

๒๗๔. ๑๙๘

พ.๕๖๒๗

๑-๖

การกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จ
ในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยของรัฐ

ปริญญานิพนธ์
ของ
พัฒนา พลอยประไพ

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ

พฤษภาคม ๒๕๔๑

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๖๖๖

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์.ดร.ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร)
..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์.ดร.ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร)
..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์)
..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ดร.วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.สรวิศศักดิ์ วิศาลาภรณ์)
วันที่ เดือน พ.ศ. 2541

ประกาศคุณูปการ

การแสวงหาความรู้ทางวิชาการประกอบการเรียนคัมภีร์หลักสูตรมหาบัณฑิตของผู้วิจัยในครั้งนี้ สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยความสนับสนุนอย่างดียิ่งจากคณาจารย์ภาควิชาจิตวิทยาทุกท่าน ที่คอยส่งเสริมชี้แนะและขัดเกลา ประเด็นความคิดในการจัดทำงานวิจัยฉบับนี้ ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ดวงเดือน ศาสตรภัทร และรองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ซึ่งให้ทั้งโอกาส และความช่วยเหลืออย่างดียิ่ง ทั้งทางด้านความรู้ แนวคิด คำแนะนำตรวจสอบปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำงาน วิจัยฉบับนี้มาด้วยดีตลอด ในโอกาสนี้ ทำให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้แบบอย่างความเป็น “ครู” ที่ดีในการให้ความห่วงใยเอื้ออาทร สร้างกำลังใจช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ทั้งทางด้านการศึกษา การทำงาน และการดำเนินชีวิตด้วยความเสียสละ และปรารถนาดีอย่างแท้จริง

กราบขอบพระคุณ ดร.วิลาศลักษณ์ ชวัลลภ ที่กรุณาเป็นกรรมการร่วมในการสอบปากเปล่า และได้กรุณาให้ข้อคิดเห็นต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์ต่อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

กราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์อังคณา สายยศ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ส.วาสนา ประवालพฤษย์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรพินทร์ ชูชม ที่กรุณาสละเวลาตรวจสอบขัดเกลาแบบทดสอบที่เป็นเครื่องมือเก็บข้อมูลสำหรับการวิจัยนี้

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ และนิสิตภาควิชาคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต และมหาวิทยาลัยศรีปทุม ซึ่งให้ความอนุเคราะห์และความร่วมมือในการทำแบบทดสอบ และตอบแบบสอบถามอย่างดียิ่ง

ขอขอบพระคุณสำหรับความมี ใจช่วยเหลือเกื้อกูลของเจ้าหน้าที่ห้องสมุด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เจ้าหน้าที่ห้องสมุดสถาบันศรินทร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตร และคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ตลอดจนเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณพี่ ๆ และเพื่อน ๆ ชาวจิตวิทยาพัฒนาการที่ให้ความช่วยเหลือ และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

ท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอระลึกถึงพระคุณของคุณพ่อ คุณแม่ และญาติพี่น้องทุกท่านที่อยู่เบื้องหลังความสำเร็จของงานวิจัยชิ้นนี้ ที่คอยให้ความรัก ความเมตตา ความห่วงใย ตลอดจนความช่วยเหลือทั้งทางด้านกำลังใจ ทรัพย์ กำลังกาย และกำลังใจแก่ผู้วิจัยมาตลอด และขอระลึกถึงพระคุณของอาจารย์ทุกท่านที่ให้การอบรมสั่งสอนประสิทธิประสาทความรู้แก่ผู้วิจัยตั้งแต่เบื้องต้น การศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นทั้งโอกาสที่ทำให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้ ฝึกฝน อดทน อดกลั้น ได้เห็นคุณค่าของการใช้เวลา และได้ค้นพบองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ ซึ่งผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะเป็นประโยชน์ต่อทั้งตนเองและผู้อื่นสืบไป

พัฒนา พลอยประไพ

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	3
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	4
	ข้อตกลงเบื้องต้น	4
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	4
	นิยามปฏิบัติการ	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
	คำจำกัดความ	9
	แนวคิดและทฤษฎี	11
	แนวคิดเรื่องการกำหนดเป้าหมาย	13
	องค์ประกอบของการกำหนดเป้าหมาย	14
	โครงสร้างของเป้าหมาย	17
	แนวคิดเรื่องการกำกับตนเอง	18
	องค์ประกอบของการกำกับตนเอง.....	21
	การเรียนรู้ทางสังคมและภูมิปัญญาเพื่อการกำกับตนเอง.....	21
	การกำกับตนเองด้วยเป้าหมาย	25
	วิธีการกำกับตนเอง	28
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	30
	งานวิจัยต่างประเทศ	30
	งานวิจัยต่างประเทศ	32
	สมมติฐานการศึกษาค้นคว้า	33

3	วิธีดำเนินการวิจัย	35
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	35
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	35
	วิธีการสร้างเครื่องมือ	40
	ขั้นตอนการดำเนินการสร้างเครื่องมือ	40
	การรวบรวมข้อมูล	42
	การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	42
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	43
	การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	43
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	45
5	บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	55
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	55
	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	55
	การวิเคราะห์ข้อมูล	56
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	57
	อภิปรายผล	58
	ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย	63
	ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป	67
	บรรณานุกรม	69
	ภาคผนวก	73
	ประวัติย่อของผู้วิจัย	87

ตารางบัญชี

ตาราง

หน้า

- 1 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำหนดเป้าหมายและองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 800 คน ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ 46
- 2 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำกับตนเองและองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 800 คน ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ..... 46
- 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน 47
- 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน 47
- 5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเองของอย่างนักศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน 48
- 6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของนักศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน 48

- 7 เปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มาตรฐาน (Fisher's Z) ของการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง และระหว่างการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ 49
- 8 เปรียบเทียบการกำหนดเป้าหมายและองค์ประกอบย่อย 7 ด้าน ของการกำหนดเป้าหมายของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 เมื่อจำแนกตามลักษณะกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ประสบความสำเร็จและกลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ 51
- 9 เปรียบเทียบการกำกับตนเองและองค์ประกอบย่อย 6 ด้าน ของการกำกับตนเองของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 เมื่อจำแนกตามลักษณะกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ประสบความสำเร็จและกลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ 53

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ท่ามกลางภาวะการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในโลกยุคโลกาภิวัตน์ ปรากฏว่าคนในสังคมได้รับผลที่เป็นปัญหาจากสภาพการเปลี่ยนแปลงนั้น โดยเฉพาะจากสภาพความเจริญทางอุตสาหกรรมและเทคโนโลยี (พระเทพเวที. 2535) ผู้คนส่วนมากเกิดปัญหาทางจิตใจทั้ง ๆ ที่มีความพร้อมพร้อมทางวัตถุ

สำหรับประเทศไทยรัฐบาลได้ศึกษาค้นคว้าสาเหตุของปัญหาสังคม พบว่า สาเหตุสำคัญประการหนึ่งเกิดจากการที่คุณภาพของประชากรไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทาง และอัตราที่ไม่สอดคล้องกับอัตราการเปลี่ยนแปลงขององค์ประกอบด้านอื่น ๆ ของสังคม เช่น เศรษฐกิจ วิทยาศาสตร์เทคโนโลยี วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม เป็นต้น (คณะอนุกรรมการวางแผนพัฒนาคนและสังคม สำนักงานกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ) รัฐบาลตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาที่จะส่งผลกระทบต่อขีดความสามารถพัฒนาประเทศในระยะยาว จึงได้กำหนดแนวทางพัฒนาคนและสังคมไว้อย่างชัดเจนในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 ซึ่งเป็นนโยบาย แนวทางสำหรับการพัฒนาประเทศช่วงปี พ.ศ. 2540 - 2544 ทั้งนี้โดยปรับเปลี่ยนจุดมุ่งหมายในการพัฒนาประเทศมาเน้นให้คนเป็นจุดศูนย์กลาง ซึ่งหมายความว่า “การพัฒนาเพื่อคนและโดยคน” กล่าวคือต้องเน้นการพัฒนาประเทศที่การพัฒนาคนโดยมุ่งพัฒนาคนไทยทุกคนเต็มตามศักยภาพ ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์และจริยธรรม เพื่อให้เป็นทั้งคนดีและคนเก่งสามารถปรับตัวให้ดำรงชีวิตในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้หมายถึงการพัฒนาคนให้เป็นไปตามศักยภาพในทุก ๆ ด้านของพัฒนาการ โดยมีดัชนีบ่งชี้ ความเป็นคนดีและคนเก่งคือ ความสามารถในการปรับตัวให้ดำรงชีวิตในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งตรวจสอบได้จากผลแห่งการกระทำและพฤติกรรมของประชากรที่มีคุณภาพที่คาดหมายว่าจะไม่ก่อให้เกิดปัญหาต่อตัวบุคคลและสังคมแต่จะเป็นประโยชน์ต่อตัวบุคคลและสังคมทั้งในเวลาระยะสั้นและระยะยาว อันเป็นการแก้ปัญหาสังคมและเป็นการสร้างรากฐานที่มีคุณภาพเอื้อต่อการพัฒนาประเทศในระยะยาว

จากประเด็นปัญหาข้างต้นเกิดข้อคำถามว่าการพัฒนาคนให้มีคุณลักษณะเช่นใดจึงจะเป็นความสามารถในการปรับตัวให้ดำรงชีวิตในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงรวดเร็วได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากแนวคิดจิตวิทยาแบบพุทธศาสนา (พระเทพเวที. 2535) พิจารณว่ามนุษย์ทุกคน มีภาวะที่เป็น

ปัญหาเป็นทุกข์จากความบกพร่องไม่สมบูรณ์ ซึ่งแสดงออกให้เป็นปัญหาแก่ตัวบุคคลและสังคม 3 ลักษณะคือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยมีแนวทางในการเผชิญปัญหาเหล่านี้ได้ 2 แนวทางคือ

1. การแก้ปัญหาที่เป็นอยู่จากปัญหาพฤติกรรมแก้โดยการพัฒนาจิตใจ และแก้ปัญหาจิตใจด้วยปัญญา
2. การป้องกันปัญหาไม่ให้เกิดขึ้นและสร้างความพร้อมเพื่อการพัฒนาทั้งตัวบุคคลและสังคมด้วยกระบวนการพัฒนามนุษย์ให้ถึงพร้อมด้วยความมีปัญญา

แนวคิดจิตวิทยาแบบพุทธศาสนาที่กล่าวว่าความบกพร่องเป็นเรื่องปกติของมนุษย์ สอดคล้องกับแนวคิดเรื่องการทำงานในระบบสรีรศาสตร์ (เลียงชัย ลัมล่อมวงศ์. 2538) ที่พบว่า การเคลื่อนไหวทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย เป็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองความบกพร่องในระบบนั้น ๆ เพื่อรักษาหรือทำให้ระบบอวัยวะนั้น ๆ กลับเข้าสู่สมดุล ซึ่งทำให้เกิดดุลยภาพมวลรวมสำหรับร่างกายทั้งระบบ (Homeostasis System) โดยมีระบบการกำกับภาวะความสมดุลภายในแต่ละระบบอวัยวะ (Regulatory System) ทำหน้าที่ตรวจสอบประสานและกระตุ้นให้เกิดภาวะความสมดุลเพื่อการทำงานร่วมกันระหว่างระบบต่าง ๆ เช่น ระบบประสาท ระบบการทำงานของจิตใจและระบบความคิด เป็นต้น

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Theory) ที่อธิบายความต้องการของมนุษย์ว่าเป็นสิ่งบกพร่องที่มนุษย์ได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง ข้อมูลจากการเรียนรู้ทางสังคมช่วยให้บุคคลรู้ถึงความเหมาะสมของความต้องการที่เป็นเป้าหมาย และจะสามารถทำให้เป้าหมายนั้นบรรลุผลได้อย่างไร ซึ่งตามแนวคิดของทฤษฎีนี้ ฟ็อกซ์ (Fox. 1994) เสนอแนวคิดเพิ่มเติมในแง่ของพัฒนาการไว้ว่า โดยธรรมชาติทุกคนมีพัฒนาการการเจริญเติบโตด้านต่าง ๆ เป็นการเปลี่ยนแปลงรูปแบบเดียวกัน ได้แก่ พัฒนาการทางร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญาและจริยธรรม ซึ่งพัฒนาไปตลอดชีวิต ทั้งนี้จากการที่คนได้มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม จึงเกิดการเรียนรู้ที่จะปรับตัว ปรับความสมดุลในภาวะที่บกพร่องตามความต้องการทางด้านร่างกายและจิตใจ การรับรู้ภาวะข้อบกพร่องในระบบการทำงานของร่างกายและจิตใจ การรับรู้ภาวะบกพร่องในระบบการทำงานของร่างกายและจิตใจเป็นข้อมูลที่บุคคลได้เรียนรู้ถึงความต้องการของตนเอง และข้อมูลต่าง ๆ ซึ่งถูกนำมาเป็นข้อมูลดิบสำหรับกระบวนการคิด (Thinking Process) ทบทวนไตร่ตรองช่วยให้บุคคลเข้าใจได้ว่าแนวทางประเพณีที่ปฏิบัติใดเหมาะสมกลายเป็นเกณฑ์มาตรฐานเฉพาะบุคคล (Personal Standard) หรือเป็นเป้าหมาย (Goal) ทั้งนี้เป้าหมายของบุคคลจะดีมีคุณภาพหรือไม่ จึงขึ้นอยู่กับความสามารถในการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting) (Hughe. 1976) ส่วนการที่บุคคลจะสามารถบรรลุเป้าหมายได้ก็มีประสิทธิภาพเพียงใดขึ้นอยู่กับคุณลักษณะโดยรวมที่เป็นความสามารถ

ในการให้ความเอาใจใส่จ้องต่อทั้งเกณฑ์มาตรฐานส่วนตัว และเป้าหมายที่เรียกว่าการกำกับตนเอง (Self - Regulation)

จากแนวคิดข้างต้นทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเอง และเปรียบเทียบการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในการสอบเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยของรัฐ เนื่องจากเป้าหมายเป็นสิ่งที่เป็นามธรรม เป็นวุฒิภาวะของพัฒนาการทางสติปัญญาในช่วงอายุ 11 - 15 ปี (ดวงเดือน ศาสตรภักดิ์, 2535) ซึ่งเป็นช่วงวัยรุ่น กล่าวคือบุคคลสามารถรับรู้และเข้าใจในสิ่งที่เป็นามธรรมได้ตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นเป็นต้นไป นอกจากนี้ ผลการศึกษาการควบคุมตนเองที่เป็นคุณลักษณะที่คล้ายกับการกำกับตนเองในสถานการณ์ทั่วไปของ โรเซนบอม (จรรยา สุวรรณทัต, 2533) ซึ่งศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างตั้งแต่อายุ 15 - 62 ปี พบว่า คุณลักษณะการควบคุมตนเองมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้นตามอายุ โดยพบความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการควบคุมตนเองกับอายุของกลุ่มตัวอย่างอายุ 7 - 13 ปีขึ้นไป สำหรับการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงเลือกกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาในช่วงอายุ 14 - 19 ปี ซึ่งเป็นวัยรุ่นตอนกลาง

ผู้วิจัยหวังว่าผลการวิจัยจะช่วยชี้ให้เห็นความชัดเจนของคุณลักษณะ และแนวทางในการพัฒนาคุณลักษณะที่มีประสิทธิภาพในการช่วยยกระดับคุณภาพของประชากรไทย ให้สามารถปรับตัวดำรงชีวิตในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงทุก ๆ ด้านอย่างรวดเร็ว ได้อย่างเป็นประโยชน์และอื้อต่อการพัฒนาประเทศต่อไป

ความมุ่งหมายของการค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาทิศทางความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1
2. เพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ
3. เพื่อเปรียบเทียบการกำหนดเป้าหมาย ของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัย ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ
4. เพื่อเปรียบเทียบการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัย ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. เป็นข้อเสนอที่ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่ควรปลูกฝังให้มีในประชากรไทย เพื่อเป็นแนวทางในการยกระดับคุณภาพประชากรไทยให้สอดคล้องกับทิศทางการพัฒนาประเทศตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ นับตั้งแต่ฉบับที่ 8 เป็นต้นไป

2. เป็นแนวทางในการลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เนื่องจากการขาดการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองในประชากรไทยและส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นทางเลือกสำหรับครู ผู้ปกครอง ผู้บริหารประเทศ และผู้ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการศึกษาที่ควรกระตุ้นให้เกิดความสามารถ ในการกำหนดเป้าหมายและกำกับตนเองในการเรียนหรือทำงานให้เป็นไปตามจุดมุ่งหมาย เพื่อการ ประสบความสำเร็จในอนาคต

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาการกำกับตนเองตามแนวคิดทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Theory) ของแบนดูรา (Bandura. 1989)

2. ศึกษาการกำหนดเป้าหมายตามแนวคิดเรื่องการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting) ของ ฮิวส์ (Hughes. 1976) แลธเทม และล็อก (Latham and Locke. 1991)

3. แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองโดยยึดแนวทางแบบสอบถาม ที่ใช้ในการศึกษาของแบนดูรา, จิมเมอร์แมน และพอนส์ (Bandura, Zimmerman and Pons. 1992 - 1994)

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ที่ได้ สมัครสอบเข้ามหาวิทยาลัยของรัฐบาลเพื่อเข้าศึกษาต่อในปีการศึกษา 2540

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักศึกษาที่เข้าสมัครสอบ เพื่อศึกษาต่อใน คณะวิศวกรรมศาสตร์ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มแรกเป็นกลุ่มที่สามารถสอบผ่านการพิจารณาคัดเลือก ได้เข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐที่เลือกอย่างเจาะจงจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 400 คน

โดยสุ่มอย่างเจาะจงเฉพาะกลุ่มคนที่เลือกสอบเข้าคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นอันดับที่ 1 และกลุ่มที่สองเป็นกลุ่มที่ไม่สามารถสอบผ่านการพิจารณาคัดเลือกและศึกษาอยู่ใน มหาวิทยาลัยเอกชนที่เลือกอย่างเจาะจง 4 แห่งคือ จากกลุ่มนักศึกษาที่เข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต และมหาวิทยาลัย ศรีปทุม จำนวน 400 คน โดยการสุ่มตัวอย่างง่าย

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ลักษณะการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อ ในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือ การประสบความสำเร็จ และการไม่ประสบความสำเร็จ

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง

นิยามปฏิบัติการ

1. การกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting) หมายถึงความสามารถทางสติปัญญาในการ กำหนดหรือเลือกคณะที่จะสอบเข้าหรือจะทำอย่างไรเพื่อให้สอบเข้าได้ อย่างสอดคล้องกับ ความต้องการ ความสามารถ และความเป็นไปได้ ความสามารถดังกล่าวประกอบด้วย

1.1 ความสามารถในการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self - Efficacy) หมายถึง ความเข้าใจศักยภาพทางสติปัญญา และภาวะร่างกาย ในการจัดเตรียมความพร้อมเพื่อการสอบ

1.2 ความสามารถในการเข้าใจว่าเป้าหมายที่เลือก คือ ความต้องการของตนเอง อย่างแท้จริงและมีคุณค่าระดับสูงต่อตนเอง (Self Desire Realization)

1.3 ความสามารถเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมที่มีผลกระทบ ต่อผลสัมฤทธิ์ในการสอบเข้า (External Factor Influence Realization) ซึ่งแบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ

1.3.1 อิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมต่อการตัดสินใจเลือก คณะที่สอบเข้า

1.3.2 อิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมต่อการตัดสินใจเลือก หรือกำหนดแนวทางการเตรียมความพร้อมในการสอบ

1.4 ความสามารถในการวางแผน (Self - Plan) หมายถึง ความสามารถในการกำหนดขั้นตอนและแนวทาง เพื่อเตรียมความพร้อมในการสอบไว้หลายแนวทางตามการคาดคะเนถึงเงื่อนไข หรือข้อจำกัดต่าง ๆ ทางสิ่งแวดล้อมที่มีโอกาสผันแปรไปได้

1.5 ความสามารถในการประมวลข้อมูลเกี่ยวกับ คณะที่ต้องการสอบเข้า เงื่อนไขที่เป็นข้อจำกัดด้านทักษะ ศักยภาพด้านความรู้ความสามารถ เงื่อนไขข้อจำกัดของสิ่งแวดล้อม และสังคม ทั้งที่เป็นประโยชน์และเป็นอุปสรรค ขึ้นเป็นเกณฑ์มาตรฐานการเตรียมความพร้อมในการสอบเข้าสำหรับตนเองว่าควรหรือต้องปฏิบัติให้ได้ในระดับใด (Self - Standard)

1.6 ความสามารถในการประเมินผลการเตรียมความพร้อมเพื่อการสอบเข้าได้ โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานที่บุคคลกำหนดขึ้นเป็นแนวปฏิบัติสำหรับตนเองและประเมินโอกาสในการสอบเข้าได้ เป็นข้อมูลปรับแนวทางหรือดำเนินการในขั้นต่อไป (Self - Evaluation)

การกำหนดเป้าหมายวัดได้จากแบบสอบถามเรื่องการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ ในส่วนที่ใช้วัดการกำหนดเป้าหมายซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง

2. การกำกับตนเอง (Self - Regulation) หมายถึงความสามารถในการเอาใจใส่จดจ่อต่อปฏิบัติการหรือการกระทำใด ๆ เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายคือการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐได้ ความสามารถนี้ประกอบด้วย

2.1 ความอดทน (Patience) หมายถึงความสามารถในการรักษาหรือคงไว้ซึ่งปฏิบัติ การเตรียมความพร้อมเพื่อการสอบเข้าได้ ในภาวะที่บุคคลไม่ปรารถนาหรือไม่อำนวยความสะดวกปฏิบัติการนั้น ได้แก่ความอดทนต่อสิ่งแวดล้อมที่ขัดขวางการเตรียมพร้อมในการสอบ

2.2 ความเพียรพยายาม (Perseverance) หมายถึง ความสามารถในการรักษาหรือปรับปรุงคุณภาพและหรือปริมาณของปฏิบัติการการเตรียมความพร้อมเพื่อการสอบเข้าได้ จนสามารถผ่านการพิจารณาคัดเลือก ได้แก่ความเพียรพยายามรักษาหรือปรับเวลาหรือจำนวนครั้งหรือลักษณะปฏิบัติการใด ๆ ที่เป็นการเตรียมความพร้อมในการสอบ

2.3 การรู้คิด (Cognition) หมายถึงความสามารถในการใช้กระบวนการทางสติปัญญาประมวลข้อมูลใด ๆ ครอบคลุมความเป็นเหตุเป็นผลของ

2.3.1 ปฏิบัติการเตรียมความพร้อมในการสอบกับโอกาสที่จะสอบเข้าได้

2.3.2 ความเหมาะสมของลักษณะปฏิบัติการเตรียมความพร้อมเพื่อการสอบเข้าได้ตามระดับความสามารถและสิ่งแวดล้อมที่เป็นเงื่อนไขสำหรับบุคคล

2.3.3 ผลปฏิบัติการเตรียมความพร้อมในการสอบต่อโอกาสที่จะสอบเข้าได้

2.4 ความยืดหยุ่น (Flexibility) หมายถึงความสามารถในการเข้าใจและยอมรับที่จะปรับเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติการเตรียมความพร้อมในการสอบเข้า ให้สอดคล้องกับความต้องการส่วนบุคคลและความคาดหวังของสังคม

การกำกับตนเองวัดได้จากแบบสอบถามเรื่องการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ ในส่วนที่ใช้วัดการกำกับตนเองซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. เป้าหมาย หมายถึง การสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ ในปีการศึกษา 2540 ได้

2. การประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของกลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ หมายถึง การที่นักศึกษาสามารถสอบผ่านการพิจารณาคัดเลือกเข้าศึกษาในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ ได้ตามที่ตั้งใจไว้

3. การไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของกลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ หมายถึง การที่นักศึกษาไม่สามารถสอบผ่านการพิจารณาคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ ได้ตามที่ตั้งใจไว้

4. เกณฑ์มาตรฐานส่วนบุคคล หมายถึง แนวทางที่บุคคลประมวลจากข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง ได้แก่ ความต้องการ ข้อจำกัดและเงื่อนไขเฉพาะตัวและข้อมูลเกี่ยวกับสังคมและสิ่งแวดล้อมของบุคคลซึ่งได้แก่ ความคาดหวังของสังคม ข้อจำกัด และเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมที่บุคคลเผชิญอยู่ ซึ่งบุคคลคาดหวังว่าการปฏิบัติให้สอดคล้องกับแนวทางนี้จะทำให้บุคคลมีโอกาสประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่บุคคลต้องการได้มากที่สุด

5. นักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ หมายถึง นักศึกษาที่ไม่สามารถสอบผ่านการพิจารณาคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ และกำลังศึกษาต่อชั้นปีที่ 1 ในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชน 4 แห่งคือ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต และมหาวิทยาลัยศรีปทุม

6. นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ หมายถึง นักศึกษาที่ผ่านการพิจารณาสอบคัดเลือกนักศึกษาเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ เฉพาะที่กำลังศึกษาต่อในชั้นปีที่ 1 ในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

7. การเตรียมความพร้อมในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัย
ของรัฐ หมายถึง การปฏิบัติการหรือการกระทำหรือพฤติกรรมใดเพื่อให้เกิดความพร้อมทั้งทาง
ร่างกายจิตใจ และการเรียนรู้ทำความเข้าใจในเนื้อหาวิชาเพื่อให้อ่านสอบเข้าได้

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สำหรับงานวิจัยเกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองฉบับนี้มีเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและนำมาใช้เป็นกรอบในการศึกษาค้นคว้า มีรายละเอียดของเนื้อหาที่สรุปแบ่งได้เป็น 3 หัวข้อคือ กำจำกัดความ แนวคิดและทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กำจำกัดความ

การกำกับตนเอง (Self - Regulation)

การกำกับตนเองพิจารณาทำความเข้าใจได้ใน 2 ลักษณะคือ เป็นลักษณะนิสัยของบุคคล (Trait) หรือเป็นกระบวนการ (Process) ใช้สติและความคิดในการกำกับให้พฤติกรรมเป็นไปตามทิศทางที่ปรารถนา โดยมีผู้ให้ความหมายและอธิบายการจำกัดความทั้งสองลักษณะไว้ดังนี้

จิตพัฒนา สงบกาย (2533) รวบรวมความหมายของการกำกับตนเองไว้ว่า หมายถึงกระบวนการที่บุคคลวางแผน ควบคุมและกำกับพฤติกรรมของตนเอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปสู่พฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการ

ตามพจนานุกรมทางด้านจิตวิทยาและจิตบำบัด (Goldenson. 1984) จำกัดความว่าการกำกับตนเอง หมายถึง การควบคุมพฤติกรรมของตนเองผ่านกระบวนการดังนี้

1. การเตือนตนเองให้ตระหนักถึงเงื่อนไขใด ๆ ที่จะนำไปสู่การมีพฤติกรรมทั้งที่พึงปรารถนาและไม่พึงปรารถนา

2. การกำหนดสิ่งแวดล้อมเฉพาะตัวที่เอื้อต่อการมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือสร้างสถานการณ์ที่ช่วยตีกรอบจำกัดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

3. การประเมินตนเองและเสริมแรงตนเอง รวมทั้งจัดการกำหนดโทษและรางวัลให้แก่ตนเอง

การกำกับพฤติกรรมในความหมายนี้เป็นกระบวนการที่เน้นการนำมาใช้ในเชิงพฤติกรรมบำบัด

ในสารานุกรมการแนะแนวและการเอาใจใส่ต่อเด็ก (Gruenbeg. 1954) จำกัดความ คำว่าการกำกับตนเอง โดยอ้างถึงความหมายของคำว่าการกำหนดตารางเวลาสำหรับความต้องการของตนเอง (Self - Demand Schedule) ในความหมายเดียวกันว่า ในปัจจุบันแม่เริ่มใช้วิธีการกำหนด ตารางเวลาแสดงความรู้สึกต้องการให้แก่เด็กทารก ทั้งนี้หมายถึงการกระตุ้นให้ทารกรับรู้ว่าจะมีการป้อนอาหารให้เมื่อทารกแสดงอาการให้เห็นว่าหิว เพราะธรรมชาติของทารกจะไม่ตื่นเพื่อให้ ป้อนข้าวได้ตรงตามตารางเวลาที่กำหนดไว้ทุกครั้ง และทารกไม่อาจถูกปลุกทิ้งให้ร้องไห้เพื่อรอ ให้ถึงเวลาให้อาหารได้ การเคลื่อนไหวของสิ่งที่บรรจุอยู่ในกระเพาะอาหารของทารกจะเป็น ปัจจัยให้ทารกรับรู้ต่อความหิวได้ดีกว่านาฬิกา แต่การปล่อยให้ทารกร้องไห้โดยไม่จำเป็นนานเกินไป จะส่งผลในแง่ลบต่อทั้งการเรียนรู้และการรับรู้ในจิตสำนึกของทั้งทารกและแม่ ทารกจะพัฒนาได้ดี กว่าหากได้รับการให้อาหารเมื่อหิวและได้นอนหลังจากนั้น แนวทางนี้เป็นแนวทางที่แพทย์แนะ นำให้แม่ใช้เป็นวิธีการเลี้ยงดูลูกในช่วงวัยทารก เรียกว่าการเลี้ยงดูทารกตามระบบการตอบสนองความต้องการของเด็ก แนวทางการเลี้ยงดูทารกอย่างมีประสิทธิภาพมีที่มา 2 ประการ คือ

ประการแรก เป็นการยากที่จะรู้ได้ว่าทารกต้องการอะไรเมื่อเขาร้อง ถ้าพ่อแม่ ไม่ต้องการเลี้ยงดูลูกตามตารางค่าเฉลี่ยที่แสดงความต้องการของทารกในแต่ละช่วงเวลา พ่อแม่ควร ทำความเข้าใจความต้องการของเด็กส่วนใหญ่ ซึ่งจะช่วยให้สามารถตีความหมายการร้องของเด็ก ได้เป็นการประยุกต์ใช้หลักการประกอบแนวทางการตอบสนองตามความต้องการของตัวเด็กเอง ขณะเดียวกันต้องพยายามเทียบกับเวลาว่าความต้องการของเด็กนั้นสมเหตุสมผลหรือไม่เพื่อเป็น การตรวจสอบ

ประการที่สอง การเลี้ยงดูทารกที่ได้รับการปรับให้เข้ากับความสะดวกของคนใน ครอบครัวไม่มีผลเสียต่อทารก แต่พิจารณาได้ว่าเป็นการวางเงื่อนไขการเรียนรู้ที่เหมาะสมให้ ซึ่ง ควรเป็นลักษณะที่ยึดหยุ่นยึดความต้องการของเด็กเป็นสำคัญ การปรับขยายระบบสนองตอบตาม ความต้องการของทารกที่ดี จำเป็นต้องมีความยืดหยุ่นจริง ๆ จึงจะประสบผลสำเร็จ โดยเฉลี่ยพบว่า ทารกมักใช้เวลา 6 สัปดาห์ในการปรับเวลาการกินและนอนให้สม่ำเสมอได้ โดยสรุปพบว่าในช่วง อายุ 3 เดือนถึง 1 ขวบ เด็กสามารถปรับรูปแบบการดำเนินชีวิตและพื้นฐานพฤติกรรมตามตาราง เวลาการตอบสนองความต้องการที่ยึดหยุ่น และต้องอาศัยความช่วยเหลือจากแม่

พจนานุกรมจิตวิทยา (Reber. 1985. หน้า 628) อธิบายในแง่ชีววิทยาว่าพฤติกรรม ในระบบการกำกับเป็นการเคลื่อนไหวของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายระบบใดระบบหนึ่งหรือ หลายระบบพร้อมกัน เพื่อรักษาคุณภาพในโครงสร้างระบบร่างกายด้วยการตอบสนองความต้องการ

ขั้นพื้นฐาน ส่วนคำว่า ระบบการกำกับ (Regulatory System) หมายถึง ระบบใด ๆ ที่ช่วยรักษาสมดุลในระบบโครงสร้างของร่างกายทุกระบบ

ทอมสัน (Thompson. n.d.) (Fox. 1994) อธิบายการกำกับตนเองในวัยทารกในลักษณะของการกำกับอารมณ์ หมายถึง ระบบการกำหนดระบบระเบียบการแสดงออกทางอารมณ์ในระดับที่เหมาะสมต่อระดับพัฒนาการ ค่อวัฒนธรรมการแสดงออกทางอารมณ์และต่อลักษณะการสร้างสัมพันธภาพทางสังคม การกำกับอารมณ์จึงเป็นกระบวนการปรับตัวที่สนองตอบต่อการตรวจสอบประเมินความสมดุล หรือภาวะปกติของอารมณ์ และจิตใจ เป็นการปรับปฏิกิริยาตอบสนองทั้งทางอารมณ์ภายในและการแสดงออกภายนอกในลักษณะของการปรับความรุนแรงและหรือ รูปแบบของอารมณ์ตลอดจนการแสดงออก เพื่อมุ่งสู่การประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่แต่ละบุคคลประสงค์

แนวคิดและทฤษฎี

แนวคิดเรื่องคุณลักษณะการกำกับตนเองได้รับความสนใจศึกษาค้นคว้าอย่างจริงจังในช่วงห้าทศวรรษที่ผ่านมา โดยเริ่มจากการศึกษาค้นคว้าหาแนวทางการปรับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของคนไข้ทางด้านพฤติกรรมบำบัด ซึ่งต่อมาได้มีการรวบรวมแนวคิดและหลักการเหล่านี้เป็น “ทฤษฎีการปรับพฤติกรรม” (Behavior Modification Theory) โดยนักจิตวิทยากลุ่มพฤติกรรมศาสตร์ มีเบนดูว์รา เป็นนักทฤษฎีผู้นำที่สำคัญในกลุ่มนี้ ซึ่งได้เสนอแนวคิดดังกล่าวไว้ใน “หลักการปรับพฤติกรรม” (Behavior Modification Principle) (Bandura. 1969) แนวคิดนี้เสนอข้อสรุปที่สำคัญคือ การพัฒนาปลูกฝังให้เกิดคุณลักษณะการกำกับตนเองขึ้นในคนไข้ที่ต้องการบำบัดพฤติกรรม ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อความสุขทางพฤติกรรมการแสดงออกรวมทั้งความรู้สึกนึกคิดที่เป็นพฤติกรรมภายในของคนไข้มากขึ้น (Stabilization of Behavioral Changes Through Development of Self - Regulatory Functions)

จากพื้นฐานแนวคิดการปรับพฤติกรรมด้วยการสร้างคุณลักษณะการกำกับตนเองภายหลังเบนดูว์รา ได้ศึกษาหาแนวทางที่เป็นเหตุให้เกิดคุณลักษณะการกำกับตนเองในบุคคล พบว่าคุณลักษณะดังกล่าวเป็นผลที่เกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม บนพื้นฐานความเชื่อที่ว่ามนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีศักยภาพในการเรียนรู้ไม่สิ้นสุดตั้งแต่เกิดจนตาย การที่บุคคลมีโอกาสนปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต เป็นการรับรู้ข้อมูลที่สามารถนำมาใช้กำหนดวิธีปฏิบัติสำหรับตนเอง ซึ่งเบนดูว์ราได้รวบรวมหลักการต่าง ๆ เสนอไว้ในทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning

Theory) (Bandura. 1977) ทฤษฎีนี้ชี้ให้เห็นถึงสาเหตุแห่งความแตกต่างในระดับการกำกับตนเองของบุคคลว่าเป็นผลมาจากการเรียนรู้ทางสังคมที่มีผลให้บุคคลรู้จักคิดกำหนดเป้าหมายของการกระทำได้ต่างกัน จากความแตกต่างกันของบุคคล ทั้งในคุณลักษณะการกำกับตนเอง และการกำหนดเป้าหมาย จึงเป็นผลให้ในที่สุดแต่ละบุคคลจะสามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมายหรือตามที่ต้องการได้แตกต่างกัน เช่น ทุกคนอยากเป็นเศรษฐีอยากเป็นคนดี แต่มีเพียงบางคนเท่านั้นที่สามารถเป็นได้เพราะบุคคลเหล่านี้ไม่เพียงแต่รู้จักตั้งเป้าหมาย แต่จากพัฒนาการและการเรียนรู้ว่าสำหรับตนเอง จะต้องทำอย่างไรจึงจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ต้องการนั้นได้ ศักยภาพทางความสามารถเช่นนี้เบนคูว์เรียกว่าบุคคลมี “ภูมิปัญญาทางสังคม”

บนแนวคิดเดียวกันทั้งทฤษฎีการปรับพฤติกรรม ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม และทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคม (Social cognitive theory) (Bandura. 1989) ซึ่งเบนคูว์ได้เสนอไว้เป็นทฤษฎีครั้งหลังสุด พบว่าทั้งสามทฤษฎีส่วนนี้ให้ความสำคัญของความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเองและเป้าหมายที่บุคคลกำหนดขึ้น โดยเฉพาะทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคมที่กล่าวว่า การที่บุคคลรู้จักกำหนดเป้าหมายและกำกับพฤติกรรมการกระทำให้สอดคล้องไปตามเป้าหมายนั้นยังไม่เพียงพอ แต่บุคคลยังควรที่จะคิดกำหนดเป้าหมายที่เหมาะสมต่อศักยภาพ ความต้องการของทั้งตนเองและสังคม

จากแนวคิดทฤษฎีข้างต้น พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะการกำกับตนเองและการกำหนดเป้าหมายมีอิทธิพลต่อระดับการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของบุคคล ประเด็นที่น่าสนใจที่จะศึกษาสำหรับงานวิจัยฉบับนี้คือ

1. ทิศทางความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเองและการกำหนดเป้าหมายในกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1
2. การเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ
3. การเปรียบเทียบความสามารถในการกำกับตนเองในกลุ่มคนที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ
4. การเปรียบเทียบความสามารถในการกำหนดเป้าหมายในกลุ่มคนที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

ทั้งนี้โดยได้ประมวลแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ต้องการศึกษาไว้ 2 ประเด็นคือ

แนวคิดเรื่องการกำหนดเป้าหมาย (Goal setting concept)

จากการศึกษาเหตุของพฤติกรรมของ อีริกสัน (Erikson) (นวลละอ อสุภาพผล. 2527) อธิบายไว้ว่าพฤติกรรมเกิดจากแรงขับของสัญชาตญาณ เพื่อเป้าหมายของการมีชีวิตอยู่รอด ส่วนรูปแบบการแสดงออกผันแปรไปตามสภาพอารมณ์จากภาวะการทำงานร่วมกันของโครงสร้างภายในจิตใจ 3 ส่วนคือ อิด อีโก้ และซูเปอร์อีโก้ การแสดงออกนี้หมายรวมทั้งทางด้านการคิด ภาษาพูดและ ทำทาง โดยความสมดุลในโครงสร้างทางจิตใจนี้พบว่าแตกต่างกันไปตามลำดับขั้น พัฒนาการและระดับความมีวุฒิภาวะของบุคคล

ประสบการณ์ทางกาย พัฒนาการทางสังคม การเลียนแบบที่ช่วยให้เด็กได้แสดงออกด้วยความมั่นใจ เป็นรากฐานสำหรับการรู้คิดในการตั้งเป้าหมายของการกระทำ เพราะเด็กมีโอกาสทำกิจกรรมเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมและคนรอบข้าง เลียนแบบ และกำหนดความมุ่งหมายของตนได้อย่างอิสระ

ประสบการณ์จากความต้องการทางกายเพื่อการมีชีวิตอยู่รอดประกอบกับการเรียนรู้ทางสังคม ช่วยให้เด็กมีเป้าหมายของการกระทำ เมื่อมีวุฒิภาวะเพิ่มขึ้นความต้องการนี้จะเปลี่ยนเป็นความต้องการแสวงหาประสบการณ์ด้วยความอยากรู้อยากเห็น ในวัยเด็กหรือราวอายุ 6 - 12 ขวบ ความต้องการแสวงหาประสบการณ์ประกอบวุฒิภาวะทางร่างกายและสติปัญญาที่เพิ่มมากขึ้น เด็กจะเริ่มใช้กระบวนการทางความคิดริเริ่มและไตร่ตรองประกอบการตัดสินใจกระทำมากขึ้น คำแนะนำและกำลังใจจากผู้ใหญ่ช่วยกระตุ้นให้เด็กรู้สึว่าตนเองมีคุณค่ามีความสามารถกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยความมั่นใจ ในวัยนี้เองที่บุคคลได้เรียนรู้และยอมรับความคาดหวัง และเงื่อนไขของสังคม ที่มีต่อตนมากยิ่งขึ้น

จากข้อมูลที่บุคคลได้เรียนรู้และยอมรับในศักยภาพแห่งตนในวัยเด็ก ล็อก (Locke. 1991) เรียกว่าเป็นลักษณะ “การรู้เรา” คือเป็นการเรียนรู้ข้อมูลที่เป็นเงื่อนไขส่วนบุคคลว่าเป็นข้อจำกัดต่อตนเองอย่างไร และการเรียนรู้ว่าสังคมหรือสิ่งแวดล้อมใดเป็นเงื่อนไขแก่ตนเองและเป็นเงื่อนไขอย่างไรในความหมายเดียวกับการรับรู้และยอมรับในความคาดหวังของสังคมเรียกว่าเป็น “การรู้เขา” การเรียนรู้ในลักษณะ “การรู้เขารู้เรา” เช่นนี้จะดำเนินไปตลอดชีวิต ตามแนวคิดของล็อก อธิบายเกี่ยวกับกระบวนการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Process) ว่าการที่บุคคลจะกำหนดเป้าหมายที่มีประสิทธิภาพเหมาะสมกับตนเองได้นั้นอาศัยองค์ประกอบด้านความรู้ความเข้าใจในสองลักษณะข้างต้นยังไม่เพียงพอแต่ยังต้องอาศัยความรู้ความเข้าใจในองค์ประกอบที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ “การรู้เรา” ในลักษณะของความเข้าใจในความต้องการของตนเองหรือรู้ว่าเป้าหมายที่แท้จริงของตนเองคืออะไร

เพียเจท์ (Piaget. n.d.) และอีริกสัน (ดวงเดือน ศาสตร์ภทร. 2535) พิจารณาว่าตามระดับประสบการณ์ทางสังคมและวุฒิภาวะของพัฒนาการทางสติปัญญา เนื่องจากเป้าหมายเป็นนามธรรม บุคคลจะสามารถเข้าใจถึงเป้าหมายหรือความต้องการของตนเองอย่างแท้จริงได้ในช่วงอายุวัยรุ่น (13-17 ปี) เป็นต้นไป การที่บุคคลได้เรียนรู้แบบแผนชีวิตที่สมบูรณ์แบบจากประสบการณ์ทางสังคม เมื่อนำมาคิดเปรียบเทียบกับตนเอง เอเดลเลอร์ (Adler. n.d.) กล่าวว่าเป็นการกระตุ้นความรู้สึกต้องการความสมบูรณ์แบบ (Completion) ตามตัวแบบที่ได้พบเห็น จนเกิดความรู้สึกด้อย (Inferiority) และเกิดความคาดหวังต่อความสำเร็จในการกระทำของตนเอง ความคาดหวังต่อความสำเร็จที่เป็นเป้าหมายเช่นนี้ กระตุ้นให้เกิดความพึงพอใจ สนใจ และเพียรพยายามหรือไปสู่ เป้าหมายนั้น ๆ เป้าหมายจึงมีอิทธิพลชี้นำพฤติกรรม ทั้งนี้โดยมีกระบวนการสังคมประกิต (Socialization) ที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจเป้าหมายของตน เข้าใจและยอมรับเงื่อนไขทางสังคมและ ข้อจำกัดทางศักยภาพของตน ความเข้าใจนี้ทำให้บุคคลมีความยืดหยุ่นต่อการเลือกและยอมที่จะปรับแนวทางปฏิบัติหรือแบบแผนชีวิตเพื่อให้บรรลุต่อเป้าหมายหนึ่ง ๆ ได้

องค์ประกอบของกำหนดเป้าหมาย

การที่บุคคลสามารถกำหนดเป้าหมายการกระทำให้ตนเองได้ มีความหมายต่างจากความสามารถที่บุคคลจะกระทำการใด ๆ ให้บรรลุเป้าหมายนั้นได้ อัลพอร์ท (Allport. n.d.) (นวลระอ อ สุภาพล. 2527) อธิบายแนวคิดเรื่องการกำหนดการกระทำ (Action Setting) เพื่อให้เป้าหมายบรรลุผลว่ามีองค์ประกอบที่สำคัญคือ เจตนารมณ์ (Intention) อันหมายรวมถึง ความมุ่งหวัง ความทะเยอทะยาน ความฝันและการวางแผน

ล็อก (Locke. 1991) เชื่อว่าการที่บุคคลจะมีการกระทำใด ๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามที่ต้องการหรือไม่ เป็นผลจากการรับรู้เป้าหมายในลักษณะที่มีบทบาทของใจบุคคล 7 ลักษณะคือ

1. เป้าหมายมีลักษณะจำเป็น (Needs) เพื่อการมีชีวิตอยู่รอด (Survival Value) คุณค่าของเป้าหมายพิจารณาตามระดับความจำเป็น
2. เป้าหมายที่มีคุณค่า (Values) เป้าหมายลักษณะนี้ถูกกำหนดคุณค่าจากประสบการณ์การเรียนรู้ ความคิด และระดับความมีสติ (Value are in Concious) และความจำเป็นที่ต้องได้รับการตอบสนองตามสัญชาตญาณ (Innate) มิฉะนั้นภาวะปกติของร่างกายอาจถูกบิดเบือนได้ การให้คุณค่าต่อเป้าหมายนี้เชื่อมโยงความรู้สึกจำเป็นและการกระทำเข้าด้วยกัน
3. เป้าหมายที่มีคุณค่าตามสถานการณ์และความคาดหวัง
4. เป้าหมายอันเนื่องมาจากการรับรู้และความคาดหวังในความสามารถแห่งตน (Expectancy and Self Efficacy)

5. เป้าหมายมีลักษณะเป็นปฏิบัติการ (Performance)
6. เป้าหมายที่มีลักษณะเป็นทั้งรางวัลและการลงโทษสำหรับตัวบุคคล
7. เป้าหมายที่มีลักษณะของความพึงพอใจแฝงอยู่ (Satisfaction)

ตามแนวความคิดของลือคอธิบายว่าพลังจากความต้องการประกอบกับพลังความคิดที่อาศัยความเป็นเหตุเป็นผลจากศักยภาพในการเรียนรู้ที่เพิ่มขึ้นตามอายุมีผลเชื่อมโยงต่อระดับการกำกับและการกำหนดการกระทำของตัวบุคคล ส่วนการให้คุณค่าต่อเป้าหมายมีผลเชื่อมโยงความรู้สึกจำเป็นและกระทำ เนื่องจากเป้าหมายเป็นวัตถุประสงค์ของการกระทำ ระดับการให้คุณค่าต่อเป้าหมายจึงมีผลกระทบต่อเจตนาแรงจูงใจและระยะเวลาที่บุคคลจะทุ่มเทให้ นอกจากนี้เขายังพบว่าความเชื่อในศักยภาพแห่งตนมีผลกระทบต่อเป้าหมายที่บุคคลเลือกและขึ้นระดับความมุ่งมั่นต่อปฏิบัติการขณะที่การบรรลุเป้าหมายมีผลในการเสริมแรงและความล้มเหลวมีผลลดแรงเสริมของเป้าหมาย ทั้งนี้เพราะสามารถพิจารณาได้ว่าเป้าหมายเป็นผลแห่งการกระทำตามศักยภาพที่บุคคลมีอยู่

ในการศึกษาความสัมพันธ์ของเป้าหมายกับประสิทธิภาพการกระทำเพื่อให้สัมฤทธิ์ผลตามเป้าหมายนั้น ฮิวส์ (Hughes, 1976) พบว่าทั้งในแง่ของการจัดการองค์กรและบุคคล การกระทำใด ๆ ที่ไม่มีการกำหนดเป้าหมายที่มีคุณค่ามักไม่ได้รับความเอาใจใส่กล่าวคือประสิทธิภาพของการกระทำขึ้นอยู่กับความชัดเจนของเป้าหมาย และการกระทำเพื่อให้เป้าหมายบรรลุผลย่อมไม่ได้รับการเอาใจใส่ ถ้าบุคคลไม่มีความรู้สึกที่เป็นพันธะต่อเป้าหมายนั้น (Goal or Objective Commitment) ซึ่งสามารถพิจารณาเปรียบเทียบกับความรู้สึกเป็นพันธะต่อเป้าหมายสองลักษณะคือเป้าหมายที่ถูกกำหนดให้และเป้าหมายที่บุคคลกำหนดขึ้นด้วยตนเอง พบว่าบุคคลรู้สึกเป็นพันธะต่อเป้าหมายที่กำหนดขึ้นเองมากกว่า

ฮิวส์ อธิบายว่าเป้าหมาย (GOAL) ที่ดีมีอิทธิพลจูงใจต่อการกระทำของบุคคลเป็นเป้าหมายที่เกิดจากความต้องการ (Needs) โดยบุคคลต้องมีการเข้าใจในวัตถุประสงค์ของความต้องการนั้น (Purpose) โดยปกติพบว่าความต้องการใด ๆ มักมีลักษณะจูงใจบุคคลสองลักษณะคือ

1. เป็นความต้องการความพึงพอใจจากการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายส่วนบุคคล (Motivation needs)
2. เป็นความต้องการหลีกเลี่ยงความไม่พึงพอใจจากสิ่งต่าง ๆ (Maintenance needs)

โดยสรุปกล่าวได้ว่าเป้าหมายช่วยให้บุคคลสามารถกำหนดแนวประพฤติปฏิบัติสำหรับตนเองได้ชัดเจนมากขึ้น กล่าวคือทั้งในแง่ของบุคคลและองค์กรสามารถเข้าใจได้ว่าต้องหรือควรทำอย่างไร เมื่อบุคคลสามารถเข้าใจได้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่ควรทำและสามารถประเมินคุณค่าของสิ่งนั้นต่อการตอบสนองความต้องการของตนเองได้ ฮิวส์อธิบายว่าความสัมพันธ์ตามเป้าหมายสามารถ

ตอบสนองความต้องการของบุคคล ให้เกิดความรู้สึกว่าตนประสบความสำเร็จได้ในระดับใดนั้น ขึ้นอยู่กับความถูกต้องเหมาะสมของเงื่อนไขในกระบวนการตั้งเป้าหมายต่อตัวบุคคล ทั้งนี้โดยมี หลักปฏิบัติขั้นพื้นฐานที่เป็นสากลในการกำหนดเป้าหมายให้มีประสิทธิภาพ 2 ประการคือ (Two Basic of Goal Setting Systems)

1. การวางแผน (Planning) หมายถึง กระบวนการกำหนด รวบรวม ประมวล ประเมิน ข้อมูลเพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจเลือกเป้าหมายหรือแนวทางปฏิบัติที่เรียกว่าเป็นเกณฑ์มาตรฐานส่วนบุคคล (Internal Standard)

2. การควบคุมกำกับให้มีการดำเนินงานตามแนวทางที่กำหนดไว้

สำหรับการวางแผนดำเนินงานในการกำหนดเป้าหมายทั้งสำหรับบุคคลหรือองค์กร พิจารณาได้จากองค์ประกอบที่เป็นความสามารถทางความคิดตามขั้นตอนดังนี้

1. กำหนดเป้าหมายโดยระบุวัตถุประสงค์ (Define Purpose of Goals)

2. ระบุความสำคัญของเป้าหมาย (How Important)

3. วางแผนปฏิบัติการ (What to do)

4. กำหนดเกณฑ์มาตรฐานสำหรับปฏิบัติและตรวจวัด (Define Measurement and Performance Standard)

5. คำนึงถึงปัญหาที่จะเกิดขึ้น (Foreseen for Barriers)

6. แสวงหาปัจจัยสนับสนุนต่อการบรรลุเป้าหมาย

7. บูรณาการเป้าหมายหรือความคาดหวังขององค์กรหรือสังคมและเป้าหมายหรือความคาดหวังส่วนบุคคลเข้าด้วยกัน (Integrate Organization and Personal Goal or Expectation)

8. ประเมินและตรวจสอบปฏิบัติการ (Evaluation)

ในประเด็นเกี่ยวกับคุณลักษณะของเป้าหมาย แบนคูรา (จิตพัฒนา สงบกาย. 2533) อธิบายว่า การกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting) มีผลให้ต้องเกิดการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งของบุคคล ทั้งนี้เพราะเป้าหมายเป็นทั้งผลแห่งการกระทำที่ทำให้เกิดความพึงพอใจแก่ตัวบุคคล และเป็นความคาดหวังต่อความสามารถของตนเอง ความพึงพอใจที่ได้รับในสองลักษณะ จึงมีผลกระตุ้นความใส่ใจในการกระทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายมากขึ้น โดยเฉพาะสำหรับเป้าหมายที่บุคคลกำหนดขึ้นด้วยความสมัครใจบนพื้นฐานของความสอดคล้องกับความต้องการและความสามารถ ซึ่งกระตุ้นให้บุคคลมีความรู้สึกรับผิดชอบต่อเป้าหมายนั้นมากขึ้น สำหรับเป้าหมายที่ถูกกำหนดให้โดยบุคคลอื่น แบนคูราเห็นว่ามีความเหมาะสมในกรณีที่บุคคลยังไม่สามารถกำหนดเป้าหมายได้เอง โดยเฉพาะในวัยเด็กเป็นการกระตุ้นให้บุคคลได้รับรู้ถึงความสำคัญของเป้าหมาย โดยอาศัยบุคคลอื่นให้กำหนดเป้าหมายให้

โครงสร้างของเป้าหมาย (Structure of Goal System)

ในการเสนอแนวคิดเรื่องทฤษฎีแห่งการกำกับตนเองด้วยภูมิปัญญา (Social Cognitive of Self Regulation) แบบดูว่าเสนอแนวคิดเกี่ยวกับโครงสร้างของเป้าหมายต่อบทบาทการกำกับแรงจูงใจ และการกระทำว่าเป้าหมายที่เป็นผลแห่งการกระทำและใกล้จะเป็นจริงทำให้เกิดความพึงพอใจระดับสูง หากการให้คุณค่าต่อเป้าหมายยังคงระดับเดิม ความพึงพอใจนี้จะมีบทบาทเสริมแรงต่อการกำกับตนเองมากขึ้น การบรรลุตามเป้าหมายเป็นข้อมูลย้อนกลับให้บุคคลรับรู้ถึงประสิทธิภาพแห่งตนชัดเจนขึ้น ข้อมูลนี้มีบทบาทล่อใจ (Incentive) และผลักดันให้บุคคลตั้งเป้าหมายระดับสูงขึ้นในครั้งต่อไป โดยปกติเป้าหมายที่ยังไม่บรรลุผลมีบทบาทเป็นสิ่งจูงใจ (Ongoing Motivator) สำหรับบุคคลที่มีความพึงพอใจในความก้าวหน้า เรียกคุณลักษณะนี้ว่าการมุ่งอนาคต (Future Orientation) ความพึงพอใจนี้มีอิทธิพลมากกว่าความพึงพอใจจากการประสบความสำเร็จ กล่าวคือการรับรู้ในความก้าวหน้าแต่ละขั้นมีบทบาทล่อใจความรู้สึกพึงพอใจได้คงทนกว่าเมื่อประสบความสำเร็จ

จากแนวคิดโครงสร้างของเป้าหมายต่อบทบาทการกำกับแรงจูงใจและการกระทำ แลธเทม และลือค นำมาใช้อธิบายสาเหตุประเด็นปัญหาของผู้วิจัยที่ว่าสำหรับบุคคลที่มีความรู้ความสามารถใกล้เคียงกันแต่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ในระดับที่แตกต่างกันเป็นเพราะแรงจูงใจของการรับรู้ต่อเป้าหมายและการให้คุณค่าต่อเป้าหมายในแต่ละบุคคลแตกต่างกัน จากการศึกษางานวิจัย 400 ชิ้น แลธเทม และลือค พบความสัมพันธ์ของเป้าหมายและคุณค่าของเป้าหมายต่อลักษณะปฏิบัติการ กล่าวคือสำหรับเป้าหมายในระยะยาวความรู้สึกเป็นพันธะ (Committment) ต่อเป้าหมายอย่างมั่นคง และในการเผชิญความยากลำบากต้องอาศัยทักษะทางความคิดในการปรับความอดทนความพยายามไปตามระดับความยากง่ายของงาน เมื่อพิจารณาคุณค่าของเป้าหมายต่อความรู้สึกเป็นพันธะสองลักษณะคือ เป้าหมายที่บุคคลตัดสินใจเลือกเองจากการประเมินความต้องการ ความสามารถและเงื่อนไขของสังคม ทำให้บุคคลตระหนักได้ว่าเป้าหมายนั้นมีความเป็นไปได้สูงกว่าเป้าหมายที่ถูกกำหนดให้ อย่างไม่คำนึงถึงความสะดวกคล่องตามระดับความต้องการ ความสามารถและเงื่อนไขทางสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ของบุคคล เป้าหมายที่บุคคลเลือกเองจึงมีคุณค่าต่อความรู้สึกรับผิดชอบและเป็นพันธะมากกว่า นอกจากนี้ตามทฤษฎีการตั้งเป้าหมายของ แลธเทมและลือค ยังพิจารณาว่าเกณฑ์มาตรฐานในการปฏิบัติของแต่ละบุคคลเป็นเป้าหมายอยู่ในระยะสั้นที่นำไปสู่เป้าหมายใหญ่ในระยะยาว

ในการศึกษาความสัมพันธ์ของระดับความยากง่ายของเป้าหมายกับระดับความรู้สึกที่เป็นพันธะต่อเป้าหมาย พบว่าคนที่มีความรู้สึกเป็นพันธะต่อเป้าหมาย ทำให้บุคคลมีความพยายามที่จะยกระดับปฏิบัติการ เมื่อเขาพบว่าเป้าหมายนั้นยาก ขณะที่คนที่ไม่รู้สึกเป็นพันธะจะเกิดความท้อถอย และมักเลือกแต่เป้าหมายระดับที่ต่ำกว่าระดับความสามารถของตน โดยไม่สนใจต่อระดับความยากง่ายของแต่ละเป้าหมายที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นตลอดเวลา แต่จะคงระดับปฏิบัติการในระดับต่ำ ในแง่ของการศึกษาองค์กร พบว่า การเปิดโอกาสให้บุคคลมีส่วนร่วมในการกำหนดเป้าหมายช่วยกระตุ้นให้บุคคลร่วมรับผิดชอบในเป้าหมายสูงขึ้น ในลักษณะการแบ่งงานกันทำตามความสามารถซึ่งช่วยพัฒนาระดับทักษะให้บุคคลได้ เป็นแนวทางการพัฒนาคนด้วยการเปิดโอกาสให้ร่วมปฏิบัติการในเป้าหมายที่ท้าทาย อย่างไรก็ตามข้อคำนึงที่สำคัญสำหรับบุคคลในการตัดสินใจเลือกหรือมีบทบาทร่วมในเป้าหมายขององค์กรหรือของตนเองหรือไม่ เป็นผลมาจากการพิจารณาว่าเป้าหมายนั้น ๆ มีความเป็นไปได้เพียงใด และในสิ่งที่เป็นไปได้ เป้าหมายใดที่ต้องการและตอบสนองความต้องการมากที่สุด

สำหรับบุคคลที่สามารถพบว่าปฏิบัติได้ ตามเกณฑ์หรือสูงกว่าเกณฑ์ ที่คิดว่าสามารถทำให้บรรลุเป้าหมายระดับหนึ่ง ๆ ที่ตนเองกำหนดขึ้น บุคคลควรกำหนดเป้าหมายให้มีระดับสูงขึ้น แต่กรณีพบว่าแนวปฏิบัติต่ำกว่าเกณฑ์ที่ช่วยให้บรรลุเป้าหมาย บุคคลควรปรับระดับปฏิบัติการ การกำหนดเป้าหมายจึงเป็นประโยชน์ต่อการกำกับตนเองในการกำหนดทิศทางและระดับปฏิบัติการที่ควรเป็น และเกิดความชัดเจนในการระบุลักษณะปฏิบัติการที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ ซึ่งบุคคลควรหลีกเลี่ยง แบบดรูว์ กล่าวว่า การกำกับตนเองจึงเป็นองค์ประกอบเชื่อมโยงพฤติกรรม การแสดงออกในปัจจุบันกับเป้าหมายที่เป็นผลแห่งการกระทำในอนาคต โดยอาศัยยุทธวิธี 3 ประการที่นำไปสู่เป้าหมาย คือ ความพยายาม (Effort) ความพากเพียร (Persistence) และการกำหนดวางแผนประพฤติดิปฏิบัติ และมีองค์ประกอบพื้นฐานคือ ความรู้และทักษะ

แนวคิดเรื่องการกำกับตนเอง (Self Regulation Concept)

แบบดรูว์ กล่าวว่า พฤติกรรมของบุคคลที่ผันแปรไปตามทิศทางความต้องการ เปรียบเหมือนความผันแปรของอากาศที่ไม่อาจกำหนดทิศทางได้ชัดเจน ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของปัจจัยกำหนดพฤติกรรมในแต่ละขณะ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมได้แก่สิ่งแวดล้อม (E : Environment) ตัวบุคคลเอง (P : Person) และศักยภาพทางพฤติกรรมการแสดงออก (B : Behavior) ทั้งนี้โดยแบ่งความต้องการออกได้เป็น 2 ลักษณะคือความต้องการทางด้านร่างกายและจิตใจ

เมื่อพิจารณาตามลำดับช่วงอายุพบว่าในช่วงทารก ความต้องการทางร่างกายเป็นปัจจัย ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมแสดงออกมากที่สุด เนื่องจากเป็นช่วงที่บุคคลขาดวุฒิภาวะไม่มีศักยภาพในการจัดการ ควบคุม อดทนหรือแสดงออก และยังไม่มีการรับรู้ต่อสิ่งแวดล้อม ตามแนวคิดเรื่อง

โครงสร้างการทำงานของจิตใจ 3 ส่วนคือ อิด อีโก้ และซูเปอร์อีโก้ ในทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ ฟรอยด์ พิจารณาได้ว่าพฤติกรรมของทารกเป็นผลการผลักดันของโครงสร้างจิตใจในส่วน “อิด” (ID หรือ LIBIDO) หรือจิตใจไร้สำนึกที่เป็นโครงสร้างจิตใจในส่วนที่ผลักดันให้บุคคลมีพฤติกรรมหรือการกระทำตามที่ปรารถนา (จรรยา สุวรรณทัต. 2533) ทฤษฎีนี้อธิบายเรื่องการควบคุมกำกับ ยับยั้ง การแสดงออกตามความต้องการที่เกินสมควร ว่าต้องอาศัยการขัดเกลารอบรมให้การศึกษาให้เกิดมโนธรรมหรือซูเปอร์อีโก้ขึ้นในจิตใจ เพื่อควบคุมจิตใจไร้สำนึกซึ่งเป็นการปรับการทำงาน of โครงสร้างจิตใจให้อยู่ในระดับมีสติรู้สำนึก

การเรียนรู้ของบุคคลกล่าวได้ว่าเกิดขึ้นตลอดเวลา นับตั้งแต่บุคคลมีชีวิตและมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม (Bandura. 1977) ขณะที่ เลคส์เลส (Reckless. n.d.) (จรรยา สุวรรณทัต. 2533) เสนอแนวคิดที่ว่าสิ่งแวดล้อมหรือปัจจัยภายนอกมีอิทธิพลต่อการรับรู้ของบุคคลในลักษณะที่อาจทำให้เกิดความคับข้องใจ ทั้งนี้เกิดขึ้นได้ตามลักษณะที่บุคคลให้การรับรู้ในคุณค่า ความสำคัญและยอมรับที่จะปฏิบัติตามอิทธิพลของปัจจัยนั้น ทำให้ต้องอาศัยการอบรมสั่งสอนช่วยขัดเกลารอบรมให้มีการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

ตามหลักพุทธศาสนาได้อธิบายการกำกับควบคุมตนเองว่า เหตุที่บุคคลมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเพราะถูกครอบงำไปตามความต้องการทางจิตใจธรรมะที่ช่วยปลดการครอบงำของความต้องการออกจากจิตใจบุคคลคือ หิริ หรือความรู้สึกละอายต่อการทำผิดและโอตตปปะ หรือความเกรงกลัวต่อผลแห่งการกระทำผิด บนแนวคิดนี้อธิบายว่าจากการถ่ายทอดทางสังคมหรือการอบรมเลี้ยงดูให้การศึกษา ซึ่งมีความหมายเดียวกันกับการเรียนรู้ทางสังคมตามแนวคิดของแบนคูรา มีบทบาทกระตุ้นสำนึกสำคัญในการกำกับตนเองให้บุคคลได้สองลักษณะคือ เป็นการสอนให้บุคคลได้รู้ว่าสิ่งใดควรหรือไม่ควรทำและในกรณีที่ไม่อาจตัดสินใจได้ว่าควรหรือไม่ควรกระทำในสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือไม่ การเรียนรู้ทางสังคมจะมีผลให้บุคคลประเมินถึงผลแห่งการกระทำที่จะเกิดขึ้นตามมาว่าเหมาะสมหรือไม่ โดยสรุปการเรียนรู้ทางสังคมมีบทบาทต่อกระบวนการทางความคิดของบุคคลสองลักษณะคือ

1. เป็นข้อมูลที่มีความจริงเท็จให้บุคคลได้จดจำนำไปใช้ทั้งในส่วนที่เกี่ยวข้องกับวัตถุและชนิดและความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุ
2. เป็นข้อมูลของแนวโน้มหรือโอกาสของสิ่งที่จะเกิดขึ้นตามมา ข้อมูลในส่วนนี้มีบทบาทเพิ่มทักษะการคาดการณ์ล่วงหน้าของบุคคล (Anticipated ability)

ุง (Jung. n.d.) (นวลละออ สุภาพล. 2527) อธิบายไว้ในทฤษฎีจิตวิทยาวิเคราะห์ว่า มนุษย์มีความแตกต่างกันด้านพฤติกรรม โดยมีพันธุกรรมเป็นตัวกำหนดศักยภาพ

และมีความคาดหวังในผลข้างหน้าหรืออนาคต ซึ่งมีความหมายเดียวกับการคาดการณ์ล่วงหน้าเป็นตัวชี้ นำ โดยสรุปกล่าวได้ว่าความต้องการในผลแห่งการกระทำที่จะเกิดขึ้นตามมา เป็นจุดมุ่งหมายหรือเป้าหมายที่ชี้ นำ กำกับและควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ตามแนวคิดนี้ ขณะที่การกำหนดเป้าหมายได้รับการพิจารณาว่าเป็นผลมาจากความต้องการสองลักษณะคือ ต้องการความพึงพอใจจากการที่ได้บรรลุผลตามเป้าหมายนั้น และต้องการหลีกเลี่ยงความไม่พึงพอใจจากสิ่งต่าง ๆ โกลด์สเทิร์น (Goldstein. n.d.) (นวลละออ สุภาพล. 2527) แสดงหลักการแปรพลังของอินทรีย์ว่า จากภาวะที่ร่างกายขาดความสมดุลในองค์ประกอบทางกายภาพและชีวภาพทำให้เกิดความเครียดเป็นภาวะแห่งความรู้สึกไม่พึงพอใจ ความต้องการและความเครียดจะถูกแปรพลังเป็นการแสวงหาหรือความเคลื่อนไหวเพื่อตอบสนองให้ร่างกายกลับสู่ภาวะสมดุลที่เรียกว่ากระบวนการรักษาความสมดุล (Equalization Process) ประสบการณ์นี้กระตุ้นให้บุคคลมุ่งแสวงหาความเข้าใจในความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง การเรียนรู้และเข้าใจถึงความต้องการเป็นแนวคิดพื้นฐานที่บุคคลนำมาประยุกต์ใช้ในลักษณะการคิดที่จะกำหนดเป้าหมายของตนเองภายหลัง ทั้งนี้ความเข้าใจถึงความต้องการดังกล่าว ประกอบกับประสบการณ์จากการเรียนรู้และกระบวนการทางความคิดเป็นข้อมูลประกอบการพิจารณาแนวทางปรับแนวประพฤติปฏิบัติให้บรรลุผลตามเป้าหมาย ซึ่งแนวทางดังกล่าวตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมและภูมิปัญญาทางสังคมเรียกว่าการกำกับตนเองจากแนวคิดข้างต้นต่างให้ข้อสรุปที่ตรงกันว่า

1. พฤติกรรมของบุคคลถูกชี้นำโดยเป้าหมายที่เกิดจากความต้องการและการเรียนรู้
2. ความสัมฤทธิ์ผลของเป้าหมายถูกกำหนดโดย
 - 2.1 ความเหมาะสมของตัวเป้าหมายต่อศักยภาพของบุคคล
 - 2.2 การกำหนดแนวประพฤติปฏิบัติที่เหมาะสมสอดคล้องต่อการสัมฤทธิ์ผลตามเป้าหมายนั้น
 - 2.3 ความสามารถในการกำกับการกระทำ หรือความประพฤติให้เป็นไปตามแนวประพฤติปฏิบัติหรือเกณฑ์มาตรฐานที่บุคคลได้ประมวลจากการเรียนรู้ทางสังคมที่ผ่านมาแล้วว่าดีและเหมาะสมต่อการนำไปสู่ความสัมฤทธิ์ผลตามเป้าหมาย

องค์ประกอบของการกำกับตนเอง

การพิจารณาว่าการกำกับตนเองเป็นคุณลักษณะหนึ่งที่ช่วยยกระดับคุณภาพประชากรตามแนวคิดทฤษฎีต้นไม้อจริยธรรม (ควงเคื่อน พันธ์มนาวิน. 2538) กล่าวถึง คุณลักษณะการมุ่งสู่ออนาคตและการควบคุมตนเองในความหมายที่สอดคล้องใกล้เคียงกับการกำกับตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งในห้าของคุณลักษณะที่มีบทบาทร่วมกันในการยกระดับคุณภาพประชากร องค์ประกอบทั้งหมดได้แก่ เหตุผลเชิงจริยธรรม การมุ่งสู่ออนาคตและการควบคุมตนเอง ความเชื่ออำนาจในตน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และทัศนคติคุณธรรมค่านิยม ทั้งนี้รากฐานในการพัฒนาคุณลักษณะทั้งห้าประการประกอบด้วย สติปัญญา ประสบการณ์ทางสังคม และสุขภาพจิต สาเหตุที่ปัจจัยทั้ง 3 ได้รับการพิจารณาว่าเป็นองค์ประกอบพื้นฐานสำหรับการกำกับตนเอง ซึ่งพบว่าสอดคล้องตามแนวคิดจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาคนตามแนวธรรมชาติ ที่เสนอโดยพระธรรมปิฎก (2539) ซึ่งกล่าวไว้ว่าปัจจัยการกำกับตนเองสำหรับแต่ละบุคคลคือ ปัญญาหรือกระบวนการทางความคิดซึ่งศักยภาพของปัญญาดังอยู่บนรากฐานด้านวุฒิภาวะของสติปัญญา การเรียนรู้ทางสังคม และภาวะจิตใจที่ปกติของบุคคล ซึ่งเป็นปัจจัยคุณภาพของบุคคลในการเป็นคนเก่งและคนดี ทั้งนี้โดยการส่งเสริมให้บุคคล มีพฤติกรรมที่กำกับไว้ด้วยความมีสามัญสำนึกกระตือรือร้นที่เรียกว่า ความมีสติและปัญญา โดยสรุปปัจจัยกำกับตนเองของบุคคลสำหรับแนวคิดนี้คือ ปัญญาหรือการมีสติ

การเรียนรู้ทางสังคมและภูมิปัญญาเพื่อการกำกับตนเอง

จากแนวคิดข้างต้นพบว่าพฤติกรรมของบุคคลในเบื้องต้นส่วนมากเกิดจากความรู้สึกต้องการทางด้านร่างกาย ซึ่งมักเกิดขึ้นพร้อม ๆ กับความรู้สึกคับข้องใจและอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนา พฤติกรรมการแสดงออกนั้นพิจารณาได้ว่าเป็นพฤติกรรมไม่มีประสิทธิผลเนื่องจากอารมณ์ที่เกิดขึ้นปิดกั้นโอกาสใช้ศักยภาพทางความสามารถทุก ๆ ด้านของบุคคล โดยเปรียบเทียบกับลักษณะพฤติกรรมที่เกิดจากความรู้สึกต้องการจากการเรียนรู้ในภายหลัง พบว่าเป็นความต้องการที่ช่วยกระตุ้นให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะคิดหาแนวทาง โดยการใช้ความสามารถของคนเพื่อตอบสนองความต้องการนั้นด้วยความรู้สึกถึงพอใจต่อการบรรลุเป้าหมาย และการได้ใช้ความสามารถของตนเองช่วยในการบรรลุเป้าหมาย แต่ทั้งการกระทำที่ถูกครอบงำด้วยความรู้สึกพึงพอใจและไม่พึงพอใจตามแนวคิดของอัลพอร์ต (Allport. n.d.) (นวลละออ สุภาพล. 2527) ไม่พิจารณาว่าเป็นลักษณะพฤติกรรมที่มีวุฒิภาวะ เนื่องจากการรับรู้จากปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและการมีปฏิริยาโต้ตอบจะถูกบิดเบือน

ไปตามอารมณ์และความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ พฤติกรรมการแสดงออกจึงไม่ช่วยนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายอย่างแท้จริง

ตามแนวคิดจิตวิทยา เพื่อการพัฒนาคนตามแนวธรรมชาติได้เสนอแนวคิดที่สอดคล้องเรื่องสาเหตุของการประพฤติกวามาจากความรู้สึกต้องการแสวงหาความรู้ ซึ่งเป็นความต้องการที่บุคคลรับรู้ได้อย่างมีสติว่าความต้องการนั้นมีวัตถุประสงค์เพื่ออะไร และความต้องการนั้นมีคุณค่าเหมาะสมต่อทั้งตัวบุคคลและสังคมสิ่งแวดล้อมของบุคคลหรือไม่ เป็นการกำกับความต้องการและการกระทำด้วยปัญญา ทำให้บุคคลมีสติในการรับรู้ข้อมูลในลักษณะที่เป็นข้อเท็จจริง เห็นประโยชน์และเอาประโยชน์จากข้อเท็จจริงนั้นได้ เรียกการรับรู้แบบมีสตินี้ว่า “การรับรู้แบบโยนิโสมนสิการ” การกระทำที่จ้องต่อความต้องการที่เป็นเป้าหมายทำให้บุคคลมีความเอาใจใส่ จดจำ และสะสมเป็นทักษะ ความจำ เป็นข้อมูลที่จะนำไปประยุกต์ใช้ และเกิดความพอกพูนทางปัญญา เมื่อทักษะเพิ่มขึ้นข้อจำกัดทางสังคมที่เปลี่ยนไป จึงเป็นเหมือนความท้าทายต่อการที่บุคคลได้ลงใช้ทักษะขณะที่การคาดหวังในความพึงพอใจ เมื่อสามารถบรรลุเป้าหมายทำให้บุคคลอดได้รอได้ และเรียนรู้ที่จะยืดหยุ่นไปตามสถานการณ์ ลดการยึดติดต่อกฎเกณฑ์การรับรู้ ไม่หลีกเลี่ยงปัญหาด้วยกลวิธีอันเป็นลักษณะการมีวุฒิภาวะอย่างสมบูรณ์และมีพฤติกรรมที่หลุดพ้นจากความต้องการขั้นพื้นฐาน

พาพาลิยา และ โอลด์ (Papalia and Olds. 1990) อธิบายว่าการกำกับตนเอง หมายถึง การควบคุมและหรือกำหนดพฤติกรรมตนเองให้สอดคล้องกับสิ่งที่สังคมคาดหวังด้วยความสมัครใจ โดยมีการเรียนรู้ตามลำดับขั้นคือ วัยทารกและวัยเด็กได้รับการกำหนดเป้าหมาย การอบรมสั่งสอน และเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้วยประสาทสัมผัส เรียนรู้การยับยั้งชั่งใจและจดจำในสิ่งที่ควรและไม่ควรทำตามการรับรู้ในสิ่งที่สังคมคาดหวังและปัจจัยที่มีอิทธิพลดึงดูดความสนใจ เช่น ตัวแบบและเรียนรู้ในผลการกระทำของตนที่มีต่อสิ่งแวดล้อม ขณะที่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่บุคคลเรียนรู้การเลียนแบบ คิด และไตร่ตรองเพื่อปรับเป้าหมายที่ต้องการให้เหมาะสมกับตนเอง ประกอบการกลั่นกรองข้อมูลที่ได้เรียนรู้และข้อกำหนดทางสังคม

สำหรับทารกหรือเด็กเนื่องจากยังขาดวุฒิภาวะในการคิด จึงต้องอาศัยการกำหนดเป้าหมายและชักจูงโดยบุคคลอื่น เนื่องจากในการปะทะกับสิ่งแวดล้อมความรู้สึกและอารมณ์ของทารกมีบทบาทเหนือกว่าความคิด ทำให้ต้องอาศัยการหันเหความสนใจของเด็กด้วยสิ่งที่กระตุ้นความพึงพอใจเพื่อชักจูงเด็กไปสู่เป้าหมายที่เหมาะสม ซึ่งเรียกว่าการกำกับตนเองในลักษณะของการควบคุมตนเองตามความคาดหวังของสังคมด้วยความสมัครใจ (Masters and Santrock. 1976)

เมื่อบุคคลมีศักยภาพในการควบคุมการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ได้มากขึ้น พร้อม ๆ กับ
วุฒิปัญญาที่เพิ่มขึ้น ความคิดและการยับยั้งชั่งใจเริ่มมีโอกาสมที่จะมีบทบาทเหนือความรู้สึก และ
อารมณ์ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การเรียนรู้จากการอบรมเลี้ยงดูว่าเปิดโอกาสให้บุคคลได้รับรู้และตระหนัก
ต่อความต้องการและศักยภาพแห่งตน และข้อจำกัดที่เป็นเงื่อนไขของสังคมได้เพียงใด

ตามหลักการข้างต้น แมชชาดอร์ส และแซนทรีอค ได้ศึกษาเปรียบเทียบบทบาทความรู้สึกหรืออารมณ์กับความคิด โดยสังเกตจากการทำกิจกรรมของเด็กวัย 4 ขวบ พบว่าเด็กจะอดทนเพียรพยายามสำหรับกิจกรรมที่ทำให้เกิดความรู้สึกพึงพอใจเช่นสนุกได้นานกว่า สำหรับกิจกรรมที่ยากและเด็กไม่รู้สึกรู้สึกพอใจในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรม การกระตุ้นให้เด็กรับรู้ถึงความพึงพอใจที่จะได้รับเมื่อกิจกรรมสิ้นสุดลง มีผลทำทลายกระตุ้นให้เด็กใช้ความเพียรพยายามในกิจกรรมได้นานขึ้น ผลการศึกษานี้สะท้อนให้เห็นว่า ความอดทนซึ่งเป็นลักษณะหนึ่งของการกำกับตนเองในภาวะที่ไม่ต้องการหรือไม่เกิดความรู้สึกพึงพอใจ สัมพันธ์กับความต้องการหรือความคาดหวังในความพึงพอใจจากการบรรลุเป้าหมายที่จะเกิดขึ้นในอนาคต โดยสรุปจึงกล่าวได้ว่าการเรียนรู้ที่จะกำกับตนเองต้องอาศัยบทบาทของการมีสติระลึกรู้ และควบคุมอารมณ์ความรู้สึก โดยเฉพาะการรับรู้หรือคาดการณ์ถึงความพึงพอใจที่จะได้รับจากผลของการกระทำ การกำกับตนเองจึงมีลักษณะเป็นการยับยั้งชั่งใจต่อการที่บุคคลจะเลือกการกระทำหรือไม่กระทำ

ทฤษฎีการกำกับตนเองด้วยภูมิปัญญาทางความคิด (Theory of Cognitive self Regulation) (Locke. 1991) โดยล๊อค กล่าวว่า คุณภาพของการกระทำขึ้นอยู่กับระดับความมีสติและสามัญสำนึกบนรากฐานของประสบการณ์การเรียนรู้ทางสังคมความมีสติเกิดขึ้นในกระบวนการทางความคิดที่มีวุฒิภาวะไม่ถูกครอบงำ โดยอารมณ์หรือความรู้สึก การคาดคะเน การจินตนาการ ความตั้งใจ เจตนาธรรม กระบวนการทำงานของจิตใจจึงตรวจวัดได้ด้วยความเป็นเหตุเป็นผลของความคิด ด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ ล๊อคกล่าวว่าภูมิปัญญาเป็นพลังใจในการต่อสู้เผชิญปัญหา กำลังใจเป็นเหมือนการกำกับตนเองด้วยกระบวนการทางปัญญา (Volition As Cognitive Self - Regulation) บนการตัดสินใจเลือกกระทำการใด ๆ ด้วยความสมัครใจ (Free Will) ขณะที่ศักยภาพในการกำกับตนเองขึ้นอยู่กับกำลังใจ บุคคลสามารถเลือกใช้กระบวนการทางความคิดหรือให้สติมีบทบาทในการกำกับการกระทำให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม ตามเกณฑ์มาตรฐานส่วนบุคคล (ที่ปรับจากความ ต้องการขั้นพื้นฐานให้สอดคล้องกับเงื่อนไขของสังคมแล้วขั้นหนึ่ง) ตามเกณฑ์ภายนอกที่สังคม กำหนดและตามแนวทางที่ช่วยนำบุคคลไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ การกำกับตนเองจึงเป็นบูรณาการทางความคิดจากพลังแหล่งข้อมูลที่สำคัญสองแหล่งคือ พลังบังคับจากเงื่อนไขของปัจจัยภายนอก ที่ตีกรอบของพฤติกรรมไว้และพลังจากความต้องการภายในตัวบุคคล ขณะที่เป้าหมายมีคุณค่าใน

ทางบวกไม่ว่าในลักษณะของความคาดหวังในความรู้สึกพึงพอใจเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้น ซึ่งเป็นเป้าหมายจากการเรียนรู้หรือในลักษณะที่ต้องการหลีกเลี่ยงความคับข้องใจจากเป้าหมายที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เป้าหมายจึงบทบาทช่วยเหลือหลอมนำบุคคลรู้จักกดดันต่อความผันแปรและอุปสรรคต่าง ๆ และกล่าวได้ว่าการกำกับตนเองเพื่อให้บรรลุผลตามเป้าหมายหนึ่ง ๆ จึงหมายถึง คุณลักษณะที่มีองค์ประกอบของความอดทนต่อภาวะที่ไม่พึงปรารถนาด้วยความคาดหวังต่อความรู้สึกพึงพอใจหรือหลีกเลี่ยงความไม่พึงพอใจที่มีแนวโน้มว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต แนวคิดนี้เปรียบได้กับหลักการการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ ที่ทำงานรวมกันเป็นองค์กรภายใต้ระบบกำกับการทำงานของอวัยวะให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม (Regulatory System) โดยกระตุ้นระบบการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ให้สอดคล้องกับภาวะผันแปรของร่างกายภายใต้ข้อจำกัดหนึ่ง ๆ โดยสรุปการกำกับตนเองจึงเป็นหลักการปรับตัวให้เข้ากับข้อจำกัดทางสังคมสิ่งแวดล้อมภายใต้ความต้องการที่เป็นเป้าหมาย

ในการที่บุคคลจะสามารถบรรลุเป้าหมายได้ตามต้องการหรือไม่ ลือคพิจารณาว่าบุคคลต้องอาศัยการประมวลความรู้ จากประสบการณ์ในการกำหนดวางแผนทางปฏิบัติเพื่อให้ไปถึงเป้าหมายนั้น และใช้เป็นหลักเกณฑ์ในการประเมินความเป็นไปได้และระยะใกล้ไกลของเป้าหมาย องค์ประกอบนี้เรียกว่าทักษะทางกระบวนการความคิด ทั้งนี้ ลือคยังพบอีกว่าการเรียนรู้มีบทบาทส่งเสริมให้วุฒิภาวะทางด้านสติปัญญาของคนเพิ่มขึ้น กล่าวคือจากข้อมูลที่บุคคลได้เรียนรู้เมื่อบุคคลมีโอกาสลงนำไปประยุกต์ใช้ ภายใต้เงื่อนไขของสิ่งแวดล้อมที่มีการแปรเปลี่ยนตลอดเวลาความเพียรพยายามจึงเป็นคุณสมบัติหนึ่งที่เอื้อต่อการกำกับตนเองให้บรรลุได้ตามเป้าหมายนั้น กล่าวคือ ในการกำหนดแนวทางปฏิบัติหนึ่ง ๆ ที่นำความล้มเหลวมาสู่บุคคล อาจมีผลกระทบต่อบุคคลในสองลักษณะคือ ทำให้เกิดการเรียนรู้ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งของข้อมูลที่ได้ประมวลมามีความผิดพลาด หรือก่อให้เกิดผลกระทบต่อความรู้สึกและอารมณ์ในลักษณะความคับข้องใจ ขณะที่ในแง่ของการกำกับตนเองด้วยปัญญาความมีสติ ข้อมูลจากการประเมินความล้มเหลวที่ได้รับเป็นเหมือนสัญญาณบ่งบอกความบกพร่องของแนวทางประพฤติดุปฏิบัติที่ควรได้รับการแก้ไข ในขณะที่ถ้าบุคคลรับรู้ความล้มเหลวด้วยอารมณ์และความรู้สึกคับข้องใจหรือพึงพอใจเกินสมควร อารมณ์หรือความรู้สึกนั้นจะบิดเบือนการรับรู้ต่อข้อเท็จจริง ซึ่งมีโอกาสให้ตัดสินใจเลือกกระทำในแนวทางที่บิดเบือนไปจากแนวทางที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น การที่บุคคลสามารถรับรู้ ไตร่ตรองและปรับแนวปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมจนช่วยให้บรรลุเป้าหมายได้ในที่สุด เรียกว่าเป็นความพากเพียร

เมื่อบุคคลสามารถเลือกแนวปฏิบัติที่พิจารณาได้ว่าเหมาะสม และช่วยเพิ่มโอกาสให้บุคคล บรรลุเป้าหมายได้มากที่สุด ในความเป็นจริงมักพบว่าเงื่อนไขทางสิ่งแวดล้อมมักแปรเปลี่ยนไป อยู่ตลอดเวลา และเป็นเงื่อนไขที่บุคคลไม่สามารถควบคุมได้ ในทางปฏิบัติมักพบว่าสำหรับบุคคล ที่ยึดติดต่อแนวทางปฏิบัติแนวใดแนวหนึ่งมักไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่กลับทำให้มีโอกาสดล้มเหลวมากขึ้น แนวทางการปรับตัวด้วยการกำกับตนเองจึงพิจารณาได้ว่า ประกอบด้วยความสามารถในการยืดหยุ่นไปตามความเหมาะสมของสถานการณ์บนแนวทางและ หลักการที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ หรือเกิดความไม่พึงพอใจน้อยที่สุดและนำไปสู่เป้าหมาย แม้ว่า ในชีวิตความเป็นจริง บุคคลไม่สามารถปรับตัวอย่างมีประสิทธิภาพได้ทันทีและทุกครั้งที่เผชิญหน้า กับปัญหา ความมีสติจึงเป็นปัจจัยหนึ่งของการกำกับตนเองให้บุคคลมีความยืดหยุ่นและมีศักยภาพ ที่มีขอบข่ายกว้างขึ้น

การกำกับตนเองด้วยเป้าหมาย (Self- Regulation Through Goal Setting)

กระบวนการทางความคิดที่บุคคลคาดคะเนไปล่วงหน้าถึงความพึงพอใจที่จะได้รับจาก การบรรลุตามเป้าหมายมีอิทธิพลเป็นแรงจูงใจต่อความคิดและการกระทำในปัจจุบัน การกำหนด เป้าหมายมีอิทธิพลให้บุคคลต้อง ประเมินความสามารถของตน ประเมินความเป็นไปได้ และประเมิน แนวทางปฏิบัติที่จะต้องปรับปรุงแก้ไข ยิ่งบุคคลเข้าใจความสามารถของตนชัดเจนมากขึ้นเท่าไร เป้าหมายนั้นยิ่งจะมีความเหมาะสม และมีโอกาสเป็นไปได้สูง ทำให้บุคคลยังรู้สึกมีพันธะต่อ เป้าหมายนั้นมากยิ่งขึ้น ขณะที่ความท้าทายของเป้าหมายช่วยกระตุ้นแรงจูงใจและการให้ความสนใจ ต่อเป้าหมายนั้น

เป้าหมายและเกณฑ์มาตรฐานส่วนบุคคลมีบทบาทสูงในลักษณะที่บุคคลต้องใช้เป็น เกณฑ์อ้างอิงในการประเมินตนเองตลอดเวลา โดยกระบวนการนี้บุคคลแสวงหาความพึงพอใจ จากการเติมเต็มเป้าหมายที่มีคุณค่า การแสวงหานี้มีบทบาทกระตุ้นให้เกิดความเพียรพยายามมาก ขึ้นจากความไม่พึงพอใจกับระดับปฏิบัติการที่ทำได้ การรับรู้ความสามารถแห่งตนเป็นข้อมูลที่ บุคคลใช้พิจารณาตัดสินเลือกกว่าควรเลือกเป้าหมายที่ท้าทายระดับใด ต้องอดทนพยายามและเผชิญ ความยากลำบากอย่างไรและนานเท่าใด ยิ่งมีการรับรู้ในความสามารถใกล้เคียงความเป็นจริงยิ่งทำ ให้มั่นใจในการกระทำ และทำให้บุคคลยิ่งเพียรพยายามและยอมอดทนได้มากและนานขึ้น ขณะที่ ความสงสัยในความสามารถแห่งตนยิ่งปิดโอกาสในการใช้ความสามารถตามศักยภาพ เนื่องจาก ไม่กล้าเผชิญหน้ากับภาระงานที่ยากลำบากจึงไม่มีเจตนารมณ์ที่จะเลือกกระทำเพื่อเป้าหมายนั้น ๑ ขาดความรู้สึกเป็นพันธะต้องรับผิดชอบ และทำให้ขาดโอกาสในการพอกพูนทักษะ ประกอบกับการ

คาดคะเนถึงความล้มเหลวซึ่งมีผลกระตุ้นให้หลายความเพียร การกำกับตนเองด้วยเป้าหมายจำเป็น อย่างยิ่งที่จะต้องเบี่ยงเบนความสนใจไปจากแนวทางที่นำไปสู่โอกาสแห่งความล้มเหลว ขณะที่ต้อง สร้างความมุ่งมั่นด้วยการชักจูงให้เกิดความสนใจต่อเป้าหมายและพยายามจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง กับเป้าหมาย เพื่อให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะประเมินความสามารถแห่งตนได้ชัดเจนมากขึ้น สำหรับเป้าหมายยากลำบากที่บุคคลเลือก ถ้าบุคคลมีความมุ่งมั่นพวกเขาจะยังใช้ความพยายามมาก ขึ้น โดยสรุปเป้าหมายที่ใช้ในการกำกับตนเองของบุคคลจึงควรเป็นเป้าหมายที่บุคคลตัดสินใจ เลือกเองอย่างเหมาะสมกับระดับศักยภาพของตนเอง ลีออคพิจารณาว่าการประเมินความสามารถ ของตนผิดพลาดไปจากความจริงอาจส่งผลให้เกิดข้อจำกัดต่อบุคคล เช่น การประเมินความ สามารถในการว่ายน้ำผิดพลาด อาจไม่มีโอกาสกลับมาใช้ความเพียรพยายามในครั้งต่อไปได้

หลักการสร้างภูมิปัญญาทางสังคม (Social Cognitive) เน้นเรื่องการถ่ายทอดความรู้และ ทักษะที่จำเป็นต่อการกำกับตนเอง บนสามัญสำนึกในความสามารถแห่งตน เพื่อไม่ให้บุคคลละทิ้ง โอกาสในการใช้ทักษะ ความรู้ ความสามารถ ที่ได้สะสมมา ความเชื่อมั่นในความสามารถแห่งตน ส่งผลเกื้อกูลต่อเจตนาแรงกล้าและความมุ่งมั่นในทางบวก ทั้งนี้แหล่งข้อมูลที่สะท้อนให้บุคคลรับรู้ใน ความสามารถแห่งตนได้แก่ การสังเกตจากประสบการณ์ตรง การสังเกตเปรียบเทียบกับผู้อื่น ข้อมูลย้อนกลับจากสังคมรอบข้าง และพิจารณาจากการเปลี่ยนแปลงในองค์ประกอบหลักด้าน ความสามารถ

เบนคูว์เสนอข้อคิดเพิ่มเติมในการพัฒนาภูมิปัญญาของบุคคล ว่านอกจากบุคคลจะต้อง รู้และเข้าใจในปัจจัยที่สำคัญคือ ศักยภาพแห่งตน (P : Personality) ข้อจำกัดทางด้านสิ่งแวดล้อม (E : Environment) และความต้องการของตน (B : Behavior) แล้วยังต้องเข้าใจถึงความสัมพันธ์ใน ลักษณะที่แต่ละปัจจัยต่างส่งผลกระทบซึ่งกันและกัน เพื่อให้บุคคลสามารถคาดหวังและประเมิน ความเป็นไปได้ของปฏิบัติการ ต่อการบรรลุเป้าหมายได้อย่างถูกต้องใกล้เคียง ทั้งนี้หลายทฤษฎี สรุปว่าความพอกพูนของศักยภาพแห่งภูมิปัญญาในแง่ทักษะการให้เหตุผลเชิงนามธรรมดังที่ได้ กล่าวมาข้างต้นสัมพันธ์กับอายุที่เพิ่มขึ้นในทางบวก ซึ่งเป็นลักษณะธรรมชาติของพัฒนาการที่เกิดขึ้น ตามลำดับขั้น นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยทางสังคมมีอิทธิพลต่อการพัฒนาภูมิปัญญา โดยมีแรงจูงใจ คือความพยายามแสวงหาศักยภาพแห่งตนทำให้มีโอกาสรู้ข้อมูลเพิ่มเติม ในช่วงการสะสม ความรู้ของวัยเด็ก บุคคลต้องเรียนรู้ทั้งเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งที่ทำและเรียนรู้ว่า ต้องจัดการกับสิ่งเหล่านั้นอย่างไรสำหรับเป้าหมายหนึ่ง ๆ การพัฒนาภูมิปัญญาของบุคคลจะชะงัก ลงถ้าไม่มีความกระตือรือร้นในการนำความรู้มาใช้ตามขอบเขตอันสมควร การให้โอกาสลองผิด ลองถูกช่วยกระตุ้นลักษณะการใช้เหตุผลเชิงนามธรรมทำให้บุคคลเรียนรู้ว่าต้องคิดก่อนทำ การชี้ นำในเบื้องต้นมีส่วนชักนำให้เรียนรู้ที่จะกำหนดแนวทางของตนเอง ซึ่งเบนคูว์ประมวลสรุปไว้ เป็นกระบวนการย่อยของการเรียนรู้โดยการสังเกตดังนี้

กระบวนการย่อยของการเรียนรู้โดยการสังเกต

เหตุการณ์ต้นแบบ	กระบวนการใส่ใจ	กระบวนการจำ	กระบวนการทำตามแม่แบบ	กระบวนการงูใจ	ก่อสร้างรูปแบบของพฤติกรรม
เหตุการณ์ต้นแบบ					
- เต้นสะดูดา	- การกำหนดความหมาย	- ตัวแทนทางภูมิปัญญา	- สิ่งล่อใจภายนอก		
- ความพึงพอใจในส่วน	- ให้สัญลักษณ์	- การสังเกตปฏิบัติการ	- ประสาทสัมผัส		
- ประกอบที่เกิดขึ้นของ	- การจัดระบบทางภูมิปัญญา	- ข้อมูลย้อนกลับ	- สังคม		
- ความซับซ้อน	- องค์ประกอบทางภูมิปัญญา	- การยับยั้งความคิด	- การควบคุม		
- ที่มาขององค์ประกอบ	- ระดับความกระตือรือร้น		- ความเป็นรูปธรรม		
- คุณค่าในหน้าที่			- สิ่งงูใจภายนอก		
			- สิ่งงูใจภายใน		
			- ความเป็นนามธรรม		
			- การประเมินตนเอง		
คุณสมบัติของบุคคล	คุณสมบัติของบุคคล	คุณสมบัติของบุคคล	คุณสมบัติของบุคคล		
- ความสามารถด้าน	- ทักษะทางภูมิปัญญา	- องค์ประกอบทางกายภาพ	- มีการให้คุณค่าในสิ่งล่อใจนั้น		
การรับรู้	- โครงสร้างทางภูมิปัญญา	- ความพร้อมของทักษะ	- อคติของสังคม		
- กลุ่มของสิ่งที่รับรู้		รองรับอื่น ๆ	- มาตราฐานภายในของบุคคล		
- ศักยภาพทางภูมิปัญญา					
- ระดับความตื่นตัว					
- การแสดงออกถึงสิ่งที่รับรู้มา					

เมื่อบุคคลได้เรียนรู้ถึงความสัมพันธ์ของสิ่งแวดล้อมและการกระทำของตน พฤติกรรมมักมีความโน้มเอียงในทิศทางที่บุคคลคาดว่ามีโอกาสเป็นไปได้สูงที่จะเกิดผลในลักษณะที่ต้องการ ด้วยความคาดหวังในผลที่ต้องการยังเป็นการตอกย้ำความมั่นคงต่อแนวทางประพฤติปฏิบัติที่บุคคลคิดว่าสอดคล้องกับการบรรลุเป้าหมาย เช่น กำหนดความชัดเจนของเป้าหมายและแนวปฏิบัติ โดยศักยภาพในการคาดถึงผล และแนวโน้มของผลแห่งการกระทำที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ยิ่งเกิดเป็นแรงจูงใจให้บุคคลกำหนดแนวปฏิบัติที่ควรจะเป็นเพื่อความสำเร็จต่อเป้าหมายนั้น ๆ ได้ชัดเจนขึ้น ความสามารถในการคาดการณ์ในอนาคตจึงเป็นสาเหตุทั้งสำหรับการเกิดแรงจูงใจและเป็นปัจจัยกำกับ พฤติกรรมของบุคคล และการให้คุณค่าต่อเป้าหมายจึงเป็นสิ่งที่ชักจูงให้บุคคลจดจ่อต่อการกระทำในลักษณะของการกำกับตนเอง

เบนดูรา พิจารณาว่ากระบวนการสังคมประกิดมีอิทธิพลทั้งในลักษณะส่งเสริมและยังยับยั้งการพัฒนาภูมิปัญญาของบุคคลทั้งนี้จึงต้องอาศัยศักยภาพทางสติปัญญาของบุคคลในการที่จะควบคุมยับยั้งตนเองและรู้จักคิดยับยั้งอิทธิพลของปัจจัยภายนอกควบคุมกัน สามัญสำนึกแห่งความรู้คิดยับยั้งซึ่งใจเช่นนี้ สะท้อนให้เห็นถึงความแน่วแน่ต่อการกระทำ เป็นศักยภาพในการชี้นำตนเอง ด้วยความมีสติกำกับความคิดความรู้สึกและการกระทำในที่สุด การกระทำด้วยแรงผลักดันทางจิตใจ จึงถูกกำกับด้วยสติที่ก่อรูปขึ้นด้วยบทบำพร่วมระหว่างอิทธิพลทางกระบวนการทางความคิด จากทั้งการรับรู้ในตนเองและสิ่งแวดล้อม

วิธีการกำกับตนเอง

ในทฤษฎีการกำกับตนเองด้วยภูมิปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Theory of Self - Regulation) (Bandura, 1991) อธิบายวิธีการกำกับตนเอง หมายถึง การสำรวจตรวจสอบองค์ประกอบ 3 ประการคือ

1. การกระทำ
2. องค์ประกอบของการกระทำ เช่น ความคิด เจตนา ทัศนคติ ศักยภาพ เป็นต้น
3. ผลแห่งการกระทำ

เปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานส่วนบุคคลซึ่งหมายถึง แนวประพฤติปฏิบัติที่บุคคลประเมินว่าเหมาะสมสอดคล้อง ที่จะนำให้บุคคลสามารถบรรลุเป้าหมายตามความต้องการได้ เกณฑ์ปฏิบัตินี้เป็นผลจากการที่บุคคลประมวลรวมข้อมูลจากการประเมินศักยภาพและความต้องการของตนเองและข้อจำกัดทางสังคม กำหนดเป็นแนวทางที่เหมาะสมและเป็นไปได้มากที่สุดสำหรับตนเองตามเงื่อนไขที่เป็นเกณฑ์ของสังคมและสิ่งแวดล้อม

ระบบการกำกับตนเอง (Self - Regulation System) เป็นหัวใจของกระบวนการใช้สติคิดพิจารณาถึงเหตุผล จัดเถลากลั่นกรองการรับรู้อิทธิพลของปัจจัยภายนอก เป็นพื้นฐานของการกระทำที่มีเป้าหมายตามความต้องการ ที่ถูกกำกับด้วยการคาดถึงผลที่จะเกิดขึ้นในเวลาข้างหน้าและความเชื่อมั่นในความสามารถของบุคคล

ระบบการกำกับตนเองเป็นกระบวนการที่ประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ คือ

1. การสำรวจตนเอง (Self - Monitoring Subfunction) เพื่อให้ได้รับรู้ตนเองใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด เพื่อใช้ประกอบการพิจารณาดังเป้าหมาย และระดับความเป็นไปได้ของเป้าหมายแต่ละขณะ

2. การเตือนตนเอง (Self - Diagnostic Function) จากการรับรู้ข้อมูลของปัจจัยที่เกี่ยวข้องให้มีการปรับเปลี่ยนแนวปฏิบัติไปได้อย่างเหมาะสมเช่น ในภาวะที่สิ่งแวดล้อมมีการเปลี่ยนแปลงเกินกว่าที่คาดหมาย บางสถานการณ์บุคคลต้องปรับการแสดงออก บางสถานการณ์ต้องปรับการจัดกระทำกับสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้ต้องอาศัยพื้นฐานข้อมูลการรู้จักตนเองของบุคคลเป็นสำคัญ (Self-Knowledge)

3. การจูงใจตนเอง (Self - Motivation function) ด้วยเป้าหมายหรือความต้องการที่บุคคลให้คุณค่า มีผลให้บุคคลรู้จักปรับความเพียรพยายามด้วยข้อมูลย้อนกลับจากการเปรียบเทียบผลปฏิบัติกับเป้าหมาย

จากแนวคิดข้างต้นแต่ละทฤษฎีต่างเห็นพ้องว่า การกำกับตนเองและเป้าหมายมีความสัมพันธ์กันในลักษณะที่เกื้อกูลต่อกันคือ เมื่อบุคคลสามารถกำหนดเป้าหมายได้สอดคล้องเหมาะสมกับระดับ ความสามารถ ความต้องการตามเงื่อนไขของตนเองและสังคม การที่บุคคลจะสามารถบรรลุเป้าหมายได้ระดับใดนั้น ขึ้นอยู่กับประสิทธิภาพในการกำกับตนเอง และการที่บุคคลต้องกำกับตนเอง เพราะบุคคลเกิดความต้องการความพึงพอใจที่จะได้รับจากเป้าหมาย เป้าหมายและการกำกับตนเองจึงสัมพันธ์กันในลักษณะเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน อย่างไรก็ตามทั้ง ลีออค, เพียสท์ และเบนคูรา ต่างให้ความคิดที่พ้องกันว่าเป้าหมายมีบทบาทเป็นได้ทั้งปัจจัยเสริมแรงและปัจจัยลดแรงเสริม เนื่องจากความรู้สึกต้องการในเป้าหมายที่มีผลกระตุ้นให้เกิดความเคลื่อนไหวในระบบความคิดและพฤติกรรมเป็นผลจากการรับรู้ในความแตกต่างหรือระยะห่างของภาวะที่บุคคลเป็นอยู่กับเป้าหมาย พลังความต้องการนี้ เกิดจากการรับรู้ข้อมูลย้อนกลับในแง่ลบ (Negative Feedback Model) ทั้งนี้โดยมีปัจจัยกำหนดทิศทางบทบาทของเป้าหมายคือการรับรู้ในความสามารถแห่งตน ว่าทำให้บุคคลรู้สึกว่เป้าหมายมีความท้าทายต่อความสามารถหรือเป้าหมายทำให้บุคคลรู้สึกไร้ความสามารถ และการกำหนดเป้าหมายระดับที่เหมาะสมเป็นไปได้สำหรับบุคคล ทั้งนี้หมายถึงเป้าหมายที่บุคคล

ตัดสินใจเลือกเอง ซึ่งบุคคลจะรู้สึกประทับใจหรือพอใจต่อการตัดสินใจเลือกของตนเองมากกว่าเป้าหมาย ที่ถูกกำหนดให้โดยผู้อื่น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยต่างประเทศ

จากการศึกษาเปรียบเทียบการกำกับตนเองด้วยปัจจัยภายในแห่งบุคคลซึ่ง หมายถึง ความรู้สึก อารมณ์ ความต้องการด้วยกระบวนการทางความคิด กับการกำกับตนเองด้วยปัจจัยภายนอกคน ซึ่งหมายถึงการกำกับตนเองให้สอดคล้องไปตามความเหมาะสมของปัจจัยด้านสังคม และสิ่งแวดล้อมกับผลการเรียน โดยเมสเซอร์ (Messer. n.d.) (จรรยา สุวรรณทัต. 2533) ในเด็กนักเรียน เกรด 4 จำนวน 78 คน เป็นหญิงและชายอย่างละ 39 คน อายุเฉลี่ย 9 ปี 8 เดือน โดยสอบถามความรู้สึกเกี่ยวกับปัจจัยที่ทำให้เกิดความสำเร็จและล้มเหลวทางการเรียน พบว่านักเรียนที่กำกับตนเองด้วยปัจจัยภายในได้คะแนนแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์สูงกว่านักเรียนที่กำกับตนเองด้วยอิทธิพลของปัจจัยภายนอกคน

ผลการวิจัยนี้สะท้อนให้เห็นประสิทธิภาพของการกำกับตนเองให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่ต้องการว่าควรเป็นเป้าหมายที่สัมพันธ์ในทางบวกกับ ความรู้สึก อารมณ์ และความคิดของบุคคล ซึ่งเป็นลักษณะของเป้าหมายส่วนใหญ่ที่บุคคลเป็นผู้ตัดสินใจเลือกหรือกำหนดขึ้นตามความต้องการของตนเอง

ทั้งนี้ อลัน (1990) (จรรยา สุวรรณทัต. 2533) ศึกษาพบว่าลักษณะของเป้าหมายสัมพันธ์กับระดับความสามารถในการกำกับตนเองในลักษณะที่สรุปได้คือ กรณีที่เป้าหมายไม่มีความยุ่งยากซับซ้อนในทางปฏิบัติ ความน่าจะเป็นในการบรรลุผลตามเป้าหมายขึ้นอยู่กับความสามารถทางภูมิปัญญาของบุคคลในการกำกับตนเอง โดยพบว่ากลุ่มบุคคลที่มีความสามารถระดับต่าง ๆ กันสามารถบรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่ต่างกันได้ด้วยลักษณะการกำกับตนเองที่ต่างกัน คือ

1. กลุ่มคนที่มีความสามารถกำกับตนเองได้ระดับต่ำสามารถแสดงพฤติกรรมการและบรรลุเป้าหมายได้ดีกว่ากลุ่มคนที่มีความสามารถกำกับตนเองได้ในระดับสูงสำหรับเป้าหมายระยะสั้น

2. กลุ่มคนที่มีความสามารถกำกับตนเองได้ในระดับสูงสามารถแสดงพฤติกรรมการและบรรลุผลสำเร็จได้ดีกว่ากลุ่มคนที่มีความสามารถกำกับตนเองได้ในระดับต่ำสำหรับเป้าหมายระยะยาว

ผลงานวิจัยนี้แสดงให้เห็นข้อจำกัดเพิ่มเติมว่า เป้าหมายที่มีอิทธิพลต่อประสิทธิภาพการกำกับตนเองนอกจากควรเป็นเป้าหมายที่บุคคลพิจารณาตัดสินใจเลือกเอง ยังต้องเป็นเป้าหมายที่เหมาะสมกับระดับความสามารถทางภูมิปัญญาในการกำกับตนเอง นอกจากนี้ยังให้ข้อมูลที่สรุปได้ว่าบุคคลที่มีความสามารถทางภูมิปัญญาในการกำกับตนเองได้ก็มีลักษณะเป็นบุคคลที่มีความอดทนหรืออดได้รอได้และมุ่งมั่นต่อเป้าหมายสูงกว่า

ขณะที่การศึกษาของแบนคูว์ (Latham and Locke. 1991) พบความแตกต่างในลักษณะความคาดหวังต่อเป้าหมายระดับต่าง ๆ ของบุคคลกลุ่มที่มีความสามารถทางภูมิปัญญาในการกำกับตนเองต่างกัน กล่าวคือ กลุ่มบุคคลที่มีความสามารถต่ำมีความคาดหวังเป้าหมายระดับต่ำและมีความพึงพอใจสูงเนื่องจากเห็นความเป็นไปได้ของการบรรลุเป้าหมาย สำหรับกลุ่มบุคคลที่มีความสามารถระดับต่ำเป้าหมายระดับต่ำจึงมีคุณค่ามากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีความสามารถระดับสูง ทั้งนี้บุคคลที่มีความสามารถสูงจะให้คุณค่าต่อเป้าหมายระดับสูงกว่า ซึ่งสรุปได้ว่าทั้งระดับความสามารถและการให้คุณค่าในเป้าหมายที่แตกต่างกันต่างมีอิทธิพลต่อความเป็นไปได้ของการบรรลุเป้าหมายที่แตกต่างกัน

ในปี 1992 จิมเมอร์แมน, พอนซ และแบนคูว์ (Zimmerman, Pons and Bandura. 1992) ร่วมกันศึกษาบทบาทของความเชื่อในความสามารถแห่งตนและการตั้งเป้าหมายของนักศึกษาที่มีต่อการจูงใจตนเองให้เอาใจใส่หรือการกำกับตนเองทางการศึกษา ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมปลาย (เกรด 9 และ 10) จำนวน 102 คน เป็นชาย 50 คน และหญิง 52 คน พบว่าการตั้งเป้าหมายมีบทบาทต่อการเอาใจใส่ในการศึกษาเพราะความรู้สึกที่เป็นพันธะต้องรับผิดชอบต่อความปรารถนาที่เป็นเป้าหมายของตน และความชัดเจนในการรับรู้ประสิทธิภาพแห่งตนมีอิทธิพลส่งเสริมให้บุคคลตั้งเป้าหมายได้สูงขึ้น

ต่อมาในปี 1994 จิมเมอร์แมน และแบนคูว์ (Zimmerman and Bandura. 1994) ร่วมกันศึกษาเพิ่มเติมถึงความชัดเจนของความสัมพันธ์ระหว่างเป้าหมายและการกำกับตนเองในหัวเรื่องผลกระทบของการกำกับตนเองต่อความตั้งใจเรียนวิชาการเขียน ซึ่งเน้นศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 6 ประการคือ

1. ความเชื่อในความสามารถแห่งตน (Self - Efficacy Beliefs)
2. ความตั้งใจทางการศึกษา (Academic Attainment)
3. การกำกับการเขียน (Regulation of Writing)
4. เป้าหมายทางการศึกษา (Academic Goals)
5. เกณฑ์มาตรฐานสำหรับการประสบความสำเร็จในวิชาการเขียน (Self - Standard on Writing Course Achievement)

on Writing Course Achievement)

6. ผลสอบจัดอันดับประกอบการพิจารณาคัดเลือกเข้าเรียน (SAT TEST : the Students Verbal Adttitudetest) ช่วงระหว่าง 450 - 780 คะแนน

จากการศึกษานี้พบว่าผลการสอบจัดอันดับประกอบการเข้าพิจารณาคัดเลือกเข้าเรียนต่อในระดับอุดมศึกษา (SAT Test) ที่เป็นเกณฑ์สะท้อนความสามารถทางการศึกษาในโรงเรียนไม่สัมพันธ์หรือมีอิทธิพลต่อการกำกับตนเองของบุคคลอย่างมีนัยสำคัญ แต่กลับพบว่า การรับรู้หรือความเชื่อในความสามารถแห่งตน ประกอบกับการกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาของบุคคลมีบทบาทช่วยให้บุคคลมีการกำกับการเขียน และนำไปสู่การประสบความสำเร็จในวิชาการเขียนระดับที่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้การฝึกฝนพัฒนาทักษะการเขียนต้องอาศัยการฝึกฝนซ้ำซากให้เกิดความชำนาญประกอบกระบวนการคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการนำเสนอ ความเชื่อมั่นในความสามารถและการรับรู้ในคุณค่าของเป้าหมาย จึงมีบทบาทเป็นแรงจูงใจให้เกิดความมานะอดทน ทั้งนี้เมื่อเปรียบเทียบความสามารถทางการเรียน จากผลการสอบ SAT พบว่านิสิตที่มีผลการสอบ SAT ดีแต่ไม่อยู่ในภาวะที่สามารถใช้ความสามารถ อดทน พากเพียร สร้างสรรค์ได้อย่างเต็มที่ กลับบรรลุเป้าหมายได้ ในระดับที่ต่ำกว่ากลุ่มนิสิตที่มีผลการสอบ SAT ระดับต่ำกว่า

ผลการศึกษานี้สะท้อนให้เห็นบทบาทของการรับรู้และความเชื่อมั่นในความสามารถแห่งตน ในแง่ที่ช่วยยกระดับการกำกับตนเอง ซึ่งสัมพันธ์ไปตามทิศทางและคุณค่าของเป้าหมาย และความชัดเจนที่ว่าทักษะการกำกับตนเองเป็นทักษะที่สำคัญในการประกอบเจตนารมณ์ที่มั่นคงต่อเป้าหมายในภาวะที่มีความผันแปรของสิ่งแวดล้อมเข้ามารบกวนหันเหความสนใจ โดยสรุปการรับรู้และความเชื่อมั่นในความสามารถแห่งตน จึงมีบทบาทสอดแทรกทั้งทางด้านคุณลักษณะการกำกับตนเอง คือเป็นองค์ประกอบในกระบวนการทางความคิดกำหนดเกณฑ์มาตรฐานในทางปฏิบัติสำหรับบุคคลเพื่อการบรรลุเป้าหมาย และมีบทบาทต่อการกำหนดเป้าหมายในระดับที่เหมาะสมกับตนเอง

2. งานวิจัยในประเทศ

ฐิติพัฒน์ สงบกาย (2533) ศึกษาผลการกำกับตนเองต่อความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 6 กลุ่มคือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง อย่างละ 3 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 3 กลุ่มจะได้รับการฝึกฝนการกำกับตนเองจำนวน 7 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมทั้ง 3 ไม่ได้ได้รับการฝึกฝนการกำกับตนเอง ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้ง 3 กลุ่ม แตกต่างกันด้วยระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ สูง ปานกลาง และต่ำ โดยกลุ่มตัวอย่าง 6 กลุ่มที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย กลุ่มควบคุมที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง กลุ่มควบคุมที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และกลุ่มควบคุมที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง กลุ่มทดลองที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางและ

กลุ่มทดลองที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ผลการทดสอบความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถแห่งตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ของทั้ง 6 กลุ่ม พบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 3 กลุ่ม มีคะแนนความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง และคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่า กลุ่มควบคุมทั้ง 3 กลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สำหรับกลุ่มทดลองพบว่า นักเรียนทั้ง 3 กลุ่มมีคะแนนความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองและคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการศึกษานี้ชี้ให้เห็นว่าการกำกับตนเองมีความสัมพันธ์กับการตั้งเป้าหมาย และระดับการประสบความสำเร็จของนักเรียนในทางบวก ดังนั้นในกลุ่มบุคคลที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จตามที่ปรารถนาหรือคาดหวังน่าจะเป็นกลุ่มที่มีทักษะด้านความสามารถในการกำกับตนเองและองค์ประกอบของทักษะด้านความสามารถในการกำหนดเป้าหมายระดับที่เหมาะสมกับตนเองได้ในลักษณะที่ต่างกัน

จากแนวคิดเรื่องการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Concept) ของล็อก และ ฮิวส์ แนวคิดเรื่องการกำกับตนเอง (self regulation concept) ของแบนดูรา และผลการวิจัยของจิตติพัฒน์ สงบเกษ นำนามาเป็นแนวทางในการตั้งสมมติฐานข้อที่ 1 และ 2

จากแนวคิดเรื่องการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Concept) ของล็อก และฮิวส์ และผลการวิจัยของจิมเมอร์แมนและแบนคูรา สามารถนำมาเป็นแนวทางในการตั้งสมมติฐานข้อที่ 3

จากแนวคิดเรื่องการกำกับตนเอง (Self Regulation Concept) ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) และทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Theory) ของแบนคูรา นำนามาเป็นแนวทางในการตั้งสมมติฐานข้อที่ 4

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

จากการประมวลแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคมและทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย ประกอบกับผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องสามารถนำมาตั้งสมมติฐานได้ดังนี้

1. การกำหนดเป้าหมายสัมพันธ์ทางบวกกับการกำกับตนเอง
2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จแตกต่างโดยสูงกว่าของกลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

3. นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ เป็นผู้มีความสามารถในการกำหนดเป้าหมายสูงกว่าผู้ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ

4. นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ เป็นผู้ที่มีการกำกับตนเองสูงกว่าผู้ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ประกอบด้วยขั้นตอนการทำงานดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่เข้ารับสมัครเข้ารับการสอบคัดเลือกนักศึกษาเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือ

1.2.1 กลุ่มตัวอย่างที่สมัครและผ่านการพิจารณาคัดเลือกนักศึกษาเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐที่เลือกอย่างเจาะจงจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยสุ่มอย่างเจาะจงเฉพาะกลุ่มคนที่เลือกสอบเข้าคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นอันดับที่ 1 จำนวน 400 คน

1.2.2 กลุ่มตัวอย่างที่สมัครและไม่สามารถผ่านการพิจารณาคัดเลือกนักศึกษาเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐแบบเจาะจงจากมหาวิทยาลัยเอกชน 4 แห่ง คือ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีปทุม มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต และมหาวิทยาลัยหอการค้าไทย โดยสุ่มเลือก จำนวน 400 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ได้แก่ แบบสอบถามเรื่องการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 65 ข้อ แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามและข้อกำหนดระบุสถานที่ของผู้ตอบแบบสอบถามซึ่งระบุเลือกคุณสมบัติของผู้ตอบแบบสอบถามคือ

1. เป็นผู้ที่สมัครและเข้าสอบคัดเลือกเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ ในปีการศึกษา 2540 เป็นครั้งแรก

2. เป็นผู้ที่กำลังศึกษาในคณะวิศวกรรมศาสตร์

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการกำหนดเป้าหมายใช้วัดระดับความสามารถในการกำหนดเป้าหมาย ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 7 อันดับ จำนวน 7 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ รวมจำนวน 35 ข้อ และแบบสอบถามการกำกับตนเองใช้วัดระดับการกำกับตนเอง ลักษณะมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 7 อันดับ จำนวน 6 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ รวมจำนวน 30 ข้อ

ในการตอบแบบสอบถามได้กำหนดผู้ตอบ ตอบเป็นน้ำหนักมากน้อยตามที่เคยรู้สึก, คิด หรือเคยปฏิบัติจริง โดยการกาเครื่องหมาย x ลงในช่องคำตอบที่ผู้ตอบพิจารณาแล้วว่าตรงตามความเป็นจริงมากที่สุด ซึ่งมาตราส่วนทั้ง 7 มีความหมาย คือ มาตราส่วนลำดับที่ 7 แสดงความรู้สึก ความคิดหรือระดับที่นักศึกษาเคยให้ความสำคัญต่อปฏิบัตินั้นหรือเคยปฏิบัติมากที่สุด และลดหลั่นลงไป โดยมีระดับต่ำสุดคือมาตราส่วนลำดับที่ 1 ตามที่ระบุไว้เป็นเกณฑ์การประเมิน

เกณฑ์การให้คะแนน

สำหรับข้อความทางบวก

ถ้าตอบในช่อง “100% ความหมายคือมากที่สุด”	ให้ 7 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “81-99% ความหมายคือมาก”	ให้ 6 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “61-80% ความหมายคือค่อนข้างมาก”	ให้ 5 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “41-60% ความหมายคือปานกลาง”	ให้ 4 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “21-40% ความหมายคือน้อย”	ให้ 3 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “1 -20% ความหมายคือน้อยที่สุด”	ให้ 2 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “0% ความหมายคือไม่เคย”	ให้ 1 คะแนน

สำหรับข้อความทางลบ

ถ้าตอบในช่อง “100% ความหมายคือมากที่สุด”	ให้ 1 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “81-99% ความหมายคือมาก”	ให้ 2 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “61-80% ความหมายคือค่อนข้างมาก”	ให้ 3 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “41-60% ความหมายคือปานกลาง”	ให้ 4 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “21-40% ความหมายคือน้อย”	ให้ 5 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “1 -20% ความหมายคือน้อยที่สุด”	ให้ 6 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง “0% ความหมายคือไม่เคย”	ให้ 7 คะแนน

ตัวอย่างแบบทดสอบ

	ระดับที่ปฏิบัติได้						
	0% ไม่เคย	1-20% น้อยที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้างมาก	81-99% มาก	100% มากที่สุด
เรื่องการกำหนดเป้าหมาย							
1.1 การรับรู้ความสามารถของตนเอง (+)							
ก) ในการตัดสินใจเลือกสมัครเข้าคณะวิศวกรรมศาสตร์ท่านคิดว่าผลการเรียนที่ผ่านมาทำให้ท่านมีโอกาสสอบเข้าได้มากน้อยเพียงใด							
1.2 มีความเข้าใจในความต้องการของตน(+)							
ข) การตัดสินใจ เลือกสมัครสอบเข้าคณะวิศวกรรมศาสตร์สอดคล้องกับความต้องการของท่านเองระดับใด							
1.3 เข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคม (+)							
ค) ความต้องการของตลาดแรงงานมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจสอบเข้าคณะวิศวกรรมศาสตร์มากน้อยเพียงใด (1.3.1)							
ง) ในการสอบเข้าคณะวิศวกรรมศาสตร์ที่มีภาวะการแข่งขันสูงมีอิทธิพลต่อการเลือกแนวทางเตรียมตัวสอบมากน้อยเพียงใด (1.3.2)							
1.4 ความสามารถในการวางแผน (+)							
จ) ในการกำหนดเวลาออกเดินทางจากบ้านเพื่อไปสอบมีผลเป็นอุปสรรคต่อระยะเวลาการสอบของท่านเพียงใด							
1.5 ความสามารถในการกำหนดเกณฑ์มาตรฐานของตน (+)							
ช) ในการกำหนดแนวทางการเตรียมตัวสอบเข้าท่านคำนึงถึงโอกาสที่แนวทางนั้นจะประสบอุปสรรคจนต้องยกเลิกมากน้อย							

ตัวอย่างแบบทดสอบ	ระดับที่ปฏิบัติได้						
	0% ไม่เคย	1-20% น้อยที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้างมาก	81-99% มาก	100% มากที่สุด
เรื่องการกำกับตนเอง							
2.1 ใช้วัดความอดทน (+)							
ฅ) ในภาวะที่มีเสียงดังท่านสามารถรวบรวมสมาธิในการเรียนได้ดีเพียงใด							
2.2 ใช้วัดความเพียรพยายาม (+)							
ญ) ในภาวะที่มีการแข่งขันสูงท่านดำเนินการได้อย่างสอดคล้องกับแนวคิดที่ว่า “ต้องพยายามให้เต็มที่” ได้ในระดับใด							
2.3 ใช้การรู้จัก (+)							
ฎ) ในการตัดสินใจสมัครสอบเข้าคณะวิศวกรรมศาสตร์ท่านได้ให้ความสำคัญและทำความเข้าใจในเนื้อหาวิชาที่สอบได้ดีระดับใด (2.3.1)							
ฏ) ท่านคิดว่าแนวทางการเตรียมตัวสอบของท่านมีประสิทธิภาพมากน้อยเพียงใด (2.3.2)							
จ) ท่านคิดว่าการเตรียมตัวสอบเช่นนี้ช่วยเพิ่มโอกาสให้ท่านสอบได้มากน้อยเพียงใด (สำหรับองค์ประกอบ 1.3.3)							
2.4 ความยืดหยุ่น (+)							
ฉ) เมื่อท่านได้ตัดสินใจเลือกแนวทางเตรียมตัวสอบอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วแต่พบว่าไม่สามารถปฏิบัติได้ตามที่คาดหวังโอกาสที่ท่านจะปรับเปลี่ยนไปใช้ทางเลือกอื่นทันทีมีมากน้อยเพียงใด							

3. วิธีการสร้างเครื่องมือ

จุดมุ่งหมายในการสร้างแบบสอบถาม

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยสร้างเป็นแบบสอบถามด้วยวัตถุประสงค์ต้องการศึกษาความแตกต่างและความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 2 ตัวในกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกัน 2 กลุ่ม ตัวแปรการกำหนดเป้าหมายกับตัวแปรการกำกับตนเอง ของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มคือ กลุ่มที่ประสบความสำเร็จและกลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบคัดเลือกนักศึกษาเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ เนื่องจากการกำหนดเป้าหมายเป็นความสามารถทางสติปัญญาในการรับรู้ต่อสิ่งที่เป็นนามธรรม ผู้วิจัยเลือกที่จะศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุอยู่ในช่วงวันรุ่นตอนกลาง ซึ่งตามแนวคิดของเพียเจ็ทระบุว่าช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงอายุที่มีพัฒนาการทางสติปัญญาขั้นปฏิบัติการด้วยนามธรรม (ดวงเดือน ศาสตรภัทร. 2535) เพื่อชี้ให้เห็นความสำคัญของคุณลักษณะสำคัญ 2 ประการข้างต้น ที่ควรปลูกฝังให้มีในประชากรไทย อันจะเป็นแนวทางที่สำคัญแนวทางหนึ่งในการยกระดับคุณภาพของประชากรให้เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ

4. ขั้นตอนการดำเนินการสร้างเครื่องมือ

4.1 ศึกษาแนวคิดทฤษฎีจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกำกับตนเองและการกำหนดเป้าหมายโดยเฉพาะองค์ประกอบที่สำคัญ ๆ ของคุณลักษณะทั้งสอง จากแนวคิดของงานวิจัยและทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Thoery) ของแบนดูรา (Bandura. 1989) และจากแนวคิดและงานวิจัยในเรื่องของการกำหนดเป้าหมาย (Goal Seting) ของฮิวส์ (1976) , แลธเทม และลือค (1991)

4.2 กำหนดนิยามปฏิบัติการของการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง

4.3 สร้างแบบทดสอบตามขั้นตอนและรายละเอียดดังนี้

4.3.1 คัดแปลงข้อมูลเกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองจากแบบสอบถามตามแนวความคิดของแบนดูรา, จิมเบอร์แมน และพอนส์

4.3.2 สร้างข้อคำถามให้ครอบคลุมองค์ประกอบของการกำหนดเป้าหมาย 7 ด้าน และการกำกับตนเอง 6 ด้าน ที่เกี่ยวข้องกับการกระทำที่เป็นเป้าหมายหรือเป้าหมายในการสอบเข้ามหาวิทยาลัยของรัฐ โดยการตอบคำถามเพื่อแสดงระดับการให้ความสำคัญตามที่ได้เคยรู้สึกคิดหรือปฏิบัติ เป็นข้อคำถามทั้งหมด 218 ข้อ จัดแบบสอบถามให้อยู่ในรูปแบบที่นำไปใช้ได้ แล้วนำแบบทดสอบฉบับนี้ไปหาคุณภาพ

4.4 การหาคุณภาพของแบบทดสอบดำเนินการดังนี้

4.4.1 ตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบเบื้องต้น โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นอาจารย์ทางการวัดผล 2 ท่าน ทางพฤกษศาสตร์ 2 ท่าน และจิตวิทยาพัฒนาการ 1 ท่าน พิจารณาตรวจสอบแบบทดสอบว่าสามารถวัดได้ตรงตามลักษณะ หรือพฤติกรรมตามนิยามปฏิบัติการหรือไม่ และมีความเหมาะสมในการนำไปใช้นาน้อยเพียงใด แล้วนำผลจากการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

4.4.2 นำแบบสอบถามจำนวน 218 ข้อคำถาม ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เรื่องการกำหนดเป้าหมายกับการกำกับตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 60 คน เป็นนักศึกษาในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 30 คน และมหาวิทยาลัยเอกชน 30 คน และนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์

4.4.3 หาค่าความเที่ยงตรงหรือความคงที่ (Validity) เนื่องจากแบบสอบถามที่ใช้เป็นมาตรวัดตามวิธีของลิเคิร์ท ซึ่งมีการกำหนดคะแนนแบบ Arbitrary Weighting Method กำหนดข้อคะแนนเป็น 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 สำหรับข้อความทางบวก และ 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 สำหรับข้อความทางลบ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้วิธีการหาค่าความเที่ยงตรงตามโครงสร้าง (Construct Validity) โดยวิธีการหาค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างคะแนนเป็นรายข้อกับคะแนนทั้งฉบับโดยการหาค่าสหสัมพันธ์ (Item - Total Correlation) ซึ่งคะแนนทั้งฉบับนี้เป็นคะแนนที่แทนโครงสร้างรวม ๆ ของคุณลักษณะที่ต้องการวัด ข้อคำถามใด ๆ ที่มีค่าสหสัมพันธ์สูงกว่าหรือเท่ากับ .4078 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 คือมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติถือว่าคำถามนี้มีความเที่ยงตรงตามโครงสร้างสูง

4.4.4 นำแบบสอบถามจากข้อ 4.4.2 ไปหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) รายข้อเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงสุดจำนวน 65 ข้อ วิธีการหาค่าอำนาจจำแนกใช้วิธีการหาค่าอัตราส่วนวิกฤต t เป็นรายข้อตามวิธีการของ t -test (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531)

และคัดเลือกข้อคำถามที่ค่าความเที่ยงตรงตามโครงสร้างสูงตามเกณฑ์ในข้อ 4.4.3 และมีค่าอำนาจจำแนกสูงคือ เกณฑ์ของค่า t มากกว่าหรือเท่ากับ 1.75 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ได้ข้อสอบที่ครอบคลุมคุณลักษณะ 13 ด้านของทั้งสององค์ประกอบไว้ใช้ศึกษา จำนวน 65 ข้อ ซึ่งมีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 2.08 - 8.09

4.4.5 หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) จากข้อ 4.4.4 ผู้วิจัยได้นำข้อคำถามที่มีค่าความเที่ยงตรงตามโครงสร้างและค่าอำนาจจำแนกสูงไปหาค่าความเชื่อมั่นโดยพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient) แบบของครอนบักที่ใช้กับเครื่องมือแบบมาตราส่วนประเมินค่า (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2537) (ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร. 2529) ได้ค่าความเชื่อมั่นสำหรับข้อสอบทั้งฉบับ จำนวน 65 ข้อ = 0.986

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวมข้อมูลดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. นำแบบสอบถามไปแจกให้นักศึกษาแต่ละมหาวิทยาลัยตามเงื่อนไขที่กำหนดไว้เกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างคนละ 1 ชุด จำนวนทั้งหมด 800 คน
2. นำแบบสอบถามที่นักศึกษาดำเนินการครบสมบูรณ์แล้วมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS_x โดยดำเนินการดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 2 ตัว คือ การกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง โดยใช้ Pearson Product Moment Correlation เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1
2. เปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร การกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมาย และระหว่างตัวแปรการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง ของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ และไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ โดยใช้ Fisher's Z test เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 2
3. วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มโดยใช้ t-test (แบบสองหาง) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 3 และ 4

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

งานวิจัยฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ คือ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ โดยนำเสนอข้อมูลและผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 4 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาทิศทางค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบความแตกต่างของการกำหนดเป้าหมายของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ

ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบความแตกต่างของการกำกับตนเองของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ

ในส่วนของการนำเสนอตารางข้อมูลผลการสำรวจ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ แทน ความหมายต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
SD	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t-distribution
A_1	แทน	ความสามารถในการรับรู้ความสามารถของตนเอง
A_2	แทน	ความสามารถในการเข้าใจได้ว่าเป้าหมายที่เลือกคือความต้องการตนเองอย่างแท้จริงและมีคุณค่าระดับสูงต่อตนเอง

A ₃	แทน	ความสามารถเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อม และสังคมต่อการตัดสินใจเลือกคณะที่สอบเข้า
A ₄	แทน	ความสามารถเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อม และสังคมต่อการตัดสินใจเลือกหรือกำหนดแนวทางการเตรียมความพร้อมในการสอบ
A ₅	แทน	ความสามารถเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อม และสังคมที่มีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ในการสอบเข้า (ภาพรวมของ A ₃ และ A ₄)
A ₆	แทน	ความสามารถในการวางแผน
A ₇	แทน	ความสามารถในการประมวลข้อมูลต่าง ๆ เป็นเกณฑ์มาตรฐานการเตรียมความพร้อมในการสอบว่าควรหรือต้องปฏิบัติให้ได้ในระดับใด
A ₈	แทน	ความสามารถในการประเมินผลการเตรียมความพร้อม เพื่อปรับแนวทางหรือดำเนินการในขั้นต่อไป
A ₉	แทน	การกำหนดเป้าหมายในภาพรวม
B ₁	แทน	ความอดทน
B ₂	แทน	ความเพียรพยายาม
B ₃	แทน	ความสามารถในการไตร่ตรองความเป็นเหตุเป็นผลของปฏิบัติการเตรียมความพร้อมในการสอบกับโอกาสที่จะสอบเข้าได้
B ₄	แทน	ความสามารถในการไตร่ตรองความเป็นเหตุเป็นผลของความเหมาะสมของลักษณะปฏิบัติการเตรียมความพร้อมเพื่อการสอบเข้าได้ตามระดับความสามารถและสิ่งแวดล้อมที่เป็นเงื่อนไขสำหรับบุคคล
B ₅	แทน	ความสามารถในการไตร่ตรองความเป็นเหตุเป็นผลของผลปฏิบัติการเตรียมความพร้อมในการสอบต่อโอกาสที่จะสอบเข้าได้
B ₆	แทน	การรู้จัก
B ₇	แทน	ความยืดหยุ่น
B ₈	แทน	การกำกับตนเองในภาพรวม
*	แทน	ความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

r_1	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และ องค์ประกอบย่อยกับการกำกับตนเอง และองค์ประกอบย่อยของ ผู้ที่ไม่ประสบความสำเร็จ
r_2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และ องค์ประกอบย่อยกับการกำกับตนเอง และองค์ประกอบย่อยของ ผู้ที่ไม่ประสบความสำเร็จ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การศึกษาทิศทางค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง ของกลุ่มนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบผลสำเร็จและไม่ประสบผลสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ โดยตั้งสมมติฐานไว้ดังนี้

สมมติฐานข้อ 1 การกำหนดเป้าหมายสัมพันธ์ทางบวกกับการกำกับตนเอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพิจารณาได้จากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง ดังแสดงผลในตาราง 1, 2, 3, 4, 5 และ 6

ตาราง 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำหนดเป้าหมายและองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 800 คน ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

ตัวแปร	B ₁	B ₂	B ₃	B ₄	B ₅	B ₆	B ₇	B ₈
A ₉	.8192 [*]	.8008 [*]	.8312 [*]	.8079 [*]	.8249 [*]	.9050 [*]	.7340 [*]	.9346 [*]

$$r_{.05} (df = 798) = .195$$

ตาราง 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำกับตนเองและองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 800 คน ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

ตัวแปร	A ₁	A ₂	A ₃	A ₄	A ₅	A ₆	A ₇	A ₈	A ₉
B ₈	.8027 [*]	.7180 [*]	.7424 [*]	.8198 [*]	.8574 [*]	.8163 [*]	.8201 [*]	.7330 [*]	.9346 [*]

$$r_{.05} (df = 798) = .195$$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 1 และตาราง 2 พบว่า การกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง และการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 800 คน มีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน

ตัวแปร	B ₁	B ₂	B ₃	B ₄	B ₅	B ₆	B ₇	B ₈
A ₉	.8201 *	.8164 *	.8350 *	.8177 *	.8374 *	.9095 *	.7572 *	.9352 *

$$r_{.05} (df = 398) = .195$$

ตาราง 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน

ตัวแปร	A ₁	A ₂	A ₃	A ₄	A ₅	A ₆	A ₇	A ₈	A ₉
B ₈	.7970 *	.7389 *	.7573 *	.8443 *	.8732 *	.8397 *	.8158 *	.7213 *	.9352 *

$$r_{.05} (df = 798) = .195$$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 3 และตาราง 4 พบว่า การกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง และการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน มีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง ของนักศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน

ตัวแปร	B ₁	B ₂	B ₃	B ₄	B ₅	B ₆	B ₇	B ₈
A ₉	.8122 [*]	.7731 [*]	.8260 [*]	.7827 [*]	.7952 [*]	.8922 [*]	.6887 [*]	.9294 [*]

$r_{.05} \text{ (df = 398)} = .195$

ตาราง 6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมาย ของนักศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน

ตัวแปร	A ₁	A ₂	A ₃	A ₄	A ₅	A ₆	A ₇	A ₈	A ₉
B ₈	.7985 [*]	.6750 [*]	.7130 [*]	.7911 [*]	.8348 [*]	.7693 [*]	.8298 [*]	.7419 [*]	.9352 [*]

$r_{.05} \text{ (df = 798)} = .195$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 5 พบว่า และตาราง 6 การกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง และการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน มีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายกับการกำกับตนเองของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ โดยตั้งสมมติฐานไว้คือ

สมมติฐานข้อ 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายกับการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพิจารณาได้จากค่าความแตกต่างระหว่างค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มาตรฐาน (Fisher's Z) ดังแสดงผลในตาราง 7

ตาราง 7 เปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มาตรฐาน (Fisher's Z) ของการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง และระหว่างการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมาย ของกลุ่มนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ เลื่อนนำเสนอเฉพาะค่าที่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ

ตัวแปร	ความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเองและระหว่างการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมาย		Fisher's Z
	กลุ่มที่ประสบความสำเร็จ	กลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จ	
A ₄ B ₈	.8443 [*]	.7911 [*]	2.2753 [*]
A ₅ B ₈	.8732 [*]	.8348 [*]	2.0147 [*]
A ₆ B ₈	.8397 [*]	.7693 [*]	5.7805 [*]
A ₉ B ₇	.7572 [*]	.6887 [*]	2.0273 [*]

Fisher's Z ที่ระดับ .05 = 1.96

จากการพิจารณาเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มาตรฐาน (Fisher's Z) ระหว่างการกำหนดเป้าหมายกับการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ พบว่าไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ตั้งไว้ เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของ

การกำกับตนเอง และระหว่างการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จ และไม่ประสบความสำเร็จ พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของตัวแปรบางคู่ดังแสดงไว้ในตาราง 7 และสรุปความแตกต่างได้ดังนี้

1. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมต่อการตัดสินใจเลือกกำหนดแนวทางการเตรียมความพร้อมในการสอบกับการกำกับตนเอง ของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความสามารถเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมที่มีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ในการสอบเข้ากับการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการวางแผนกับการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความยืดหยุ่นกับการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 3 การศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของการกำหนดเป้าหมายของนักศึกษา
คณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ
ในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ โดยตั้งสมมติฐานไว้คือ

สมมติฐานข้อ 3 นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะ
วิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ เป็นผู้มีความสามารถในการกำหนดเป้าหมายสูงกว่าผู้
ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ
ผลปรากฏดังตาราง 8

ตาราง 8 เปรียบเทียบการกำหนดเป้าหมายและองค์ประกอบย่อย 7 ด้าน ของการกำหนดเป้าหมาย
ของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 เมื่อจำแนกตามลักษณะกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ
กลุ่มที่ประสบความสำเร็จ และกลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อใน
คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

การกำหนดเป้าหมายและ องค์ประกอบย่อย	กลุ่มที่ประสบความสำเร็จ (N = 400)		กลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จ (N = 400)		ค่า t
	X	SD	X	SD	
A ₁	24.9825	4.4760	23.4650	4.1450	4.9700 *
A ₂	24.3975	4.7400	22.9650	5.0400	4.1400 *
A ₃	24.7900	4.3390	23.8775	3.7290	3.1900 *
A ₄	24.1050	4.4800	23.5200	3.8200	1.9900 *
A ₅	48.8950	8.0940	47.3975	6.8060	2.8300 *
A ₆	28.4575	5.1340	25.9575	4.3100	7.4600 *
A ₇	23.6975	4.4900	23.0475	3.8280	2.2000 *
A ₈	22.5975	5.1090	21.5925	4.2270	3.0300 *
A ₉	173.0275	27.5830	164.4250	23.6930	4.7300 *

$$t_{.05} (df = 398) = 1.645$$

การพิจารณาข้อมูลในตาราง 8 พบว่า กลุ่มตัวอย่างคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ มีการกำหนดเป้าหมายและองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมายสูงกว่ากลุ่มตัวอย่าง คณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 การศึกษา 2540 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษา ต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้อง กับสมมติฐานข้อ 3 ที่ตั้งไว้

ตอนที่ 4 การศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของการกำกับตนเองของนักศึกษา
คณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ
สำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ โดยมีสมมติฐานคือ

สมมติฐานข้อ 4 นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อใน
คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ เป็นผู้ที่มีการกำกับตนเองสูงกว่าผู้ที่ไม่ประสบความสำเร็จ
สำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ ผลปรากฏดังตาราง 9

ตาราง 9 เปรียบเทียบการกำกับตนเองและองค์ประกอบย่อย 6 ด้าน ของการกำกับตนเองของ
นักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 เมื่อจำแนกตามลักษณะกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่
ประสบความสำเร็จและกลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรม-
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

การกำกับตนเองและ องค์ประกอบย่อย	กลุ่มที่ประสบ ความสำเร็จ		กลุ่มที่ไม่ประสบ ความสำเร็จ		ค่า t
	X	SD	X	SD	
B ₁	24.8875	4.2220	23.9175	3.8040	3.4100*
B ₂	19.8325	3.6380	19.0050	3.2090	3.4100*
B ₃	23.8400	4.5490	23.0550	4.0460	2.5800*
B ₄	24.3125	4.4740	22.1400	3.7580	7.4400*
B ₅	23.9325	4.3940	22.4975	3.6710	5.0100*
B ₆	72.0850	12.2450	67.6925	10.3140	5.4900*
B ₇	23.6325	4.2620	22.5925	3.5680	3.7400*
B ₈	140.4375	22.2380	133.2075	18.5380	4.9900*

$$t_{.05} (df = 398) = 1.645$$

จากตาราง 9 เมื่อพิจารณาข้อมูลแล้ว พบว่า กลุ่มตัวอย่างคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐมีการทำกับตนเอง และองค์ประกอบย่อยของการทำกับตนเองสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างนักศึกษา คณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาทิศทางความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1
2. เพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ
3. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการกำหนดเป้าหมายของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ
4. เพื่อเปรียบเทียบการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัย ที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 จากมหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน และจากมหาวิทยาลัยเอกชน จำนวน 400 คน จากมหาวิทยาลัยที่เลือกอย่างเฉพาะเจาะจง คือ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยแทนมหาวิทยาลัยของรัฐ และมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต และมหาวิทยาลัยศรีปทุม แทนมหาวิทยาลัยเอกชน ซึ่งได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 800 คน
2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าประกอบด้วยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยปรับปรุงมาจากแนวทางแบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษาของแบนดูรา จิมเมอร์แมนและพอนส์ (Bandura, Zimmerman and Pons. 1992 - 1994) ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามที่เกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมาย จำนวน 35 ข้อ และการกำกับตนเอง จำนวน 30 ข้อ รวมทั้งสิ้น 65 ข้อ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ติดต่อขอความอนุเคราะห์จากคณบดีคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี และมหาวิทยาลัยศรีปทุม ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยที่ผู้วิจัยสุ่มเลือกนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ โดยทำหนังสือผ่านบัณฑิตวิทยาลัยและให้ผู้ช่วยวิจัย จำนวน 2 คน ดำเนินการแจกและเก็บแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผู้วิจัยได้จัดทำคำชี้แจงแนบประกอบแบบสอบถามทุกฉบับ ในกรณีที่มีผู้ตอบแบบสอบถามมีข้อซักถามผู้ช่วยวิจัยซึ่งได้รับการฝึกฝนทำความเข้าใจเกี่ยวกับแบบสอบถามและการตอบแบบสอบถามแล้ว ช่วยชี้แจงรายละเอียดและรวบรวมแบบสอบถามเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามและแบบทดสอบที่สมบูรณ์ลงรหัสในตารางกรอกรหัสข้อมูล เพื่อนำเข้าเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSSx เพื่อคำนวณและวิเคราะห์ค่าต่าง ๆ ดังนี้

1. คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างการกำหนดเป้าหมายพร้อมทั้งองค์ประกอบย่อย รวม 8 ด้าน และการกำกับตนเอง พร้อมทั้งองค์ประกอบย่อย รวม 7 ด้าน เพื่อค้นหา ทิศทางของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 2 ตัว ของนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จ และไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของการกำหนดเป้าหมายและองค์ประกอบย่อย รวม 8 ด้าน ของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ และกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของการกำกับตนเองและองค์ประกอบย่อย รวม 7 ด้าน ของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ และกลุ่มตัวอย่างนักศึกษา

คณะวิศวกรรมศาสตร์ ปีที่ 1 ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายพร้อมทั้งองค์ประกอบย่อยรวม 8 ด้าน กับการกำกับตนเองพร้อมทั้งองค์ประกอบย่อย รวม 7 ด้าน ของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยของรัฐ และของกลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จต่างอยู่ในระดับที่สูง โดยมีทิศทางความสัมพันธ์กันทางบวกอธิบายได้ว่าตัวแปรทั้งสองจะคล้อยตามกัน กล่าวคือ ถ้าค่ากำหนดเป้าหมายสูง ค่าการกำกับตนเองจะสูงด้วย และถ้าค่าการกำหนดเป้าหมายต่ำค่าการกำกับตนเองจะต่ำด้วย

2. ผลการเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ และไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ โดยพิจารณาเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แต่ละคู่ระหว่างกลุ่มตัวอย่างทั้งสองจากการเปลี่ยนให้เป็นคะแนนมาตรฐานแบบฟิชเชอร์ (Fisher's Z) แล้วทดสอบนัยสำคัญของความแตกต่าง พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง ของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ และไม่ประสบความสำเร็จไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สัมพัทธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายกับองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง และระหว่างการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมาย พบว่า มีตัวแปรบางคู่ของกลุ่มที่ประสบผลสำเร็จมีค่าสหสัมพันธ์แตกต่าง คือ สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมต่อการตัดสินใจเลือกกำหนดแนวทางการเตรียมความพร้อมในการสอบกับการกำกับตนเอง ความสามารถเข้าใจอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อม และสังคมที่มีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ในการสอบเข้ากับการกำกับตนเอง ความสามารถในการวางแผนกับการกำกับตนเอง และความยืดหยุ่นกับการกำหนดเป้าหมาย

3. นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ มีการกำหนดเป้าหมายและองค์ประกอบย่อยในการกำหนดเป้าหมายสูงกว่า นักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ มีการกำกับตนเองและองค์ประกอบย่อยในการกำกับตนเองเป้าหมายสูงกว่า นักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาทิศทางความสัมพันธ์ของการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเอง และเปรียบเทียบ การกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ ตลอดจนเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายกับการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ และไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ดังปรากฏผลการศึกษาค้นคว้าดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ลักษณะความสัมพันธ์ของการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2540 โดยพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 800 คน กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวน 400 คน พบค่าความสัมพันธ์ในเชิงบวก = .9346, .9352 และ .9294 ตามลำดับ

ผลการวิเคราะห์แสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองว่าสัมพันธ์กันไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งเป็นลักษณะความสัมพันธ์ในทางบวก สอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 1 อธิบายได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษานี้ ไม่ว่าจะเป็นนักศึกษาที่สามารถสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ หรือนักศึกษาที่ไม่สามารถสอบเข้าคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐได้ แต่ทุกคนเมื่อตั้งเป้าหมายไว้แล้วก็เพียรพยายามบังคับตนเอง ให้กระทำเพื่อบรรลุต่อสิ่งที่เป้าหมายนั้นสอดคล้องกับผลการวิจัยของซิมเมอร์แมน, พอนซ และแบนคูว์ (1992) ที่พบว่า การตั้งเป้าหมายมีบทบาทกระตุ้น และส่งเสริมคุณลักษณะการกำกับตนเองของบุคคลไปในทิศทางเดียวกัน ด้วยความรู้สึกที่เป็นพันธะต่อเป้าหมาย และสอดคล้องกับผลการวิจัยของซิมเมอร์แมน และแบนคูว์ (1994) ที่พบว่า ความสามารถหรือคุณลักษณะด้านการกำหนดเป้าหมายของบุคคล มีบทบาทส่งเสริมกระตุ้นให้บุคคลเกิดคุณลักษณะการกำกับตนเอง เนื่องจากบุคคลเชื่อมั่นในศักยภาพของตน และตระหนักถึงคุณค่าของเป้าหมาย ทำให้เกิดความมานะอดทนที่จะคิดใคร่ครวญและยึดหยุ่นปรับตัวไปตามสถานการณ์ใด ๆ

2. การวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ และไม่ประสบความสำเร็จ พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันของสหสัมพันธ์ทั้ง 2 กลุ่ม ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่เป็นเช่นนี้อาจอธิบายได้ 2 ลักษณะ คือ

1) กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีเป้าหมายเดียวกัน คือ การสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ และกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีระดับความสามารถในการศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ ไม่แตกต่างกัน โดยพิจารณาจากการที่กลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ แต่ยังสามารถศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ ในมหาวิทยาลัยเอกชน ความสามารถในการศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ ของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ จึงมีอยู่ในระดับใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จสามารถเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐได้ และการที่กลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จก็สามารถเข้าศึกษาในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนได้ จึงทำให้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองในกลุ่มที่ประสบความสำเร็จสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จ แต่สูงไม่มากพอที่จะพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญได้

2) ลักษณะการรวบรวมข้อมูล เป็นการเก็บข้อมูลย้อนหลังระยะเวลาห่างจากเวลาเกิดเหตุการณ์จริงประมาณ 9 เดือน อาจมีผลให้ข้อมูลไม่ชัดเจนเท่าที่ควร (Confounding)

เมื่อพิจารณากลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่ประสบผลสำเร็จและไม่ประสบผลสำเร็จ โดยเปรียบเทียบจากความแตกต่างระหว่างคะแนนมาตรฐานของค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมาย และองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเองกับการกำหนดเป้าหมาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเองกับองค์ประกอบย่อยของการกำหนดเป้าหมาย และองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเองกับการกำหนดเป้าหมาย สูงกว่าในกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความแตกต่างนี้คือ

2.1 กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีระดับความสามารถที่จะเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคม ต่อการตัดสินใจเลือกกำหนดแนวทางการเตรียมความพร้อมในการสอบ กับระดับความสามารถกำกับตนเองไปในแนวทางดังกล่าว สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคม (Social Cognitive Theory) ที่อธิบายไว้ว่าการที่บุคคลจะมีพฤติกรรมที่ไม่เปลี่ยนแปลงไปตามความเปลี่ยนแปลง

ไปของปัจจัยที่เป็นภาวะแวดล้อม ด้านหนึ่งบุคคลนั้นต้องเป็นผู้ที่สามารถเข้าใจถึงอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม หรือ “E” ว่ามีอิทธิพลต่อ “P” หรือตัวบุคคล และ “B” หรือการกระทำของบุคคลอย่างไร และสอดคล้องกับงานวิจัยของอลัน (1990) (จรรยา สุวรรณทัต. 2533) ที่พบว่าความเป็นไปได้ของการบรรลุเป้าหมายของบุคคลขึ้นอยู่กับความสามารถทางภูมิปัญญาในการกำกับตนเองได้อย่างสอดคล้องไปตามเงื่อนไขของสังคม และสิ่งแวดล้อม และความสามารถในการกำหนดเป้าหมายที่ต้องสอดคล้องทั้งตามความต้องการ และศักยภาพของตน และสอดคล้องตามระดับความสามารถของบุคคลในการกำกับตนเองไปตามแนวทางนั้น

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีระดับความสามารถที่จะเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ในการสอบเข้า กับระดับความสามารถกำกับตนเองได้อย่างสอดคล้องไปตามข้อจำกัดนั้น ๆ สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาเรื่องผลกระทบซึ่งกันและกันระหว่างตัวบุคคล (P) สิ่งแวดล้อม (E) และการกระทำ (B) ตามแนวคิดภูมิปัญญาทางสังคมสามารถอธิบายได้ว่าการที่บุคคลจะประสบความสำเร็จในเป้าหมายใด ๆ ได้หรือไม่ ต้องอาศัยความสามารถของบุคคลในการที่จะเข้าใจได้ว่าเป้าหมายของตนคืออะไร (what is “P”?) และเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายนั้น ๆ บุคคลจะต้องดำเนินการอย่างไร (How “P” AND “B” effect to each other?) และในการดำเนินการตามแนวทางนั้น ๆ มีปัจจัยใดบ้างที่เป็นข้อจำกัด (how “E” effect to “B”?)

เมื่อพิจารณาผลการวิจัยนี้เปรียบเทียบกับผลการศึกษาของซิมเมอร์แมน และแบนคูรา (1994) พบว่า มีความสอดคล้องกันคือ เมื่อบุคคลมีเป้าหมายคือ ผลการเรียนรู้วิชาการเขียนให้ได้ผลดี และสามารถเข้าใจระดับความสามารถของตน (P) ที่สำคัญต่อการเรียนรู้ให้ได้ผลดี (B) มีผลให้บุคคลสามารถเข้าใจได้อย่างถูกต้องชัดเจนได้ว่าจะต้องปรับแนวทางปฏิบัติ เพื่อให้สามารถบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายได้อย่างไร ซึ่งจากงานวิจัยนี้สะท้อนให้เห็นได้อย่างชัดเจนถึงประเด็นที่ว่า การประชุมความสำเร็จ หรือไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ขึ้นกับอิทธิพลของปัจจัยที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การที่บุคคลจะสามารถรับรู้ถึงอิทธิพลของปัจจัยด้านเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมว่ามีผลกระทบต่อเป้าหมายของบุคคลได้แค่ไหน

2.3 กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีระดับความสามารถในการวางแผนกับระดับความสามารถที่จะกำกับตนเองไปตามแผนงานที่กำหนดไว้ สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จ สรุปได้ว่าเมื่อบุคคลมีเป้าหมาย การที่จะสามารถบรรลุเป้าหมายได้ต้องอาศัยความสามารถของบุคคลในการกำหนดแผนงานหรือกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ในทางปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้น ๆ และความสามารถในการกำกับตนเอง ให้ปฏิบัติได้ตามแนวทางที่กำหนดขึ้นแล้วนั้นให้มีประสิทธิภาพ

ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Theory) ของอีวส์ (1976) ที่อธิบายว่าการกำหนดเป้าหมายให้มีประสิทธิภาพ ต้องอาศัยหลักปฏิบัติพื้นฐาน 2 ประการ คือ การวางแผน และการควบคุมกำกับให้มีการดำเนินงานตามแผนการที่กำหนดไว้ และสอดคล้องกับบทสรุปในงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเป้าหมาย และการกำกับตนเองของกลุ่มนักเรียน ซึ่งมีชัยมปลายต่อความตั้งใจเรียนวิชาการเขียน ซึ่งศึกษาโดยจิมเมอร์แมน และเบนคูว์รา (1994) ที่พบว่าเพื่อการบรรลุเป้าหมายบุคคลต้องอาศัยกระบวนการทางความคิดในการวางแผนกำหนดเกณฑ์มาตรฐานในทางปฏิบัติ โดยต้องใช้ทักษะการกำกับตนเองในการประกอบเจตนารมณ์ และปฏิบัติการเพื่อการบรรลุเป้าหมาย

2.4 กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีระดับความยืดหยุ่นในการกำกับตนเอง ซึ่งหมายถึงความสามารถในการเข้าใจ และยอมรับที่จะปรับเปลี่ยนแนวทางปฏิบัติตน กับระดับความสามารถในการกำหนดเป้าหมาย ซึ่งหมายถึงการปรับเปลี่ยนเป้าหมายย่อยในแต่ละขณะแต่ละสถานการณ์ได้อย่างสอดคล้องกับเงื่อนไขที่บุคคลเผชิญอยู่ในขณะนั้น ๆ ได้สูงกว่า กลุ่มบุคคลที่ไม่ประสบความสำเร็จ ซึ่งอธิบายตามแนวคิดเรื่องโครงสร้างของเป้าหมาย ของเบนคูว์ราที่อธิบายไว้ในทฤษฎีแห่งการกำกับตนเองด้วยภูมิปัญญา โดยแลธเทม และลือค (1991) นำมาอธิบายสรุปการค้นพบจากงานวิจัย 400 ชิ้น ประเด็นที่ว่าเป้าหมายระยะสั้นหรือเป้าหมายย่อยเป็นขั้นตอน และองค์ประกอบเบื้องต้นที่จะนำบุคคลให้ไปสู่เป้าหมายหลักในระยะยาว ขณะที่อีวส์ (1976) อธิบายว่า การที่บุคคลจะสามารถบรรลุต่อเป้าหมายได้ต้องอาศัยความรู้สึกที่เป็นพันธะต่อเป้าหมาย ซึ่งเกิดจากความต้องการของบุคคล ในระดับหรือลักษณะที่ทำให้บุคคลเกิดความเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของความต้อการนั้น ที่กลายเป็นแรงจูงใจต่อบุคคล 2 ลักษณะ คือ เกิดความพึงพอใจที่จะประสบความสำเร็จในเป้าหมาย และเกิดความต้องการหลีกเลี่ยงความไม่พึงพอใจต่อสิ่งที่ขัดขวางต่อการบรรลุความสำเร็จตามเป้าหมาย กล่าวคือ ความสามารถเข้าใจถึงความต้องการของคนที่เป็นเป้าหมายหลักในระยะยาว ช่วยให้บุคคลสามารถกำหนดขั้นตอนแนวประพฤติปฏิบัติสำหรับตนเอง ซึ่งตามแนวคิดของแลธเทม และลือคพิจารณาว่าเป็นเป้าหมายย่อยหรือเป้าหมายระยะสั้น ขณะที่เบนคูว์ราอธิบายไว้ในทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคมว่าเงื่อนไขต่าง ๆ ด้านสิ่งแวดล้อม และสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ซึ่งต้องอาศัยความสามารถของบุคคลในการเข้าใจควรหรือต้องทำอะไรอย่างไรในแต่ละเงื่อนไข และความยืดหยุ่นของบุคคลในการปรับแนวประพฤติปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมกับเงื่อนไขนั้น

เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบผลการวิจัยประเด็นนี้ พบว่า มีความสอดคล้องกับผลการวิจัยของเบนคูว์รา เรื่องลักษณะความคาดหวังต่อเป้าหมายระดับต่าง ๆ (แลธเทม และลือค. 1991)

ซึ่งสรุปไว้ว่าความเป็นไปได้ที่แตกต่างกันในการบรรลุเป้าหมายของบุคคลเป็นผลมาจากระดับความสามารถทางภูมิปัญญาในการยืดหยุ่นปรับเปลี่ยนแนวประพฤติปฏิบัติเพื่อการบรรลุเป้าหมายที่ต้องการทั้งเป้าหมายในระยะสั้น และในระยะยาว หมายถึงความสามารถในการกำกับตนเอง และระดับการให้คุณค่าต่อเป้าหมายที่แตกต่างกัน

จากภาพรวมข้างต้นสรุปได้ว่า การที่บุคคลมีคุณลักษณะการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเอง อาจเป็นผลมาจากการที่บุคคลมีเป้าหมาย แต่การที่บุคคลมีเป้าหมายไม่ได้เป็นตัวสะท้อนหรือบ่งชี้โอกาสหรือความเป็นไปได้ของการบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมาย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับที่เหมาะสมของคุณลักษณะที่เป็นองค์ประกอบย่อยบางประการของการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง เนื่องจากภาพรวมของระดับความสัมพันธ์ของการกำหนดเป้าหมายกับการกำกับตนเอง ของกลุ่มบุคคลที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย เป็นผลรวมจากตัวแปรที่เป็นองค์ประกอบย่อยหลายตัว ซึ่งเป็นที่น่าสังเกตว่าในการพัฒนาคุณภาพของประชากรไทยโดยการเสริมสร้างคุณลักษณะการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง ด้วยการสอนให้บุคคลรู้จักกำหนดเป้าหมายของตนเอง ควรเป็นแนวทางที่เสริมสร้างให้บุคคลมีความยืดหยุ่นในการกำกับตนเองประกอบกับการกำหนดเป้าหมาย และเสริมสร้างให้บุคคลสามารถที่จะกำกับตนเองได้อย่างสอดคล้องกับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมและสังคม ต่อโอกาสในการบรรลุเป้าหมายและต่อการตัดสินใจเลือกแนวทางดำเนินการเพื่อการบรรลุเป้าหมาย ตลอดจนการเสริมสร้างความสามารถในการวางแผนเพื่อการบรรลุเป้าหมายอย่างเป็นขั้นเป็นตอน และสอดคล้องกับความเป็นไปได้ที่บุคคลจะสามารถกำกับตนเองให้ดำเนินการได้จริง ส่วนคุณลักษณะที่เป็นองค์ประกอบย่อยอื่น ๆ ของการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองที่ไม่แตกต่างกันของกลุ่มที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ กล่าวได้ว่า น่าจะเป็นตัวแปรที่มีบทบาทในการบ่งชี้การมีคุณลักษณะการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองเท่านั้น

3. การเปรียบเทียบการกำหนดเป้าหมายและองค์ประกอบของการกำหนดเป้าหมายระหว่างกลุ่มนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ พบว่า กลุ่มที่ประสบความสำเร็จเป็นผู้มีความสามารถในการกำหนดเป้าหมายสูงกว่ากลุ่มนักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรัฐ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 3 ผลการวิจัยนี้สามารถอธิบายได้ตามแนวคิดของล็อกและฮิวส์ ที่อธิบายว่า บุคคลจะประสบความสำเร็จได้บุคคลต้องสามารถเข้าใจก่อนว่าอะไรเป็นสิ่งที่ต้องการ และตนมีศักยภาพเพียงพอที่จะทำ เพื่อให้ได้ในสิ่งที่ตนต้องการนั้นหรือไม่ และสอดคล้องกับงานวิจัยของซิมเมอร์แมนและแบนคูร์ว (1994) ที่พบว่าความสามารถของบุคคลในการกำหนดเป้าหมายเป็นตัวแปรที่มีบทบาทสำคัญในการกระตุ้นการกำกับตนเองของบุคคล และนำไปสู่การประสบความสำเร็จตามเป้าหมายอย่างมีนัยสำคัญ

โดยสรุปจึงกล่าวได้ว่า กลุ่มบุคคลที่ประสบความสำเร็จมีความสามารถในการกำหนดเป้าหมายสูงกว่ากลุ่มบุคคลที่ไม่ประสบความสำเร็จ เนื่องจากเป็นเป้าหมายที่กำหนดขึ้นอย่างสอดคล้องตามความต้องการของตนเอง ตามศักยภาพข้อจำกัดภายใต้เงื่อนไขของตนเอง ซึ่งเป็นเป้าหมายที่บุคคลประเมินได้ว่าเป็นไปได้ค่อนข้างสูง บุคคลจึงเกิดพันธะต่อเป้าหมายดังกล่าว นำไปสู่การแสวงหาแนวทางปฏิบัติเพื่อการบรรลุตามเป้าหมายนั้นอย่างจริงจัง การสร้างทักษะความสามารถในการกำหนดเป้าหมายจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการนำไปสู่การประสบความสำเร็จในที่สุด (ลือค. 1991) (ฮิวส์. 1976)

4. การเปรียบเทียบการกำกับตนเองของกลุ่มนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จ และที่ไม่ประสบความสำเร็จ พบว่า นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จมีการกำกับตนเอง สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ประสบความสำเร็จ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 4 สามารถอธิบายได้ตามแนวคิดเรื่องการกำกับตนเองตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม และทฤษฎีภูมิปัญญาทางสังคมของเบนคูว์ ที่กล่าวว่านอกจากการเรียนรู้ทางสังคมที่ทำให้บุคคลเกิดภูมิปัญญา เกิดความเข้าใจในข้อเท็จจริงเกี่ยวกับศักยภาพของตนเองและความต้องการของตนเอง และข้อเท็จจริงอันเป็นเงื่อนไขข้อจำกัดจากสิ่งแวดล้อมจนสามารถกำหนดเป็นเป้าหมายของตน บุคคลยังต้องมีความสามารถในการคงไว้และปรับปรุงปรับเปลี่ยนการกระทำใด ๆ เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้แล้วอย่างเหมาะสมกับตนเอง นั่นคือ ต้องสามารถกำกับตนเองเพื่อการบรรลุตามเป้าหมายที่ต้องการ และกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีการกำกับตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ประสบผลสำเร็จ งานวิจัยนี้สอดคล้องกับผลงานวิจัยของฐิติพัฒน์ สงบกาย (2533) ที่สรุปไว้ว่า ระดับความสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ซึ่งเปรียบเทียบได้กับลักษณะการประสบความสำเร็จ และไม่ประสบความสำเร็จในงานวิจัยชิ้นนี้ สามระดับคือ สูง ปานกลาง และต่ำ สัมพันธ์ทางบวกกับการตั้งเป้าหมาย และการกำกับตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และเมื่อบุคคลได้รับการฝึกฝนการกำกับตนเอง คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งเปรียบเทียบได้กับลักษณะการประสบความสำเร็จที่ดีขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของชอมเบอร์แบน และเบนคูว์ (1994) ที่พบว่า ทักษะการกำกับตนเองมีบทบาทสำคัญในการประจักษ์เจตนารมณ์ของบุคคลให้มั่นคงต่อเป้าหมาย

ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย

การศึกษาครั้งนี้พบว่า การกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง เป็นคุณลักษณะหรือความสามารถที่นำบุคคลไปสู่การประสบความสำเร็จได้ในระดับต่าง ๆ กัน ดังนั้นแนวทางการ

ปลูกฝังทักษะความสามารถในการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง จึงเป็นแนวทางที่นำไปใช้เป็นวิธีส่งเสริมพัฒนาคุณภาพประชากรได้ ทั้งในแง่สำหรับผู้ปกครอง ครู และผู้บริหารประเทศ หรือองค์กร ตลอดจนผู้ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการศึกษา ทั้งนี้โดยพิจารณาแนวทางฝึกฝนในทางปฏิบัติ จากแนวทางการฝึกการกำกับตนเองที่จิตพัฒนา สงบกายเสนอไว้ (2533) ว่าประกอบด้วยขั้นตอนการฝึกทักษะ 3 ประการ คือ การกำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง การสังเกต และบันทึกพฤติกรรมตนเอง และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง เช่น การให้รางวัลต่อพฤติกรรมที่น่าตนเองไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และจากแนวคิดวิธีการกำกับตนเองของแบนดูรา (1991) ว่าประกอบด้วยการสำรวจตรวจสอบปัจจัย 3 ประการ คือ การกระทำ องค์ประกอบของการกระทำ เช่น ความคิด เจตนาธรรม์ ศักยภาพ และผลแห่งการกระทำ โดยประยุกต์เป็นแนวทางปฏิบัติที่กลุ่มบุคคล 3 กลุ่ม สามารถนำไปใช้ตามสถานการณ์ที่แตกต่างกันได้ดังนี้

1. สำหรับผู้ปกครอง ซึ่งมีหน้าที่ทำการอบรมเลี้ยงดูและถ่ายทอดการเรียนรู้ทางสังคมให้แก่บุคคลตลอดเวลา สามารถพิจารณาแนวทางปฏิบัติสำหรับผู้ปกครองได้แตกต่างกันเป็น 3 ระยะ ตามช่วงอายุของบุตรหลาน คือ

1.1 ในช่วงแรกเกิดจนถึงวัยก่อนเข้าเรียน ผู้ปกครองมีหน้าที่โดยตรงในการช่วยกำหนดเป้าหมายกระตุ้นพฤติกรรมของเด็ก เนื่องจากเป็นวัยที่บุคคลยังขาดวุฒิภาวะ ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และการเรียนรู้ เช่น การเบี่ยงเบนทารกจากภาวะที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ ได้แก่ ความหิว ความกลัวต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยการดึงดูดความสนใจของทารกด้วยสถานการณ์ หรือสิ่งที่ทำให้ทารกเกิดความพึงพอใจ เช่น เมื่อพบว่าเด็กกลัวการไปโรงพยาบาล ผู้ปกครองอาจชักจูงให้เด็กเกิดความสนใจต่อการไปโรงพยาบาลด้วยของเล่นที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้สำหรับเด็ก หรือการให้รางวัลเป็นเครื่องล่อใจต่อพฤติกรรมการให้ความร่วมมือในการไปโรงพยาบาล

1.2 ในช่วงวัยเด็กก่อนวัยรุ่น ผู้ปกครองควรกระตุ้นให้เด็กเรียนรู้เกี่ยวกับการมีเป้าหมายของการกระทำ การให้คุณค่าต่อเป้าหมายนั้น ๆ และเชื่อมโยงระหว่างการทำ และผลของการกระทำของตัวบุคคลต่อการนำไปสู่ความพึงพอใจจากการประสบความสำเร็จในสิ่งที่เป็นเป้าหมาย เช่น ปลูกฝังสุขอนามัยในการรักษาความสะอาดของฟัน ผู้ปกครองควรชี้ให้เด็กได้ทราบทั้งคุณและโทษของการไม่แปรงฟัน เช่น “ถ้าไม่แปรงฟัน ฟันจะหลุดต้องไปหาหมอถอนฟัน เลือดไหล และเจ็บ แต่ถ้าแปรงฟันตอนตื่นนอน และก่อนเข้านอน จะมีฟันสวยเหมือนพี่ป๊อป” (นางสาวไทย)

เมื่อเด็กได้เรียนรู้ และยอมรับในคุณค่าของเป้าหมายแล้ว ผู้ปกครองต้องคอยชี้แนะขั้นตอนทางปฏิบัติเพื่อการบรรลุต่อเป้าหมายนั้น ๆ ตามลำดับขั้น จนเด็กมีวุฒิภาวะ และ

ประสบการณ์ของตนเองเพื่อการบรรลุเป้าหมายหนึ่ง ๆ โดยผู้ปกครองมีหน้าที่ปรับแต่งแนวคิด ด้วยการให้เหตุผลต่อการกระทำในลักษณะที่เหมาะสมมากกว่า เช่น การปลูกฝังนิสัยการเก็บออม และการอดใจรอได้ เมื่อเด็กต้องการนำเงินค่าขนมทั้งหมดไปซื้อช็อคโกแลต ผู้ปกครองอาจบอกต่อเด็กว่า “ถ้ากินช็อคโกแลต ฟันจะทำ ฟันผุ ต้องไปหาหมอดอนฟัน แต่ถ้าเก็บเงินใส่กระปุกออมสินไว้ ถ้าครบจำนวน 10 บาท จะพาไปเที่ยวห้างซื้อเสื้อตัวใหม่ หรือของเล่นชิ้นใหม่”

1.3 ในช่วงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ ผู้ปกครองมีบทบาทในการชี้แนะปรับแต่งแนวทาง ประพฤติปฏิบัติของเด็กให้สอดคล้องกับความคาดหวังของสังคม ซึ่งเป็นที่น่าสังเกตว่าผู้ปกครอง และเด็กวัยรุ่นมักมีข้อขัดแย้งกันในการแสดงความคิดเห็นเสมอ เนื่องจากความคาดหวังของสังคม ผู้ใหญ่มีความแตกต่างไปจากความคาดหวังของสังคมเด็กวัยรุ่น การให้คำชี้แนะใด ๆ ของ ผู้ปกครองจึงควรมีลักษณะยืดหยุ่นเป็นทางเลือกให้เด็กได้ตัดสินใจด้วยตนเอง ไม่ควรบังคับ เช่น การขออนุญาตไปเที่ยวผับ หรือคิสโก้เทค ถ้าผู้ปกครองห้ามจะทำให้เกิดพฤติกรรมการหนีเที่ยว ขณะที่ผู้ปกครองสามารถกำกับพฤติกรรมการเที่ยวของเด็ก โดยการตั้งเงื่อนไขต่อรอง เช่น “ไปเที่ยวได้ถ้าทำการบ้านเสร็จแล้ว”, “ไปเที่ยวได้แต่ให้กลับบ้านไม่เกินสามทุ่มครึ่ง”, “ไปเที่ยวได้ถ้าในกลุ่มที่มีเพื่อนไปด้วยไม่ต่ำกว่า 4 คน” เป็นต้น

โดยสรุปผู้ปกครอง จึงมีบทบาทในการสร้างพื้นฐานของความสามารถในการกำหนด เป้าหมายและการกำกับตนเอง ตามความสอดคล้องกับพัฒนาการ และวุฒิภาวะของบุคคลในแต่ละ ช่วงอายุ

2. สำหรับครูมีบทบาทในการอบรมสั่งสอนให้แก่บุคคล พิจารณาได้แตกต่างกัน ตามช่วงอายุเป็น 2 ระยะคือ

2.1 ในช่วงวัยเด็กก่อนวัยรุ่น ครูมีบทบาทในการเสริมสร้างรายละเอียดของทักษะ ความสามารถในการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง เช่น สอนให้รู้จักการวางแผนงาน กำหนดขั้นตอนปฏิบัติเพื่อการบรรลุเป้าหมายในระยะสั้นและระยะยาว สอนให้รู้จักอดทน และลง ใช้ความพยายามหลาย ๆ ครั้ง หลาย ๆ รูปแบบ จนกว่าจะบรรลุผลสำเร็จ โดยมีครูคอยผลักดันใช้ กำลังใจ และคำแนะนำแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสม สอนให้รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็นทีม เพื่อการบรรลุเป้าหมาย ซึ่งเป็นการฝึกให้รู้จักยืดหยุ่น และเรียนรู้ต่อความคาดหวังของสังคมเพื่อน ต่อตนเอง และเป็นการเปิดโอกาสให้บุคคลได้เรียนรู้ข้อเท็จจริงที่เป็นเงื่อนไขของสังคม สิ่งแวดล้อม ความต้องการของตนเอง ชัดจำกัดด้านศักยภาพของตนเอง เช่น การจัดกิจกรรมกลุ่มในการทำการ ทดลองทางวิทยาศาสตร์ โดยแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบ มอบหมายให้กลุ่มจัดสรรการกระจาย ความรับผิดชอบตามความสนใจ เมื่อเสร็จสิ้นปฏิบัติการ ครูควรเปิดโอกาสให้มีการอภิปราย

ข้อเท็จจริงร่วมกันกับเด็กเกี่ยวกับผลปฏิบัติการที่ปรากฏ ว่ามีข้อดีข้อบกพร่องอย่างไร และควรจะมีการปรับปรุงในลักษณะใดบ้าง

2.2 ในช่วงวัยรุ่นและช่วงการก้าวสู่การเป็นผู้ใหญ่ ครูมีบทบาทหน้าที่สำคัญในการชี้แนะทางเลือกที่หลากหลายให้แก่เด็กนักเรียน เช่น การยกตัวอย่างผู้ที่ประสบความสำเร็จในสายอาชีพต่าง ๆ ทั้งในแง่ของการให้ข้อมูลเพื่อการพิจารณาตัดสินใจเลือก และการจูงใจตามแนวทางที่เหมาะสม เช่น การให้ข้อมูลแก่เด็กนักเรียนว่าถ้าต้องการเลือกประกอบอาชีพเป็นหมอเป็นทหาร ฯลฯ ต้องมีทักษะพื้นฐานทางด้านใดบ้าง เช่น ต้องมีความเข้าใจในวิชา เลข เถมีชีวะ ภาษาอังกฤษ และมีแนวทางปฏิบัติอย่างไรบ้างที่เด็กนักเรียนสามารถพัฒนาทักษะดังกล่าวของคนได้ เช่น ควรมีการเตรียมเรียนรู้บทเรียนก่อนเวลาการเรียนการสอนจริง ควรมีการทบทวนบทเรียนหลังเลิกเรียน ควรมีการทำแบบฝึกหัดประกอบบทเรียนให้มาก หรือควรมีการเรียนพิเศษเพิ่มเติม ฯลฯ

ครูจึงเป็นผู้ที่ทำหน้าที่เสริมสร้างประสบการณ์ และการเปิดโอกาสให้บุคคลได้เรียนรู้ข้อเท็จจริงที่เป็นเงื่อนไขของสังคม และสิ่งแวดล้อม และเกิดความขัดข้องในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น

3. บทบาทของครูผู้บริหารประเทศ ผู้บริหารองค์กร และผู้ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการศึกษา ซึ่งมีบทบาทต่อเป้าหมายการฝึกฝนบุคลากรในระยะยาว ควรเป็นผู้ที่สามารถเข้าใจเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ขององค์กร และสามารถร้อยประสานเป้าหมายขององค์กร และเป้าหมายของบุคลากรในองค์กรให้สอดคล้องไปในทิศทางเดียวกันได้ เนื่องจากผู้บริหารมีบทบาทในการสร้างความเข้าใจ และการยอมรับของบุคลากรในองค์กรต่อเป้าหมายขององค์กร ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้บุคคลได้พิจารณาว่า ตนเองควรจะมีบทบาทร่วมต่อการบรรลุเป้าหมายรวมขององค์กรอย่างไร ซึ่งตามแนวทางการมีบทบาทร่วม ดังนี้ เป็นการเปิดโอกาสให้บุคคลเกิดความรู้สึกร่วมต่อเป้าหมายขององค์กร (Commitment) และเปิดโอกาสให้บุคคลมีความอิสระในการเลือกแนวทางปฏิบัติตามขั้นตอนเพื่อการบรรลุตามเป้าหมายนั้น ๆ ภายใต้ข้อจำกัดที่เป็นเงื่อนไขขององค์กรที่บุคคลยอมรับและเข้าใจ เช่น บริษัทมีเป้าหมายที่จะทำกำไร 10 ล้านบาทในปีนี้ แผนกขายควรเพิ่มยอดขายให้ได้เท่าไร และแผนกบริหารควรจำกัดหรือลดต้นทุนดำเนินการให้อยู่ในระดับใด โดยการเปิดโอกาสให้พนักงานแต่ละคนมีส่วนร่วมในการแสดงข้อคิดเห็นเพื่อการบรรลุเป้าหมายดังกล่าวเป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิธีการฝึกฝนทักษะการกำกับตนเอง และการกำหนดเป้าหมาย ให้กลุ่มบุคคลที่อยู่ในช่วงอายุต่าง ๆ กัน โดยการกระตุ้นและฝึกให้บุคคลกำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง รู้จักสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ตลอดจนรู้จักแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง ด้วยการเสริมแรงต่อการกระทำที่นำไปสู่เป้าหมาย และงดการเสริมแรงต่อการกระทำที่ขัดขวางต่อการบรรลุเป้าหมาย ประกอบการเสริมสร้างทักษะของบุคคลในการพิจารณาไตร่ตรองความเหมาะสมของการกระทำ ความคิด เจตนาารมณ์ ระดับความสามารถ และผลแห่งการกระทำที่เป็นเป้าหมาย ต่อความต้องการของตนเอง ต่อความคาดหวังของสังคม และต่อความเป็นไปได้ของปัจจัยแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง
2. เพื่อเป็นการศึกษาพัฒนาการความสามารถในการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของบุคคลในแต่ละช่วงอายุ จึงควรมีการศึกษาตัวแปรแต่ละตัวและความสัมพันธ์ของตัวแปรแต่ละตัวในแต่ละช่วงอายุเปรียบเทียบกัน
3. เพื่อศึกษาให้ได้ความชัดเจนในการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง จึงควรมีการศึกษาเปรียบเทียบค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสองระหว่างกลุ่มคนที่พิจารณาได้ว่ามีความแตกต่างกันในระดับการประสบความสำเร็จสำหรับสิ่งที่เป็นเป้าหมายเดียวกันอย่างชัดเจน เช่น ระหว่างกลุ่มนักศึกษาที่เลือก และสามารถสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ได้ กับกลุ่มนักศึกษาที่เลือกแต่ไม่สามารถสอบเข้าได้ และเปลี่ยนเป้าหมายเป็นการสอบเข้าเรียนต่อในคณะอื่น
4. เพื่อเป็นการพัฒนาแนวทางการส่งเสริมความสามารถในการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มบุคคลต่าง ๆ ได้อย่างครอบคลุม จึงควรมีการศึกษาแนวทางที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่มีความแตกต่างกัน เช่น ในด้านการอบรมเลี้ยงดู ในด้านการประกอบวิชาชีพต่าง ๆ เป็นต้น
5. เพื่อให้ทราบความชัดเจนในการส่งเสริมหรือปลูกฝังการกำหนดเป้าหมาย และการกำกับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด ผู้วิจัยเห็นควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับศักยภาพทางสติปัญญาทางด้านร่างกาย จริยธรรม และพัฒนาการทางสังคม เพื่อเป็นแนวทางการอบรมเลี้ยงดูบุคคลที่เป็นเยาวชนของชาติต่อไป

6. เพื่อให้ทราบความชัดเจนของประสิทธิผลในการกำกับตนเอง ควรมีการฝึกกำกับตนเองในกลุ่มนักเรียนหรือนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนต่ำ เพื่อเสริมสร้างปรับแต่งคุณลักษณะทางพฤติกรรมที่เหมาะสมให้แก่เยาวชน ซึ่งทำได้โดยการปลูกฝังทักษะการกำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง ทักษะการสังเกต และบันทึกพฤติกรรมตนเอง และทักษะการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง ทั้งในแง่ของการให้รางวัลต่อพฤติกรรมที่ส่งเสริมต่อการนำไปสู่เป้าหมาย และการลงโทษต่อพฤติกรรมที่เป็นอุปสรรคต่อการนำไปสู่เป้าหมาย และติดตามการเปลี่ยนแปลงด้านผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- คณะกรรมการวางแผนพัฒนาคนและสังคมสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม
แห่งชาติ. แผนพัฒนาคนและสังคมในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
ฉบับที่ 8. (พ.ศ. 2540 - 2544)
- จรรยา สุวรรณทัต, ลาดทองใบ ภู่อภิรมย์ และกมล สุดประเสริฐ. รายงานการวิจัยฉบับที่ 44
เรื่อง ความสามารถในการควบคุมตนเองของเด็กไทยในแง่ของความสัมพันธ์ระหว่าง
องค์ประกอบทางการศึกษา การฝึกทักษะและการพัฒนาจิตลักษณะเพื่อการสร้างพลเมือง
ที่มีประสิทธิภาพ. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2533.
- จิตพัฒน์ สงบกาย. ผลของการกำกับตนเองต่อความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองและ
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.
วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533. อัดสำเนา. ๑๐
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะ : การวิจัยและการพัฒนานวัตกรรม. กรุงเทพฯ :
โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการ, 2538.
- ดวงเดือน ศาสตรภักดิ์ (ผู้แปลและเรียบเรียง). การเปรียบเทียบทฤษฎีพัฒนาการเด็ก. กรุงเทพฯ :
ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535.
- นวลละอ อสุภาผล. ทฤษฎีบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527.
- พระเทพเวที. จากจิตวิทยาสู่จิตภาวนา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2535.
101 หน้า.
- พระธรรมปิฎก. จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาคนตามแนวธรรมชาติ. กรุงเทพฯ : สมาคมจิตวิทยา
แห่งประเทศไทย, 2539.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ : บริษัท
เจริญผล จำกัด, 2531.
- บุษกร เพชรวิวรรณ. วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย. สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.
- ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร. เอกสารประกอบการสอนวิธีการวัดและวิเคราะห์. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.

- เลียงชัย ลิมล่อมวงศ์ (บรรณาธิการ) และคณาจารย์ภาควิชาสรีรวิทยาคณะวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหิดล. สรีรวิทยา. กรุงเทพฯ : บริษัท เท็กซ์แอนด์เจอร์รัลส์ จำกัด, 2538.
- Bandura, Albert. "Social Cognitive Theory," Annals of Child Development. 6 : 1 - 60 ;
1989.
- _____. "Regulation of Cognitive Process Through Perceived Self - Efficacy,"
Developmental Psychology. 25(5) : 725 - 735 ; 1989.
- _____. Social Learning Theory. New Jersey : Prentice Hall, Inc., 1977.
- Bandura, Albert and Zimmerman, Barry J. "Impact of self - Regulatory Influences on
Writing Course Attainment," American Educational Research Journal. 31(4) :
845 - 862 ; 1994.
- Bandura, Albert and Barry J Zimmerman and Martinez - Pons, Manuel. "Self - Motivation
for Academic Attainment : the Role of Self - Efficacy Beliefs and Personal Goal
Setting," American Educational Research Journal. 29(3) : 663 - 676 ; 1992.
- Fox, Nathan A. (Editor). "The Development of Emotion Regulation : Biological and
Behavioral Consideration." Monographs of the Society for Research in Child
Development. 59(2 - 3) : 309 ; Development, 1994.
- Goldenson, Robert M. (Editor in Chief). Longman Dictionary of Psychology and Psychiatry.
New York : Longman Inc., 1984.
- Gruenberg, Sidonie Matsner (Editor). The Encyclopedia of Child Care and Guidance.
New York : Doubledy & Company, Inc., 1954.
- Hughes, Charles L. Goal Setting : Key to Individual and Organizational Effectiveness.
Bombay : Taraporevala Publishing Industries Private Limited., 1976.
- Locke, Edwin A. "The Motivation Sequence, the Motivation Hub and the Motivation
Core," Organizational Behavior and Human Decision Process. 50 : 288 - 299 ;
1991.
- Locke, Edwin A. "Theory of Cognitive Self - Regulation : A Special Issue of Organizational
Behavior and Human Decision Process," Organizational Behavior and Human
Decision Process. 50(2) : 1991.

Latham, Gary P” and Locke, Edwin. “Self - Regulation Through Goal Setting,”

Organizational Behavior and Human Decision Process. 50 : 212 - 247 ;

1991.

Papalia, Danee, and Olds, Sally Wendkos. A Child's World Infancy Through Adolescence.

USA : Mc Graw - Hill Publishing Go., 1990.

Reber, Arthur S. Dictionary of Psychology. London : Penguin Group, 1985.

Worchel, Stephen and Others. Adjustment : Pathways to Personal Growth. USA :

Prentice Hall Inc., 1989.

ภาคผนวก

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง การกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จในการสอบ
เข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์

ตอนที่ 1

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อใช้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะที่ควรปลูกฝังให้มีในประชากรไทย อันน่าจะเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพประชากรไทย โดยพิจารณาความเหมาะสมด้านคุณวุฒิ วิทยุภาวะทางปัญญา กลุ่มนักศึกษาภาควิศวกรรมศาสตร์ จึงเป็นตัวแทนที่เหมาะสมที่สุด
2. กลุ่มตัวอย่างสำหรับแบบสอบถามนี้ใช้เฉพาะกลุ่มนักศึกษาที่สมัครเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐเป็นครั้งแรกในปีการศึกษา 2540
3. แบบสอบถามนี้ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 65 ข้อ เพื่อให้งานวิจัยนี้บรรลุผล
 - ขอให้ผู้ตอบตอบตามข้อเท็จจริงและครบตามจำนวนข้อที่มี
 - วิธีตอบให้ขีดเครื่องหมาย X ลงในช่องที่ตรงตามความจริงที่สุดเพียงข้อเดียว

เกณฑ์การประเมิน

เกณฑ์การประเมินแบ่งออกเป็น 7 ช่วง การแสดงความรู้สึกเห็นด้วย การลงมือปฏิบัติจริงหรือการให้ความสำคัญในความคิด ดังนี้

0%	หรือ ไม่เลย
1% - 20%	หรือ น้อยที่สุด
21% - 40%	หรือ น้อย
41% - 60%	หรือ ปานกลาง
61% - 80%	หรือ ค่อนข้างมาก
81% - 95%	หรือ มาก
96% - 100%	หรือ มากที่สุด

อนึ่งผู้วิจัยขอขอบพระคุณในความร่วมมือให้ข้อมูลที่เป็นองค์ความรู้ขั้นพื้นฐานในการพัฒนาคุณภาพประชากรไทย โดยข้อมูลที่รวบรวมสำหรับงานวิจัยนี้จะไม่ผลให้คุณและโทษแก่ผู้ตอบแบบสอบถามแต่จะเป็นประโยชน์ต่อสังคมไทยโดยรวมสืบไป

ตอนที่ 2

แบบสอบถามการกำหนดเป้าหมาย

ลำดับ ข้อ	ข้อคำถาม	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อย ที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้าง มาก	81- 99% มาก	100% มาก ที่สุด
	ตอนที่ 1 ช่วงเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัยสำหรับท่าน ได้ลงมือปฏิบัติจริงสำหรับการกระทำดังต่อไปนี้ ระดับใด							
1	ปรับการใช้เวลาหลังเลิกเรียนเพื่อเตรียมตัวสอบ							
2	กำหนดสิ่งที่จะต้องทำในวันหยุดเพื่อเป็นการเตรียมตัวสอบ							
3	ได้มีการวางแผนเตรียมความพร้อมด้านวิชาการ เช่น จัดเวลาทบทวนในเนื้อหาวิชาสอบ หรือเรียนพิเศษ ฯลฯ							
4	การประเมินให้รู้ถึงจุดอ่อนในการสอบที่ต้องปรับปรุงให้ดีขึ้น							
5	ปฏิบัติตามแนวทางเตรียมตัวสอบที่กำหนดไว้							
6	ให้ความสำคัญกับการปฏิบัติตามแนวทางที่เลือกเตรียมความพร้อม							

ลำดับข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อยที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้างมาก	81-99% มาก	100% มากที่สุด
	<u>ตอนที่ 2</u> <u>ในการเลือกคณะที่สอบเข้า</u> <u>ท่านให้ความสำคัญต่อการ</u> <u>กระทำหรือปัจจัยต่าง ๆ</u> <u>ดังต่อไปนี้ระดับใด</u>							
7	วางแผนว่าจะต้องทำ อย่างไรบ้างเพื่อที่จะสอบ เข้าให้ได้							
8	รวบรวมศึกษาข้อมูล ประกอบการตัดสินใจเลือก คณะที่สมัคร							
9	ผลดีต่อชีวิตในอนาคตได้ เรียนคณะนั้น ๆ							
	<u>ตอนที่ 3</u> <u>การเลือกแนวทางปฏิบัติ</u> <u>เพื่อเตรียมตัวสอบเข้า</u> <u>มหาวิทยาลัยที่ผ่านมาท่าน</u> <u>คิดว่าการกระทำหรือปัจจัย</u> <u>ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้มีความ</u> <u>ระดับใด</u>							
10	ความอดทนที่ต้องใช้							
11	ความเพียรพยายามที่ต้องใช้							
12	การกำหนดรูปแบบการ เตรียมสอบด้วยตนเอง							
13	แนวทางเตรียมตัวสอบที่ เลือกมาใช้สามารถปฏิบัติ ได้ในทุกภาวะที่แปรเปลี่ยน							
14	ตระหนักอยู่เสมอว่าต้องใช้ เวลาให้เป็นประโยชน์มาก ที่สุดอย่างไร							

ลำดับ ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เขามีหรือการปฏิบัติที่เขาทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อย ที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้าง มาก	81- 99% มาก	100% มาก ที่สุด
	ตอนที่ 4 ในการเลือกศึกษาต่อใน คณะวิศวกรรมศาสตร์ท่าน ได้ปฏิบัติตามแนวทางดัง ต่อไปนี้ระดับใด							
15	สอดคล้องตามความ สามารถที่น่าจะปรับปรุง ขึ้นได้							
16	คาดหวังมากก่อนที่จะต้อง เรียนต่อคณะวิศวกรรม ศาสตร์							
	ตอนที่ 5 ในช่วงการเตรียมตัวสอบ แต่ละชั้น ปัจจัยหรือการ กระทำดังต่อไปนี้ให้มีผลให้ ท่านเกิดความรู้สึกลักษณะ ต่าง ๆ ในระดับใด							
17	มั่นใจในการสอบมากขึ้น เมื่อสามารถทำความเข้าใจ เนื้อหาวิชาสอบที่สงสัยได้							
18	พึงพอใจกับแนวทางเตรียม ตัวสอบที่ได้เลือกมาใช้							
19	ไม่ชอบเรียนวิชาเลข							
20	ถ้าไม่ได้เรียนในคณะ วิศวกรรมศาสตร์ จะรู้สึก เสียใจ							

ลำดับ ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อย ที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้าง มาก	81- 99% มาก	100% มาก ที่สุด
	ตอนที่ 6 ท่านเห็นด้วยกับข้อความดัง ต่อไปนี้ระดับใด							
21	ความสำเร็จในการสอบเข้า ได้ ขึ้นอยู่กับความรับผิดชอบ ของท่านโดยตรง							
22	ถ้าต้องการต้องทำได้							
23	แนวทางเตรียมตัวสอบที่ เลือกมาใช้มีความชัดเจน ปฏิบัติได้จริง							
24	แนวทางการเตรียมตัวสอบ ที่เลือกมาใช้มีประสิทธิผล							
25	ก่อนการฝึกทำแบบทดสอบ เก่า ๆ ควรได้ทบทวนเนื้อหา ที่เรียนมาทั้งหมดให้เข้าใจ							
26	การเรียนคณะวิศวกรรม ศาสตร์ทำให้ได้เรียนรู้ใน สิ่งแปลกใหม่							
27	การเป็นวิศวกรต้องมีความ ชำนาญในวิทยาศาสตร์และ เทคโนโลยีด้านต่าง ๆ มาก กว่าสาขาวิชาชีพอื่น							
28	การทำความเข้าใจเนื้อหา วิชาเรียนในห้องเป็นแนว ทางเตรียมสอบที่ดี							

ลำดับข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อยที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้างมาก	81-99% มาก	100% มากที่สุด
	ตอนที่ 7 ในการเลือกศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์ท่านได้พิจารณาให้มีความสำคัญต่อปัจจัยดังต่อไปนี้ระดับใด							
29	ความหมายของผลการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมต่อตนเอง							
	ตอนที่ 8 ผลการสอบของท่านได้รับอิทธิพลอย่างไรอย่างหนึ่งจากปัจจัยและการกระทำดังต่อไปนี้ระดับใด							
30	ความเหมาะสมของแนวทางการเตรียมตัวสอบที่นำมาใช้							
31	ความเหมาะสมของระยะเวลาสำหรับการปฏิบัติ							
32	การใช้เวลาปฏิบัติตามแนวทางการเตรียมตัว							
33	ผลเรียนโดยเฉลี่ยของวิชาเลข							
34	ตอนที่ 9 ท่านปรับตัวต่อผลกระทบของแนวทางใด ๆ ที่นำมาใช้เตรียมตัวสอบในลักษณะต่าง ๆ โดยคำนึงถึงเงื่อนไขต่าง ๆ อย่างไรปรับตัวตามผลกระทบนั้นภายใต้ข้อจำกัดที่เผชิญ							

ลำดับข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อยที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้างมาก	81-99% มาก	100% มากที่สุด
	ตอนที่ 10 เมื่อพบว่าการเตรียมตัวสอบ ของคนรุ่นก่อน ๆ ที่ทำให้ สามารถสอบเข้าได้คือ การ ปฏิบัติตามแนวทางใดแนว ทางหนึ่งมีผลให้ท่านตัดสินใจ ในประเด็นดังต่อไปนี้ อย่างไร							
35	การได้ศึกษาต่อในคณะ วิศวกรรมศาสตร์ในขณะนี้ เป็นการเลือกที่สอดคล้อง ต่อความพึงพอใจ							

แบบสอบถามการกำกับตนเอง

ลำดับข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อยที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้างมาก	81-99% มาก	100% มากที่สุด
	ตอนที่ 1 ช่วงเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัยสำหรับท่าน ต้องมี <u>ปฏิบัติจริง</u> สำหรับการกระทำดังต่อไปนี้ระดับใด							
1	<u>ใคร่ครวญ</u> ถึงระดับความเหมาะสมในการปฏิบัติของแนวทางเตรียมตัวสอบที่จะนำมาใช้							
2	<u>ปฏิบัติตาม</u> แนวทางการเตรียมตัวสอบที่กำหนดหรือคิดขึ้น							
3	<u>ใคร่ครวญ</u> ความเหมาะสมของแนวทางการเตรียมตัวสอบต่อระดับความสามารถของตนเอง							
4	<u>สามารถใช้</u> สมาธิกับการอ่านและทำความเข้าใจในเนื้อหาวิชาสอบเมื่อต้องการได้							
5	พยายามทำความเข้าใจในเนื้อหาวิชาที่มีความซับซ้อนจนเข้าใจ							

ถ้า ดับ ข้อ	ข้อคำถาม	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่ เคย	1-20% น้อย ที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้าง มาก	81- 99% มาก	100% มาก ที่สุด
	<u>ตอนที่ 2</u> <u>ในการเลือกคณะที่สอบเข้า</u> <u>ท่านให้ความสำคัญต่อ</u> <u>การกระทำหรือปัจจัยต่าง ๆ</u> <u>ดังต่อไปนี้ระดับใด</u>							
6	ความรู้ในวิชาพื้นฐานคือ เลข เคมี ฟิสิกส์ และภาษา อังกฤษ							
7	ความเข้าใจในชั้นเรียนที่จะ นำมาประยุกต์ใช้ได้							
	<u>ตอนที่ 3</u> <u>การเลือกแนวทางปฏิบัติ</u> <u>เพื่อเตรียมตัวสอบเข้า</u> <u>มหาวิทยาลัยที่ผ่านมามีท่าน</u> <u>คิดว่าการกระทำหรือปัจจัย</u> <u>ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้มีความ</u> <u>ระดับใด</u>							
8	เลือกตามแนวทางที่คิดว่า สามารถทำได้ดีที่สุด							
9	ยอมเลือกที่จะปรับเปลี่ยน กิจวัตรปกติหลายประการ							
10	ความเข้าใจหลักการของ เนื้อหาวิชาที่ใช้สอบ							
11	การมีบทบาทในการเตรียม สอบด้วยตนเอง							
12	ประสิทธิผลของแนวทางที่ จะนำมาใช้							

ลำดับ ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อย ที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้าง มาก	81- 99% มาก	100% มาก ที่สุด
13	ความสามารถจดจำในหลัก การของวิชาที่ใช้สอบได้ อย่างแม่นยำ							
14	ความเป็นไปได้ตามที่ตน เองจะปฏิบัติได้							
	<u>ตอนที่ 4</u> ในการเลือกศึกษาต่อใน คณะวิศวกรรมศาสตร์ท่าน ได้ปฏิบัติตามแนวทางดัง ต่อไปนี้ระดับใด							
15	สอดคล้องตามความนัด							
	<u>ตอนที่ 5</u> ในช่วงการเตรียมตัวสอบ แต่ละชั้น บังคับหรือการ กระทำดังต่อไปนี้ส่งผลให้ ท่านเกิดความรู้สึกลักษณะ ต่าง ๆ ในระดับใด							
16	ยิ่งใกล้วันสอบยิ่งมั่นใจมาก ขึ้น							
17	รู้สึกพร้อมที่จะฟันฝ่า อุปสรรคทุกรูปแบบ							
	<u>ตอนที่ 6</u> ท่านเห็นด้วยกับข้อความดัง ต่อไปนี้ระดับใด							
18	ยิ่งใกล้วันสอบยิ่งต้องรักษา ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพ จิตให้ดี							

ลำดับ ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อย ที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้าง มาก	81- 99% มาก	100% มาก ที่สุด
19	ตามความสามารถเดิมอาจ สอบไม่ได้แต่เชื่อว่า สามารถพัฒนาทักษะความ สามารถให้ดีขึ้นได้							
20	เมื่อมีแนวทางที่ช่วยให้สอบ คิดได้แน่แม้จะผิดระเบียบ ปฏิบัติอยู่บ้าง ก็น่าจะลอง ใช้แนวทางนั้นถ้าไม่มีใครรู้							
	<u>ตอนที่ 7</u> ในการเลือกศึกษาต่อใน คณะวิศวกรรมศาสตร์ท่าน ได้พิจารณาให้สำคัญ ต่อปัจจัยดังต่อไปนี้ระดับ ใด							
21	สอดคล้องกับทั้งความ ต้องการของผู้ปกครองและ ตนเอง							
	<u>ตอนที่ 8</u> ผลการสอบของท่านได้รับ อิทธิพลอย่างใดอย่างหนึ่ง จากปัจจัยและการกระทำดัง ต่อไปนี้ระดับใด							
22	ตามแผนการเตรียมตัวสอบ เดิมต้องมีการปรับเปลี่ยน จนได้ผลที่ต้องการ							
23	การเพิ่มความจริงจังใน การเตรียมความพร้อม							

ลำดับข้อ	ข้อคำถาม	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อยที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้างมาก	81-99% มาก	100% มากที่สุด
	ตอนที่ 9 ท่านปรับตัวต่อผลกระทบ ของแนวทางใด ๆ ที่นำมา ใช้เตรียมตัวสอบใน ลักษณะต่าง ๆ โดยคำนึงถึง เงื่อนไขต่าง ๆ อย่างไร							
24	ปรับตัวตามผลกระทบนั้น ให้เตรียมความพร้อมได้							
25	ปรับตัวตามผลกระทบนั้น ให้เตรียมข้อจำกัดที่เผชิญ							
26	ผลกระทบที่เกิดขึ้นต้องช่วย เพิ่มหรืออย่างน้อยรักษา โอกาสในการสอบเข้าได้							
	ตอนที่ 10 เมื่อพบว่าการเตรียมตัวสอบ ของคนรุ่นก่อน ๆ ที่ทำให้ สามารถสอบเข้าได้คือ การ ปฏิบัติตามแนวทางใดแนว ทางหนึ่งมีผลให้ท่านตัดสินใจ ในประเด็นดังต่อไปนี้ อย่างไร							
27	พิจารณาข้อดีที่เหมาะสมกับ การปฏิบัติของตนมา ประยุกต์ใช้							
28	แนวทางนั้นอาจจะดีใน หลักการ การนำมาใช้ สำหรับแต่ละคนต้องปรับ ไปตามความเหมาะสมของ เงื่อนไขที่แตกต่างกัน							

ลำดับ ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดหรือความรู้สึกที่เคยมีหรือการปฏิบัติที่เคยทำได้						
		0% ไม่เคย	1-20% น้อยที่สุด	21-40% น้อย	41-60% ปานกลาง	61-80% ค่อนข้างมาก	81-99% มาก	100% มากที่สุด
	ตอนที่ 11 ผลการสอบเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยของรัฐช่วยสะท้อนปัจจัยเหล่านี้ได้ในระดับใด							
29	ความอดทน							
30	ความเพียรพยายาม							

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวพัฒนา พลอยประไพ
เกิดวันที่	3 เดือนธันวาคม พุทธศักราช 2508
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลศิริราช จังหวัดกรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 912/2 หมู่ที่ 12 ตำบลบางนา อำเภอพระโขนง จังหวัดกรุงเทพมหานคร 10260
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ.2527	มัธยมศึกษาจากโรงเรียนราชวินิตบางแก้ว
พ.ศ.2532	เศรษฐศาสตร์บัณฑิต จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
พ.ศ.2540	การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

**การกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองกับการประสบความสำเร็จ
ในการสอบเข้าศึกษาต่อในคณะวิศวกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยของรัฐ**

**บทคัดย่อ
ของ
พัฒนา พลอยประไพ**

**เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤษภาคม 2541**

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ

1. ศึกษาทิศทางของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

2. เปรียบเทียบสหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

3. เปรียบเทียบการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จในการสอบคัดเลือกเข้าศึกษาในคณะวิศวกรรมศาสตร์ ในมหาวิทยาลัยของรัฐ จำนวนกลุ่มละ 400 คน โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าคือ แบบสอบถามเรื่องการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเอง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน, ฟิชเชอร์ซี และทดสอบค่าที

ผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้

1. การกำหนดเป้าหมายสัมพันธ์ทางบวกกับการกำกับตนเองในระดับที่ค่อนข้างสูง
2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดเป้าหมายและการกำกับตนเองของกลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเอง และองค์ประกอบย่อยของการตั้งเป้าหมายกับการตั้งเป้าหมายและองค์ประกอบย่อยของการกำกับตนเอง สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ประสบความสำเร็จตามองค์ประกอบดังต่อไปนี้
1) ความสามารถในการเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมต่อการตัดสินใจเตรียมความพร้อมในการสอบกับการกำกับตนเอง 2) ความสามารถเข้าใจถึงอิทธิพลของเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมและสังคมที่มีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ในการสอบเข้าศึกษาต่อคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยของรัฐ กับการกำกับตนเอง 3) ความสามารถในการวางแผนกับการกำกับตนเอง และ 4) ความยืดหยุ่นในการกำกับตนเองกับการกำหนดเป้าหมาย

4. กลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จมีการกำหนดเป้าหมายสูงกว่ากลุ่มนักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**GOAL SETTING, SELF - REGULATION AND SUCCESS ON
THE EXAMINATION TO ENGINEERING FACULTY
OF STATE UNIVERSITY**

**AN ABSTRACT
BY
PATTANA PLOYPRAPAI**

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

May 1998

The purposes of this research were

1. to investigate the direction of correlation of goal setting and self - regulation of the sample groups who were able and not able to success to entrance engineering faculty of state University,
2. to compare the correlation between goal setting and self - regulation of success and unsuccess group, and
3. to compare goal setting and self - regulation between success and unsuccess group.

The subjects were fresher students who were success and unsuccess on the examination to Engineering Faculty of State University. 400 fresher students in each group were drawn by purposive random sampling. The instruments were questionnaire of goal setting, self - regulation. The statistics for data analyzing were Pearson Product Moment Correlation, Fisher's Z test, and t - test.

The results were as follow :

1. There was high positive correlation between goal setting and self - regulation in both group.
2. There was no significantly difference of goal setting and self - regulation correlation between the above two sample groups.
3. The samples who were success had higher correlation between some factors of goal setting and self - regulation and some factors of self - regulation and goal setting than the ones who were unsuccess. The factors were as follows :
 - 1) Ability to understand the external factor influence on decision making of how or what practice standard to pass Engineering Faculty entrance examination and self - regulation.
 - 2) External factor influence realization and self - regulation.
 - 3) Self - plan ability and self - regulation.
 - 4) Flexibility and goal setting capability.

4. The samples who were success to entrance State University Engineering Faculty had got significantly higher Goal Setting than the ones who were unsnccess at the level of significant of .05

5. The samples who were success to entrance State University Engineering Faculty had got significantly higher self - Regulation than the ones who were unsucess at the level of significant of .05