

Chulalongkorn University

Chula Digital Collections

Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD)

2018

การเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิตโดยใช้โปรแกรม การสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง

วิชรินทร์ อินทร์นุ่ม
คณะครุศาสตร์

Follow this and additional works at: <https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd>



Part of the [Educational Psychology Commons](#)

Recommended Citation

อินทร์นุ่ม, วิชรินทร์, "การเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิตโดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง" (2018). *Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD)*. 2894.
<https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd/2894>

This Thesis is brought to you for free and open access by Chula Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD) by an authorized administrator of Chula Digital Collections. For more information, please contact ChulaDC@car.chula.ac.th.

การเสริมสร้างความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตโดยใช้โปรแกรมการสนับสนุน
อิสระด้วยตนเอง



นายวัชรินทร์ อินทร์นุ่ม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2561
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ENHANCING UNDERGRADUATE STUDENT ENGAGEMENT USING AUTONOMY SUPPORT
PROGRAM



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education in Educational Psychology

Department of Educational Research and Psychology

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2018

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การเสริมสร้างความยืดหยุ่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญา
	บัณฑิตโดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง
โดย	นายวัชรินทร์ อินทร์นุ่ม
สาขาวิชา	จิตวิทยาการศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

.....	คณบดีคณะครุศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริเดช สุชีวะ)	
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	
.....	ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีรพล แสงปัญญา)	
.....	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ)	
.....	กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.ณัฐวิทย์ สิริธีรอรุณ)	

CHULALONGKORN UNIVERSITY

วัชรินทร์ อินทร์นุ่ม : การเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง. (ENHANCING UNDERGRADUATE STUDENT ENGAGEMENT USING AUTONOMY SUPPORT PROGRAM) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ผศ. ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลจากการใช้โปรแกรมการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่มีต่อความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเป็นนักศึกษาโครงการขยายโอกาสทางการศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 สถาบันอุดมศึกษาในกำกับของรัฐแห่งหนึ่ง

มีรูปแบบการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) แบบแผนการทดลองแบบสุ่มตลอด (Completely Randomized Design : CRD) นักศึกษากลุ่มตัวอย่างจำนวน 70 คน ถูกสุ่มเพื่อเข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 35 คน โดยมีเครื่องมือในการวิจัยคือ โปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง และแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา การวิเคราะห์ข้อมูลโดย ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) จากนั้นการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างช่วงเวลาของการวัดค่าเฉลี่ยของคะแนนของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (one-way repeated measures ANOVA) และสถิติทดสอบทีแบบอิสระ (Independent sample t – test)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1) กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในระยะหลังการฝึกและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการได้รับฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F(2,136) = 69.30, p = .00, \eta_p^2 = .421$) และ 2) ในระยะหลังการฝึกและระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t(68) = 8.35, p = .00, d = 1.65, t(68) = 7.85, p = .00, d = 1.55$ ตามลำดับ)

สาขาวิชา จิตวิทยาการศึกษา

ปีการศึกษา 2561

ลายมือชื่อนิสิต

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

6083351627 : MAJOR EDUCATIONAL PSYCHOLOGY

KEYWORD: STUDENT ENGAGEMENT, AUTONOMY SUPPORT PROGRAM,
UNDERGRADUATE STUDENTS, UNDERGRADUATE STUDENT
ENGAGEMENT

Watcharin Innum : ENHANCING UNDERGRADUATE STUDENT ENGAGEMENT
USING AUTONOMY SUPPORT PROGRAM. Advisor: Asst. Prof. Piyawan
Visessuvanapoom, Ph.D.

The purpose of this research is to investigate effects of using autonomy support program on undergraduate student engagement. Participants are first year undergraduate students in the second semester of academic year 2018, from national university.

The method is experimental research: completely randomized design: CRD. 70 students were randomly assigned into an experimental and a control group, which each group consisting of 35 students. Research instruments included the autonomy support program and a student engagement questionnaire. Data were analyzed by Mean, Standard deviation, One-way repeated measures ANOVA and Independent sample t – test.

Findings were as follows : 1) An experimental group gained higher post-test and delayed post-test scores than pre-test scores at .05 level of significance ($F(2,136) = 69.30$, $p = .00$, $\eta_p^2 = .421$) 2) At the posttest and delayed posttest phase, an experimental group gained their student engagement scores significantly higher than did the control group ($t(68) = 8.35$, $p = .00$, $d = 1.65$, $t(68) = 7.85$, $p = .00$, $d = 1.55$, accordingly)

Field of Study: Educational Psychology

Student's Signature

Academic Year: 2018

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความอนุเคราะห์จากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ให้ความเมตตา กรุณาให้คำปรึกษา คำแนะนำ ดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดี โดยเป็นทั้งผู้ให้กำลังใจที่สำคัญในการเรียน ตลอดจนให้ความช่วยเหลือในทุก ๆ ด้านอย่างอบอุ่นตลอดระยะเวลาการทำวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

กราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีรพล แสงปัญญา ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร.ฉัฐวิทย์ สิริธีรอรุณ กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย ที่กรุณาสละเวลาให้คำแนะนำในการทำวิทยานิพนธ์นี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 6 ท่าน รองศาสตราจารย์ ดร. ญัฐภรณ์ หลาวทอง, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วิชญญา วัฒนโณ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ญัฐสุดา เต๋พันธ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชุตินา สุรเศรษฐ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โมนิล เตชะวชิรกุล และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภวิกา ภักษา ที่ได้กรุณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

กราบขอบพระคุณอาจารย์สาขาจิตวิทยาการศึกษาทุกท่านที่ได้อบรม สั่งสอน และประสิทธิ์ประสาทวิชาตลอดระยะเวลาที่ศึกษา ณ สาขาวิชานี้ โดยเฉพาะผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชนิศา ตันติเฉลิม อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณิ เจตจำนงนุช, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดุสิตา ทินมาลา และอาจารย์ ดร.วาทีนิ อมรไพศาลเลิศ ที่คอยให้คำปรึกษาทั้งด้านวิชาการและคำแนะนำในการดำเนินชีวิต

รวมทั้งขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. ชยุตม์ ภิรมย์สมบัติ และอาจารย์ ดร. กนิษฐ ศรีเคลือบ ที่ได้ให้ความเมตตาถ่ายทอดความรู้และให้ความช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัย

ขอขอบพระคุณผู้บริหารและพี่ๆฝ่ายกิจการนักศึกษา ในความร่วมมือและอำนวยความสะดวก ทำให้การดำเนินการเก็บข้อมูลประสบผลสำเร็จไปได้ด้วยดี ตลอดจนขอขอบพระคุณบุคลากรภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ทุกท่าน ตลอดจนรุ่นพี่ เพื่อน และรุ่นน้องสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา สาขาวิชาจิตวิทยาการวิจัย และสาขาการวัดและประเมินผล รวมทั้งเพื่อนและพี่ ๆ ท่านอื่นที่คอยให้กำลังใจและช่วยเหลือในทุก ๆ ด้านอย่างกัลยาณมิตรที่ดีเสมอมา

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณมารดา บิดา และสมาชิกทุกคนในครอบครัวที่เป็นแหล่งสนับสนุนทางใจอันสำคัญที่คอยให้การส่งเสริมและสนับสนุนการศึกษาและการทำวิทยานิพนธ์ของผู้วิจัยมาโดยตลอดจนทำให้ผู้วิจัยประสบความสำเร็จได้ในวันนี้

วัชรินทร์ อินทร์นุ่ม

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ค
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ง
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญ.....	1
คำถามวิจัย	4
วัตถุประสงค์การวิจัย	4
สมมติฐานการวิจัย	4
ขอบเขตการวิจัย	4
ตัวแปรที่ศึกษา.....	4
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	4
คำจำกัดความในการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
ตอนที่ 1 ความยึดมั่นผูกพันในบริบทการศึกษา.....	8
1.1 ความหมายของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา.....	8
1.2 แนวคิดและองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา.....	9
1.3 แนวทางการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา.....	17

1.4 การประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา	17
ตอนที่ 2 การสนับสนุนความเป็นอิสระของนักศึกษา (Autonomy Support).....	20
2.1 ความหมายของความเป็นอิสระของนักศึกษา	20
2.2 แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้อง.....	21
2.3 การประยุกต์แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวข้องมาใช้ในการฝึก.....	31
2.4 กระบวนการพัฒนาการสนับสนุนความเป็นอิสระของนักศึกษา	33
ตอนที่ 3 บริบทของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย.....	37
3.1 พัฒนาการของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา.....	37
3.2 กิจกรรมของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต	39
ตอนที่ 4 การพัฒนาความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยการใช้โปรแกรมการฝึกการสนับสนุนอิสระ ด้วยตนเอง.....	41
ตอนที่ 5 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	43
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	45
ตอนที่ 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	45
ตอนที่ 2 การออกแบบการวิจัย.....	47
ตอนที่ 3 การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย.....	47
3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในงานวิจัยได้แก่ แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของ นักศึกษา	47
3.2 เครื่องมือทดลอง	51
ตอนที่ 4 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล	57
ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูล	58
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	60
ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง.....	60

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ในระยะก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผล.....	61
ตอนที่ 3 ผลการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) เพื่อเปรียบเทียบ ระดับความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยรวมและจำแนกแต่ละองค์ประกอบของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลอง ผลการทดสอบทีแบบอิสระ(Independent sample t – test)	65
ตอนที่ 4 ผลการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) เพื่อเปรียบเทียบ ระดับความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยรวมและจำแนกแต่ละองค์ประกอบ ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ในระยะติดตามผลการทดลอง.....	66
สรุปผลการศึกษา.....	68
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	69
บรรณานุกรม.....	78
ภาคผนวก.....	87
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	88
ภาคผนวก ข หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย.....	90
ภาคผนวก ค.....	98
แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา.....	99
โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง	102
ภาคผนวก ง คุณภาพของเครื่องมือ	136
ภาคผนวก จ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	146
ประวัติผู้เขียน.....	154

สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 2.1 การสังเคราะห์องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน	11
ตาราง 2.2 การสังเคราะห์องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย	14
ตาราง 2.3 แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาของงานวิจัยที่ผ่านมา	18
ตาราง 2.4 การประยุกต์แนวคิดพื้นฐานทางจิตวิทยามาใช้ในการฝึก.....	31
ตาราง 2.5 การสังเคราะห์ขั้นตอนและระยะเวลาในการสนับสนุนความเป็นอิสระ	35
ตาราง 2.6 ผลการสังเคราะห์ขั้นตอนการฝึกการกำหนดอิสระด้วยตนเองเพื่อพัฒนาความยึดมั่น ผูกพันของนักศึกษา	42
ตาราง 3.1 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)ของค่าเฉลี่ย คะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา (pretest) ตามกลุ่มสาขาวิชาที่สังกัด	46
ตาราง 3.2 แบบแผนการทดลอง.....	47
ตาราง 3.3 องค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา	48
ตาราง 3.4 การจำแนกข้อคำถามตามองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา.....	49
ตาราง 3.5 ขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง	52
ตาราง 3.6 รายละเอียดกิจกรรมในโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง	55
ตาราง 3.7 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	58
ตาราง 4.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศและกลุ่มสาขาวิชา.....	61
ตาราง 4.2 ค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระ ด้วยตนเองและกลุ่มที่ไม่รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ในระยะก่อนทดลอง. 61	
ตาราง 4.3 การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นสำหรับการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) ด้วย Mauchly's Test of Sphericity..	62
ตาราง 4.4 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มที่ ได้รับการฝึกในระยะก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Greenhouse-Geisser.....	62

ตาราง 4.5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่อมั่นผู้กพันของนักศึกษากลุ่มทดลองในการทดสอบรายคู่(Pairwise Comparisons)ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผล..... 64

ตาราง 4.6 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่อมั่นผู้กพันของนักศึกษาโดยจำแนกแต่ละองค์ประกอบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการเข้าร่วมการฝึกการสนับสนุนอิสระ 66

ตาราง 4.7 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่อมั่นผู้กพันของนักศึกษาโดยจำแนกแต่ละองค์ประกอบ ของกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในระยะติดตามผลการทดลอง..... 68



สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพ 2.1 โมเดลความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา	16
ภาพ 2.2 ปฏิสัมพันธ์ของการเรียนรู้จากสังคม.....	22
ภาพ 2.3 หกทฤษฎีย่อยที่ถูกพัฒนาเพื่ออธิบายทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง.....	24
ภาพ 2.4 รูปแบบของแรงจูงใจในการกำหนดตนเองตามรูปแบบการกำกับและแหล่งสาเหตุ.....	25
ภาพ 2.5 กรอบแนวคิดการวิจัย	44
ภาพ 3.1 โมเดลความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา	51
ภาพ 4.1 ค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาทั้ง 3 ระยะของกลุ่มตัวอย่าง.....	64



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญ

นโยบายของรัฐบาลในปัจจุบันได้เสนอให้สถานศึกษา ผลิตและพัฒนากำลังคนเพื่อให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี และรองรับ 10 กลุ่มอุตสาหกรรมเป้าหมายแห่งอนาคต เพื่อสร้างหลักสูตรบัณฑิตพันธุ์ใหม่ ให้สอดคล้องต่อความต้องการตลาดแรงงาน (สถาบันวิจัยและบริการวิชาการมหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ, 2561) จากการสำรวจของกรมการจัดหางาน กระทรวงแรงงาน (2561) พบว่าพนักงานของบริษัททั้งภาครัฐและเอกชนที่เพิ่งสำเร็จการศึกษามีอัตราการลาออก 9 หมื่นคนต่อเดือน สาเหตุหลักของการลาออกจากงานเกิดจากปัญหาการปรับตัวของพนักงานซึ่งแสดงให้เห็นว่าพนักงานยังขาดทักษะในการปรับตัวเพื่อให้สามารถทำงานอยู่ในองค์กรได้ ซึ่ง ศุภชัย รุ่งเจริญสุขศรี (2558) พบว่าการที่พนักงานมีความยึดมั่นผูกพันที่มีต่อองค์กรนั้นจะช่วยลดอัตราการลาออกของพนักงานได้

ความยึดมั่นผูกพันนั้นมีการศึกษาและทำการวิจัยมาตั้งแต่ปี 1960 จนถึง ปัจจุบัน โดยมีนักวิจัยและวิชาการนำไปศึกษาในหลากหลายบริบท ตลอดจนให้นิยามความหมายของความยึดมั่นผูกพันในบริบทที่แตกต่างกัน ซึ่งนิยามศึกษาในสายสังคมศาสตร์และแวดวงธุรกิจจำนวนมากเป็นระยะเวลาหนึ่งด้วย ก็คือความผูกพันต่อองค์กรของพนักงาน (Employee Engagement) แต่ในบริบทการศึกษา ความยึดมั่นผูกพันนั้นจะอยู่ในบริบทของการเรียนและกิจกรรมของนักศึกษา เรียกว่าความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา (Student Engagement) ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเป็นคำที่มีความหมายซับซ้อนที่มีรูปแบบต่างกันตามบริบทของการศึกษา ได้แก่รูปแบบการดำเนินชีวิตประจำวันของนักศึกษา ,รูปแบบแรงจูงใจ, กระบวนการคิด และพฤติกรรม (Taylor และ Parsons, 2011) ทั้งยังมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเรียนรู้ที่มีคุณภาพและผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (Carini และคณะ, 2006) และนำไปสู่การประสบความสำเร็จในการเรียน และช่วยทำให้นักศึกษาไม่ลาออกกลางคัน (Appleton และคณะ, 2006) ดังนั้นการที่นักศึกษามีความยึดมั่นผูกพันจะทำให้นักศึกษาอยากที่จะเรียนรู้และสามารถจัดการกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างการใช้ชีวิตการเรียนในมหาวิทยาลัย (Carini และคณะ, 2006)

จากการศึกษางานวิจัยและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความยึดมั่นผูกพันในบริบทการของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา สามารถแบ่งบริบทของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ออกเป็น 2 บริบท คือ ความยึดมั่นผูกพันในประเด็นของกิจกรรมที่เกิดขึ้นในห้องเรียน (Class Engagement) (Schyns และ Collani, 2002) และความยึดมั่นผูกพันที่เกิดจากกิจกรรมนอกชั้นเรียน (Campus Engagement) (Mariano และ Vaillant, 2012) ซึ่งบริบทแรกความยึดมั่นผูกพันที่เกิดขึ้นในห้องเรียน เป็นคุณลักษณะของนักศึกษาที่แสดงออกถึงการให้ความสำคัญ พิจารณาไตร่ตรองและความพร้อมที่จะทุ่มเทพยายามในการทำความเข้าใจในการเรียน การมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวกกับผู้สอนและเพื่อน ตลอดจนการมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมการเรียนรู้ (Appleton และคณะ, 2008) ในบริบทที่สองความยึดมั่นผูกพันต่อกิจกรรมนอกชั้นเรียน เป็นลักษณะที่นักศึกษาแสดงออกถึงการเห็นถึงคุณค่า

และรู้สึกถึงว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสถานศึกษา และตลอดจนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของมหาวิทยาลัยหรือกิจกรรมทางสังคมนอกชั้นเรียน (Hausmann และคณะ, 2007)

ในการเข้าศึกษาระดับมหาวิทยาลัย นักศึกษาจะต้องปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งเรื่องการเรียนรู้และการดำเนินชีวิตในสังคมมหาวิทยาลัย ดังนั้นความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาจึงควรประกอบบริบทของกิจกรรมที่เกิดขึ้นในห้องเรียน และกิจกรรมนอกชั้นเรียน เนื่องจากสภาพแวดล้อมของนักศึกษาไม่ได้มีแค่การเรียนในห้องเรียนอย่างเดียว ยังมีการทำกิจกรรมที่เกิดขึ้นนอกห้องเรียน ดังนั้นการมีความยึดมั่นผูกพันควรประกอบความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนและความยึดมั่นผูกพันต่อกิจกรรม นักศึกษาที่มีความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยแต่ไม่มีความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน อาจไม่ประสบความสำเร็จทางการศึกษาต่อการเรียน มีอารมณ์เชิงลบต่อการเรียน และอาจจะนำไปสู่ผลการเรียนที่ลดลงและไม่ประสบความสำเร็จในด้านการเรียน (Li และ Lerner, 2011) นักศึกษามีความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนแต่ไม่มีความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย นักศึกษานั้นมีโอกาสประสบความสำเร็จทางการศึกษา แต่ในเรื่องของสัมพันธภาพและการปรับตัวของนักศึกษาอาจจะไม่เป็นเช่นนั้น ผลลัพธ์ที่จะเกิดตามมาคือความรู้สึกโดดเดี่ยว รู้สึกไม่เป็นส่วนหนึ่งกับเพื่อนและสถานศึกษา อาจนำไปสู่การลาออกจากสถานศึกษา (Wolters, 2004) ซึ่งนักศึกษาในระดับชั้นปี 1 อยู่ในช่วงการปรับตัวทางการเรียนและทางสังคม และมีความเสี่ยงต่อการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม จนอาจส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้และการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ดังนั้นคุณลักษณะของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่มีลักษณะประสบความสำเร็จควรจะมีลักษณะรักการเรียนรู้ในห้องเรียนและนอกห้องเรียน รวมถึงมีความสุขในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ด้วยเหตุนี้การพัฒนาและส่งเสริมให้นักศึกษาระดับชั้นปี 1 นั้นมีความยึดมั่นผูกพันต่อของนักศึกษาจึงมีความสำคัญมากเพราะจะช่วยให้ประสบความสำเร็จทางการศึกษาและการดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัย

จากการสังเคราะห์องค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา พบ 2 แนวคิดหลักที่อธิบายความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ได้แก่ แนวคิดแรกของ (Fredericks และคณะ, 2004) ที่นำเสนอองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพัน ในด้านความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมและส่วนแนวคิดของ (Schaufeli และคณะ, 2002) นำเสนอองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพัน ในด้านความกระตือรือร้น (vigor) การทุ่มเทอุทิศ (dedication) และ ความจดจ่อใส่ใจ (absorption) ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าทั้งสองแนวคิดนั้นมีจุดเน้นที่คล้ายคลึงกันและแตกต่างกัน ในองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ของ Fredricks จะเน้นการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองทางความรู้สึกทางบวกของนักศึกษา ซึ่งคล้ายคลึงกับองค์ประกอบการทุ่มเทอุทิศและและองค์ประกอบความกระตือรือร้นของ Schaufeli ที่เน้นความรู้สึกเต็มใจ ภูมิใจ มีแรงบันดาลใจ ความรู้สึกท้าทายในเรียน ความรู้สึกที่ยึดหยุ่นทางจิตและรู้สึกเต็มใจที่จะใช้ความพยายามแม้จะเผชิญอุปสรรค นอกจากนี้ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมของ Fredricks จะเน้นพฤติกรรมการมีส่วนร่วมของนักศึกษาที่แสดงออกในชั้นเรียนและสังคมซึ่งมีลักษณะที่คล้ายกับองค์ประกอบความจดจ่อใส่ใจของ Schaufeli ในแง่ของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนที่แสดงถึงมุ่งมั่นและมีความสุขในการเรียน ส่วนสิ่งที่แตกต่างระหว่างสองแนวคิดนี้คือในด้านของอารมณ์ความรู้สึกของนักศึกษาที่มีต่อสภาพแวดล้อมกับอารมณ์ความรู้สึกของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมที่นักศึกษาให้ความสนใจ และในด้านทัศนคติที่ให้ความสำคัญต่อสภาพแวดล้อมและการไตร่ตรองและใช้ความพยายามในการทำความเข้าใจในสิ่งที่นักศึกษาให้ความสนใจ

ดังนั้นโมเดลของความยึดมั่นผูกพันของ Fredericks มีข้อดีในเรื่องของการอธิบายความยึดมั่นผูกพันในลักษณะการรู้คิด อารมณ์และพฤติกรรมของนักศึกษาที่มีปฏิสัมพันธ์ต่อสิ่งแวดล้อม แต่โมเดลของความยึดมั่นผูกพันของ Schaufeli มีข้อดีในเรื่องของการอธิบายความยึดมั่นผูกพันในลักษณะอารมณ์ความรู้สึกเชิงบวกต่อสถานการณ์ที่นักศึกษาให้ความสนใจ

ดังนั้นการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ได้สังเคราะห์องค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาได้แก่ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด และความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ ในบริบทของทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน

การเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษานั้นควรเป็นการเป็นการเสริมสร้างจากภายในสู่ภายนอก โดยการใช้การเสริมสร้างแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ที่เกิดจากความต้องการที่อยากจะทำด้วยตัวของบุคคลเอง ซึ่งทำให้คุณลักษณะที่เกิดขึ้นและพฤติกรรมนั้นมีผลคงอยู่ได้ถาวรและยาวนาน (Bruza และ Hoenkamp, 2018) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ของ (Jang และคณะ, 2010) พบความสัมพันธ์ระหว่างความยึดมั่นผูกพันและการกำหนดด้วยตนเองของนักศึกษาวิชาชีพครู (Self-determination) ซึ่งการกำหนดด้วยตนเองประกอบด้วย 1) การกำหนดอิสระด้วยตนเอง (Autonomy) 2) ความสามารถ (Competence) และ 3) ความสัมพันธ์ (Relatedness) ผลการศึกษาพบว่าจาก 3 องค์ประกอบของการกำหนดด้วยตนเอง ความยึดมั่นผูกพันมีระดับความสัมพันธ์กับการกำหนดอิสระด้วยตนเองสูงสุด (ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .75) ดังนั้นนักศึกษาที่มีความเป็นอิสระมีแนวโน้มที่จะมีความยึดมั่นผูกพันที่สูง เนื่องจากการกำหนดอิสระด้วยตนเองเป็นการรับรู้เกี่ยวกับการตัดสินใจด้วยตนเอง เห็นคุณค่าในสิ่งที่ตนเองตัดสินใจ และรับรู้ว่าคุณค่าสามารถควบคุมในสิ่งที่ตนเองเลือกได้โดยปราศจากการกดดัน (Deci และ Ryan, 1985 ; Deci และ Ryan, 2002)

จากงานวิจัยที่ผ่านมาพบเพียงงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ที่พบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างการกำหนดด้วยตนเองและความยึดมั่นผูกพัน (Jang และคณะ, 2010) แต่ยังขาดงานวิจัยเชิงทดลองที่สนับสนุนผลการศึกษางานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ ดังนั้นงานวิจัยนี้จึงสนใจศึกษาว่านักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองจะมีความยึดมั่นผูกพัน เพิ่มขึ้นหรือไม่

ฉะนั้นผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยใช้วิธีการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง (Autonomy Support) ซึ่งเป็นการอธิบายถึงการได้รับโอกาสในการตัดสินใจเลือกด้วยตัวบุคคลเองโดยปราศจากสถานการณ์ที่กดดันและบีบบังคับ (Deci และ Ryan, 2002) ตลอดจนอธิบายถึงเหตุผลในการตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง (Reeve และคณะ, 2002)

โดยผลที่ตามมาจากการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเองจะให้นักศึกษารับรู้ว่าคุณค่าของตนเองมีความสามารถและสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อผู้อื่น (Edmunds และคณะ, 2008) ทั้งยังเข้าใจเหตุผลในการเลือกและเห็นถึงคุณค่าจากการตัดสินใจของตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การริเริ่มทางด้านการรู้คิด อารมณ์ และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยปราศจากการควบคุม

จากการสังเคราะห์แนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง (Deci และคณะ, 1994 ; Ryan และ Deci, 2000) การสนับสนุนทางเลือก (Williams และคณะ, 1999) และการมีอิสระด้วยตนเอง (Reeve และคณะ, 2004) กระบวนการการสนับสนุนความเป็นอิสระประกอบด้วย 5 ขั้นตอนได้แก่ ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อ

ตนเอง ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และ ขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ ซึ่งงานวิจัยจะใช้กรอบแนวคิดของการสนับสนุนอิสระในระดับอุดมศึกษาเพื่อออกแบบโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย

จากแนวคิดและทฤษฎีที่กล่าวมาข้างต้น งานวิจัยนี้จึงเป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่มีต่อความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา เนื่องจากการที่นักศึกษาเข้าไปในระดับของอุดมศึกษาต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงด้านการเรียนและการปรับตัวในมหาวิทยาลัย ดังนั้นการที่มีความยึดมั่นผูกพันไม่ว่าจะต่อการเรียนหรือสถาบันน่าจะทำให้นักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาที่ดีและสามารถปรับตัวทางสังคมได้ ตลอดจนป้องกันปัญหาของการลาออกกลางคันที่อาจจะเกิดจากการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาหรือผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาที่ต่ำ และเพื่อพัฒนาคุณลักษณะของนักศึกษาให้เป็นผู้ที่มีทั้งการเรียนดี กิจกรรมเด่น เพื่อให้เป็นประโยชน์ต่อตัวนักศึกษาและสังคมสืบไป

คำถามวิจัย

โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเองส่งผลให้คะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเพิ่มขึ้นได้หรือไม่

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในกลุ่มทดลองระหว่างก่อน หลัง และระยะติดตามผลการฝึก
2. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในระยะหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

สมมติฐานการวิจัย

1. ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. หลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ขอบเขตการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ซึ่งเป็นนักศึกษาที่ศึกษาสถานศึกษาในการกำกับของรัฐ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาเป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 70 คน ตัวอย่างวิจัยแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลองจำนวน 35 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 35 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ คือ โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง

ตัวแปรตาม คือ ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มี 2 ชนิด ได้แก่ 1) โปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง และ 2) แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

1) โปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง

โปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง เป็นชุดกิจกรรมที่พัฒนามาจากแนวความคิดการกำหนดด้วยตนเอง (Deci และคณะ, 1994 ; Ryan และ Deci, 2000) การสนับสนุนทางเลือก (Williams และคณะ, 1999) และการมีอิสระด้วยตนเอง (Reeve และคณะ, 2004) โดยการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ ผ่านรูปแบบกิจกรรมที่นำทักษะการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองไปใช้ในบริบทที่เกิดขึ้นในอุดมศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ระยะเวลาของแผน ทั้งหมด 8 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที เป็นเวลา 4 สัปดาห์ โดยในทุกแผนจะใช้เทคนิคการฝึกที่หลากหลายประกอบเข้าด้วยกัน ได้แก่ การใช้สถานการณ์จำลอง กรณีตัวอย่าง การอภิปรายและกระบวนการกลุ่มเพื่อระดมสมอง ตลอดจนสื่อและตัวแบบที่มีความยึดมั่นผูกพันในบริบทอุดมศึกษา

2) แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่พัฒนาขึ้นให้สอดคล้องกับองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด 2) ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และ 3) ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ที่ครอบคลุมกับบริบทของการเรียนและการทำกิจกรรมในสถานศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 40 ข้อ ใช้ระยะเวลาในการตอบ 15 – 20 นาที โดยมีค่าความตรงเชิงเนื้อหา (IOC) จากผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน อยู่ระหว่าง .60 ถึง .80 มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (r.) อยู่ระหว่าง .55 ถึง .69 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ (α) เท่ากับ .864 และมีการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง โมเดลความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยพิจารณาจากค่าสถิติไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 6.876 ที่องศาอิสระ (df) เท่ากับ 4 มีค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ .014 มีค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 0.996 ดัชนี Tucker-Lewis Index (TLI) เท่ากับ 0.985 ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐาน (SRMR) เท่ากับ 0.030 และค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.046

คำจำกัดความในการวิจัย

โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ในการเลือก ตัดสินใจที่จะเริ่มต้นพฤติกรรมด้วยตนเอง โดยการพยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดอารมณ์เชิงลบและปราศจากความรู้สึกที่กดดัน ผ่านขั้นตอน 5 ขั้นตอน ได้แก่

ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ เป็นการริเริ่มการกระทำด้วยตนเองโดยผู้เข้าร่วมจะต้องรับรู้ ว่าตนเองมีความสามารถและสัมพันธ์ภาพต่อผู้อื่นผ่านกิจกรรมที่เป็นขั้นตอนที่ผู้ฝึกการเกิดความสนใจ ความพึงพอใจ ความท้าทาย ผ่านระดับตนเอง และสังคมที่เข้าอาศัยอยู่

ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง เป็นการประเมินอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นว่ามีอารมณ์ในเชิงบวกหรือเชิงลบโดยผ่านการฝึกให้ตระหนักและยอมรับความรู้สึกของตนเองขณะที่เจอเหตุการณ์ในบริบทการศึกษา

ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง เป็นการใช้ภาษาของผู้เข้าร่วมในการอธิบายถึงสิ่งที่ต้องทำในชีวิตประจำวันผ่านการใช้ภาษาที่ไม่ควบคุมต่อตนเองและผู้อื่น

ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล เป็นการตรวจสอบและใช้เหตุผลเป็นเครื่องมือนำทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย โดยผ่านการฝึกให้ชี้แจงเข้าใจเหตุผล

และขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ เป็นการอธิบายที่มาข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกที่ผู้ร่วมฝึกเลือกเพื่อสนับสนุนการเลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง

ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา หมายถึง คุณลักษณะของนักศึกษาที่แสดงออกถึงการให้ความสำคัญ พิจารณาไตร่ตรองและความพร้อมที่จะทุ่มเทพยายามในการทำความเข้าใจและฝึกฝนทักษะ ทั้งยังมีการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองทั้งในเชิงบวกที่มีต่อผู้สอน เพื่อน การเรียนการสอน ตลอดจนการมีส่วนร่วมทั้งในบริบทของชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาประกอบด้วย 3 องค์ประกอบดังนี้

1) ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด หมายถึง การรับรู้ถึงความสำคัญในวิชาต่างๆ ที่เรียนและกิจกรรมต่างๆ ของมหาวิทยาลัย โดยมีการไตร่ตรอง การทุ่มเท และใช้ความพยายามในการทำความเข้าใจในสิ่งที่ซับซ้อนและสิ่งที่ยากในด้านการเรียนและกิจกรรมนอกชั้นเรียน รวมทั้งใช้กลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนรู้ และในการเข้าร่วมกิจกรรม

2) ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ หมายถึง ความรู้สึกในทางบวกที่มีต่อการเรียนและสภาพแวดล้อมทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน ตลอดจนความรู้สึกการเป็นส่วนหนึ่งและการให้คุณค่าต่อการเรียนและการกิจกรรมต่างๆ ของมหาวิทยาลัย

3) ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการมีส่วนร่วมของนักศึกษาในขณะทำกิจกรรมต่างๆ ในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน

นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต หมายถึง คือ นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ชั้นปี 1 ที่อยู่ในสถานศึกษาในการกำกับของรัฐ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้โปรแกรมฝึกการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่ช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตมีความยึดมั่นผูกพัน เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีคุณลักษณะที่มีความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนมากขึ้น ส่งผลให้นักศึกษาสนใจอยากที่จะเรียนรู้มากขึ้น และมีคุณลักษณะที่มีความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย ส่งผลให้นักศึกษามีใจที่อยากจะช่วยเหลือสังคม รักมหาวิทยาลัย ตลอดจนสามารถปรับตัวต่อสังคมในสถานศึกษาได้

2. ได้แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต

3. ได้แนวทางเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาให้แก่หน่วยงานทางการศึกษานำข้อมูลไปประยุกต์ใช้เป็นกิจกรรมให้แก่เยาวชนกลุ่มอื่น ๆ และวิจัยต่อไป

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา โดยใช้กระบวนการสนับสนุนความเป็นอิสระ ได้แก่ ตอนที่ 1 ความยึดมั่นผูกพันในบริบทการศึกษา ตอนที่ 2 การสนับสนุนความเป็นอิสระของนักศึกษา ตอนที่ 3 บริบทของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย และตอนที่ 4 กรอบแนวคิดในการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 ความยึดมั่นผูกพันในบริบทการศึกษา

- 1.1 ความหมายของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา
- 1.2 แนวคิดและองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา
- 1.3 แนวทางการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา
- 1.4 การประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

ตอนที่ 2 การสนับสนุนความเป็นอิสระของนักศึกษา (Autonomy Support)

- 2.1 ความหมายของความเป็นอิสระของนักศึกษา
- 2.2 แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้อง
 - 2.2.1 แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)
 - 2.2.2 แนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง (Self Determination Theory)
 - 2.2.3 แนวคิดทฤษฎีการเลือก (Choice Theory)
 - 2.2.4 แนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (Rational Theory)
- 2.3 การประยุกต์แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวข้องในการฝึก
- 2.4 กระบวนการพัฒนาการสนับสนุนความเป็นอิสระของนักศึกษา

ตอนที่ 3 บริบทของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย

- 3.1 พัฒนาการของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา
- 3.2 คุณลักษณะของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา

ตอนที่ 4 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตอนที่ 1 ความยึดมั่นผูกพันในบริบทการศึกษา

ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา (Student Engagement)

ความยึดมั่นผูกพันนั้นมีการศึกษาและทำการวิจัยมาตั้งแต่ปี 1960 จนถึงปัจจุบัน โดยมีนักวิจัยและวิชาการศึกษาค้นคว้าความยึดมั่นผูกพันในหลากหลายบริบท และได้ให้นิยามความหมายของความยึดมั่นผูกพันในบริบทที่แตกต่างกัน เช่น ความผูกพันต่อองค์กรของพนักงาน (Employee Engagement), ความยึดมั่นผูกพันในการทำงาน (Work Engagement), ความยึดมั่นผูกพันต่อสินค้า (Customer Engagement) และความผูกพันต่อความสุข (Happy Engagement) แต่ในด้านการศึกษาค้นคว้าความยึดมั่นผูกพันนั้นจะอยู่ในบริบทของการเรียนและกิจกรรมของผู้เรียน โดยจะเรียกว่าความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา (Student Engagement)

1.1 ความหมายของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเป็นคำที่มีความหมายซับซ้อนและสื่อถึงรูปแบบที่แตกต่างกันของนักศึกษาในด้านการสร้างแรงจูงใจ, กระบวนการคิด และพฤติกรรม ที่เกิดขึ้นในห้องเรียนและนอกห้องเรียน (Parsons และ Taylor, 2011) ทั้งยังเป็นการแสดงออกความรู้สึกของนักศึกษาที่มาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมไม่ว่าจะเป็นเพื่อนร่วมชั้นเรียนและผู้สอน (White, 2009) ตลอดจนความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและความรู้สึกภาคภูมิใจของนักศึกษาที่มีต่อสถานศึกษา (Christenson และคณะ, 2008) ความยึดมั่นผูกพันเป็นสิ่งที่มีการศึกษากันมาหลายซึ่งเป็นคุณลักษณะทางบวกของผู้เรียนที่มีต่อที่มิต่อการเรียนและต่อมหาวิทยาลัยในด้านต่างๆ ซึ่งมีนักวิจัยและนักวิชาการได้ให้ความหมายของความยึดมั่นผูกพัน (Engagement) ไว้หลากหลายโดยผู้วิจัยได้รวบรวมและแยกเป็น 2 ประเด็น ดังนี้

ประเด็นแรกความยึดมั่นผูกพันในประเด็นของกิจกรรมที่เกิดขึ้นในห้องเรียน (Class Engagement) โดย (Marks, 2000) ได้ให้ความหมายของความยึดมั่นผูกพันไว้ว่าเป็นคุณลักษณะของนักศึกษาที่แสดงถึงความตั้งใจ, ความสนใจ, การทุ่มเทและความพยายามต่อการเรียนรู้ และ (Christenson และคณะ, 2012) ได้ให้ความหมายว่าเป็นความรู้สึกเชิงบวกของนักศึกษาและการมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน ซึ่งความหมายของความยึดมั่นผูกพันจากงานวิจัยของ Marks (2000) และ Christenson (2008) จะมุ่งไปที่เน้นการมีส่วนร่วมของนักศึกษาโดยให้ความสำคัญกับการทุ่มเทในการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในบริบทของห้องเรียน และอารมณ์ของนักศึกษาโดยให้ความสำคัญกับการทุ่มเทในการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในบริบทของห้องเรียน

ประเด็นที่สองความยึดมั่นผูกพันที่เกิดจากกิจกรรมนอกชั้นเรียน (Campus Engagement) โดย (Audas และ Willms, 2001) ได้ให้ความหมายของความยึดมั่นผูกพันไว้ว่าเป็นลักษณะที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมและเห็นถึงคุณค่ากิจกรรมในสถานศึกษาแต่ Skinner และคณะ (1990) ได้ให้ความหมายของความยึดมั่นผูกพันไว้ว่าเป็นความรู้สึกเชิงบวกต่อสถานศึกษาของตนเอง ในด้าน Skinner และคณะ (2009) ได้ให้ความหมายความยึดมั่นผูกพันไว้ว่า พฤติกรรมที่แสดงถึงการมีส่วนร่วม, การทุ่มเทและความรู้สึกเชิงบวกของนักศึกษาที่มีต่อสถานศึกษา และ Willms (2003) ได้ระบุว่า เป็นคุณลักษณะนักศึกษาที่รู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งต่อสถานศึกษา และมีความภาคภูมิใจต่อสถานศึกษาของตนเอง จากนิยามของความยึดมั่นผูกพันที่นักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ แม้ว่าหลายคำจะมีความหมายที่แตกต่างกัน แต่ก็จะมีสิ่งที่มุ่งเน้นที่ใกล้เคียงกัน เช่นงานของ Skinner และคณะ (1990) ; Audas

และ Willms (2001) ; Willms (2003) ; Skinner และคณะ (2009) จะมุ่งเน้นไปที่การมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมในสถานศึกษาและความรู้สึกเชิงบวกของนักศึกษา เช่น ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและความรู้สึกภาคภูมิใจต่อสถานศึกษาที่ตนเองสังกัด

ดังนั้นความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาจึงควรประกอบบริบทของกิจกรรมที่เกิดขึ้นในห้องเรียน และกิจกรรมนอกชั้นเรียน เนื่องจากสภาพแวดล้อมของนักศึกษาไม่ได้มีแค่การเรียนในห้องเรียนอย่างเดียว ยังมีการทำกิจกรรมที่เกิดขึ้นนอกห้องเรียน

1.2 แนวคิดและองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

การศึกษาเกี่ยวกับความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ได้เริ่มศึกษาขึ้นในบริบทของการศึกษาที่มุ่งเน้นไปที่อารมณ์และการแสดงออกทางพฤติกรรมของนักศึกษา โดยจากการศึกษานิยามของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาจะมีประเด็นการศึกษาความยึดมั่นผูกพันในบริบทของการเรียนและความยึดมั่นผูกพันในบริบทของกิจกรรมที่มีต่อสถานศึกษา

1.2.1 ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน (Class Engagement)

ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน เป็นคุณลักษณะที่มีความสำคัญต่อนักศึกษา การที่นักศึกษามีความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนจะช่วยให้ส่งเสริมการประสบความสำเร็จในการเรียน (Griffiths และคณะ, 2009) ตลอดจนช่วยยับยั้งปัญหาของผู้เรียนในชั้นเรียนซึ่งนำไปสู่การมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ต่ำ ภาวะเบื่อหน่ายในการเรียนและการเอาใจออกห่างหรือไม่สนใจในการเรียน (Fredricks, 2011) เพราะการทำความเข้าใจถึงประสบการณ์และมุมมองของผู้เรียนนั้นมีอิทธิพลต่อผลลัพธ์ที่จะเกิดต่อตัวผู้เรียนทั้งในการศึกษาและชีวิตความเป็นอยู่ของผู้เรียนที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน (Appleton และคณะ, 2008)

แนวคิดเกี่ยวกับความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน นั้นมีหลากหลายและเป็นแนวคิดที่ประกอบไปด้วยหลายองค์ประกอบ (multidimensional construct) ซึ่งมีนักวิจัยและนักวิชาการหลายคนได้ให้เสนอองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน (Class Engagement) ไว้ดังนี้

Finn (1989) ได้เสนอความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน 2 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านพฤติกรรม (behavioral) เช่น การทำพฤติกรรมเชิงบวก การมีความพยายาม และการมีส่วนร่วมในด้านการศึกษาและนอกการศึกษา และด้านจิตวิทยา (Psychological) เช่น การระบุตนเองต่อสถานศึกษา การรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและระบุตนเองต่อการเรียนรู้

Fredericks และคณะ (2004) ได้เสนอว่าองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันประกอบด้วยความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ในบริบทกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน

ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด (Cognitive engagement) เป็นการทุ่มเทเพื่อการเรียนรู้ซึ่งนักเรียนแสดงออกมาในแง่ของการพิจารณาไตร่ตรองและความพร้อมที่จะทุ่มเทพยายามในการทำความเข้าใจแนวคิดที่สลับซับซ้อนและฝึกฝนทักษะที่ยากจนเกิดความชำนาญได้อย่างแท้จริง

ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ (Emotional engagement) เป็นการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองของนักเรียนทั้งในเชิงบวกและลบที่มีต่อครู เพื่อน การเรียนการสอน และความพยายามทุ่มเทในการทำงาน ซึ่งการแสดงความรู้สึกของนักเรียนในชั้นเรียน เช่น ความสนใจ ความเบื่อหน่าย ความสุข ความเศร้า เสียใจ และความวิตกกังวลของผู้เรียน

และความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม (Behavioral engagement) เป็นการมีส่วนร่วมของนักเรียนในความสัมพันธ์ทางการเรียน เพื่อยรพยายามในการเรียนที่ ความพยายาม ความตั้งใจเรียน รวมทั้งการเลือกและจัดการกับสภาพแวดล้อมที่ส่งผลต่อการเรียน

Schaufeli และคณะ (2002) ได้เสนอองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน เป็นแนวคิดที่พัฒนามาจากความยึดมั่นผูกพันกับงาน โดย Schaufeli และคณะ ได้อธิบายความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนว่า หมายถึง สภาวะทางจิตทางบวกที่สัมพันธ์กับการเรียนซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะ 3 ประการ ได้แก่ 1) ความกระตือรือร้น (vigor) หมายถึงการมีพลังในการศึกษาและยึดหยุ่นทางจิตใจสูงในขณะที่เรียน เต็มใจที่จะใช้ความพยายาม และมีความเพียรพยายามในการเรียน แม้จะเผชิญอุปสรรค 2) การทุ่มเทอุทิศ (dedication) หมายถึงความรู้สึกเต็มใจ ภูมิใจ มีแรงบันดาลใจ และรู้สึกท้าทายในเรียน และ 3) ความจดจ่อใส่ใจ (absorption) หมายถึงความรู้สึกมุ่งมั่นและเป็นสุขในการเรียนและยากที่จะถอนตัวออกจากเรียน โดยมีความรู้สึกเหมือน เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็วทุกครั้งที่เรียน

Reeve และ Tseng (2011) ได้เสนอความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนในรูปขององค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบแรกด้านพฤติกรรม (Behavioral engagement) คือการมีส่วนร่วมของผู้เรียนต่อกิจกรรมการเรียนรู้ เช่น ความพยายามความเพียรและความสนใจต่อการเรียน องค์ประกอบที่สองด้านอารมณ์ (Emotional engagement) เป็นความรู้สึกกระตือรือร้นและความสนใจของผู้เรียนในเชิงบวกที่จะไม่นำไปสู่การเกิดความโกรธ ความเบื่อหน่ายและความวิตกกังวล องค์ประกอบที่สามด้านความรู้คิด (Cognitive engagement) แสดงถึงผู้เรียนใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเองและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในกิจกรรมการเรียนรู้ที่ซับซ้อน และองค์ประกอบที่สี่ด้านการริเริ่มในตนเอง (Agentic Engagement) เป็นการแสดงความเห็นด้านการเรียนตามความสนใจของตนเอง การมีส่วนร่วมต่อการเรียน (Active Learning) และการลงมือทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างสร้างสรรค์

พงษ์จันทร์ ภูษาพานิชย์ และคณะ (2561) ได้ให้ความหมายความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนว่าเป็นคุณลักษณะที่ผู้เรียนมีความรู้สึกพึงพอใจต่อการเรียน ซึ่งจะเห็นได้จากการพฤติกรรมการอุทิศตนต่อการเรียนรู้ มีพลังกำลังพร้อมที่จะเรียน ตลอดจนมีการซึมซับต่อสิ่งที่ได้เรียนรู้

จากแนวคิดและองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนทั้งหมดที่นักวิชาการทั้งในและต่างประเทศกล่าวมา ผู้วิจัยสามารถสังเคราะห์องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนได้ดังตาราง 2.1 ต่อไปนี้

ตาราง 2.1 การสังเคราะห์องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน

ผู้นิพนธ์	องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน						
	พันธกิจพฤติกรรม	เชิงการรู้คิด	เชิงอารมณ์	เชิงการริเริ่ม	การกระตือรือร้น	ความทุ่มเท	ความเอาใจใส่
Finn (1989)	✓		✓				
Fredericks, Blumenfeld, และ Paris (2004)	✓	✓	✓				
Schaufel และคณะ (2002)					✓	✓	✓
Reeve และ Tseng (2011)	✓	✓	✓	✓			
พงษ์จันทร์ ภูษาพานิชย์ และคณะ (2560)					✓	✓	✓

จากตาราง 2.1 การสังเคราะห์องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนนั้น มีหลากหลายและเป็นแนวคิดที่ประกอบไปด้วยหลายมิติมีนักวิจัยและนักวิชาการหลายคนได้ให้เสนอ และพิจารณามิติของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน(Class Engagement) แต่จะมีสองโมเดลที่นิยม มาใช้ในการศึกษาความยึดมั่นผูกพัน คือ โมเดลความยึดมั่นผูกพัน ของFredrick และ กับ Schaufeli และคณะ โดยจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าทั้งสองแนวคิดนั้นมีลักษณะที่มีความคล้ายคลึงกัน และมีความแตกต่างกันในบางจุด โดยความยึดมั่นผูกพันของทั้งคู่จะมีมิติสามมิติเท่ากัน ในมิติความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด (Cognitive engagement) ของ Fredericks และคณะ (2004) เป็นการทุ่มเท เพื่อการเรียนรู้ซึ่งนักเรียนแสดงออกมาในแง่ของการพิจารณาไตร่ตรองและความพร้อมที่จะทุ่มเท พยายามในการทำความเข้าใจแนวคิดที่สลับซับซ้อนและฝึกฝนทักษะที่ยากจนเกิดความชำนาญได้อย่างแท้จริง ซึ่งจะคล้ายคลึงกับมิติการทุ่มเทอุทิศ (dedication) ของ Schaufeli และคณะ (2002) หมายถึงความรู้สึกเต็มใจ ภูมิใจ มีแรงบันดาลใจ และรู้สึกท้าทายในเรียน ทั้งมิติความกระตือรือร้น (vigor) ของ Schaufeli หมายถึงการมีพลังในการศึกษาและยึดหยุ่นทางจิตใจสูงในขณะที่เรียน ยังมีความคล้ายคลึงกับมิติความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ (Emotional engagement) เป็นการแสดง ปฏิกริยาตอบสนองทางความรู้สึกของผู้เรียน ส่วนมิติความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม (Behavioral engagement) ของ Fredricksและคณะ เป็นการมีส่วนร่วมของนักเรียนในความสัมพันธ์ทางการ

เรียนการเข้าสังคมนั้นมีลักษณะที่คล้ายกับ มิติความจดจ่อใส่ใจ (absorption) ของ Schaufeli ในแง่ของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน แต่ในด้านความแตกต่างระหว่างแนวคิดสองประการคือมิติความกระตือรือร้น (vigor) มิติการทุ่มเทอุทิศ (dedication) และ มิติความจดจ่อใส่ใจ (absorption) ของ Schaufeli อธิบายการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในลักษณะทางจิตวิทยา (Psychological) มากกว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมของสถานศึกษา ด้วยเหตุนี้ โมเดลความยึดมั่นผูกพันของ Schaufeli จึงขาดข้อมูลที่เกี่ยวข้องเช่นการเข้าโรงเรียน การปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของห้องเรียน และความเคารพผู้สอน เพื่อน การเรียนการสอน และโรงเรียน ที่อาจจะก่อให้เกิดความผูกพันต่อสถานศึกษา และความพยายามทุ่มเทในการทำงาน ซึ่งการแสดงความรู้สึกของนักเรียนในชั้นเรียน นอกจากนี้มีมิติของ Schaufeli ได้ให้ความสำคัญกับความรู้สึกของผู้เรียนที่มีต่อการเรียนเท่านั้น โดยไม่ได้ให้ความสำคัญกับความรู้สึกอื่นๆที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนไม่ว่าจะเป็นความรู้สึกของผู้เรียนที่มีต่อเพื่อนร่วมชั้น อาจารย์ ผู้สอน แม้แต่โมเดลของ Schaufeli จะมีการละเลยเหล่านี้ แต่การอธิบายความยึดมั่นต่อการเรียนในลักษณะทางจิตวิทยา (Psychological) ของผู้เรียนต่อการเรียน Schaufeli นั้น ให้ได้ข้อมูลของผู้เรียนที่มีต่อการเรียนอย่างเห็นได้ชัดเนื่องจากจะเป็นมุมมองของผู้เรียนที่มีแรงจูงใจที่เกิดขึ้นเพื่อใช้ในการเรียน

ดังนั้นการที่นักศึกษามีคุณลักษณะความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนในงานวิจัยนี้ ผู้เรียนจะต้องมีลักษณะประกอบด้วย ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จัก ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม สามมิตินี้เข้าด้วยกัน ซึ่งนักศึกษามีคุณลักษณะความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนนั้น จะแสดงออกมาในแง่ของการพิจารณาไตร่ตรองและความพร้อมที่จะทุ่มเทพยายามในการทำ ความเข้าใจแนวคิดที่สลับซับซ้อนและฝึกฝนทักษะ ทั้งยังมีการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองผู้เรียนทั้งในเชิงบวก และลบที่มีต่อผู้สอน เพื่อน การเรียนการสอน ตลอดจนการมีส่วนร่วมของผู้เรียนต่อกิจกรรมการเรียนรู้อย่างเช่นความพยายามความเพียรและความสนใจต่อการเรียน

1.2.2 ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย (Campus Engagement)

ความยึดมั่นผูกพันของผู้เรียนต่อมหาวิทยาลัย ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ช่วยป้องกันการออกจากโรงเรียนกลางคันของนักศึกษา (Appleton และคณะ, 2008) ความยึดมั่นผูกพันจึงต่อมหาวิทยาลัยจึงเป็นปัจจัยสำคัญต่อพัฒนาการการปรับตัวของนักศึกษาและเป็นแหล่งของความกระตือรือร้นที่ช่วยให้นักศึกษาสามารถปรับตัวและเผชิญกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด ความท้าทายต่างๆ และความผิดหวังต่างๆทางการเรียนได้ (Skinner และ Pitzer, 2012) ซึ่งหากนักศึกษขาดความยึดมั่นผูกพันก็จะทำให้นักศึกษาขาดความสนใจในการเข้าสังคม (Niemi, 2007)

แนวคิดเกี่ยวกับความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย นั้นมีการศึกษาที่น้อยและส่วนใหญ่นั้นได้พัฒนานิยามตลอดจนองค์ประกอบมาจากความยึดมั่นผูกพันต่อองค์การ ซึ่งมีนักวิจัยและนักวิชาการหลายคนได้ให้เสนอและพิจารณามิติของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยไว้ดังนี้

Ganotice และ King (2014) ได้ให้ความหมายความยึดมั่นผูกพันว่าเป็นการที่พนักงานรู้สึกมีส่วนร่วมในงาน ปฏิบัติงานอย่างเต็มที่ และมีความกระตือรือร้นในงานที่ได้รับมอบหมาย และได้แบ่งประเภทความยึดมั่นผูกพันออกเป็น 3 ลักษณะคือ การยึดมั่นผูกพัน (engaged) หมายถึงการทำงานด้วยความมุ่งมั่นและมีความรู้สึกผูกพันกับงานและน่าจะมีส่วนเสริมสร้างในทางบวกให้กับองค์การ 2) การไม่ยึดมั่นผูกพัน (not engaged) หมายถึง การขาดแรงจูงใจในการทำงาน มีความมุ่งมั่น

พยายามน้อยที่จะบรรลุเป้าหมายหรือผลลัพธ์ และ 3) การแสดงออกถึงความไม่ยึดมั่นผูกพันอย่างเด่นชัด (actively disengaged) หมายถึง การไม่มีความสุขในการทำงาน และไม่มีผลผลิตในการทำงาน แล้วยังแผ่ขยายพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ออกมายังเพื่อนร่วมงานด้วย

Neumann และ Neumann (1984) อ้างถึงใน นันทิกา อนันต์ชัยพัทธนา (2552) ได้กล่าวถึงความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยของนักศึกษาว่า เป็นทัศนคติของนักศึกษาที่มีต่อสถานศึกษาที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมต่าง ๆ และการจัดประสบการณ์ที่เกิดการเรียนรู้ต่อมหาวิทยาลัย ซึ่งความผูกพันต่อมหาวิทยาลัยของผู้เรียนนั้นจะเห็นได้จากการที่นักศึกษาได้แสดงออกถึงความตั้งใจใช้ความพยายามที่จะทำทุกอย่างเพื่อมหาวิทยาลัย

Voelkl (1996) ได้นำเสนอว่าการศึกษาที่มีความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยนั้น นักศึกษาจะต้องมีลักษณะที่เห็นถึงคุณค่าของตนเองที่มีต่อมหาวิทยาลัย และมีความรู้สึกถึงการเป็นส่วนหนึ่งของมหาวิทยาลัย

Willms (2003) ได้ให้นิยามความยึดมั่นผูกพันว่าเป็นคุณลักษณะของผู้เรียนที่แสดงให้เห็นการรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของมหาวิทยาลัย และการมองให้คุณค่าและสนใจกับมหาวิทยาลัยตลอดจนการมีส่วนร่วมอย่างแข็งขันในกิจกรรมของมหาวิทยาลัย

Appleton และคณะ (2006) ได้ให้ความหมายว่าเป็นความยึดมั่นผูกพันทางอารมณ์ของผู้เรียนที่มีลักษณะที่ผู้เรียนนั้นมีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าต่อสถานศึกษา

Fredericks และคณะ (2004) ได้เสนอว่าประกอบด้วยความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ในสองประเด็นได้แก่กิจกรรมที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน โดยประเด็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นในบริบทนอกชั้นเรียน หรือ ความยึดมั่นผูกพันที่เกิดขึ้นในบริบทของนอกชั้นเรียนของนักศึกษาที่มีต่อสถานศึกษา ซึ่งประกอบด้วย ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด (Cognitive engagement) เป็นการแสดงออกมาในแง่ของการพิจารณาไตร่ตรองและความพร้อมที่จะทุ่มเทพยายามในการทำกิจกรรมต่อสังคม ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ (Emotional engagement) เป็นการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองของนักเรียนทั้งในเชิงบวกและลบที่มีต่อสถานศึกษาที่ตนเองสังกัด เพื่อที่จะทุ่มเทในการทำกิจกรรมซึ่งการแสดงความรู้สึกของผู้เรียนนอกชั้นเรียน เช่น ความสนใจ ความเบื่อหน่าย ความสุข ความเศร้า เสียใจ และความวิตกกังวล ที่จะเข้าสังคมในบริบทของสถานศึกษาของนักศึกษา ส่วนความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม (Behavioral engagement) เป็นการมีส่วนร่วมของนักเรียนในความสัมพันธ์ต่อกิจกรรมที่เกิดขึ้นในสถานศึกษา การเข้าสังคม และการมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมนอกหลักสูตรที่ผู้เรียนที่สนใจ

Hausmann และคณะ (2007) ได้นำเสนอองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย ว่าเป็นคุณลักษณะที่นักศึกษามีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและภาคภูมิใจ มีความเต็มใจที่จะมีส่วนร่วมและปรารถนาที่จะอยู่ในมหาวิทยาลัยด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การมีส่วนร่วม 2) ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง และ 3) การให้คุณค่าต่อสถานศึกษา ซึ่ง การมีส่วนร่วมหมายถึง การมีส่วนร่วมต่อมหาวิทยาลัยถือในกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัยหรือกิจกรรมทางสังคมนอกชั้นเรียน เช่น กิจกรรมอบรม กิจกรรมอาสา, ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง หมายถึง ความรู้สึกที่นักศึกษาได้รับการสนับสนุนจากคนอื่นในสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย รู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญในมหาวิทยาลัยการศึกษา ตลอดจนมีทัศนคติต่อมหาวิทยาลัยการศึกษา เช่น ความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบมหาวิทยาลัย ๆ และ 3)

การให้คุณค่าต่อสถานศึกษา หมายถึง ทศนคติที่ให้ความสำคัญกับการทำกิจกรรมในสถานศึกษาที่ตนเองสังกัด

จากแนวคิดและองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยทั้งหมดที่นักวิชาการทั้งในและต่างประเทศกล่าวมา ผู้วิจัยสามารถสังเคราะห์องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนได้ดังตาราง 2.2 ต่อไปนี้

ตาราง 2.2 การสังเคราะห์องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย

ผู้นิพนธ์	องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย								
	เชิงพฤติกรรม	เชิงการรู้คิด	เชิงอารมณ์	การมีส่วนร่วม	การให้คุณค่า	การเป็นส่วนหนึ่ง	ทัศนคติ	ให้ความสำคัญ	ความสนใจ
Neumann และ Neumann (1984)							✓	✓	
Voelkl (1996)					✓	✓			
Willms (2003)					✓	✓			✓
Fredericks และ คณะ (2004)	✓	✓	✓						
Appleton และ คณะ (2006)					✓	✓			
Hausmann และคณะ (2007)				✓	✓	✓			

จากตาราง 2.2 การสังเคราะห์องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยนั้น มีหลากหลายและเป็นแนวคิดที่ประกอบไปด้วยหลายมิติมีนักวิจัยและนักวิชาการหลายคนได้ให้เสนอและพิจารณามิติของ ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย (Campus Engagement) จากแนวคิดเกี่ยวกับความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยนั้นมีนักวิจัยและนักวิชาการหลายคนได้ให้เสนอและ

พิจารณามิติ โดยในโมเดลของ Voelkl , Willms และ Appleton มีสิ่งที่เน้นไปในทิศทางเดียวกันใน คือลักษณะนักศึกษาที่มีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและเห็นว่าตนเองมีคุณค่าต่อสถานศึกษา และได้ นำเสนอว่าการที่นักศึกษาจะมีความยึดมั่นผูกพันต่อสถานศึกษาซึ่งต้องมีคุณลักษณะที่ผู้เรียนในด้านการรับรู้การเป็นส่วนหนึ่งของ สถานศึกษาและ การมีส่วนร่วมกิจกรรม ต่อมา Hausmann และคณะ ได้นำเสนอโดยความคุมทั้ง 3 องค์ประกอบ โดยมองว่าผู้เรียนนั้นควรมีลักษณะ การมีส่วนร่วม ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง และ ให้คุณค่ากับมหาวิทยาลัย แต่ยังไม่ครอบคลุมด้านต่างๆ การมีส่วนร่วม ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง และ ให้คุณค่ากับมหาวิทยาลัย นั้นสอดคล้องกับโมเดลความยึดมั่นผูกพันของ Fredericks, Bluemenfeld, และ Paris ในประเด็นของ ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ที่มุ่งเน้นไปที่การมีส่วนร่วมและการเข้าสังคมของผู้เรียนและความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ที่มุ่งเน้นความรู้สึกของผู้เรียนที่มีความชอบ ความสนใจต่อกิจกรรมนอกชั้นเรียน อีกทั้ง ทักษะคิด และ ประสบการณ์ ของ Neumann, Yoram และ Neumann นั้นสอดคล้องกับความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด ที่มุ่งเน้นที่การพิจารณา ไตร่ตรอง ตลอดจน ทักษะคิด อันเกิดจากประสบการณ์ของผู้เรียนที่เกิดขึ้นนอกห้องเรียน

ดังนั้นโมเดลของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเป็นการอธิบายความยึดมั่นผูกพันในลักษณะ การรู้คิด อารมณ์และพฤติกรรมของนักศึกษาที่มีปฏิสัมพันธ์ต่อสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ได้สังเคราะห์องค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาได้แก่ ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด และความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ใน บริบทการทำกิจกรรมของนักศึกษา

1.2.3 องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

จากการศึกษางานวิจัยและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความยึดมั่นผูกพันในบริบทการ ของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา สามารถแบ่งบริบทของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ออกเป็น 2 บริบท คือ ความยึดมั่นผูกพันในประเด็นของกิจกรรมที่เกิดขึ้นในห้องเรียน (Class Engagement) (Schyns และ Collani, 2002) และความยึดมั่นผูกพันที่เกิดจากกิจกรรมนอกชั้นเรียน (Campus Engagement) (Mariano และ Vaillant, 2012) ซึ่งบริบทแรกความยึดมั่นผูกพันที่เกิดขึ้นใน ห้องเรียน เป็นคุณลักษณะของนักศึกษาที่แสดงออกถึงการให้ความสำคัญ พิจารณาไตร่ตรองและ ความพร้อมที่จะทุ่มเทพยายามในการทำความเข้าใจในการเรียน การมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวกกับผู้สอน และเพื่อน ตลอดจนการมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมการเรียนรู้ (Appleton และคณะ, 2008) ในบริบทที่ สองความยึดมั่นผูกพันต่อกิจกรรมนอกชั้นเรียน เป็นลักษณะที่นักศึกษาแสดงออกถึงการเห็นถึงคุณค่า และรู้สึกถึงว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสถานศึกษา และตลอดจนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของ มหาวิทยาลัยหรือกิจกรรมทางสังคมนอกชั้นเรียน (Hausmann และคณะ, 2007) โดยความยึดมั่น ผูกพันของนักศึกษานั้นจะต้องมีลักษณะที่ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิด ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้อารมณ์ และ ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ในบริบทที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน และการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย

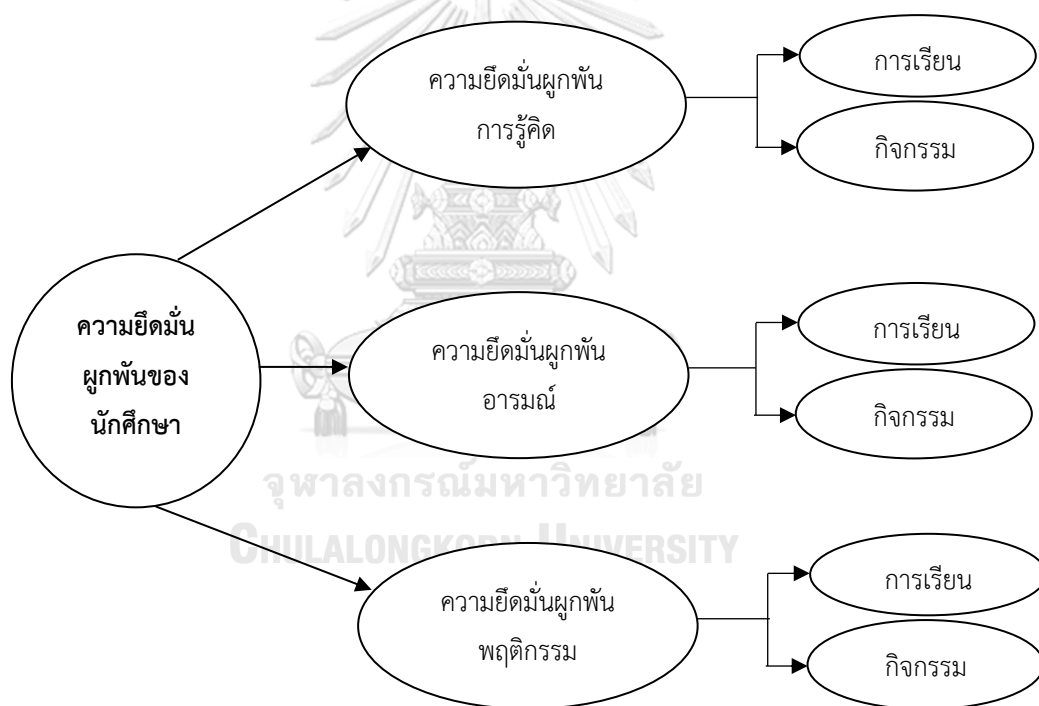
1) ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด หมายถึง การรับรู้ถึงความสำคัญในวิชาต่างๆที่เรียนและ กิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัย โดยมีการไตร่ตรอง การทุ่มเท และใช้ความพยายามในการทำความเข้าใจในสิ่งที่ซับซ้อนและสิ่งที่ยากในด้านการเรียนและกิจกรรมนอกชั้นเรียน รวมทั้งใช้กลวิธีการกำกับ ตนเองในการเรียนรู้ และในการเข้าร่วมกิจกรรม

2) ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ หมายถึง ความรู้สึกในทางบวกที่มีต่อการเรียนและสภาพแวดล้อมทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน ตลอดจนความรู้สึกการเป็นส่วนหนึ่งและการให้คุณค่าต่อการเรียนและการกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัย

3) ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในขณะที่ทำกิจกรรมต่างๆในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน

ซึ่งจากการสังเคราะห์เอกสารและทบทวนวรรณในข้างต้น ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษานั้นจะต้องมีลักษณะที่ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิด ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้อารมณ์ นั้นสอดคล้องกับการกำหนดวัตถุประสงค์การพัฒนาผู้เรียนที่ต้องประกอบด้วย การพัฒนาความรู้ ทักษะ และทักษะ (Bloom, 1956)

ดังนั้นการที่นักศึกษาจะมีคุณลักษณะที่ยึดมั่นผูกพัน จะต้องมียึดมั่นทั้ง 2 ประการ ที่ประกอบเข้าด้วยกัน หรือ สามารถกล่าวโดยสังเขปได้ว่า ผู้เรียนที่มีลักษณะที่ยึดมั่นผูกพันในระดับอุดมศึกษานั้นจะต้อง เรียนดี กิจกรรมเด่น ดังภาพ 2.1



ภาพ 2.1 โมเดลความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

1.3 แนวทางการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

แนวทางการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษานั้นจะมีความแตกต่างกันไปตามการทฤษฎีที่นำมาเป็นพื้นฐาน ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่ผ่านมาที่ศึกษาการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาอย่างแพร่หลายทั้งในและต่างประเทศ โดยจากงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า การเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษานั้น ยังไม่พบบานที่การศึกษาที่เสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันทั้งในการเรียนและมหาวิทยาลัย งานวิจัยที่ผ่านมาทั้งในและต่างประเทศ ศึกษาความยึดมั่นผูกพันโดยแยกกันระหว่างความยึดมั่นต่อการเรียนและความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย (Thijs และ Verkuyten, 2009) พบว่า ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนนั้นที่สามารถอธิบายได้มีพฤติกรรม การรู้จัก ตลอดจนอารมณ์ของนักศึกษาและสามารถพัฒนาให้เพิ่มขึ้นได้ด้วยการเสริมสร้างแรงจูงใจซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนพมาศ ว่องวิทย์สกุล (2557) ที่มีการใช้โปรแกรมเพื่อส่งเสริมความยึดมั่นผูกพันกับการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาไทย มีชื่อว่า โปรแกรม 3L ที่ประกอบไปด้วย 3 ขั้นตอนที่จะนำไปบูรณาการกับช่วงต่างๆของกระบวนการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ ขั้นที่แรก การมองภาพรวม (LOOK) ขั้นที่สองการสร้างแรงจูงใจ (LIKE) และขั้นที่สาม การรักและหลงใหลในสิ่งที่เรียน (LOVE) ผลพบว่า ผู้เรียนที่เรียนได้รับการสอนแบบใช้โปรแกรมมีความยึดมั่นผูกพันกับการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระหว่างการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองใช้โปรแกรม อย่างไรก็ตามกลยุทธ์การสร้างแรงจูงใจ (LIKE) นั้นเป็นการแรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) แสดงให้เห็นถึงผลที่ตามมาว่าอาจจะไม่เกิดขึ้นในระยะยาว เพราะแรงจูงใจที่ทำให้เกิดพฤติกรรมนั้นมาจากการที่ต้องการสิ่งตอบแทน ซึ่งแตกต่างจากแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ที่เกิดจากความต้องการที่อยากจะทำด้วยตัวของบุคคลซึ่งทำให้คุณลักษณะที่เกิดขึ้นตลอดจนพฤติกรรมนั้นมีผลระยะคงอยู่ได้ถาวรและยาวนานกว่าการที่ได้รับจากการกระตุ้นจากการภายนอก (Meyer, 2010) ในด้านการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยนั้นจากการศึกษาเรื่อง ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษารัฐกิจบัณฑิตย (นักรบ หมี่แสน และคณะ, 2557) พบว่า กิจกรรมนอกหลักสูตรเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยรัฐกิจบัณฑิตย ทั้งนี้เพราะกิจกรรมนักศึกษาเป็นการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญนอกชั้นเรียน นับเป็นส่วนหนึ่งของการให้การศึกษาตามหลักสูตรที่มหาวิทยาลัยจัดร่วมกับนักศึกษาเพื่อให้นักศึกษา มีโอกาสในการเสริมสร้างประสบการณ์ที่นอกเหนือจากการเรียนและการเรียนรู้นอกห้องเรียน

1.4 การประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

การศึกษาเกี่ยวกับความยึดมั่นผูกพันได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนและความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยในมุมมองที่แตกต่างกันโดยมีวิธีการประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในหลายรูปแบบ โดยมีการประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาหลากหลายวิธี อาทิ โดยใช้วิธีการสังเกต (observation techniques) (Helme และ Clarke, 2001) รวมทั้งการใช้แบบการรายงานตนเอง (Mosher และ McGowan, 1985) และ แบบสอบถามประกอบการสัมภาษณ์ (Davidson และคณะ, 2015) รายละเอียดแบบวัดในตาราง 2.3

ตาราง 2.3 แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาของงานวิจัยที่ผ่านมา

ผู้พัฒนา	แบบประเมิน	กลุ่มตัวอย่าง	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา	องค์ประกอบ		
				ความยึดมั่นผูกพัน		
				พฤติกรรม	การรู้คิด	อารมณ์
Skinner, Kinderman, และ Furrer (2009)	Engagement vs. Disaffection with Learning Student Report (EvsD)	นักศึกษา	.90	✓	✓	✓
Appleton, Christenson, Kim และ Reschly, (2006)	Student Engagement Instrument (SEI)	นักศึกษา	.76		✓	✓
Fredericks, Blumenfeld, และ Paris, 2004	School Engagement Measure	นักเรียนที่กำลังจะจบการศึกษา	.85	✓	✓	✓
Voelkl (1996)	Identification with School Questionnaire (ISQ)	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	ไม่ระบุ	✓	✓	
Hausmann, Schofield, และ Woods (2007)	social integration scale	นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต	ไม่ระบุ	✓	✓	✓
Davidson, Beck และ Grisaffe (2015)	College Persistence Questionnaire	นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต	.90	✓		✓
Gunuc และ Kuzu (2015)	Scale Of Student Engagement	นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต	.85.	✓	✓	✓

จากการศึกษาเกี่ยวกับแบบความยึดมั่นผูกพัน พบว่าการวัดความผูกพันของนักศึกษามีบริบทและองค์ประกอบที่แตกต่างกัน และมีการวัดความผูกพันต่อการเรียนหลากหลายวิธี เช่นความผูกพัน

ต่อการเรียนที่แบ่งเป็นด้านความคิด พฤติกรรม และอารมณ์ (Fredericks และคณะ, 2004 ; Appleton และคณะ, 2006) ที่พัฒนาแบบวัดความผูกพันของผู้เรียนที่ชื่อว่า “The Student Engagement Instrument (SEI)” และ มีการวัดความผูกพันของผู้เรียนโดยใช้วิธีการสังเกต (observation techniques) (Helme และ Clarke, 2001)

ตลอดจนการวัดความผูกพันของนักศึกษาที่มีต่อมหาวิทยาลัยในด้านทัศนคติและพฤติกรรมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของสถานศึกษา Mosher และ McGowan (1985) อ้างถึงใน Appleton และคณะ (2006) มาใช้สำหรับวัดความผูกพันเรียนสำหรับนักเรียนและนักศึกษา (UWES student form) ในการศึกษาองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยมีการพัฒนาแบบวัดมาจากความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย เช่น แบบวัดความผูกพันต่อองค์กรของ Allen และ Meyer (1997) แบบวัดความผูกพันต่อองค์กรของ Mowday, Steers, และ Porter (1979) และต่อมาได้มีการพัฒนาแบบวัดความผูกพันต่อมหาวิทยาลัยที่มีชื่อว่า “College Persistence Questionnaire” (Davidson และคณะ, 2015) เพื่อใช้วัดความยึดมั่นผูกพัน โดยมีมาตราการวัดแบบ Likert ต่อมา Günücü และ Kuzu (2014) ได้นำแนวคิดของ Fredericks และคณะ (2004) ในเรื่องของความยึดมั่นผูกพันทางการเรียน (Class engagement) และ Hausmann และคณะ (2007) ได้นำเสนอองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย (Campus engagement) มาพัฒนาสเกลความยึดมั่นผูกพันของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการสังเคราะห์เนื้อหาจากแบบประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับต่าง ๆ ที่มีเนื้อหาบ่งชี้ถึงคุณลักษณะและมีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้สำหรับวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาระดับปริญญา ทั้งนี้ผู้วิจัยสังเคราะห์ได้ องค์ประกอบและคุณลักษณะที่ใช้วัดองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3 ด้าน คือ ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด ,ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม และวัดใน 2 บริบท ได้แก่ ความยึดมั่นผูกพันในประเด็นของกิจกรรมที่เกิดขึ้นในห้องเรียน และความยึดมั่นผูกพันที่เกิดจากกิจกรรมนอกชั้นเรียน โดยมีลักษณะการประเมินแบบการประเมินค่า 5 ระดับ เพื่อใช้วัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ก่อนได้รับการฝึก หลังได้รับการฝึก และระยะติดตามของทั้งกลุ่มทดลองและควบคุม โดยจะมีการตรวจสอบคุณภาพความเที่ยงด้วยค่าสัมประสิทธิ์ครอนบักแอลฟา ตลอดจนนำเครื่องมือไปตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความสอดคล้อง แล้วนำผลการตรวจสอบมาคำนวณหาค่าความสอดคล้องระหว่าง ข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือนิยาม และตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างด้วยวิธีการการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน

ตอนที่ 2 การสนับสนุนความเป็นอิสระของนักศึกษา (Autonomy Support)

2.1 ความหมายของความเป็นอิสระของนักศึกษา

Deci และ Flaste (1995) ได้ให้ความหมายของความเป็นอิสระว่าเป็นการจูงใจจากการมีอิสระกำหนดได้ด้วยตนเองหรือการสนับสนุนอิสระเป็นกระบวนการที่เป็นแรงกระตุ้นจากภายในหรือความตั้งใจทำกิจกรรมที่เกิดขึ้นจากบุคคลผู้นั้นเอง โดยที่บุคคลจะมีอิสระในการเลือกแบบแผนของกิจกรรมที่จะทำตั้งแต่เริ่มต้น สามารถวางแผนดำเนินการเองและประเมินผลที่เกิดขึ้นได้ด้วย ตนเอง ทำให้บุคคลจะปฏิบัติกิจกรรมนั้นอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับ Mele (2001) ; Russell และ Bakken (2002) ; Beckert (2005) นิยามคำว่า อิสระแห่งตน ว่าหมายถึงความสามารถของบุคคลในการคิด รู้สึก ตัดสินใจ และกระทำด้วยตนเอง โดยอิสระแห่งตนมาจากคำภาษาละตินคือ autos ที่หมายถึงตนเอง กับคำว่า nomos ที่หมายถึงกฎ

โดยนิยามเชิงปฏิบัติการของคำว่า อิสระแห่งตน (Autonomy) ที่ใช้กันมากที่สุดคือความสามารถของบุคคลในการปกครองตนเอง แต่ Dworkin (1988) นิยามอิสระแห่งตน (Autonomy) ว่าหมายถึง ชีตความสามารถชั้นรอง (Second-order capacity) ที่บุคคลใช้ไตร่ตรองอย่างพินิจพิเคราะห์ทางเลือก ความต้องการ หรือความปรารถนาของตนเองที่อยู่ในขั้นที่สูงกว่า (First-order preferences, desires, wishes) และชีตความสามารถของบุคคลในการยอมรับหรือเพียรพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงทางเลือก ความต้องการ หรือความปรารถนาเหล่านั้น จากทางเลือกและค่านิยมที่อยู่ในระดับที่สูง ขึ้น ด้วยการ แสดงออกถึงความสามารถดังกล่าว บุคคลจะนิยมธรรมชาติของตนเอง ด้วยการให้ความหมายและ การสร้างความสอดคล้องให้กับชีวิตของตนเอง และรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองเป็น

ซึ่งสอดคล้องกับ Ryan และ Lynch (1989) และ Ryan และ Deci (2006) นิยาม อิสระแห่งตน ว่าหมายถึง การพึ่งพาตนเอง การเป็นอิสระ การมีความสามารถในการนิยามเป้าหมายของตนเอง และสามารถเจรจาต่อรอง ความต้องการของตนเองกับความต้องการของผู้อื่นได้ และการกำกับด้วยตนเอง (Regulation by the self) หรือการที่บุคคลนั้นๆ ไม่ยินยอม (Self endorsement) ที่จะถูกรวบจำ และ ประนิษฐา วรพุทธ (2543) สรุปความหมายของ อิสระแห่งตน หรือความเป็นตัวของตัวเองหมายถึง การแสดงความรู้สึก นึกคิด และอารมณ์อย่างเป็นอิสระ รู้จักตนเอง ไม่อยู่ภายใต้อิทธิพลของบุคคลอื่น เป็นการแสดงออกที่เหมาะสมซึ่งสังคมยอมรับ รวมถึงกล้าแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างไปจากบุคคลอื่น กล้าปฏิเสธคำขอร้องที่ไม่ยุติธรรมหรือไม่มีเหตุผล ตลอดจนการแสดงความชื่นชมต่อบุคคลอื่น ตลอดจนการสนับสนุน (Support) หมายถึง การส่งเสริมหรือการเกื้อกูลให้บุคคลอื่นได้รับการผลักดันการให้กำลังใจ อาจจะเป็นในเรื่องของหน้าที่การงาน การศึกษา รวมถึงปัจจัยของการดำเนินชีวิต (Kelley และคณะ, 2017) และ ความเป็นตัวตน (Autonomy) หมายถึง คุณลักษณะอันเป็นเนื้อแท้ของบุคคล ทั้งรูปลักษณะนิสัยใจคอ บุคลิกภาพขั้นพื้นฐานของบุคคลนั้นทั้งหมดนี้มีการเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปได้ยากหากเป็นเรื่องของนิสัยใจคอ แต่หากเป็นรูปลักษณะภายนอกสามารถที่จะปรับเปลี่ยนกันได้ ขึ้นอยู่กับการแต่งเติมหรือเพิ่มสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อให้บุคคลมีบุคลิกภาพภายนอกที่ดียิ่งขึ้น (van der Kaap-Deeder และคณะ, 2017)

จากความหมายต่างๆ ผู้วิจัยได้สรุปนิยามของ อิสระแห่งตน หมายถึง คุณลักษณะของบุคคล ในการแสดงพฤติกรรม อารมณ์ความรู้สึกและการใช้ความคิด ด้วยการกำกับกระทำของตนเอง การพึ่งพาตนเอง โดยเป็นไปตามบรรทัดฐานทางสังคมอย่างมีความรับผิดชอบในการกระทำและด้วย ความสามารถที่ตนเองมีอยู่ โดยการมีความสามารถในการนิยามเป้าหมายของตนเองและสามารถ เจาะต่อรองความต้องการของตนเองกับความต้องการของผู้อื่นได้และการกำกับด้วยตนเอง นอกจากนั้น บุคคลยังต้องมีความเชื่อมั่นในทางเลือกของตนเอง สามารถต้านทานแรงกดดันจากผู้อื่น ได้และสามารถสร้าง ความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่น รวมถึงสามารถใช้ความคิดของตนเองใน การตั้งเป้าหมาย การใช้เหตุและผลตลอดจนสามารถตัดสินใจและประเมินตนเองได้อย่างถูกต้อง

2.2 แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ได้แก่ ทฤษฎีการเรียนรู้ ทางสังคมทางปัญญาสังคม,ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง,ทฤษฎีการเลือก และทฤษฎีการตัดสินใจ อย่างมีเหตุผล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.2.1 แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)

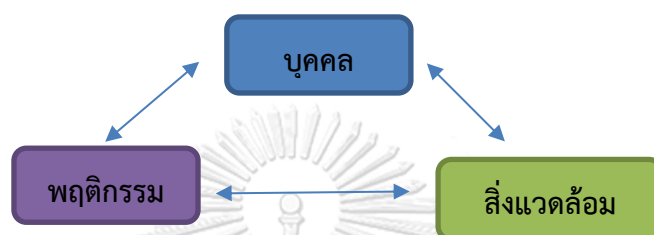
ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Learning Theory)ซึ่งเป็น ทฤษฎีของศาสตราจารย์บันดูรา แห่งมหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด (Stanford) ประเทศสหรัฐอเมริกา บันดูรามีความเชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเลียนแบบ (Baer และ Bandura, 1963) จึงเรียกการเรียนรู้จากการสังเกตว่า “การเรียนรู้โดยการสังเกต” หรือ “การเลียนแบบ” และเนื่องจากมนุษย์มีปฏิสัมพันธ์ (Interact) กับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ ตัวอยู่เสมอ

บันดูราอธิบายว่าการเรียนรู้เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมในสังคม ซึ่งทั้ง ผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน Bandura (1971) จึงเปลี่ยนชื่อทฤษฎีการเรียนรู้ของ ท่านว่า การเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) แต่ต่อมาได้เปลี่ยนเป็น การเรียนรู้ทาง สังคมเชิงพุทธิปัญญา (Social Cognitive Learning Theory) อีกครั้งหนึ่ง ทั้งนี้ เนื่องจากบันดูราพบ จากการทดลองว่า สาเหตุที่สำคัญอย่างหนึ่งในการเรียนรู้ด้วยการสังเกต คือ ผู้เรียนจะต้องเลือกสังเกต สิ่งที่ต้องการเรียนรู้โดยเฉพาะ และสิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่งก็คือ ผู้เรียนจะต้องมีการเข้ารหัส (Encoding) ในความทรงจำระยะยาวได้อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ ผู้เรียนต้องสามารถที่จะประเมินได้ ว่าตนเลียนแบบได้ดีหรือไม่ดีและจะต้องควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ด้วย (metacognitive)

Bandura (1986) จึงสรุปว่า การเรียนรู้โดยการสังเกตจึงเป็นกระบวนการทางการรู้คิดหรือ พุทธิปัญญา (Cognitive Processes) การเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเลียนแบบ (Observational Learning หรือ Modeling) Bandura มีความเห็นว่าทั้งสิ่งแวดล้อม และตัวผู้เรียนมีความสำคัญเท่า ๆ กัน บันดูรากล่าวว่า คนเรามีปฏิสัมพันธ์ (Interact) กับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบๆ ตัวเรายู่เสมอการ เรียนรู้เกิดจาก ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม ซึ่งทั้งผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกัน และกัน พฤติกรรมของคนเราส่วนมากจะเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) หรือการเลียนแบบจากตัวแบบ (Modeling) สำหรับตัวแบบไม่จำเป็นต้องเป็นตัวแบบที่มีชีวิตเท่านั้น แต่อาจจะเป็นตัวสัญลักษณ์ เช่น ตัวแบบที่เห็นในโทรทัศน์ หรือภาพยนตร์หรืออาจจะเป็นรูปภาพ การดูหนังสือก็ได้

การเรียนรู้โดยการสังเกตหรือเลียนแบบมีผู้นำไปทำซ้ำ ปรากฏผลการทดลองเหมือนกับ บันดูราได้รับ นอกจากนี้มีนักจิตวิทยาหลายท่านได้ใช้แบบการเรียนรู้ โดยวิธีการสังเกตในการเรียน การสอนวิชาต่าง ๆ ความคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา

1. บันดูราได้ให้ความสำคัญของการปฏิสัมพันธ์ของอินทรีย์และสิ่งแวดล้อม และถือว่าการ เรียนรู้ก็เป็นผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม โดยผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม มีอิทธิพลต่อกันและกัน บันดูราได้ถือว่าทั้งบุคคลที่ต้องการจะเรียนรู้และสิ่งแวดล้อมเป็น สาเหตุของพฤติกรรมและได้อธิบายการปฏิสัมพันธ์ ดังนี้



ภาพ 2.2 ปฏิสัมพันธ์ของการเรียนรู้จากสังคม

2. บันดูราได้ให้ความสำคัญของการเรียนรู้ (Learning) และการกระทำ (Performance) ถือว่าความแตกต่างนี้สำคัญมาก เพราะคนอาจจะเรียนรู้อะไรหลายอย่างแต่ไม่กระทำ เป็นต้นว่า นักศึกษาทุกคนที่กำลังอ่านเอกสารประกอบการสอนนี้คงจะทราบว่า การโกงในการสอบนั้นมี พฤติกรรมอย่างไร แต่นักศึกษาเพียงน้อยคนที่จะทำการโกงจริง ๆ บันดูราได้ โดยพฤติกรรมของมนุษย์ อาจจะแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท

- 1) พฤติกรรมสนองตอบที่เกิดจากการเรียนรู้ ผู้ซึ่งแสดงออกหรือกระทำสม่ำเสมอ
- 2) พฤติกรรมที่เรียนรู้แต่ไม่เคยแสดงออกหรือกระทำ
- 3) พฤติกรรมที่ไม่เคยแสดงออกทางการกระทำ เพราะไม่เคยเรียนรู้จริง ๆ

3. บันดูราไม่เชื่อว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจะคงตัวอยู่เสมอ ทั้งนี้เพราะสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลง อยู่เสมอ และทั้งสิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ตัวอย่างเช่น เด็กที่มีพฤติกรรม ก้าวร้าวก็คาดหวังว่าผู้อื่นจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวตอบตนด้วย ความหวังนี้ก็ส่งเสริมให้เด็กแสดง พฤติกรรมก้าวร้าว และผลพวงก็คือว่าเด็กอื่น (แม้ว่าจะไม่ก้าวร้าว) ก็แสดงพฤติกรรมตอบสนอง แบบก้าวร้าวด้วย และเป็นเหตุให้เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวยิ่งแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวมากยิ่งขึ้น ซึ่ง เป็นการย้ำความคาดหวังของตน บันดูราสรุปว่า “เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวจะสร้างบรรยากาศ ก้าวร้าวรอบ ๆ ตัว จึงทำให้เด็กอื่นที่มีพฤติกรรมอ่อนโยนไม่ก้าวร้าวแสดงพฤติกรรมตอบสนองก้าวร้าว เพราะเป็นการแสดงพฤติกรรมต่อสิ่งแวดล้อมที่ก้าวร้าว” ขั้นตอนของการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือ เลียนแบบ บันดูรากล่าวว่า การเรียนรู้ทางสังคมด้วยการรู้คิดจากการเลียนแบบมี 2 ขั้นตอน คือ

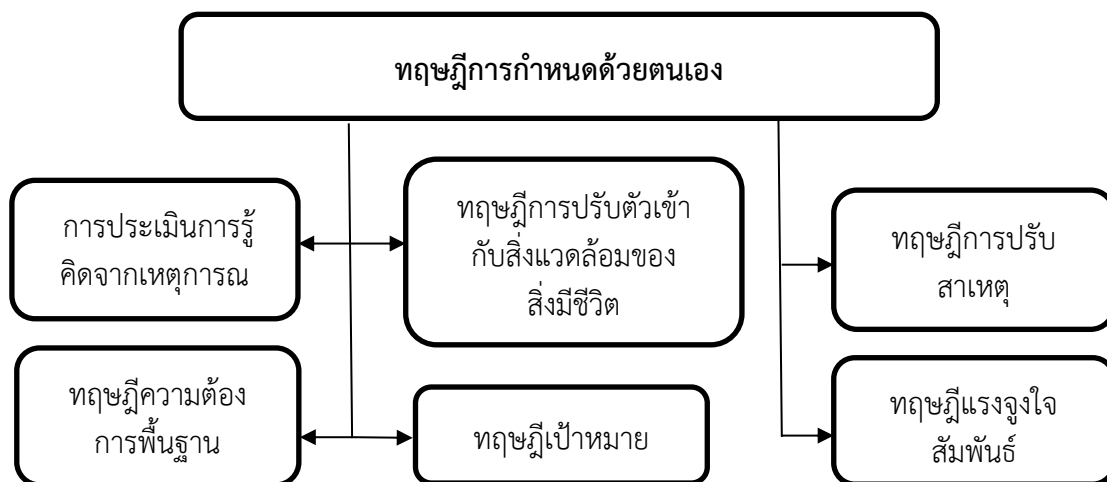
ขั้นแรกเป็นขั้นการรับรู้มาซึ่งการเรียนรู้ (Acquisition) ทำให้สามารถแสดงพฤติกรรมได้ ขั้น ที่สอง เรียกว่าขั้นการกระทำ (Performance) ซึ่งอาจจะกระทำหรือไม่กระทำก็ได้ การแบ่งขั้นของ การเรียนรู้แบบนี้ทำให้ทฤษฎีการเรียนรู้ของบันดูราแตกต่างจากทฤษฎีพฤติกรรมนิยมชนิดอื่น ประกอบการเรียนรู้ขึ้นกับการรับรู้มาซึ่งการเรียนรู้ จากแผนผังจะเห็นว่า ส่วนประกอบทั้ง 3 อย่าง ของ

การรับมาซึ่งการเรียนรู้เป็นกระบวนการทางพุทธิปัญญา (Cognitive Processes) ความใส่ใจที่เลือกสิ่งเร้ามีบทบาทสำคัญในการเลือกตัวแบบสำหรับขั้นการกระทำ (Performance) นั้นขึ้นอยู่กับผู้เรียน เช่น ความสามารถทางด้านร่างกาย ทักษะต่าง ๆ รวมทั้งความคาดหวังที่จะได้รับแรงเสริมซึ่งเป็นแรงจูงใจกระบวนการที่สำคัญในการเรียนรู้โดยการสังเกต Bandura (1978) ได้อธิบายกระบวนการที่สำคัญในการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเรียนรู้โดยตัวแบบว่ามีทั้งหมด 4 อย่างคือ กระบวนการความเอาใจใส่ (Attention) กระบวนการจดจำ (Retention) กระบวนการแสดงพฤติกรรมเหมือนตัวอย่าง (Reproduction) และ กระบวนการการจูงใจ (Motivation) โดยในขั้นการกระบวนการการจูงใจโดยการกระตุ้นจากสิ่งเร้าภายใน (Intrinsic Motivation) ที่เกิดจากความต้องการที่อยากจะทำด้วยตัวของบุคคลซึ่งทำให้คุณลักษณะที่เกิดขึ้นตลอดจนพฤติกรรมนั้นมีผลระยะคงอยู่ได้ถาวรและยาวนานกว่าการที่ได้รับจากการกระตุ้นจากการภายนอกซึ่งนำไปสู่ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง

2.2.2 แนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง

ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเองเป็นทฤษฎีหนึ่งในการศึกษาแรงจูงใจเป็นทฤษฎีที่อาศัยหลักฐานเชิงประจักษ์ในการสร้างทฤษฎีเพื่อนำไปใช้บริบทต่างๆ โดยตลอด 40 ปี ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเองมีสมมติฐานที่ว่าไม่ว่าผู้เรียนจะมีอายุเท่าไร เพศอะไร สถานะทางเศรษฐกิจและสังคม สัญชาติหรือภูมิหลังทางวัฒนธรรมเป็นอย่างไร ไม่ได้มีอิทธิพลเท่าการที่ผู้เรียนนั้นมีการสร้างแรงจูงใจด้วยตนเอง เช่น การมีแรงจูงใจภายใน ตลอดจนมีความใฝ่ที่จะรู้อยากที่จะทำด้วยตัวบุคคลเอง ในขณะที่ทฤษฎีแรงจูงใจอื่น ๆ อธิบายถึงความคาดหวัง ความเชื่อและเป้าหมายของผู้เรียนในการแสดงออกถึงพฤติกรรม

ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง (Self Determination Theory) หมายถึง ความต้องการภายในตัวบุคคลที่มีมาแต่กำเนิด เป็นประสบการณ์ในการรับรู้เกี่ยวกับทางเลือกการรับรู้ถึงความตั้งใจเต็มใจของตนเอง เป็นการรับรู้สาเหตุของการกระทำว่ามาจากภายในตัวบุคคล มีลักษณะที่ยืดหยุ่นที่จะคิดริเริ่ม และตัดสินใจในการเลือกปฏิบัติพฤติกรรมที่ตนสนใจด้วยตนเอง ด้วยความรู้สึกเป็นอิสระ ปราศจากภาวะถูกควบคุมจากภายในตัวบุคคล เช่น ความรู้สึกผิด ความละอายใจ หรือ จากภายนอกบุคคล เช่น บุคคลภายนอกมีอิทธิพลต่อความรู้สึก หรือจากรางวัลต่างๆ ซึ่งทำให้ บุคคลรับรู้สาเหตุของการกระทำไม่ได้มาจากตนเอง ถ้าบุคคลรับรู้ถึงความมีอิสระในการกำหนดด้วยตนเอง สู่เป้าหมายจะแสดงพฤติกรรมที่ตนริเริ่มโดยผ่านการพิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบคอบจากประสบการณ์ และสิ่งแวดล้อมมาเป็นข้อมูลส่วนร่วมในการแปลความหมาย และตัดสินใจเลือกปฏิบัติพฤติกรรมนั้นด้วยตนเองและเมื่อการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้ผลลัพธ์เป็นที่น่าพึงพอใจ บุคคลก็จะเกิดการเรียนรู้ที่จะกำหนดพฤติกรรมด้วยตัวบุคคลเองเพื่อให้พฤติกรรมนั้นคงอยู่อย่างต่อเนื่อง (Deci และ Ryan, 1985) โดยทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเองเป็นการรวมทฤษฎีย่อยๆ 6 ทฤษฎีแรงจูงใจแต่ละทฤษฎีเข้าด้วยกันเพื่ออธิบายการเกิดแรงจูงใจของบุคคลซึ่งเกิดจากการพัฒนาการวิจัยเชิงทดลองและการวิจัยภาคสนามซึ่งอยู่ในการด้านแรงจูงใจและบุคลิกภาพของบุคคล

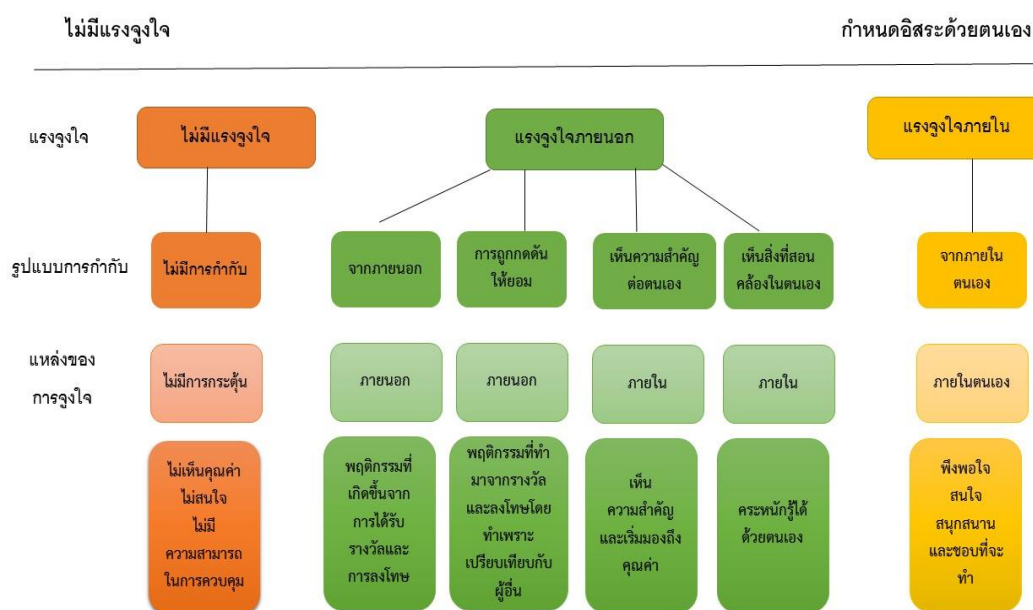


ภาพ 2.3 หกทฤษฎีย่อยที่ถูกพัฒนาเพื่ออธิบายทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง
ของ Deci และ Ryan

หกทฤษฎีที่ร่วมกันอธิบายประกอบด้วย 1)การประเมินการรู้คิดจากเหตุการณ์ภายนอก ,2)ทฤษฎีการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมของสิ่งมีชีวิต ,3) ทฤษฎีการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมของสิ่งมีชีวิต ,4) ทฤษฎีความต้องการพื้นฐาน ,5) ทฤษฎีเป้าหมาย และ6) ทฤษฎีแรงจูงใจสัมพันธ์ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) ทฤษฎีการประเมินการรู้คิด (Cognitive Evaluation Theory) เป็นทฤษฎีย่อยภายใต้การกำหนดด้วยตนเองโดยมีเป้าหมายที่จะอธิบายเรื่องปัจจัยทางสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมและทำลายแรงจูงใจภายใน ทฤษฎีการประเมินการรู้คิดเน้นความต้องการพื้นฐานเรื่อง ความสามารถ (Competence) และความมีอิสระกำหนดได้ ด้วยตนเอง (Autonomy) สร้างขึ้นโดยการรวมผลจากการทดลอง เรื่อง ผลของรางวัลการป้อนกลับ (Feedback) และเหตุการณ์ภายนอกที่มีต่อแรงจูงใจภายใน (Ryan และ Deci, 2000) สำคัญประการแรกของทฤษฎี การประเมินการรู้คิดจากเหตุการณ์ภายนอก เช่น การทดสอบ การให้ข้อมูลป้อนกลับโดยเขียนคำติชมบนกระดาษคำตอบ การสื่อสาร การให้รางวัล ที่ส่งเสริมการสาเหตุของการกระทำมาจากภายในตัวบุคคลจะส่งเสริมแรงจูงใจภายใน และ จากเหตุการณ์ภายนอกที่บุคคลประเมินการรู้คิดได้ถึงการเรียนรู้ที่ให้อิสระของตนเองเป็นตัวส่งเสริมแรงจูงใจภายในโดยเป็นความสัมพันธ์ของการควบคุมด้านข้อมูลกับเหตุการณ์ที่กำหนดลักษณะการควบคุมของเหตุการณ์ภายนอกทำให้ผู้เรียนมีผลต่อผลลัพธ์ที่เฉพาะเจาะจงหรือเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจง นั่นคือผู้เรียนจะได้รับรางวัลเป็นเหตุการณ์ที่มีการควบคุมถ้ารางวัลถูกเสนอเพื่อแลกกับพฤติกรรมที่สอดคล้องกัน (เช่น "ถ้าคุณเข้าชั้นเรียนตรงเวลาฉันจะให้สิทธิ์พิเศษแก่คุณ") และ การประเมินเหตุการณ์ภายนอกถึงความสามารถในการกำหนดได้ด้วยตัวเองที่ส่งเสริมการแรงจูงใจภายใน เช่น เดย์ซีและไรอัน พบว่า การให้ข้อมูลป้อนกลับทางบวก (การชม) เกี่ยวกับผลการปฏิบัติงานจะส่งเสริมแรงจูงใจภายใน ตรงข้ามกับการให้ข้อมูลป้อนกลับทางลบ (คำวิจารณ์) จะบั่นทอนแรงจูงใจภายในไหลดลง

2) ทฤษฎีการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมของบุคคล (Organismic Integration Theory: OIT) Ryan และ Deci เชื่อว่า ถึงแม้ว่าแรงจูงใจ จากภายใน (Intrinsic motivation) จะเป็นสิ่งที่มีความสำคัญก็ตาม แต่ก็ไม่ได้เป็นแรงจูงใจที่จะ นำไปสู่การตัดสินใจด้วยตนเองทั้งหมด ทั้งนี้เพราะสิ่งที่มนุษย์กระทำเป็นจำนวนมากไม่ได้เกิดจาก แรงจูงใจจากภายใน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อมนุษย์เติบโตขึ้นนั้น อิสระที่จะกระทำด้วยแรงจูงใจจากภายใน จะได้รับแรงกดดันทางสังคมให้กระทำการกิจกรรมต่างๆ ที่ตนเองอาจจะไม่ได้มีความสนใจ และ จำเป็นต้องมีความรับผิดชอบในสิ่งต่างๆ มากขึ้นนั้นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการกระทำ ที่ไม่ได้รับการเสริมแรงจากภายในก็คือว่าบุคคลจะเกิดแรงจูงใจได้อย่างไร โดยทฤษฎีการปรับตัวเข้ากับ สิ่งแวดล้อมของสิ่งมีชีวิต (Organismic Integration Theory: OIT) ในกรอบของทฤษฎีการกำหนด ตนเองนั้นคือ อิสระแห่งตนในการกระทำใดๆ จะอยู่ในรูปแบบความต่อเนื่อง ของรูปแบบการจูงใจหรือการควบคุม ที่เริ่มต้นจากความไร้อิสระหรือการถูกครอบงำ (Heteronomy) ไปจนถึงการมีอิสระแห่งตนหรือการกำกับตนเองอย่างแท้จริง (True self-regulation) รายละเอียด ความต่อเนื่องของรูปแบบการจูงใจหรือการควบคุม แสดงในภาพ 2.4



ภาพ 2.4 รูปแบบของแรงจูงใจในการกำหนดตนเองตามรูปแบบการกำกับและแหล่งสาเหตุ (Deci & Ryan, 1985)

รูปแบบของแรงจูงใจจากภายนอกและปัจจัยบริบททางสังคมที่ส่งเสริมและบั่นทอนการยึดมั่นในตนเองและการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม แสดงให้เห็นถึงการจัดประเภทของแรงจูงใจ ที่เรียงจากซ้ายไปขวาตาม ระดับของแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากบุคคล โดยที่จากด้านซ้ายสุดคือ การไร้แรงจูงใจ (Amotivation) ซึ่งเป็นสภาวะการขาดความตั้งใจในการกระทำ กล่าวคือ บุคคลอาจจะไม่กระทำการใดๆ หรือกระทำโดย ไม่ได้ตั้งใจเพียงเพื่อให้เกิดมีความเคลื่อนไหวเท่านั้น โดยไม่ได้เกิดจากการเห็นคุณค่าของการกระทำ ไม่ได้เกิดความรู้สึกว่ามีความสามารถที่จะทำได้ หรือไม่ได้มีการคาดหวังผลลัพธ์ใดๆ เลย ส่วนทางด้านขวาของการไร้แรงจูงใจของนั้น คือประเภทต่างๆ ทั้งหมด 4 ประเภทของพฤติกรรมที่เกิดจาก แรงจูงใจจากภายนอก ส่วนด้านขวาสุดคือ สภาวะที่ดีที่สุดของแรงจูงใจจาก

ภายใน (Intrinsic motivation) ซึ่งเป็นการกระทำกิจกรรมใดๆ ที่ก่อเกิดจากความพึงพอใจของบุคคล ที่ถือว่ามื่อสรีระแห่งตนในระดับสูงและชี้ให้เห็นถึงตัวอย่างของการกำหนดตนเอง แต่ในทางตรงกันข้าม พฤติกรรมที่เกิดจากแรงจูงใจจากภายนอก (Extrinsic motivation) ครอบคลุมพื้นที่ที่อยู่ระหว่างการ ไร้แรงจูงใจและแรงจูงใจจากภายใน ที่มีความแตกต่างกันตามระดับของการกำกับที่มีความเป็นอิสระ แห่งตน

3) ทฤษฎีการปรับสาเหตุ Causality orientation theory (COT) เป็นทฤษฎีที่อธิบายถึง ความแตกต่างของ ลักษณะนิสัยในการหล่อหลอมตนเองจากสิ่งแวดล้อมในการกำกับพฤติกรรมไปยัง สิ่งที่ตั้งใจหรือ ต้องการ และจัดการกับสภาพแวดล้อมนั้น ๆ โดยการสนับสนุนตนเองให้มีความมุ่งมั่น ด้วยตนเอง ซึ่งมาจากการประเมิน 3 ลักษณะของการหล่อหลอมจากเหตุผลภายในตนเอง (Causality orientations) ได้แก่ ด้านการหล่อหลอมความมีอิสระ (Autonomy orientation) ซึ่งเป็นพฤติกรรม ที่บุคคลได้ปฏิบัติหรือแสดงความต้องการของตนเองมาเป็นพฤติกรรมจากสิ่งที่ตนเองสนใจ หรือ เห็นคุณค่าจากสิ่งที่เกิดขึ้น ด้านการหล่อหลอมจากการถูกกำหนด (Control orientation) ได้แก่ พฤติกรรมที่บุคคลนั้นได้ปฏิบัติจากรางวัล สิ่งที่เป็นประโยชน์ และการได้รับการยอมรับ และ สุดท้าย ด้านการหล่อหลอมแบบไม่เกี่ยวกับบุคคลหรือขาดการจูงใจ (Impersonal or a motivated orientation) ที่แสดงลักษณะโดยความวิตกกังวลเกี่ยวกับเรื่องของความสามารถ การรับรู้เหตุผล ภายในตนเองจึงมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ถึงพฤติกรรมการมีอิสระในตนเอง (Ryan และคณะ, 2009)

4) ทฤษฎีความต้องการพื้นฐาน Basic psychological needs (BPN) เป็นทฤษฎีที่อธิบาย ถึงว่ามนุษย์ทุกคนมี ความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยา และมีความสัมพันธ์ต่อความรู้สึกในการรับรู้ไป ถึงจิตวิทยาขั้นพื้นฐานในความต้องการเป็นคนที่มีความสามารถรู้สึกถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับ สภาพแวดล้อม ทางสังคม และปรารถนาถึงผลของความสำเร็จ ความรู้สึกของการรับรู้ว่าเป็นผู้ ที่มี ความสามารถคือสิ่งที่จำเป็นสำหรับบุคคลไปสู่ความท้าทาย การเรียนรู้ และการพัฒนา ความ ต้องการ ความมีอิสระในตนเอง หมายถึง การที่บุคคลได้เริ่มต้นในการปฏิบัติด้วยตนเอง ซึ่งเป็น ความรู้สึก จากการส่งเสริมถึงความจำเป็นสำหรับการจูงใจพฤติกรรมให้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง และ ความต้องการในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น คือความพึงพอใจเมื่อบุคคลมีความรู้สึกถึงการติดต่อกันด้วย ความใกล้ชิดกับคนอื่น และรู้สึกถึงการมีส่วนร่วมในสภาพแวดล้อมทางสังคม (Deci และ Ryan, 1985)

5) ทฤษฎีเป้าหมาย Goal content theory (GCT) เป็นทฤษฎีที่แสดงให้เห็นถึงความ แตกต่างที่เด่นชัด จากเป้าหมายของแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอก รวมไปถึงสิ่งที่มีผลกระทบ ต่อแรงจูงใจ ซึ่งความแตกต่างนั้นเป็นเหตุผลของการแสวงหาเป้าหมายจากสิ่งที่เกิดขึ้นจากเหตุผล ของการจูงใจจากภายในและภายนอก โดยมีสิ่งที่อยู่ตรงกลางของเหตุผลนั้นคือสมมุติฐานตาม ทฤษฎี การกำหนดด้วยตนเอง จึงมีขอบเขตของการศึกษา 2 ด้าน ได้แก่ ด้านแรงจูงใจที่สนใจถึงว่า เหตุผล อะไรที่อยู่ภายใต้การเพิ่มขึ้นของพฤติกรรม และเนื้อหาของเป้าหมายว่าอะไรหรือ การรับรู้ วัตถุประสงค์ของเป้าหมายว่าทำไมจึงทำให้เกิดการกำหนดเป้าหมายทั้งสองลักษณะ จึงเป็นสิ่งที่มีความ แตกต่างจากความพึงพอใจต่อความต้องการพื้นฐาน และความแตกต่าง ที่สัมพันธ์กับการมีสุข ภาวะที่ดี (Ryan และคณะ, 2009)

6) ทฤษฎีแรงจูงใจสัมพันธ์ Relationships Motivation Theory (RMT) เป็นทฤษฎีที่มีความเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์กับการพัฒนาและการบำรุงรักษาความสัมพันธ์ของบุคคล ระหว่างคนใกล้ชิด เพื่อนสนิท ตลอดจนการเข้าเป็นของกลุ่มเป็นหนึ่งของกลุ่มโดยสัมพันธ์ภาพนั้นไม่ได้เป็นเพียงสิ่งที่บุคคลนั้นต้องการเท่านั้น แต่เป็นสิ่งที่พึงปรารถนาสำหรับคนส่วนใหญ่ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการปรับตัวและสุขภาวะทางอารมณ์ที่ดีเพราะความสัมพันธ์เหล่านี้ทำให้เกิดความพึงพอใจ

ซึ่งจากการประกอบเข้าด้วยกันของทฤษฎีย่อย 6 ทฤษฎีย่อยเข้าด้วยกันนำไปสู่การทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเองศึกษาแนวโน้มนำภายในของมนุษย์ความต้องการพื้นฐานทางจิตใจ และสถานการณ์ที่ส่งเสริมกระบวนการเหล่านี้ โดยระบุว่าคุณสมบัติความต้องการพื้นฐานทางจิตใจ 3 ประการ คือ ความต้องการมีความสามารถ (Need for competence) ความต้องการมีอิสระโดยตนเอง (Need for autonomy) และความต้องการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Need for relatedness) ความต้องการเหล่านี้จำเป็นต่อการส่งเสริมการปฏิบัติหน้าที่ให้ได้ดีที่สุดของแรงจูงใจภายในซึ่งเป็นแนวโน้มนำความเจริญงอกงามตามธรรมชาติของมนุษย์และช่วยพัฒนาสังคมอย่างสร้างสรรค์รวมทั้งช่วยให้อายุขัยมีความสุขในการทำงานและการดำรงชีวิต ซึ่งในเรื่องความต้องการลึกลับด้วยตนเอง ซึ่งแนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง ที่ให้ความสนใจทั้งพลังของพฤติกรรมและทิศทางของพฤติกรรม และยังคำนึงถึงความต้องการทางจิต พื้นฐานที่ซ่อนเร้นอยู่ในชีวิตมนุษย์ทฤษฎีนี้เน้นความต้องการที่ติดตัวเบื้องต้น 3 ประการ คือ ความต้องการมีความสามารถ (Competence) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกว่าคุณมีความสามารถต่อการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพในสิ่งแวดล้อมที่ท้าทาย และมีโอกาสได้แสดงถึงความสามารถของตนเอง โดยเฉพาะด้านทักษะเท่านั้น ยังรวมถึงสิ่งที่เกิดขึ้นที่ผ่านมามีได้สิ่งที่ตนเองสนใจ แต่ว่าอยู่ภายใต้บริบทของสิ่งแวดล้อมทางสังคม การให้ความหมายของสิ่งที่ปฏิบัติหรือการให้ข้อมูลย้อนกลับเชิงบวกให้รับรู้ถึงความสามารถนั้นสามารถส่งเสริมหรือเพิ่มพูนได้ เกี่ยวข้องกับการเข้าใจถึงวิธีที่จะบรรลุผลลัพธ์ภายในและภายนอก และความต้องการมีความสัมพันธ์ (Relatedness) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกถึง ความใกล้ชิด หรือมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ได้รับความห่วงใย และรู้สึกมีคุณค่าจากคนอื่น ในการ ปฏิบัติหรือการกระทำรับรู้ความอบอุ่น รู้สึกถึงการมีส่วนร่วม และได้รับกำลังใจเกี่ยวกับการพัฒนา ความสัมพันธ์ที่พึงพอใจและมั่นคงกับคนอื่นในสังคม

ตลอดจนความเป็นตัวของตัวเองหรือการกำหนดด้วยตนเองมีความหมายว่า เป็นการที่บุคคลรู้สึกว่าได้ปฏิบัติจากสิ่งที่ เลือกด้วยตนเอง และปฏิบัติเองจากประสบการณ์ของพฤติกรรมที่ได้วางไว้ด้วยตนเอง เป็นขั้นตอน จากภายในที่สะท้อนถึงการสนับสนุนความสอดคล้อง และสิ่งที่เกี่ยวข้องของการกระทำ รวมไปถึง ความต้องการไปสู่การปฏิบัติด้วยตนเองอย่างมีอิสระ ถือเป็นสิ่งสำคัญที่เชื่อมโยงไปถึงสภาพแวดล้อมทางสังคม เป็นสิ่งที่บุคคลคลี่คลายริเริ่มด้วยตนเองและการควบคุมการกระทำด้วยตนเอง ซึ่งจากการศึกษาของ (Wood และ Newman, 2015) ที่ศึกษาผลของการรับรู้ความสัมพันธ์ ความสามารถและการมีอิสระที่มีผลต่อพฤติกรรมการเรียนรู้ พบว่า ความต้องการมีอิสระกำหนดได้ด้วยตนเอง (need for autonomy) นั้นมีค่าสหสัมพันธ์สูงที่สุดหมายถึงการที่ผู้เรียนรับรู้อิสระที่ด้วยตนเองกำหนดได้ก็จะทำให้พฤติกรรมที่จะเรียนรู้ แรงจูงใจ ตลอดจนความยึดมั่นผูกพันสูงขึ้นตาม

2.2.3 แนวคิดทฤษฎีการเลือก (Choice Theory)

ทฤษฎีการเลือกพัฒนาโดยกลาสเซอร์และในเดือนมีนาคม ปี ค.ศ.1996 กลาสเซอร์ตัดสินใจเรียกว่าทฤษฎีการควบคุม หลังจากนั้นเขาได้ ปรับปรุงอย่างมากจากทฤษฎีการควบคุมจนกลายมาเป็นทฤษฎีการเลือก (choice theory) ซึ่งนับว่ามีความเหมาะสมเพราะชื่อการควบคุม เป็นการสื่อนัยของการควบคุมภายนอก (external forces) ในขณะที่กลาสเซอร์ให้ความสำคัญ กับการควบคุมภายใน (innate forces) พฤติกรรมส่วนมากของมนุษย์เป็นพฤติกรรมที่ถูกกระตุ้น ผลักดันจากภายใน และถูกเลือกให้กระทำเพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานที่เป็นสากล 5 ประการได้แก่ความต้องการความรัก และความเป็นเจ้าของ ความมีอำนาจ ความสนุกสนาน ความมีอิสระและอิสรภาพ และการมีชีวิตรอด (Corey, 2004)

กลาสเซอร์ได้เขียนหนังสือชื่อ Choice Theory: A New Psychology of Personal Freedom ขึ้นในปี1998 เป็นเรื่องแรกภายหลังการปรับปรุงเป็นทฤษฎีการเลือก ซึ่งมุ่งเน้นใน เรื่องของการให้ความสำคัญกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การมีความพึงพอใจในสัมพันธภาพ โดยการตอบสนองความต้องการตามธรรมชาติของมนุษย์ (human needs) (Jacobและคณะ, 2006) หลักการสำคัญของทฤษฎีการเลือกมี 5 ประการได้แก่

1. ความต้องการพื้นฐาน (basic needs) มนุษย์เกิดมาพร้อมความต้องการพื้นฐาน 5 ประการ ได้แก่ (Glasser, 1988)

1.1 ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (love and belonging) หมายถึง ความต้องการได้รักและถูกรัก ได้รับรู้ว่ามีใครบ้างที่รักและห่วงใยตน การรู้สึกว่ามีเพื่อนและการมีส่วนร่วมได้แบ่งปันประสบการณ์ มีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มความต้องการติดต่อสัมพันธ์หรือมีการมีส่วนร่วมกับผู้อื่น การมีผู้ที่จะสามารถพูดคุยด้วยได้ ได้รับความใส่ใจ ได้รับการสนับสนุนจากกลุ่ม จาก การพบปะกันไม่ว่าจะเป็นการพบปะ กลาสเซอร์ได้ให้ความสำคัญกับความต้องการในส่วนนี้มากพอๆ กับความต้องการมีชีวิตรอด และหากบุคคลใดรู้สึกไม่เป็นที่รักและรู้สึกโดดเดี่ยว จะพบว่าบุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีความเศร้า ไม่มีความสุข

1.2 ความมีอำนาจ/สัมฤทธิ์ผล (power) หมายถึง ความรู้สึกสำเร็จในการกระทำ มี ความสามารถ ความภาคภูมิใจ ความสำเร็จ และความสามารถควบคุมชีวิตตน

1.3 ความสนุกสนาน (fun) หมายถึง ความรู้สึกดีในชีวิต สามารถหัวเราะเล่นและ รู้สึกยินดีที่เกิดขึ้นเป็นมนุษย์

1.4 ความมีอิสระและอิสรภาพ (freedom) หมายถึง การสามารถเลือกด้วยตนเอง สามารถ ดำรงชีวิตอย่างปราศจากข้อจำกัด หรือข้อบังคับที่มากเกินไปหรือไม่จำเป็น

1.5 การมีชีวิตรอด (survival) หมายถึง การมีสิ่งจำเป็นในชีวิต เช่น มีอาหาร อากาศ ที่อยู่ อาศัย มีสุขภาพที่ดี มีความปลอดภัยมั่นคง

2. โลกที่มีคุณภาพ(quality world) เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนจะมีภาพของโลกที่มีคุณภาพ อยู่ในใจ ทุกคนมีจินตนาการของชีวิตที่อยากจะเป็น บุคคลหรือสิ่งของที่ต้องการครอบครอง ความเชื่อและค่านิยมที่สนับสนุนภาพของโลกที่มีคุณภาพเหล่านี้จะชี้นำบุคคล ให้มีความพยายามตอบสนองความต้องการ ถ้าบุคคลเลือกภาพที่ไม่สามารถตอบสนอง ความต้องการ ทำให้บุคคลจะเกิดความคับข้องใจ และผิดหวัง การตระหนักรู้ถึงความต้องการ และภาพที่ปรากฏในโลกของตนจะทำให้บุคคลสามารถ

เลือกได้อย่างฉลาดโดยคำนึงถึงความเป็นจริงและความเป็นไปได้ ทำให้สามารถควบคุมชีวิตได้ดีกว่า และตอบสนองความต้องการได้มาก (Glasser, 1988)

3. ความคับข้องใจ (frustration) ความแตกต่างระหว่างสิ่งที่มนุษย์ต้องการกับสิ่งที่มนุษย์รับรู้ที่ได้รับจากสิ่งแวดล้อมเรียกว่า ความคับข้องใจ ซึ่งทำให้เกิดพฤติกรรมที่ เฉพาะเจาะจงเป็นพฤติกรรมที่มีเป้าหมายเพื่อลดช่องว่างระหว่างสิ่งที่มนุษย์ต้องการกับสิ่งที่มนุษย์รับรู้ที่ได้รับจากสิ่งแวดล้อม บางครั้งการแสดงพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงนี้ประสบ ผลสำเร็จและหลายครั้งก็ล้มเหลว ทั้งนี้มนุษย์ได้แสดงความสามารถอย่างดีที่สุดเพื่อให้ความต้องการ ของตนได้รับตอบสนอง พฤติกรรมที่แสดงนั้นจัดว่าเป็นพฤติกรรมที่มีลักษณะองค์รวม (holistic) ซึ่งกลาสเซอร์ใช้คำว่า “ทั้งหมด(total)” แทน ซึ่งประกอบด้วยการกระทำ (doing) ความคิด (thinking) ความรู้สึก (feeling) และระบบสรีรวิทยาของร่างกาย (physiology) (Glasser, 1988)

4. พฤติกรรมทั้งหมดและแรงจูงใจ (total behavior and motivation) ตามทัศนะ ของกลาสเซอร์คือพฤติกรรมทั้งหมดประกอบด้วยการกระทำ ความคิด ความรู้สึก และการทำ หน้าที่ทางสรีรวิทยาของร่างกาย ทุกพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงเป็นสิ่งที่กระทำโดยเจตนาหรือถูก เลือกให้กระทำ บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมและความคิดได้โดยตรง ซึ่งองค์ประกอบทั้ง สองส่วนนี้จะส่งผลให้บุคคลควบคุมความรู้สึกและสรีระได้โดยอ้อม

5. การรับรู้และความเป็นจริงในปัจจุบัน (perceptions and current reality) การรับรู้ “ความเป็นจริง” ของโลกและตนเอง ขึ้นอยู่กับการเรียนรู้ที่เป็นอัตวิสัย (subjective) ของบุคคล ความเป็นจริงนี้เป็นความเป็นจริงในปัจจุบัน หน้าที่สำคัญประการหนึ่งของผู้ให้การศึกษาแนว พิจารณาความเป็นจริงคือการทำความเข้าใจและการรับรู้ความเป็นจริงในปัจจุบันของผู้รับการ ปรึกษาที่มีต่อสิ่งแวดล้อมและตนเอง หลังจากเข้าใจแล้วผู้ให้การศึกษาจะทำหน้าที่ช่วยให้ผู้รับ การปรึกษาประเมินการรับรู้เสียใหม่ (Glasser, 1988)

ดังนั้นทฤษฎีการเลือกเป็นการยืนยันว่าแหล่งของการแสดงพฤติกรรมที่อยู่ ณ ปัจจุบัน ณ ที่นี้ สิ่งที่มนุษย์กระทำ คิด รู้สึก มีเป้าหมายเพื่อตอบสนองความต้องการปัจจุบัน ทฤษฎีการเลือกท้าทาย และโต้แย้งทฤษฎีที่เชื่อว่าพฤติกรรมมนุษย์ถูกกำหนดโดยอิทธิพลของ ความขัดแย้งในอดีตหรือ พฤติกรรมถูกควบคุมโดยสิ่งเร้าภายนอก อย่างไรก็ตามจุดยืนของทฤษฎี การเลือก ไม่ได้ไม่สนใจ ประสบการณ์ที่ผ่านมา การเข้าใจอดีตจะช่วยทำให้ เกิดความตระหนักรู้ต่อปัญหาที่น่าเสนอในปัจจุบัน เพื่อตั้งให้หันมาสนใจกับการสร้างความเข้มแข็งและพฤติกรรมที่สามารถตอบสนองความพึงพอใจใน ปัจจุบันและอนาคต

2.2.4 แนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (Rational Theory)

ทฤษฎีตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (Rational Choice Theory: RCT) เป็นทฤษฎีที่มีอิทธิพลอย่างมากในวงวิชาการ และเป็นพื้นฐานแนวคิดที่มีความ สำคัญต่อญาณวิทยาของทฤษฎีสังคมศาสตร์ ทฤษฎีความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ ทฤษฎีรัฐประศาสนศาสตร์ รวมถึงทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาในหลายๆบริบท ด้วยสมมติฐานเกี่ยวกับตัวแสดงในระดับปัจเจกบุคคลที่ตั้งอยู่บนพื้นฐาน ของพฤติกรรม อันเป็นเรื่องง่ายต่อการเข้าใจ และสามารถปรับใช้ได้ในทุกสภาพสังคม ทำให้ทฤษฎีการเลือกอย่างมี

เหตุมีผลเป็นทฤษฎี ที่ได้รับความ นิยมอย่างแพร่หลายในทางสังคมศาสตร์ (Mesquita และ Morrow, 1999)

หลักการสำคัญของ แนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล คือ เชื่อว่ากิจกรรมทุกอย่างของมนุษย์เกิดขึ้นจากการไตร่ตรองและตัดสินใจกระทำอย่างมีเหตุผล (Scott, 2000) มนุษย์เลือกที่จะกระทำกิจกรรมพื้นฐานง่าย ๆ ตั้งแต่การดื่ม กิน ซื้อสินค้า ไปจนถึงกิจกรรมที่สำคัญต่ออนาคต เช่น การศึกษา การเลือกประกอบอาชีพ การมีครอบครัว ต่างเกิดขึ้นหลังจากที่คิด ใคร่ครวญ ไตร่ตรองอย่างรอบคอบด้วยเหตุด้วยผลด้วยประการทั้งปวงแล้ว

โดยสมมุติฐานหลักของแนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผลได้นำมาประยุกต์ใช้เพื่ออธิบายการกระทำหรือกิจกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ว่าเกิดขึ้นเพราะมนุษย์ใช้เหตุผลที่มีอยู่เป็นเครื่องมือในการกระทำ โดยมีสมมุติฐานที่สำคัญ ๆ ดังต่อไปนี้

1. เชื่อว่ามนุษย์เป็นผู้มีเหตุผล (Rational Man) ดังนั้นการกระทำกิจกรรม ต่าง ๆ ของมนุษย์จึงเกิดขึ้นจากการใช้เหตุผลเป็นเครื่องมือนำทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย หรือผลประโยชน์ที่ตนเองต้องการ (Harsanyi, 1986) หรือการกระทำของมนุษย์นั้นล้วนมุ่งตอบสนองต่อเป้าหมายที่ตนเองต้องการหรือคาดหวัง

2. เชื่อว่ามนุษย์ต้องการอรรถประโยชน์สูงสุด (utility maximization) จากทางเลือก (alternatives) หลากหลายที่เปิดให้กับตนเอง โดยที่มนุษย์สามารถจัดลำดับทางเลือกทั้งหมดแล้วเลือกสิ่งที่ดีที่สุดหรือที่ชอบมากที่สุด (Heath, 1976) ทั้งนี้ การจัดลำดับทางเลือกเพื่อตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายหรือประโยชน์ส่วนตัวมาจากการที่มนุษย์มีข้อมูลสามารถรวบรวมข้อมูลที่มีอยู่แล้วนำไปสู่การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล

3. เชื่อว่ามนุษย์มีเป้าหมายที่ต้องการที่ชัดเจน สามารถใช้เหตุผลประเมินแนวทางของการกระทำ (courses of action) ที่มีอยู่หลากหลาย แล้วจึงเลือกแนวทางของการกระทำที่ดีที่สุดที่คาดว่าจะนำไปสู่เป้าหมาย (Mouzelis, 1995)

4. เชื่อว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของมนุษย์สามารถอธิบายปรากฏการณ์ทางสังคมทุกชนิดจากคนเพียงคนเดียว (methodological individualism) เพราะถือว่าสังคมคือผลรวมของปัจเจกแต่ละคนที่เป็นสมาชิกอยู่นั่นเอง ดังนั้น เมื่อเรารู้พฤติกรรมหรือการกระทำของปัจเจกแต่ละคนก็ไม่ต่างจากการที่เรารู้พฤติกรรมหรือการกระทำของคนทั้งสังคม เพราะทฤษฎีนี้ถือว่ากลุ่มเป็นสิ่งที่มองไม่เห็น ไม่มีอยู่จริง ontology ของทฤษฎีนี้คือ ปัจเจกชน การอธิบายสังคมจึงต้องอธิบายในระดับปัจเจกชน (Stone, 2000)

ดังนั้น การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผลนั้นมีมุมมองมองว่าการกระทำของมนุษย์ล้วนมาจากความตั้งใจ (Intention) ซึ่งมีเป้าหมายเป็นอรรถประโยชน์สูงสุดและผลที่ได้จะสะท้อนออกมาตามความตั้งใจด้วย สมมุติฐานนี้มีปัญหาตรงที่มีบ่อยครั้งที่เกิดผลที่มนุษย์ไม่ได้ตั้งใจ (unintended consequences) ไม่ต้องการให้เกิดอย่างนั้น แต่กลับเกิดขึ้นเหมือนกับที่เรามักจะได้ยินคำพูดที่ว่าเหตุการณ์พาไป เพราะหลายกรณีปัจเจกเป็นเพียงส่วนหนึ่งของเหตุการณ์เท่านั้นไม่สามารถควบคุมให้ผลเกิดขึ้นตามใจปรารถนาของตนเองได้

2.3 การประยุกต์แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวข้องมาใช้ในการฝึก

จากแนวคิดพื้นฐานทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมและการสังเคราะห์ของผู้วิจัย ได้แก่ แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานทางปัญญาสังคม แนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง แนวคิดทฤษฎีการเลือก และ แนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล สามารถนำมาประยุกต์เพื่อเป็นเทคนิคที่ใช้ในการฝึกได้

ตาราง 2.4 การประยุกต์แนวคิดพื้นฐานทางจิตวิทยามาใช้ในการฝึก

แนวคิดพื้นฐานทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง	หลักการพื้นฐานของแนวคิด	การประยุกต์มาใช้ในการฝึก
แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานทางปัญญาสังคม	การเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเรียนรู้แบบโดยการสังเกตหรือการเรียนรู้โดยตัวแบบว่ามีทั้งหมด 4 อย่างคือ กระบวนการความเอาใจใส่(Attention) กระบวนการจดจำ(Retention) กระบวนการแสดงพฤติกรรมเหมือนตัวอย่าง (Reproduction) และ กระบวนการการจูงใจ (Motivation) โดยในขั้นการกระบวนการการจูงใจโดยการกระตุ้นจากสิ่งเร้าภายใน (Intrinsic Motivation) ที่เกิดจากความต้องการที่จะอยากจะทำด้วยตัวของบุคคลซึ่งทำให้อุณหภูมิที่เกิดขึ้นตลอดจนพฤติกรรมนั้นมีผลระยะคงอยู่ได้ถาวรและยาวนาน	นำไปประยุกต์ในการฝึกโดยผ่านการเรียนรู้จากตัวแบบ หรือนำเสนอบุคคลที่มีชื่อเสียง และร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่า ตัวแบบที่เลือกมา มีส่วนใดและยังขาดส่วนใด ตามหลักการมีคุณลักษณะที่ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาและจากนั้นร่วมกันระบุสาเหตุใดบุคคลดังกล่าวจึงมีลักษณะความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาตลอดจนยกสถานการณ์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกันฝึกช่วยกันอภิปราย
แนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง	การที่บุคคลรู้สึกว่าได้ปฏิบัติจากสิ่งที่เลือกด้วยตนเอง และปฏิบัติเองจากประสบการณ์ของพฤติกรรมที่ได้วางไว้ด้วยตนเอง เป็นขั้นตอน จากภายในที่สะท้อนถึงการสนับสนุนความสอดคล้อง และสิ่งที่เกี่ยวข้องของการกระทำ รวมไปถึงความต้องการไปสู่การปฏิบัติด้วยตนเองอย่างมีอิสระ ถือเป็นสิ่งสำคัญที่เชื่อมโยงไปถึงสภาพแวดล้อมทางสังคม เป็นสิ่งที่บุคคลมีการริเริ่มด้วยตนเองและการควบคุมการกระทำด้วยตนเอง	นำไปประยุกต์ในการฝึกโดยให้ผู้เข้าร่วมสามารถอธิบายและวางเป้าหมายในการใช้ชีวิตว่าจะเรียนอย่างไร ใช้ชีวิตในสังคมอย่างไร เพื่อให้สอดคล้องกับเป้าหมายหลักที่ตนวางไว้ และจากนั้นระบุถึงอิสระที่ตนเองมี ความสามารถที่ตนเองมี และสัมพันธ์ภาพที่เกิดขึ้นในมหาวิทยาลัย โดยระบุว่าตนเองยังขาดอะไร และจะเพิ่มเติมอย่างไร เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายหลัก

ตาราง 2.4 การประยุกต์แนวคิดพื้นฐานทางจิตวิทยามาใช้ในการฝึก (ต่อ)

แนวคิดพื้นฐานทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง	หลักการพื้นฐานของแนวคิด	การประยุกต์มาใช้ในการฝึก
แนวคิดทฤษฎีการเลือก	การกระทำพฤติกรรมส่วนมากของบุคคลเป็นพฤติกรรมที่ถูกกระตุ้น ผลักดันจากภายใน และถูกเลือกให้กระทำเพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานที่เป็นสากล 5 ประการได้แก่ ความต้องการความรัก และความเป้นเจ้าของ ความมีอำนาจ ความสนุกสนาน ความมีอิสระและอิสรภาพ และการมีชีวิตรอด	นำไปประยุกต์ในการฝึกโดยให้ผู้เข้าร่วมระบถึงสิ่งที่ทำให้ตนเองนั้นสนใจ ที่จะเรียน และ สนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมภายในร่วมหาวิทยาลัยว่า เป็นความต้องการผู้เข้าร่วมจากภายในหรือภายนอก และมาจากสาเหตุอะไรถึงเลือกที่ทำสิ่งนั้น
แนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล	1.เชื่อว่าบุคคลทุกคนเป็นผู้มีเหตุผล และพฤติกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากการใช้เหตุผลเป็นตัวช่วยในการตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง 2.เชื่อว่าบุคคลทุกคนต้องการอรรถประโยชน์สูงสุด 3.เชื่อว่ามนุษย์มีเป้าหมายที่ต้องการที่ชัดเจนและจะสามารถใช้เหตุผลประเมินแนวทางของการกระทำเพื่อดำเนินพฤติกรรมได้ 4.เชื่อว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของมนุษย์สามารถอธิบายปรากฏการณ์ทางสังคมทุกชนิดจากคนเพียงคนเดียว	นำไปประยุกต์ในการฝึกโดยให้ผู้เข้าร่วมอธิบายถึงเป้าหมายในการมาเรียน และ ใช้ชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัย และให้อธิบายเหตุผลว่าตนเองต้องทำอะไรใดเพื่อที่จะตอบสนองเป้าหมายหรือความต้องการของตนโดยการจัดลำดับทางเลือกเพื่อตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายหรือประโยชน์ส่วนตัวมาจากการรวบรวมข้อมูล แล้วจึงเลือกแนวทางของการกระทำที่ดีที่สุดที่คาดว่าจะนำไปสู่เป้าหมายในสิ่งที่ตนต้องการจากการมาเรียนในระดับอุดมศึกษาได้

จากตารางการประยุกต์แนวคิดพื้นฐานทางจิตวิทยามาใช้ในการฝึกที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมและการสังเคราะห์ของผู้วิจัยสามารถนำเทคนิคมาใช้ในการฝึกในโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเองที่มีต่อการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา

2.4 กระบวนการพัฒนาการสนับสนุนความเป็นอิสระของนักศึกษา

การสนับสนุนใหม่มีความอิสระให้อาสาใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ทดลองทำและให้มีความรับผิดชอบเพิ่มขึ้นแม้จะมีข้อจำกัดอยู่บางในเรื่องความเพียรพยายามและทักษะส่วนบุคคลก็เป็วิธีที่จะช่วยส่งเสริมแรงจูงใจภายในจากการมีพฤติกรรมที่มีอิสระกำหนดได้ด้วยตนเอง ดังนั้นความมีอิสระที่กำหนดได้ด้วยตนเองจึงเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการที่บุคคลมีทางเลือกในการตัดสินใจ โดยคำนึงถึงความสัมพันธ์ของสาเหตุและผลที่เกิดขึ้น มีลักษณะยืดหยุ่นในการมีปฏิสัมพันธ์ต่อสิ่งแวดล้อมเพื่อตอบสนองความต้องการและให้บรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้

ด้านการสนับสนุนความเป็นอิสระ(Autonomy Support) แนวคิดการสนับสนุนการกำหนดอิสระได้พัฒนาแนวคิดมาจากทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง(Self-determination) (Deci และ Ryan, 1985) เป็นทฤษฎีที่ได้ถูกนำไปใช้ และทดสอบอย่างแพร่หลาย โดยอธิบายถึงการพัฒนาบุคลิกภาพและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง ซึ่งสันนิษฐานว่า มนุษย์มีเรื่องของการเรียนรู้ ความสามารถ การพัฒนาตนเองประสบการณ์ และการมีสุขภาวะที่ดีมาตั้งแต่เกิด โดยมีลักษณะนิสัยที่จะไปสู่การเจริญเติบโตการเรียนรู้สิ่งที่ท้าทายจากสภาพแวดล้อมทางสังคม และการรวมองค์ประกอบต่าง ๆ เข้าไว้ด้วยกันที่มาจากประสบการณ์ใหม่ในการเรียนรู้ผ่านกระบวนการทางจิตวิทยาเพื่อนำไปสู่ความสอดคล้องที่ตรงกับความรู้สึกของตนเองและพัฒนาขึ้นจนกลายเป็นบุคลิกภาพของตนเอง (Ryan และ Deci, 2000) การเกิดขึ้นของกระบวนการทางจิตวิทยาที่มาจากความรู้สึกของตนเองกิจกรรมยังรวมไปถึงแรงจูงใจของบุคคลที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางสังคมเพื่อไปสู่การพัฒนาพฤติกรรม ดังนั้น ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเองถือเป็นแนวทางหนึ่งของการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับบุคคลและสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างการกระทำของบุคคลกับสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เป็นพื้นฐานในการทำนายการกำหนดตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรม เรียนรู้ประสบการณ์ และการพัฒนาตนเองให้สำเร็จตามเป้าหมาย

อีกทั้งทางการสนับสนุนความเป็นอิสระ(Autonomy Support) เป็นการอธิบายถึงการได้รับโอกาสในการสนับสนุนหรือส่งเสริมจากสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ได้รับจากผู้ที่มีอำนาจหรือผู้นำในการให้ โอกาสในการตัดสินใจ และการได้รับเหตุผล (Reeve และคณะ, 2002) พร้อมรับฟังด้วยความใส่ใจ การให้ความหมายในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยปราศจากความกดดัน (Deci และ Ryan, 2002) จะนำไปสู่การได้รับความพึงพอใจในความต้องการจากได้รับปฏิสัมพันธ์ที่ดี และเพิ่มความรู้สึกของ ความสัมพันธ์นั้นจากความรู้สึกถึงความสอดคล้องกับสิ่งที่มีอยู่ในตนเอง (Belongingness) และไปสู่การเริ่มต้น และความตั้งใจในการปฏิบัติพฤติกรรมด้วยความมีอิสระ (Deci และ Ryan, 1987)

โดยการสนับสนุนความเป็นอิสระนั้นเริ่มจากการศึกษาของ Deci และคณะ (1994) ประกอบด้วย 1) การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล เป็นการชี้แจงเรื่องการที่ผู้เข้าร่วมนั้นต้องรู้ เข้าใจ เหตุผล และให้คำอธิบายถึงความหมายหรือคุณค่าจากสิ่งที่บุคคลได้เลือกกว่าเข้าจะทำอะไร 2) การเข้าใจความรู้สึกของตนเองจากการเลือกเป็นการฝึกการยอมรับความรู้สึกเชิงลบ เป็นการให้ความสำคัญกับการลดความตึงเครียดที่เกิดจากการขอความเห็นชอบจากบุคคลอื่นนั้นขัดแย้งกับความชอบส่วนบุคคลของตนเอง และ 3)การใช้ภาษาที่ไม่ควบคุม เป็นการนำให้ผู้เรียนรู้ว่าสิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนจำเป็นต้องทำ และสิ่งใดต้องทำซึ่งทั้ง 3 หลักเป็นกลยุทธ์ที่ใช้ในการสนับสนุนให้ผู้เรียนมีกำหนดอิสระด้วยตนเอง โดย Edmunds และคณะ (2008) ที่ศึกษารูปแบบลีลาการสอนที่ประยุกต์

ตามแนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเองต่อการออกกำลังกายพบว่าการประยุกต์ให้คำอธิบายถึงความหมายหรือคุณค่า ประยุกต์การสอนในมุมมองทั้งบวกและลบ และไม่ใช้การสื่อสารไปในเชิงบังคับนั้นช่วยให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมการออกกำลังกายในวิชาพลเพิ่มขึ้นกว่าการสอนวิธีปกติ

ต่อมา Williams และคณะ (1999) ได้เสนอกลยุทธ์เพิ่มคือการสนับสนุนทางเลือกเป็นการให้ข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือก, การสนับสนุนการเลือก และให้กำลังใจในการริเริ่มการกระทำของผู้เข้าร่วม โดย Chatzisarantis และ Hagger (2009) ที่ศึกษาผลของการฝึกตามทฤษฎีการกำหนดอิสระด้วยตนเองที่มีต่อความสนใจของการมีส่วนร่วมทางกิจกรรมกายภาพ พบว่า การนำเสนอการสนับสนุนทางเลือกในกลุ่มทดลองช่วยให้ผู้เรียนมีความสนใจในและมีส่วนร่วมในกิจกรรมของกายภาพเพิ่มขึ้น

ตลอดจน Reeve และคณะ (2004) เสนอการเสริมสร้างแรงจูงใจภายใน โดยเป็นการรับรู้การสนับสนุนความเป็นอิสระในตนเองจึงเป็นวิธีที่ช่วยให้บุคคลไปถึงเป้าหมายของตนเองที่ได้ตั้งไว้และสร้างบรรยากาศสูงใจ ของการส่งเสริมในการทำกิจกรรม โดยได้รับการสนับสนุนความเป็นอิสระในตนเองจากสภาพแวดล้อมทางสังคมจึงมีผลจากการให้โอกาสบุคคลไปสู่แรงจูงใจตามความสนใจ การได้รับการตอบสนองความพึงพอใจต่อความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาที่อยู่ภายในตนเอง โดยจากการศึกษาของ Barch (2006) ที่ศึกษาผลการฝึกอบรมการเสริมสร้างอิสระด้วยตนเองของครูผู้แรงจูงใจภายในของตนเอง พบว่า การเสริมสร้างแรงจูงใจภายในของนักเรียน นั้นเกิดจากการที่ผู้สอนสนับสนุนความเป็นอิสระในตนเองจึงเป็นวิธีที่ช่วยให้บุคคลไปถึงเป้าหมายของผู้เรียน

ตาราง 2.5 การสังเคราะห์ขั้นตอนและระยะเวลาในการสนับสนุนความเป็นอิสระ

ผู้นิพนธ์	ขั้นตอนการสนับสนุนความเป็นอิสระ					
	การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล	การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง	การใช้ภาษาที่ไม่คลุมเครือ	การสนับสนุนการเลือก	เสริมสร้างแรงจูงใจ	ระยะเวลา
Edmunds และคณะ (2008)	✓	✓	✓			6 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที
Chatzisarantis และ Hagger (2009)	✓	✓	✓	✓		7 ครั้ง / ไม่ระบุ เวลา
Barch (2006)	✓	✓	✓	-	✓	5 ครั้ง/ไม่ ระบุเวลา
Williams และคณะ(2008)	✓	✓	✓	✓	✓	8 ครั้ง / ครั้งละ 30 นาที
Oliva และคณะ (2016)	✓	✓	✓	✓	✓	7 ครั้ง/ไม่ ระบุ

จากการศึกษาทบทวนและสังเคราะห์ขั้นตอนการสนับสนุนการมีอิสระด้วยตนเอง จากแนวคิดการกำหนดด้วยตนเอง Deci และคณะ (1994) การสนับสนุนทางเลือก Williams และคณะ (1999) ทฤษฎีการกำหนดอิสระตามแนวคิดของ Ryan และ Deci (2000) และการมีอิสระด้วยตนเอง Reeve และคณะ (2004) ซึ่งเป็นการส่งเสริมทักษะการกำหนดอิสระด้วยตนเองที่มุ่งเน้นเสริมสร้างโดยกระบวนการการสนับสนุนความเป็นอิสระที่มุ่งเน้นกิจกรรมในและนอกชั้นเรียนที่สังเคราะห์ออกมา 5 ขั้นตอน ได้แก่

ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ หมายถึง การริเริ่มการกระทำด้วยตนเองโดย ผู้เข้าร่วมจะต้องสามารถรับรู้ว่าคุณมีความสามารถและสัมพันธ์ภาพต่อผู้อื่นผ่านกิจกรรมที่ผู้ร่วมการฝึกแต่ละคนได้มีส่วนร่วม ไม่ว่าจะเป็นของตนเองและของกลุ่ม โดยขั้นตอนที่ผู้ฝึกการเกิดความสนใจ ความพึงพอใจ ความท้าทาย ผ่านระดับตนเอง และสังคมที่เข้าอาศัยอยู่

ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง หมายถึง ผู้เข้าร่วมฝึกจะมีการประเมินอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นว่ามีอารมณ์ในเชิงบวกหรือเชิงลบโดยผ่านการฝึกให้ตระหนักและยอมรับความรู้สึก

ของตนเองขณะที่เจอเหตุการณ์ในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและกิจกรรมมหาวิทยาลัย ที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคลของผู้เข้าร่วมการ

ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง หมายถึง สามารถอธิบายถึงสิ่งที่ต้องทำในชีวิตประจำวัน ผ่านการใช้การสื่อสารภายในตัวเองและการสื่อสารจากบุคคลอื่นที่ไม่ควบคุมต่อตนเองและผู้อื่น เป็นการนำกลยุทธ์ “Should” ควรจะทำ” “Must ต้องทำ” และ “Have to จำเป็นที่จะต้องทำ” ให้ผู้เข้าร่วมฝึกเข้าใจว่า สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนจำเป็นต้องทำ และสิ่งไหนต้องทำ ทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่นในบริบทของบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน

ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล หมายถึง เมื่อพบเจอสถานการณ์ใด ๆ บุคคลจะต้องตรวจสอบ และใช้เหตุผลเป็นเครื่องมือแนวทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย หรือผลประโยชน์ที่ตนเองต้องการ โดยผ่านการฝึกให้ชี้แจงเข้าใจเหตุผล และให้ผู้เข้าร่วมฝึกสามารถอธิบายถึงความหมายที่ต่อตนเองหรือคุณค่าในสิ่งที่เขาได้ตัดสินใจเลือกในการทำกิจกรรมในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน

ขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ หมายถึง อธิบายเหตุผลของการเลือก ที่มาจากข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกที่ผู้ร่วมฝึกเลือกเพื่อสนับสนุนการเลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง ในการแสดงพฤติกรรมในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและกิจกรรมมหาวิทยาลัยที่เกิดขึ้นนอกห้องเรียน และให้กำลังใจในการริเริ่มการกระทำด้วยตนเอง

จากการศึกษาทบทวนและสังเคราะห์ขั้นตอนการสนับสนุนการมีอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอนในแต่ละงานวิจัยที่ได้ทบทวนและสังเคราะห์ระยะเวลาในการฝึกผู้วิจัยมีความสนใจที่จะเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาควรผ่านโปรแกรมการสนับสนุนการมีอิสระจำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ที่ได้กล่าวไปข้างต้นให้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต

ตอนที่ 3 บริบทของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย

จากสภาวะที่เปลี่ยนแปลงไปของโลกในปัจจุบัน อัตราการเกิดของประชากรเริ่มลดลงส่งผลให้โลกกำลังดำเนินเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอนาคตอันใกล้ ตลอดจนเทคโนโลยีและนวัตกรรมที่ก้าวล้ำไปทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ขึ้น ขณะที่องค์ความรู้ในอดีตและการเรียนรู้แบบเดิมนั้น จึงไม่ตอบสนองบริบทของโลกยุคปัจจุบัน รวมทั้งไม่ตอบโจทย์ผู้เรียนยุคใหม่ได้ โดยมหาวิทยาลัยอุดมศึกษา มีภารกิจหลักที่ประกอบด้วยสาระสำคัญ 4 ประการ ได้แก่ การเรียนการสอน (ผลิตบัณฑิต) การผลิตผลงานวิจัยการให้บริการทางวิชาการแก่สังคม และการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม

ในบริบทของการผลิตบัณฑิตนั้นมีความสำคัญอย่างมาก เนื่องจากงานกิจกรรมนักศึกษา หรืออาจเรียกว่า “งานกิจกรรมพัฒนานักศึกษา” นับเป็นบทบาทหลักอีกประการหนึ่งที่มหาวิทยาลัยต้องส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดขึ้นในมหาวิทยาลัย ในนักศึกษาได้รับการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้งานสู่การเป็นบัณฑิตที่มีศักยภาพสมบูรณ์พร้อมในสังคม ทั้งทางด้านร่างกาย สังคม อารมณ์และสติปัญญา ดังนั้นการจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาจึงต้องดำเนินการทั้งการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างพัฒนาความรู้ทางวิชาการ วิชาชีพ และสนับสนุนการจัดกิจกรรมของนักศึกษา เพื่อพัฒนานักศึกษาให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์มีคุณภาพและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (สำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษา, 2551)

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาได้กำหนดความมุ่งหมายและหลักการในการจัดการศึกษาเพื่อ พัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายจิตใจ สติปัญญาความรู้คุณธรรม จริยธรรม และวัฒนธรรม ในการดำรงชีวิต และเป็นผู้มีประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2554) ซึ่งเป็นแนวทางในการพัฒนานิสิตนักศึกษาในแผนพัฒนาการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 – 2564) คือ มหาวิทยาลัยจะต้องผลิตบัณฑิตที่มีความรู้คุณธรรม มีสติปัญญา ใฝ่การเรียนรู้ฝึกคิดอย่างเป็น ระบบ มีจิตสำนึกและศักยภาพในการสร้างงาน บุคลิกภาพดีมีความเป็นผู้นำ ยึดมั่นในระบอบประชาธิปไตย มีวินัยรับผิดชอบตนเองและมีความเอื้ออาทรต่อสังคม ตระหนักในคุณค่าทรัพยากรและภูมิปัญญาท้องถิ่น มีสุขภาพดีและมีความเป็นสากล (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2552)

3.1 พัฒนาการของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา

ลักษณะทั่วไปของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษามักจะอยู่ในวัยรุ่นที่กำลังจะเป็นผู้ใหญ่ โดยผู้เรียนในระดับอุดมศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นและมีอุดมการณ์สูง สนใจในสิ่งที่อยากรู้ ต้องการการยอมรับของเพื่อน อาจารย์ และสังคม ต้องการที่จะสามารถนำตนเองได้ เป็นบุคคลที่มีประสบการณ์ สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง (self directed learning) มักสนใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิต ครอบครัว และสิ่งแวดล้อม การจัดการเรียนการสอนควรมุ่งจัดให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน และให้ สามารถเชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมของผู้เรียน จะสามารถช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี (แพรวพรรณ, 2557) โดย ผู้เรียนในระดับอุดมศึกษามักอยู่ในวัยที่กำลังจะเป็นผู้ใหญ่หรือวัยผู้ใหญ่ อายุประมาณ 18-30 ปี ดังนั้น จิตวิทยาด้านการเรียนรู้ของผู้เรียนระดับอุดมศึกษาจึงแตกต่างจากเด็กพอสมควรดังต่อไปนี้

1) ต้องการด้านการยอมรับจากผู้อื่น ซึ่งหากผู้เรียนเกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่ได้รับการยอมรับในสถานการณ์ต่างๆแล้วจะเกิดความเครียด และอาจต่อต้าน สิ่งที่สำคัญคือต้องพยายาม

ทำให้ผู้เรียนนั้นเกิดความรู้ความสามารถในการนำตนเอง (self directing) ในการเรียนการสอนให้มากที่สุดด้วย

2) ผู้เรียนระดับอุดมศึกษาเป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะและมีประสบการณ์อย่างหลากหลาย ซึ่งประสบการณ์ต่างๆ เหล่านี้จะเป็นแหล่งข้อมูลและเป็นประสบการณ์เดิมที่มีคุณค่า สูงยิ่งสำหรับการเรียนรู้ต่อสิ่งใหม่ๆ

3) มีความพร้อมในการเรียนรู้และมีวุฒิภาวะที่พร้อมจะเรียนรู้ในด้าน วิชาการต่างๆ ดังนั้น การสอนให้ผู้เรียนระดับอุดมศึกษาเรียนรู้จึงมักจะทำให้ผู้เรียนเกิดความต้องการที่อยากจะเรียนรู้ ซึ่งต่างจากเด็กมักยึดถือว่าเด็กต้องเรียนในสิ่งนั้นสิ่งนี้เพราะคาดว่าจะจะเป็นประโยชน์กับเด็กในอนาคต

4) จัดการเรียนรู้ที่มีความเหมาะสม กล่าวคือการสอนเด็กมักจัดการเรียนการสอนในลักษณะการเรียนแบบวิชาเป็นศูนย์กลาง (subject centered)

ในขณะที่ผู้เรียนระดับอุดมศึกษาควรจัดการเรียนรู้แบบปัญหาเป็นศูนย์กลาง (problem centered) นอกจากนั้นการเรียนในมหาวิทยาลัยมักเรียนรู้เพื่อไปประกอบอาชีพ เป็นพื้นฐานสำหรับการทำงาน และผู้เรียนที่เข้ามาเรียนก็มีวัตถุประสงค์อย่างชัดเจน (ดนุตา จามจุรี และ บุปผา เมฆศรีทองคำ, 2555) จุดมุ่งหมายในการเข้ามหาวิทยาลัย หรือมหาวิทยาลัยอุดมศึกษาของผู้เรียนนั้นแตกต่างกันออกไปตามลักษณะ ของสังคม และลักษณะของมหาวิทยาลัย ในสังคมที่ศึกษาระดับอุดมศึกษามีหลายระดับและสำหรับการเรียนในอุดมศึกษาในประเทศไทยนั้น ผู้เรียนส่วนใหญ่ มักเน้นที่ความรู้ และด้านวิชาชีพมากกว่าสิ่งอื่นๆ นอกจากนั้นอาจมีจุดมุ่งหมาย เช่น ความนิยมในปริญญา ความยกย่องและค่านิยมในสังคม โอกาสในการทำงาน ความต้องการของ ครอบครัว เป็นต้น

ดังนั้น นักศึกษาระดับอุดมศึกษาในประเทศ อุตสาหกรรมมักมีความมุ่งมั่นและคำนึงถึงความสุขสบายความเหมาะสมทางครอบครัว ความสมบูรณ์ทางวัตถุมาก ขณะที่นักศึกษาในประเทศที่กำลังพัฒนา มักอยากทำอะไรให้แก่ประเทศชาติ เช่น การแก้ปัญหาความยากจน หรือการยกมาตรฐานของชีวิตของประชาชนในสังคม เป็นต้น เนื่องจากชีวิตและสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ในมหาวิทยาลัย เป็นชีวิตที่มีความหลากหลาย นักศึกษามีบุคลิกภาพต่างๆ ซึ่งมักได้รับการพิจารณาทดสอบ ทำหาย คัดเลือก หล่อหลอม และยึดไว้เป็นลักษณะของผู้เรียนแต่ละคนแต่ละมหาวิทยาลัย ซึ่งมีลักษณะเฉพาะแตกต่างกัน โดยทั่วไปเมื่อนักศึกษาเข้ามหาวิทยาลัยใหม่ๆ บุคลิกภาพยังไม่ชัดเจน

แต่เมื่อจบการศึกษาแล้วจะมีลักษณะเฉพาะของตนเองค่อนข้างแน่นอน จากการสอบถามนักศึกษา ส่วน ใหญ่ นอกจากเวลาเรียนแล้ว นักศึกษามักสนใจกิจกรรมต่างๆ เช่น การเข้าชมรม บำเพ็ญประโยชน์ ดนตรี และกีฬา หากช่วงปิดเทอมก็มักออกค่ายอาสา เพื่อพัฒนาชนบท มักอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม ทำกิจกรรมร่วมกัน มากกว่าอยู่กัน ตามลำพัง ด้วยเหตุนี้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนักศึกษา ไม่ว่าจะเป็นการเรียนการสอนในห้องเรียน หรือกิจกรรมนอก ห้องเรียน ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัย หรือนอกมหาวิทยาลัย จึงมีคุณค่าต่อนักศึกษาอย่างมาก เป็นการ สร้างประสบการณ์ชีวิตในกับตัวนักศึกษาเองและไม่ว่าด้านใดก็ตาม (Stephenson และ Kohyama, 2003)

บุคลิกภาพที่สำคัญของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยอีกประการหนึ่งก็คือ นักศึกษาจะสนใจทุกสิ่งทุกอย่างรอบๆตนเอง ไปหมด ในทุกๆ ด้าน อยากรู้อยากเห็นไปหมด ความกระหายใคร่อยากเรียนรู้ จึงเป็นลักษณะที่สำคัญอีกประการ หนึ่งที่อาจารย์ หรือผู้สอนสามารถใช้ประโยชน์ด้านการจัดการ

เรียนการสอน Hochbaum Jerry (2000) ได้สรุปลักษณะการเปลี่ยนแปลงที่เด่นของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาไว้ คือ ในชั้นปีที่หนึ่ง นักศึกษาจะรู้สึกตื่นเต้นสนใจต่อสิ่งต่างๆรอบด้าน อยากเรียน อยากรู้ และยอมหรือพยายามปรับตัวให้เข้ากับสังคมใน ทุกๆด้าน พอขึ้นปีที่สอง ความตื่นเต้นกระตือรือร้นจะค่อยๆ ลดลง มีแนวโน้มจะเป็นปฏิปักษ์กับมหาวิทยาลัยและ กฎระเบียบ ไม่ค่อยพูดจา กับครูอาจารย์ ปีที่สาม ชอบอยู่กับกลุ่มเพื่อน ไม่ค่อยสนใจต่อสังคมมหาวิทยาลัยเท่าที่ควร พอขึ้นปีที่สี่ ผู้เรียนจะไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยมากนัก ส่วนใหญ่จะสนใจเกี่ยวกับงานวิชาชีพที่ตนเองศึกษา และ ความก้าวหน้าในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับของประเทศไทย นักศึกษามีการเปลี่ยนแปลงบุคลิก และพฤติกรรม ค่อนข้างมากในชีวิตมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงจุดมุ่งหมายของการศึกษาและชีวิต ซึ่งมีความชัดเจนใน ตนเองมากขึ้น โดยก่อนเข้าศึกษานักศึกษาคิดว่า ควรจะเข้ามหาวิทยาลัยเพื่อประกอบอาชีพและเรียนต่อ แต่พอจะจบการศึกษานักศึกษาเห็นว่าควรจะหาความรู้หาประสบการณ์ แล้วเอาไปใช้เพื่อประโยชน์ของสังคมและสร้างครอบครัว มีการเปลี่ยนแปลงความคิดและทัศนคติที่กว้างขึ้น แต่ในทรรศนะของคนทั่วไปแล้วยังมองว่า นักศึกษานั้นเมื่อเข้าเรียนใหม่ๆ เป็นผู้มีอุดมคติสูง แต่พอเรียนสูงขึ้น มักจะถูกมองว่าอุดมการณ์เปลี่ยน เห็นแก่ตัวมากขึ้น นึกถึงตัวเอง มากขึ้น เป็นต้น การใช้เวลาของผู้เรียนในมหาวิทยาลัยอุดมศึกษามีผลอย่างมากต่อการเรียนรู้ และพัฒนาการด้านต่างๆ ของผู้เรียน โดยเฉพาะหากการใช้เวลานั้นเกี่ยวข้องหรือสัมพันธ์โดยตรงกับเรื่องที่จะเรียนก็จะช่วยให้การเรียนรู้มีผลดีขึ้น

3.2 กิจกรรมของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต

จากสภาวะโลกที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว มหาวิทยาลัยจึงปรับยุทธศาสตร์ด้านวิชาการให้ตอบสนองกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลกและตอบโจทย์ผู้เรียนยุคใหม่ โดย งานกิจกรรมนักศึกษาเป็นงานที่มีขอบข่ายกว้าง ซึ่งนักศึกษาจะใช้โอกาสที่มีอยู่ใน ขณะที่ศึกษาสัมผัสกับกิจกรรมต่างๆ อันเป็นงานที่ช่วยให้นักศึกษาได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ในทางที่เหมาะสม ในการจัดแบ่งประเภทกิจกรรมนักศึกษา จึงควรจัดไว้หลายรูปแบบเพื่อให้ นักศึกษาได้เลือกตามความสนใจและตามความเหมาะสมของตนเอง ทั้งนี้แต่ละมหาวิทยาลัยจะเน้น กิจกรรมประเภทใดขึ้นอยู่กับนโยบายมหาวิทยาลัยนั้นๆ ซึ่ง (กิจการนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,2558) ได้ แบ่งประเภทกิจกรรมนักศึกษา ตามลักษณะของกิจกรรมได้ 7 ประเภท ดังนี้

1) กิจกรรมส่วนกลาง เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อเป็นศูนย์รวมของนิสิต นักศึกษาและยังเป็นฝ่ายควบคุมและสนับสนุนกิจกรรมส่วนอื่นๆ โดยทั่ว ๆ ไป กิจกรรมประเภทนี้ จะแบ่งออกเป็น 2 ฝ่ายคือ ฝ่ายบริหารซึ่งทำ หน้าที่บริหารและฝ่ายสภานิสิตนักศึกษาซึ่งทำหน้าที่ นิติบัญญัติองค์กรกิจกรรมประเภทนี้ได้แก่ องค์การนิสิตนักศึกษา ศูนย์นิสิตนักศึกษา หรือสโมสร นิสิตนักศึกษา

2) กิจกรรมด้านวิชาการ เป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่มุ่งเน้นเพิ่มพูน ความรู้และประสบการณ์ทางด้านวิชาการให้แก่ นิสิตนักศึกษา

3) กิจกรรมทางด้านกีฬา เป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นพัฒนานิสิตนักศึกษาใน ด้านร่างกายและจิตใจตลอดจนทักษะในการกีฬา การฝึกซ้อมกีฬา นอกจากจะทำให้ นิสิตนักศึกษา เกิดทักษะในการกีฬา และความสนุกสนานเพลิดเพลินแล้ว ยังทำให้นิสิตนักศึกษามีร่างกาย แข็งแรง นอกจากนี้การแข่งขันกีฬายังเป็นการฝึกให้นิสิตนักศึกษามีน้ำใจเป็นนักกีฬาด้วย

4) กิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรม เป็นกิจกรรมที่มุ่งส่งเสริมความรู้และ ประสบการณ์ให้แก่ นิสิต นักศึกษาทางด้านศิลปวัฒนธรรม เช่น กิจกรรมที่เกี่ยวกับศาสนา ศิลปการแสดง ศิลปการพูดและดนตรี

5) กิจกรรมด้านบำเพ็ญประโยชน์ เป็นกิจกรรมที่นิสิตนักศึกษากระทำเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น หรือสร้างถาวรวัตถุที่เป็นสาธารณสมบัติ กิจกรรมด้านนี้รวมทั้งการสร้างถาวรวัตถุ และการให้การศึกษาแก่ประชาชนในด้านอาชีพ ด้านสาธารณสุข เพื่อช่วยให้ประชาชนชนบทหรือ ประชาชนในเมืองที่อยู่ ในแหล่งเสื่อมโทรมมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

6) กิจกรรมทางด้านนันทนาการ เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อความ สนุกสนานและเพลิดเพลิน แก่นิสิตนักศึกษา กิจกรรมประเภทนี้ได้แก่ การจัดงานสังสรรค์ การจัด งานตามประเพณีท้องถิ่น หรือการจัดงานโอกาสต่างๆ เป็นต้น

7) กิจกรรมด้านการเมือง เป็นกิจกรรมที่นิสิตนักศึกษาได้แสดงความ คิดเห็น หรือแสดงออก ซึ่งอาจเป็นการคัดค้าน หรือสนับสนุนต่อเหตุการณ์ต่างๆ ของสังคม

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2552) ได้แบ่งประเภทของกิจกรรมนักศึกษาตาม ระบบการประกันคุณภาพการศึกษา ออกเป็น 5 ประเภท ดังนี้

- 1) กิจกรรมวิชาการที่ส่งเสริมคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์
- 2) กิจกรรมกีฬาหรือการส่งเสริมสุขภาพ
- 3) กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์หรือรักษาสีงแวดล้อม
- 4) กิจกรรมเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรม
- 5) กิจกรรมส่งเสริมศิลปะและวัฒนธรรม

นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมตามนโยบายสถานศึกษา 3 ดี (3D) ของรัฐบาล ซึ่ง กำหนดกิจกรรม เอาไว้ 3 ประเภท ได้แก่ กิจกรรมด้านการส่งเสริมประชาธิปไตย กิจกรรมด้านคุณธรรม จริยธรรม และ กิจกรรมด้านการสร้างภูมิคุ้มกันภัยจากยาเสพติด

ดังนั้นกิจกรรมนักศึกษาไว้ว่าประเภท ของกิจกรรม ส่วนใหญ่มักแบ่งตามวัตถุประสงค์ในการ พัฒนานักศึกษาของกิจกรรมแต่ละประเภท นอกจากนี้แต่ละมหาวิทยาลัยอาจจัดแบ่งประเภทของ กิจกรรมแตกต่างกันออกไปด้วย ขึ้นอยู่กับการบริหารงานกิจกรรมนักศึกษาของมหาวิทยาลัยนั้นๆจะ แบ่งไปตามวัตถุประสงค์ รูปแบบการพัฒนา นิสิตนักศึกษาและลักษณะของกิจกรรม สำหรับ มหาวิทยาลัยทั้งรัฐบาลและเอกชนในประเทศไทยจะแบ่งประเภทของกิจกรรมโดยยึดแนวทางที่ ทบวงมหาวิทยาลัยกำหนดไว้คือ ด้านวิชาการ ด้านกีฬา ด้านศิลปวัฒนธรรม และด้านบำเพ็ญ ประโยชน์

ตอนที่ 4 การพัฒนาความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยใช้โปรแกรมการฝึกการสนับสนุน

อิสระด้วยตนเอง

การพัฒนาความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยใช้โปรแกรมการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง โดยจากการสังเคราะห์และทบทวนวรรณกรรมพบว่า ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการกำหนดอิสระด้วยตนเอง (Autonomy support) จากการสังเคราะห์และทบทวนวรรณกรรมในตอนต้นที่ 1 และ 2 องค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาประกอบด้วย ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด (Cognitive Engagement) ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ (Emotional Engagement) และความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม (Behavioral Engagement) ซึ่งครอบคลุมกับบริบทของการเรียนและการทำกิจกรรมในสถานศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษานั้นควรเป็นการเป็นการเสริมสร้างจากภายในสู่ภายนอก โดยใช้การเสริมสร้างแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ที่เกิดจากความต้องการที่อยากจะทำด้วยตัวของบุคคลเอง ซึ่งทำให้คุณลักษณะที่เกิดขึ้นและพฤติกรรมนั้นมีผลคงอยู่ได้ถาวรและยาวนาน (Bruzsa และ Hoenkamp, 2018) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ของ Jang และคณะ (2010) ที่พบว่า นักศึกษาที่มีความยึดมั่นผูกพันสูงจะมีการกำหนดด้วยตนเองสูงด้วย จากการสังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเองควรประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ งานวิจัยนี้จึงมีสมมติฐานการฝึกการกำหนดอิสระด้วยตนเองจะทำให้ให้นักศึกษามีความยึดมั่นผูกพันสูงขึ้น ตาราง 2.6 จึงเป็นการนำเสนอผลการสังเคราะห์ขั้นตอนการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองเพื่อนำไปสู่การพัฒนาความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

ตาราง 2.6 ผลการสังเคราะห์ขั้นตอนการฝึกการกำหนดอิสระด้วยตนเองเพื่อพัฒนาความยืดหยุ่น
 ผู้ฝึกฝนของนักศึกษา

ขั้นตอนการฝึกการ สนับสนุนอิสระด้วย ตนเอง	รายละเอียดในแต่ละขั้น	ความยืดหยุ่นผู้ฝึกฝนของนักศึกษา		
		ความยืด หยุ่นผู้ฝึก ฝนเชิง รู้คิด	ความยืด หยุ่นผู้ฝึก ฝนเชิง อารมณ์	ความ ยืดหยุ่นผู้ฝึก ฝนเชิง พฤติกรรม
ขั้นที่ 1 การเสริมสร้าง แรงจูงใจ	นำเสนอความสำคัญของการเรียนและการทำ กิจกรรมของตัวแบบในบริบทอุดมศึกษา และ สร้างสัมพันธ์กับผู้เข้าร่วมเพื่อสร้างความ สนใจ กระตุ้นอารมณ์ทางบวก ตลอดจน นำเสนอตัวแบบที่มีพฤติกรรมมีส่วนร่วมใน ชั้นเรียนและกิจกรรมในมหาวิทยาลัย	✓	✓	✓
ขั้นที่ 2 การเข้าใจ ความรู้สึกของตนเอง	ตระหนักและไตร่ตรองอารมณ์ทั้งของตนเอง และตัวแบบตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ ประเมินอารมณ์ของตนเองและตัวแบบจาก สถานการณ์ที่กำหนดให้ ตลอดจนอธิบาย พฤติกรรมของตนเองและตัวแบบหลังจาก เข้าใจอารมณ์ของตน	✓	✓	✓
ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ ภาษาต่อตนเอง	พิจารณาการเลือกใช้ภาษาของตนเองและตัว แบบว่ามาจากความต้องการของตนเองหรือ การถูกบังคับ และอธิบายความรู้สึกของตนเอง และตัวแบบมาจากความต้องการของตนเอง หรือการถูกบังคับ ตลอดจนอธิบายพฤติกรรม ของตนเองและตัวแบบมาจากความต้องการ ของตนเองหรือการถูกบังคับ	✓	✓	✓
ขั้นที่ 4 การตัดสินใจ เลือกอย่างมีเหตุผล	อธิบายถึงคุณค่าของตนเองและตัวแบบในสิ่งที่ เขาได้ตัดสินใจ ทั้งยังอธิบายถึงความรู้สึกของ ตนเองและตัวแบบในสิ่งที่เขาได้ตัดสินใจ ตลอดจนอธิบายถึงพฤติกรรมของตนเองและ และตัวแบบในสิ่งที่เขาได้ตัดสินใจ	✓	✓	✓
ขั้นที่ 5 การสนับสนุน การตัดสินใจ	อธิบายถึงความสำคัญของสิ่งที่ตนเองและตัว แบบหลังจากการใช้เหตุผลในการตัดสินใจ ทั้ง ยังอธิบายถึงอารมณ์ของตนเองและตัวแบบ หลังจากการใช้เหตุผลในการตัดสินใจ และบอก ถึงพฤติกรรมของตนเองและตัวแบบหลังจาก การใช้เหตุผลในการตัดสินใจ	✓	✓	✓

ตอนที่ 5 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจศึกษาการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาให้กับนักศึกษา ระดับปริญญาบัณฑิต โดยความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเป็นการป้องกันผลที่จะเกิดขึ้นทางอ้อมทั้งในการทำงานในอนาคตและการศึกษา ตลอดจนการใช้ชีวิตในปัจจุบันของนักศึกษาในเรื่องของการปรับตัวทางสังคมไม่ว่าจะเป็นเนื้อหาทางวิชาการและการดำเนินชีวิตในบริบทของมหาวิทยาลัย จากการสังเคราะห์งานวิจัยและแนวคิดของนักวิชาการหลายท่าน (Finn, 1989 ; Schaufeli และคณะ, 2002 ; Fredericks และคณะ, 2004 ; Reeve และ Tseng, 2011) ซึ่งผู้วิจัยนั้นสังเคราะห์ได้ องค์ประกอบและคุณลักษณะที่ใช้วัดองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3 ด้าน โดย องค์ประกอบแรก ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด (Cognitive Engagement) องค์ประกอบที่สอง ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ (Emotional Engagement) และองค์ประกอบที่สามความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม (Behavioral Engagement) ที่ครอบคลุมกับบริบทของการเรียนและการทำกิจกรรมในสถานศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยจากการศึกษางานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ของ Jang และคณะ (2010) พบความสัมพันธ์ระหว่างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาวิชาชีพครูและการกำหนดด้วยตนเอง (Self-determination) ที่มีองค์ประกอบทั้ง 3 องค์ประกอบ 1) ความเป็นอิสระ (Autonomy) 2) ความสามารถ (Competence) และ 3) สัมพันธภาพ (Relatedness) ในลักษณะทิศทางบวก โดยความเป็นอิสระมีค่าสหสัมพันธ์สูงที่สุดจากทั้งสามองค์ประกอบกล่าวคือการเพิ่มขึ้นของการกำหนดอิสระด้วยตนเองจะทำให้ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเพิ่มขึ้น ซึ่งผู้วิจัยจึงเล็งเห็นการเสริมสร้างความเป็นอิสระด้วยการประยุกต์ใช้กระบวนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง (Autonomy Support) ที่สังเคราะห์จากงานวิจัยและแนวคิดของนักวิชาการหลายท่าน (Deci และคณะ, 1994 ; Williams และคณะ, 1999 ; Ryan และ Deci, 2000 ; Reeve และคณะ, 2004) ซึ่งสามารถสรุปขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 ขั้นตอนการเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 ขั้นตอนการเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 ขั้นตอนการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และขั้นที่ 5 ขั้นตอนการสนับสนุนการตัดสินใจ ผ่านรูปแบบกิจกรรมที่นำทักษะการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองไปใช้ในบริบทที่เกิดขึ้นในอุดมศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยนำขั้นตอนดังกล่าวมาพัฒนาเป็นกระบวนการและเทคนิคในการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิต ด้วยการส่งเสริมให้ผู้เข้ารับการฝึกเกิดการประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จำลองต่าง ๆ ที่เป็นเหตุการณ์ในสถานศึกษาทั้งในบริบทของห้องเรียนและบริบทของการทำกิจกรรม ตลอดจนการนำเสนอกรณีศึกษา หรือข่าวสารในปัจจุบันที่บุคคลในสื่อที่มีลักษณะใกล้เคียงกับผู้เข้ารับการฝึกซึ่งเป็นนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต จึงมีอิทธิพลมากต่อการเกิดพฤติกรรมใหม่ อันจะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา (Social Cognitive Learning Theory) ของ Bandura (1978) ที่มีความเชื่อพื้นฐานว่าพฤติกรรมของคนเรานั้นส่วนมากมักเกิดจากการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) หรือการเลียนแบบจากตัวแบบ (Modeling) ผู้เข้าร่วมสามารถอธิบายและวางเป้าหมายในการใช้ชีวิตว่าจะเรียนอย่างไร ใช้ชีวิตในสังคมอย่างไร เพื่อให้สอดคล้องกับเป้าหมายหลักที่ตนวางไว้ และระบุถึงอิสระที่ตนเองมี ความสามารถที่ตนเองมี และสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นในมหาวิทยาลัย ตามแนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง (Self Determination Theory) ของ Deci และ Ryan (1985) โดยระบุว่า

ตนเองยังขาดอะไร และจะเพิ่มเติมอย่างไรเพื่อให้ไปสู่เป้าหมายหลัก โดยผ่านการอธิบายเหตุผลว่าตนเองต้องทำอะไรเพื่อที่จะตอบสนองเป้าหมายหรือความต้องการของงานโดยการจัดลำดับทางเลือกเพื่อตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายหรือประโยชน์ส่วนตัวมาจากการรวบรวมข้อมูล ตามแนวคิดทฤษฎีตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (Rational Choice Theory: RCT) ของ Scott (2000) และเลือกสิ่งที่ตนเองจะระบุถึงสิ่งที่ทำให้ตนเองนั้นสนใจที่จะเรียน และ สนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมภายในร่วมมหาวิทยาลัยว่า เป็นความต้องการผู้เข้าร่วมจากภายในหรือภายนอก และมาจากสาเหตุอะไรถึงตัดสินใจในการเลือกที่ทำสิ่งนั้น แล้วจึงเลือกแนวทางของการกระทำที่ดีที่สุดตามหลักแนวคิดของ แนวคิดทฤษฎีการเลือก (Choice Theory) ของ Glasser (2000) ตามบริบทกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนและกิจกรรมที่เกิดขึ้นนอกชั้นเรียน (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2552) ดังนั้นการส่งเสริมความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาจึงควรเสริมสร้างให้นักศึกษาสามารถสนับสนุนอิสระด้วยตนเองจึงเป็นที่มาของกรอบแนวคิดในการวิจัยตาม ดังต่อไปนี้



ภาพ 2.5 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องการเสริมสร้างความยั่งยืนผูกพันของนิสิตระดับอุดมศึกษาโดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การออกแบบการวิจัย

ตอนที่ 3 การพัฒนาเครื่องมือในการวิจัย

ตอนที่ 4 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษานี้ นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ชั้นปี 1 ที่อยู่ในสถานศึกษาในการกำกับของรัฐบาล สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561

ตัวอย่างวิจัย

นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ชั้นปี 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ที่ศึกษาสถานศึกษาในการกำกับของรัฐบาลแห่งหนึ่ง จำนวน 70 คน ตัวอย่างวิจัยแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลองจำนวน 35 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 35 คน การได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีขั้นตอนดังนี้

1. การเลือกในระดับสถานศึกษาในการกำกับของรัฐบาลใช้การเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยมีเกณฑ์การเลือกดังนี้

1.1 เป็นสถาบันอุดมศึกษาในการกำกับของรัฐบาล ที่มีการจัดการเรียนการสอนทั้งกลุ่มสาขาวิชาทางสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์ และกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีและสุขภาพ

1.2 ผู้บริหาร พนักงาน และนักศึกษาในสถานศึกษาให้การสนับสนุนและร่วมมือในการทำวิจัยเป็นอย่างดี

1.3 ผู้วิจัยสามารถเดินทางไปยังสถานศึกษาเพื่อเก็บข้อมูลได้สะดวก

2. การเลือกระดับชั้นปีมีเกณฑ์ดังนี้

2.1 เป็นกลุ่มนักศึกษาที่อยู่ในช่วงการปรับตัวทางการเรียนและทางสังคม และมีความเสี่ยงต่อการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม จนอาจส่งผลกระทบต่อการเรียนและการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย

กลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยเลือกในงานวิจัยนี้จึงเป็นนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ชั้นปี 1 ที่สังกัดอยู่ในโครงการขยายโอกาสทางการศึกษาที่มาจากหลากหลายคณะวิชาและมีแผนการเรียนในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติในสัดส่วนไม่ต่างกันมากนัก ซึ่งเข้ามาศึกษาต่อในระดับปริญญาบัณฑิตด้วยวิธีรับตรงพิเศษ จาก 3 โครงการ ได้แก่ โครงการนักศึกษาเรียนดีจากชนบท นักศึกษาเรียนดีเขตเมือง และนักศึกษาเรียนดีสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ดังนั้นนักศึกษาในโครงการนี้จึงมีความเสี่ยงต่อการ

ปรับตัวในมหาวิทยาลัย การเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างน่าจะช่วยให้นักศึกษาสามารถปรับตัวต่อการเรียนและสังคมในสถานศึกษาได้

3. การสุ่มตัวอย่างเพื่อเข้าร่วมเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีขั้นตอนดังนี้

3.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จากกลุ่มสาขาวิชาทางสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์ และกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสุขภาพ จำนวน 230 คน ทำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ก่อนการฝึก (pretest) แล้วนำค่าที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) รายการกลุ่มสาขาวิชาเพื่อหาค่าความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพื่อให้ได้ตัวอย่างวิจัยที่เป็นตัวแทนนักศึกษาที่มีพื้นฐานความยึดมั่นผูกพันไม่แตกต่างกัน รายละเอียดในตาราง 3.1

ตาราง 3.1 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา (pretest) ตามกลุ่มสาขาวิชาที่สังกัด

กลุ่มสาขาวิชา	จำนวน (คน)	คะแนนความยึดมั่น ผูกพันของนักศึกษา		สถิติ ทดสอบ	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
กลุ่มสาขาวิชาทางสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์	120	3.12	0.35	.749	.54
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสุขภาพ	110	3.07	0.30		

จากตาราง 3.1 ตัวอย่างวิจัยทั้ง 2 กลุ่มสาขาวิชา ได้แก่ กลุ่มสาขาวิชาทางสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์ จำนวน 120 คน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเท่ากับ 3.12 ($SD = .35$) และกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสุขภาพ จำนวน 110 คน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเท่ากับ 3.07 ($SD = .30$) ซึ่งไม่มีความแตกต่างของเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสองกลุ่มสาขาวิชากันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2. สุ่มนักศึกษาจากทั้งสองกลุ่มสาขาวิชาด้วยวิธีการสุ่มอย่างมีระบบด้วยวิธีการเรียงรหัส นักศึกษา ได้นักศึกษาจำนวน 70 คนเป็นกลุ่มตัวอย่าง และจากนั้นสุ่มตัวอย่างเพื่อเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 35 คน ด้วยวิธีการจับฉลาก โดยนักศึกษาที่เข้าร่วมทั้งสองกลุ่มมีความสมัครใจและให้ความร่วมมือในการทดสอบระดับความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาตลอดจนเข้าร่วมกันโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ	คือ	โปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง
ตัวแปรตาม	คือ	ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

ตอนที่ 2 การออกแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงทดลอง (experimental design) แบบ โดยมีรูปแบบการวิจัยแบบ Completely Randomized Design : CRD แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการกระทำอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ซึ่งมีการเก็บข้อมูลด้วยแบบวัดความยึดมั่นผูกพันทั้งก่อนทดลอง หลังทดลองและระยะติดตามผล ดังตาราง 3.2

ตาราง 3.2 แบบแผนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	การทดสอบ ก่อนทดลอง	กิจกรรม	การทดสอบหลัง การทดลอง	การทดสอบ ระยะติดตามผล
E ^R	O ¹	X	O ²	O ³
C ^R	O ¹	-	O ²	O ³

E ^R	หมายถึง	นักศึกษาในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง
C ^R	หมายถึง	นักศึกษาในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการกระทำอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับการฝึกการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองด้วย
X	หมายถึง	การจัดกิจกรรมในโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง
O ¹	หมายถึง	ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่ประเมินด้วยแบบวัดความยึดมั่นผูกพันในระยะก่อนทดลอง
O ²	หมายถึง	ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่ประเมินด้วยแบบวัดความยึดมั่นผูกพันในระยะหลังการทดลอง
O ³	หมายถึง	ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่ประเมินด้วยแบบวัดความยึดมั่นผูกพันในระยะติดตามผล

ตอนที่ 3 การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลองและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีรายละเอียดดังนี้

3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในงานวิจัยได้แก่ แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

มีรายละเอียดและขั้นตอนการพัฒนาดังนี้

3.1.1 รายละเอียดของการวัด

ผู้วิจัยพัฒนาแนวคิดของแบบวัดขึ้นจากการสังเคราะห์เนื้อหาจากแบบประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับต่าง ๆ ที่มีเนื้อหาบ่งชี้ถึงคุณลักษณะและมีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้สำหรับวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี (Neumann และ Neumann, 1984 ; Finn, 1989 ; Voelkl, 1996 ; Schaufeli และคณะ, 2002 ; Willms, 2003 ;

Fredericks และคณะ, 2004 ; Appleton และคณะ, 2006 ; Hausmann และคณะ, 2007 ; Reeve และ Tseng, 2011) ทั้งนี้ผู้วิจัยสังเคราะห์ได้องค์ประกอบและคุณลักษณะที่ใช้วัดองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3 ด้าน องค์ประกอบได้แก่ 1) ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด 2) ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และ 3) ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมที่ครอบคลุมกับบริบทของการเรียนและการทำกิจกรรมในสถานศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยแต่ละด้านมีคุณลักษณะ ดังตาราง 3.3

ตาราง 3.3 องค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

องค์ประกอบความยึดมั่นผูกพัน	ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน Class engagement	ความยึดมั่นผูกพันต่อกิจกรรม Campus engagement
1. ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด (Cognitive Engagement)	การรับรู้ถึงความสำคัญในวิชาต่างๆที่เรียนโดยมีการไตร่ตรองและใช้ความพยายามในการทำความเข้าใจ ในสิ่งที่ซับซ้อนและสิ่งที่ยากในด้านการเรียน การทุ่มเทในการเรียน รวมทั้งใช้กลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนรู้	การรับรู้ถึงความสำคัญในกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัย โดยมีการไตร่ตรอง ทุ่มเทและมุ่งมั่นในการเข้าร่วมกิจกรรมนอกชั้นเรียน ทั้งยังสามารถการกำกับตนเองในด้านการเข้าร่วมกิจกรรม
2. ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ (Emotional Engagement)	ความรู้สึกลงในทางบวกที่มีต่อกิจกรรมต่างๆในชั้นเรียนและบรรยากาศการเรียนรู้อื่นๆในชั้นเรียน ตลอดจนความรู้สึกการเป็นส่วนหนึ่งในชั้นเรียนและการให้คุณค่าต่อการเรียน	ความรู้สึกลงในทางบวกกิจกรรมต่างๆและบรรยากาศที่เกิดขึ้นนอกชั้นเรียน ตลอดจน ความรู้สึกการเป็นส่วนหนึ่งต่อและการให้คุณค่าต่อการกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัย
3. ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม (Behavioral Engagement)	พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการมีส่วนร่วมของนักศึกษาในขณะที่ทำกิจกรรมต่างๆในชั้นเรียน ได้แก่ ความสนใจในการเรียนรู้ การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและครูสอน ตลอดจนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆในชั้นเรียน	พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการมีส่วนร่วมของนักศึกษาในขณะที่ทำกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัยหรือกิจกรรมทางสังคมนอกชั้นเรียน เช่น การเข้าร่วมกิจกรรมอบรม กิจกรรมอาสา กิจกรรมชุมนุมชมรมที่ตนสนใจ ตลอดจนกิจกรรมของคณะที่ตนเองสังกัด

โดยพัฒนาแบบวัดความยึดมั่นผูกพันให้สอดคล้องกับบริบทของพฤติกรรมการณ์เรียนที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนและกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นนอกชั้นเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยแต่ละข้อจะประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการมีความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา โดยมีการจำแนกข้อคำถามตามองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา การลำดับข้อและจำนวนข้อคำถามในแบบวัดแสดง ดังตาราง 3.4

ตาราง 3.4 การจำแนกข้อคำถามตามองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา	ลำดับข้อของแบบวัด	จำนวนข้อ
องค์ประกอบที่1ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด		
1.1ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิดต่อการเรียน	1,12,13,24,25,37,38,39	8
1.2 ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิดต่อกิจกรรม	4,9,16,21,28,34,	6
องค์ประกอบที่2ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์		
2.1 ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ต่อการเรียน	2,11,14,23, 26,36,	6
2.2ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ต่อกิจกรรม	5,8,17,20,29,33,	6
องค์ประกอบที่3ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม		
3.1ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อการเรียน	3,10,15,22,27,35,40,	7
3.2 ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อกิจกรรม	6,7,18,19,30,31,32,	7
รวม		40

เกณฑ์ในการประเมินการทำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษามีลักษณะการประเมินมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า 5 ระดับ คือ

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวนักศึกษามากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวนักศึกษาเป็นส่วนใหญ่
บางครั้งจริงบางครั้งไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวนักศึกษาเป็นบางครั้ง
ค่อนข้างจริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับตัวนักศึกษาเป็นส่วนน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับตัวนักศึกษาเลย

มีมาตราส่วนประมาณค่าสำหรับข้อความดังต่อไปนี้

จริงที่สุด	5	คะแนน
จริง	4	คะแนน
บางครั้งจริงบางครั้งไม่จริง	3	คะแนน
ค่อนข้างจริงน้อย	2	คะแนน
ไม่จริงเลยไม่จริงเลย	1	คะแนน

3.1.2 การพัฒนาแบบวัด

3.1.2.1 พัฒนาข้อคำถามตามกรอบแนวคิด

1) ผู้วิจัยนำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่พัฒนาขึ้นนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหา และนำมาปรับปรุงแก้ไข

2) ผู้วิจัยนำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่พัฒนาขึ้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน พิจารณาความตรงเชิงเนื้อหาและนำมาปรับปรุงแก้ไข

3) ผู้วิจัยนำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้กับนักศึกษา ระดับปริญญาบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับตัวอย่างวิจัยเพื่อตรวจสอบความตรงเที่ยงและความตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัด

3.1.2.2 ตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด

ผู้วิจัยนำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่พัฒนาขึ้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและนำมาปรับปรุงแก้ไข จากนั้นนำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตชั้นปีที่ 1 จำนวน 339 คน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงและความตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัด

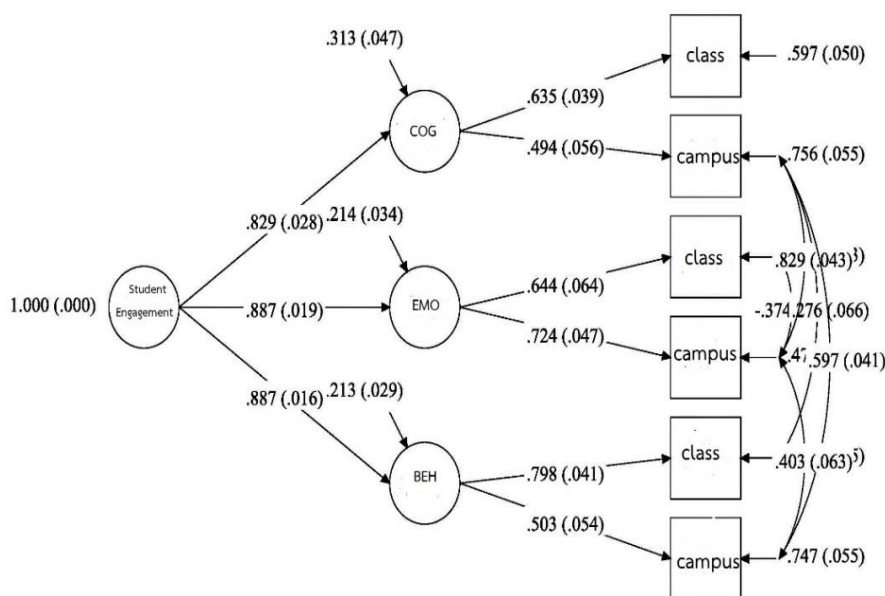
1) การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา

นำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่แก้ไขแล้วซึ่งมีข้อคำถามจำนวน 52 ข้อ ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านที่มีความเชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการศึกษา ด้านการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะในนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตและด้านการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา และด้านการวัดและประเมินทางจิตวิทยาการศึกษา พิจารณาความเหมาะสม ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา และปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ จากนั้นนำคะแนนที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อมาหาดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาและวัตถุประสงค์ของแบบวัด (Index of Congruence หรือค่า IOC) ในประเด็นได้แก่ 1) ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จัก 2) ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และ 3) ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ที่ครอบคลุมกับบริบทของการเรียนและการทำกิจกรรมในสถานศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ปรับปรุงข้อคำถามตามข้อเสนอแนะที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น และมีการตัดข้อคำถามจำนวน 12 ข้อ เนื่องจากไม่ตรงตามนิยามการวัดและดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาและวัตถุประสงค์ของแบบวัดต่ำกว่า .60 เหลือจำนวน 40 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาและวัตถุประสงค์ของแบบวัด (Index of Congruence หรือค่า IOC) อยู่ระหว่าง .60 ถึง .80 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ดี (Lawshe, 1975)

2) การตรวจสอบความเที่ยงและความตรงเชิงโครงสร้าง

นำผลการประเมินวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตมาตรวจให้คะแนนและหาค่าความเที่ยงของแบบวัดโดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) พบค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ (α) เท่ากับ .864 ซึ่งอยู่ในช่วงความเที่ยงที่ค่อนข้างสูงและเหมาะสมกับการนำไปใช้ (Lance และคณะ, 2006) และเมื่อพิจารณารายองค์ประกอบพบว่า มีค่าแตกต่างกันไปในแต่ละองค์ประกอบ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (α) อยู่ระหว่าง .785 ถึง .855 โดย ในด้านความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จักมีค่าค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .855 ในด้านความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์มีค่าค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .807 และ ในด้านความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมมีค่าค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .780 การตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (CFA : Confirmatory Factor Analysis) จากการวิเคราะห์ค่าความตรงเชิงโครงสร้างโดยใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันลำดับที่สอง (Second-order confirmatory factor analysis) พบว่า พบว่า โมเดลความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยพิจารณาจากค่าสถิติไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 6.876 ที่องศาอิสระ (df) เท่ากับ 4 มีค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ .014 มีค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 0.996 ดัชนี Tucker-Lewis Index (TLI) เท่ากับ 0.985 ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐาน (SRMR) เท่ากับ 0.030 และค่าราก

ของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.046 (Hooper และคณะ, 2008) ดังภาพ 3.1



ภาพ 3.1 โมเดลความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

หมายเหตุ Student Engagement คือ ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา, COG คือ ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด, EMO คือ ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์, BEH คือ ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม, CLASS คือ บริบทในชั้นเรียน และ CAMPUS คือ บริบทในมหาวิทยาลัย

3.2 เครื่องมือทดลอง

3.2.1 รายละเอียดของโปรแกรม

ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการสังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง เป็นชุดกิจกรรมที่พัฒนามาจากแนวคิดการกำหนดด้วยตนเอง (Deci และคณะ, 1994 ; Ryan และ Deci, 2000) การสนับสนุนทางเลือก (Williams และคณะ, 1999) และการมีอิสระด้วยตนเอง (Reeve และคณะ, 2004) โดยการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 ขั้นตอนการเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 ขั้นตอนการเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 ขั้นตอนการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และ ขั้นที่ 5 ขั้นตอนการสนับสนุนการตัดสินใจ ผ่านรูปแบบกิจกรรมที่นำทักษะการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองไปใช้ในบริบทที่เกิดขึ้นในอุดมศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ระยะเวลาของแผน ทั้งหมด 8 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที โดยในทุกแผนจะใช้เทคนิคการฝึกที่หลากหลายประกอบเข้าด้วยกัน ได้แก่ การใช้สถานการณ์จำลอง กรณีตัวอย่าง การอภิปรายและกระบวนการกลุ่มเพื่อระดมสมอง ตลอดจนสื่อและตัวแบบที่มี

ความยึดมั่นผูกพันในบริบทอุดมศึกษาและจัดเป็นกิจกรรมที่นำทักษะฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเองไปประยุกต์ใช้ในเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามบริบทของการเรียนและกิจกรรมนักศึกษา โดยดำเนินการควบคู่กันไปกับการสอดแทรกเนื้อหาให้ครอบคลุมองค์ประกอบหลักของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาและได้นำองค์ประกอบดังกล่าวมาปรับใช้เป็นเนื้อหาและองค์ความรู้ในการฝึกแต่ละครั้งด้วย ทั้งนี้มีการบันทึกผลการเรียนรู้ของนักศึกษาภายหลังการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง เพื่อประเมินผลและปรับปรุงลักษณะการจัดกิจกรรมให้มีประสิทธิภาพต่อไป โดยมีขั้นตอนการดำเนินการสร้างโปรแกรมมีดังนี้

3.2.2 การพัฒนาโปรแกรม

1) ศึกษาทบทวนและสังเคราะห์แนวคิดการกำหนดด้วยตนเอง (Deci และคณะ, 1994 ; Ryan และ Deci, 2000) การสนับสนุนทางเลือก (Williams และคณะ, 1999) และการมีอิสระด้วยตนเอง (Reeve และคณะ, 2004) ซึ่งเป็นการส่งเสริมทักษะการกำหนดอิสระด้วยตนเองที่มุ่งเน้นเสริมสร้างโดยกระบวนการการกำหนดอิสระที่มุ่งเน้นกิจกรรมในและนอกชั้นเรียนที่สังเคราะห์ออกมา 5 ขั้นตอน สามารถอธิบายรายละเอียดในตาราง 3.5

ตาราง 3.5 ขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง

ขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง	รายละเอียด	การพัฒนาความยึดมั่นผูกพัน					
		ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิด		ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์		ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม	
		ชั้นเรียน	กิจกรรม	ชั้นเรียน	กิจกรรม	ชั้นเรียน	กิจกรรม
ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ	เป็นการริเริ่มการกระทำด้วยตนเองโดยผู้เข้าร่วมจะต้องสามารถรับรู้ว่าคุณมีความสามารถและสัมพันธ์ภาพต่อผู้อื่นผ่านกิจกรรมที่ผู้ร่วมการฝึกแต่ละคนได้มีส่วนร่วม ไม่ว่าจะเป็นของตนเองและของกลุ่ม โดยขั้นตอนที่ผู้ฝึกการเกิดความรู้สึกสนใจ ความพึงพอใจ ความท้าทาย ผ่านระดับตนเอง และสังคมที่เข้าอาศัยอยู่			✓	✓		

ตาราง 3.5 ขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง (ต่อ)

ขั้นตอนการ สนับสนุน อิสระด้วย ตนเอง	รายละเอียด	การพัฒนา ความยึดมั่นผูกพัน					
		ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิด		ความยึดมั่นผูกพัน เชิงอารมณ์		ความยึดมั่นผูกพัน เชิงพฤติกรรม	
		ชั้นเรียน	กิจกรรม	ชั้นเรียน	กิจกรรม	ชั้นเรียน	กิจกรรม
ขั้นที่ 2 การเข้าใจ ความรู้สึกของ ตนเอง	ผู้เข้าร่วมฝึกจะมีการ ประเมินอารมณ์ของตนเอง ในขณะนั้นว่ามีอารมณ์ใน เชิงบวกหรือเชิงลบโดย ผ่านการฝึกให้ตระหนัก และยอมรับความรู้สึกของ ตนเองขณะที่เจอ เหตุการณ์ในบริบท การศึกษาทั้งในห้องเรียน และกิจกรรมมหาวิทยาลัย ที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล ของผู้เข้าร่วมการฝึก	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ขั้นที่ 3 การ เลือกใช้ภาษา ต่อตนเอง	สามารถอธิบายถึงสิ่งที่ต้อง ทำในชีวิตประจำวันผ่าน การใช้การสื่อสารภายใน ตัวเองและการสื่อสารจาก บุคคลอื่นที่ไม่ควบคุมต่อ ตนเองและผู้อื่น เป็นการ นำกลยุทธ์ “Should” ควรจะทำ” “Must ต้อง ทำ ” และ “Have to จำเป็นที่จะต้องทำ” ให้ ผู้เข้าร่วมฝึกเข้าใจว่า สิ่ง ไหน ควรทำ สิ่งไหน จำเป็นต้องทำ และสิ่งไหน ต้องทำ ทั้งต่อตนเองและ ต่อผู้อื่นในบริบทของบริบท การศึกษาทั้งในห้องเรียน และนอกห้องเรียน	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ตาราง 3.5 ขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง (ต่อ)

ขั้นตอนการ สนับสนุน อิสระด้วย ตนเอง	รายละเอียด	การพัฒนา ความยึดมั่นผูกพัน					
		ความยึดมั่นผูกพันเชิงรุกคิด		ความยึดมั่นผูกพัน เชิงอารมณ์		ความยึดมั่นผูกพัน เชิงพฤติกรรม	
		ชั้นเรียน	กิจกรรม	ชั้นเรียน	กิจกรรม	ชั้นเรียน	กิจกรรม
ขั้นที่ 4 การ ตัดสินใจ เลือกอย่างมี เหตุผล	เมื่อพบเจอสถานการณ์ใด ๆ บุคคลจะต้องตรวจสอบ และใช้เหตุผลเป็นเครื่องมือนำทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย หรือผลประโยชน์ที่ตนเองต้องการ โดยผ่านการฝึกให้ชี้แจงเข้าใจเหตุผล และให้ผู้เข้าร่วมฝึกสามารถอธิบายถึงความหมายที่ต่อตนเองหรือคุณค่าในสิ่งที่เขาได้ตัดสินใจเลือกในการทำกิจกรรมในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ขั้นที่ 5 การ สนับสนุน การตัดสินใจ	อธิบายเหตุผลของการเลือก ที่มาจากข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกที่ผู้ร่วมฝึกเลือกเพื่อสนับสนุนการเลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง ในการแสดงพฤติกรรมในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและกิจกรรมมหาวิทยาลัยที่เกิดขึ้นนอกห้องเรียน และให้กำลังใจในการริเริ่มการกระทำด้วยตนเอง	✓	✓	✓	✓	✓	✓

2) ผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเองผ่านชุดกิจกรรมจำนวน 8 กิจกรรม มีแนวคิดการจัดกิจกรรมดังนี้

2.1 ให้ความรู้เรื่องความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาและกระบวนการฝึกการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเองและจัดเป็นกิจกรรมที่นำทักษะความยึดมั่นผูกพันไปประยุกต์ใช้ในเหตุการณ์ต่างที่เกิดขึ้นตามบริบทของการเรียนและกิจกรรมในสถานศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง

2.2 ดำเนินการควบคู่กันไปกับการสอดแทรกเนื้อหาให้ครอบคลุมบริบทของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่ผู้วิจัยได้สังเคราะห์อันได้แก่

2.2.1 ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน เพื่อให้ศึกษานั้นแสดงออกมาในแง่การพิจารณาไตร่ตรองและความพร้อมที่จะทุ่มเทพยายามในการทำความเข้าใจแนวคิดที่สลับซับซ้อนและฝึกฝนทักษะ ทั้งยังมีการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองนักศึกษาทั้งในเชิงบวกและลบที่มีต่อผู้สอน เพื่อการเรียนการสอน ตลอดจนการมีส่วนร่วมของนักศึกษาต่อกิจกรรมการเรียนรู้

2.2.2 ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย เพื่อให้ศึกษานั้นจะแสดงออกมาในมุมของการมีลักษณะที่เห็นถึงคุณค่าของตนเองที่มีต่อมหาวิทยาลัย และมีความรู้สึกถึงการเป็นส่วนหนึ่งต่อมหาวิทยาลัย และ ตลอดจนการมีส่วนร่วมของนักศึกษาต่อต่อมหาวิทยาลัยถือเป็นกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัยหรือกิจกรรมทางสังคมนอกชั้นเรียน เช่น กิจกรรมชมรม กิจกรรมอาสา

2.3 ในแต่ละครั้งของการจัดกิจกรรมมีกระบวนการ 3 ขั้นตอนได้แก่ ขั้นนำเข้ากิจกรรม ขั้นดำเนินกิจกรรม และขั้นสรุปกิจกรรม รายละเอียดมีดังตาราง 3.6 ต่อไปนี้

ตาราง 3.6 รายละเอียดกิจกรรมในโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง

ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	รายละเอียดกิจกรรม	เทคนิคที่ใช้
1	ปฐมนิเทศ	- ชี้แจงวัตถุประสงค์ ระยะเวลา และรายละเอียดการวิจัย ตลอดจนขอความยินยอมในการเข้าร่วมการฝึก - จัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อละลายพฤติกรรม และให้ความรู้เกี่ยวกับความยึดมั่นผูกพันในบริบทของระดับอุดมศึกษา	1. อภิปราย 2. กิจกรรมกลุ่ม 3. กรณีตัวอย่าง
2	เรียนสนุก ลูกสบาย	ฝึกการให้สนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1, ขั้นที่ 2 และ ขั้นที่ 3 ผ่านสถานการณ์จำลองที่กำหนดขึ้นโดยผู้วิจัยและกรณีตัวอย่างให้ผู้เข้ารับการฝึก โดยฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเองด้วยวิธีที่ถูกต้องเหมาะสมผ่านตัวอย่างบุคคลที่มีคุณลักษณะความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน และ ทดลองฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ต่อตนเองในสถานการณ์ที่กำหนด	1. อภิปราย 2. สถานการณ์จำลองจากตัวแบบ 3. กิจกรรมเดี่ยว

ตาราง 3.6 รายละเอียดกิจกรรมในโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง (ต่อ)

ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	รายละเอียดกิจกรรม	เทคนิคที่ใช้
3	ที่แห่งการเรียนรู้	ผู้วิจัยนำเสนอเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน และให้ผู้เข้ารับการฝึก ทดลองฝึกการสนับสนุน อิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอนด้วยวิธีที่ถูกต้อง เหมาะสมของตัวละครในแต่ละกลุ่มที่ได้รับ และ ทดลองฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ต่อตนเอง ในสถานการณ์ที่กำหนด	1. อภิปราย 2.สถานการณ์จำลอง 3. กิจกรรมกลุ่ม
4	มหาวิทยาลัย แสนสนุก	ฝึกการให้สนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1, ขั้น ที่ 2 และ ขั้นที่ 3 ผ่านสถานการณ์จำลองที่ กำหนดขึ้นโดยผู้วิจัยและกรณีตัวอย่างให้ผู้เข้ารับ การฝึก โดยฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเองด้วยวิธี ที่ถูกต้องเหมาะสมผ่านตัวอย่างบุคคลที่มี คุณลักษณะความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน และ ทดลองฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ต่อตนเอง ในสถานการณ์ที่กำหนด	1. อภิปราย 2.สถานการณ์จำลองจากซีรีส์ 3.กิจกรรมเดี่ยว
5	มหาวิทยาลัยช่าง กว้างใหญ่	ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการฝึกยกตัวอย่าง พฤติกรรม ความรู้สึก และความคิด ของตนเองในการทำ กิจกรรมของมหาวิทยาลัยจากนั้นทดลองฝึกการ สนับสนุนอิสระด้วยตนเองด้วยวิธีที่ถูกต้อง เหมาะสมให้แก่ตัวละคร และทดลองฝึก สนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ต่อตนเองใน สถานการณ์ที่กำหนด	1. อภิปราย 2.สถานการณ์จำลอง 3. กิจกรรมกลุ่ม
6	ชีวิตในมหาวิทยาลัย	ประยุกต์การสนับสนุนอิสระทั้ง 5 ขั้นตอนใน ตัดสินใจในการทำกิจกรรมและเลือกสิ่งทีตนเอง เรียนโดยผู้วิจัยนำเสนอกรณีตัวอย่าง และให้ผู้ เข้ารับการฝึก นั้นสามารถอธิบายที่มาข้อมูล เกี่ยวกับตัวเลือกที่ผู้ร่วมฝึกเลือกเพื่อสนับสนุน การเลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง	1. อภิปราย 2. กิจกรรมกลุ่ม 3. เกม
7	ใฝ่ที่จะเรียนอยากที่ จะรู้	ประยุกต์การสนับสนุนอิสระทั้ง 5 ขั้นตอนใน ตัดสินใจในการทำกิจกรรมและเลือกสิ่งทีตนเอง เรียนโดยผู้วิจัยนำเสนอกรณีตัวอย่าง และให้ผู้ เข้ารับการฝึก นั้นสามารถอธิบายที่มาข้อมูล เกี่ยวกับตัวเลือกที่ผู้ร่วมฝึกเลือกเพื่อสนับสนุน การเลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง	1. อภิปราย 2.สถานการณ์จำลอง 3. กิจกรรมกลุ่ม

ตาราง 3.6 รายละเอียดกิจกรรมในโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง (ต่อ)

ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	รายละเอียดกิจกรรม	เทคนิคที่ใช้
8	เด็กเรียน VS เด็กกิจกรรม	ประยุกต์การสนับสนุนอิสระทั้ง 5 ขั้นตอนในตัดสินใจในการทำกิจกรรมและเลือกสิ่งที่ตนเองเรียนโดยให้ผู้เข้ารับการฝึก นั้นสามารถอธิบายที่มาข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกที่ผู้ร่วมฝึกเลือกเพื่อสนับสนุนการเลือกและตัดสินใจด้วยตนเองในการเรียนและการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยได้	1. อภิปราย 2. สถานการณ์จำลอง 3. กิจกรรมกลุ่ม

3) นำแผนกิจกรรมการสนับสนุนความเป็นอิสระที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาและนำมาปรับปรุงแก้ไข จากนั้นนำแผนการจัดกิจกรรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วเสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ประกอบด้วยผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาพัฒนาการ จิตวิทยาการศึกษา และด้านการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะนักศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิต และด้านการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา พิจารณาความเหมาะสม พิจารณาความตรงตามเนื้อหา ความตรงตามวัตถุประสงค์ และความเหมาะสมของแผนการจัดกิจกรรม เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ จากนั้นนำคะแนนที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิมาหาดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาและวัตถุประสงค์ของแบบวัด (Index of Congruence) และนำแผนการจัดกิจกรรมในโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระไปทดลองใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 1 ครั้ง เพื่อดูความเหมาะสมของการจัดกิจกรรมต่าง ๆ และนำมาปรับปรุงแก้ไขให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นเพื่อนำไปใช้จริง

ตอนที่ 4 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการทดลองแบ่งออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้

1. ระยะก่อนการทดลอง

1) ติดต่อขอทำหนังสือที่ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงรองอธิการบดีฝ่ายการศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เพื่อขออนุญาตทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ชั้นปี 1 ที่สังกัดอยู่ในโครงการขยายโอกาสทางการศึกษา ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2561

2) ขี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขั้นตอนการดำเนินงานแก่อาจารย์และเจ้าหน้าที่ประจำโครงการขยายโอกาสทางการศึกษา เพื่อร่วมปรึกษาเพื่อกำหนดตารางในการจัด

3) ให้นักกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

2. ระยะดำเนินการทดลอง

1) ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับนักศึกษากลุ่มทดลองด้วยโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระเป็นเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวมทั้งสิ้น 8 ครั้ง สำหรับกลุ่มควบคุม จะได้รับการกระทำอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระ

3. ระยะเวลาหลังการทดลอง

- 1) ให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดเพื่อประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

4. ระยะติดตามผล

- 1) 2 สัปดาห์หลังเสร็จสิ้นการทดลองให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดเพื่อประเมินความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

ตาราง 3.7 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ระยะเวลา การดำเนินงาน	ธันวาคม 2562	มกราคม 2562	กุมภาพันธ์ 2562	มีนาคม 2562	เมษายน 2562	พฤษภาคม 2562
1.พัฒนาเครื่องมือ	✓					
2.ผู้เชี่ยวชาญพัฒนา เครื่องมือ		✓				
3.ปรับปรุงเครื่องมือ ตามคำแนะนำของ ผู้เชี่ยวชาญ		✓				
4.นำเครื่องมือไป ทดลองใช้และปรับ ปรุงแก้ไข			✓			
5.ดำเนินการทดลอง			✓	✓		
6.ทดสอบหลังการ ทดลอง					✓	
7.ทดสอบระยะ ติดตามผล					✓	
8.สรุปผลการทดลอง						✓

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์คะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยคำนวณหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) โดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ก่อนทดลอง หลังทดลอง และระยะติดตามผลของนักศึกษากลุ่มทดลอง โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) เนื่องจากในงานวิจัยครั้งนี้มีการวัดค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาของกลุ่มทดลองซ้ำทั้งหมด 3 ช่วงเวลา (ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล) โดยแต่ละช่วงเวลามีการทดลองแตกต่างกันไป ได้แก่ ก่อนการทดลองที่ยังไม่ได้รับการฝึก ภายหลังการทดลองที่ได้รับการฝึกแล้ว และในระยะติดตามผลที่

ไม่ได้รับการฝึกเป็นเวลา 2 สัปดาห์ และเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความยืดหยุ่น
ผูกพันของนักศึกษาระหว่างนักศึกษากลุ่มทดลองและนักศึกษากลุ่มควบคุม วิเคราะห์โดยสถิติทดสอบ
ทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) เนื่องจากเป็นการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความยืดหยุ่น
ผูกพันของนักศึกษาของตัวอย่างวิจัย 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการเสริมสร้างความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง โดยมีวัตถุประสงค์การศึกษาเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษา กลุ่มทดลองระหว่างก่อน หลัง และระยะติดตามผลการฝึก และเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษาในระยะหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษา ในระยะก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผล

ตอนที่ 3 ผลการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) เพื่อเปรียบเทียบระดับความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยรวมและจำแนกแต่ละองค์ประกอบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลอง

ตอนที่ 4 ผลการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) เพื่อเปรียบเทียบระดับความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยรวมและจำแนกแต่ละองค์ประกอบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลการทดลอง

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง เป็นเพศหญิงจำนวน 20 คน (ร้อยละ 28.5) สังกัดอยู่ในกลุ่มวิชาทางสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์จำนวน 12 คน (ร้อยละ 34.4) และสังกัดในกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสุขภาพจำนวน 8 คน (ร้อยละ 22.3) และเพศชายจำนวน 15 คน (ร้อยละ 21.4) สังกัดอยู่ในกลุ่มวิชาทางสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์จำนวน 7 คน (ร้อยละ 20) และสังกัดในกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสุขภาพจำนวน 8 คน (ร้อยละ 22.3)

กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 22 คน (ร้อยละ 31.6) สังกัดอยู่ในกลุ่มวิชาทางสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์จำนวน 10 คน (ร้อยละ 28.5) และสังกัดในกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสุขภาพจำนวน 12 คน (ร้อยละ 34.3) และเพศชายจำนวน 13 คน (ร้อยละ 18.5) สังกัดอยู่ในกลุ่มวิชาทางสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์จำนวน 8 คน (ร้อยละ 22.3) และสังกัดในกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสุขภาพจำนวน 5 คน (ร้อยละ 14.2) รายละเอียดในตาราง 4.1

ตาราง 4.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศและกลุ่มสาขาวิชา

กลุ่มตัวอย่าง	กลุ่มวิชาทางสังคมศาสตร์ และศิลปศาสตร์		กลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีและสุขภาพ		รวม (n=70)	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
กลุ่มทดลอง	7 (20)	12 (34.4)	8 (22.3)	8 (22.3)	15 (21.4)	20 (28.5)
กลุ่มควบคุม	8 (22.3)	10 (28.5)	5 (14.2)	12 (34.3)	13 (18.5)	22 (31.6)

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ รายละเอียดในตาราง 4.2

ตาราง 4.2 ค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ในระยะก่อนทดลอง

กลุ่ม	ก่อนการฝึก	
	M	SD
กลุ่มที่ได้รับการฝึก (n=35)	3.23	.23
กลุ่มไม่ได้รับการฝึก (n=35)	3.16	.25

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ในระยะก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผล

ในส่วนนี้เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผลด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นสำหรับการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (one-way repeated measures ANOVA) ด้วย Mauchly's Test of Sphericity เพื่อตรวจสอบว่าความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในการวัดซ้ำทั้ง 3 ระยะเป็น Compound Symmetry ซึ่งหมายถึงมีค่าใกล้เคียง รายละเอียดในตาราง 4.3

ตาราง 4.3 การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นสำหรับการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ
(One-Way Repeated Measures ANOVA) ด้วย Mauchly's Test of Sphericity

Multivariate Stat	Value	F	p	Within Subjects Effect		
ระยะเวลาการฝึก				สถิติ	F	p
Pillai's Trace	.60	51.95	.00	Sphericity Assumed	69.30	.00
Wilks' Lambda	.39	51.95	.00	Greenhouse-Geisser	69.30	.00
Hotelling's Trace	1.55	51.95	.00	Huynh-Feldt	69.30	.00
Roy's Largest Root	1.55	51.95	.00	Lower-bound	69.30	.00
ระยะเวลาการฝึก * กลุ่ม				สถิติ	F	p
Pillai's Trace	.58	46.73	.00	Sphericity Assumed	75.52	.00
Wilks' Lambda	.41	46.73	.00	Greenhouse-Geisser	75.52	.00
Hotelling's Trace	1.39	46.73	.00	Huynh-Feldt	75.52	.00
Roy's Largest Root	1.39	46.73	.00	Lower-bound	75.52	.00
Mauchly's W = .506 Approx. Chi-Square = 45.682 df=2 p=.00						
Epsilon : Greenhouse-Geisser = .669 ,Huynh-Feldt = .688						

จากตาราง 4.3 ผลการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้น โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกในระยีก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผล เพื่อตรวจสอบความแปรปรวนของคะแนนเป็น Compound Symmetry โดยใช้วิธีการคำนวณแบบ Sphericity จากการผลการวิเคราะห์พบว่า มีความแปรปรวนของคะแนนไม่เป็น Compound Symmetry ค่าสถิติ Mauchly's W เท่ากับ .506 ($\chi^2=45.68$, df=2, p=.00 ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ได้เลือกใช้อ่านค่าแบบ Sphericity Assumed รายละเอียดการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกในระยีก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Greenhouse-Geisser รายละเอียดในตาราง 4.4

ตาราง 4.4 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกในระยีก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Greenhouse-Geisser

Source		SS	Df	MS	F	Sig.	η_p^2
Time	Greenhouse-Geisser	3.595	1.338	2.686	69.300	.00	.421
TIME*Group	Greenhouse-Geisser	3.918	1.338	2.927	75.525	.00	.504
Error(time)	Greenhouse-Geisser	3.527	91.012	.039			

จากตาราง 4.4 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกในระยีก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Greenhouse-Geisser พบว่า มีค่า $F(2.686) = 69.30$, $p = .00$ แสดงว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความยึด

มันผูกพันของนักศึกษาทั้ง 3 ระยะมีการเปลี่ยนแปลงและมีความแตกต่างกันอย่างน้อย 1 ช่วงเวลา และมีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีค่าขนาดอิทธิพล (Effect Size : Partial Eta Squared $\eta_p^2 = .421$) ซึ่งแสดงว่าโปรแกรมการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในการทดลองครั้งนี้มีประสิทธิภาพค่อนข้างสูง (Cohen และคณะ, 2001) และจากการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระหว่างกลุ่มที่ได้รับการฝึกและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Greenhouse-Geisser พบว่ามีค่า $F(1.338) = 75.525, p = .00$ แสดงว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างน้อย 1 ช่วงเวลา และมีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงรายละเอียดในภาพ 4.1 ที่เป็นการนำเสนอการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองของกลุ่มที่ได้รับการฝึกและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผล

จากการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาทั้ง 3 ระยะมีค่าเฉลี่ยของคะแนนแตกต่างกันอย่างน้อย 1 ช่วง แต่ยังระบุไม่ได้ว่าแตกต่างกันในช่วงเวลาใด ดังนั้น ผู้วิจัยจึงทำการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ (Pairwise Comparisons) พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกมีความแตกต่างกันในก่อนระยะการฝึก ระยะหลังการฝึก และระยะติดตามผล

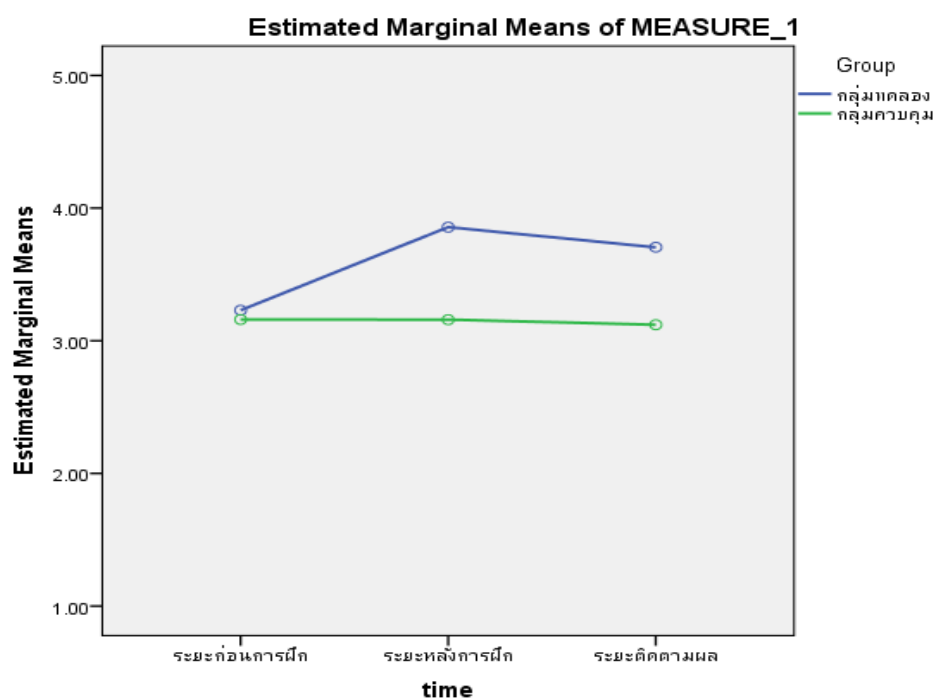
ในระยะติดตามผลและระยะหลังการฝึก นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันสูงกว่าระยะก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในระยะติดตามผล ระยะหลังการฝึก และระยะก่อนการฝึกเท่ากับ 3.70 ($SD=.30$) , 3.85 ($SD=.35$) และ 3.23 ($SD=.23$) ตามลำดับ

และในระยะติดตามผล นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันต่ำกว่าระยะหลังการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในระยะติดตามผลและระยะหลังการฝึกมีค่า เท่ากับ 3.70 ($SD=.30$) และ 3.85 ($SD=.35$) ตามลำดับ รายละเอียดในตาราง 4.5

ตาราง 4.5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษากลุ่มทดลองในการทดสอบรายคู่(Pairwise Comparisons)ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผล

ระยะ (I)	ระยะ (J)	MD (I-J)	Std. Error	Sig.
ก่อนการฝึก	ก่อนการฝึก	-.313*	.032	.000
	หลังการฝึก	-.218*	.031	.000
หลังการฝึก	ก่อนการฝึก	.313*	.032	.000
	ระยะติดตามผล	.095*	.015	.000
ระยะติดตามผล	ก่อนการฝึก	.218*	.031	.000
	หลังการฝึก	-.095*	.015	.000
	ก่อนการฝึก	หลังการฝึก	ติดตามผล	
<i>M</i>	3.23	3.85	3.70	
<i>SD</i>	0.23	0.35	0.30	

*p < .05



ภาพ 4.1 ค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาทั้ง 3 ระยะของกลุ่มตัวอย่าง

การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลองด้วยสถิติทดสอบทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาทั้งฉบับของกลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 3.85 ($SD=.35$) และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 3.16 ($SD=.25$) ตามลำดับ ในด้านความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนของนักศึกษา

1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิดของนักศึกษาในกลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 3.65 ($SD=.25$) และ 3.03 ($SD=.34$) ตามลำดับ

1.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงธุรกิจต่อกิจกรรมของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 3.61 ($SD=.53$) และ 3.01 ($SD=.45$) ตามลำดับ

2.1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ต่อการเรียนของนักศึกษา กลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 3.37 ($SD=.33$) และ 3.02 ($SD=.38$) ตามลำดับ

2.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยืดหยุ่นกล้ามเนื้อขาของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับ การฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ย ของคะแนนองค์ประกอบความยืดหยุ่นกล้ามเนื้อขาเท่ากับ 3.77 ($SD=.38$) และ 3.26 ($SD=.35$) ตามลำดับ

3) ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 3.85 ($SD=.53$) และ 3.20 ($SD=.49$) ตามลำดับ

3.1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อการเรียนของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมี

ค่าเฉลี่ยของคะแนนองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 4.04 ($SD=.49$) และ 3.30 ($SD=.56$) ตามลำดับ

3.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อกิจกรรมมีของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 3.90 ($SD=.60$) และ 3.12 ($SD=.57$) ตามลำดับ รายละเอียดในตาราง 4.6

ตาราง 4.6 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยจำแนกแต่ละองค์ประกอบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการเข้าร่วมการฝึกการสนับสนุนอิสระ

ความยึดมั่นผูกพัน ของนักศึกษา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	Sig.	Cohen's d
	M	SD	M	SD			
ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา	3.85	0.35	3.16	0.25	8.350	.000	1.65
1)ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิด	3.65	0.25	3.03	0.34	6.330	.000	1.25
ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิดต่อการเรียน	3.74	0.52	3.07	0.55	5.224	.000	1.03
ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิดต่อกิจกรรม	3.61	0.53	3.01	0.45	5.017	.000	0.99
2)ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์	3.53	0.43	3.15	0.42	6.200	.000	1.22
ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ต่อการเรียน	3.37	0.33	3.20	0.38	3.105	.003	0.61
ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ต่อกิจกรรม	3.77	0.38	3.26	0.35	5.799	.000	1.14
3)ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม	3.85	0.52	3.20	0.49	6.239	.000	1.23
ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อการเรียน	4.04	0.49	3.30	0.56	5.892	.000	1.16
ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อกิจกรรม	3.90	0.60	3.12	0.57	5.475	.000	1.08

* $p < .05$

ตอนที่ 4 ผลการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) เพื่อเปรียบเทียบระดับความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยรวมและจำแนกแต่ละองค์ประกอบ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะติดตามผลการทดลอง

การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในกลุ่มที่ได้รับการฝึกและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก ในระยะติดตามผลการทดลองด้วยสถิติทดสอบทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาทั้งฉบับของกลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มที่ได้รับการฝึกมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาเท่ากับ 3.70 ($SD=.30$) และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3.12 ($SD=.32$) ตามลำดับ

จากการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยจำแนกแต่ละองค์ประกอบในกลุ่มที่ได้รับการฝึกและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก ในระยะติดตามผลการทดลองพบว่า

3.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อกิจกรรมของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนองค์ประกอบความยึดมั่นผูกพันเท่ากับ 3.71 ($SD=.45$) และ 3.18 ($SD=.78$) ตามลำดับ รายละเอียดในตาราง 4.7

ตาราง 4.7 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยจำแนกแต่ละองค์ประกอบ ของกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในระยะติดตามผลการทดลอง

ความยึดมั่นผูกพัน ของนักศึกษา	กลุ่มทดลอง		กลุ่ม ควบคุม		t	Sig.	Cohen's d
	M	SD	M	SD			
ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา	3.70	0.30	3.12	0.32	7.850	.000	1.55
1)ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิด	3.47	0.35	3.02	0.30	5.330	.000	1.05
ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิดต่อการเรียน	3.55	0.45	3.01	0.52	4.933	.000	0.97
ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิดต่อกิจกรรม	3.40	0.45	3.04	0.43	4.976	.000	0.98
2)ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์	3.45	0.45	3.06	0.51	6.534	.000	1.29
ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ต่อการเรียน	3.33	0.32	3.18	0.36	4.175	.000	0.82
ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ต่อกิจกรรม	3.56	0.32	3.30	0.36	6.890	.000	1.36
3)ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม	3.85	0.40	3.10	0.40	5.450	.000	1.07
ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อการเรียน	4.00	0.35	3.28	0.54	6.192	.000	1.22
ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมต่อกิจกรรม	3.71	0.45	3.18	0.78	5.865	.000	1.15

*p < .05

สรุปผลการศึกษา

1. ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1
2. ในระยะหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่.05สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ระดับปริญญาบัณฑิตโดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ซึ่งมีกลุ่มตัวอย่างการวิจัยเป็น นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ซึ่งเป็นนักศึกษาที่อยู่ใน โครงการขยายโอกาสทางการศึกษาของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จำนวน 70 คน มีรูปแบบการวิจัย เชิงทดลอง (Experimental Research) แบบ Completely Randomized Design: CRD ซึ่งมีกลุ่ม ตัวอย่างในการวิจัย 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง จำนวน 35 คน และกลุ่มที่ได้รับการกระทำอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง จำนวน 35 คน เครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วย 1) โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองเพื่อ เสริมสร้างให้เกิดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ทั้งหมด 8 แผน แผนละ 60 นาที โดยในทุกแผนจะ ใช้เทคนิคการฝึกที่หลากหลายประกอบเข้าด้วยกัน ได้แก่ การใช้สถานการณ์จำลอง กรณีตัวอย่าง การ อภิปรายและกระบวนการกลุ่มเพื่อระดมสมอง ตลอดจนสื่อและตัวแบบที่มีความยึดมั่นผูกพันในบริบท อุดมศึกษา โดยประยุกต์หลักการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองเป็นกระบวนการและเทคนิคในการ เสริมสร้างทำให้เกิดเป็นความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา โดยการการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่ ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของ ตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และ ขั้นที่ 5 การ สนับสนุนการตัดสินใจ ผ่านรูปแบบกิจกรรมที่นำทักษะการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองไปใช้ในบริบทที่ เกิดขึ้นในอุดมศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยเริ่มจากการให้ความรู้เรื่องความยึดมั่น ผูกพันในบริบทของสถานศึกษา 1 ครั้ง จากนั้นในครั้งที่ 2-8 จะเป็นการฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ผ่านประยุกต์ใช้ในเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งของกรณีตัวอย่างและสถานการณ์จำลองที่ผู้วิจัยกำหนดตาม บริบทของการเรียนและการทำกิจกรรมในสถานศึกษาโดยดำเนินการควบคุมกันกับการสอดแทรก เนื้อหาให้ครอบคลุมองค์ประกอบหลักของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา และได้นำองค์ประกอบ ดังกล่าวมาปรับใช้เป็นเนื้อหาและองค์ความรู้ในการฝึกแต่ละครั้งด้วย ทั้งนี้มีการบันทึกผลการเรียนรู้ ของนักเรียนภายหลังการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง เพื่อประเมินผลและปรับปรุงลักษณะการจัดกิจกรรม ให้มีประสิทธิภาพต่อไป และ 2) แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาที่ใช้วัดประกอบด้วย 1.ความ ยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด (Cognitive Engagement) 2.ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ (Emotional Engagement) และ 3.ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม (Behavioral Engagement) โดยทั้ง 3 องค์ประกอบจะถูกวัดในบริบทของความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนและความยึดมั่นผูกพันต่อ มหาวิทยาลัย และจากนั้นจะนำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ข้อมูลของผลจากการฝึกโดยใช้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) โดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความยึดมั่นผูกพัน ของนักศึกษา ก่อนได้รับการฝึก หลังได้รับการฝึก และระยะติดตามผลของนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการ ฝึก โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (one-way repeated measures ANOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความยึดมั่นของนักศึกษาระหว่างกลุ่มนักศึกษาที่

ได้รับการฝึกและกลุ่มนักศึกษาที่ไม่ได้รับการฝึก วิเคราะห์โดยสถิติทดสอบทีแบบอิสระ (Independent sample t – test)

สรุปผลการวิจัย

จากการการศึกษา การเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1

2. ในระยะหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่.05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการฝึกโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง เพื่อเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา พบว่าภายหลังการได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง นักศึกษากลุ่มที่ได้รับการฝึกมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันโดยรวมและจำแนกแต่ละองค์ประกอบสูงกว่าก่อนการฝึก และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 แสดงให้เห็นว่า การสอนนักศึกษาด้วยโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันได้ โดยสามารถอภิปรายผลได้ตามประเด็นดังต่อไปนี้

ประเด็นที่ 1 โปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง

การฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในงานวิจัยนี้ช่วยให้โอกาสผู้ที่เข้ารับการฝึกในการเข้าใจถึงความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ของตนเองในบริบทของการเรียนและการทำกิจกรรมในสถานศึกษาของผู้เข้าร่วม ผ่านกระบวนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน (Deci และคณะ, 1994 ; Williams และคณะ, 1999 ; Ryan และ Deci, 2000 ; Reeve และคณะ, 2004) โดยการฝึกการสนับสนุนอิสระเชื่อมโยงกับ 3 องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพัน (Neumann และ Neumann, 1984 ; Finn, 1989 ; Voelkl, 1996 ; Schaufeli และคณะ, 2002 ; Willms, 2003 ; Fredericks และคณะ, 2004 ; Appleton และคณะ, 2006 ; Hausmann และคณะ, 2007 ; Reeve และ Tseng, 2011) จึงน่าจะทำให้มีผลต่อคะแนนค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันทั้งฉบับและจำแนกแต่ละองค์ประกอบของนักศึกษาที่ได้รับการฝึก โดยโปรแกรมฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองนั้นเริ่มต้นจากการให้ความรู้การสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอนแก่ผู้เข้ารับการฝึกหลังจากนั้นให้ผู้เข้าร่วมการฝึก ฝึกแยกอารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ตามบริบทที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน จากกิจกรรมที่ 2 “เรียนสนุก ลูกสบาย” โดยในช่วงทำกิจกรรมจะให้ผู้เข้าร่วมการฝึกนำฝึกนำความรู้ดังกล่าวมาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ที่มีเนื้อหาเชื่อมโยงกับคุณลักษณะของความยึดมั่นผูกพันในบริบทของการเรียน ซึ่งมีองค์ประกอบของ ความยึดมั่นผูกพันเชิงรู้คิด ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม โดยการฝึกวิเคราะห์ สถานการณ์และระบุความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรมของตัวละครในสถานการณ์จำลอง (สถานการณ์ในชั้นเรียน คุณเป็นคนแบบไหน จากภาพยนตร์เรื่องเมย์ไหนไฟแรงเฟอว์) เนื้อหาของคลิปจะสื่อถึงลักษณะของตัวละครในคลิปทั้ง 6 ตัว ที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะของผู้เรียนที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน จากนั้นผู้เข้าร่วมฝึกจะต้องแยกอารมณ์ ความคิด

และ พฤติกรรม ของตัวละครที่กลุ่มของตนเองได้รับ หลังจากนั้นจะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับตัวละคร ทั้งนี้ได้กระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ด้วยการตั้งคำถามในใบงาน โดยจะสื่อถึงประเด็นว่า “ตัวละครดังกล่าวที่ท่านได้รับมีการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองหรือไม่ และ วิธีการที่เหมาะสมของการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่เหมาะสมของตัวละครดังกล่าวควรเป็นอย่างไร” ซึ่งสอดคล้องกับโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ, ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง และขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ที่ได้นำมาปรับใช้ โดยจะให้ผู้เข้าร่วมได้ฝึกการแยกแยะอารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ของตัวละครที่กลุ่มของตนเองได้รับ หลังจากนั้นจะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับตัวละคร ซึ่งจะทำให้ผู้เข้าร่วมนั้นได้สำรวจตัวแบบว่าลักษณะนักศึกษาที่มีความยึดมั่นผูกพันไม่ว่าจะต่อการเรียนหรือไม่ มีลักษณะเป็นแบบใด แล้วที่กลุ่มของตนเองได้รับนั้นมีการสนับสนุนอิสระที่เหมาะสมหรือไม่ ซึ่งจะทำให้ผู้ร่วมนั้นได้สำรวจตนเองผ่านตัวแบบและเข้าใจหลักในการสนับสนุนการสนับสนุนอิสระที่เหมาะสม ซึ่งเป็นการฝึกการเรียนรู้โดยการสังเกตและร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อตัวแบบที่เลือกมา ว่ามีคุณลักษณะใดและยังขาดส่วนใด ตามหลักการมีคุณลักษณะที่ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ซึ่งเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตตามแนวคิดทฤษฎีพื้นฐานทางปัญญา สังคมที่เชื่อว่ากระบวนการความเอาใจใส่ (Attention) กระบวนการจดจำ (Retention) เป็นการกระตุ้นจากแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ที่เกิดจากการเรียนรู้โดยการสังเกต โดยการกระตุ้นจากแรงจูงใจภายในจะกลายเป็นความต้องการที่อยากจะทำด้วยตัวเอง (Bandura, 1986)

กิจกรรมที่ 3 “ที่แห่งการเรียนรู้” ที่มีการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอน โดยนำมาประยุกต์ใช้ในบริบทของการเรียนของตนเอง ในประเด็น “การให้เลือกรเรียนในสิ่งที่ตนเองสนใจ และการบอกให้เลือกรเรียนหรือการบังคับเข้าเรียนนั้นมีผลต่อ การคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของ ตนหรือไม่” และจากนั้นผู้เข้าร่วมจะต้องประยุกต์การสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในประเด็นเรื่องที่แห่งการเรียนรู้ โดยมีการเชื่อมโยงกับคุณลักษณะของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในบริบทของการเรียน ในด้าน อารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ของตนเอง หลังจากนั้นจะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับกระบวนการที่ตนเองเลือกใช้ ทั้งนี้ได้กระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ด้วยการตั้งคำถามในใบงาน โดยจะสื่อถึงประเด็นว่า “ท่านได้รับมีการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองหรือไม่ และ วิธีการที่เหมาะสมของการสนับสนุนอิสระที่เหมาะสมของตนเองดังกล่าวควรเป็นอย่างไร” ซึ่งสอดคล้องกับโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ, ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และ ขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ ที่ได้นำมาปรับใช้ในบริบทของการเรียน โดยยกสถานการณ์ในบริบทของชั้นเรียนและให้ผู้เข้าร่วมการฝึกนั้นได้สำรวจตนเองนั้นว่ามีความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม อย่างไรจากสถานการณ์ในบริบทของชั้นเรียน และหลังจากนั้นนำการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอน โดยนำมาประยุกต์ใช้ในบริบทของการเรียนของตนเองในสถานการณ์ข้างต้น เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสำรวจตนเอง เข้าใจตนเองมากขึ้น และตัดสินใจในสิ่งที่ตนเองเลือกอย่างมีเหตุผล เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้เลือกในสิ่งที่เข้าต้องการโดยปราศจากการบังคับ ซึ่งเป็นแนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง ที่มุ่งเน้นการริเริ่มด้วยตนเองและการควบคุมการกระทำด้วย

ตนเองโดยปราศจากการบังคับ (Deci และ Ryan, 1985) และเป็นความต้องการของผู้เข้าร่วมที่เกิดจากภายในหรือภายนอก ที่มาจากเหตุผลของตนเอง ในการเลือกที่ทำสิ่งนั้น (Glasser, 1988)

กิจกรรมครั้งที่ 4 “มหาวิทยาลัยแสนสนุก” ผู้วิจัยได้ทำกิจกรรมในลักษณะที่ใกล้เคียงกับครั้งที่ 2 แต่เปลี่ยนเป็นบริบทเป็นการทำกิจกรรมในสถานศึกษา โดยการฝึกวิเคราะห์ สถานการณ์และระบุมุมมอง อารมณ์ และ พฤติกรรมของตัวละครในสถานการณ์จำลอง (สถานการณ์ในสถานศึกษา คุณเป็นคนแบบไหน จากซีรีส์ ผีน เปลี่ยน โลก The Change Company) จากนั้นผู้เข้าร่วมฝึกจะต้องแยกอารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ของตัวละครที่กลุ่มของตนเองได้รับ หลังจากนั้นจะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับตัวละคร ทั้งนี้ได้กระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ด้วยการตั้งคำถามในใบงาน โดยจะสื่อถึงประเด็นว่า “ตัวละครดังกล่าวที่ท่านได้รับมีการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองหรือไม่ และ วิธีการที่เหมาะสมของการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่เหมาะสมของตัวละครดังกล่าวควรเป็นอย่างไร” ซึ่งสอดคล้องกับโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ, ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง และขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ที่ได้นำมาปรับใช้ โดยจะให้ผู้เข้าร่วมได้ฝึกการแยกแยะอารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ของตัวละครที่กลุ่มของตนเองได้รับ หลังจากนั้นจะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับตัวละคร ซึ่งจะให้ผู้เข้าร่วมนั้นได้สำรวจตัวเองว่าลักษณะนักศึกษาที่มีความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยหรือไม่ มีลักษณะเป็นแบบใด แล้วที่กลุ่มของตนเองได้รับนั้นมีการสนับสนุนอิสระที่เหมาะสมหรือไม่ ซึ่งจะให้ผู้ร่วมนั้นได้สำรวจตนเองผ่านตัวแบบและเข้าใจหลักในการสนับสนุนอิสระที่เหมาะสม ซึ่งเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตตามแนวคิดทฤษฎีพื้นฐานทางปัญญาสังคมที่เชื่อว่ากระบวนการความเอาใจใส่ (Attention) กระบวนการจดจำ (Retention) เป็นการกระตุ้นจากแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ที่เกิดจากการเรียนรู้โดยการสังเกต โดยการกระตุ้นจากแรงจูงใจภายในจะกลายเป็นความต้องการที่อยากจะทำด้วยตัวเอง (Bandura, 1986)

กิจกรรมครั้งที่ 5 “มหาวิทยาลัยช่างกว้างใหญ่” ผู้วิจัยได้ทำกิจกรรมในลักษณะที่ใกล้เคียงกับครั้งที่ 3 แต่เปลี่ยนเป็นบริบทเป็นการทำกิจกรรมในสถานศึกษา โดยการฝึกวิเคราะห์ สถานการณ์และระบุมุมมอง อารมณ์ และ พฤติกรรมของตนเอง และประยุกต์ตนเองการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอน ในประเด็น “การบังคับให้เข้าร่วมกิจกรรมรับน้องของคณะและกิจกรรม” และการบอกให้เลือกที่จะทำกิจกรรมหรือการบังคับเข้าร่วมกิจกรรมนั้นมีผลต่อ การคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตนเองหรือไม่” และจากนั้นผู้เข้าร่วมจะต้องประยุกต์การสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในประเด็นเรื่องการบังคับให้เข้าร่วมกิจกรรมที่ผ่านมาของตนเองโดยมีการเชื่อมโยงกับคุณลักษณะของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาในบริบทของการทำกิจกรรม ในด้าน อารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ของตนเอง หลังจากนั้นจะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับกระบวนการที่ตนเองเลือกใช้ ทั้งนี้ได้กระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ด้วยการตั้งคำถามในใบงาน โดยจะสื่อถึงประเด็นว่า “ท่านได้รับมีการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองหรือไม่ และ วิธีการที่เหมาะสมของการสนับสนุนอิสระที่เหมาะสมของตนเองดังกล่าวควรเป็นอย่างไร” ซึ่งสอดคล้องกับโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ, ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล

และ ขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ ที่ได้นำมาปรับใช้ในบริบทของการเรียน โดยยกสถานการณ์ในบริบทของชั้นเรียนและให้ผู้เข้าร่วมการฝึกนั้นได้สำรวจตนเองนั้นว่ามีความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม อย่างไรจากสถานการณ์ในบริบทของชั้นเรียน และหลังจากนั้นนำการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอน โดยนำมาประยุกต์ใช้ในบริบทของการทำกิจกรรมหรือเข้าร่วมกิจกรรมของสถานศึกษาของตนเองในสถานการณ์ข้างต้น เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสำรวจตนเอง เข้าใจตนเองมากขึ้น และตัดสินใจในสิ่งที่ตนเองเลือกอย่างมีเหตุผล เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้เลือกในสิ่งที่เข้าต้องการโดยปราศจากการบังคับ ซึ่งเป็นแนวคิดทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง ที่มุ่งเน้นการริเริ่มด้วยตนเองและการควบคุมการกระทำด้วยตนเองโดยปราศจากการบังคับ (Deci และ Ryan, 1985) และเป็นความต้องการของผู้เข้าร่วมที่เกิดจากภายในหรือภายนอก ที่มาจากเหตุผลของตนเอง ในการเลือกที่ทำสิ่งนั้น (Glasser, 1988)

กิจกรรมครั้งที่ 6 จะเป็นการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในประเด็นของทั้งบริบทการเรียนและการทำกิจกรรม โดยในกิจกรรมครั้งที่ 6 “ชีวิตในมหาวิทยาลัย” จะเป็นการฝึกวิเคราะห์สถานการณ์และระบุมุมมอง อารมณ์ และ พฤติกรรมของตัวละครในสถานการณ์จำลอง (สถานการณ์ในสถานศึกษา จากซีรีส์ Wifi Society เรื่องร้อนจากโลกออนไลน์ ตอน Behind the Gold Medal เรื่องเล่าหลังเหรียญทอง) จากนั้นผู้เข้าร่วมฝึกจะต้องแยกอารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ของตัวละครที่ชื่อวันปิติ หลังจากนั้นจะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับตัวละคร ทั้งนี้ได้กระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ด้วยการตั้งคำถามในใบงาน โดยจะสื่อถึงประเด็นว่า “ตัวละครดังกล่าวที่ท่านได้รับมีการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองหรือไม่ และวิธีการที่เหมาะสมของการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองที่เหมาะสมของตัวละครดังกล่าวควรเป็นอย่างไร” ซึ่งสอดคล้องกับโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ, ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และ ขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ ที่ได้นำมาปรับใช้ในบริบทในระดับอุดมศึกษาโดยจะให้ผู้เข้าร่วมได้ฝึกการแยกแยะอารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ของตัวละครที่กลุ่มของตนเองได้รับ หลังจากนั้นจะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับตัวละคร ซึ่งจะทำให้ผู้ร่วมนั้นได้สำรวจตัวเองว่าลักษณะนักศึกษาที่มีความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัยหรือไม่ มีลักษณะเป็นแบบใด แล้วที่กลุ่มของตนเองได้รับนั้นมีการสนับสนุนอิสระที่เหมาะสมหรือไม่ ซึ่งจะทำให้ผู้ร่วมนั้นได้สำรวจตนเองผ่านตัวแบบและเข้าใจหลักในการสนับสนุนการสนับสนุนอิสระที่เหมาะสม โดยเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตตามแนวคิดทฤษฎีพื้นฐานทางปัญญา สังคมที่เชื่อว่ากระบวนการความเอาใจใส่ (Attention) กระบวนการจดจำ (Retention) เป็นการกระตุ้นจากแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ที่เกิดจากการเรียนรู้โดยการสังเกต โดยการกระตุ้นจากแรงจูงใจภายในจะกลายเป็นความต้องการที่อยากจะทำด้วยตัวเอง (Bandura, 1986) ตลอดจนมุ่งเน้นการริเริ่มด้วยตนเองและการควบคุมการกระทำด้วยตนเองของตัวแบบโดยปราศจากการบังคับ (Deci และ Ryan, 1985) และเป็นการสังเกตความต้องการของผู้เข้าร่วมที่เกิดจากภายในหรือภายนอก ที่มาจากเหตุผลของตนเอง ในการเลือกที่ทำสิ่งนั้น (Glasser, 1988) ตลอดจนร่วมกันอภิปรายเพื่อสังเกตการใช้เหตุผลของตัวแบบ โดยมีความเชื่อว่าบุคคลทุกคนเป็นผู้มีเหตุผล และ พฤติกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นของตัวแบบนั้นเกิดจากการใช้เหตุผลเป็นตัวช่วยในการตอบสนองต่อความ

ต้องการของตัวเอง ตามแนวคิดของ แนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (Scott, 2000)

กิจกรรมครั้งที่ 7 และ 8 จะเป็นการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในประเด็นของทั้ง บริบทการเรียนรู้และการทำกิจกรรม โดยการฝึกวิเคราะห์ สถานการณ์และระบุมุมมอง อารมณ์ และ พฤติกรรมของตนเอง และการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอน ในประเด็น “การเรียนรู้ สอนให้สอนให้คนมีงานทำ กิจกรรมสอนให้คนทำงานเป็น (กิจกรรมครั้งที่ 7) และ เด็กกิจกรรมหรือ เด็กเรียน ฉันทลักษณ์ที่จะเป็น (กิจกรรมครั้งที่ 8) นั้นมีผลต่อ การคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตน หรือไม่” และจากนั้นผู้เข้าร่วมจะต้องประยุกต์การสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในประเด็นเรื่องการบังคับ ให้เข้าร่วมกิจกรรมที่ผ่านมาของตนเองโดยมีการเชื่อมโยงกับคุณลักษณะของความยึดมั่นผูกพันของ นักศึกษาในบริบทของการทำกิจกรรม ในด้าน อารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรม ของตนเอง หลังจากนั้น จะให้ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างเหมาะสมให้กับกระบวนการที่ตน เลือกใช้ ทั้งนี้ได้กระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ด้วยการตั้งคำถามในใบงาน โดยจะสื่อถึงประเด็นว่า “ท่านได้รับการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองหรือไม่ และ วิธีการที่เหมาะสมของการสนับสนุนอิสระที่ เหมาะสมของตนเองดังกล่าวควรเป็นอย่างไร” ซึ่งสอดคล้องกับโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วย ตนเองในขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ, ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล และ ขั้นที่ 5 การสนับสนุนการตัดสินใจ ที่ได้ นำมาปรับใช้ในบริบทของการเรียน โดยยกสถานการณ์ในบริบทของชั้นเรียนและให้ผู้เข้าร่วมการฝึกนั้น ได้สำรวจตนเองนั้นว่ามีความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม อย่างไรจากสถานการณ์ในบริบทของชั้นเรียน และหลังจากนั้นนำการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอน โดยนำมาประยุกต์ใช้ในบริบท ของการทำกิจกรรมหรือเข้าร่วมกิจกรรมของสถานศึกษาของตนเองในสถานการณ์ข้างต้น เพื่อให้ ผู้เข้าร่วมสำรวจตนเอง เข้าใจตนเองมากขึ้น และตัดสินใจในสิ่งที่ตนเองเลือกอย่างมีเหตุผล เพื่อให้ ผู้เข้าร่วมได้เลือกในสิ่งที่เข้าต้องการโดยปราศจากการบังคับ ทำให้ผู้ที่เข้ารับการฝึกฝนทักษะสนับสนุน อิสระด้วยตนเองในบริบทของการเรียนและการทำกิจกรรมในสถานศึกษาไปพร้อมกับการสำรวจ ตนเองในสถานการณ์จำลองที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นการเชื่อว่ากิจกรรมทุกอย่างของบุคคลนั้นจะเกิดขึ้นจาก การไตร่ตรองและตัดสินใจกระทำอย่างมีเหตุผล (Glasser, 1988) ถ้าบุคคลได้มีโอกาสในการเลือกว่า ตนเองจะทำหรือไม่ทำโดยใช้เหตุผลเป็นเครื่องประกอบการตัดสินใจ จะทำให้ผู้เข้าร่วมรับรู้ถึง ความสามารถและความรู้สึกเป็นอิสระของตนเองก็จะกล้าที่จะตัดสินใจและแสดงพฤติกรรมที่ตน ต้องการมากขึ้น (Wood และ Newman, 2015)

จากกิจกรรมทั้ง 8 กิจกรรมที่กล่าวมาข้างต้น มีขั้นตอนในการฝึกการสนับสนุนอิสระ ด้วยตนเองที่สอดคล้องกับทฤษฎีที่ผ่านมา ได้แก่ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม, ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง, ทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล, และทฤษฎีการเลือก ดังนี้ 1) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Learning Theory) ของ Bandura (1978) ที่เน้นการเรียนรู้ของบุคคลที่โดยการสังเกตจากตัวแบบ ซึ่งกิจกรรมในโปรแกรมผู้เข้าร่วมจะต้อง อธิบายพฤติกรรม อารมณ์ และ ความคิด ที่เกิดขึ้นในบริบททฤษฎีของนักศึกษาระดับปริญญา บัณฑิตของตัวแบบ 2) ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง (Self Determination Theory) ของ Deci และ Ryan(1985) ที่เน้นจากการรับรู้ถึงสัมพันธภาพ ความเป็นอิสระ และความสามารถของตนเอง

ซึ่งในโปรแกรมผู้เข้าร่วมจะต้องอธิบายและวางเป้าหมายในการใช้ชีวิตว่าจะเรียนอย่างไร ใช้ชีวิตในสังคมอย่างไร เพื่อให้สอดคล้องกับเป้าหมายหลักที่ตนวางไว้ และระบุถึงอิสระที่ตนเองมีความสามารถที่ตนเองมี และสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นในมหาวิทยาลัย 3) ทฤษฎีการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (Rational Choice Theory: RCT) ของ Scott (2000) ที่เชื่อว่าบุคคลทุกคนเป็นผู้มีเหตุผล และพฤติกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากการใช้เหตุผลเป็นตัวช่วยในการตัดสินใจ ซึ่งในโปรแกรมผู้เข้าร่วมจะต้องอธิบายถึงเหตุผลในการแสดงออกซึ่งพฤติกรรม อารมณ์ และ ความคิด ที่เกิดขึ้นในบริบทอุดมศึกษาของตัวแบบและตนเอง และ 4) ทฤษฎีการเลือก (Choice Theory) ของ Glasser (2000) ที่เน้นการเลือกของบุคคลหรือความต้องการของบุคคลที่ปราศจากการบังคับ ซึ่งกิจกรรมในโปรแกรมผู้เข้าร่วมจะต้องระบุถึงสิ่งที่ทำให้ตนเองนั้นสนใจที่จะเรียน และสนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมภายในมหาวิทยาลัยนั้นเป็นความต้องการผู้เข้าร่วมจากภายในหรือภายนอก และมาจากสาเหตุอะไรถึงตัดสินใจในการเลือกที่ตัวเองต้องการ

ประเด็นที่ 2 ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต

จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงขึ้น ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่าก่อนการทดลอง และในระยะหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ของ Jang และคณะ (2010) ที่พบว่าความยึดมั่นผูกพันมีระดับความสัมพันธ์ในทิศทางบวกกับการกำหนดอิสระด้วยตนเอง การฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทำให้นักศึกษาที่ได้รับการฝึกนั้นได้สำรวจความคิด อารมณ์ ตลอดจนพฤติกรรมที่แสดงออกของตนเองผ่านขั้นตอนกระบวนการฝึก 5 ขั้นตอน ผ่านองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ได้แก่ ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จักคิด ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ และความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม ในบริบทของการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรมในมหาวิทยาลัย

ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จักคิดของนักศึกษา พบว่า ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มที่ได้รับการฝึกมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จักคิดของนักศึกษาสูงกว่าก่อนการทดลอง และในระยะหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จักคิดของนักศึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยการเพิ่มขึ้นของความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จักคิด อาจเกิดจากที่ผู้เข้าร่วมนั้นได้ฝึกการพิจารณาและไตร่ตรองและใช้ความพยายามในการทำ ความเข้าใจ ในสิ่งที่ซับซ้อนและสิ่งที่ยากทั้งยังสามารถการกำกับตนเอง ในด้านการเรียนและในด้านการเข้าร่วมกิจกรรม ที่มาจากโปรแกรมการฝึกผ่านการใช้การสื่อสารภายในตัวเองและการสื่อสารจากบุคคลอื่นที่ไม่ควบคุมต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งเป็นการนำกลยุทธ์ “Should” ควรจะทำ “Must ต้องทำ” และ “Have to จำเป็นที่จะต้องทำ” ให้ผู้เข้าร่วมฝึกเข้าใจว่า สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนจำเป็นต้องทำ และสิ่งไหนต้องทำ ทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่นในบริบทของบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน ทำให้ผู้เข้าร่วมรับรู้ถึงความสำคัญในวิชาเรียนในชั้นเรียนและกิจกรรมของสถานศึกษาโดยมีการไตร่ตรองและใช้ความพยายามในการทำ ความเข้าใจ รวมทั้งใช้กลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนรู้ผ่านใช้เหตุผลเป็นเครื่องมือแนวทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมายโดยและการฝึกให้ชี้แจงเข้าใจเหตุผล ซึ่งจะ

ทำให้ผู้ร่วมเห็นความสำคัญหรือคุณค่าในสิ่งที่เขาได้ตัดสินใจเลือกในทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน (Edmunds และคณะ, 2008)

ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ของนักศึกษา พบว่า ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มที่ได้รับการฝึกมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ของนักศึกษาสูงกว่าก่อนการทดลอง และในระยะหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ของนักศึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอาจจะเกิดจากที่ผู้เข้าร่วมนั้นได้ฝึกประเมินอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นมีอารมณ์ในเชิงบวกหรือเชิงลบโดยผ่านการฝึกให้ตระหนักและยอมรับความรู้สึกรู้สึกของตนเองขณะที่เจอเหตุการณ์ในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและกิจกรรมมหาวิทยาลัย ผ่านการตระหนักและยอมรับความรู้สึกรู้สึกของตนเองจะทำให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอิสระด้วยตนเองนั้นยอมรับความรู้สึกรู้สึกของตนเองขณะที่เจอเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนหรือการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ผู้เข้าร่วมรับรู้อารมณ์ของตนเองและตัวเอง ซึ่งเป็นการชวนผู้เข้าร่วมสำรวจอารมณ์และความรู้สึกในทางบวกที่มีต่อกิจกรรมต่างๆในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน ตลอดจนความรู้สึกการเป็นส่วนหนึ่งและการให้คุณค่าของของนักศึกษาต่อการเรียนและกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัย ผ่านการตระหนักและยอมรับความรู้สึกรู้สึกของตนเอง ซึ่งจะทำให้ผู้เข้าร่วมชั้นมีการสื่อสารภายในตัวเอง รับรู้ว่าการอารมณ์ของตนเองเป็นอย่างไร และจากนั้นจะเข้าใจตนเองมากขึ้นและจะทำให้กล้าตัดสินใจว่าสิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนจำเป็นต้องทำ และสิ่งไหนต้องทำ ทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่นในบริบททั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน (Cheon และ Moon, 2010)

ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมของนักศึกษา พบว่า ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มที่ได้รับการฝึกมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมของนักศึกษาสูงกว่าก่อนการทดลอง และในระยะหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสนับสนุนอิสระมีค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรมของนักศึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุม เนื่องจากกระบวนการฝึกสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง อาจจะเกิดจากที่ผู้เข้าร่วมนั้นได้ฝึกการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผลและการสนับสนุนการตัดสินใจ ทำให้ผู้เข้าร่วมการฝึกได้อธิบายพฤติกรรมของตนเองและตัวเองที่แสดงออกถึงการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในขณะทำกิจกรรมทั้งชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน ได้แก่ ความสนใจในการเรียนรู้ การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและผู้สอน การเข้าร่วมการอบรม กิจกรรมอาสา และกิจกรรมชุมนุมชมรมที่ตนสนใจ ซึ่งเป็นการอธิบายเหตุผลของการเลือกที่มาจากข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกเพื่อสนับสนุนการเลือกและฝึกการตัดสินใจด้วยตนเอง โดยผู้เข้าร่วมนั้นรับรู้ว่าการตัดสินใจของตนเองนั้นเป็นสิ่งที่มีความหมายต่อตนเองซึ่งการอธิบายเหตุผลของการตัดสินใจเลือกด้วยตนเองโดยปราศจากการบังคับก็จะทำให้นักศึกษามีแนวโน้มที่จะทำพฤติกรรมนั้นสูงขึ้น (Moss, 2009)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ผลวิจัยที่พบว่าโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองสามารถเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตได้ ดังนั้นผู้ที่สนใจนำโปรแกรมไปใช้ ควรใช้กับกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต และมีขั้นตอนการฝึกครบ 5 ขั้นตอน โดยเริ่มจากการการเสริมสร้างแรงจูงใจเป็นขั้นแรก และขั้นสุดท้ายควรเป็นการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ระยะเวลาที่เหมาะสม

ควรจะฝึกไม่ควรต่ำ 8 ครั้งติดต่อกัน โดยฝึกสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ทั้งสื่อกในการในการเลือกตัวสื่ที่มีสื่ในการใช้ไม่ควรเลือกตัวสื่ทางลบแต่เลือกตัวสื่ใกล้เคียงกับนักศึกษา

1.2 งานวิจัยนี้ใช้แบบวัดความยึดมั่นผูกพัน เพื่อวัดระดับความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา โดยจำนวนข้อทั้งหมด 40 ข้อ ใช้ระยะเวลาในการสอบไม่เกิน 10 นาที ใช้มาตรวัดแบบ Likert Scale แบบ 5 ระดับ โดยเริ่มจากไม่จริงเลยจนถึงจริงที่สุด แบบวัดนี้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงและความตรงทั้งเชิงเนื้อหาและเชิงโครงสร้างที่มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ดังนั้นผู้สนใจสามารถนำไปใช้วัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาได้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตในบริบทของอุดมศึกษา งานวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาความยึดมั่นผูกพันกับกลุ่มตัวอย่างและบริบทที่แตกต่างที่มีสภาพปัญหาในเรื่องของการปรับตัว เช่น นักเรียนระดับมัธยมศึกษา

2.2 งานวิจัยของ Jang และคณะ (2010) พบความสัมพันธ์ระหว่างความยึดมั่นผูกพันและการกำหนดด้วยตนเองของนักศึกษาวิชาชีพครู งานวิจัยนี้จึงเลือกศึกษาการสนับสนุนอิสระ ซึ่งเป็น 1 ใน 3 องค์ประกอบของการกำหนดด้วยตนเอง งานวิจัยครั้งต่อไปควรขยายผลในการศึกษาผลของการฝึกองค์ประกอบอื่น ได้แก่ ความสามารถ และความสัมพันธ์ เพื่อศึกษาว่าจะส่งผลต่อความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

2.3 การสำรวจของกรมการจัดหางาน กระทรวงแรงงาน (2561) พบเรื่องการลาออกของพนักงานที่เพิ่งสำเร็จการศึกษามีอัตราการลาออกที่สูงขึ้น โดยสาเหตุหลักเกิดจากปัญหาการปรับตัวทางสังคมของพนักงาน และงานวิจัยของ ศุภชัย รุ่งเจริญสุขศรี (2558) พบว่าการที่พนักงานมีความยึดมั่นผูกพันที่มีต่อองค์กรนั้นจะช่วยลดอัตราการลาออกของพนักงานได้ฉะนั้นงานวิจัยครั้งต่อไปควรขยายผลของการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองเพื่อเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของพนักงานที่มีต่อองค์กร

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

กระทรวงแรงงาน. สถิติอัตราการว่างงานและการลาออกจากงาน. กองบริหารข้อมูลตลาดแรงงาน
กรมการจัดหางาน กระทรวงแรงงาน (2561).

ดนุลดา จามจุรี and บุษพา เมฆศรีทองคำ. การพัฒนาภาวะผู้นำในนิสิตนักศึกษาระดับอุดมศึกษา.
วารสารนักบริหาร 32(1) (2555): 169-173.

นพมาศ ว่องวิทย์สกุล. การพัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมความยึดมั่นผูกพันกับการเรียนและผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียนวิชาภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษา : การทดลองแบบอนุกรมเวลา.
กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2557.

นักรบ หมั่นแสน, จารุวรรณ สกุลคู, อรรณพ โพธิ์สุข and สุชาดา สุธรรมรักษ์. ความผูกพันของนักศึกษา
ต่อมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต. วารสารสุทธิปริทัศน์ 88(28) (2557): 255-270.

นันทิกา อนันต์ชัยพัทธนา. ปัจจัยที่มีผลต่อความผูกพันของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราช
ชนนี พะเยา. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี 2552.

ประนิษฐา วรพุทธ. ผลของการใช้บทบาทสมมติเพื่อพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองของ เด็กวัยรุ่น ใน
สถานสงเคราะห์เด็กหญิงภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, สาขา
จิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2543.

พงษ์จันทร์ ภูษาพานิชย์, วีระวรรณ วงศ์ปิ่นเพชร, ชูชัย สมितिไกร and พิมพ์ชนก เครือสุคนธ์. ปัจจัย
พยากรณ์ความผูกพันของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่. เชียงใหม่ : คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (2561).

ศุภชัย รุ่งเจริญสุขศรี. ความผูกพันในองค์กร การพัฒนาความก้าวหน้าในสายอาชีพ และ ความพึงพอใจ
ใน สวัสดิการพนักงานส่งผลต่อความจงรักภักดีของพนักงานระดับปฏิบัติการของบริษัทเอกชน
ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, สาขาวิชาบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ,
2558.

สถาบันวิจัยและบริการวิชาการมหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ. ผลิตและพัฒนากำลังคนเพื่อให้สอดคล้องกับ
ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี. กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ, 2561.

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. ปรัชญาการอุดมศึกษาไทย 2552. Available from:

<http://www.mua.go.th/users/he-commission/book/philosophy%20o%20THE.pdf>

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. คู่มือการประกันคุณภาพการศึกษาภายใน สถานศึกษา
ระดับอุดมศึกษา พ.ศ. 2553. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์, 2554.

สำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษา. กิจกรรมนักศึกษากับการพัฒนาคุณภาพบัณฑิต [ออนไลน์].

2551. Available from:

<http://www.km.thaicyberu.go.th/linkfile/PMQA/File/KM51/scan/02/student.pdf>

ภาษาอังกฤษ

Appleton, J.J., Christenson, S.L. and Furlong, M.J. Student engagement with school:

Critical conceptual and methodological issues of the construct. Psychology in the Schools 45(5) (2008): 369-386.

Appleton, J.J., Christenson, S.L., Kim, D. and Reschly, A.L. Measuring cognitive and psychological engagement: Validation of the Student Engagement Instrument.

Journal of School Psychology 44(5) (2006): 427-445.

Audas, R. and Willms, J.D. Engagement and dropping out of school: A life course perspective. Human Resources and Social Development Canada 2001. Available from:

<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.466.7579&rep=rep1&type=pdf> [2018, April]

Baer, P.E. and Bandura, A. Behavior Theory and Identificatory Learning. American Journal of Orthopsychiatry 33(4) (1963): 591-601.

Bandura, A. Psychotherapy based upon modeling principles. in Bergin, A.E. and Garfield, S.L. (eds.), Handbook of psychotherapy and behavior change. 653-708. New York: Wiley, 1971.

Bandura, A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Advances in Behaviour Research and Therapy 1(4) (1978): 139-161.

Bandura, A. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ, US: Prentice-Hall, Inc, 1986.

Barch, J. From teachers' autonomy supportiveness training to students' intrinsic motivation. . in the Annual Meeting of the American Psychological Association. New Orleans, LA, 2006.

Beckert, T.E. Fostering Autonomy in Adolescents: A Model of Cognitive Autonomy and Self-evaluation. in The American Association of Behavioral and Social Sciences.

Las Vegas, Nevada, 2005.

Bloom, B.S. Taxonomy of Educational Objectives, Handbook: The Cognitive Domain.

New York: David McKay, 1956.

Bruza, P.D. and Hoenkamp, E.C. Reinforcing Trust in Autonomous Systems: A Quantum Cognitive Approach. in Abbass, H.A., Scholz, J. and Reid, D.J. (eds.), Foundations of Trusted Autonomy. 215-224. Cham: Springer International Publishing, 2018.

Carini, R.M., Kuh, G.D. and Klein, S.P. Student engagement and student learning. Testing the linkages. Research in Higher Education 47 (2006): 1-24.

Chatzisarantis, N.L.D. and Hagger, M.S. Effects of an intervention based on self-determination theory on self-reported leisure-time physical activity participation. Psychology & Health 24(1) (2009): 29-48.

Cheon, S.H. and Moon, I.S. Implementing an autonomy-supportive fitness program to facilitate students' autonomy and engagement. Vol. 21, 2010.

Christenson, S.L., Reschly, A.L., Appleton, J.J., Berman, S., Spanjers, D. and Varro, P. Best practices in fostering student engagement. in Thomas, A. and Grimes, J. (eds.), Best practices in school psychology V. 1099-1120. Washington, DC: National Association of School Psychologists, 2008.

Christenson, S.L., Reschly, A.L. and Wylie, C. Handbook of Research on Student Engagement. New York: Springer-Verlag, 2012.

Cohen, J., Miles, J. and Shevlin, M. Applying regression and correlation: A guide for students and researchers. London: Sage, 2001.

Corey, G. Theory and Practice of Group Counseling. 6th edition. CA: Thomson Brooks, 2004.

Davidson, W.B., Beck, H.P. and Grisaffe, D.B. Increasing the institutional commitment of college students: Enhanced measurement and test of a nomological model. Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice 17(2) (2015): 162-185.

Deci, E.L., Eghrari, H., Patrick, B.C. and Leone, D.R. Facilitating Internalization: The Self-Determination Theory Perspective. Journal of Personality 62(1) (1994): 119-142.

Deci, E.L. and Flaste, R. Why we do what we do: The dynamics of personal autonomy. Why we do what we do: The dynamics of personal autonomy. New York, NY,

- US: G P Putnam's Sons, 1995.
- Deci, E.L. and Ryan, R.M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York Springer Science+Business Media 1985.
- Deci, E.L. and Ryan, R.M. The support of autonomy and the control of behavior. Journal of Personality and Social Psychology 53(6) (1987): 1024-1037.
- Deci, E.L. and Ryan, R.M. The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. Psychological Inquiry 11 (2002): 227-268.
- Dworkin, G. The Theory and Practice of Autonomy. Cambridge: Cambridge University Press, 1988.
- Edmunds, J., Ntoumanis, N. and Duda, J.L. Testing a self-determination theory-based teaching style intervention in the exercise domain. European Journal of Social Psychology 38(2) (2008): 375–388.
- Finn, J.D. Withdrawing from school. Review of Educational Research 59(2) (1989): 117-142.
- Fredericks, J.A., Blumenfeld, P.C. and Paris, A.H. School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. Review of Educational Research 74 (2004): 59 – 109.
- Fredricks, J.A. Engagement in School and Out-of-School Contexts: A Multidimensional View of Engagement. Theory Into Practice 50(4) (2011): 327-335.
- Ganotice, F.A. and King, R.B. Social Influences on Students’ Academic Engagement and Science Achievement. Psychological Studies 59(1) (2014): 30-35.
- Glasser, W. Choice theory in the classroom. New York: HarperCollins, 1988.
- Glasser, W. Every student can succeed. Chatsworth, CA: William Glasser, Inc., 2000.
- Griffiths, A.-J., Sharkey, J.D. and Furlong, M.J. Student engagement and positive school adaptation. in Handbook of positive psychology in schools. 197-211. New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group, 2009.
- Günüş, S. and Kuzu, A. Factors Influencing Student Engagement and the Role of Technology in Student Engagement in Higher Education: Campus-Class-Technology Theory. Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry 5(4) (2014): 86-113.
- Harsanyi, J.C. Advances in Understanding Rational Behavior. in Elster, J. (ed.) Rational

- Choice. Oxford: Basil Blackwell, 1986.
- Hausmann, L.R.M., Schofield, J.W. and Woods, R.L. Sense of belonging as a predictor of intentions to persist among African American and White first-year college students. Research in Higher Education 48(7) (2007): 803-839.
- Heath, A. Rational Choice and Social Exchange Cambridge. London, New York and Melbourne: Cambridge University Press, 1976.
- Helme, S. and Clarke, D. Identifying Cognitive Engagement in the Mathematics Classroom. Mathematics Education Research Journal 13 (2001): 133-153.
- Hooper, D., Coughlan, J. and Mullen, M.R. Structural Equation Modelling: Guidelines for Determining Model Fit. The Electronic Journal of Business Research Methods 6 (2008): 53-60.
- Jang, H., Reeve, J. and Deci, E.L. Engaging students in learning activities: It is not autonomy support or structure but autonomy support and structure. Journal of Educational Psychology 102(3) (2010): 588-600.
- Kelley, D.E., Lewis, M.A. and Southwell, B.G. Perceived support from a caregiver's social ties predicts subsequent care-recipient health. Preventive Medicine Reports 8 (2017): 108-111.
- Lance, C.E., Butts, M.M. and Michels, L.C. The Sources of Four Commonly Reported Cutoff Criteria: What Did They Really Say? Organizational Research Methods 9(2) (2006): 202-220.
- Lawshe, C.H. A quantitative approach to content validity. Personnel Psychology 28(4) (1975): 563-575.
- Li, Y. and Lerner, R. Trajectories of School Engagement during Adolescence: Implications for Grades, Depression, Delinquency, and Substance Use. Developmental Psychology 47(1) (2011): 233-247.
- Mariano, J.M. and Vaillant, G.E. Youth purpose among the 'greatest generation', . The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice 7(4) (2012): 281-293.
- Marks, H.M. Student engagement in instructional activity: Patterns in the elementary, middle, and high school years. American Educational Research Journal 37 (2000): 153-184.

- Mele, A.R. Autonomous Agents: From Self-control to Autonomy. New York: Oxford University Press, 2001.
- Mesquita, B.B.d. and Morrow, J.D. Sorting through the Wealth of Notions. International Security 24 (1999): 56-73.
- Meyer, E.J. Transforming School Cultures. in Meyer, E.J. (ed.) Gender and Sexual Diversity in Schools: An Introduction. 121-139. Dordrecht: Springer Netherlands, 2010.
- Mosher, R. and McGowan, B. Assessing student engagement in secondary schools: Alternative conceptions, strategies of assessing, and instruments. 1985. Available from: <https://eric.ed.gov/?id=ED272812>
- Moss, J. Autonomy support and engagement in prekindergarten: Supporting the teachers in traditional and Montessori environments. Master's Thesis, University of Wisconsin-Milwaukee, 2009.
- Mouzelis, N. Sociological Theory: What went Wrong? London: Routledge, 1995.
- Neumann, Y. and Neumann, L. Equity theory and students' commitment to their college. Research in Higher Education 20(3) (1984): 269-280.
- Niemi, A.M. What are effective strategies to support student engagement and learning? Master's Thesis, Evergreen State College, 2007.
- Reeve, J., Deci, E. and Ryan, R. Self-determination theory: A dialectical framework for understanding sociocultural influences on student motivation. 2004.
- Reeve, J., Jang, H., Carrell, D., Jeon, S. and Barch, J. Enhancing Students' Engagement by Increasing Teachers' Autonomy Support. Motivation and Emotion 28(2) (2004): 147-169.
- Reeve, J., Jang, H., Hardre, P. and Omura, M. Providing a rationale in an autonomy-supportive way as a strategy to motivate others during an uninteresting activity. Motivation and Emotion 26(3) (2002): 183-207.
- Reeve, J. and Tseng, M. Agency as a fourth aspect of student engagement during learning activities. Contemporary Educational Psychology 36 (2011): 257-267.
- Russell, S. and Bakken, R.J. Development of Autonomy in Adolescence 2002. Available from: <https://www.basicknowledge101.com/pdf/Development%20of%20Autonomy%20>

[0in%20Adolescence.pdf](#)

- Ryan, R.M. and Deci, E.L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. American Psychologist 55(1) (2000): 68-78.
- Ryan, R.M. and Deci, E.L. Self-Regulation and the Problem of Human Autonomy: Does Psychology Need Choice, Self-Determination, and Will? Journal of Personality 74(6) (2006): 1557-1586.
- Ryan, R.M. and Lynch, J.H. Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. Child Development 60(2) (1989): 340-356.
- Ryan, R.M., Williams, G.C., Patrick, H. and Deci, E.L. Self-determination theory and physical activity: The dynamics of motivation in development and wellness. Hellenic Journal of Psychology 6(2) (2009): 107-124.
- Schaufeli, W.B., Salanova, M., González-romá, V. and Bakker, A.B. The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach. Journal of Happiness Studies 3(1) (2002): 71-92.
- Schyns, B. and Collani, G.v. A new occupational self-efficacy scale and its relation to personality constructs and organizational variables. European Journal of Work and Organizational Psychology 11(2) (2002): 219-241.
- Scott, J. Rational Choice Theory. in Browning, G., Halcli, A. and Webster, F. (eds.), Understanding Contemporary Society: Theories of The Present. London: Sage, 2000.
- Skinner, E.A., Kindermann, T.A. and Furrer, C.J. A motivational perspective on engagement and disaffection: Conceptualization and assessment of children's behavioral and emotional participation in academic activities in the classroom. Educational and Psychological Measurement 69(3) (2009): 493-525.
- Skinner, E.A. and Pitzer, J.R. Developmental Dynamics of Student Engagement, Coping, and Everyday Resilience. in Christenson, S., Reschly, A. and Wylie, C. (eds.), Handbook of Research on Student Engagement. Boston, MA: Springer, 2012.
- Skinner, E.A., Wellborn, J.G. and Connell, J.P. What it takes to do well in school and whether I've got it: A process model of perceived control and children's

- engagement and achievement in school. Journal of Educational Psychology 82(1) (1990): 22-32.
- Stephenson, J. and Kohyama, M. Turning freshmen into autonomy through student-directed language learning projects. in Barfield, A. and Nix, M. (eds.), Autonomy you ask! 101–112, 2003.
- Taylor, L. and Parsons, J. Improving Student Engagement. Current Issues in Education 14 (2011): 1-32.
- Thijs, J. and Verkuyten, M. Students' anticipated situational engagement: The roles of teacher behavior, personal engagement, and gender. The Journal of Genetic Psychology 170(3) (2009): 268-286.
- van der Kaap-Deeder, J., Boone, L. and Brenning, K. Antecedents of provided autonomy support and psychological control within close friendships: The role of evaluative concerns perfectionism and basic psychological needs. Personality and Individual Differences 108 (2017): 149-153.
- Voelkl, K.E. Measuring students' identification with school. Educational and Psychological Measurement 56(5) (1996): 760-770.
- White, T.N. The influence of perceived social support from parents, classmates, and teachers on early adolescents' mental health. Graduate Theses and Dissertations, Department of Psychological and Social Foundations, College of Education University of South Florida 2009.
- Williams, G.C., Cox, E.M., Kouides, R. and Deci, E.L. Presenting the Facts About Smoking to Adolescents: Effects of an Autonomy-Supportive Style. JAMA Pediatrics 153(9) (1999): 959-964.
- Willms, J.D. Student engagement at school: A sense of belonging and participation: Results from PISA 2000. Paris: Organisation for Economic Co-Operation and Development, 2003.
- Wolters, C.A. Advancing achievement goals theory: Achievement Goals and Behavioral and Emotional Engagement as Precursors of Academic Adjusting. Journal of Educational Psychology 96 (2004): 236 –250.
- Wood, J.L. and Newman, C.B. Predictors of Faculty–Student Engagement for Black Men in Urban Community Colleges: An Investigation of the Community College

Survey of Men. Urban Education 52(9) (2015): 1057-1079.







รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. ณัฐภรณ์ หลาวทอง
อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ การวัดและประเมินผลการศึกษา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วิธิญญา วัฒนโณ
อาจารย์ประจำคณะมนุษยศาสตร์ สาขาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์
อาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชุติมา สุระเศรษฐ
อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โมนิล เตชะวชิรกุล
อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ สาขาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาวิกา ภักษา
อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี



ที่ ศอ 0512.6(2791.01)/62- 1141



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

เลขานุการ 2562

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัยและทดลองใช้เครื่องมือ

เรียน รองอธิการบดีฝ่ายการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นาย รัชรินทร์ อินทร์นุ้ม นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการทำนันทนาการวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเสริมสร้างความเชื่อมั่น
ผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง" โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บ
รวบรวมข้อมูลและทดลองใช้เครื่องมือ คือ แบบวัดความเชื่อมั่นผูกพัน และโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วย
ตนเอง กับนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตชั้นปีที่1 ที่เป็นนักศึกษาในโครงการขยายโอกาสทางการศึกษา ทั้งนี้ นิสิต
ผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้นิสิตได้เก็บข้อมูลวิจัยและทดลองใช้เครื่องมือ
ดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ชีโนกุล)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2565-97 ต่อ 6732

เบอร์โทรศัพท์ผู้วิจัย: 094-4891223 Email: Watcharin.songpersert@gmail.com



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร. 82565-97 ต่อ 6732

ที่ ศธ 0512.6(2791.01)/62-1146

วันที่ เมษายน 2562

เรื่อง ขอยื่นเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.ณัฐกรณ์ หลาวทอง

ด้วย นายวัชรินทร์ อินทร์นุ้ม นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง" โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมาลี ชีโนกุล)

รองคณบดี



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร. 82565-97 ต่อ 6732

ที่ ศร 0512.6(2791.01)/62-11-17 วันที่ เมษายน 2562

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐสุดา เด่นพันธ์

ด้วย นาย วัชรินทร์ อินทร์นุ่ม นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเสริมสร้างศักยภาพคน ผู้ก้นของนักศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมากในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุนาลี ชีโนกุล)

รองคณบดี



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน กลุ่มภารกิจบริหารการศึกษานโยบายวิชาการ คณะครูศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร. 82565-97 ต่อ 6732
 ที่ ทช 0512.6(2791.01)/62-1145 วันที่ เมษายน 2562
 เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธิดา สุพรรณสุ

ด้วย นายวิชารินทร์ อินทร์นุ่ม นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
 ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเสริมสร้างความเป็น
 มุขทันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง" โดยมี
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ
 ตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการ
 ต่อไป และขอขอบคุณมากในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุภาณี ชีโนกุล)
 รองคณบดี



ที่ ศธ 0512-6(2791.01)/62-1144

คณะครูศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

เลขที่ 2562

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภริกา ภักษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายวิชรินทร์ อินทร์นุ้ม นิสิตหลักสูตรศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเสริมสร้างความเชื่อมั่น
ผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง" โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ
ตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการ
ต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ชีโนกุล)

รองคณบดี

ปฏิบัติการแทนคณบดี

กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2565-97 ต่อ 6732

เบอร์โทรศัพท์ผู้วิจัย: 094-4891223 email: Watcharin.songpersert@gmail.com

ที่ คอ 0512.6(2791.01)/62-1143



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

เมษายน 2562

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิธิญญา วัฒนโธ

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายวิชวินทร์ อินทร์นุ่น นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเสริมสร้างความเชื่อมั่น
ผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง" โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ
ตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการ
ต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ชีโนกุล)

รองคณบดี

ปฏิบัติการแทนคณบดี

กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2565-97 ต่อ 6732

เบอร์โทรศัพท์มือถือ: 094-4891223 email: Watcharin.songpersert@gmail.com

ที่ ศธ 0512.6(2791.01)62-1142



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

เลขาน 2562

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ไมนัล เทชะวิชกุล

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายวิชรินทร์ อินทร์น่วม นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
ภาควิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเสริมสร้างความยึดมั่น
ผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง" โดยมี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ
ตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้มีสัปดาห์วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการ
ต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ชีโนกุล)

รองคณบดี

ปฏิบัติการแทนคณบดี

กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2565-97 ต่อ 6732

เบอร์โทรศัพท์ผู้วิจัย: 094-4891223 email: Watcharin.songpersert@gmail.com



แบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

ส่วนที่ 1 : ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดให้ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับส่วนตัวของท่าน โดยการทำเครื่องหมาย ☒ ลง ☐ ที่ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

2. ปัจจุบันท่านมีอายุ ปี

3. กลุ่มสาขาวิชาที่ท่านสังกัด

☐ กลุ่มสังคมศาสตร์และศิลปศาสตร์ ☐ กลุ่มวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและสุขภาพ

ส่วนที่ 2 คำถามประเมินความพึงพอใจของท่านในการทำงานในด้านต่างๆ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ☒ ลงในช่องระดับความพึงพอใจที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว

ข้อ	คำถาม	ระดับความเป็นจริง				
		ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
1	ฉันทำรายการที่อาจารย์มอบหมายแต่มีสงสัย ว่าฉันได้ประโยชน์อะไร					
2	ฉันรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชั้นเรียน					
3	ฉันทำงานที่ได้รับมอบหมายในชั้นเรียนอย่างดีที่สุด					
4	ฉันคิดว่าการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยนั้นเป็นประโยชน์ต่อฉันในอนาคต					
5	ฉันรู้สึกว่าตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของมหาวิทยาลัย					
6	ฉันมีบทบาทในกิจกรรมต่างๆของ คณะ สาขา และมหาวิทยาลัยที่ฉันสังกัด					
7	ฉันมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัย (กิจกรรมกีฬา กิจกรรมทางวัฒนธรรม กิจกรรมของสโมสร และอื่น ๆ)					
8	ฉันชอบกิจกรรมที่จัดขึ้นในมหาวิทยาลัย					
9	ฉันวางแผนทำกิจกรรมต่างๆในมหาวิทยาลัย					
10	ฉันเข้าชั้นเรียนตรงเวลา					
11	ฉันรู้สึกพึงพอใจกับการเข้าเรียน					
12	เมื่ออยู่ในชั้นเรียน ฉันมีเพื่อนที่ฉันสามารถพูดคุยได้					

ข้อ	คำถาม	ระดับความเป็นจริง				
		ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
13	ฉันปฏิบัติตามกฎกติกาในชั้นเรียนอย่างเคร่งครัด					
14	ฉันพยายามจัดสรรเวลาเพื่อให้ได้ทำกิจกรรมของคณะ สาขา หรือ มหาวิทยาลัย					
15	ฉันภูมิใจที่ได้เป็นนักศึกษาของมหาวิทยาลัยที่ฉันเรียนอยู่					
16	เมื่อมีโอกาสฉันพยายามที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่ฉันสนใจ					
17	แม้ว่าฉันจะเรียนหนัก แต่ฉันก็พยายามเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆในมหาวิทยาลัยอย่างสม่ำเสมอ					
18	ฉันมักติดตามและส่งงานที่ได้รับมอบหมายให้ครบ					
19	ฉันมีความสุขที่ได้เข้าเรียน					
20	เมื่อฉันไม่เข้าใจเนื้อหาที่เรียนฉันจะพยายามศึกษาค้นคว้าจนกว่าจะเกิดความกระจ่าง					
21	ฉันพยายามค้นหาวิธีที่จะทำให้เรียนรู้ได้ดีที่สุด					
22	ฉันรู้สึกไม่สามารถพึ่งพาใครได้เมื่ออยู่ในชั้นเรียน					
23	ฉันรู้สึกมีคุณค่าทุกครั้งที่ได้ทำกิจกรรมเพื่อสังคม					
24	ฉันพยายามที่จะหากิจกรรมที่สนใจเพื่อเข้าร่วม					
25	ฉันสามารถทำกิจกรรมที่ฉันสนใจได้เป็นอย่างดี					
26	ฉันมักใช้เวลาว่างทำกิจกรรมอยู่ในมหาวิทยาลัย					
27	ฉันรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งกับคณะ สาขา และมหาวิทยาลัย ที่ฉันสังกัดอยู่					
28	ฉันคิดว่าการเข้าร่วมกิจกรรมในมหาวิทยาลัยนั้นเป็นเรื่องที่ไม่จำเป็น					
29	เมื่ออาจารย์ตั้งคำถามให้คิด ฉันจะพยายามคิดและสื่อสารกลับไป					
30	ฉันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนในชั้นเรียนอย่างเข้มข้น					
31	ถึงแม้ว่าวิชาที่เรียนอยู่มีนัยยะ แต่ฉันก็เห็นประโยชน์ถึงการเรียนในวิชานั้น					

ข้อ	คำถาม	ระดับความเป็นจริง				
		ไม่จริงเลย	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	จริงที่สุด
32	ฉันพยายามที่จะรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนสมาชิก ในชั้นเรียน					
33	ฉันคิดว่าการมีชุมนุม ชมรม ในมหาวิทยาลัยเป็นสิ่งที่ ดี					
34	เมื่อผู้สอนถามคำถาม ฉันเต็มใจที่จะตอบคำถาม					
35	ฉันชอบกิจกรรมที่ได้ทำกับเพื่อนต่างคณะ					
36	มหาวิทยาลัยเป็นสถานที่ทำให้ฉันมีความสุข					
37	ฉันรู้สึกว่เพื่อนๆอยากให้ฉันเข้าร่วมทำงานกลุ่ม ด้วย					
38	ฉันไม่ชอบเวลาที่อาจารย์เรียกตอบ					
39	ฉันรู้สึกเหมือนโดนบังคับ เมื่อต้องทำกิจกรรมของ มหาวิทยาลัย					
40	ฉันรู้สึกไม่ชอบที่ต้องถูกเช็คชื่อทุกครั้ง เมื่อต้องทำ กิจกรรมของมหาวิทยาลัย					

ข้อเสนอแนะอื่นๆ.....

.....


.....

CHULALONGKORN UNIVERSITY

โปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง
แผนการจัดกิจกรรมในโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง
กิจกรรมครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

จุดประสงค์ เชิง พฤติกรรม	1) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถยกตัวอย่างลักษณะกิจกรรมที่เกิดขึ้นในสถาบันได้ 2) ผู้เข้าร่วมการฝึกอธิบายสาเหตุและผลกระทบของการขาดความยึดมั่นผูกพัน ของนักศึกษาต่อการเรียนและมหาวิทยาลัยได้ 3) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายลักษณะของบุคคลที่มีความยึดมั่นผูกพันต่อ การเรียนและมหาวิทยาลัยได้
ระยะเวลา	50 – 60 นาที
สื่อ - อุปกรณ์	1) สื่อ Power point วิธีการและแนวทางของโปรแกรมการสนับสนุนอิสระ ด้วยตนเอง 2) สื่อ Power point ความหมายและองค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของ นักศึกษา 3) สื่อ Power point ภาพกิจกรรมที่เกิดขึ้นในสถานศึกษา 4) สื่อ Power point บุคคลตัวอย่างที่ลักษณะความยึดมั่นผูกพันทั้งต่อการ เรียนและมหาวิทยาลัยที่ประสบผลสำเร็จ 5) ใบความรู้เรื่องความยึดมั่นผูกพัน 6) ใบงานกิจกรรมที่ 1 “รักเรียน และ รักมหาวิทยาลัย”
เนื้อหา	1) วัตถุประสงค์ วิธีการ และแนวทางของโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วย ตนเอง 2) ความหมาย และบริบทของระดับอุดมศึกษา 3) ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3.1 ความหมายของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3.2 องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3.2.1 ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน 3.2.2 ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย ภาพที่ 1 บุคคลใดมีลักษณะความยึดมั่นผูกพัน



	<p>ภาพที่ 2 กิจกรรมที่เกิดขึ้นในสถานศึกษา</p> 
กิจกรรม	<p>ชั้นนำ (10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ผู้ฝึกทักทายผู้รับการฝึก แนะนำชื่อตนเอง สถาบันการศึกษา และให้ผู้รับการฝึกถามคำถามที่อยากรู้เกี่ยวกับตัวผู้ฝึก 3-5 คำถาม เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้ฝึก ตลอดจนแนะนำโค้ดเพื่อใช้ในการเรียกความพร้อมก่อนที่จะเริ่มการฝึก 2) ผู้ฝึกอธิบายวัตถุประสงค์ วิธีการและแนวทางของโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองเพื่อสร้างความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต โดยใช้ power point และขอให้ผู้รับการฝึกให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้รับการฝึกซักถามข้อสงสัย <p>ขึ้นกิจกรรม (30 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ผู้ฝึกนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการตั้งคำถามนำว่า “บุคคลที่มีความเชื่อมั่นผูกพันในสังคมไทยมีใครบ้าง” และขออาสาสมัคร 2 คนออกมาหน้าชั้นเพื่อยกตัวอย่างให้ผู้เข้าร่วมในชั้นเรียนฟัง 2) จากภาพ ภาพกิจกรรมที่เกิดขึ้นในสถานศึกษา โดยภาพจะสื่อถึงกิจกรรม ชุมชุม ชมรม และ กิจกรรมการเรียนการสอน จากนั้นผู้รับการฝึกจะต้องอธิบายว่าตนรู้สึกราวไร และบุคคลในภาพมีลักษณะเป็นอย่างไร 3) ผู้ฝึกนำเสนอบุคคลตัวอย่างที่สามารถผ่านวิกฤติในชีวิตและประสบความสำเร็จได้โดยใช้ Power point และเล่าเรื่องราวของบุคคลเหล่านี้แก้ปัญหาและปรับตัวเพื่อเผชิญกับการที่เขาต้องเลือกระหว่างเรียนและกิจกรรม

	<p>ขั้นสรุปผล (10 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันสรุปเพื่อความเข้าใจตรงกันว่าโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองมีวัตถุประสงค์ วิธีการ และแนวทางในการดำเนินการอย่างไร</p> <p>2) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน โดยให้ยกตัวอย่างการให้เหตุผลที่เกิดเป็นประจักษ์พร้อมกับวิธีเลือกและลำดับสิ่งที่ต้องทำของตนเองที่ได้ผล</p> <p>3) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน อธิบายคุณลักษณะของบุคคลที่มีความยึดมั่นผูกพัน โดยให้ยกตัวอย่างบุคคลใกล้ชิดของตนเอง</p> <p>4) มอบรางวัลสำหรับอาสาสมัคร</p>
วิธีการประเมินผล	<p>1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการนำไปประยุกต์ใช้ของผู้รับการฝึก</p> <p>2) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการอภิปรายผลงานของแต่ละกลุ่ม</p> <p>3) ประเมินจากการตอบคำถามในใบงาน และข้อเสนอแนะจากการนำเสนอผลงานของผู้รับการฝึก</p>
บันทึกหลังการจัดกิจกรรม	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

ใบความรู้เรื่องความยึดมั่นผูกพัน



ความยึดมั่นผูกพัน คือจะมีลักษณะจะต้องมีลักษณะที่มีความยึดมั่นผูกพันในบริบทของในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน โดยมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมการศึกษา เป็นส่วนหนึ่งและการระบุตัวตนต่อการเรียน และกิจกรรมนอกชั้นเรียนของสถานศึกษา เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพทางการเรียนและสังคม

ความยึดมั่นผูกพัน ต่อการเรียน




การแสดงออกถึงความสำคัญต่อการเรียน พยายามที่จะฝึกฝนทักษะต่างๆที่จะใช้ในการเรียน

ความยึดมั่นผูกพัน ต่อมหาวิทยาลัย



การแสดงออกถึงการมีส่วนร่วมต่อกิจกรรมนอกชั้นเรียน เห็นคุณค่า และรู้สึกถึงการเป็นส่วนหนึ่งต่อมหาวิทยาลัย

กิจกรรมครั้งที่ 2 เรียนสนุก ลูกสบาย

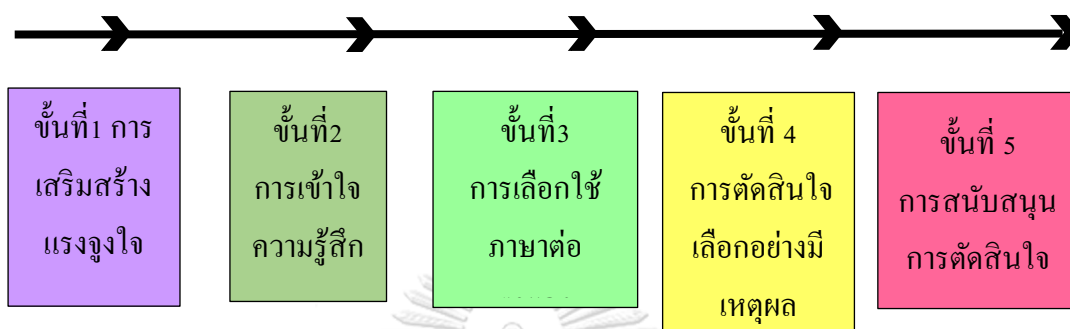
จุดประสงค์ เชิง พฤติกรรม	1) เมื่อผู้เข้าร่วมการฝึกเห็นกรณีศึกษา ผู้เข้าร่วมสามารถอธิบายถึงบทบาท หน้าที่ของบุคคลในสถานการณ์ที่ปรากฏในกรณีศึกษาได้ 2) หลังจากศึกษากรณีศึกษาผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงความรู้สึกของบุคคลในสถานการณ์ที่ปรากฏในกรณีศึกษาได้ 3) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายกลยุทธ์ที่ใช้ในการเรียนของบุคคลในกรณีศึกษาได้
ระยะเวลา	60 นาที
สื่อ - อุปกรณ์	1. สื่อ Power point เรียนสนุก ลูกสบาย 2. สื่อ Power point การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 3. ใบความรู้ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน 4. เอกสารภาพ 5. คลิปวิดีโอ (เหตุการณ์จากเรื่อง เมย์ไหนไฟแรงเวร) เกี่ยวกับความแตกต่างของบุคคลที่มีความยึดมั่นผูกพันที่แตกต่างกัน 6. กระดาษแผ่นใหญ่ สำหรับงานกลุ่ม 7. ปากกาสี 8. กระดาษ Post – it
เนื้อหา	1) วัตถุประสงค์ วิธีการ และแนวทางของโปรแกรมการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง 2) ความหมาย และบริบทของระดับอุดมศึกษา 3) ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3.1 ความหมายของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3.2 องค์ประกอบของความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3.2.1 ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน 3.2.2 ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย คลิปวิดีโอ (เหตุการณ์จากเรื่อง เมย์ไหนไฟแรงเวร) : ในชั้นเรียน คุณเป็นคนแบบไหน (เมย์ไหน..ไฟแรงเฟร่อ)  ลิ้งเข้าสู่สื่อ https://www.youtube.com/watch?v=_cAEYHqgVIA

กิจกรรม	<p>ชั้นนำ(15 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการตั้งคำถามนำว่า “สถานการณ์ในชีวิตประจำวันใดมักทำให้ผู้รับการฝึกเกิดความรู้สึกที่ต้องการจะเรียนที่สุด” ขออาสาสมัคร 2 คนเล่าประสบการณ์ของตนเองให้เพื่อนฟัง</p> <p>2) แจกกระดาษ Post – it คนละ 3 แผ่นคนละสี สีชมพูเป็นความคิดของผู้เข้าร่วมที่มีต่อการเรียน สีฟ้าเป็นอารมณ์ของผู้เข้าร่วมฝึกที่มีต่อการเรียน และสีเหลืองเป็นพฤติกรรมของตนที่เกิดขึ้นในห้องเรียน แล้วนำไปติดที่ช่องสีบนกระดานที่ว่างกลมของแต่ละสี</p> <p>3) ผู้ฝึกนำเสนอสื่อ Power point เรียนสนุก ลูกสบาย พร้อมเอกสารภาพ เรียนสนุก ลูกสบาย และใช้คำถามว่า ในแต่ละวันที่ตนเองต้องออกไปเรียนคิดว่า อารมณ์ พฤติกรรม และ ความคิดของตนเอง มีผลต่อตนเองหรือไม่</p> <p>4) ขออาสาสมัครอธิบายอารมณ์ พฤติกรรม และ ความคิดของตนเองที่เกิดเป็นประจำในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน จำนวน 3 คน</p> <p>ขั้นกิจกรรม (45 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกตั้งคำถามว่า “การให้เลือกรเรียนในสิ่งที่ตัวเองที่สนใจ และการบอกให้เลือกรเรียนมีผลต่อ การคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตัวเองอย่างบุคคลจากภาพยนตร์เมย์ไหนไฟแรงเฟอ้อย่างไร” โดยให้อาสาสมัคร 2 คนก่อนหน้านี้เป็นคนเลือกเพื่อนอีกจำนวน 2 คน ที่จะเป็นผู้ตอบคำถามนี้</p> <p>2) ผู้ฝึกนำเสนอสื่อ Power point และแจกใบความรู้การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง พร้อมอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน</p> <p>3) แบ่งกลุ่มผู้รับการฝึกออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน แจกกระดาษแผ่นใหญ่และปากกาสี กลุ่มละ 1 ชุด พร้อมใบงานที่ 1 “ใบความรู้ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน”</p> <p>4) ผู้ฝึกเปิดคลิปวิดีโอ (เหตุการณ์จากเรื่อง เมย์ไหนไฟแรงเฟอ) เกี่ยวกับที่เกี่ยวกับความแตกต่างของแต่ละคนที่เกิดขึ้นในบริบทของการศึกษาเพื่อให้ผู้ร่วมการฝึกนั้นระบุดึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตัวเอง และร่วมกันแสดงความคิดเห็นตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองต่อไปนี้</p> <p>ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ(ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการรับรู้ความสามารถและสัมพันธภาพที่เกิดของตัวเองในประเด็น ความสนใจ ความพึงพอใจ และความท้าทาย)</p> <p>ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง (ผู้เข้าร่วมสามารถระบุถึงอารมณ์ของตัวละครในประเด็นตระหนักและยอมรับความรู้สึกภายในตนเอง)</p> <p>ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง (ผู้เข้าร่วมฝึกร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อภาษาหรือการสื่อสารของบุคคลอื่นและภาษาการสื่อสารการพูดคุยภายในตนเองที่มีต่อตัวละครนั้นมีการควบคุมหรือบังคับหรือไม่)</p>
---------	--

	<p>5) ให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มนำเสนอคำตอบ และอภิปรายร่วมกันทั้งชั้นเรียน จากนั้นผู้ฝึกอธิบายเพิ่มเติมถึงหลักการวางแผนเพื่อกำหนดสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในบริบทของเรียนในประเด็นอื่น ๆ พร้อมยกตัวอย่าง</p> <p>ขั้นสรุปผล (10 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน โดยขออาสาสมัครจำนวน 2 คน ออกมาระบุสาเหตุที่แท้จริงของความยึดมั่นผูกพันของตนเอง</p> <p>2) มอบรางวัลสำหรับอาสาสมัคร</p>
วิธีการประเมินผล	<p>1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็น และการนำไปประยุกต์ใช้ของผู้รับการฝึก</p> <p>2) ตรวจสอบ จากการตอบ คำถาม</p>
บันทึกหลังการจัดกิจกรรม	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

ใบความรู้

การสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง



ความหมาย

ความมีอิสระที่กำหนดได้ด้วยตนเองจึงเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการที่บุคคลมีทางเลือกในการตัดสินใจ โดยคำนึงถึง ความสัมพันธ์ของสาเหตุและผลที่เกิดขึ้น มีลักษณะยืดหยุ่นในการมีปฏิสัมพันธ์ต่อ สิ่งแวดล้อมเพื่อตอบสนองความต้องการ และให้บรรลุความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมตามที่ตั้งไว้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ขั้นที่ 1 ขั้นตอนการเสริมสร้างแรงจูงใจ

เป็นการริเริ่มการกระทำด้วยตนเองโดย ผู้เข้าร่วมจะต้องสามารถรับรู้ว่าคุณมีความสามารถและสัมพันธ์ภาพต่อผู้อื่น ผ่านกิจกรรมที่ผู้ร่วมการฝึกแต่ละคนได้มีส่วนร่วม ไม่ว่าจะเป็นของตนเองและของกลุ่ม โดยขั้นตอนที่ผู้ฝึกการเกิดความสนใจ ความพึงพอใจ ความท้าทาย ผ่านระดับตนเอง และสังคมที่เข้าอาศัยอยู่





ขั้นที่ 2 ขั้นตอนการเข้าใจความรู้สึกของตนเอง

ผู้เข้าร่วมฝึกจะมีการประเมินอารมณ์ของตนเอง ในขณะที่มีอารมณ์ในเชิงบวกหรือเชิงลบ โดยผ่านการฝึกให้ตระหนักและยอมรับความรู้สึกของตนเองขณะที่เจอเหตุการณ์ในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและกิจกรรมมหาวิทยาลัย ที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคลของผู้เข้าร่วมการฝึก



ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง

สามารถอธิบายถึงสิ่งที่ต้องทำในชีวิตประจำวันผ่านการสื่อสารภายในตัวเองและการสื่อสารจากบุคคลอื่นที่ไม่ควบคุมต่อตนเองและผู้อื่น เป็นการนำกลยุทธ์ “Should” ควรจะ “Must ต้องทำ” และ “Have to จำเป็นที่จะต้องทำ” ให้ผู้เข้าร่วมฝึกเข้าใจว่า สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนจำเป็นต้องทำ และสิ่งไหนต้องทำ ทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่นในบริบทของบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน

CHULALONGKORN UNIVERSITY



ขั้นที่ 4 ขั้นตอนการตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล

เมื่อพบเจอสถานการณ์ใด ๆ บุคคลจะต้องตรวจสอบ และใช้เหตุผลเป็นเครื่องมือแนวทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย หรือผลประโยชน์ที่ตนเองต้องการ โดยผ่านการฝึกให้ชี้แจงเข้าใจเหตุผล และให้ผู้เข้าร่วมฝึกสามารถอธิบายถึงความหมายที่ต่อตนเองหรือคุณค่าในสิ่งที่เขาได้ตัดสินใจเลือกในการทำกิจกรรมในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน



ขั้นที่ 5 ขั้นตอนการสนับสนุนการตัดสินใจ

อธิบายเหตุผลของการเลือก ที่มาจากข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกที่ผู้
ร่วมฝึกเลือกเพื่อสนับสนุนการเลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง ใน
การแสดงพฤติกรรมในบริบทการศึกษาทั้งในห้องเรียนและ
กิจกรรมมหาวิทยาลัยที่เกิดขึ้นนอกห้องเรียน และให้กำลังใจใน
การริเริ่มการกระทำด้วยตนเอง



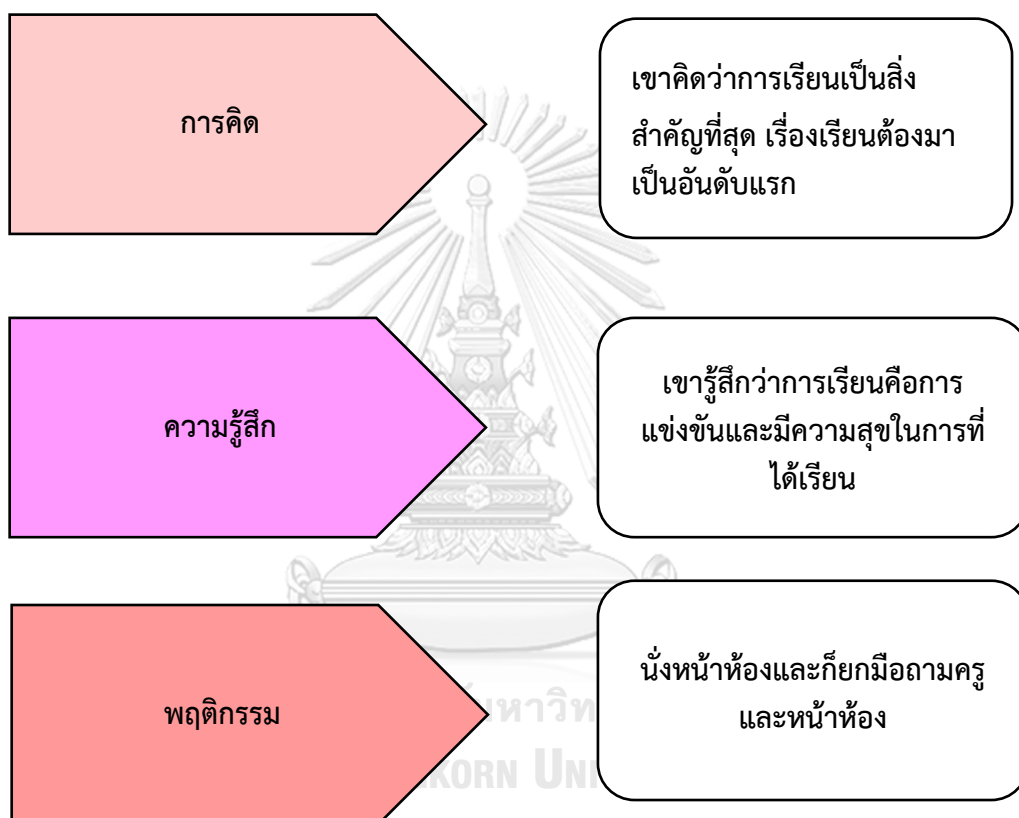
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

กิจกรรมครั้งที่ 2 ใบงานที่ 1 “เรียนสนุกลูกสบาย”

ให้ผู้เข้าร่วมเลือกตัวอย่างในสิ่งที่ตัวแบบที่เหมือนกับตนเองและการบอกให้ลูกเรียนมีผลต่อการคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตัวอย่างบุคคลจากภาพยนตร์เมย์ไหนไฟแรงเฟอรั้อย่างไร” ลงในช่องว่างที่กำหนดให้

“ตัวอย่างการตอบ”

ตัวแบบที่ ...1... “.....เด็กเนิร์ด.....”



เด็กเนิร์ดในคลิปไม่มีการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองอย่างถูกวิธี เหมือนที่การตั้งใจเรียนเกิดจากการบังคับของผู้ปกครองและสังคมที่เขาอาศัย

กิจกรรมครั้งที่ 3 ที่แห่งการเรียนรู้

จุดประสงค์ เชิง พฤติกรรม	1) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงบทบาท หน้าที่ของตนเองในบริบทที่เกิดขึ้นในกิจกรรมในชั้นเรียนได้ 2) หลังจากผู้เข้าร่วมการฝึกระบุ ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ในบริบทที่เกิดขึ้น ในกิจกรรมในชั้นเรียน ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ที่กำหนดได้ 3) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายกลยุทธ์ที่ใช้ในการเรียนของตนเองได้ 4) ผู้รับการฝึกสามารถอธิบายถึงประโยชน์ของกลยุทธ์ที่ตนเองเลือกใช้ในการเรียนได้ 5) ผู้รับการฝึกสามารถบอกเหตุผลของการเลือกกลยุทธ์ในการเรียนของตนเองได้ 6) ผู้รับการฝึกสามารถอธิบายถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือก
ระยะเวลา	60 นาที
สื่อ - อุปกรณ์	1. สื่อ Power point ที่แห่งการเรียนรู้ 2. สื่อ Power point การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 3. ใบความรู้ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน 4. เอกสารสถานการณ์และภาพในประเด็นของการบังคับเข้าเรียน 5. ใบงานที่แห่งการเรียนรู้
เนื้อหา	1) โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล 2) ความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียน 2.1 ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จัก 2.2 ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ 2.3 ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม
กิจกรรม	ขั้นนำ (15 นาที) 1) ผู้ฝึกนำเข้าบทเรียนด้วยการทบทวนความรู้เรื่องการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1 – 5 ว่ามีขั้นตอนอะไรบ้าง และมีผู้เข้าร่วมการฝึกท่านใดบ้างที่นำไปทดลองใช้กับตนเองมาบ้าง 2) ผู้ฝึกนำเข้าสู่ในประเด็น ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนของผู้เข้าร่วมการฝึกมีสิ่งใดเป็นตัวขัดขวางทำให้เราไม่อยากจะเรียน

	<p>ขั้นกิจกรรม (45 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกตั้งคำถามว่า “การให้เลือกรเรียนในสิ่งที่ตนเองสนใจ และการบอกให้เลือกรเรียนและการบังคับเข้าเรียนนั้นมีผลต่อ การคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตนหรือไม่” โดยให้อาสาสมัคร 2 คนก่อนหน้าเป็นคนเลือกเพื่อนอีกจำนวน 2 คน ที่จะเป็นผู้ตอบคำถามนี้</p> <p>2) ผู้ฝึกนำเสนอสื่อ Power point และแจกใบความรู้การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง พร้อมอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน</p> <p>3) ผู้ฝึกให้ผู้เข้าร่วมฝึกกระบุถึงพฤติกรรม อารมณ์ ความคิดของตนเอง ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน และจากนั้นอธิบายเหตุผลตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองต่อไปนี้</p> <p>ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการรับรู้ความสามารถและสัมพันธภาพที่เกิดของตนเองในประเด็น ความสนใจ ความพึงพอใจ และความท้าทายที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน)</p> <p>ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงขออารมณ์ของตนเอง ในประเด็นตระหนักและยอมรับความรู้สึกภายในตนเอง)</p> <p>ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง (ผู้เข้าร่วมฝึกร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อภาษาหรือการสื่อสารของตนเองและภาษาการสื่อสารการพูดคุยภายในตนเองนั้นมีการควบคุมหรือบังคับหรือไม่)</p> <p>ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายที่มาข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกของตนเองที่สนับสนุนการเลือกและตัดสินใจในการทำพฤติกรรม)</p> <p>ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือก)</p> <p>4) ให้ผู้ฝึกขอตัวแทนผู้รับการฝึกแต่ละนำเสนอคำตอบ และอภิปรายร่วมกันทั้งชั้นเรียนในประเด็นของที่แห่งการเรียนรู้ จากนั้นผู้ฝึกอธิบายเพิ่มเติมถึงหลักการวางแผนเพื่อสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในบริบทของเรียนในประเด็นอื่น ๆ พร้อมยกตัวอย่าง</p> <p>ขั้นสรุปผล (10 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน โดยขออาสาสมัครจำนวน 2 คน ออกมาระบุสาเหตุที่แท้จริงของความยึดมั่นผูกพันของตนเอง</p> <p>2) มอบรางวัลสำหรับอาสาสมัคร</p>
วิธีการประเมินผล	<p>1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็น และการนำไปประยุกต์ใช้ของผู้รับการฝึก</p> <p>2) ตรวจสอบ จากการตอบ คำถาม</p>

ใบกิจกรรมที่ 3 ที่แห่งการเรียนรู้

ให้ผู้เข้าร่วมการฝึกกระบุถึง พฤติกรรม ความรู้สึก และความคิดของตนเองที่เกิดขึ้นในขณะที่ตนเองอยู่ในชั้นเรียน จากนั้นอธิบายเหตุผลของตนเองต่อการเกิดพฤติกรรม ความรู้สึก และความคิด ลงในช่องว่างแต่ละชั้นจนครบ (ตัวอย่างการตอบ)

ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ	ได้เลือกเรียนในสิ่งที่ตนเองสนใจและมองว่าวิชาที่เราเลือกเรียนนั้นเป็นสิ่งที่ท้าทายและมีประโยชน์ต่อตนเอง
ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง	เรารู้สึกไม่มีความสุขที่จะเรียน เมื่อวิชานั้นเป็นวิชาบังคับ แต่จะมีความสุขเมื่อเราได้เลือกเรียน
ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง	สิ่งที่ต้องเรียนกับสิ่งที่จำเป็นต้องเรียนนั้นค่อนข้างต่างกัน เราต้องเรียนเพราะถูกบังคับ แต่ถ้าวิชานั้นเป็นสิ่งที่เราชอบเราและสามารถใช้ในการทำงานในอนาคต ก็จำเป็นจะต้องเรียน
ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ	เราถามเพื่อนๆ และรุ่นพี่ และอ่านคอร์สเวิร์คก่อนลงเรียน เพื่อดูว่าการตัดสินใจลงเรียนในแต่ละวิชาเราจะได้อะไรจากวิชาที่เราได้ลงเรียน
ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล	เราเข้าใจถึงเหตุผลของการตัดสินใจของตนเองว่าทำไมตนเองถึงเลือกเรียน

การคิด

การเรียนรู้เป็นสิ่งสำคัญถ้าเกิดจากเลือกในสิ่งที่ชอบ

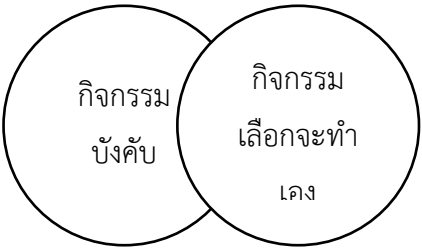
ความรู้สึก


รู้สึกมีความสุขและอยากที่จะเรียน

พฤติกรรม

อยากที่จะเข้าชั้นเรียนเยอะมากขึ้น

กิจกรรมครั้งที่ 4 มหาวิทยาลัย แสนสนุก

จุดประสงค์ เชิง พฤติกรรม	1) เมื่อผู้เข้าร่วมการฝึกเห็นกรณีศึกษา ผู้เข้าร่วมสามารถอธิบายถึงบทบาท หน้าที่ของบุคคลในสถานการณ์ที่ปรากฏในกรณีศึกษาได้ 2) หลังจากศึกษากรณีศึกษาผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงความรู้สึกของบุคคลในสถานการณ์ที่ปรากฏในกรณีศึกษาได้ 3) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายกลยุทธ์ที่ใช้ในการเรียนของบุคคลในกรณีศึกษาได้
ระยะเวลา	60 นาที
สื่อ - อุปกรณ์	1. สื่อ Power point มหาวิทยาลัยแสนสนุก 2. สื่อ Power point การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 3. ใบความรู้ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย 4. เอกสารภาพ 5. คลิปจากซีรีส์ ฝัน เปลี่ยน โลก The Change Company 6. กระดาษแผ่นใหญ่ สำหรับงานกลุ่ม 7. ปากกาสี 8. กระดาษ Post – it
เนื้อหา	1) วงกลมแห่งการเรียนรู้ 2) โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1 ขั้นตอนการเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 ขั้นตอนการเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง 3) ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย 3.1 ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้คิด 3.2 ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ 3.3 ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม กิจกรรม : วงกลมแห่งกิจกรรม 

	<p>คลิปปจากซีรีส์ ฝัน เปลี่ยน โลก The Change Company</p>  <p>เรื่องนี้เป็นเรื่องของเด็กมหาวิทยาลัยคนหนึ่งที่มีความต้องการจะ "เปลี่ยน" สังคมให้ไปในทางที่ดีขึ้น โดยตอนแรกของซีรีส์เปิดเรื่องมาด้วยเรื่องที่เป็นประเด็นทางสังคมทุกปี นั่นคือ การรับน้อง และการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย</p> <p>ลิงก์เข้าสู่สื่อ https://www.youtube.com/watch?v=IX4zL-hihjk</p>
กิจกรรม	<p>ชั้นนำ (10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ผู้ฝึกนำเข้าบทเรียนด้วยการทบทวนความรู้เรื่องการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1 – 5 ว่ามีขั้นตอนอะไรบ้าง และมีผู้เข้าร่วมการฝึกท่านใดบ้างที่นำไปทดลองใช้กับตนเองมาบ้าง 2) ผู้ฝึกนำเข้าสู่ประเด็น ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย ที่เกิดขึ้นนั้นมีลักษณะอย่างไร <p>ขั้นกิจกรรม (30 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ผู้วิจัยตั้งคำถามว่า “กิจกรรมในมหาวิทยาลัยนั้นมีความสำคัญหรือไม่” โดยขออาสาสมัครจำนวน 2 คน ที่จะเป็นผู้ตอบคำถามนี้ 2) ผู้วิจัยนำเสนอสื่อ Power point และแจกใบความรู้การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง พร้อมอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน 3) ให้ผู้เข้าร่วมทั้งชั้นเรียนช่วยกันยกตัวอย่างกิจกรรมของมหาวิทยาลัย ที่เป็นของคณะ ชุมชน ชมรม และ มหาวิทยาลัย ช่วยกันยกตัวอย่างและเขียนใส่ post-it ที่ละกิจกรรม แล้วนำไปติดในวงกลมสองวง คือ กิจกรรมที่บังคับ และกิจกรรมที่เลือกทำเอง จากนั้นให้ช่วยกันเลือกกิจกรรมที่จะบังคับและไม่บังคับมาใส่กระดานที่ให้เลือกกิจกรรมที่อยากจะทำ และจากนั้นสรุปว่ากิจกรรมที่บังคับหรือจะต้องทำ และ กิจกรรมที่เลือกทำเอง อันไหนเยอะกว่ากัน พร้อมกันร่วมระบุงสาเหตุในการเลือกทำกิจกรรม 4) ผู้ฝึกนำเสนอคลิปปจากซีรีส์ ฝัน เปลี่ยน โลก The Change Company จากนั้นให้แบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม กลุ่มละ 7 คน โดยแต่ละกลุ่มจะได้ตัวละครที่แตกต่างกัน 5) ผู้วิจัยให้ร่วมแสดงความคิดเห็นในประเด็น ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ของตัวละคร ตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองต่อไปนี้ <p>ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการรับรู้ความสามารถและสัมพันธภาพที่เกิดของตัวละครในประเด็น ความสนใจ ความพึงพอใจ และความท้าทาย)</p> <p>ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง (ผู้เข้าร่วมสามารถระบุถึงขออารมณ์ของตัวละครในประเด็นตระหนักและยอมรับความรู้สึกภายในตนเอง)</p> <p>ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง (ผู้เข้าร่วมฝึกร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อภาษาหรือการสื่อสารของบุคคลอื่นและภาษาการสื่อสารการพูดคุยภายในตนเองที่มีต่อตัวละครนั้นมีการควบคุมหรือบังคับหรือไม่)</p>

	<p>6) ให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มนำเสนอคำตอบ และอภิปรายร่วมกันทั้งชั้นเรียน จากนั้นผู้ฝึกอธิบายเพิ่มเติมถึงหลักการวางแผนเพื่อกำหนดสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในบริบทของเรียนในประเด็นอื่น ๆ พร้อมยกตัวอย่าง</p> <p>ขั้นสรุปผล (10 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน โดยขออาสาสมัครจำนวน 2 คน ออกมาระบุสาเหตุที่แท้จริงของความยึดมั่นผูกพันของตนเอง</p> <p>2) มอบรางวัลสำหรับอาสาสมัคร</p>
<p>วิธีการประเมินผล</p>	<p>1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็น และการนำไปประยุกต์ใช้ของผู้รับการฝึก</p> <p>2) ตรวจสอบ จากการตอบคำถาม</p>

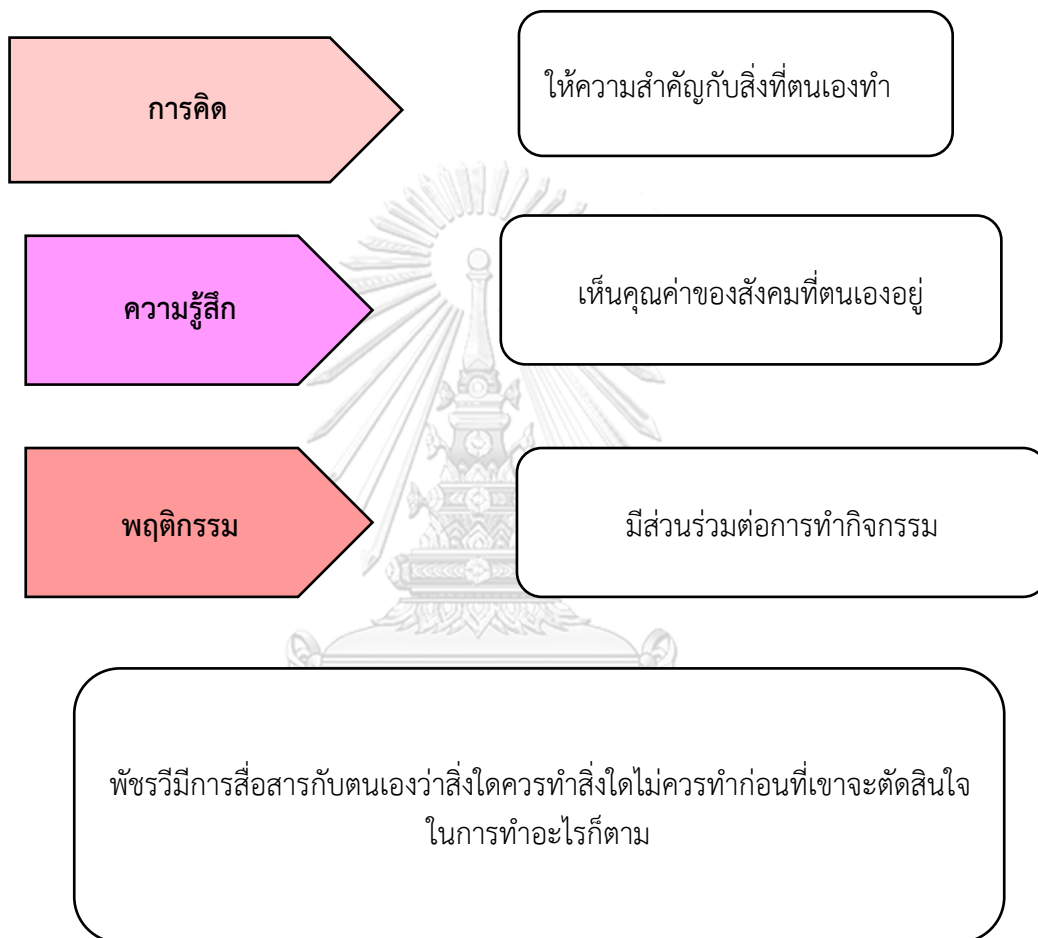


ใบงานที่ 4

ให้ผู้เข้าร่วมเลือกเรียนในสิ่งที่ตัวเองที่สนใจ และการบอกให้เลือกรเรียนมีผลต่อ การคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตัวอย่างบุคคลจากจากซีรีส์ “ฝัน เปลี่ยน โลก The Change Company” ลงใน ช่องว่างที่กำหนดให้

(ตัวอย่างการตอบ)

ตัวแบบที่ ...1... “.....พัชรวิ.....”



The Change Company

กิจกรรมครั้งที่ 5 มหาวิทยาลัยช่างกว้างใหญ่

จุดประสงค์ เชิง พฤติกรรม	<p>1) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงบทบาท หน้าที่ของตนเองในบริบทที่เกิดขึ้นในการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย</p> <p>2) หลังจากผู้เข้าร่วมการฝึกระบุ ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ในบริบทที่เกิดขึ้นในกิจกรรมในมหาวิทยาลัย</p> <p>ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ที่กำหนดได้</p> <p>3) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายกลยุทธ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัยของตนเองได้</p> <p>4) ผู้รับการฝึกสามารถอธิบายถึงประโยชน์ของกลยุทธ์ที่ตนเองเลือกในกิจกรรมในมหาวิทยาลัยได้</p> <p>5) ผู้รับการฝึกสามารถบอกเหตุผลของการเลือกกลยุทธ์ในการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัยของตนเองได้</p> <p>6) ผู้รับการฝึกสามารถอธิบายถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือกในบริบทการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยได้</p>
ระยะเวลา	60 นาที
สื่อ - อุปกรณ์	<p>1. สื่อ Power point มหาวิทยาลัยแสนสนุก</p> <p>2. สื่อ Power point การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง</p> <p>3. ใบความรู้ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย</p> <p>4. เอกสารสถานการณ์และภาพในบริบทกิจกรรมในมหาวิทยาลัย</p> <p>6. ใบงานมหาวิทยาลัยช่างกว้างใหญ่</p> <p>7. ปากกาสี</p>
เนื้อหา	<p>1. โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน</p> <p> ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ</p> <p> ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง</p> <p> ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง</p> <p> ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ</p> <p> ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล</p> <p>2. ความยึดมั่นผูกพันต่อมหาวิทยาลัย</p> <p> 3.1. ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จัก</p> <p> 3.2 ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์</p> <p> 3.3 ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม</p>
กิจกรรม	<p>ชั้นนำ (15 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกนำเข้าบทเรียนด้วยการทบทวนความรู้เรื่องการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1 – 5 ว่ามีขั้นตอนอะไรบ้าง และมีผู้เข้าร่วมการฝึกทำได้อะไรบ้างที่นำไปทดลองใช้กับตนเองมาบ้าง</p>

	<p>2) ผู้ฝึกนำเข้าสู่ในประเด็น ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ที่เกิดขึ้นของผู้เข้าร่วม การฝึกในการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัยมีสิ่งใดเป็นตัวขัดขวางทำให้เราไม่ยอมทำ กิจกรรม</p> <p>ขั้นกิจกรรม (45 นาที)</p> <p>1) ผู้วิจัยตั้งคำถามว่า “การให้เลือกกิจกรรมในสิ่งที่ตนเองสนใจมา 1 กิจกรรมและ การบอกให้เลือกทำกิจกรรมของตนเองนั้นมีชวนช่วยอะไรต่อตนเองบ้าง” โดยให้อาสาสมัคร 2 คนก่อนหน้าเป็นคนเลือกเพื่อนอีกจำนวน 2 คน ที่จะเป็นผู้ตอบคำถามนี้</p> <p>2) ผู้วิจัยนำเสนอสื่อ Power point และแจกใบความรู้การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง พร้อมอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน</p> <p>3) ผู้วิจัยให้ระบุถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของในการทำกิจกรรมและแสดงความคิดเห็นตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอนผ่านสถานการณ์ 2 สถานการณ์ ในประเด็นของการบังคับให้เข้าร่วมกิจกรรมรับน้องของคณะและ กิจกรรมค่ายอาสาของชมรม</p> <p>4) ผู้ฝึกให้ผู้เข้าร่วมฝึกระบุถึงพฤติกรรม อารมณ์ ความคิดของตนเอง ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน และจากนั้นอธิบายเหตุผลตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองต่อไปนี้</p> <p>ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการรับรู้ความสามารถ และสัมพันธภาพที่เกิดของตนเองในประเด็น ความสนใจ ความพึงพอใจ และความท้าทายที่เกิดขึ้นในบริบทการทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัย)</p> <p>ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง (ผู้เข้าร่วมสามารถระบุถึงอารมณ์ของตนเอง ในประเด็นตระหนักและยอมรับความรู้สึกภายในตนเอง)</p> <p>ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง (ผู้เข้าร่วมฝึกร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อภาษา หรือการสื่อสารของตนเองและภาษาการสื่อสารการพูดคุยภายในตนเองนั้นมีการควบคุมหรือบังคับหรือไม่)</p> <p>ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ (ผู้เข้าร่วมการฝึกอธิบายที่มาข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกของตนเองที่สนับสนุนการเลือกและตัดสินใจในการทำพฤติกรรม)</p> <p>ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือก)</p> <p>5) ให้ผู้ฝึกขอตัวแทนผู้รับการฝึกแต่ละนำเสนอคำตอบ และอภิปรายร่วมกันทั้งชั้นเรียน ในประเด็นของที่แห่งการเรียนรู้ จากนั้นผู้ฝึกอธิบายเพิ่มเติมถึงหลักการวางแผนเพื่อสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในบริบทของเรียนในประเด็นอื่น ๆ พร้อมยกตัวอย่าง</p> <p>ขั้นสรุปผล (10 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน โดยขออาสาสมัครจำนวน 2 คน ออกมาระบุสาเหตุที่แท้จริงของความยึดมั่นผูกพันของตนเอง</p> <p>2) มอบรางวัลสำหรับอาสาสมัคร</p>
--	---

วิธีการ ประเมินผล	1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็น และการ นำไปประยุกต์ใช้ของผู้รับการฝึก 2) ตรวจสอบ จากการตอบ คำถาม
บันทึกหลัง การจัด กิจกรรม



ใบกิจกรรมที่ 5 มหาวิทยาลัยช่างกว้างใหญ่

ให้ผู้เข้าร่วมการฝึกหัดถึง พฤติกรรม ความรู้สึก และความคิดของตนเองที่เกิดขึ้นในขณะที่ตนเองอยู่ในชั้นเรียน จากนั้นอธิบายเหตุผลของตนเองต่อการเกิดพฤติกรรม ความรู้สึก และความคิด ลงในช่องว่างแต่ละชั้นจนครบ

การคิด

กิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญเพราะเราได้เจอผู้คนใหม่

ความรู้สึก

รู้สึกชอบกิจกรรมที่ไม่มีการบังคับ

พฤติกรรม

อยากจะเข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้น

(ตัวอย่างการตอบ)

ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ	ได้เลือกกิจกรรมในสิ่งที่ตนเองสนใจและมองว่าการทำกิจกรรมที่เราเลือกนั้นเป็นสิ่งที่ท้าทายและมีประโยชน์ต่อตนเอง
ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง	เรารู้สึกไม่มีความสุขที่จะรับน้องที่มีการบังคับให้เข้าร่วมแต่จะมีความสุขเมื่อเราได้เลือกเข้าร่วมในสิ่งที่เราสนใจจะเข้าร่วม
ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง	สิ่งที่ต้องทำกับสิ่งที่ควรทำนั้นค่อนข้างต่างกัน เราต้องเข้าร่วมเพราะถูกบังคับ แต่ถ้ามันเป็นควรจะทำโดยเรามองว่าเราชอบและสามารถใช้ในการทำงานในอนาคต ก็จำเป็นจะต้องทำ
ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ	เราถามเพื่อนๆและรุ่นพี่ ว่ากิจกรรมที่เราสนใจจะเข้าร่วมต้องทำอะไรบ้างเพื่อดูความเหมาะสมก่อนเข้าร่วม
ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล	เราเข้าใจถึงเหตุผลของการตัดสินใจของตนเองว่าทำไมตนเองถึงเลือกที่จะเข้าร่วม

กิจกรรมที่ 6 ชีวิตในมหาวิทยาลัย

จุดประสงค์ เชิง พฤติกรรม	1) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงบทบาท หน้าที่ของบุคคลในกรณีศึกษาในบริบทที่เกิดขึ้นในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย 2) หลังจากผู้เข้าร่วมการฝึกระบุ ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงความรู้สึกของบุคคลในกรณีศึกษาที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ที่กำหนดได้ 3) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายกลยุทธ์ที่ใช้ในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัยของบุคคลในกรณีศึกษาได้
ระยะเวลา	60 นาที
สื่อ - อุปกรณ์	1. สื่อ Power point มหาวิทยาลัยแสนสนุก 2. สื่อ Power point การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 3. ใบความรู้ความยึดมั่นผูกพัน 4. เอกสารสถานการณ์และภาพในบริบทกิจกรรมในมหาวิทยาลัย 6. ใบงานชีวิตในมหาวิทยาลัย 7. ปากกาสี
เนื้อหา	1. โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง เหตุผล 2. ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 3.1 ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จัก 3.2 ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ 3.3 ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม คลิปจาก ซีรีส์ Wifi Society ตอน 'Behind the Gold Medal' เรื่องเล่าหลังเหรียญทอง <div data-bbox="534 1473 901 1684" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1002 1473 1268 1684" data-label="Image"> </div> <p>เรื่องราวที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากกระทู้ The Stories behind the Gold Medal จากห้องบิวส์สู่เหรียญทอง ถ่ายทอดเป็น Wifi Society ซีรีส์เรื่องร้อนจากโลกออนไลน์ ตอน Behind the Gold Medal เรื่องเล่าหลังเหรียญทอง โดย เด็กเกรทที่ไม่ชอบเรียนหนังสือ อย่าง วันปิติ แต่นิสัยรัก ๆ ชอบการแข่งขัน การได้รับชัยชนะ จนวันหนึ่งจับพลัดจับผลูได้มาอยู่ห้องคิง และเจอกับ เพื่อนอ้วน เพื่อนใหม่ที่ท้าทาย ติ ให้ตั้งใจเรียน และมีเกรทที่ดีขึ้น จากมัธยมถึงมหาวิทยาลัย ทำให้ ติ อยากคว้าเหรียญทอง รวมถึงคว้าหัวใจ ป่าน สาวที่ตัวเองชอบมาเป็นแฟนคนแรกในชีวิต ทั้งสองอย่างคือสิ่งที่ ติ ต้องมุ่งมั่นทำ เปลี่ยนจากเด็กห่วยห้องบิวส์ กลายเป็นบัณฑิตเกียรตินิยมเหรียญทอง</p>

กิจกรรม	<p>ขั้นนำ (15 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ผู้ฝึกนำเข้าบทเรียนด้วยการทบทวนความรู้เรื่องการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1 – 5 ว่ามีขั้นตอนอะไรบ้าง และมีผู้เข้าร่วมการฝึกท่านใดบ้างที่นำไปทดลองใช้กับตนเองมาบ้าง 2) ผู้ฝึกนำเข้าสู่ประเด็น ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ที่เกิดขึ้นของผู้เข้าร่วมการฝึกในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย มีสิ่งใดเป็นตัวขัดขวางทำให้เราไม่ยอมทำกิจกรรม <p>ขั้นกิจกรรม (45 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ผู้ฝึกตั้งคำถามว่า “การให้เลือกรเรียนในสิ่งที่ตัวเองชอบใจ และการบอกให้เลือกรเรียนมีผลต่อ การคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตัวเองอย่างบุคคลจากภาพยนตร์ซีรีส์ Wifi Society ตอน 'Behind the Gold Medal เรื่องเล่าหลังเหรียญทอง” โดยให้อาสาสมัคร 2 คนก่อนหน้านี้เป็นคนเลือกเพื่อนอีกจำนวน 2 คน ที่จะเป็นผู้ตอบคำถามนี้ 2) ผู้ฝึกนำเสนอ Power point และแจกใบความรู้การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง พร้อมอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน 3) แบ่งกลุ่มผู้รับการฝึกออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน แจกกระดาษแผ่นใหญ่และปากกาสี กลุ่มละ 1 ชุด พร้อมใบงานที่ 6 “ใบงานชีวิตในมหาวิทยาลัย” 4) ผู้ฝึกเปิดคลิปวิดีโอ (เหตุการณ์จากเรื่อง ซีรีส์ Wifi Society ตอน 'Behind the Gold Medal เรื่องเล่าหลังเหรียญทอง) เกี่ยวกับที่เกี่ยวกับความมุ่งมั่นของแต่ละคนที่เกิดขึ้นในบริบทของการศึกษาทั้งในการเรียนและการทำกิจกรรมเพื่อให้ผู้ร่วมการฝึกนั้น ระบุดึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตัวเอง และร่วมกันแสดงความคิดเห็น ตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองต่อไปนี้ <p>ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการรับรู้ความสามารถ และสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นของตัวละครในประเด็น ความสนใจ ความพึงพอใจ และความท้าทาย)</p> <p>ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง (ผู้เข้าร่วมสามารถระบุถึงอารมณ์ของตัวละครในประเด็นตระหนักและยอมรับความรู้สึกภายในตนเอง)</p> <p>ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง (ผู้เข้าร่วมฝึกร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อภาษาหรือการสื่อสารของบุคคลอื่นและภาษาการสื่อสารการพูดคุยภายในตนเองที่มีต่อตัวละครนั้นมีการควบคุมหรือบังคับหรือไม่)</p> <ol style="list-style-type: none"> 5) ให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มนำเสนอคำตอบ และอภิปรายร่วมกันทั้งชั้นเรียน จากนั้นผู้ฝึกอธิบายเพิ่มเติมถึงหลักการวางแผนเพื่อกำหนดสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในบริบทของเรียนในประเด็นอื่น ๆ พร้อมยกตัวอย่าง <p>ขั้นสรุปผล (10 นาที)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน โดยขออาสาสมัครจำนวน 2 คน ออกมาระบุสาเหตุที่แท้จริงของความยึดมั่นผูกพันของตนเอง 2) มอบรางวัลสำหรับอาสาสมัคร
---------	--

วิธีการ ประเมินผล	1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็น และการ นำไปประยุกต์ใช้ของผู้รับการฝึก 2) ตรวจสอบ จากการตอบ คำถาม
บันทึกหลัง การจัด กิจกรรม



ใบกิจกรรมที่ 6 ชีวิตในมหาวิทยาลัย

ให้ผู้เข้าร่วมเลือกเรียนในสิ่งที่ตัวเองที่สนใจ และการบอกให้เลือกรเรียนมีผลต่อ การคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมของตัวอย่างบุคคลจาก Wifi Society ซีรีส์เรื่องร้อนจากโลกออนไลน์ ตอน Behind the Gold Medal เรื่องเล่าหลังเหรียญทองลงในช่องว่างที่กำหนดให้

(ตัวอย่างการตอบ) สถานการณ์ที่ ..1.... “..... วันปิติ.....”

ความคิด

วันปิติให้ความสำคัญต่อการเรียน มองว่าการเรียนเก่งจะช่วยยกฐานะตนเองได้ และวันปิตียังให้ความสำคัญกับการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเรียนรู้การเข้าสังคม

ความรู้สึก

วันปิติให้คุณค่าต่อผู้อื่น ทำให้เขาได้เป็นที่ยอมรับจากเพื่อนๆ และคุณครู

พฤติกรรม

วันปิติเข้าร่วมกิจกรรมและเข้าชั้นเรียนตรงเวลาอย่างสม่ำเสมอ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วันปิติเป็นตัวอย่างของบุคคลที่มีความยึดมั่นผูกพันต่อการเรียนและกิจกรรมที่เหมาะสม เพราะเขาให้ความสำคัญและมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต

กิจกรรมครั้งที่ 7 ไฟฟ์ที่จะเรียน อยากที่จะรู้

จุดประสงค์ เชิง พฤติกรรม	1) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงบทบาท หน้าที่ของตนเองในบริบทที่เกิดขึ้นในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย 2) หลังจากผู้เข้าร่วมการฝึกกระบวนการ ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ที่กำหนดได้ 3) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายกลยุทธ์ที่ใช้ในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัยของตนเองได้ 4) ผู้รับการฝึกสามารถอธิบายถึงประโยชน์ของกลยุทธ์ที่ตนเองเลือกในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย 5) ผู้รับการฝึกสามารถบอกเหตุผลของการเลือกกลยุทธ์ในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย ของตนเองได้ 6) ผู้รับการฝึกสามารถอธิบายถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือกในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัยได้
ระยะเวลา	60 นาที
สื่อ - อุปกรณ์	1. สื่อ Power point มหาวิทยาลัยแสนสนุก 2. สื่อ Power point การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 3. ใบความรู้ความยึดมั่นผูกพัน 4. เอกสารสถานการณ์และภาพในบริบทกิจกรรมในมหาวิทยาลัย 6. ใบงานไฟฟ์ที่จะเรียน อยากที่จะรู้ 7. ปากกาสี
เนื้อหา	1. โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล 2. ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 2.1. ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จัก 2.2 ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ 2.3 ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม
กิจกรรม	ชั้นนำ (15 นาที) 1) ผู้ฝึกนำเข้าบทเรียนด้วยการทบทวนความรู้เรื่องการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1 – 5 ว่ามีขั้นตอนอะไรบ้าง และมีผู้เข้าร่วมการฝึกท่านใดบ้างที่นำไปทดลองใช้กับตนเองมาบ้าง

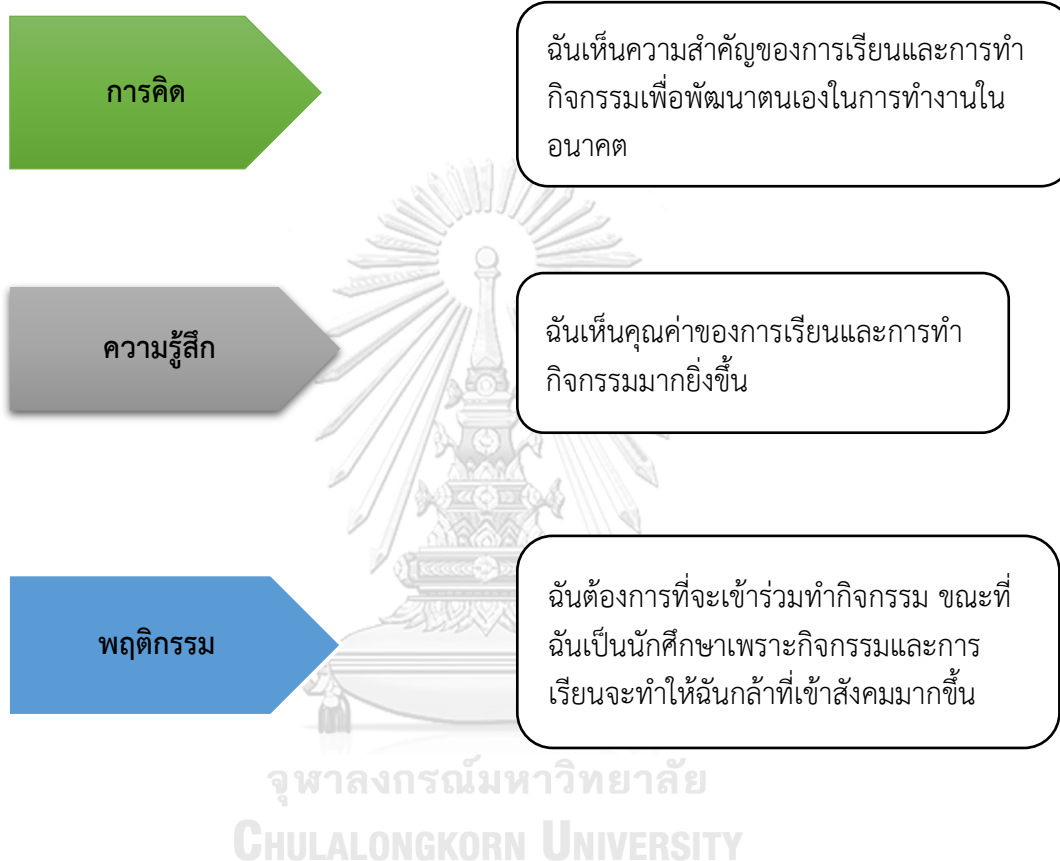
	<p>2) ผู้ฝึกนำเข้าสู่ในประเด็น ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ที่เกิดขึ้นของผู้เข้าร่วม การฝึกในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย มีสิ่งใดเป็นตัว ขัดขวางทำให้เราไม่ยอมทำกิจกรรม</p> <p>ขั้นกิจกรรม (45 นาที)</p> <p>1) ผู้วิจัยตั้งคำถามว่า การเรียนสอนให้สอนให้คนมีงานทำ กิจกรรมสอนให้คนทำงาน เป็น จากคำถามนี้ผู้เข้าร่วมรู้สึกอย่างไร โดยให้อาสาสมัคร 2 คนก่อนหน้าเป็นคนเลือก เพื่อนอีกจำนวน 2 คน ที่จะเป็นผู้ตอบคำถามนี้</p> <p>2) ผู้วิจัยนำเสนอสื่อ Power point และแจกใบความรู้การสนับสนุนความเป็นอิสระ ด้วยตนเอง พร้อมอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน</p> <p>3) ผู้วิจัยให้ระบุดึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของในการทำกิจกรรมและแสดง ความคิดเห็นตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอนผ่านสถานการณ์ 2 สถานการณ์ ในประเด็นของ การเรียนสอนให้สอนให้คนมีงานทำ กิจกรรมสอนให้ คนทำงานเป็น</p> <p>4) ผู้ฝึกให้ผู้เข้าร่วมฝึกระบุดึงพฤติกรรม อารมณ์ ความคิดของตนเอง ที่เกิดขึ้นในชั้น เรียน และ นอกชั้นเรียน จากนั้นอธิบายเหตุผลตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วย ตนเองต่อไปนี้</p> <p>ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการรับรู้ความสามารถและ สัมพันธภาพที่เกิดของตนเองในประเด็น ความสนใจ ความพึงพอใจ และความท้าทาย ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย</p> <p>ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง (ผู้เข้าร่วมสามารถระบุถึงขออารมณ์ของ ตนเอง ในประเด็นตระหนักและยอมรับความรู้สึกภายในตนเอง)</p> <p>ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง (ผู้เข้าร่วมฝึกร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อภาษา หรือการสื่อสารของตนเองและภาษาการสื่อสารการพูดคุยภายในตนเองนั้นมีการ ควบคุมหรือบังคับหรือไม่)</p> <p>ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ (ผู้เข้าร่วมการฝึกอธิบายที่มาข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือก ของตนเองที่สนับสนุนการเลือกและตัดสินใจในการทำพฤติกรรม)</p> <p>ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนเอง ได้ตัดสินใจเลือก)</p> <p>5) ให้ผู้ฝึกขอตัวแทนผู้รับการฝึกแต่ละนำเสนอคำตอบ และอภิปรายร่วมกันทั้งชั้นเรียน ในประเด็นของที่แห่งการเรียนรู้ จากนั้นผู้ฝึกอธิบายเพิ่มเติมถึงหลักการวางแผนเพื่อ สนับสนุนอิสระด้วยตนเองในบริบทของเรียนในประเด็นอื่น ๆ พร้อมยกตัวอย่าง</p> <p>ขั้นสรุปผล (10 นาที)</p> <p>1) ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน โดยขออาสาสมัครจำนวน 2 คน ออกมาระบุสาเหตุที่แท้จริงของความยึดมั่นผูกพันของตนเอง</p> <p>2) มอบรางวัลสำหรับอาสาสมัคร</p>
--	--

วิธีการ ประเมินผล	1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็น และการนำไปประยุกต์ใช้ของผู้รับการฝึก 2) ตรวจสอบ จากการตอบคำถาม
บันทึกหลัง การจัด กิจกรรม



ใบกิจกรรมที่ 7 ใฝ่ที่จะเรียนรู้

ให้ผู้เข้าร่วมการฝึกกระบุงถึง พฤติกรรม ความรู้สึก และความคิดของตนเองที่เกิดขึ้นจากนั้นอธิบาย
เหตุผลของตนเองต่อการเกิดพฤติกรรม ความรู้สึก และความคิด ลงในช่องว่างแต่ละชั้นจนครบ
(ตัวอย่างการตอบ)



กิจกรรมครั้งที่ 8 เด็กเรียน vs เด็กกิจกรรม

จุดประสงค์ เชิง พฤติกรรม	1) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงบทบาท หน้าที่ของตนเองในบริบทที่เกิดขึ้นในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย 2) หลังจากผู้เข้าร่วมการฝึกระบุ ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายถึงความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ที่กำหนดได้ 3) ผู้เข้าร่วมการฝึกสามารถอธิบายกลยุทธ์ที่ใช้ในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัยของตนเองได้ 4) ผู้รับการฝึกสามารถอธิบายถึงประโยชน์ของกลยุทธ์ที่ตนเองเลือกในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย 5) ผู้รับการฝึกสามารถบอกเหตุผลของการเลือกกลยุทธ์ในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย ของตนเองได้ 6) ผู้รับการฝึกสามารถอธิบายถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือกในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัยได้
ระยะเวลา	60 นาที
สื่อ - อุปกรณ์	1. สื่อ Power point มหาวิทยาลัยแสนสนุก 2. สื่อ Power point การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 3. ใบความรู้ความยึดมั่นผูกพัน 4. เอกสารสถานการณ์และภาพในบริบทกิจกรรมในมหาวิทยาลัย 6. ใบงานใฝ่ที่จะเรียน อยากที่จะรู้ 7. ปากกาสี
เนื้อหา	1. โปรแกรมการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล 2. ความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา 2.1. ความยึดมั่นผูกพันเชิงการรู้จัก 2.2 ความยึดมั่นผูกพันเชิงอารมณ์ 2.3 ความยึดมั่นผูกพันเชิงพฤติกรรม
กิจกรรม	ชั้นนำ (15 นาที) 1) ผู้ฝึกนำเข้าบทเรียนด้วยการทบทวนความรู้เรื่องการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง ขั้นที่ 1 – 5 ว่ามีขั้นตอนอะไรบ้าง และมีผู้เข้าร่วมการฝึกท่านใดบ้างที่นำไปทดลองใช้กับตนเองมาบ้าง

	<p>2) ผู้ฝึกนำเข้าสู่ในประเด็น ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรม ที่เกิดขึ้นของผู้เข้าร่วม การฝึกในกิจกรรมในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย มีสิ่งใดเป็นตัว ขัดขวางทำให้เราไม่ยอมทำกิจกรรม</p> <p>ขั้นกิจกรรม (45 นาที)</p> <p>1) ผู้วิจัยตั้งคำถามว่า เด็กเรียน VS เด็กกิจกรรม เด็กแบบไหนที่สังคมต้องการ จากคำกล่าวนี้ผู้เข้าร่วมรู้สึกอย่างไร โดยให้อาสาสมัคร 2 คนก่อนหน้าเป็นคนเลือกเพื่อนอีกจำนวน 2 คน ที่จะเป็นผู้ตอบคำถามนี้</p> <p>2) ผู้วิจัยนำเสนอสื่อ Power point และแจกใบความรู้การสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง พร้อมอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสนับสนุนความเป็นอิสระด้วยตนเอง 5 ขั้นตอน</p> <p>3) ผู้วิจัยให้ระบุถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของในการทำกิจกรรมและแสดงความคิดเห็นตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองทั้ง 5 ขั้นตอนผ่านสถานการณ์ 2 สถานการณ์ ในประเด็นของเด็กเรียน และ เด็กกิจกรรม แบบไหนที่ฉันต้องการ</p> <p>4) ผู้ฝึกให้ผู้เข้าร่วมฝึกระบุถึงพฤติกรรม อารมณ์ ความคิดของตนเอง ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน และ นอกชั้นเรียน จากนั้นอธิบายเหตุผลตามขั้นตอนการสนับสนุนอิสระด้วยตนเองต่อไปนี้</p> <p>ขั้นที่ 1 การเสริมสร้างแรงจูงใจ (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงการรับรู้ความสามารถและสัมพันธภาพที่เกิดของตนเองในประเด็น ความสนใจ ความพึงพอใจ และความท้าทายที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนและการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย</p> <p>ขั้นที่ 2 การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง (ผู้เข้าร่วมสามารถระบุถึงอารมณ์ของตนเอง ในประเด็นตระหนักและยอมรับความรู้สึกภายในตนเอง)</p> <p>ขั้นที่ 3 การเลือกใช้ภาษาต่อตนเอง (ผู้เข้าร่วมฝึกร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อภาษา หรือการสื่อสารของตนเองและภาษาการสื่อสารการพูดคุยภายในตนเองนั้นมีการควบคุมหรือบังคับหรือไม่)</p> <p>ขั้นที่ 4 การสนับสนุนการตัดสินใจ (ผู้เข้าร่วมการฝึกอธิบายที่มาข้อมูลเกี่ยวกับตัวเลือกของตนเองที่สนับสนุนการเลือกและตัดสินใจในการทำพฤติกรรม)</p> <p>ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือกอย่างมีเหตุผล (ผู้เข้าร่วมฝึกอธิบายถึงคุณค่าในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือก)</p> <p>5) ให้ผู้ฝึกขอตัวแทนผู้รับการฝึกแต่ละนำเสนอคำตอบ และอภิปรายร่วมกันทั้งชั้นเรียนในประเด็นของที่แห่งการเรียนรู้ จากนั้นผู้ฝึกอธิบายเพิ่มเติมถึงหลักการวางแผนเพื่อสนับสนุนอิสระด้วยตนเองในบริบทของเรียนในประเด็นอื่น ๆ พร้อมยกตัวอย่าง</p> <p>ขั้นสรุปผล (10 นาที)</p> <p>1. ผู้ฝึกกับผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนบทเรียน โดยขออาสาสมัครจำนวน 2 คน ออกมาระบุสาเหตุที่แท้จริงของความยึดมั่นผูกพันของตนเอง</p> <p>2. มอบรางวัลสำหรับอาสาสมัคร</p>
วิธีการประเมินผล	<p>1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็น และการนำไปประยุกต์ใช้ของผู้รับการฝึก</p> <p>2) ตรวจสอบ จากการตอบคำถาม</p>

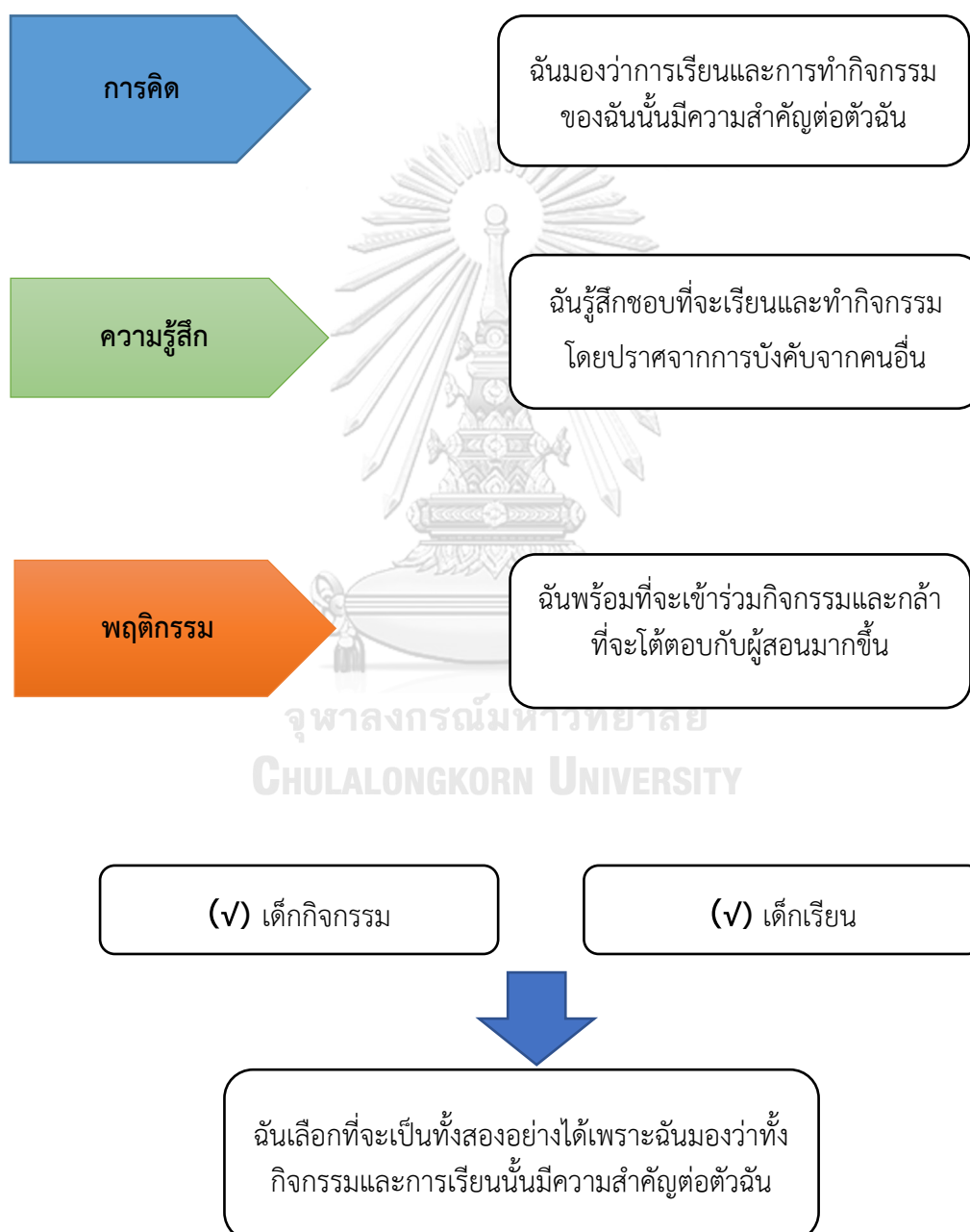
บันทึกหลัง
การจัด
กิจกรรม



ใบกิจกรรมที่ 8 เด็กเรียน และ เด็กกิจกรรม แบบไหนที่ฉันต้องการ

ให้ผู้เข้าร่วมการฝึกหัดถึง พฤติกรรม ความรู้สึก และความคิดของตนเองที่เกิดขึ้นในขณะที่ตนเองอยู่ในชั้นเรียน จากนั้นอธิบายเหตุผลของตนเองต่อการเกิดพฤติกรรม ความรู้สึก และความคิด ลงในช่องว่างแต่ละชั้นจนครบ

(ตัวอย่างการตอบ)





ผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

ข้อที่	ผู้ทรงคุณวุฒิ					IOC
	ท่าน ที่1	ท่าน ที่2	ท่าน ที่3	ท่าน ที่4	ท่าน ที่5	
1	1	-1	1	1	1	0.8
2	1	1	1	1	1	1
3	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1
7	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1
9	1	1	0	1	0	.0.6
10	1	1	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	1
12	1	1	0	1	0	.0.6
13	1	1	1	1	1	1
14	1	1	0	1	0	.0.6
15	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	0	1	0.8
17	1	1	0	1	0	.0.6
18	1	1	1	0	1	0.8
19	1	1	1	1	1	1
20	1	1	1	0	0	0.6
21	1	1	1	1	0	0.8
22	1	0	1	1	1	0.8
23	1	1	1	1	1	1
24	1	1	1	1	1	1
25	1	1	1	1	1	1
26	1	1	1	1	1	1
27	1	1	1	1	1	1
28	1	1	1	0	1	0.8

ข้อที่	ผู้ทรงคุณวุฒิ					IOC
	ท่าน ที่1	ท่าน ที่2	ท่าน ที่3	ท่าน ที่4	ท่าน ที่5	
29	1	1	0	1	1	0.8
30	1	1	0	0	1	0.6
31	1	1	1	1	1	1
32	1	1	1	0	1	0.8
33	1	1	1	1	1	1
34	1	1	1	1	0	0.8
35	1	1	1	1	1	1
36	1	1	1	1	1	1
37	1	1	0	0	1	0.6
38	1	0	1	1	0	0.6
39	1	1	1	1	1	1
40	1	1	1	1	1	1

ผลการวิเคราะห์ความเที่ยงของแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

Reliability Statistics

(แบบวัดทั้งฉบับ)

Cronbach's Alpha	N of Items
.864	40

Reliability Statistics

(แบบวัดด้านการรู้คิด)

Cronbach's Alpha	N of Items
.855	40

Reliability Statistics

(แบบวัดด้านอารมณ์)

Cronbach's Alpha	N of Items
.807	40

Reliability Statistics

(แบบวัดด้านพฤติกรรม)

Cronbach's Alpha	N of Items
.780	40



รณมมหาวิทยาลัย

SRINAKHARINAKHON UNIVERSITY

ผลการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา

INPUT INSTRUCTIONS

TITLE: 2

DATA: FILE IS "C:\Users\WIN 10\Desktop\T\try.txt";

VARIABLE:

NAMES ARE x1 x2 x3 x4 x5 x6 x7 x8 x9 x10

x11 x12 x13 x14 x15 x16 x17 x18 x19 x20

x21 x22 x23 x24 x25 x26 x27 x28 x29 x30

x31 x32 x33 x34 x35 x36 x37 x38 x39 x40

CL_COG CL_EMO CL_BEH CA_COG CA_EMO CA_BEH;

USEVARIABLES ARE CL_COG CL_EMO CL_BEH CA_COG CA_EMO CA_BEH;

ANALYSIS:

TYPE IS GENERAL;

ESTIMATOR IS ML;

ITERATIONS = 1000;

CONVERGENCE = 0.00005

MODEL:

COG by CL_COG CA_COG;

EMO by CL_EMO* CA_EMO@1 ;

BEH by CL_BEH CA_BEH;

ST by COG* EMO* BEH@1;

COG @0.02;

EMO @ 0.02 ;

CA_EMO WITH CA_COG ;

CA_BEH WITH CA_COG ;

CA_EMO WITH CL_EMO ;

BEH @0.020 ;

CA_BEH WITH CA_EMO ;

CA_COG WITH CL_BEH;

OUTPUT:stdyx;

INPUT READING TERMINATED NORMALLY 2

SUMMARY OF ANALYSIS

Number of groups	1
Number of observations	337
Number of dependent variables	6
Number of independent variables	0

Number of continuous latent variables 4

Observed dependent variables

Continuous

CL_COG CL_EMO CL_BEH CA_COG CA_EMO CA_BEH

Continuous latent variables

COG EMO BEH ST

Estimator ML

Information matrix OBSERVED

Maximum number of iterations 1000

Convergence criterion 0.500D-04

Maximum number of steepest descent iterations 20

Input data file(s)

C:\Users\WIN 10\Desktop\T\try.txt

Input data format FREE

THE MODEL ESTIMATION TERMINATED NORMALLY

MODEL FIT INFORMATION

Number of Free Parameters 23

Loglikelihood

H0 Value -732.354

H1 Value -728.916

Information Criteria

Akaike (AIC) 1510.708

Bayesian (BIC) 1598.570

Sample-Size Adjusted BIC 1525.611

($n^* = (n + 2) / 24$)

Chi-Square Test of Model Fit

Value 6.876

Degrees of Freedom 4

P-Value 0.1426

RMSEA (Root Mean Square Error Of Approximation)

Estimate 0.046

90 Percent C.I. 0.000 0.103

Probability RMSEA \leq .05 0.465

CFI/TLI

CFI 0.996

TLI 0.985

Chi-Square Test of Model Fit for the Baseline Model

Value	716.053
Degrees of Freedom	15
P-Value	0.0000

SRMR (Standardized Root Mean Square Residual)

Value	0.030
-------	-------

MODEL RESULTS

		Two-Tailed			
		Estimate	S.E.	Est./S.E.	P-Value
COG	BY				
	CL_COG	1.000	0.000	999.000	999.000
	CA_COG	0.933	0.128	7.263	0.000
EMO	BY				
	CL_EMO	0.800	0.115	6.964	0.000
	CA_EMO	1.000	0.000	999.000	999.000
BEH	BY				
	CL_BEH	1.000	0.000	999.000	999.000
	CA_BEH	0.706	0.099	7.111	0.000
ST	BY				
	COG	0.771	0.097	7.958	0.000
	EMO	0.997	0.137	7.288	0.000
	BEH	1.000	0.000	999.000	999.000
CA_EMO	WITH				
	CA_COG	0.100	0.011	8.968	0.000
	CL_EMO	-0.032	0.007	-4.366	0.000
CA_BEH	WITH				
	CA_COG	0.092	0.011	8.566	0.000
	CA_EMO	0.044	0.009	4.631	0.000
CA_COG	WITH				
	CL_BEH	0.027	0.007	4.058	0.000
Intercepts					
	CL_COG	3.912	0.022	180.329	0.000
	CL_EMO	3.882	0.021	187.376	0.000
	CL_BEH	4.059	0.021	193.886	0.000
	CA_COG	4.046	0.026	155.500	0.000
	CA_EMO	4.095	0.023	178.020	0.000

CA_BEH	4.108	0.023	175.441	0.000
Variances				
ST	0.074	0.013	5.762	0.000
Residual Variances				
CL_COG	0.095	0.010	9.113	0.000
CL_EMO	0.085	0.012	6.975	0.000
CL_BEH	0.054	0.010	5.405	0.000
CA_COG	0.173	0.016	10.982	0.000
CA_EMO	0.085	0.013	6.569	0.000
CA_BEH	0.138	0.013	10.960	0.000
COG	0.020	0.000	999.000	999.000
EMO	0.020	0.000	999.000	999.000
BEH	0.020	0.000	999.000	999.000

STANDARDIZED MODEL RESULTS

STDYX Standardization

		Two-Tailed		
		Estimate	S.E. Est./S.E.	P-Value
COG	BY			
CL_COG		0.635	0.039	16.173
CA_COG		0.494	0.056	8.827
EMO	BY			
CL_EMO		0.644	0.064	10.013
CA_EMO		0.724	0.047	15.375
BEH	BY			
CL_BEH		0.798	0.041	19.464
CA_BEH		0.503	0.054	9.266
ST	BY			
COG		0.829	0.028	29.505
EMO		0.887	0.019	45.776
BEH		0.887	0.016	54.168
CA_EMO	WITH			
CA_COG		0.829	0.043	19.085
CL_EMO		-0.374	0.109	-3.427
CA_BEH	WITH			
CA_COG		0.597	0.041	14.496
CA_EMO		0.403	0.063	6.401

CA_COG WITH				
CL_BEH	0.276	0.066	4.177	0.000
Intercepts				
CL_COG	9.823	0.378	25.962	0.000
CL_EMO	10.207	0.397	25.716	0.000
CL_BEH	10.562	0.408	25.913	0.000
CA_COG	8.471	0.329	25.754	0.000
CA_EMO	9.697	0.376	25.784	0.000
CA_BEH	9.557	0.369	25.914	0.000
Variances				
ST	1.000	0.000	999.000	999.000
Residual Variances				
CL_COG	0.597	0.050	11.955	0.000
CL_EMO	0.585	0.083	7.069	0.000
CL_BEH	0.364	0.065	5.562	0.000
CA_COG	0.756	0.055	13.670	0.000
CA_EMO	0.475	0.068	6.961	0.000
CA_BEH	0.747	0.055	13.659	0.000
COG	0.313	0.047	6.706	0.000
EMO	0.214	0.034	6.220	0.000
BEH	0.213	0.029	7.320	0.000
R-SQUARE				
Observed		Two-Tailed		
Variable	Estimate	S.E.	Est./S.E.	P-Value
CL_COG	0.403	0.050	8.087	0.000
CL_EMO	0.415	0.083	5.006	0.000
CL_BEH	0.636	0.065	9.732	0.000
CA_COG	0.244	0.055	4.414	0.000
CA_EMO	0.525	0.068	7.687	0.000
CA_BEH	0.253	0.055	4.633	0.000
Latent		Two-Tailed		
Variable	Estimate	S.E.	Est./S.E.	P-Value
COG	0.687	0.047	14.753	0.000
EMO	0.786	0.034	22.888	0.000
BEH	0.787	0.029	27.084	0.000

QUALITY OF NUMERICAL RESULTS

Condition Number for the Information Matrix 0.231E-03
(ratio of smallest to largest eigenvalue)

DIAGRAM INFORMATION

Use View Diagram under the Diagram menu in the Mplus Editor to view the diagram.
If running Mplus from the Mplus Diagrammer, the diagram opens automatically.

Diagram output

c:\users\win 10\desktop\t\t1.dgm

Beginning Time: 00:31:19

Ending Time: 00:31:19

Elapsed Time: 00:00:00

MUTHEN & MUTHEN

3463 Stoner Ave.

Los Angeles, CA 90066

Tel: (310) 391-9971

Fax: (310) 391-8971

Web: www.StatModel.com

Support: Support@StatModel.com

Copyright (c) 1998-2012 Muthen & Muthen





ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความยึดมั่นผูกพันของนักศึกษา ในระยะก่อนการฝึก หลังการฝึก และระยะติดตามผล

Within-Subjects Factors

Measure: MEASURE_1

TIME	Dependent Variable
1	PreScore
2	PostScore
3	FollowUpScore

Between-Subjects Factors

	Value Label	N
Group 1.00	กลุ่มทดลอง	35
2.00	กลุ่มควบคุม	35

Descriptive Statistics

	Group	Mean	Std. Deviation	N
PreScore	กลุ่มทดลอง	3.2300	.23151	35
	กลุ่มควบคุม	3.1604	.25638	35
	Total	3.1952	.24500	70
PostScore	กลุ่มทดลอง	3.8564	.35232	35
	กลุ่มควบคุม	3.1591	.25927	35
	Total	3.5078	.46648	70
FollowUpScore	กลุ่มทดลอง	3.7049	.30989	35
	กลุ่มควบคุม	3.1207	.32179	35
	Total	3.4128	.42998	70

Box's Test of Equality of Covariance Matrices^a

Box's M	125.446
F	19.905
df1	6
df2	33502.189
Sig.	.000

Multivariate Tests^a

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.	Partial Eta Squared
TIME	Pillai's Trace	.608	51.953 ^b	2.000	67.000	.000	.608
	Wilks' Lambda	.392	51.953 ^b	2.000	67.000	.000	.608
	Hotelling's Trace	1.551	51.953 ^b	2.000	67.000	.000	.608
	Roy's Largest Root	1.551	51.953 ^b	2.000	67.000	.000	.608
TIME * Group	Pillai's Trace	.582	46.737 ^b	2.000	67.000	.000	.582
	Wilks' Lambda	.418	46.737 ^b	2.000	67.000	.000	.582
	Hotelling's Trace	1.395	46.737 ^b	2.000	67.000	.000	.582
	Roy's Largest Root	1.395	46.737 ^b	2.000	67.000	.000	.582

a. Design: Intercept + Group

Within Subjects Design: TIME

b. Exact statistic

**Mauchly's Test of Sphericity^a**

Measure: MEASURE_1

Within Subjects Effect	Mauchly's W	Approx. Chi- Square	df	Sig.	Epsilon ^b		
					Greenhouse- Geisser	Huynh- Feldt	Lower- bound
TIME	.506	45.682	2	.000	.669	.688	.500

Tests the null hypothesis that the error covariance matrix of the orthonormalized transformed dependent variables is proportional to an identity matrix.

a. Design: Intercept + Group

Within Subjects Design: TIME

b. May be used to adjust the degrees of freedom for the averaged tests of significance. Corrected tests are displayed in the Tests of Within-Subjects Effects table.

Tests of Within-Subjects Effects

Measure: MEASURE_1

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
TIME	Sphericity Assumed	3.595	2	1.797	69.300	.000	.505
	Greenhouse-Geisser	3.595	1.338	2.686	69.300	.000	.505
	Huynh-Feldt	3.595	1.375	2.614	69.300	.000	.505
	Lower-bound	3.595	1.000	3.595	69.300	.000	.505
TIME * Group	Sphericity Assumed	3.918	2	1.959	75.525	.000	.526
	Greenhouse-Geisser	3.918	1.338	2.927	75.525	.000	.526
	Huynh-Feldt	3.918	1.375	2.848	75.525	.000	.526
	Lower-bound	3.918	1.000	3.918	75.525	.000	.526
Error(TIME)	Sphericity Assumed	3.527	136	.026			
	Greenhouse-Geisser	3.527	91.012	.039			
	Huynh-Feldt	3.527	93.530	.038			
	Lower-bound	3.527	68.000	.052			

Tests of Within-Subjects Contrasts

Measure: MEASURE_1

Source	TIME	Type III Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
TIME	Linear	1.657	1	1.657	49.475	.000	.421
	Quadratic	1.938	1	1.938	105.407	.000	.608
TIME * Group	Linear	2.317	1	2.317	69.185	.000	.504
	Quadratic	1.601	1	1.601	87.071	.000	.561
Error(TIME)	Linear	2.277	68	.033			
	Quadratic	1.250	68	.018			

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

	F	df1	df2	Sig.
PreScore	.582	1	68	.448
PostScore	3.985	1	68	.050
FollowUpScore	.542	1	68	.464

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept + Group

Within Subjects Design: TIME

Tests of Between-Subjects Effects

Measure: MEASURE_1

Transformed Variable: Average

Source	Type III Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Intercept	2387.679	1	2387.679	11747.284	.000	.994
Group	10.647	1	10.647	52.383	.000	.435
Error	13.821	68	.203			

Estimates

Measure: MEASURE_1

TIME	Mean	Std. Error	95% Confidence Interval	
			Lower Bound	Upper Bound
1	3.195	.029	3.137	3.253
2	3.508	.037	3.434	3.582
3	3.413	.038	3.337	3.488

Pairwise Comparisons

Measure: MEASURE_1

(I) TIME	(J) TIME	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig. ^b	95% Confidence Interval for Difference ^b	
					Lower Bound	Upper Bound
1	2	-.313 [*]	.032	.000	-.392	-.233
	3	-.218 [*]	.031	.000	-.293	-.142
2	1	.313 [*]	.032	.000	.233	.392
	3	.095 [*]	.015	.000	.058	.132
3	1	.218 [*]	.031	.000	.142	.293
	2	-.095 [*]	.015	.000	-.132	-.058

Based on estimated marginal means

*. The mean difference is significant at the .05 level.

b. Adjustment for multiple comparisons: Bonferroni.

Multivariate Tests

	Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.	Partial Eta Squared
Pillai's trace	.608	51.953 ^a	2.000	67.000	.000	.608
Wilks' lambda	.392	51.953 ^a	2.000	67.000	.000	.608
Hotelling's trace	1.551	51.953 ^a	2.000	67.000	.000	.608
Roy's largest root	1.551	51.953 ^a	2.000	67.000	.000	.608

Each F tests the multivariate effect of TIME. These tests are based on the linearly independent pairwise comparisons among the estimated marginal means.

a. Exact statistic



ผลการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent sample t – test) เพื่อเปรียบเทียบระดับความ
 ยึดมั่นผูกพันของนักศึกษาโดยรวมและจำแนกแต่ละองค์ประกอบ ของกลุ่มทดลองและกลุ่ม
 ควบคุม ในระยะติดตามผลการทดลอง

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
ClassCog	Equal variances assumed	.020	.887	5.224	68	.000	.66857	.12799	.41318	.92396
	Equal variances not assumed			5.224	67.760	.000	.66857	.12799	.41316	.92398
ClassEmo	Equal variances assumed	1.000	.321	3.105	68	.003	.26531	.08545	.09480	.43581
	Equal variances not assumed			3.105	66.820	.003	.26531	.08545	.09475	.43586
ClassBehav	Equal variances assumed	.334	.565	5.892	68	.000	.74694	.12677	.49398	.99990
	Equal variances not assumed			5.892	66.701	.000	.74694	.12677	.49389	.99999

CamCog	Equal variances assumed	.139	.711	5.017	68	.000	.60000	.11959	.36136	.83864
	Equal variances not assumed			5.017	66.317	.000	.60000	.11959	.36125	.83875
CamEmo	Equal variances assumed	.022	.883	5.799	68	.000	.51429	.08869	.33731	.69126
	Equal variances not assumed			5.799	67.491	.000	.51429	.08869	.33729	.69129
CamBehav	Equal variances assumed	.383	.538	5.475	68	.000	.77143	.14091	.49025	1.05260
	Equal variances not assumed			5.475	67.725	.000	.77143	.14091	.49023	1.05262

Group Statistics

	VAR00001	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ClassCog	กลุ่มทดลอง	35	3.7429	.51921	.08776
	กลุ่มควบคุม	35	3.0743	.55112	.09316
ClassEmo	กลุ่มทดลอง	35	3.3673	.33285	.05626
	กลุ่มควบคุม	35	3.1020	.38045	.06431
ClassBehav	กลุ่มทดลอง	35	4.0408	.49192	.08315
	กลุ่มควบคุม	35	3.2939	.56609	.09569
CamCog	กลุ่มทดลอง	35	3.6190	.53866	.09105
	กลุ่มควบคุม	35	3.0190	.45871	.07754
CamEmo	กลุ่มทดลอง	35	3.7778	.38678	.06538
	กลุ่มควบคุม	35	3.2635	.35454	.05993
CamBehav	กลุ่มทดลอง	35	3.9000	.60795	.10276
	กลุ่มควบคุม	35	3.1286	.57035	.09641

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	วัชรินทร์ อินทร์นุ่น
วัน เดือน ปี เกิด	27 ธันวาคม 2537
สถานที่เกิด	ชัยนาท
วุฒิการศึกษา	คณะศิลปศาสตร์ สาขาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ คณะครุศาสตร์ สาขาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ที่อยู่ปัจจุบัน	32/25 ถนน ชัยณรงค์ ตำบล บ้านกล้วย อำเภอเมืองชัยนาท จังหวัดชัยนาท 17000
ผลงานตีพิมพ์	งานประชุมวิชาการระดับนานาชาติ 1) The 23rd pre-conference of the Junior Researchers of EARLI. Differences in Psychological traits between students from Thailand and PISA 2015 top five countries. RWTH, Aachen, Germany, 10th - 11th August 2019 (Poster Presentation) งานประชุมวิชาการระดับชาติ 2) การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา : จิตวิทยากับพลวัตสังคมโลก (TNCP 2019) การเสริมสร้างความเชื่อมั่นผูกพันของนักศึกษา ระดับปริญญาบัณฑิตโดยใช้โปรแกรมการฝึกการสนับสนุนอิสระด้วยตนเอง. ณ หอดนตรีและศิลปะการแสดงอโศกมนตรี อาคารนวัตกรรม : ศาสตราจารย์ ดร. สาโรช บัวศรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ , 24 มิถุนายน 2562 (การนำเสนอ งานแบบวาจา) 3) การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยทางจิตวิทยาระดับชาติ : ชีวิตดี เปลี่ยนได้ ด้วยศาสตร์แห่งใจ (TNCP2017) อิทธิพลของคำบรรยายอาหาร ที่ ส่งผลต่อความคาดหวังภาพลักษณ์อาหาร คุณภาพของวัตถุดิบ และการคาดเดา ราคาอาหาร. ณ โรงแรมบางกอกกษุณา กรุงเทพมหานคร, วันที่ 6-7 กรกฎาคม 2560 (การนำเสนองานแบบวาจา) รางวัลที่ได้รับ 1) การนำเสนองานวิชาการด้วยวาจายอดเยี่ยม งานประชุมวิชาการระดับชาติทาง จิตวิทยา ด้านจิตวิทยาพัฒนา จิตวิทยาการเรียนรู้ และ จิตวิทยาการศึกษา ประจำปี 2562 2) รางวัลนักกิจกรรมดีเด่น ด้านการบำเพ็ญประโยชน์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ปีการศึกษา 2559