

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาและค้นคว้าทฤษฎี ความรู้ที่เกี่ยวข้องมาเป็นกรอบในการศึกษาดังนี้

#### 2.1 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมการเรียน อันได้แก่

2.1.1 เจตคติในการเรียน

2.1.2 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

2.1.3 การจัดการกับเวลาทางการเรียน

2.1.4 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียน

2.1.5 การมีสมาธิต่อการเรียน

2.1.6 กระบวนการรวบรวมข้อมูล

2.1.7 วิธีเลือกใจความสำคัญและจดจำเนื้อหาที่สำคัญของบทเรียน

2.1.8 การใช้เทคนิคและเครื่องมืออุปกรณ์ช่วยเหลือในการเรียน

2.1.9 การทดสอบตนเอง การทบทวน และการเตรียมตัวในการเรียน

2.1.10 ยุทธวิธีในการสอบและการเตรียมตัวสอบ

#### 2.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### 2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 2.1 พฤติกรรมการเรียน

##### ความหมายของพฤติกรรมการเรียน

ความหมายของคำว่าพฤติกรรมการเรียน (learning behaviors) มีคำอื่น ๆ ที่มีความหมายเหมือนกัน ได้แก่ ทักษะการเรียน (study skills) เทคนิคการเรียน (study techniques)นิสัยในการเรียน (study habits) และยุทธวิธีการเรียน (learning strategies) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำเสนอความหมายพฤติกรรมการเรียน ทักษะการเรียน เทคนิคการเรียน นิสัยในการเรียน และยุทธวิธีการเรียน ไว้ดังนี้

Holtzman (1965, p. 17) ได้กล่าวถึงนิสัยในการเรียนว่ามีพฤติกรรมการเรียนที่แสดงออกอย่างสม่ำเสมอเกี่ยวกับการใช้เวลาเรียน รู้จักใช้เวลาในการเรียนได้อย่างเหมาะสม รู้จักแบ่งเวลา ไม่ผัดผ่อนและหลีกเลี่ยงและปฏิบัติงานได้รับมอบหมายทันเวลา

Wrenn and Larsen (1969, pp. 1-4) ได้เสนอว่าทักษะในการเรียนและเทคนิคในการเรียนเป็นลักษณะของพฤติกรรมแบบหนึ่งและเป็นส่วนหนึ่งของนิสัยในการเรียน ซึ่งนิสัยใน

การเรียนรู้ (study habits) เป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลที่แสดงออกหรือกระทำ ในการเรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งของและบุคคล (Jearakul, 1976, p. 15) ซึ่งลักษณะนิสัยในการเรียนนั้นจะรวมไปถึง เทคนิคในการเรียน และทักษะในการเรียนด้วย (วิชชุดา เตียวสกุล, 2529, หน้า 6) เช่นเดียวกับ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2538, หน้า 1) ที่กล่าวว่านิสัยในการเรียน หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกอย่างสม่ำเสมอ แสดงถึงความพอใจและมุ่งมั่นที่จะศึกษาหาความรู้ให้บรรลุผลสำเร็จ ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวประกอบด้วยความตั้งใจ และเอาใจใส่ในการเรียน การวางแผนและการจัดระบบการเรียน มีความมุ่งมั่นที่จะแสวงหาความรู้ และพัฒนาการเรียนให้ดีขึ้นเรื่อย ๆ โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มีความคิดริเริ่ม ขยัน อดทน รับผิดชอบ ฟังตนเอง และมีความภาคภูมิใจในผลการเรียนของตน

Weinstein and Mayer (1986, p. 315) ให้ความหมายว่า เป็นพฤติกรรมของผู้เรียนที่แสดงให้เห็นว่าผู้เรียนมีกระบวนการศึกษาหาความรู้อย่างไร ตัวอย่างเช่น การขีดเส้นใต้ข้อความที่สำคัญ ๆ การสรุปประเด็นสำคัญของสิ่งที่เรียน หรือการแสวงหาความรู้เพิ่มเติมเพื่อให้สิ่งที่เรียนกระจ่างขึ้น

Cranston and Mccort (1985, p. 136) ได้ให้ความเห็นว่าพฤติกรรมในการเรียนของผู้เรียนและเจตคติของผู้เรียนที่มีต่อการเรียน การสอน ผู้สอน และสัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง วิธีการเรียนของผู้เรียนที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าขณะนั่นเอง

ธีรยุทธ์ เสนิยวงศ์ ณ อยุธยา (2525, หน้า 33) ได้อธิบายความหมายและลักษณะของพฤติกรรมการเรียนพอสรุปได้ว่า พฤติกรรมการเรียน หมายถึง การกระทำหรือกิจกรรมที่นักเรียนแสดงออกเพื่อมุ่งพัฒนาในด้านความรู้ เจตคติ และทักษะตามจุดมุ่งหมายที่ได้กำหนดไว้ในวิชาต่าง ๆ

สุมานัน รุ่งเรืองธรรม (2526, หน้า 33) ได้สรุปว่าพฤติกรรมการเรียนของผู้เรียน มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้ผู้เรียนมีความเจริญสูงสุด โดยผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ ดังนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่าพฤติกรรมการเรียนของผู้เรียนก็คือ สิ่งที่บุคคลกระทำขณะทีเรียนนั่นเอง

โสภา ชูพิกุลชัย (2528, หน้า 111) ให้ความหมายของพฤติกรรมการเรียน หมายถึง การกระทำ หรือกิจกรรมที่นักเรียนแสดงออกในด้านการเรียน การตอบสนองหรือปฏิกิริยาที่นักเรียนมีต่อประสบการณ์ สิ่งแวดล้อมในขณะที่เรียนด้วย ดังนั้นพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนนั้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของนักเรียนเป็นสำคัญ

ภิญโญ สาร (2531, หน้า 16) ได้สรุปถึงพฤติกรรมการเรียนที่ดี คือ การปฏิบัติตัวทั้งในและนอกห้องเรียน โดยนักเรียนควรให้ความสนใจเฉพาะสิ่งที่ครูสอนเท่านั้น ถ้าช่วงใดฟังครูอธิบายไม่ทันหรือไม่เข้าใจแจ่มแจ้งควรยกมือถามทันที ถ้าช่วงใดฟังหรือจดคำอธิบายไม่ทันควรเว้นที่จดไว้ภายหลังแล้วรีบจดในสิ่งที่ครูกำลังพูดอยู่ การจดคำอธิบายควรจดจากความ

เข้าใจของนักเรียนเอง เมื่ออยู่นอกห้องเรียน นักเรียนควรทำแบบฝึกหัดที่ครูสั่งหรือลงทบทวนดูในสิ่งที่เรียนมาแล้วในชั้นเรียน และทำตารางเวลาส่วนตัวประจำสัปดาห์เพื่อวางแผนในการเรียน

ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ (2541, หน้า 7) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการเรียนว่า หมายถึง การปฏิบัติตัวทางการเรียนของนักเรียนทั้งในและนอกห้องเรียน ได้แก่

1. การปฏิบัติตัวในห้องเรียนที่โรงเรียน ขณะที่ครูกำลังสอนในชั้นเรียน ได้แก่ การนำอุปกรณ์มาเรียนครบ เข้าชั้นเรียนตรงเวลา ตั้งใจฟังครูสอน จดคำอธิบายของครูสรุปเป็นความเข้าใจของนักเรียนเอง

2. การปฏิบัติตัวนอกห้องเรียน ได้แก่ ทบทวนบทเรียน ทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จและส่งตามกำหนดเวลา ไม่ละเลยหรือหลีกเลี่ยงงานที่ได้รับมอบหมาย พยายามติดตามผลงานของตนที่ได้ทำไปแล้วเพื่อแก้ไขปรับปรุงงานที่ทำบกพร่องให้ดียิ่งขึ้น

จากการศึกษาของกึ่งกาญจน์ ปานทอง (2545) สรุปว่า ความหมายของพฤติกรรม การเรียนว่า หมายถึง การปฏิบัติตัวของนักศึกษาเกี่ยวกับการเรียนทั้งในและนอกห้องเรียนได้อย่างเหมาะสมกับวัน เวลา และสถานที่ ได้แก่ การแบ่งเวลาในการเรียน การฟัง การอ่าน การจดโน้ตเพื่อช่วยจำ การส่งการบ้าน การทบทวนบทเรียน และการเตรียมตัวสอบ เป็นต้น

กรมวิชาการ (2542) ได้มีแนวทางการเสริมสร้างประสิทธิภาพทางการเรียน มีการจัดรูปแบบการส่งเสริมประสิทธิภาพการเรียนรู้ที่สำคัญ มีองค์ประกอบเป็นจิตใจ ได้แก่ เจตคติที่ดี มีแรงจูงใจ ลักษณะเฉพาะในการเรียน ได้แก่ รูปแบบการเรียนรู้ นิสัยในการเรียน ความพร้อม ได้แก่ การใช้เวลา สิ่งแวดล้อม สภาพร่างกาย และวิธีการเรียน ได้แก่ การจำ การคิด การฟัง การอ่าน การเขียน โดยจัดกิจกรรมสนับสนุนมีขอบข่ายเนื้อหา ต่าง ๆ เช่น การกำหนดเป้าหมายการเรียน การปลูกฝังเจตคติและแรงจูงใจในการเรียน การสำรวจนิสัยทางการเรียน การสำรวจลีลาการเรียนรู้ การบริหารเวลาให้เหมาะสม การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ การฝึกทักษะการคิดรวบยอด การคิดอย่างเป็นระบบการพัฒนาทักษะการอ่าน ฝึกทักษะการฟัง การเขียน การจดบันทึก และการพูด ฝึกทักษะในการจำ สร้างนิสัยใฝ่เรียนรู้ การเตรียมตัวสอบ เพื่อให้ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเรียน รู้จักลักษณะเฉพาะในการเรียน อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และมีวิธีการเรียนที่ดี และสามารถพัฒนาตนเองได้ เน้นการสร้างพฤติกรรมที่ดีให้แก่ผู้เรียน

จากการศึกษาของพรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช (2547) สรุปว่า ความหมายของพฤติกรรมการเรียน หมายถึง การกระทำกิจกรรม การตอบสนอง ปฏิบัติ หรือวิธีการและเทคนิคในการเรียนของนักเรียน ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความรู้ ทักษะ เจตคติ ใ้ับบรรลุจุดประสงค์ที่กำหนดในวิชาต่าง ๆ โดยมีการแสดงออกอย่างสม่ำเสมอด้วยความพึงพอใจ และมานะพยายามที่จะพัฒนาการเรียนให้ดีขึ้นโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

จากการศึกษาของสุทัศน์ สี่แก้วเขียว (2548) สรุปว่า ความหมายของพฤติกรรมในการเรียน หมายถึง เป็นพฤติกรรมที่สืบเนื่องมาจากทักษะในการเรียนและเทคนิค ในการเรียน สำหรับนักศึกษาอาจถือได้ว่าเป็นเทคนิคในการเรียนอย่างหนึ่ง ซึ่งก่อให้เกิดพฤติกรรมทางด้านการเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำ โดยพฤติกรรมส่วนนี้มาจากเทคนิคในการเรียน รวมถึงการทำงานและการใช้เวลาอย่างเหมาะสมของนักศึกษาด้วย

จากความหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าพฤติกรรมการเรียนเป็นการแสดงออกในการปฏิบัติตัวของนักศึกษาเกี่ยวกับการเรียนทั้งในและนอกห้องเรียนอย่างสม่ำเสมอเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียนซึ่งสามารถพัฒนาด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การรู้จักใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพ มีการเตรียมตัวในการเรียน การจดบันทึก การมีสมาธิการจำ การใช้เทคนิคต่าง ๆ การอ่าน การเลือกใจความสำคัญ กระบวนการรวบรวมข้อมูล หรือการเตรียมตัวสอบ และพฤติกรรมการเรียนที่พัฒนาด้วยการฝึกฝนและมีประสบการณ์ โดยเฉพาะวิธีการเรียนที่มีการปฏิบัติเป็นประจำหรือปฏิบัติบ่อยครั้งจะนำไปสู่นิสัยในการเรียนที่ดี ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความรู้ทักษะ เจตคติ ให้บรรลุจุดประสงค์ที่กำหนดในการเรียน

### 2.1.1 เจตคติในการเรียน

เจตคติในการเรียน ถือเป็นตัวแปรหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งในความหมายของเจตคติ ชัยวัฒน์ แสงศรี (2538, หน้า 53) กล่าวว่า เจตคติเป็นความรู้สึก ความคิดที่บุคคลมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เป็นผลมาจากประสบการณ์หรือสิ่งแวดล้อม ความรู้สึก และความคิดดังกล่าวเป็นไปได้ในทางชอบหรือไม่ชอบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย อันมีแนวโน้มที่จะให้บุคคลแสดงปฏิกิริยาและกระทำต่อสิ่งนั้น ๆ ทั้งในการสนับสนุนและต่อต้าน เจตคติ เป็นสิ่งที่ไม่สามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจน การที่เราจะทราบเจตคติของบุคคลหนึ่งได้ ก็ต้องใช้วิธีแปลความหมายของการแสดงออก ซึ่งอาจจะเป็นแบบหนึ่งขององค์ประกอบของเจตคติก็ได้ ส่วนเจตคติทางการเรียนนั้น

วิชชุดา เตียวสกุล (2529, หน้า 14) กล่าวถึงเจตคติทางการเรียน ว่าเป็นความรู้สึกและความคิดเห็นที่มีต่อความรู้ต่อการศึกษา ทั้งทางด้านการเรียนการสอน คือยอมรับตัวครูและคุณค่าทางการศึกษา สอดคล้องกับ สูดฤทัย มุขยวงศา (2533, หน้า 7) ที่อธิบายเจตคติในการเรียนว่าเป็นสภาพทางอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมที่แสดงออก เพื่อตอบสนองต่อครู โรงเรียนและระบบการศึกษา เกิดจากประสบการณ์และการเรียนรู้ ซึ่งแสดงออกมาได้ 2 ด้าน คือ

1. เจตคติในทางที่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจ สนใจมาเรียนสม่ำเสมอ ยอมรับความสามารถ และวิธีการของครู เห็นคุณค่าของการศึกษา

2. เจตคติในทางที่ไม่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะของความไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ชอบครู ไม่ตั้งใจเรียน ขาดเรียนบ่อย ๆ ไม่เห็นคุณค่าของการศึกษา

นภาพร เมษรักขานิช (2515) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยในการเรียน เจตคติในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้แบบสำรวจนิสัยในการเรียนและเจตคติในการเรียนของ วิลเลียม เอฟ บราวน์ และเวน เอช โฮลซ์แมน ได้ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนในเขตพระนคร จำนวน 400 คน ผลการวิจัย พบว่า นิสัยในการเรียนและเจตคติในการเรียน มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีนิสัยในการเรียนและเจตคติในการเรียนดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ นักเรียนชายและหญิงมีนิสัยในการเรียนและเจตคติในการเรียนดีไม่แตกต่างกัน

สุวิมล ว่องวานิช (2522) ศึกษาเรื่อง สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างองค์ประกอบด้านเชาวน์ปัญญา ปัญหาส่วนตัว นิสัย และเจตคติในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 1,175 คน ผลการวิจัย พบว่า เมื่อใช้เชาวน์ปัญญา ปัญหาส่วนตัว นิสัย และเจตคติในการเรียนเป็นตัวทำนาย สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่าง ตัวทำนายทั้ง 3 ตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ส่วนใหญ่มีนิสัยในการเรียนดี เป็นต้นว่า มีวิธีทำงานดี มีการทบทวนบทเรียนที่เรียนไปแล้วเสมอ มีการจดบันทึกย่อหรือส่งงานตามที่ครูมอบหมายตามกำหนด เพราะมองเห็นว่าการศึกษาย่จะช่วยให้ตนเองประสบความสำเร็จ ในชีวิตได้

เทอด แก้วศิริ (2529) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของนิสัยทางการเรียน และเจตคติต่อการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 การศึกษา 2526 จำนวน 606 คน ผลการวิจัย พบว่า องค์ประกอบของนิสัยทางการเรียนที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 มี 6 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบสมาธิในการทำงาน การหลีกเลี่ยงข้อตำหนิ การควบคุมอารมณ์ การแก้ปัญหา การเรียน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความสมบูรณ์ของแบบอย่าง องค์ประกอบของนิสัยทางการเรียนที่สามารถร่วมกันทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 5 องค์ประกอบ โดยเรียงตามลำดับความสำคัญของการทำนาย คือ องค์ประกอบ การหลีกเลี่ยงข้อตำหนิแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การแก้ไขปัญหาคเรียน การค้นคว้าและการวางแผนการเรียนการควบคุมอารมณ์

สุริย์ ประกายจันทร์ (2532) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยทางการเรียนเจตคติทางการเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในกลุ่มวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาลเมืองอุดรดิษฐ์ จังหวัดอุดรดิษฐ์ พบว่า นิสัย

ทางการเรียน เจตคติทางการเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กล่าวคือ ถ้าผู้เรียนมีนิสัยทางการเรียน เจตคติทางการเรียนที่ดี มีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนสูง

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น สรุปว่า เจตคติเป็นความรู้สึก ความคิดของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์ในทางการเรียน นักศึกษาจะแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจ และสนใจเรียนอย่างสม่ำเสมอ จึงส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดี มีแนวโน้มประสบความสำเร็จในการศึกษาสูง ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมติฐานในการวิจัยเพื่อศึกษาว่าพฤติกรรมการเรียนด้านเจตคติทางการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### 2.1.2 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง แรงจูงใจที่เป็นแรงขับให้บุคคลพยายามที่จะประกอบพฤติกรรมที่จะประสบสัมฤทธิ์ผลตามมาตรฐานความเป็นเลิศ และมีผู้ศึกษาวิจัยไว้ดังนี้

Bendig (1958) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายของมหาวิทยาลัยเพิตส์เบิร์ก จำนวน 110 คน ผลปรากฏว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับคะแนนเฉลี่ย (GPA) ของการสอบในภาคเรียนก่อน ได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.22

Myers (1965) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ สมรรถภาพทางสมอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 524 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.50 และ 0.48 ตามลำดับ

Furst (1966) ได้ปรับปรุงแบบทดสอบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ Myers ไปใช้กับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 288 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์กับคะแนนเฉลี่ย (GPA) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

Frymier and Wells (1966) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาในมลรัฐโอไฮโอ จำนวน 339 คน โดยแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกับกลุ่ม ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ จากนั้นนำคะแนนจากแบบทดสอบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มาหาค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์กับคะแนนจากระเบียบสะสม พบว่า นักเรียนที่มีแรงจูงใจใฝ่ฤทธิ์สูงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่านักเรียนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

Weiner (1972, p. 158) ได้สรุปลักษณะเด่นของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงเปรียบเทียบกับผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำไว้ดังนี้

1. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง ตั้งใจทำงานดีกว่า อดทนต่อความล้มเหลวสูง ชอบเลือกงานสลับซับซ้อนมากกว่าผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ
2. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง ชอบริเริ่มกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความคิดของตัวเองมากกว่าและภูมิใจที่ได้เลือกงานยากมากกว่าผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

เมธี โพธิพัฒน์ (2523) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ และความซื่อสัตย์ของเด็กไทย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 มัธยมศึกษาปีที่ 2 และมัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนรัฐบาลในกรุงเทพมหานคร จันทบุรี สมุทรปราการ ตาก เลย และสงขลา จำนวน 886 คน โดยใช้แบบสอบถามวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ปรากฏว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สถิต วงศ์สวรรค์ (2527, หน้า 14) กล่าวถึง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่าเป็นความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จในงาน เช่นเดียวกับ รุจิรา เขาวมาดย์ (2541, หน้า 13) ได้อธิบายว่าใฝ่สัมฤทธิ์นั้นส่งผลต่อการเรียนของผู้เรียนเป็นสิ่งที่ผู้เรียนคาดหวังเพื่อก้าวไปสู่ความสำเร็จหรือสัมฤทธิ์ผลที่ได้ตั้งไว้ ผู้ที่ประสบความสำเร็จจะเป็นผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง

นลินี นินทบดี (2532) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เจตคติต่อวิชาสังคมศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดสังเวช กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 495 คน พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เจตคติต่อวิชาสังคมศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษา มีความสัมพันธ์ในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วันชัย ดนัยตโมนุท (2535) ศึกษาเรื่อง คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดปทุมธานี ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความขยันหมั่นเพียรในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

ประธาน วัฒนาวณิชย์ (2537, หน้า 31-35) กล่าวว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นการทำให้มีความศรัทธาอยากเรียน นับว่าเป็นสิ่งที่จำเป็นอันดับแรกของการเรียน และเป็นความสำเร็จไปแล้วเกินครึ่ง วิธีการกระตุ้นให้นักศึกษาเกิดความอยากเรียน คือ ต้องเร้าใจตนเองให้เกิดความสนใจอยากเรียน

สุกัญญา สามปรู (2539) ศึกษาเรื่อง องค์ประกอบด้านจิตวิทยา ที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดนครราชสีมา พบว่า องค์ประกอบด้านจิตวิทยามีความสัมพันธ์ทางบวกกับ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนตัวแปรที่สามารถร่วมกันพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ นิสัยทางการเรียนและความสนใจทางการเรียน

อดิพร นฤนาทชีวิน (2547) ศึกษาเรื่อง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และบุคลิกภาพห้ำหั่นองค์ประกอบที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนรู้ของวัยรุ่นที่เรียนดนตรี ในเขตกรุงเทพมหานครพบว่า วัยรุ่นที่เรียนดนตรีที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมีพฤติกรรมการเรียนรู้ดีกว่าวัยรุ่นที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง ความปรารถนาของบุคคลที่ต้องการจะได้รับผลสำเร็จในงานนั้น ด้วยเหตุนี้แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ จึงมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งถ้าผู้เรียนมีแรงจูงใจในการเรียนสูง เช่น มีความตั้งใจเรียนต้องการจะประสบผลสำเร็จในการเรียน จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงด้วยเช่นกัน

### 2.1.3 การจัดการกับเวลาทางการเรียน

สำหรับการจัดเวลาในการเรียน ซึ่งเป็นการวางแผน เป็นการ จัดตารางการเรียนของนักศึกษา และเป็นตัวแปรหนึ่งของพฤติกรรม การเรียน การจัดการเวลาในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีผู้ได้ศึกษาวิจัยดังนี้

Humphreys (1960) ศึกษาความสัมพันธ์ของกิจกรรมนอกโรงเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า เด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้เวลาในการทำกิจกรรมนอกโรงเรียน เช่น การอ่านหนังสือ งานศิลปะ และกิจกรรมทางสังคมค่อนข้างสูงมาก เด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำใช้เวลาส่วนใหญ่ในการดูโทรทัศน์ ร้องเพลง และการเล่นเกมนต่าง ๆ

Uris (1970) ได้แบ่งเวลาออกเป็น 3 ประเภท ตามลักษณะงานที่ต้องใช้แตกต่างกัน คือ

1. เวลาที่ต้องใช้อย่างคงที่ (fixed) ได้แก่ เรื่องที่ต้องปฏิบัติในสัปดาห์ที่มีลักษณะสม่ำเสมอ และไม่อาจตัดทอนได้เลย

2. เวลาที่พอยืดหยุ่นได้ (semi flexible) ได้แก่ เรื่องที่พอจะเพิ่มลดหรือยืดหยุ่นเวลาในการปฏิบัติงานพอสมควร

3. เวลาที่สามารถแปรเปลี่ยนได้ (variable) ได้แก่ เรื่องที่สามารถจะระงับโดยเปลี่ยนแปลงไปใช้ทางเลือกอื่น อาจจะรอไว้ทำภายหลังหรือสามารถเพิ่มหรือลดเวลาเรื่องนั้น ๆ ได้

นอกจากนี้ Uris ยังได้ให้ข้อเสนอแนะสำหรับนักศึกษาในการตรวจสอบข้อบกพร่องหรือจุดอ่อนของตนเองในการจัดสรรเวลา โดยใช้คำถามเหล่านี้เป็นแนวทางคือ

1. การจัดแบ่งเวลาที่กำหนดไว้นั้นได้เป็นไปตามความสำคัญที่ควรจะเป็นหรือไม่



2. ถ้าเพิ่มเวลาให้กับกิจกรรมที่กำหนดไว้นั้นแล้ว จะช่วยเพิ่มผลสำเร็จของงานและของงานชิ้นนี้ขึ้นบ้างหรือไม่

3. สามารถเปลี่ยนเรื่องที่อยู่ภายใต้ประเภทคงที่ มาอยู่ภายใต้ประเภทที่พอจะยืดหยุ่นได้บ้างหรือไม่

4. สามารถเปลี่ยนเรื่องที่อยู่ภายใต้ประเภทยืดหยุ่นได้มาอยู่ภายใต้ประเภทคงที่ได้หรือไม่ เพราะบางครั้งเราอาจมองข้ามกิจกรรมสำคัญ ๆ และจำเป็นต้องทำไปบ้างก็ได้

5. กิจกรรมที่จัดประเภทไว้ว่าสามารถจะเปลี่ยนแปลงได้นั้น สามารถตัดทิ้งได้หรือไม่ โดยมากถ้าวิเคราะห์ให้ดีจะพบกิจกรรมที่ไม่มีความสำคัญอะไร ทำให้เราสามารถตัดหรือย่อเวลาไปได้มาก

สมหวัง พิธิยานุวัฒน์ (2525, หน้า 150) ได้ศึกษาสาเหตุการลาออกจากมหาวิทยาลัยกลางคันโดยการสัมภาษณ์นักศึกษาที่ต้องออกจากมหาวิทยาลัยกลางคัน จำนวน 164 คน จาก 5 มหาวิทยาลัย ได้แก่ มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2513-2514 ผลการวิจัยพบว่าสาเหตุที่ทำให้นักศึกษาต้องออกจากมหาวิทยาลัยกลางคัน คือ การแบ่งเวลาไม่เหมาะสมและไม่ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน เนื่องมาจากไม่ได้อุทิศเวลาให้กับการศึกษาเล่าเรียน กล่าวคือ ไม่ดูแลสุขภาพ ไม่ทำการบ้าน ไม่เข้าห้องเรียน ขาดเรียน เป็นต้น

วัชร บวรณสิงห์ (2526, หน้า 48-54) อธิบายว่า การจัดสรรเวลาในการศึกษาถือได้ว่าเป็นเทคนิคที่สำคัญ อันจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนให้ได้ผลดีขึ้นประการหนึ่ง กล่าวคือ ผู้เรียนจะต้องมีการทำตารางเวลาสำหรับศึกษาของตนเอง เพื่อจะได้ทำรายการสิ่งที่จะต้องทำตามลำดับความสำคัญก่อนหลัง และเวลาในการพักผ่อนให้เหมาะสมพร้อมทั้งมีวิธีการอ่านให้ถูกต้องเหมาะสม

สุขใจ น้ำผุด (2536, หน้า 44) กล่าวว่า เวลาเป็นสิ่งที่เราสามารถใช้จ่ายให้เกิดเป็นเงินเป็นทองขึ้นมาได้ แต่เวลาเป็นทรัพยากรที่ต่างจากทรัพยากรทั้งหลาย เพราะเมื่อผ่านไปแล้วไม่มีการย้อนคืน ดังนั้นคุณค่าของเวลาจึงขึ้นกับการรู้จักใช้จ่ายให้เกิดประโยชน์เท่านั้น

วลีวรรณ ศรีเศษะวิวัฒน์ (2536) ศึกษาเรื่อง ปัญหาของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษาลังกัดกรมอาชีวศึกษา กลุ่มภาคเหนือ จำนวน 392 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษา มีปัญหาสูงสุด คือ ปัญหาด้านการเรียน ที่นักศึกษาไม่รู้จักแบ่งเวลาเรียนใช้เวลาในทางที่ไม่เกิดประโยชน์ เข้าร่วมกิจกรรมมากเกินไป จนทำให้ผลการเรียนไม่ดี

อัจฉรา ชีวาพัฒนานุวงศ์ (2537) ศึกษาเรื่อง ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อการใช้เวลาในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดแจ้งร้อน กรุงเทพมหานคร กับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าเขาวงกตปัญญานกลาง และมีการใช้เวลาในการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน พบว่ากลุ่มทดลอง

ที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบมีการใช้เวลาในการเรียนดีกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.5 และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้นก่อนการทดลอง

ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ (2541, หน้า 39) กล่าวว่า เวลาเป็นทรัพยากรที่มีค่ามีอยู่อย่างจำกัด เมื่อผ่านไปแล้วยังจะผ่านไปเลยไม่มีการย้อนคืนมา ไม่อาจซื้อหาหรือแลกเปลี่ยนด้วยสิ่งของได้ เวลาเป็นสิ่งตัดสินคุณค่า เป็นเครื่องหมายของการเจริญเติบโตเป็นความหวัง เป็นทรัพยากรที่ล้ำค่า ที่สร้างเงิน สร้างงาน และความสำเร็จ

ยุดา รักไทย และณัฐพงศ์ นาสมาริช (2543, หน้า 20) การวางแผนและทำตารางเวลา ซึ่งเป็นแผนที่ต้องทำแบบสัปดาห์ต่อสัปดาห์ โดยระบุถึงสิ่งที่จะต้องทำในแต่ละวันอย่างละเอียด และเวลาที่เหมาะสมแก่การทำแผนประเภทนี้คือ ช่วงสุดสัปดาห์ (เย็นวันศุกร์-เช้าวันอาทิตย์) เพราะนักเรียนรู้อยู่แล้วว่า 5 วันที่ผ่านมาเราได้เรียนอะไรและได้รับมอบหมายงานประจำสัปดาห์อะไรมาบ้าง เพื่อจะได้ใช้สิ่งนี้ทำแผนสำหรับสัปดาห์หน้า เพราะการทำแผนประจำสัปดาห์จะช่วยให้เราไปถึงศักยภาพส่วนตัวและรู้ว่าทอมต่อ ๆ ไป ควรจะวางแผนอย่างไรจึงจะดี

จากงานวิจัยข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การจัดการเวลาด้านการเรียน หมายถึง นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงรู้จักการจัดสรรเวลาเพื่อการศึกษาของตนเองเพื่อให้มีเวลาเพียงพอในการเตรียมตัว ทำงานที่ได้มอบหมายในชั้นเรียน และทบทวนเนื้อหา เพื่อพัฒนาคุณภาพทางการเรียนของตนเอง ซึ่งนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำนั้น มักจะมีการจัดการเวลาในการเรียนที่ไม่เหมาะสม และไม่รู้จักการจัดเวลาตามความสำคัญ

#### 2.1.4 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียน

Cattell and Scheier (1961, pp. 263-264) ได้สรุปผลการวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวลว่า โดยทั่วไปแล้ว ความวิตกกังวลและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จะสัมพันธ์กันเป็นลบ แต่ผลที่ได้ยังสรุปแน่นอนไม่ได้ เพราะผลดังกล่าวต้องขึ้นอยู่กับสิ่งที่เรียนรู้แรงจูงใจ ระดับอายุ และความเข้มของความวิตกกังวล

Desiderato and Koskinen (1969, p. 162) ศึกษาว่า นักเรียนที่มีความวิตกกังวลทางการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ถ้ามีความวิตกกังวลจะทำให้คะแนนเฉลี่ยสะสมลดลงหรือไม่และผู้ที่มีความวิตกกังวลต่างกันจะมีพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำในการเรียนและผลการเรียนต่างกันหรือไม่ ผลปรากฏว่าผู้ที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียนแตกต่างกันจะได้คะแนนเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.5

Eugene (1969, p. 3876) ได้ศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบที่พยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับ 8 ในมลรัฐโอไฮโอ พบว่า ความวิตกกังวลเป็นองค์ประกอบหนึ่งใน

การพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยพยากรณ์ร่วมกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และความคาดหวังในการศึกษา ได้ค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ 0.55

Stevenson and Adam (1969) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการเรียนรู้ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนระดับ 4 และระดับ 6 จำนวน 318 คน พบว่า คะแนนจากแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์เป็นลบกับความวิตกกังวลนั้น คือความวิตกกังวลจะมีผลต่อการเรียนรู้ ถ้าระดับความวิตกกังวลต่ำผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจะสูง แต่ถ้าระดับความวิตกกังวลสูง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจะต่ำ

Rycroft (1978, p. 12) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกเตรียมพร้อมเพื่อเผชิญกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นและความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่ไม่คุ้นเคย ภาวะเช่นนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่ามีบางสิ่งบางอย่างที่เป็นอันตรายต่อตนเองแต่ยังไม่สามารถกำจัดสิ่งนั้นได้ เนื่องจากยังไม่ได้เกิดขึ้นจริง ๆ หากสิ่งนั้นเกิดขึ้นหรือบุคคลรับรู้อย่างชัดเจนแล้วความวิตกกังวลก็จะหมดไปเพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญปัญหา ซึ่ง Spielberger, Gonzalez, and Fletcher (1979, p. 111) ได้สรุปแนวคิดในการศึกษาความวิตกกังวลในการสอบจากผู้วิจัยหลาย ๆ คนว่า การศึกษาความวิตกกังวลในการสอบต้องอ้างอิงความแตกต่างระหว่างบุคคลในความโน้มเอียงในการตอบสนองต่อความเครียดในการสอบการศึกษาส่วนใหญ่พบว่า ผู้มีความวิตกกังวลส่วนใหญ่มักมีประสบการณ์เหมือน ๆ กันในเรื่องต่อไปนี้

1. ลักษณะการแสดงออกถึงปฏิกิริยาทางอารมณ์ด้วยความรู้สึกตึงเครียด
2. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจของตนเองซึ่งแสดงถึงความตั้งใจ
3. การกระตุ่นหรือการเร้าของระบบประสาทอัตโนมัติ

ดังนั้นจึงมีผู้วิจัยทำการศึกษาความวิตกกังวลที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไว้ดังต่อไปนี้

Kochgaway and Vinita (1993) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางการเรียนและการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาเพศหญิง จำนวน 200 คน อายุ 14-17 ปี โดยใช้แบบสอบถามการปรับตัวของ Bell และแบบสอบถามวัดความวิตกกังวลทางการเรียนสำหรับเด็ก โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีความวิตกกังวลทางการเรียนสูง (A1) และกลุ่มที่มีความวิตกกังวลทางการเรียนต่ำ (A2) ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่าง (A1) มีค่าเฉลี่ยในการประเมินผลด้านความแตกต่างเกี่ยวกับการปรับตัว และการเรียนสูงกว่ากลุ่มตัวอย่าง (A2) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ยงยุทธ อินทจักร (2528) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดอุดรดิตถ์ จำนวน 259 คน ผลการวิจัยพบว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษด้านการฟัง และการออกเสียง ด้านศัพท์และด้านโครงสร้าง และการเขียน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ด้านการอ่านที่ระดับ .01

นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยทางสังคม และจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย และโรงเรียนหอวัง พบว่า นักเรียนวัยรุ่นที่มีผลการเรียนอยู่ในระดับต่ำ จะมีความเครียดมากกว่าในกลุ่มอื่น ซึ่งแสดงว่าเด็กนักเรียนวัยรุ่นในกลุ่มนี้ จะมีความวิตกกังวลกับผลการเรียนของตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อตนเองในการที่จะสอบได้หรือสอบตก รวมไปถึงการสอบเข้ามหาวิทยาลัย

ประสิทธิ์ ชาญศิริ (2533) ศึกษาเรื่อง การศึกษาความวิตกกังวลในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในจังหวัดมหาสารคาม พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนมีความสัมพันธ์ในทางลบ กับความวิตกกังวล

สมพล บุคทุน (2539) ศึกษาเรื่อง การใช้วิธีลดความวิตกกังวลของนักเรียนในการสอนคณิตศาสตร์ เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์อยู่ในเกณฑ์ต่ำถึงปานกลาง และมีความกังวลในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์อยู่ในระดับปานกลางขึ้นไป ผลการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนหลังการทดลองสูงกว่า ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และระดับความวิตกกังวลในการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นนี้ จะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง สภาพที่บุคคลรู้สึกไม่สบายใจ กระวนกระวายใจหรืออารมณ์ไม่ดี ไม่สบายใจ รู้สึกเศร้า ใจลอย โกรธง่าย ซึ่งความวิตกกังวลนั้นจะมีผลต่อการเรียนรู้ หากมีระดับความวิตกกังวลสูงจะส่งผลทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ดังนั้นความวิตกกังวลในระดับสูง จะมีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แต่หากนักศึกษามีระดับความวิตกกังวลต่ำ ก็จะส่งผลให้มีความกระตือรือร้นในการเรียน และส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

### 2.1.5 การมีสมาธิต่อการเรียน

ราชบัณฑิตยสถาน (2525) ได้ให้ความหมายของสมาธิไว้ว่า "ความตั้งมั่นแห่งจิต" ความสำรวมใจให้แน่วแน่ เพื่อเพ่งเล็งในสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยพิจารณาอย่างเคร่งครัดเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นจริงในสิ่งนั้น

ยรรยง ผิวอ่อน (2535) ศึกษาเรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรผลการศึกษา

พบว่า ความตั้งใจเรียน และการมีสมาธิในการเรียน มีผลต่อการปรับตัว และการเพิ่มขึ้นหรือลดลงของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งถ้านักศึกษาไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมขณะเรียน เช่น การฟังคำบรรยายสรุป ถ้านักศึกษาติดตามบทเรียนไม่ทัน อาจทำให้เกิดความเบื่อหน่ายในบทเรียน และส่งผลต่อการมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีได้

ในด้านของการเรียนนั้น ประธาน วัฒนาวณิชช์ (2537, หน้า 31-35) กล่าวว่า การเรียนของนักศึกษาให้ได้ผลดีนั้น การมีสมาธิในการเรียน เป็นองค์ประกอบสำคัญประการหนึ่ง เพราะการเรียนจะมีประสิทธิภาพต้องอาศัยความตั้งใจอยู่กับการเรียนความพร้อมที่จะเรียนและสนใจในวิชานั้นจริง ๆ สิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อสมาธิในการเรียนเช่น ความหิว ความอึด เหนื่อยล้า ฯลฯ ต้องขจัดให้หมดไป ขณะที่ฟังคำบรรยายหากเกิดข้อสงสัยควรรีบจดไว้ เพื่อไม่ให้ข้อสงสัยนั้นรบกวนสมาธิในการเรียนในช่วงนั้น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของวิทยา ศรีพิมพ์มาตย์ (2532) ศึกษาเรื่อง ทักษะของนักศึกษาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่สอบได้และสอบตกซ้ำชั้นต้ององค์ประกอบที่มีผลต่อการเรียนการสอน จำนวน 503 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีความเห็นว่างค์ประกอบด้านการเรียนที่ส่งผลกระทบต่อเรียนมากที่สุด คือ การจดคำบรรยายไม่ทัน

อุดม ทิพย์พงศ์ธร (2539, หน้า 10) กล่าวว่า สมาธิ หมายถึง ภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียวแน่วแน่ต่ออารมณ์เดียว หรือภาวะที่จิตกำหนดแน่วแน่อยู่กับอารมณ์อันหนึ่งซึ่งอารมณ์ในที่นี้หมายถึงสิ่งที่จิตไปยึดเหนี่ยวจะเป็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้นทางกาย หรือทางใจ

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า การมีสมาธิในการเรียน หมายถึง การที่นักศึกษามุ่งความสนใจของตนเองไปสู่บทเรียน หรือสิ่งที่กำลังเรียนในขณะนั้น ซึ่งถ้านักศึกษาขาดสมาธิไม่ใส่ใจต่อเนื้อหาที่ตนเองเรียนจะทำให้มีผลต่อการจดจำเนื้อหาและมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

#### 2.1.6 กระบวนการรวบรวมข้อมูล

การรวบรวมข้อมูล และค้นคว้า แสวงหาข้อมูลเป็นตัวแปรหนึ่งที่สัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดังที่ Wang (1997) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเชื่อในการเรียนภาษาและยุทธวิธีต่าง ๆ ทางการเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีความเชื่อทางบวกเกี่ยวกับการเรียนภาษาโดยเฉพาะภาษาต่างประเทศ มีวิธีปฏิบัติตนทางการเรียน ดังนี้คือพยายามฝึกฝนท่องจำ วิเคราะห์และสังเคราะห์เนื้อหา ตลอดจนทั้งพยายามทำความเข้าใจเนื้อหาที่เรียน และการปฏิบัติตนตามวิธีการดังกล่าว ทำให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในการเรียน

Weinstein and Palmer (2002, p. 11) กล่าวถึง การรวบรวมข้อมูลว่า เป็นการที่นักศึกษาระดือหรือรันในการค้นหาความรู้และใช้เหตุผลโดยการทำความเข้าใจกับสิ่งที่เรียนเป็นภาษาตนเอง โดยนำเนื้อหาทั้งหมดมาประมวลเข้ากันอย่างมีเหตุผล และหาความสัมพันธ์

ระหว่างสิ่งที่เรียนกับประสบการณ์เดิม ซึ่งความหมายดังกล่าว มีความคล้ายคลึงกันกับความหมายของความจำ ซึ่งเป็นระบบที่เชื่อมต่อกันและกัน คือ เป็นการโยงเอาสิ่งใหม่เข้ากับสิ่งเดิมอื่น ๆ ซึ่งประกอบด้วยหลัก 3 อย่าง คือ (ยุดา รักไทย และณัฐพงศ์ นาสมาธิ, 2543, หน้า 71)

1. สนใจ คือการให้ความสนใจต่อสิ่งที่ต้องการจำ มีความกระตือรือร้น ถ้าไม่มีก็ให้หยุดความพยายามที่จะจำนั้น เพราะเสียเวลาเปล่า

2. ใช้คำใหม่ เป็นการเรียบเรียงข้อมูลที่ได้รับเข้ามาให้อยู่ในรูปภาษาของเราเองใช้ถ้อยคำของเราบอกให้ได้ว่า สิ่งที่เรากำลังพยายามจำจริง ๆ คืออะไร มีอะไรที่เราเรารู้อยู่แล้วที่เหมือนกับสิ่งที่เรากำลังพยายามจำ ถ้ารู้สึกถ้อยคำใหม่ของเราเป็นเรื่องเป็นราวดีโอกาสที่เราจะจำได้ก็จะมีมากขึ้น

3. เชื่อมต่อ คือการจับสิ่งต่าง ๆ ให้เข้ามาอยู่ในเค้าโครงหรือแบบแผนเดียวกันจากนั้นก็เอามันไปโยงกับสิ่งที่เรารู้แล้ว

จะเห็นได้ว่า การรวบรวมข้อมูลนั้น นอกจากจะต้องเชื่อมโยงความรู้ใหม่ให้เข้ากับความรู้เดิมแล้ว ความตั้งใจ และสนใจ ยังเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่จะช่วยให้การรวบรวมนั้นสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ซึ่งปัจจัยด้านการรวบรวมข้อมูลนี้อาจมีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านการมีสมาธิต่อการเรียนด้วยเช่นกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมติฐานในการวิจัยเพื่อศึกษาว่าพฤติกรรมการเรียนด้านกระบวนการรวบรวมข้อมูล มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### 2.1.7 วิธีเลือกใจความสำคัญและจดจำเนื้อหาที่สำคัญของบทเรียน

การเลือกจับใจความสำคัญ เป็นความสามารถของผู้เรียนในการเรียงลำดับความสำคัญของเนื้อหา ซึ่ง พรทิพย์ ศรีสุรักษ์ (2529, หน้า 38-43) ได้เสนอแนะเกี่ยวกับเทคนิคการจับใจความในการอ่านตำราเรียนโดยใช้เทคนิค 6 ประการ

1. สํารวจหนังสือจนจบเล่ม โดยอ่านคำนำ สารบัญ บทสุดท้ายของหนังสือ และสำรวจแต่ละบทก่อนที่จะอ่าน

2. อ่านเพื่อให้ได้แนวความคิดหลัก โดยวัตถุประสงค์แรกในการอ่านหนังสือเรียนคือการจับความคิดหลักใหญ่ของผู้เขียนให้ได้ทุก ๆ บท มีสมาธิต่อสิ่งที่อ่านเพื่อให้เข้าใจแต่ละบท แต่ละย่อหน้า แต่ละประโยค ศึกษากราฟ ตารางและภาพ เพื่อเสริมให้เข้าใจมากขึ้น และอ่านหนังสือก่อนเข้าชั้นเรียน

3. ตั้งคำถามให้กับตัวเองในขณะที่อ่าน โดยตั้งคำถามเกี่ยวกับข้อความที่เขียนและคิดที่ผู้เขียนแสดงออกมา

4. การขีดเส้นใต้และการจดบันทึก โดยสร้างระบบการบันทึกจากคำราที่เรียนเพื่อให้ได้ข้อมูลที่สำคัญเฉพาะย่อหน้า ขณะที่อ่านมาได้สักครู่ก็กลับไปทำเครื่องหมายหรือขีดเส้นใต้

โดยใช้ปากกาให้ชัดเจนขึ้นอีก และให้ระมัดระวังในการเลือกข้อมูลหลักและรายการละเอียดที่สำคัญ

5. รวบรวมสิ่งที่จดในชั้นเรียนและที่บันทึกในตำราเรียนเข้าด้วยกัน การทำบันทึกทางขวาของสมุดโน้ตทั้งด้านซ้ายมือ โดยจดความคิดหลัก ๆ ที่ได้จดเอาไว้

6. ทบทวนอย่างสม่ำเสมอ ควรทบทวนก่อนและหลังชั่วโมงเรียน เมื่ออ่านหนังสือตำราเรียน ควรขีดเส้นใต้แล้วทบทวนข้อความที่ขีดเส้นใต้ก่อนปิดหนังสือ 2-3 นาที ช่วยให้จำเรื่องที่เพิ่งเรียน ก่อนเริ่มเรียนใหม่ควรทบทวนของเก่าก่อนช่วยให้เริ่มต้นและเข้าใจสิ่งใหม่ ๆ ได้ดีขึ้น

การจับใจความสำคัญนั้น เป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจจุดประสงค์ของผู้สอน รวมถึงใจความสำคัญของเนื้อหานั้น ว่าผู้เขียนต้องการจะสื่อให้เข้าใจอย่างไรหรือประเด็นในเนื้อหานั้น หมายถึงอะไร ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนประหยัดเวลาในการอ่านและทำความเข้าใจกับเนื้อหานั้นได้อย่างรวดเร็วยิ่งขึ้น

### 2.1.8 การใช้เทคนิคและเครื่องมืออุปกรณ์ช่วยเหลือในการเรียน

สำหรับการใช้เทคนิคต่าง ๆ เป็นการใช้อุปกรณ์ หรือตัวอย่างที่ผู้เรียนมีอยู่มาช่วยเหลือในการเรียน ซึ่ง ประธาน วัฒนาวณิชย์ (2537, หน้า 31-35) กล่าวถึง เทคนิคในการสร้างความเข้าใจในการเรียนว่าควรจะ

1. ศึกษาวิชานั้นมาล่วงหน้า พอให้มีความรู้บ้าง
2. รู้จักซักถาม เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง
3. อ่าน ควรอ่านข้อความที่จดมา หรือข้อความจากหนังสือเรียน อย่างพินิจ พิจารณาจะทำให้เกิดความเข้าใจ
4. เขียนเป็นข้อความตามความเข้าใจของผู้เรียน การเขียนเป็นคำพูดตามความนึกคิดของผู้เรียนจะทำให้ผู้เรียนเข้าใจเรื่องนั้น ๆ ได้เป็นอย่างดี

มิเชล บราวน์ (ม.ป.ป., หน้า 51-55) ได้สร้างขั้นตอนในการใช้เทคนิคเกี่ยวกับการเรียนไว้ดังนี้

1. มองหาแบบแผน เป็นการมองหาแบบแผน หรือจังหวะ จดรายการและสูตรไว้เพื่อง่ายต่อการเรียนรู้และสร้างข้อมูล และมองหาคำหรือวลีที่เป็นหลักข้อมูล เช่น คำนวณที่หัวข้อหลักของเรื่อง และหัวข้อรอง เพื่อดูว่าผู้เขียนกำลังโน้มน้าวเราไปสู่สิ่งใด แต่ถ้าไม่ได้ทำงานโดยตรงกับหนังสือ ก็ควรที่จะใส่แบบแผนที่เป็นเหตุเป็นผลไปในข้อมูลที่เราได้รับในบทเรียน หรือบทบันทึกที่มีคนสอน เพราะเมื่อเราวางแบบแผนของข้อเท็จจริงตามลำดับขั้นที่แจ่มชัดแล้ว ก็จะสามารถเติมข้อมูลที่เรามีอยู่จำนวนมากลงไปเหมือนเป็นการจัดระเบียบได้

2. การเรียนรู้อย่างกระตือรือร้น เป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้การเรียนรู้ มีชีวิตชีวามากยิ่งขึ้น  
เช่น

- 2.1 พูดสิ่งที่กำลังเรียนอยู่ออกมาด้วยเสียงดัง ๆ จะทำให้เข้าใจและจำได้
  - 2.2 อธิบายในสิ่งที่เรียนให้กับใครบางคน และจะพบว่านักเรียนเข้าใจมันได้รวดเร็ว
  - 2.3 เขียนย่อหัวข้อที่นักเรียนคิดว่าได้เรียนรู้แล้ว
  - 2.4 ทำแผนภาพ เพื่อแสดงถึงพัฒนาการตามลำดับที่ชอบด้วยเหตุผล
  - 2.5 ใช้เครื่องบันทึกเสียง บันทึกเสียงการอธิบายสิ่งที่ได้เรียน และเปิดฟังว่ามันทำให้เข้าใจมากขึ้นหรือไม่
  - 2.6 ใช้เครื่องบันทึกเสียงทดสอบตัวเอง เช่น บันทึกคำศัพท์ที่เรียน และเว้นช่วงว่างไว้สำหรับแปล เพื่อใช้ทดสอบตัวเอง
  - 2.7 ถามคนอื่นเพื่อทดสอบตัวเองถึงสิ่งที่ได้เรียน
  - 2.8 เปลี่ยนความจริงเป็นรูปภาพ ถ้านักเรียนต้องจำรายละเอียดเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้น การใช้การจดจำจากตาราง หรือรูปภาพจะง่ายกว่าคำพูด เช่น ข้อมูลที่เป็นสถิติและข้อมูลทางภูมิศาสตร์ ซึ่งมีการนำเสนอเป็นรูปภาพ ทำให้ง่ายต่อการจดจำ หรือใช้จินตนาการทางภาพเป็นเครื่องมือหนึ่งในการเรียน เช่น เหตุการณ์สงครามโลกครั้งที่ 2 นักเรียนสามารถวางแผนที่ยุโรปและใส่ตัวเลขในประเทศที่ Hitler บุกลงไปตามลำดับ
  - 2.9 ใช้การ์ดเตือนความจำ เป็นการเขียนสิ่งที่ต้องเรียนรู้ลงบนกระดาษการ์ด เช่น สูตร หรือวันที่ต่าง ๆ และเขียนการ์ดไว้ในที่ ๆ คุณมองเห็นได้ง่าย เช่น บนบอร์ดเหนือโต๊ะเขียนหนังสือ และใช้การ์ดหมุนเวียนเปลี่ยน เพื่อไม่ให้เกา และทดสอบตัวเองเกี่ยวกับความรู้เมื่อการ์ดถูกเปลี่ยนไป หรือเก็บการ์ดไว้ในกระเป๋าถือ กระเป๋าหนังสือหรือกระเป๋าตังค์ เพื่อที่จะสามารถดูมันเมื่ออยู่ในเวลาสำรอง เช่น เมื่อนั่งรถประจำทาง
  - 2.10 ใช้เครื่องช่วยจำ ถือเป็นกลวิธีง่าย ๆ เพื่อช่วยความจำ อาจเป็นตัวอักษรตัวแรกหรือประโยคแรกของรายการ ซึ่งนักเรียนสามารถสร้างโครงสร้างของตัวเองขึ้นมา โดยใช้ตัวอักษร ตัวเลข ที่มันมีความหมายพิเศษแก่การจดจำ
- สรุปได้ว่า การใช้เทคนิคต่าง ๆ มีส่วนช่วยให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งเทคนิคเหล่านี้แต่ละบุคคลอาจแตกต่างกันตามความถนัด หรือพรสวรรค์ของผู้เรียนแต่ก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้และพัฒนากระดับของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### 2.1.9 การทดสอบตนเอง การทบทวน และการเตรียมตัวในการเรียน

เนาวรัตน์ เมฆสุทัศน์ (2527) ศึกษาเรื่อง สาเหตุที่ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์แตกต่างกันเป็นกลุ่มสูง กลุ่มปานกลาง และกลุ่มต่ำ: ศึกษาเฉพาะกรณีนักศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จ ระดับ 4 โรงเรียนผู้ใหญ่อุทิศ จังหวัดสุพรรณบุรีผลการวิจัยในด้านนิสัย



ทางการเรียน พบว่า นักศึกษาในกลุ่มสูงมีนิสัยทางการเรียนดีมากให้ความสนใจในการเรียนจัดช่วงเวลาสำหรับเรียน การทบทวนบทเรียน การโน้ตย่อการทำแบบฝึกหัด และการหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอตลอดการเรียน ซึ่งต่างกับนักศึกษากลุ่มปานกลาง และกลุ่มต่ำมาก

ประธาน วัฒนพาณิชย์ (2537, หน้า 31) กล่าวถึง การทดสอบและการทบทวน โดยการทดสอบนั้น อาจทำได้โดยการตอบคำถามจากแบบฝึกหัด หรือคำถามที่ตั้งขึ้นเองเพื่อจะได้ทราบว่า ผู้เรียนเข้าใจบทเรียนนั้นถูกต้องเพียงไร

ส่วนการทบทวน เป็นการย้ำไม่ให้ลืม วิธีการช่วยในการทบทวน เช่น การจดบันทึก หรือทำโน้ตย่อ และการขีดเส้นใต้ (สำหรับหนังสือส่วนตัว)

วิสิทธิ์ โรจน์พจนรัตน์ (2539, หน้า 3-4) ที่ได้เสนอแนะวิธีการทำการบ้านและวิธีการทบทวนบทเรียนไว้ดังนี้

1. การทำการบ้านเป็นส่วนสำคัญมากของการเรียนเพราะถือเป็นการทบทวนบทเรียนที่มีระยะเวลาสั้นกว่าทำความเข้าใจมากกว่าในห้องเรียน มีหลักที่ควรยึดถือปฏิบัติดังนี้

1.1 จัดเวลาทำการบ้าน ควรจะเป็นระยะเวลา 20.00 น. - 21.00 น. กับครึ่งวันเช้าหรือบ่ายของวันหยุด และต้องทำอย่างสม่ำเสมอ ถ้าวันใดไม่มีการบ้านต้องทบทวนบทเรียนแทน

1.2 ตรวจสอบความยากง่าย เมื่อได้รับคำสั่งจากครูให้ทำการบ้าน แบบฝึกหัดใดหรือบทเรียนใด ให้ตรวจสอบอย่างคร่าว ๆ ว่าพอทำได้หรือไม่ หากมีข้อสงสัยควรถามครูก่อน

1.3 รีบทำการบ้านอย่าทิ้งไว้นาน เมื่อได้รับการบ้านวันใด ให้รีบทำให้เสร็จในวันนั้น ถึงแม้กำหนดส่งการบ้านจะเหลืออีกหลายวัน ยกเว้นจะได้รับการบ้านหลายวิชาจึงค่อยทำวิชาที่ต้องส่งก่อนเป็นอันดับแรก หากทำการบ้านตามเวลาที่กำหนดไว้ไม่ทันต้องทำในเวลาทบทวนบทเรียน

1.4 ตรวจสอบความถูกต้องก่อนส่งครู

2. ทบทวนบทเรียน เป็นกระบวนการที่สำคัญเพราะเป็นการเสริมความเข้าใจและช่วยให้จำแม่นยิ่งขึ้น ควรมีหลักปฏิบัติดังนี้

2.1 จัดเวลาทบทวนบทเรียน ควรต่อจากการทำการบ้าน ควรทบทวนในช่วงพักกลางวันหรือเวลาอื่น ๆ เช่น ก่อนครูเข้าสอน หรือช่วงโง่งว้าง เป็นต้น

2.2 โน้ตย่อใจความสำคัญของบทเรียน นอกจากจะเป็นประโยชน์ สำหรับดูก่อนสอบแล้วยังเป็นการทบทวนไปในตัวด้วย เพราะการจะย่อใจความสำคัญได้ต้องอ่านและเขียนไปด้วย ซึ่งทำให้จำได้แม่นยำกว่าการอ่านเพียงอย่างเดียว การย่อควรใช้กระดาษฟูลสเก็ปปับกลาง 1 คู่ของกระดาษ ก็ย่อได้หลายบท การย่อให้ย่อต่อกันไปที่ละบท หรือจะใช้กระดาษสมุดที่ไม่ใช่แล้วมาพับก็ได้

2.3 สำหรับวิชาคำนวณควรย่อเฉพาะกฎ ทฤษฎี นิยาม สูตร และหมั่นทำแบบฝึกหัดที่เรียนไปแล้วเป็นการทบทวนสูตรไปด้วย

2.4 อ่านโน้ตย่อทุกเวลาที่ว่างพอจะอ่านได้ เช่น เวลาเช้าเมื่อมาถึงโรงเรียนเวลาพักกลางวัน ชั่วโมงว่าง เป็นต้น

สรุปได้ว่า การทดสอบตนเอง เป็นการเตรียมตัวเองให้พร้อมก่อนการสอบ และเป็น การตรวจสอบความรู้ที่ได้เรียนมา ว่ายังมีข้อบกพร่องในเรื่องใดบ้าง หรือควรค้นคว้าอ่านหนังสือเพิ่มเติมในส่วนใด ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีด้วยเช่นกัน

#### 2.1.10 ยุทธวิธีในการสอบและการเตรียมตัวสอบ

วิสิทธิ์ โรจน์พจนรัตน์ (2539, หน้า 12) ได้เสนอแนะหลักการเตรียมตัวสอบไว้ดังต่อไปนี้

1. จดรายชื่อวิชาที่จะต้องสอบทั้งหมดเป็นรายการออกมา
2. ตรวจสอบว่าแต่ละวิชามีตำราเรียน สมุดจดเนื้อหาที่ครูให้จดโน้ตย่อสมุดแบบฝึกหัดงานที่ครูสั่งให้ทำครบหรือไม่ หากไม่ครบจัดหาหรือจัดทำให้ครบ
3. แต่ละวิชาใช้กระดาษ 1 แผ่น จดชื่อเรื่อง หรือหัวข้อที่เรียน หากเป็นวิชาบรรยาย ถ้าจดทำโน้ตย่อไว้แล้วควรทบทวนเนื้อหาจากแบบเรียน กฎ สูตร ทฤษฎี หรือหลักเกณฑ์ที่ควรจำแล้วติดไว้ที่แผ่นหน้าของแบบเรียนนั้น
4. อ่านทบทวนเนื้อหาตามโน้ตย่อ หรือทดลองทำแบบฝึกหัดตามหัวข้อเรื่องที่จดไว้ โดยดำเนินการตามตารางแบ่งเวลาดูหนังสือ
5. ตารางดูหนังสือ (แบ่งเป็นวิชาสำคัญ ๆ)

วุฒิพล สกตเกียรติ (2540, หน้า 32-34) ได้ให้ข้อเสนอแนะในการเตรียมตัวและการทำข้อสอบซึ่งพอสรุปเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้

1. ทำตารางสอบที่จะต้องสอบ ทั้งสอบกลางภาค ปลายภาค และสอบเก็บคะแนนไว้ซึ่งอาจจะดูได้จากคู่มือนักเรียน นักศึกษา หรือปฏิทินของสถาบันการศึกษา หรือสอบถามอาจารย์ผู้สอนในกรณีของการสอบย่อยเก็บคะแนน
2. อ่านหนังสือเตรียมสอบ ควรอ่านวิชาที่สอบวันแรกไปจนถึงวันสุดท้ายแล้วจึงอ่านย้อนจากวันสุดท้ายถึงวันแรกอีกครั้ง ทั้งนี้ต้องอ่านให้เสร็จก่อนสอบ
3. ดูข้อสอบเก่าประกอบ ซึ่งอาจขอจากรุ่นพี่ การศึกษาจากข้อสอบเก่าจะทำให้เห็นแนวข้อสอบชัดเจนยิ่งขึ้น
4. การติวกับเพื่อน การติวร่วมกันด้วยการตั้งคำถามผลัดกันถาม ได้เปรียบในเนื้อหาวิชาจะช่วยทำให้จำได้ง่าย เห็นข้อผิดพลาดของตัวเองและไม่รู้สึกเบื่อหน่าย

5. การค้นคว้าเพิ่มเติม ควรจะสอบถามอาจารย์ผู้สอนก่อนว่าต้องการให้ค้นคว้าเพิ่มเติมเพื่อใช้ในเรื่องใดหรือไม่ หรือข้อสอบจะออกเฉพาะที่บรรยายหรือในตำราเท่านั้น

6. จำหัวข้อสำคัญ ๆ ไว้ โดยเฉพาะหัวข้อที่อาจารย์ผู้สอนเน้นเป็นพิเศษ และควรจํารายละเอียดในหัวข้อนั้น ๆ ด้วย

7. การตีความคำถามในข้อสอบให้ถูกต้อง เมื่อทำข้อสอบ ควรอ่านคำถามอย่างรอบคอบและตีความหมายให้ชัดเจนว่าให้ตอบอย่างไร เช่น คำต่อไปนี้ อธิบายยกตัวอย่างตรงข้าม เปรียบเทียบ จำกักัดความ วิจารณ์ สรุป เป็นต้น

8. การเตรียมตัวในคืนก่อนสอบ ในกรณีที่ไม่ได้วางแผนเตรียมคู่มือหนังสือมาก่อน ช่วงเวลานี้นักเรียน นักศึกษามักจะหักโหมอย่างหนักซึ่งไม่มีประโยชน์อะไร นอกจากจะจำอะไรไม่ได้ดีแล้ว ยังให้สุขภาพทรุดโทรมอีก ฉะนั้น ถ้าได้คู่มืออย่างหนักแล้วคืนก่อนสอบควรนอนให้เต็มที่ ส่วนการทบทวนวิชาที่สอบในวันรุ่งขึ้น ควรทบทวนตั้งแต่ตอนเย็นของคืนก่อนสอบ และตอนเช้ามีดของวันสอบ

9. การเตรียมตัวในเช้าวันสอบ ควรตื่นนอนแต่เช้ากว่าปกติ ทานอาหารตามปกติแต่ต้องระวังอาหารที่จะทำให้ท้องเสีย เตรียมอุปกรณ์การสอบให้เรียบร้อยครบถ้วนและควรมีเงินไว้บ้าง รวมทั้งนาฬิกาและสิ่งจำเป็นส่วนตัว เช่น ยาแก้โรคประจำตัว เดินทางไปห้องสอบแต่เช้า ให้ทันเวลาสอบ ถ้ามีเวลาก่อนเข้าห้องสอบอาจทบทวนโน้ตย่อได้

10. การทำข้อสอบที่เป็นปรนัย ควรทำให้ครบทุกข้อ สำหรับตัวเลือกนั้นผู้ออกข้อสอบมักเฉลยคำตอบที่ถูกไว้ในตัวเลือกอย่างละตัวเท่า ๆ กัน การเลือกตอบเพียงตัวใดตัวหนึ่งทั้งหมดก็จะได้คะแนนไม่ถึงครึ่ง ข้อสังเกตในการเลือกตัวเลือก ที่สั้นหรือยากเกินไป มักจะมีข้อที่น่าสนใจคือผิดแน่หรือถูกแน่ ในกรณีที่มีการหักคะแนนคำตอบที่ตอบผิด ไม่ควรเสี่ยงแต่ถ้าไม่มีการหักคะแนนก็ควรเดาดีกว่าไม่ตอบ แต่อย่าเดาอย่างไม่มีเหตุผล

11. การทำข้อสอบที่เป็นอัตนัย หลักใหญ่ในการตอบคำถามแบบอัตนัย คือผู้ตอบต้องคู่มือหนังสือมากพอและจะต้องอธิบายอย่างละเอียดให้ตรงประเด็นคำถามระมัดระวังการใช้ภาษาควรเป็นภาษาสุภาพ ไม่วกวน ไม่ใช้ภาษาแสลง หรือภาษาพูดเรียงหัวข้อตามลำดับอย่างชัดเจนไม่ควรเขียนบรรยายติดกันยาว ๆ โดยไม่แบ่งหัวข้อเขียนด้วยลายมือที่อ่านง่ายและสะอาดตาคิดให้รอบครอบก่อนลงมือเขียนคำตอบ ถ้าข้อสอบมีหลายข้อ ควรแบ่งเวลาให้แต่ละข้อ เลือกทำข้อที่ทำได้ก่อน อย่าคิดนานจนเกินไปถ้าลืมคำตอบอาจจะละเว้นที่ว่างไว้และเมื่อนึกคำตอบได้จึงนำมาเขียนเพิ่มเติมลงไป

12. การทำข้อสอบ ควรตอบข้อสอบและดูข้อสอบให้ทั่วทุกหน้า บางคนรีบทำแล้วลืมไปว่ามีข้อสอบอยู่ด้านหลังอีกก็เป็นไปได้

13. ถ้ามีเวลาเหลือในการทำข้อสอบ ควรทบทวนคำตอบโดยเฉพาะ ข้อสอบอัตนัย และถ้าเป็นข้อสอบปรนัย ควรตรวจสอบว่าทำครบทุกข้อหรือไม่

14. อย่าลืมดูรายละเอียดปลีกย่อยก่อนส่งกระดาษคำตอบ เช่นการเขียนชื่อ เลขที่นั่งสอบ ในทุกหน้าของกระดาษคำตอบ เป็นต้น

นอกจากนี้กลุ่มเพื่อนยังเป็นแหล่งสำคัญที่จะได้ข้อสอบที่ดี เพื่อนร่วมห้องสามารถแลกเปลี่ยนคำถาม คำตอบกันได้ เทคนิคการรวบรวมและเปลี่ยนคำถาม คำตอบในกลุ่ม จะช่วยให้ผู้เรียนทุกคนฝึกหัดทำข้อสอบโดยทำข้อสอบสั้น ๆ ช่วยให้ผู้เรียนมั่นใจ กระตุ้นผู้เรียนให้หัดช่วยตนเอง การแลกเปลี่ยนคำถามกับคนอื่น ๆ ทำให้ได้คำถามคำตอบ ซึ่งผู้เรียนไม่เคยคาดคิดมาก่อน นอกจากนี้ผู้เรียนยังได้แก้ไขปรับปรุงคำตอบตนเอง โดยการเพิ่มพูนที่ได้จากกลุ่มเพื่อน (ศิริภรณ์ เทพนิม, 2541, หน้า 61)

## 2.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2546, หน้า 1171) ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ไว้ว่า หมายถึง "ความสำเร็จ"

ชวาล แพร็ดกุล (2516, หน้า 15) กล่าวถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไว้ว่า หมายถึง "ความสำเร็จในด้านความรู้ ทักษะ และสมรรถภาพด้านต่าง ๆ ของสมอง ผลสัมฤทธิ์การเรียนควรจะประกอบด้วยสิ่งสำคัญอย่างน้อยสามสิ่ง คือ ความรู้ ทักษะ และสมรรถภาพสมองในด้านต่าง ๆ"

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2518, หน้า 6) ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์การเรียนไว้ว่าหมายถึง "ความสำเร็จที่ได้รับจากความรู้ความสามารถหรือทักษะ หมายถึง ผลงานการเรียนการสอนหรือผลงานที่เด็กได้จากการประกอบกิจกรรมส่วนนั้น ๆ ก็ได้"

กรมวิชาการ (2521, หน้า 11) ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์การเรียนว่า หมายถึง "ความสำเร็จหรือความสามารถในการกระทำใด ๆ ที่ต้องอาศัยทักษะหรือมีเจตน์ก็ต้ออาศัยความรู้ในวิชาหนึ่งวิชาใดโดยเฉพาะ"

จากความหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง การพัฒนาทักษะทางการเรียน จะประกอบด้วยสิ่งสำคัญอย่างน้อยสามสิ่ง คือ ความรู้ ทักษะ และสมรรถภาพสมองในด้านต่าง ๆ ซึ่งโดยปกติพิจารณาจากคะแนนสอบที่กำหนดให้หรือคะแนนที่ได้จากงานที่ครูมอบหมายให้หรือทั้งสองอย่าง ความสำเร็จที่ได้รับจากความรู้ความสามารถ

## 2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พฤติกรรมกรเรียนเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และในการที่จะเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ, 2541, หน้า 112) ซึ่งพฤติกรรมกรเรียนที่ดีนั้น จะส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีขึ้นของแต่ละบุคคล ซึ่งมีพฤติกรรมในการเรียนดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำและเมื่อนักเรียนได้

ปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมในการเรียนให้ดีขึ้นแล้วจะทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น

Maddox (1965, pp. 11-12) ได้กล่าวถึงความสำคัญของพฤติกรรมการเรียนต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนขึ้นอยู่กับความสามารถของบุคคลการทำงาน และขึ้นอยู่กับวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพด้วย เพราะมักปรากฏว่านักเรียนที่มีสติปัญญาสูงหลายคนสอบตกหรือทำคะแนนสอบได้น้อยกว่าผู้ที่มีสติปัญญาและความถนัดในการเรียนปานกลางหรือต่ำ ซึ่งความแตกต่างของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของแต่ละคนนอกจากจะขึ้นอยู่กับองค์ประกอบทางด้านสติปัญญาและความสามารถทางสมองร้อยละ 50-60 แล้วยังขึ้นอยู่กับความพยายามและวิธีการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพร้อยละ 30-40 และได้เพิ่มเติมอีกว่า พฤติกรรมการเรียนหรือวิธีเรียนที่มีประสิทธิภาพนั้นเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ทำให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จในการเรียน กล่าวคือ นักเรียนที่เรียนดีนั้นไม่จำเป็นต้องเป็นคนที่มีความเฉลียวฉลาดมาก แต่ต้องเป็นคนที่ต้องรู้จักใช้เวลา ต้องรู้จักวิธีเรียน วิธีทำงานให้ได้ผลดี

Brown and Holtzman (1955, p. 75) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนิสัยในการเรียนและเจตคติในการเรียน โดยสร้างแบบสำรวจนิสัยในการเรียนและเจตคติในการเรียนขึ้น (The Survey of Study Habits and Attitudes--SSHA) นำไปสอบกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาเกรด 12 จำนวน 455 คน แล้วนำคะแนนที่ได้จากแบบสำรวจไปหาความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งได้จากคะแนนสอบปลายปี ผลการวิจัยพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์คะแนนจากแบบสำรวจกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชายและหญิงเท่ากับ .48 และ .51 ตามลำดับ และทัศนคติในการเรียน มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

กัลยา สกุลแก้ว (2532) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเรียนเจตคติต่อครูและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กรุงเทพมหานคร โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 840 คน ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีความสัมพันธ์กันในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .1569

ทัศนีย์ ศิริวัฒน์ (2532) ศึกษาเรื่อง แบบการเรียนของนักศึกษาคณะรัฐศาสตร์มหาวิทยาลัยรามคำแหง พบว่า นักศึกษาคณะรัฐศาสตร์โดยส่วนใหญ่ชอบแบบการเรียนมีส่วนร่วมและแบบร่วมมือ ส่วนแบบอื่น ๆ นักศึกษาชอบปานกลาง นอกจากนี้ นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีเจตคติต่อการเรียนแต่ละแบบแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากที่กล่าวมานั้นจึงสรุปได้ว่า พฤติกรรมการเรียนมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยนักเรียนที่มีพฤติกรรมเรียนดี เช่น มีเจตคติต่อการเรียน มีความขยันหมั่นเพียร รู้จักวิธีเรียน วางแผนการเรียนใช้เวลาเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ และมีเทคนิคซึ่งไม่จำเป็นต้องมีสติปัญญาเฉลียวฉลาดมาก ก็สามารถทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงขอนำเสนอความสัมพันธ์ระหว่างด้านพฤติกรรมการเรียนเป็นรายด้านกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน