตได้มากเนื่องจากภาพยนตร์และเสียงเป็นสิ่งที่ช่วยในการดึงดูดความสนใจ

3. คำบอกเล่าหรือสารบันทึก หมายถึง ตัวแบบที่แสดงการกระทำพฤติกรรมให้ผู้สังเกตโดยคำบอกเล่าด้วยคำพูดหรือการเขียนเป็นลายลักษณ์อักษร

พาขวัญ บุญประสาร (2550) กล่าวว่าตัวแบบแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. ตัวแบบที่มีชีวิตจริง (Live model) คือตัวแบบที่บุคคลสามารถสังเกตและมีปฏิสัมพันธ์ได้โดยตรงสามารถแปรเปลี่ยนพฤติกรรมการแสดงออกได้ตามสภาพการณ์และน่าสนใจมากกว่าตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ในการรับรู้ของคนบางคน

2. ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic Model) คือตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อต่างๆ ได้แก่ ภาพยนตร์ สไลด์แถบบันทึกเสียง วิทยุ โทรทัศน์ การ์ตูน สถานการณ์จำลองหรือหลายรูปแบบของสัญลักษณ์รวมกันเป็นตัวแบบ อันหนึ่งการเสนอตัวแบบด้วยวิธีเหล่านี้สามารถเตรียมเรื่องราวของตัวแบบไว้ล่วงหน้าได้ทำให้มีผลดีในการที่จะเน้นจุดสำคัญของการแสดงพฤติกรรม

สามารถควบคุมพฤติกรรมของตัวแบบได้ และใช้ได้กับกลุ่มคนจำนวนมากตัวแบบประเภทนี้สามารถเก็บไว้นำเสนอในครั้งต่อไปได้ด้วยแต่ถ้าตัวแบบสัญลักษณ์ไม่สมจริงหรือขัดแย้งกับพฤติกรรมของตัวแบบในชีวิตจริงอาจทำให้ผู้สังเกตเกิดความสับสนไม่เชื่อถือและอาจไม่เลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบนั้น

วุฒิเลิศ เทวกุล (2539, น. 297) ตัวแบบที่ทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ นั้น สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภทด้วยกัน คือ

1. ตัวแบบที่เป็นชีวิตจริง (live model) เป็นตัวแบบที่บุคคลเผชิญในสภาพแวดล้อมที่เขาอยู่ หรือมีปฏิสัมพันธ์ด้วย

2. ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (symbolic model) เป็นตัวแบบที่ต้องผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น ภาพยนตร์ ละคร โทรทัศน์ การ์ตูน หนังสืออนิเมะ หนังสือพิมพ์ หรือการเล่าเรื่องราวต่าง เป็นต้น (Bandura and Walters, 1963)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้การเสนอตัวแบบ โดยเลือกใช้ตัวแบบคือ ตัวแบบที่เป็นพฤติกรรมของบุคคลจริง ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ เพื่อเป็นตัวแทนในการส่งเสริมพฤติกรรมของตนให้กับนักเรียน ทั้งนี้เนื่องจากตัวแบบยังมีหลากหลายจะทำให้ให้นักเรียนเกิดความสนใจ เป็นการดึงดูดให้นักเรียนสนใจในการทำกิจกรรม นักเรียนเกิดการซึมซับและเกิดการตระหนักถึงความของตน ส่งเสริมพฤติกรรมและให้พฤติกรรมคงทนถาวร

2.6 แนวทางการเลือกตัวแบบ

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536, น.256) ได้ให้แนวทางในการเลือกตัวแบบนั้นมีหลักการในการเลือกตัวแบบ ดังนี้

1. ตัวแบบควรจะมีลักษณะที่คล้ายคลึงกับผู้สังเกตทั้งในด้านเพศ เชื้อชาติและทัศนคติ ซึ่งการที่ตัวแบบมีลักษณะที่คล้ายคลึงกับผู้สังเกตนั้นจะทำให้ผู้สังเกตมั่นใจได้ว่าพฤติกรรมที่ตัวแบบ แสดงออกมานั้นเหมาะสมและสามารถทำได้เพราะบุคคลนั้นมีลักษณะคล้ายคลึงกับตน ซึ่งจะทำให้เขาเกิดความรู้สึกมั่นใจว่าเขาจะสามารถทำได้เช่นกัน

2. ตัวแบบควรจะเป็นผู้มีชื่อเสียงในสายตาของผู้สังเกต แต่ถ้ามีชื่อเสียงมากเกินไปก็จะทำให้เขามีความรู้สึกว่าพฤติกรรมที่ตัวแบบกระทำนั้นเป็นสิ่งที่ไม่น่าเป็นจริงสำหรับเขาได้

3. ระดับความสามารถของตัวแบบนั้นควรจะมีระดับที่ใกล้เคียงกับผู้สังเกต เพราะถ้าใช้ตัวแบบที่มีความสามารถสูงก็จะทำให้ผู้ที่สังเกตคิดว่าเขาไม่น่าจะทำได้ทำให้เขาปฏิเสธที่จะทำตามตัวแบบนั้น

4. ตัวแบบนั้นควรจะมีลักษณะที่เป็นกันเองและอบอุ่น

5. ตัวแบบเมื่อแสดงพฤติกรรมแล้ว ได้รับการเสริมแรง จะทำให้ได้รับความสนใจจากผู้สังเกตมากขึ้น

2.7 การเสนอตัวแบบ

Bandura (1986, อ้างอิงใน ไพฑูรย์ มีกุล, 2543, น.315) การนำเสนอตัวแบบสามารถทำได้โดยผ่านตัวแบบ 4 ประเภทคือ

1. การเสนอตัวแบบทางพฤติกรรม (Behavioral Modeling) หมายถึง การที่ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมให้บุคคลเห็น เช่น แม่ตักบาตรให้ลูกเห็น พ่อดื่มเหล้าให้ลูกเห็น หรือครูทิ้งขยะลงถึงให้นักเรียนเห็น

2. การเสนอตัวแบบทางวาจา (Verbal Modeling) หมายถึง การเสนอตัวแบบที่พูดบอก หรือเขียนบอกว่าจะทำอะไรได้อย่างไร

3. การเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ (Symbolic Modeling) หมายถึง การเสนอตัวแบบผ่านสื่อต่างๆ คือ วิทยุ โทรทัศน์ วิทยุทัศน์ จานภาพ ภาพยนตร์ หนังสือ คอมพิวเตอร์และสื่อภาพอื่นๆ

4. การเสนอตัวแบบสัมผัส (Kinesthetic Modeling) หมายถึง การเสนอตัวแบบที่สามารถสัมผัสได้เช่น อักษรเบลที่ใช้กับคนตาบอดในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้การเสนอตัวแบบโดยใช้วิธีการหลากหลายวิธีผสมกัน คือ การเสนอตัวแบบทางพฤติกรรม การเสนอตัวแบบทางวาจา และการเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ ซึ่งการเสนอตัวแบบดังกล่าว จะนำเสนอโดยใช้วิธีการที่แตกต่างกัน ตามความเหมาะสมของเนื้อหาเกี่ยวกับจิตสำนึกสาธารณะทั้งต่อตนเอง และจิตสำนึกสาธารณะต่อส่วนรวมเพื่อประโยชน์ต่อโรงเรียน และชุมชน

ดังนั้นแนวทางในการเสนอตัวแบบจึงเป็นการจัดสถานการณ์เพื่อให้บุคคลเกิดความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นซึ่งความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นนี้เองที่จะส่งผลให้บุคคลตัดสินใจที่จะกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรม โดยกระบวนการเสนอตัวแบบจะเสนอตัวแบบที่บุคคลสนใจและคิดอยากทำตามและเมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมที่ทำตามตัวแบบแล้วสิ่งที่ตามมาคือผลการตอบสนองที่เกิดขึ้นต่อพฤติกรรมนั้น

2.8 อิทธิพลของตัวแบบ

Bandura (1977 อ้างอิงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2541, น.223-224) ได้กล่าวว่าตัวแบบนั้นมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล 3 ด้านด้วยกันคือ

1. ช่วยให้นักเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ๆ หรือทักษะใหม่ๆ ซึ่งจากผลของตัวแบบในลักษณะ เช่น นี้เองทำให้เราสามารถนำเอาวิธีการเสนอตัวแบบไปสร้างพฤติกรรมใหม่ๆ ให้กับบุคคลที่ยังไม่เคยกระทำพฤติกรรมดังกล่าว

2. มีผลทำให้เกิดการระงับ (Inhibition) หรือการยุติการระงับ (Disinhibition) การแสดงพฤติกรรมของผู้สังเกตตัวแบบได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าเมื่อตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับผลเช่นใดถ้าตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับผลที่เป็นสิ่งไม่พึงพอใจแนวโน้มที่ผู้สังเกต ตัวแบบ จะไม่แสดงพฤติกรรมตามตัวแบบนั้นมีสูงมากก็เท่ากับว่าตัวแบบทำหน้าที่ระงับการเกิดพฤติกรรมดังกล่าว แต่ถ้าพฤติกรรมใดที่ผู้สังเกตตัวแบบถูกระงับมาก่อนได้เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมดังกล่าวแล้วไม่ได้รับผลอย่างที่คุณสังเกตคาดว่าจะได้รับหรือแสดงแล้วได้ผลทางบวก แนวโน้มที่ผู้สังเกตจะกระทำตามตัวแบบก็มีมากขึ้นก็เท่ากับว่าพฤติกรรมที่เคยถูกระงับนั้นได้ถูกการยุติการระงับแล้ว

3. ช่วยให้พฤติกรรมที่เคยได้รับการเรียนรู้มาแล้วได้รับการแสดงออกหรือถ้าเคยแสดงออก แล้วแต่ทว่าไม่ค่อยได้แสดงออกให้แสดงออกเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นผลของตัวแบบในลักษณะเช่นนี้ก็ทำหน้าที่เป็นสัญญาณกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมนั้นออกมาอิทธิพลของตัวแบบจะช่วยให้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ๆหรือทักษะใหม่ๆเกิดการระงับ (Inhibition) หรือการยุติการระงับ (Disinhibition) การแสดงพฤติกรรมและช่วยให้พฤติกรรมที่เคยได้เรียนรู้มาหรือเคยแสดงออกให้แสดงออกมากขึ้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536, น.21) หน้าที่ของตัวแบบ: ตัวแบบนั้นทำหน้าที่อยู่ด้วยกัน 3 ประการ คือ

1. ทำหน้าที่สร้างพฤติกรรมใหม่ ในขณะที่บุคคลยังไม่เคยมีพฤติกรรมใด พฤติกรรมหนึ่งมาก่อน ตัวแบบก็สามารถทำหน้าที่สร้างพฤติกรรมใหม่ให้กับบุคคลนั้นได้ เช่น การเรียนรู้ภาษา หรือการเรียนรู้การใช้ช้อนส้อมหรือตะเกียบในการรับประทานอาหาร เป็นต้น

2. ทำหน้าที่ให้พฤติกรรมที่มีอยู่แล้วแสดงออกมากขึ้น หรือทำให้ได้ดีขึ้น เช่น ในกรณีที่บุคคลไปงานรื่นเริง และไม่กล้าที่จะขอตัวเจ้าของบ้านกลับบ้านก่อน แต่เมื่อเห็นคนอื่นขอกลับบ้านก็จะรีบขอกลับบ้านตามทันที หรือกรณีที่บุคคลฝึกตีเทนนิส สังเกตเห็นนักเทนนิสมืออาชีพตีเทนนิส ก็อาจจะจดจำวิธีการนั้นมาปรับปรุงเทคนิคการตีเทนนิสของตนเอง เป็นต้น

3. ทำหน้าที่ระงับและยุติการระงับ ตัวแบบสามารถทำหน้าที่ระงับไม่ให้บุคคลกระทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น ตัวแบบที่แสดงให้เห็นถึงการมีเพศสัมพันธ์กับผู้หญิงไม่เลือกหน้า โดยไม่ใส่ถุงยางอนามัยนั้น จะนำมาสู่การเป็นโรคเอดส์ ซึ่งตัวแบบในลักษณะเช่นนี้จะทำหน้าที่ระงับไม่ให้บุคคลที่สังเกตพฤติกรรมตามตัวแบบนั้น ส่วนในกรณียุติการระงับนั้น จะเห็นได้จากกรณีที่บุคคลบางคนไม่กล้าที่จะออกไปพูดต่อหน้าสาธารณชน เมื่อบุคคลนั้นได้ดูตัวแบบที่พูดต่อหน้าสาธารณชนบ่อยๆ ต่อมาบุคคลนั้นก็สามารออกออกไปพูดต่อหน้าสาธารณชนได้ ลักษณะ

เช่นนี้ก็เป็น การแสดงว่าตัวแบบนั้นทำหน้าที่ยุติการระงับพฤติกรรมไม่กล้าออกไปพูดต่อหน้าสาธารณชนมาเป็นกล้าพูดต่อหน้าสาธารณชนนั่นเอง

2.9 ข้อดีและข้อจำกัดของวิธีการใช้เทคนิคตัวแบบ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536, น.65) ได้เสนอแนะข้อดีและข้อจำกัดของวิธีการให้ตัวแบบไว้ ดังนี้

1. ข้อดีของวิธีการให้ตัวแบบ

- 1) ทำให้ความถี่ของการเกิดพฤติกรรมเป้าหมายหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ค่อยๆ เกิดขึ้น และค่อยๆ มีความถี่สูงขึ้นและจะคงทนถาวรยิ่งขึ้น โดยให้การเสริมแรงเมื่ออินทรีย์แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์
- 2) จะทำให้ผู้เลียนแบบเกิดพฤติกรรมที่ไม่เคยเกิดมาก่อน
- 3) จะช่วยเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือระงับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้เลียนแบบหรือผู้สังเกต
- 4) ช่วยเอื้ออำนวยให้พฤติกรรมของผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบที่เคยเรียนรู้มาก่อนมีแนวโน้มที่จะแสดงออก

2. ข้อจำกัดวิธีการให้ตัวแบบ

- 1) หากใช้ตัวแบบอย่างเดียว ในการสอนพฤติกรรมใหม่ การเกิดพฤติกรรมใหม่จะเกิดช้า ควรให้ควบคู่กับการเสริมแรงทางบวกหรือการให้ข้อมูลย้อนกลับ
- 2) การคัดเลือกตัวแบบ ตลอดจนกิจกรรมที่จะเลียนแบบ ผู้คัดเลือกควรตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าว

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำตัวแบบทั้ง ตัวแบบบุคคลจริง ตัวแบบสัญลักษณ์ และคำบอกกล่าวหรือสารบันทึก มาผสมผสานเพื่อให้เกิดความหลากหลายและน่าสนใจต่อการพัฒนาพฤติกรรมความอดทนให้กับนักเรียน เพื่อให้ นักเรียนเกิดความรู้สึกสละสลวยตามและคิดเปรียบเทียบพฤติกรรมจากเทคนิคตัวแบบเพื่อประยุกต์ใช้กับชีวิตจริง แล้วคิดที่จะเลียนแบบพฤติกรรมความอดทนจากตัวแบบ

2.10 งานวิจัยที่เกี่ยวกับการใช้เทคนิคตัวแบบ

เล็ก ทองแสน (2550, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง ผลของการฝึกสมาธิและการใช้ตัวแบบที่มีต่อพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพระประยุทธิธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษาพบว่า คะแนนพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยของนักเรียนที่ได้รับการฝึกสมาธิและการใช้ตัวแบบ หลังการทดลองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกสมาธิและการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ปาริญา ราพา (2554, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงและใช้ตัวแบบสัญลักษณ์เพื่อพัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนความรับผิดชอบสูงกว่าก่อนการทดลองและมีคะแนนความรับผิดชอบสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงและใช้ตัวแบบสัญลักษณ์มีคะแนนความรับผิดชอบต่อตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

มนฤดี ธรรมสอน (2553, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การใช้กิจกรรมการเสนอตัวแบบเพื่อส่งเสริมระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนพฤติกรรมความมีวินัยต่ำ โรงเรียนคอยเต่าวิทยาคม อำเภอคอยเต่า จังหวัดเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ กิจกรรมเสนอตัวแบบ และแบบประเมินพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยของนักเรียน โดยหาค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่า ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการเสนอตัวแบบมีระเบียบวินัยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุขุมาลย์ คำหว่าน (2543, บทคัดย่อ) ศึกษาการลดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยเทคนิคตัวแบบและการเสริมแรงทางสังคมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการใช้เทคนิคตัวแบบและการเสริมแรงทางสังคมต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าว กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 4 คน ที่กำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขอนแก่นวิทยาคม อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการเสนอตัวแบบและการเสริมแรงทางสังคมกับพฤติกรรมที่เหมาะสมจะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมเพิ่มขึ้น และเมื่อได้รับการเพิกเฉยต่อพฤติกรรมก้าวร้าว จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

3.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

คำว่า “การแนะแนว” ได้บัญญัติขึ้นแทนคำภาษาอังกฤษว่า ไกด์แดนซ์ (Guidance) ซึ่งมีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

กรมวิชาการกระทรวงศึกษาธิการ (2554, น.6) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถนักเรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่าง บุคคลสามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตนเสริมสร้างทักษะชีวิตวุฒิภาวะทางอารมณ์การเรียนรู้เชิงชีวิต การศึกษาต่อและพัฒนาตนเองสู่โลกอาชีพและมีงานทำ

วรรณรา พงษ์สิน (2550, น.23) ได้กล่าวสรุปถึง ความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ผู้ให้บริการจัดประสบการณ์โดยมุ่งแก้ไขปรับปรุง พัฒนาและส่งเสริมทั้งรายบุคคล รายกลุ่ม ทุกเพศและทุกวัยทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคมเพื่อให้ผู้รับบริการรู้และเข้าใจตนเองในการจัดการปัญหาได้อย่างถูกต้องและถูกวิธี

พรทรัพย์ ชื่นในเมือง (2554, น.31) ได้กล่าวสรุปถึงกิจกรรมแนะแนวว่ากิจกรรมแนะแนวเป็นมวลประสบการณ์ที่จัดขึ้นเพื่อเสริมทักษะต่างๆที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนให้นักเรียนนำไปปฏิบัติเพื่อให้ได้รู้จักและเข้าใจตนเองเข้าใจสภาพแวดล้อม สามารถพัฒนาปรับตัวเข้ากับสังคมอยู่ในสังคมปัจจุบันได้

จากเนื้อหาข้างต้น สรุปได้ว่ากิจกรรมแนะแนว คือกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาศักยภาพของนักเรียน โดยกระบวนการที่มีลำดับขั้นตอนและมีเป้าหมายที่ชัดเจน เพื่อส่งเสริมการตัดสินใจและแก้ปัญหาในด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียน เพื่อให้นักเรียนเข้าใจผู้อื่นและสามารถปรับตัวอย่างเหมาะสมในสังคมพร้อมทั้งพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3.2 ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541, น.12) กล่าวว่ากิจกรรมแนะแนว เป็นการเป็นการให้ข้อมูลแก่นักเรียนที่วิธีหนึ่งที่ช่วยตนเองได้จากการที่รู้จักตนเองในทุก ๆ ด้านและรู้จักสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวอย่างกว้างขวางทำให้นักเรียนสามารถใช้ประกอบการพิจารณาเลือกแผนการเรียนการสอนเลือกกิจกรรมเลือกการศึกษาต่อหรือเลือกประกอบอาชีพได้อย่างเหมาะสมซึ่งจะทำให้ประสบความสำเร็จในการตัดสินใจ

ศิริวรรณ อินทวัฒนา (2553, น.41) ได้กล่าวสรุปถึงความสำคัญของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า เป็นกิจกรรมที่มีรูปแบบหลากหลายที่มุ่งพัฒนาป้องกันและแก้ไขปัญหาให้กับทุกคนในขอบข่ายด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคมให้เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าของสังคมและประเทศชาติ

จากการศึกษาความสำคัญของกิจกรรมแนะแนวสรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญที่มุ่งเน้นให้นักเรียนได้รู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพทางสังคมและสถานการณ์ต่างๆ รอบตัวได้นำไปสู่การตัดสินใจในการเลือกสิ่งที่ต้องการ

ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม และส่งเสริมในการพัฒนาด้านการศึกษา อาชีพ สังคมและส่วนพัฒนาอย่างมีคุณภาพเป็นกำลังในการพัฒนาสังคมประเทศชาติต่อไป

3.3 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว

กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่มุ่งส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนให้พัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพมีผู้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

กระทรวงศึกษาธิการ (2546, น.24) กล่าวว่าการจัดกิจกรรมแนะแนวมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความถนัดความสามารถความสนใจของตนเองรักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักแสวงหาความรู้จากข้อมูลข่าวสาร แหล่งความรู้ ทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนแนวทางการศึกษาอาชีพได้เหมาะสมสอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง
3. เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาบุคลิกภาพปรับตัวเข้าอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขให้ผู้เรียนมีความรู้ทักษะมีความสร้างสรรค์ในงานอาชีพและมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต
4. เพื่อให้ผู้เรียนมีค่านิยมที่ดีงาม ในการดำเนินชีวิตเสริมสร้างวินัยคุณธรรมและจริยธรรมแก่ผู้เรียน
5. เพื่อให้ผู้เรียนมีจิตสำนึกในการรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ

พิทยาภรณ์ พิทยากุล (2546, น.37) ได้สรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่าเป็นวัตถุประสงค์สำคัญหรือผลลัพธ์การเรียนรู้ที่มุ่งให้เกิดแก่ผู้รับบริการ คือ การเสริมสร้างให้ผู้รับบริการการดำเนินชีวิตส่วนตัวโดยรอบรู้ที่เป็นทั้งคนดีและคนเก่ง และอยู่ร่วมกับผู้อื่นโดยสันติสุข

จากวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวที่กล่าวมาสรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนว มีวัตถุประสงค์ส่งเสริมให้ผู้เรียนค้นพบศักยภาพ ได้ค้นพบความถนัด ความสามารถของตนเองและแสวงหาความรู้ต่างๆ ทั้งด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัวและสังคม นำไปสู่การมีวินัยและคุณธรรมในการดำรงชีวิต มีค่านิยมที่ดี สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและมุ่งส่งเสริมให้ผู้รับบริการเป็นคนดี คนเก่งและเป็นคนมีความสุขอย่างยั่งยืน

3.4 ขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนว

เพื่อให้กิจกรรมแนะแนวบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ผู้จัดกิจกรรมควรคำนึงถึงขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนวดังนี้

สำนักวิชาการและมาตรฐานและการศึกษาสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ (2551, น.22) ได้กำหนดว่าการจัดกิจกรรมแนะแนว มีองค์ประกอบ 3 ด้านดังนี้

1. การศึกษา ให้ผู้เรียนได้พัฒนาในตนเองในด้านการเรียนอย่างเต็มตามศักยภาพ รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลประกอบการวางแผนการเรียนหรือการศึกษาต่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีนิสัย ใฝ่รู้ใฝ่เรียน มีวิธีเรียนรู้และสามารถวางแผนหรือการศึกษาต่อได้อย่างเหมาะสม
2. ด้านอาชีพ ให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเองในทุก ๆ ด้าน มีความรู้และเข้าใจโลกของงานอาชีพอย่างหลากหลาย มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต มีการเตรียมตัวสู่อาชีพ สามารถวางแผนเพื่อประกอบอาชีพตามที่ตนเองมีความถนัดและสนใจ
3. ด้านส่วนตัวและสังคม ให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่นรักษาสัมพันธภาพ มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิตที่ดี มีคุณภาพมีทักษะชีวิตและสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวให้มีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ ต้องครอบคลุมงานแนะแนวทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านการศึกษาซึ่งมุ่งเน้นให้นักเรียนได้พัฒนาศักยภาพตนเองในด้านการเรียนเป็นผู้ใฝ่เรียน มีนิสัยในการค้นคว้าหาความรู้ มีทักษะกระบวนการในการเรียนอย่างมีระบบเพื่อเป็นประโยชน์ในการเรียนและการตัดสินใจเลือกแนวทางการศึกษาต่อ ในอนาคต ด้านอาชีพ คือ มีการจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้รู้จัก ด้านอาชีพ คือ มีการจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้รู้จักอาชีพ คือ มีการจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้รู้จักอาชีพหลากหลายรู้จักความถนัดของตนเองที่มีต่ออาชีพต่าง ๆ และด้านส่วนตัวและสังคมเป็นการจัดกิจกรรมแนะแนวที่มุ่งเน้นให้นักเรียนได้เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นและสังคมตระหนักถึงความเป็นปัจจุบัน เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขได้สอดคล้องกับผู้รับบริการทั้งเด็ก วัยรุ่นและผู้ใหญ่ เพื่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ทักษะพื้นฐานที่จำเป็นในอาชีพและทักษะการดำเนินชีวิต มีเจตคติที่ดีสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

3.5 ประโยชน์ของกิจกรรมแนะแนว

เขาวรรักษ์ ปวงคำคง (2549, น. 40) กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมแนะแนวว่าจะนำไปสู่การสร้างคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนคือ รักและเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น พัฒนาคุณภาพและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีคุณธรรมจริยธรรมและมีจิตสำนึกรับผิดชอบต่อตนเองครอบครัวและประเทศชาติ

อัมพร แสงวิเชียร (2546, น.27) กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมแนะแนวว่า ผู้รับบริการนำสิ่งที่เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงซึ่งในปัจจุบันนิยมเรียกว่า “นำองค์ความรู้สู่วิถีชีวิต” (apply the new information to daily life)

รุ่งทิวา โพธิ์ใต้ (2552, น.12-13) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

1. ช่วยให้นักเรียนได้รับรู้ข้อมูลที่มีคุณค่าจากครูแนะแนว
2. ช่วยให้นักเรียนมีสัมพันธภาพที่ดีกับครู
3. ช่วยให้นักเรียนได้ปรับปรุงพฤติกรรมของตนเอง
4. ช่วยให้นักเรียนมีเจตคติที่ดี
5. ช่วยให้นักเรียนมีความเข้าใจต่อตนเองที่แท้จริง
6. ช่วยให้ครูแนะแนวได้มีโอกาสนพปะนักเรียนเป็นกลุ่มอย่างใกล้ชิดและทั่วถึง
7. ช่วยให้ครูแนะแนวมีโอกาสให้ข้อมูล
8. ช่วยให้ครูแนะแนวได้มีโอกาสใช้เทคนิคต่าง ๆ
9. ช่วยให้ครูแนะแนวได้รับทราบถึงความต้องการ ความสนใจ ความสามารถ และ

ความถนัดของแต่ละบุคคล

10. ช่วยให้ครูแนะแนวได้ทราบถึงปัญหาและสภาพต่าง ๆ
11. ช่วยให้บริการจัดการแนะแนวทุกบริการประสบความสำเร็จความจุประสงค์
12. ช่วยให้การระบวนการเรียนการสอนวิชาต่างๆ ดำเนินการไปด้วยดีและมี

ประสิทธิภาพ

13. ช่วยลดปัญหาพฤติกรรมของนักเรียน
14. ช่วยการจัดแผนการเรียนและการจัดกิจกรรมของโรงเรียน
15. ช่วยทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูแนะแนวและผู้ปกครอง
16. ช่วยให้ผู้ชมชนได้รับความสนใจจากนักเรียน
17. ช่วยให้ประเทศชาติมีพลเมืองที่ดีมีความสุข

สรุปประโยชน์ของการจัดกิจกรรมแนะแนวมีผลต่อตัวนักเรียนเอง ครูแนะแนว ผู้ปกครอง ชุมชนรอบข้างและประเทศชาติด้วย

3.6 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2545, น.80) ได้กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยใช้สื่อประสม เช่น รูปภาพ วิดีทัศน์ แถบบันทึกรายละเอียดของกิจกรรม

ต่างๆ อาทิเช่น บทบาทสมมติ แบบฝึกหัดก่อนเรียนและหลังเรียนโดยจัดไว้เป็นชุดกล่องหรือว่าซอง จะบรรจุคู่มือครู คู่มือนักเรียนและสื่อประกอบการจัดกิจกรรมแต่ละเรื่อง

ปราณี เดชบุญ (2546, น.22) ได้กล่าวไว้ว่า ชุดการสอนและกิจกรรมแนะแนว หมายถึง มวลประสบการณ์ หรือเครื่องหมายหลายๆอย่าง นำมารวมกันอย่างเป็นระบบ จัดให้ผู้รับบริการแต่ละกลุ่ม ได้ปฏิบัติหน้าที่และค้นพบศักยภาพของตนเอง จนบรรลุเป้าหมายตามขอบข่ายงานแนะแนว

อลิสสา ฐมะสุวรรณ (2552, น.34) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง ประสบการณ์หรือเครื่องมือที่จัดให้ผู้รับบริการแต่ละคนแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติและค้นพบศักยภาพของตนเองจนบรรลุเป้าหมายขอบข่ายงานแนะแนว

วรรณฉิสา ปลอดโปร่ง (2555, น.46) ได้สรุปไว้ว่าชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นอย่างเป็นระบบ ได้แก่ สารสำคัญ วัตถุประสงค์ สารการเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ สื่อการเรียนรู้หรือแหล่งการเรียนรู้ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ และบันทึกหลังการสอน

สรุปความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว คือ เครื่องมือทางการแนะแนวอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย กิจกรรมแนะแนวหลายๆกิจกรรมที่นำมา รวมกันอย่างเป็นระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายการแนะแนวประกอบด้วย 3 ส่วน คือ คู่มือผู้บริการ ซึ่งมีใบงาน ใบความรู้ และแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนและสื่อหรืออุปกรณ์ การจัดกิจกรรมเพื่อนำชุดกิจกรรมแนะแนวมาใช้เป็นสื่อการสอน เป็นแนวทางประกอบการเรียนการสอนเพื่อช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ตรงตามเป้าหมายขอบข่ายของหน่วยงานแนะแนว

3.7 องค์ประกอบของชุดกิจกรรมแนะแนว

วลัยลักษณ์ ภักดีผล (2533, น.9) ได้กล่าวถึง “ชุดการแนะแนว” มีรายละเอียดดังนี้

1. คู่มือครู ซึ่งประกอบด้วย คำชี้แจงทั่วไป วัตถุประสงค์ วิธีใช้เครื่องมือวัด เช่น แบบสังเกต แบบสัมภาษณ์ การใช้แบบสอบถาม การใช้แบบทดสอบ
2. โปรแกรมกิจกรรม หัวข้อเรื่อง ซึ่งประกอบด้วย ชื่อกิจกรรม วัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการ อุปกรณ์และการประเมิน

อลิสสา ฐมะสุวรรณ (2552, น.35) ได้กล่าวว่า องค์ประกอบของชุดกิจกรรมแนะแนวควรประกอบด้วย คู่มือครู คำชี้แจง แผนการจัดกิจกรรมต่างๆ สื่ออุปกรณ์การจัดกิจกรรมและแบบทดสอบก่อนเรียนหลังเรียนการใช้ชุดกิจกรรม

3.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

จารุวรรณ แสงด้วง (2556, บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนผดุงปัญญาจังหวัดตาก กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนผดุงปัญญา จังหวัดตาก จำนวน 30 คนที่ได้มาจากการสุ่มแบบกลุ่มแล้วสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำนวน กลุ่มละ 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ (1) แบบวัดจิตวิทยาเชิงบวกที่มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .83 และ (2) ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ร้อยละ ค่าเฉลี่ยค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า (1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกมีจิตวิทยาเชิงบวกสูงขึ้นอย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ .01 และ (2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกมีจิตวิทยาเชิงบวกสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามปกติ

นิติธารณ์ บุบผาเดช (2556, บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาความเอื้ออาทรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนจี้เหล็กเขียวไพรวัลย์วิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนจี้เหล็กเขียวไพรวัลย์วิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 20 คนได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจงจากนั้นจับคู่เพื่อแบ่งนักเรียนที่มีคะแนนระดับความเอื้ออาทรใกล้เคียงกันออกเป็น 2 กลุ่มๆ ละ 10 คน แล้วกำหนดโดยสุ่มให้กลุ่มหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาความเอื้ออาทรและอีกกลุ่มหนึ่งเป็นกลุ่มควบคุมที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย (1) แบบวัดความเอื้ออาทรมีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .94 (2) ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาความเอื้ออาทรและ (3) ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบแบบแมนวิทนีย์ และการทดสอบเครื่องหมายของวิลคอกชัน ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) คะแนนความเอื้ออาทรหลังการทดลองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนจี้เหล็กเขียวไพรวัลย์วิทยาในกลุ่มทดลองที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมสูงกว่าคะแนนดังกล่าวก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมมีคะแนนความเอื้ออาทรสูงกว่าคะแนนดังกล่าวของกลุ่มควบคุมที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (3) คะแนนความเอื้ออาทรภายหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองกับคะแนนดังกล่าวในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

อุไรวรรณ กิตตินนทิก (2556, บทคัดย่อ) ได้ศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ตามทฤษฎีปัญญาทางสังคมที่มีต่อการพัฒนาทักษะการคบเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 3 โรงเรียนควนขนุน จังหวัดพัทลุง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนควน ขนุน จังหวัดพัทลุง ปีการศึกษา 2556 จำนวน 60 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วแบ่งโดยการ สุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องและกลุ่มควบคุม 1 ห้อง ห้องละ 30 คน กลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะ แนวตามทฤษฎีปัญญาทางสังคม ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับข้อสนเทศทางการแนะแนว ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนควนขนุน ในกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ตามทฤษฎีปัญญาทางสังคมที่มีต่อการพัฒนาทักษะการคบเพื่อนต่างเพศมีทักษะการคบเพื่อนต่าง เพศสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อสนเทศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อรพิน สุขแจ่ม (2546) ที่ศึกษาเรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการ ประหยัดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศรีราษฎร์ จังหวัดชุมพร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัดที่ ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 12 ครั้งๆ ละ 45 นาที เป็นเวลา 6 สัปดาห์ พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีการ ประหยัดมากขึ้นหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีการประหยัดมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จารุวรรณ ว่องไวลิขิต (2558) ศึกษาเรื่อง ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตาม แนวคิดพฤติกรรมนิยมที่มีต่อความสามัคคีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนขลุ้ง รัชดาภิเษก จังหวัดจันทบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียน ขลุ้งรัชดาภิเษก จังหวัดจันทบุรี จำนวน 60 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย (1) แบบวัด ความสามัคคี มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับ เท่ากับ .98 (2) ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรม นิยมเพื่อพัฒนาความสามัคคี และ (3) ชุดกิจกรรมแนะแนว ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังการใช้ชุด กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยม นักเรียนกลุ่มทดลอง มีความสามัคคีสูงกว่าก่อนการ ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวดังกล่าว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยม มีความสามัคคีสูงกว่าของ นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ (3) ใน ระยะติดตามผลนักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามัคคีสูงขึ้นกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .01

มิริยม ชื่นสุวรรณ (2554) ศึกษาเรื่อง ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อ พัฒนาทักษะชีวิตด้านสังคมของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์บางกรวย

จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปี การศึกษา 2554 ของโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์บางกรวย จังหวัดนนทบุรี จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้คือ (1) ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านสังคม (2) กิจกรรมแนะแนวอื่น ๆ และ (3) แบบวัดทักษะชีวิตด้านสังคมซึ่งมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .82 ผลการวิจัยพบว่า (1) กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านสังคม มีทักษะชีวิตด้านสังคมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านสังคมมีทักษะชีวิตด้านสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (3) กลุ่มทดลองที่มีภูมิหลังทางชีวสังคมต่างกัน มีทักษะชีวิตด้านสังคมไม่แตกต่างกัน

4. แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เทคนิคตัวแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความอดทน

4.1 ทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)

4.1.1 การเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning)

กึ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์ (2552, น.112) อัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) นักพฤติกรรมนิยมสมัยใหม่ได้นำเสนอทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning) ขึ้น บางทีนิยมเรียกว่าการเรียนรู้จากการสังเกต (Observation Learning) เสนอการเรียนรู้เป็นผลจากการสังเกต ปรากฏการณ์ เหตุการณ์ บุคคล และสถานการณ์ต่าง ๆ แล้วบุคคลจะเกิดพฤติกรรมเลียนแบบจากตัวแบบต่างๆ ที่เขาพบและสนใจ

ทฤษฎีนี้เน้นความสำคัญของสังคมว่าสามารถพัฒนาความสามารถของมนุษย์มนุษย์เกิดการเลียนแบบได้มากกว่าสัตว์ การฝึกฝนการศึกษา ทำให้มนุษย์มีพัฒนาการขึ้นในทุก ๆ ด้าน โดยไม่มีข้อจำกัด การเลียนแบบเกิดขึ้นเพราะผลการประยุกต์จากการเสริมแรงที่บุคคลได้พบเห็น กระบวนการเลียนแบบประกอบด้วย

1. ความสนใจ (Attention) มีการสนใจตัวแบบ (Model)
2. ความจำ (Retention) จดจำพฤติกรรมนั้นๆ ไว้
3. การแสดงออก (Reproduction) แสดงพฤติกรรมเหมือนตัวแบบ
4. การมีสิ่งล่อใจ (Incentive) ผลที่ตัวแบบได้รับเป็นสิ่งล่อใจให้บุคคลแสดง

พฤติกรรมเลียนแบบ

การเลียนแบบเกิดขึ้นเพราะปัจจัยหลายอย่าง สถานภาพตัวแบบ (Model) มีผลให้บุคคลสนใจเลียนแบบ เช่น กลุ่มเพื่อน บุคคลที่สำคัญมีชื่อเสียงและอำนาจของตัวแบบ ก็ทำให้

บุคคลสนใจจะเลียนแบบ เด็กเล็กๆ จะชอบเลียนแบบพ่อแม่ที่เขาเคารพนับถือ ความคล้ายคลึงของตัวแบบ กับผู้สังเกตก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่ง เด็กชายมักเลียนแบบผู้ชาย เด็กหญิงมักเลียนแบบผู้หญิง เพราะการเลียนแบบต่างเพศไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม

การทดลองที่มีชื่อเสียงของ แบนดูรา ในปี ค.ศ.1973 คือ การเก็บข้อมูลจากพฤติกรรมของเด็กที่ได้สังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวจากผู้ใหญ่จะมีพฤติกรรมการเลียนแบบการก้าวร้าว เพราะมีตัวแบบให้เห็น ในขณะที่เด็กไม่มีตัวแบบจะไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว นักจิตวิทยา เช่น ฟรอยด์ ก็ยอมรับว่าเด็กในวัย 3 – 5 ปี จะมีพฤติกรรมเลียนแบบบทบาททางเพศจากบิดามารดาของตนเป็นอย่างมาก

อุบลวรรณ ภวกันันท์ (2557, น.97) แนวคิดทางจิตวิทยาที่เน้นศึกษาการเรียนรู้คิดและปัญญาด้วยการเรียนรู้แบบสังเกตจากตัวแบบทางสังคม (Social Cognition) ซึ่งได้แก่ กลุ่มทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Cognitive Learning Theory)

กลุ่มทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Cognitive Learning Theory) การที่กลุ่มนี้ถูกเรียกว่า Social Cognitive Theory เพราะข้อมูลส่วนใหญ่จากการศึกษามีปฏิสัมพันธ์กับสังคมของบุคคล แนวคิดกลุ่มนี้สร้างขึ้นโดยอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura; 1925-now) เขาเชื่อว่าพฤติกรรมไม่ใช่แค่ตัวมนุษย์หรือสิ่งแวดล้อมจะกำหนดขึ้นมาเหมือนกับที่กลุ่มพฤติกรรมนิยมหรือทฤษฎีจิตวิทยาของ Rotter เสนอไว้ แต่พฤติกรรมเกิดขึ้นเพราะตัวเราและสิ่งแวดล้อมมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างซับซ้อน Bandura ได้คิดทฤษฎีขึ้นมาใหม่ “Observation Learning” ที่แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมไม่จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับการเลียนแบบ (Imitation) ผู้สังเกตการณ์จะยอมเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบ (Modeling) หรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายชนิด และมนุษย์สามารถกระทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อควบคุมความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองด้วยผลกรรมที่กำหนดขึ้นไว้สำหรับตนเอง

พีรพล เทพประสิทธิ์ (2549, น.215) กล่าวว่า ทฤษฎีการเรียนรู้จากตัวแบบ (Modeling Learning Theory) เป็นทฤษฎีบุคลิกภาพ ได้นำเสนอแนวคิดไว้ว่าบุคลิกภาพของแต่ละคนว่าเกิดจากการที่บุคคลนั้นมีการเรียนรู้จากตัวแบบ (Model) ทั้งหลายในสังคมโดยการสังเกต ซึ่งแบนดูราเน้นย้ำว่าเป็นการเลียนแบบ (Modeling) ไม่ใช่การลอกแบบ (Copy) โดยบุคคลจะเก็บลักษณะของตัวแบบในรูปของรหัสไว้ในสมอง ซึ่งพร้อมจะปรากฏขึ้นเป็นแบบอย่างของบุคลิกภาพให้บุคคลเลียนแบบได้อยู่ตลอดเวลา

4.2 ความหมายเทคนิคตัวแบบ (Modeling)

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536, น.21) ตัวแบบ หมายถึง สิ่งที่เป็นแบบอย่างที่ดีเป็นบรรทัดฐาน เป็นแบบหรือตัวอย่างที่นำมาให้เห็นเพื่อเป็นแนวทางในการเปรียบเทียบ และเพื่อเป็นแบบอย่างในการเลียนแบบ

มนฤดี ธรรมสอน (2553, น.22) ตัวแบบ คือ สิ่งที่สามารถนำมาเป็นแบบอย่างหรือตัวอย่างที่นำมาให้เห็นเป็นแนวหรือเป็นตัวอย่างในการเลียนแบบ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2527, น.52) กล่าวว่า ตัวแบบ (Modeling) หมายถึง สิ่งที่เป็นแบบอย่างที่ดีเป็นบรรทัดฐาน เป็นแบบหรือตัวอย่างที่นำมาให้เห็น เพื่อเป็นแนวทางในการเปรียบเทียบ และเพื่อเป็นแบบอย่างในการเลียนแบบ ตัวแบบมีหลายลักษณะ เช่น ตัวแบบที่มีชีวิตจริง ได้แก่ ตัวแบบที่เป็นมนุษย์เป็นผู้แสดงแบบ ตัวแบบสัญลักษณ์ ได้แก่ ตัวแบบภาพยนตร์ ตัวแบบทางโทรทัศน์ เป็นต้น

กรุณา ศรีแสน (2546, น.6) ได้ให้ความหมายของตัวแบบ ไว้ว่า เป็นสิ่งที่เป็นแบบอย่าง และมีความเหมาะสมกับข้อบังคับ คำสั่ง ระเบียบ ประเพณี และกฎกติกาต่าง ๆ ที่กำหนดไว้เป็นแบบปฏิบัติของผู้ที่อยู่ในสังคม

4.3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้และการแสดงออก

การที่บุคคลสังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบ ไม่ได้หมายความว่า บุคคลนั้นจะเกิดการเรียนรู้ หรืออาจจะเกิดการเรียนรู้ แต่ก็อาจจะไม่แสดงพฤติกรรมที่เรียนรู้ได้ออกมา จึงได้มีการศึกษาถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อการและการแสดงออก ซึ่ง Schunk (1991) เสนอแนะว่ามีปัจจัยหลักๆ คือ

1. ระดับพัฒนาการของผู้สังเกต แบนดูรา (Bandura, 1986) เชื่อว่า ความสามารถของบุคคลนั้นขึ้นอยู่กับระดับพัฒนาการของเขาเอง เช่น เด็กเล็กย่อมมีช่วงเวลาของความสนใจสั้น อีกทั้งไม่สามารถแยกแยะได้ว่าสัญญาณใดเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม แต่เมื่อเด็กโตขึ้นมีพัฒนาการสูงขึ้น การรับรู้ดีขึ้น การจำข้อมูลต่างๆ ก็มากขึ้น การเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบก็จะมีประสิทธิภาพมากขึ้น

2. ความมีชื่อเสียงและความสามารถของตัวแบบ การที่บุคคลสนใจพฤติกรรมของตัวแบบนั้น เป็นเพราะเขาเชื่อว่า เขาอาจจะเจอสภาพที่ตัวแบบแสดงอยู่และจะเรียนรู้พฤติกรรมของตัวแบบที่จะนำไปสู่ความสำเร็จที่เขาต้องการ นั่นคือ ถ้าตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับรางวัล ก็จะทำให้ผู้สังเกตอยากทำตามมากขึ้นนั่นเอง

ตัวแบบที่มีความสามารถและชื่อเสียง จะได้รับความสนใจมากกว่าตัวแบบที่ไม่มีชื่อเสียงและพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงออกจะมีคุณค่ามากสำหรับผู้สังเกต ถ้าเขาเกิดความเชื่อว่า ถ้าเขาทำพฤติกรรมตามตัวแบบเขาจะได้รับรางวัลเช่นเดียวกับที่ตัวแบบได้รับรางวัล

ผู้ปกครองและครูจัดได้ว่าเป็นตัวแบบที่มีศักยภาพสูงมากในการพัฒนาพฤติกรรมของเด็ก ครูเป็นตัวอย่างที่สำคัญอย่างมากต่อการพัฒนาทางสติปัญญาของเด็ก อีกทั้งอาจนำไปสู่พฤติกรรมทางสังคม การใส่ใจในการศึกษาหรือแม้กระทั่งการแต่งตัว

3. ผลกระทบที่ตัวแบบได้จากการแสดงพฤติกรรม ทำหน้าที่เป็นตัวให้ข้อมูล และเป็นตัวจูงใจ (Bandura, 1986) การให้ข้อมูลนั้นเป็นการแสดงให้ผู้สังเกตเห็นว่าพฤติกรรมใดกระทำแล้วได้รับผลกระทบเช่นใด เช่น ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมความซื่อสัตย์ แล้วได้รับการยกย่อง จะทำให้ผู้สังเกตว่าควรทำพฤติกรรมเช่นใด แล้วจะได้รับการยกย่อง ขณะเดียวกันตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมการร่วมเพศกับผู้หญิงแปลกหน้าโดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย จะทำให้ได้รับผลกระทบที่เป็นโรคเอดส์ จะทำให้ผู้สังเกตรู้ว่ากระทำพฤติกรรมใดแล้วได้รับการลงโทษ ในขณะเดียวกันตัวแบบที่แสดงออกแล้วได้รับผลกระทบไม่ว่าจะเป็นรางวัลหรือการลงโทษก็จะเป็นตัวจูงใจให้บุคคลกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมดังกล่าว นั่นคือถ้าตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับรางวัลก็จะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลกระทำตามตัวแบบ แต่ถ้ากระทำแล้วได้รับการลงโทษก็จะเป็นแรงจูงใจให้หลีกเลี่ยงการกระทำพฤติกรรมดังกล่าวเช่นกัน

4.4 กระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ

ปรีชา ธรรมมา (2547, น.67) กล่าวว่า การเลียนแบบ หมายถึง พฤติกรรมการเอาอย่างตัวแบบ ซึ่งเกิดจากกระบวนการทางจิตวิทยาและสังคม โดยที่ผู้เลียนแบบอาจรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ได้ พฤติกรรมเลียนแบบ เป็นพฤติกรรมของผู้เลียนแบบ ซึ่งแสดงออกโดยอาศัยพฤติกรรมของตัวแบบเป็นต้นแบบ ตัวแบบพฤติกรรมปฏิบัติตนอย่างไร แสดงกริยาว่าอย่างไร ผู้เลียนแบบก็กระทำอย่างนั้นด้วย ฝ่ายตัวแบบอาจมีตัวตนอยู่จริง ๆ ในอดีตและปัจจุบัน หรือเป็นตัวแบบในจินตนาการ เช่น ในนวนิยายและวรรณคดี พฤติกรรมเลียนแบบ อาจเหมือนกันหรือเป็นอย่างเดียวกับพฤติกรรมบางส่วนหรือพฤติกรรมทั้งหมดของตัวแบบในระดับที่มีความแตกต่างกันบ้าง จนกระทั่งไม่มีความแตกต่างระหว่างกันเลย กล่าวคือ อาจเหมือนกันทุกประการในด้านการประพฤติปฏิบัติตนตลอดถึงวิถีชีวิตของผู้เลียนแบบ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถของความรู้สึกลึก ความเลื่อมใสศรัทธา ทัศนคติ ค่านิยม อุดมคติของผู้เลียนแบบและความสำคัญหรืออิทธิพลของตัวแบบที่มีต่อผู้เลียนแบบ รวมทั้งสถานการณ์แวดล้อมอื่น ๆ ประกอบด้วย

กระบวนการเลียนแบบ เป็นการแสดงให้เห็นทราบว่าพฤติกรรมเลียนแบบที่เกิดขึ้นได้อย่างไร ประกอบด้วยเงื่อนไขต่างๆ ทั้งทางจิตวิทยาและสังคม ประกอบด้วย 4 ส่วนสำคัญด้วยกัน คือ กระบวนการใส่ใจ กระบวนการทรงจำ กระบวนการแสดงพฤติกรรม และกระบวนการจูงใจ

สิริอร วิชชาวุธ (2554, น.93) ชนิดของการเรียนรู้ แบบคุราแยกการเรียนรู้ออกเป็น

1. การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Enaction Learning) การเรียนรู้เงื่อนไขการเสริมแรง (reinforcement) จากการได้รับรางวัลและการลงโทษด้วยตนเองโดยตรง

2. การเรียนรู้จากการสังเกต (Observational Learning) การเรียนรู้โดยการสังเกตจากตัวแบบนี้มีประสิทธิภาพมากกว่าการเรียนรู้แบบลองผิดลองถูกด้วยตนเอง เนื่องจากผู้เรียนเห็นตัวแบบกระทำการสิ่งใดเพียงครั้งเดียวก็สามารถนำวิธีการนั้นมาใช้ได้เลย การทำตามตัวแบบมิได้หมายความว่าใครเป็นตัวแบบ ผู้เรียนจะเลียนแบบตามเสมอไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่ทำให้ผู้เรียนเลียนแบบตามตัวแบบ เช่น ความดึงดูดของตัวแบบ (attractiveness) ผู้เรียนจะทำตามตัวแบบที่มีสถานะทางสังคมสูงกว่าตัวแบบที่มีสถานะทางสังคมต่ำ บุคคลที่ไม่มีสถานะทางสังคมหรือไม่มีทักษะหรือไม่มีอำนาจมักจะทำตามพฤติกรรมของผู้อื่น เด็กจะทำตามตัวแบบมากกว่าผู้ใหญ่ คนที่ไม่ชำนาญงานจะทำตามตัวแบบมากกว่าผู้เชี่ยวชาญ และยังผู้เรียนให้คุณค่าต่อพฤติกรรมใด จะยังทำตามแบบพฤติกรรมนั้น การเรียนรู้จากการสังเกตมีกระบวนการทางปัญญา 4 ขั้นตอน คือ

1. ช่วงความตั้งใจ (Attention Span) ความตั้งใจจะเป็นตัวกำหนดในการเลือกรับรู้สิ่งเร้า ถ้าผู้เรียนตั้งใจที่จะรับรู้สิ่งเร้าหนึ่ง ผู้เรียนจะรู้ว่าสิ่งเร้านั้นปรากฏ ถ้าผู้เรียนไม่รับรู้สิ่งเร้า ผู้เรียนจะไม่รับรู้ว่ามีสิ่งเร้านั้นปรากฏอยู่ในขณะนั้น สิ่งที่มีอิทธิพลทำให้ผู้เรียนเกิดการตั้งใจรับรู้เพื่อการเลียนแบบมีดังนี้

ก. ตัวแบบ (model) ตัวแบบจะเป็นบุคคลตัวอย่าง หรือสิ่งที่เป็นตัวอย่าง ตัวแบบที่สามารถดึงดูดให้ผู้เรียนตั้งใจรับรู้ก็มีลักษณะดังต่อไปนี้ (Bandura, 1986)

- บุคลิกลักษณะของตัวแบบน่าประทับใจ มีเสน่ห์ เท่ เช่น นักแสดง
- ผู้มีอำนาจในตำแหน่ง เช่น นายกรัฐมนตรี หัวหน้า
- มีความน่าสนใจและชื่นชอบตัวแบบ
- ผู้มีความสามารถ เป็นผู้เชี่ยวชาญและประสบความสำเร็จในด้านใดด้านหนึ่ง เช่น

นักกีฬา นักร้อง

- มีความสอดคล้องกับค่านิยมของผู้สังเกตหรือผู้เรียน เช่น ผู้มีความซื่อสัตย์ ผู้เสียสละ เป็นต้น

- มีความน่าเชื่อถือ เช่น อาจารย์

- มีบุคลิกลักษณะคล้ายของตัวแบบกับผู้สังเกตหรือผู้เรียน เช่น เป็นข้าราชการเหมือนกัน เป็นแม่บ้านเหมือนกัน

- มีความอบอุ่นเป็นกันเอง เช่น บิดามารดา

ขนิษฐา และมานิกา วิเศษสาธิต (2552, น.65) นิยามการเรียนรู้จากการเรียนรู้จากการสังเกต (Observational Learning) หมายถึง การที่บุคคลสังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบ (Model) และ

แสดงพฤติกรรมเช่นเดียวกับที่ตัวแบบทำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อตัวแบบทำพฤติกรรมเหล่านั้นแล้วได้รับรางวัล จะทำให้เกิดการเรียนรู้จากการสังเกตมากขึ้น อย่างไรก็ตามพฤติกรรมที่ผู้เรียนเรียนรู้ไว้แล้วนั้นอาจแสดงออกให้เห็นโดยทันทีหรือไม่ก็ได้ การเรียนรู้ประเภทนี้จะเกิดขึ้นกับมนุษย์ หรือสัตว์ที่มีระบบความคิดซับซ้อน เช่น ลิงชิมแปนซี เป็นต้น

แบนดูราได้ชี้ให้เห็นว่ามีปัจจัยอย่างน้อย 4 ประการ ด้วยกันที่ส่งผลต่อการเรียนรู้จากการสังเกตซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้จากการสังเกตประสบความสำเร็จได้ ปัจจัย 4 ประการดังกล่าว ได้แก่ ปัจจัยดังต่อไปนี้

1. ความตั้งใจ (Attention) ผู้เรียนต้องรับรู้ที่ตัวแบบนั้นน่าสนใจ จึงจะทำให้เกิดความตั้งใจที่จะสังเกต
2. ความจำ (Memory) ผู้เรียนจะบันทึกข้อมูลจากการสังเกตนั้นไว้เพื่อเรียกใช้ในเวลาที่ต้องการ หรือในเวลาที่ต้องการแสวงหาคำตอบ
3. การควบคุมการเคลื่อนไหว (Motor control) ผู้เรียนสามารถนำข้อมูลที่เก็บไว้มาแสดงออกเป็นการกระทำ
4. แรงจูงใจ (Motivation) ผู้เรียนจะมีแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมแบบเดียวกับพฤติกรรมที่ตัวแบบกระทำ เช่น เห็นตัวแบบทำพฤติกรรมนั้นๆ แล้วได้รับคำชื่นชม ก็จะเป็นแรงจูงใจให้แสดงพฤติกรรมในลักษณะเดียวกัน

จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์ (2556, น.112) กล่าวว่า การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ (Learning through Modeling) เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากกระบวนการสังเกตและการเลียนแบบจากตัวแบบอุดมคติ ซึ่งประกอบด้วยกระบวนการรู้การเข้าใจ (Cognition Processes) 4 กระบวนการ คือ

1. กระบวนการความตั้งใจ (Attention Process) ได้แก่ การตั้งใจสังเกตเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตัวแบบแม่นยำ การเรียนรู้จากการเลียนแบบจะไม่เกิดขึ้น ถ้าบุคคลขาดความสนใจและขาดสมาธิในขณะสังเกตทั้งลักษณะตัวแบบและกิจกรรมของตัวแบบ
2. กระบวนการจดจำ (Retention Process) ได้แก่ การคงความจำในลักษณะและกิจกรรมที่เลียนแบบ หลังจากการสังเกตผู้เรียนจะลงรหัสสัญลักษณ์ การสร้างภาพในสมอง การจัดระเบียบข้อมูล การทบทวนและการสรุปแบบอย่างพฤติกรรมของตัวแบบอย่างมีระบบ เพื่อจะได้ลอกเลียนพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง
3. กระบวนการสร้างพฤติกรรมตามแบบ (Motor Reproduction Process) ได้แก่ การแปรสภาพพฤติกรรมของตัวแบบเป็นพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งพฤติกรรมนั้นอาจเป็นด้านความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) หรือด้านความรู้สึก (Affective) หรือด้านทักษะการปฏิบัติทางอวัยวะการเคลื่อนไหว (Psychomotor Skills)

4. กระบวนการจูงใจ (Motivation Process) ได้แก่ กระบวนการจูงใจที่เกิดจากสิ่งเสริมภายในและส่งเสริมแรงภายนอก แบบดูร่าก่อนข้างให้ความสำคัญกับการคาดหวังของบุคคล เขากล่าวว่า ความคาดหวังต่อผลของพฤติกรรมมีอิทธิพลมากต่อกระบวนการจูงใจในการเลียนแบบพฤติกรรมของมนุษย์

กล่าวโดยสรุป คือ บุคลิกภาพเป็นผลของการเรียนรู้ โดยตัวแบบจะเป็นตัวเสริมแรงทำให้บุคคลเกิดความตั้งใจในการรับรู้ จากนั้นจึงบันทึกสัญลักษณ์หรือการจัดระบบความรู้ ความเข้าใจ การทบทวนตัวแบบ แล้วจึงตามด้วยพฤติกรรมตอบสนองหรือการแสดงออก

4.5 ประเภทของตัวแบบ

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2543, น.51) ได้แบ่งประเภทของตัวแบบไว้ 2 ประเภท ดังนี้

1. ตัวแบบที่มีชีวิตจริง (Live Model) คือตัวแบบที่บุคคลได้มีโอกาสสังเกตและปฏิสัมพันธ์โดยตรง

2. ตัวแบบสัญลักษณ์ (Symbolic Model) คือตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อต่าง ๆ เช่นวิทยุ โทรทัศน์การ์ตูนหรือหนังสืออนิเมชันเป็นต้น

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) กล่าวว่าตัวแบบสำหรับการเรียนรู้โดยการสังเกตแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. ตัวแบบบุคคลจริง หมายถึง ตัวแบบจริงที่แสดงพฤติกรรมจริงให้ผู้สังเกตได้เห็น โดยทั่วไปตัวแบบจริงมีอิทธิพลต่อผู้สังเกตมากที่สุด

2. ตัวแบบสัญลักษณ์ หมายถึง ตัวแบบที่เป็นคนหรือกลุ่มคนในภาพยนตร์ โทรทัศน์หรือสื่อรูปภาพอื่นๆ การใช้ตัวแบบภาพยนตร์ (Film Modeling) เป็นกลวิธีหนึ่งที่จะดึงดูดความสนใจของผู้สังเกตได้มากเนื่องจากภาพยนตร์และเสียงเป็นสิ่งที่ช่วยในการดึงดูดความสนใจ

3. คำบอกเล่าหรือสารบันทึก หมายถึง ตัวแบบที่แสดงการกระทำพฤติกรรมให้ผู้สังเกตโดยคำบอกเล่าด้วยคำพูดหรือการเขียนเป็นลายลักษณ์อักษร

พาขวัญ บุญประसार (2550) กล่าวว่าตัวแบบแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. ตัวแบบที่มีชีวิตจริง (Live model) คือตัวแบบที่บุคคลสามารถสังเกตและมีปฏิสัมพันธ์ได้โดยตรงสามารถแปรเปลี่ยนพฤติกรรมการแสดงออกได้ตามสภาพการณ์และน่าสนใจมากกว่าตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ในการรับรู้ของคนบางคน

2. ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic Model) คือตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อต่าง ๆ ได้แก่ ภาพยนตร์ สไลด์แถบบันทึกเสียง วีดิทัศน์ โทรทัศน์ การ์ตูน สถานการณ์จำลองหรือหลาย

รูปแบบของสัญลักษณ์รวมกันเป็นตัวแทน อันหนึ่งการเสนอตัวแบบด้วยวิธีเหล่านี้สามารถเตรียมเรื่องราวของตัวแบบไว้ล่วงหน้าได้ทำให้มีผลดีในการที่จะเน้นจุดสำคัญของการแสดงพฤติกรรม สามารถควบคุมพฤติกรรมของตัวแบบได้ และใช้ได้กับกลุ่มคนจำนวนมากตัวแบบประเภทนี้สามารถเก็บไว้นำเสนอในครั้งต่อไปได้ด้วยแต่ถ้าตัวแบบสัญลักษณ์ไม่สมจริงหรือขัดแย้งกับพฤติกรรมของตัวแบบในชีวิตจริงอาจทำให้ผู้สังเกตเกิดความสับสนไม่เชื่อถือและอาจไม่เลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบนั้น

วุฒิเลศ เทวกุล (2539, น. 297) ตัวแบบที่ทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ นั้น สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภทด้วยกัน คือ

1. ตัวแบบที่เป็นชีวิตจริง (live model) เป็นตัวแบบที่บุคคลเผชิญในสภาพแวดล้อมที่เขาอยู่ หรือมีปฏิสัมพันธ์ด้วย
2. ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (symbolic model) เป็นตัวแบบที่ต้องผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น ภาพยนตร์ ละคร โทรทัศน์ การ์ตูน หนังสือนวนิยาย หนังสือพิมพ์ หรือการเล่าเรื่องราวต่าง เป็นต้น (Bandura and Walters, 1963)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้การเสนอตัวแบบ โดยเลือกใช้ตัวแบบคือ ตัวแบบที่เป็นพฤติกรรมของบุคคลจริง ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ เพื่อเป็นตัวแทนในการส่งเสริมพฤติกรรมอดทนให้กับนักเรียน ทั้งนี้เนื่องจากตัวแบบยังมีหลากหลายจะทำให้นักเรียนเกิดความสนใจ เป็นการดึงดูดให้นักเรียนสนใจในการทำกิจกรรม นักเรียนเกิดการซึมซับและเกิดการตระหนักถึงความอดทน ส่งเสริมพฤติกรรมและให้พฤติกรรมคงทนถาวร

4.6 แนวทางการเลือกตัวแบบ

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536, น.256) ได้ให้แนวทางในการเลือกตัวแบบนั้นมีหลักการในการเลือกตัวแบบ ดังนี้

1. ตัวแบบควรจะมีลักษณะที่คล้ายคลึงกับผู้สังเกตทั้งในด้านเพศ เชื้อชาติและทัศนคติ ซึ่งการที่ตัวแบบมีลักษณะที่คล้ายคลึงกับผู้สังเกตนั้นจะทำให้ผู้สังเกตมั่นใจได้ว่าพฤติกรรมที่ตัวแบบ แสดงออกมานั้นเหมาะสมและสามารถทำได้เพราะบุคคลนั้นมีลักษณะคล้ายคลึงกับตน ซึ่งจะทำให้เขาเกิดความรู้สึกมั่นใจว่าเขาจะสามารถทำได้เช่นกัน
2. ตัวแบบควรจะเป็นผู้มีชื่อเสียงในสายตาของผู้สังเกต แต่ถ้ามีชื่อเสียงมากจนเกินไปก็จะทำให้เขามีความรู้สึกว่าพฤติกรรมที่ตัวแบบกระทำนั้นเป็นสิ่งที่ไม่น่าเป็นจริงสำหรับเขาได้
3. ระดับความสามารถของตัวแบบนั้นควรจะมีระดับที่ใกล้เคียงกับผู้สังเกต เพราะถ้าใช้ตัวแบบที่มีความสามารถสูงก็จะทำให้ผู้ที่สังเกตคิดว่าเขาไม่น่าจะทำได้ทำให้เขาปฏิเสธที่จะทำตามตัวแบบนั้น

4. ตัวแบบนั้นควรจะมีลักษณะที่เป็นกันเองและอบอุ่น

5. ตัวแบบเมื่อแสดงพฤติกรรมแล้ว ได้รับการเสริมแรง จะทำให้ได้รับความสนใจจากผู้สังเกตมากขึ้น

4.7 การเสนอตัวแบบ

Bandura (1986, อ้างอิงใน ไพฑูรย์ มีกุล, 2543, น.315) การนำเสนอตัวแบบสามารถทำได้โดยผ่านตัวแบบ 4 ประเภทคือ

1. การเสนอตัวแบบทางพฤติกรรม (Behavioral Modeling) หมายถึง การที่ตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมให้บุคคลเห็น เช่น แม่ตักบาตรให้ลูกเห็น พ่อค้มเหล้าให้ลูกเห็น หรือครูทิ้งขยะลงถังให้นักเรียนเห็น

2. การเสนอตัวแบบทางวาจา (Verbal Modeling) หมายถึง การเสนอตัวแบบที่พูดบอก หรือเขียนบอกว่าจะทำอะไรได้อย่างไร

3. การเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ (Symbolic Modeling) หมายถึงการเสนอตัวแบบผ่านสื่อต่างๆ คือ วิทยุ โทรทัศน์ วีดิทัศน์ จานภาพ ภาพยนตร์ หนังสือ คอมพิวเตอร์และสื่อภาพอื่นๆ

4. การเสนอตัวแบบสัมผัส (Kinesthetic Modeling) หมายถึงการเสนอตัวแบบที่สามารถสัมผัสได้เช่น อักษรเบลที่ใช้กับคนตาบอดในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้การเสนอตัวแบบโดยใช้วิธีการหลากหลายวิธีผสมกัน คือ การเสนอตัวแบบทางพฤติกรรม การเสนอตัวแบบทางวาจา และการเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ ซึ่งการเสนอตัวแบบดังกล่าว จะนำเสนอโดยใช้วิธีการที่แตกต่างกัน ตามความเหมาะสมของเนื้อหาเกี่ยวกับจิตสำนึกสาธารณะทั้งต่อตนเอง และจิตสำนึกสาธารณะต่อส่วนรวมเพื่อประโยชน์ต่อโรงเรียน และชุมชน

ดังนั้นแนวทางในการเสนอตัวแบบจึงเป็นการจัดสถานการณ์เพื่อให้บุคคลเกิดความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นซึ่งความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นนี้จะส่งผลให้บุคคลตัดสินใจที่จะกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรม โดยกระบวนการเสนอตัวแบบจะเสนอตัวแบบที่บุคคลสนใจและคิดอยากทำตามและเมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมที่ทำตามตัวแบบแล้วสิ่งที่ตามมาคือผลการตอบสนองที่เกิดขึ้นต่อพฤติกรรมนั้น

4.8 อิทธิพลของตัวแบบ

Bandura (1977 อ้างอิงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2541, น.223-224) ได้กล่าวว่าตัวแบบนั้นมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล 3 ด้านด้วยกันคือ

1. ช่วยให้ผู้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ๆ หรือทักษะใหม่ๆ ซึ่งจากผลของตัวแบบในลักษณะ เช่น นี้เองทำให้เราสามารถนำเอาวิธีการเสนอตัวแบบไปสร้างพฤติกรรมใหม่ๆ ให้กับบุคคลที่ยังไม่เคยกระทำพฤติกรรมดังกล่าว

2. มีผลทำให้เกิดการระงับ (Inhibition) หรือการยุติการระงับ (Disinhibition) การแสดงพฤติกรรมของผู้สังเกตตัวแบบได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าเมื่อตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับผลเช่นใด ถ้าตัวแบบแสดงพฤติกรรมแล้วได้รับผลที่เป็นสิ่งไม่พึงพอใจแนวโน้มที่ผู้สังเกต ตัวแบบจะไม่แสดงพฤติกรรมตามตัวแบบนั้นมีสูงมากก็เท่ากับว่าตัวแบบทำหน้าที่ระงับการเกิดพฤติกรรมดังกล่าว แต่ถ้าพฤติกรรมใดที่ผู้สังเกตตัวแบบถูกระงับมาก่อนได้เห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมดังกล่าวแล้วไม่ได้รับผลอย่างที่คุณสังเกตคาดว่าจะได้รับหรือแสดงแล้วได้ผลทางบวก แนวโน้มที่ผู้สังเกตจะกระทำตามตัวแบบก็มีมากขึ้นก็เท่ากับว่าพฤติกรรมที่เคยถูกระงับนั้นได้ถูกการยุติการระงับแล้ว

3. ช่วยให้ผู้พฤติกรรมที่เคยได้รับการเรียนรู้มาแล้วได้รับการแสดงออกหรือถ้าเคยแสดงออก แล้วแต่ทว่าไม่ค่อยได้แสดงออกให้แสดงออกเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นผลของตัวแบบในลักษณะเช่นนี้ก็ทำหน้าที่เป็นสัญญาณกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมนั้นออกมาอิทธิพลของตัวแบบจะช่วยให้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ๆหรือทักษะใหม่ๆเกิดการระงับ (Inhibition) หรือการยุติการระงับ (Disinhibition) การแสดงพฤติกรรมและช่วยให้พฤติกรรมที่เคยได้เรียนรู้มาหรือเคยแสดงออกให้แสดงออกมากขึ้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536, น.21) หน้าที่ของตัวแบบ: ตัวแบบนั้นทำหน้าที่อยู่ด้วยกัน 3 ประการ คือ

1. ทำหน้าที่สร้างพฤติกรรมใหม่ ในขณะที่บุคคลยังไม่เคยมีพฤติกรรมใด พฤติกรรมหนึ่งมาก่อน ตัวแบบก็สามารถทำหน้าที่สร้างพฤติกรรมใหม่ให้กับบุคคลนั้นได้ เช่น การเรียนรู้ภาษา หรือการเรียนรู้การใช้ช้อนส้อมหรือตะเกียบในการรับประทานอาหาร เป็นต้น

2. ทำหน้าที่ให้พฤติกรรมที่มีอยู่แล้วแสดงออกมากขึ้น หรือทำให้ได้ดีขึ้น เช่น ในกรณีที่บุคคลไปงานรื่นเริง และไม่กล้าที่จะขอตัวเจ้าของบ้านกลับบ้านก่อน แต่เมื่อเห็นคนอื่นขอกลับบ้านก็จะรีบขอกลับบ้านตามทันที หรือกรณีที่บุคคลฝึกตีเทนนิส สังเกตเห็นนักเทนนิสมืออาชีพตีเทนนิส ก็อาจจะจดจำวิธีการนั้นมาปรับปรุงเทคนิคการตีเทนนิสของตนเอง เป็นต้น

3. ทำหน้าที่ระงับและยุติการระงับ ตัวแบบสามารถทำหน้าที่ระงับไม่ให้บุคคลกระทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น ตัวแบบที่แสดงให้เห็นถึงการมีเพศสัมพันธ์กับผู้หญิงไม่เลือกหน้า โดยไม่ใส่ถุงยางอนามัยนั้น จะนำมาสู่การเป็นโรคเอดส์ ซึ่งตัวแบบในลักษณะเช่นนี้จะทำหน้าที่ระงับไม่ให้บุคคลที่สังเกตพฤติกรรมตามตัวแบบนั้น ส่วนในกรณียุติการระงับนั้น จะเห็นได้จากกรณีที่บุคคลบางคนไม่กล้าที่จะออกไปพูดต่อหน้าสาธารณชน เมื่อบุคคลนั้นได้ดูตัวแบบที่พูดต่อหน้าสาธารณชนบ่อยๆ ต่อมาบุคคลนั้นก็สามารออกไปพูดต่อหน้าสาธารณชนได้ ลักษณะเช่นนี้ก็เป็นการแสดงว่าตัวแบบนั้นทำหน้าที่ยุติการระงับพฤติกรรมไม่กล้าออกไปพูดต่อหน้าสาธารณชนมาเป็นกล้าพูดต่อหน้าสาธารณชนนั่นเอง

4.9 ข้อดีและข้อจำกัดของวิธีการใช้เทคนิคตัวแบบ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536, น.65) ได้เสนอแนะข้อดีและข้อจำกัดของวิธีการให้ตัวแบบไว้ ดังนี้

1. ข้อดีของวิธีการให้ตัวแบบ

- 1) ทำให้ความถี่ของการเกิดพฤติกรรมเป้าหมายหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ค่อยๆ เกิดขึ้น และค่อยๆ มีความถี่สูงขึ้นและจะคงทนถาวรยิ่งขึ้น โดยให้การเสริมแรงเมื่ออินทรีย์แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์
- 2) จะทำให้ผู้เลียนแบบเกิดพฤติกรรมที่ไม่เคยเกิดมาก่อน
- 3) จะช่วยเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือระงับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้เลียนแบบหรือผู้สังเกต
- 4) ช่วยเอื้ออำนวยให้พฤติกรรมของผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบที่เคยเรียนรู้มาก่อนมีแนวโน้มที่จะแสดงออก

1.2 ข้อจำกัดวิธีการให้ตัวแบบ

- 1) หากใช้ตัวแบบอย่างเดียว ในการสอนพฤติกรรมใหม่ การเกิดพฤติกรรมใหม่จะเกิดช้า ควรให้ควบคู่กับการเสริมแรงทางบวกหรือการให้ข้อมูลย้อนกลับ
- 2) การคัดเลือกตัวแบบ ตลอดจนกิจกรรมที่จะเลียนแบบ ผู้คัดเลือควรตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าว

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำตัวแบบทั้ง ตัวแบบบุคคลจริง ตัวแบบสัญลักษณ์ และคำบอกกล่าวหรือสารบันทึก มาผสมผสานเพื่อให้เกิดความหลากหลายและน่าสนใจต่อการพัฒนาพฤติกรรมความอดทนให้กับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกล้อยตามและคิดเปรียบเทียบพฤติกรรมจากเทคนิคตัวแบบเพื่อประยุกต์ใช้กับชีวิตจริง แล้วคิดที่จะเลียนแบบพฤติกรรมความอดทนจากตัวแบบ

4.10 งานวิจัยที่เกี่ยวกับการใช้เทคนิคตัวแบบ

เล็ก ทองแสน (2550, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง ผลของการฝึกสมาธิและการใช้ตัวแบบที่มีต่อพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพระประยุทธิธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษาพบว่า คะแนนพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยของนักเรียนที่ได้รับการฝึกสมาธิและการใช้ตัวแบบ หลังการทดลองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกสมาธิและการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ปาริญา ราพา (2554, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงและใช้ตัวแบบสัญลักษณ์เพื่อพัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเองของนักเรียน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนความรับผิดชอบสูงกว่าก่อนการทดลองและมีคะแนนความรับผิดชอบสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงและใช้ตัวแบบสัญลักษณ์มีคะแนนความรับผิดชอบต่อตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

มนฤดี ธรรมสอน (2553, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การใช้กิจกรรมการเสนอตัวแบบ เพื่อส่งเสริมระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนพฤติกรรมความมีวินัยต่ำ โรงเรียนคอยเต่าวิทยาคม อำเภอคอยเต่า จังหวัดเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ กิจกรรมเสนอตัวแบบ และแบบประเมินพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยของนักเรียน โดยหาค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่า ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการเสนอตัวแบบมีระเบียบวินัยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุชมาลย์ คำหว่าน (2543, บทคัดย่อ) ศึกษาการลดพฤติกรรมก้าวร้าวโดยเทคนิคตัวแบบและการเสริมแรงทางสังคมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการใช้เทคนิคตัวแบบและการเสริมแรงทางสังคมต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าว กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว จำนวน 4 คน ที่กำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขอนแก่นวิทยาคม อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการเสนอตัวแบบและการเสริมแรงทางสังคมกับพฤติกรรมที่เหมาะสมจะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมเพิ่มขึ้น และเมื่อได้รับการเพิกเฉยต่อพฤติกรรมก้าวร้าว จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง