

## บรรณานุกรม

กรมวิชาการ. (2542) การสังเคราะห์รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของเด็กไทยด้านความรับผิดชอบและมีวินัยในตนเอง. กรุงเทพมหานคร: ผู้แต่ง.

กัลยา สกุลแก้ว. (2532). ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเรียน เจตคติต่อครูและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

กึ่งกาญจน์ ปานทอง. (2545). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนของนักศึกษาตามโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำ (กศ. บป.) คณะวิทยาการจัดการโปรแกรมวิชานิติศาสตร์ สถาบันราชภัฏพระนคร กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

เกษร พลอยโพธิ์. (2552). การศึกษาพฤติกรรมการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ). มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ไกรฤกษ์ อนันตกุล. (2525). ผลสัมฤทธิ์ในการเรียนโครงสร้างไวยากรณ์อังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 3 ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร

ขจร พริ้งจำรัส. (2519). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับโครงสร้างไวยากรณ์อังกฤษ กับความสามารถในการนำโครงสร้างนั้นมาใช้ในการเขียน. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

จรินทร์ ธานีรัตน์. (2518). ปทานุกรมการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ชวาล แพร่ดีกุล. (2516). เทคนิคการวัดผล. กรุงเทพมหานคร: วัฒนาพานิช.

ชัยวัฒน์ แสงศรี. (2538). ทศนคติต่อการปฏิบัติงานในฐานะเลขานุการคณะทำงานสนับสนุนการปฏิบัติการพัฒนาชนบทระดับตำบล (คปต.) ของการพัฒนาการจังหวัดเลย. วิทยานิพนธ์พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

ทัศนีย์ ศิริวัฒน์. (2532). แบบการเรียนของนักศึกษาคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง. กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ. (2541). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ. (2541). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ. (2541). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

เทอด แก้วศิริ. (2529) ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของนิสัยทางการเรียนและเจตคติต่อการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธีรยุทธ์ เสนิย์วงศ์ ณ อยุธยา. (2525). พฤติกรรมในการเรียนการสอน. ในเอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรม การสอน ประถมศึกษา (หน่วยที่ 6). นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

นภาพร เมฆรักขานิช. (2515). ความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยในการเรียน เจตคติในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

นราธร ศรีประสิทธิ์. (2529). ปัจจัยทางสังคม และจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความ เครียดของเด็กวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์สังคมศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล.

นลินี นินทบดี. (2532). ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เจตคติต่อวิชาสังคมศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดสังเวช กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เนาวรัตน์ เมฆสุทัศน์. (2527). สาเหตุที่ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์แตกต่างกันเป็นกลุ่มสูง ปานกลาง และกลุ่มต่ำ: ศึกษาเฉพาะกรณีของนักศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จระดับ 4 โรงเรียนผู้ใหญ่สุทัศน์ จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ประธาน วัฒนวาณิชย์. (2537). เรื่องไม่ยาก ถ้าอยากเรียนเก่ง. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เจริญผล.

ประธาน วัฒนวาณิชย์. (2537). เรื่องไม่ยาก ถ้าอยากเรียนเก่ง. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เจริญผล.

ประธาน วัฒนวาณิชย์. (2537). เรื่องไม่ยาก ถ้าอยากเรียนเก่ง. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เจริญผล.

ประสิทธิ์ ชาญศิริ. (2533). การศึกษาความวิตกกังวลในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในจังหวัดมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2538). การทดสอบทางจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, คณะศึกษาศาสตร์, ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว.

พรทิพย์ ศรีสุรักษ์. (2529). การอ่านตำราเรียนให้ดี เรื่องไม่ยากถ้าอยากเรียนเก่ง. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช. (2547). ปัจจัยด้านพฤติกรรมการเรียนที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ภิญโญ สาร. (2531). เรียนอย่างไรจึงจะเก่ง. วารสารวิชาการ วิทยาลัยครูนครราชสีมา, 5, 16-20.

มิเชล บราวน์. (ม.ป.ป.). เทคนิคการเรียนรู้ได้เก่ง สอบได้ดี (ไชยทิพย์ ไชยสมหมาย, ผู้แปล, พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: ยูโรปา เพรส.

เมธี โพธิพัฒน์. (2523). ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ และความซื่อสัตย์ของเด็กไทย. ปรินูญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ยงยุทธ อินทจักร. (2528). ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน วิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดอุดรดิตถ์. ปรินูญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ขรรยง ผิวอ่อน. (2535). ผลของการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของ นิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ปรินูญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ยุดา รักไทย และณัฐพงศ์ นาสมาริช. (2543). คู่มือคนเก่งเรียน. กรุงเทพมหานคร: เอ็กซ์เปอร์ เน็ต.

ยุดา รักไทย และณัฐพงศ์ นาสมาริช. (2543). คู่มือคนเก่งเรียน. กรุงเทพมหานคร: เอ็กซ์เปอร์ เน็ต.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คพับลิเคชั่น.

รุจิรา เขาวมาตย์. (2541). ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความพึงพอใจใน วิชาชีวพลศึกษากับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

วลีวรรณ ศรีเดชะวิวัฒน์. (2536). ปัญหาของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา สังกัดกรมอาชีวศึกษา กลุ่มภาคเหนือ. ปรินูญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วัชร บวรณสิงห์. (2526). การเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

วันชัย ดนัยตโมนุท. (2535). คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดปทุมธานี. ปรินูญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วิชชุดา เตียวสกุล. (2529). ผลการใช้กิจกรรมแนะแนวกลุ่มต่อนิสัยในการเรียนและทัศนคติทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่หนึ่ง. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วิทยา ศรีพิมพ์มัตย์. (2532). ทักษะของนักศึกษาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่สอบได้และสอบตกซ้ำชั้นต่อองค์ประกอบที่มีผลต่อการเรียนการสอน. ปรินูญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วิสิทธิ์ ไรจน์พจนรัตน์. (2539). แนววิธีเรียนเก่ง และปัญหาเพิ่มเซาว์. กรุงเทพมหานคร: พัฒนาศึกษา.

วุฒิพล สกตเกียรติ. (2540). รายงานวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยในการเรียนของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่สอบคัดเลือกผ่านเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ ทบวงมหาวิทยาลัย ระหว่างปีการศึกษา 2536 ถึง 2539 กับผลการสอบคัดเลือก. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, คณะศึกษาศาสตร์, โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ศิริภรณ์ เทพหลิม. (2541). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลแบบเผชิญความจริงที่มีต่อยุทธวิธีการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนกุนนทีรามวิทยาคม กรุงเทพมหานคร. ปรินูญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สถิต วงศ์สวรรค์. (2527). จิตวิทยาแนะแนว. กรุงเทพมหานคร: พีระพัฒนา.

สมพล บุดทน. (2539). การใช้วิธีลดความวิตกกังวลของนักเรียนในการสอนคณิตศาสตร์ เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สิงห์ ไทยวงษ์. (2544). ผลการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทางทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม ต่ออยู่ทวิวิธีการเรียนและระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาที่มีสถานภาพอพยพ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร-มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

สุกัญญา สามปยุ. (2539). องค์ประกอบด้านจิตวิทยา ที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สุขใจ น้ำผุด. (2536). ค่าแห่งเวลา. วารสารข้าราชการ, 38 (7), 44-45.

สุดฤทัย มุขยวงศา. (2533). ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้แนวความคิดแบบพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัย และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุทัศน์ สีแก้วเขียว. (2548). พฤติกรรมการเรียนของนักศึกษา หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง วิชาเอกพลศึกษา วิทยาลัยพลศึกษาในเขตภาคใต้ ปีการศึกษา 2547. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุมานิน รุ่งเรืองธรรม. (2526). กลวิธีสอน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม.

สุริย์ ประกายจันทร์. (2532). ความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยทางการเรียน เจตคติทางการเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในกลุ่มวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาลเมืองอุดรดิษฐ์ จังหวัดอุดรดิษฐ์. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุวิมล ว่องวานิช. (2522). สหสัมพันธ์พหุคุณระหว่างองค์ประกอบด้านเชาว์ปัญญา ปัญหาส่วนตัว นิสัย และเจตคติในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

โสภา ชูพิกุลชัย. (2528). ความรู้เบื้องต้นทางจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สุตรไพศาล.

สำนักงานรัฐมนตรี. การศึกษาระดับอุดมศึกษา, กรุงเทพฯ (มปพ.), 2525

อดิพร นฤนาทชีวิน. (2547). แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนดนตรีของวัยรุ่นที่เรียนดนตรีในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อัจฉรา ชีวาพัฒนานวงศ์. (2537). ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อการใช้เวลาในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดแจ้งร้อน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อุดม ทิพย์พงศ์ธร. (2539). ผลของการศึกษาอานาปานสติสมาธิที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1: กรณีศึกษาโรงเรียนบ้านดอนเข้ว่า. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

Bendig, A. W. (1958). Predictive and postdictive validity of need achievement measure. *Journal of Education Research*, 52(22), 119-120.

Brown, W. F., & Holtzman, H. W. (1955). A study attitude questionnaire for predicting academic success. *The Journal of Educational Psychology*, 46, 75-84.

Cattell, C. V., & Scheier, T. E. (1961). *The meaning and measurement of an anxiety*. New York: The Renald Press.

Cranston, C. M., & Mccort, B. (1985). A learner analysis experiment: Cognitive style versus learning style in undergraduate nursing education. *Journal of Nursing Education*, 24(40), 136-138.

Desiderato, O., & Koskinen, P. (1969). Anxiety, study habits and academic achievement. *Journal of Counseling Psychology*, 16(22), 162-165.

Eugene, L. B. (1969). An investigation of the role of intellectual motivation and other non-intellectual factors in the prediction of educational achievement and efficiency. Dissertation Abstracts International, 29(7), 3876-A. (UMI No. 2423589)

Frymier, J. R., & Wells, R. J. (1966). Junior high school student motivation. *Guidance Journal*, 4(19), 90-95.

Furst, E. J. (1966). Validity of some objective scales of motivation for predicting academic achievement. *Educational and Psychological Measurement*, 36(4), 927-933.

Holtzman, H. W. (1965). Survey of study habits and attitudes. New York: The Psychology Corporation.

Humphreys, W. R. (1960). Effects of cooperative: Competitive and individualistic learning on students achievement in science class. *Journal of Research in Science Teaching*, 35(31), 125-131.

Jearakul, P. (1976). A study of some factors associated with academic performance of tenth-graders in provincial high school of northeastern Thailand. Dissertation Abstracts International, 32(05), 1456-A. (UMI No. 2547597)

Kochgaway, A. J., & Vinitha, R. A. (1993). Junior high school student anxiety. *Indian Journal of Behavior*, 17(1), 16-21.

Maddox, H. (1965). How to study. London: The English Language Book Society.

Myers, A. E. (1965). Risk taking and academic success and their relation to an objective measure of achievement motivation. *Educational and Psychological Measurement*, 25(2), 355-363.

Rycroft, C. (1978). Anxiety and neurosis. Harmondsworth, England: Penguin.



Spielberger, C. D., Gonzalez, H. P., & Fletcher, T. (1979). Test anxiety reduction, learning strategies, and academic performance, In C. D. Spielberger & A. R. O'Neil (Eds.), *Cognitive and affective learning strategies*. New York : Academic Press.

Stevenson, R. E., & Adam, B. (1969). Effect of anxiety on timed and untimed intelligence test. *Journal of Personality*, 32(18), 24-28.

Uris, A. (1970). *The executive desk book*. New York: Van Nostrand Reinhold.

Wang, S. (1997). A study of Chinese college English majors' beliefs about language learning and their learning strategies. *Dissertation Abstracts International*, 57(12), 5021-A. (UMI No. 1244568)

Weiner, B. (1972). Attribution theory, achievement motivation, and the educational process. *Review of Educational Research*, 42(66), 158-160.

Weinstein, C. E., & Mayer, D. G. (1986). The teaching of learning strategies. In M. C. Wittrock (Ed.). *Handbook of research on teaching* (3rd ed.) New York: Macmillan.

Weinstein, C. E., & Palmer, D. R. (2002). *Learning and Study Strategies Inventory (LASSI)* (2nd ed.). Amarillo, TX: H&H Publishing.

Wrenn, C. G., & Larsen, R. P. (1969). *Studying effectively*. Stanford, CA: Stanford University Press.