

การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

โดย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ฉันทนา ภาคบงกช
อาจารย์ ดร. ชูศักดิ์ ชัมภลลิขิต
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อรพินทร์ ชูชม
รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงเดือน ตาสตรภักดิ์
อาจารย์ จรัส อุ่นฐิติวัฒน์
อาจารย์วินัย ตำสุวรรณ
อาจารย์สุรพงศ์ ชูเดช
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พรสุข หุ่นนิรันดร์

ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัย
จาก
สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ

พุทธศักราช ๒๕๕๑

คำนำ

ขณะนี้เป็นที่ยอมรับกันแล้วว่า ปัญหาวินัยเป็นปัญหาวิกฤตของชาติซึ่งยากที่จะคลี่คลายลงได้ "วินัย" เป็นเรื่องที่ยากและลึกซึ้งซึ่งยากที่จะแก้ไขหรือพัฒนาให้ได้ผลอย่างจริงจัง โดยเฉพาะในระดับอุดมศึกษาแทบจะเป็นเรื่องที่สุดวิสัย การวิจัยครั้งนี้เป็นความพยายามที่จะแสวงหาแนวทางในการสร้างเสริมวินัยในตนเองแก่นิสิตนักศึกษา เพื่อให้สำเร็จออกไปเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพ โดยการเริ่มต้นที่จิตสำนึกต่อส่วนรวม เห็นว่าตนเองเป็นหน่วยหนึ่งที่สำคัญของสังคม ตระหนักว่าปัญหาวินัยในสังคมเนื่องมาจากคนส่วนมากในสังคมขาดวินัย การที่นิสิตทุกคนพัฒนาวินัยในตนเอง นอกจากจะทำให้มีศักยภาพในการเรียนและการทำงานสูงขึ้นแล้ว ยังมีผลต่อวินัยของสังคมโดยรวม ดังนั้นรูปแบบของการสร้างเสริมวินัยในตนเองจึงเน้นการพัฒนาตนเองโดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวมเป็นสำคัญ

การวิจัยครั้งนี้ได้สะท้อนให้เห็นถึงปัจจัยต่างๆที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จและอุปสรรคในการสร้างเสริมวินัยในตนเอง สิ่งที่ค้นพบนี้ จะเป็นองค์ความรู้ที่จะนำไปสู่การค้นคว้าและพัฒนาวินัยในตนเองให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลยิ่งขึ้นต่อไป

สุดท้ายนี้ ขอขอบพระคุณคณะกรรมการวิจัยทุกท่านที่ช่วยให้การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้สำเร็จลงด้วยดี และขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. ผจญจิต อินทสุวรรณ ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ในการสนับสนุนอย่างดียิ่ง อาจารย์ ดร. สรณ ภูคอง ในด้านด้านแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจิตต์ อภินัยนุรักษ์ ในด้านภาษาอย่างดียิ่ง

งานวิจัยนี้จะบังเกิดขึ้นไม่ได้ หากไม่ได้รับทุนวิจัย จากสำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ จึงขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ และหวังว่าข้อค้นพบต่างๆจากการวิจัยครั้งนี้ จะเป็นแนวทางในการสร้างเสริมวินัยในตนเองแก่เด็กและเยาวชนต่อไป

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ฉันทนา ภาคบงกช)

ประธานโครงการพัฒนารูปแบบเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเอง

คณะกรรมการวิจัย

1. รองศาสตราจารย์ ดร. ผจญจิต อินทสุวรรณ	ที่ปรึกษา
2. อาจารย์ ดร. วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี	ที่ปรึกษา
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ฉันทนา ภาคบงกช	ประธาน
4. อาจารย์ ดร. ชูศักดิ์ ชัมภลลิขิต	กรรมการ
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อรพินทร์ ชูชม	กรรมการ
6. รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร	กรรมการ
7. อาจารย์ จรัล อุ่ณัฐิติวัฒน์	กรรมการ
8. อาจารย์วินัย คำสุวรรณ	กรรมการ
9. อาจารย์สุรพงศ์ ชูเดช	กรรมการ
10. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พรสุข หุ่นนิรันดร์	กรรมการและ เลขานุการ

คณะผู้วิจัย

ฉันทนา ภาคบงกช	คบ.คม. (ประถมศึกษา) M.S., Ed.S. (Early Childhood Ed.) Ed.D. (Elementary Ed.) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ชูศักดิ์ ชัมภลชิต	Ph.D. (Research Methodology) อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
อรพินทร์ ชูชม	ศษ.บ. (ประถมศึกษา) คม. (วิจัยการศึกษา) Ph.D. (Ed. Psychology) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร	วท.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) Ph.D. (Child Psychology) รองศาสตราจารย์ประจำคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
จรัล อุ่นรัฐิวัฒน์	กศ.ม. (คณิตศาสตร์) วท.ม. (วิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
วินัย คำสุวรรณ	กศ.ม. (คณิตศาสตร์) นิสิตดุษฎีบัณฑิตสาขาวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
สุรพงศ์ ชูเดช	ว.ท.ม. (วิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) นิสิตดุษฎีบัณฑิตสาขาวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี
พรสุข นุ่นนิรันดร์	คบ. (พลศึกษา) M.S. and Ph.D. (Health and Safety) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
จุดมุ่งหมายของการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
ขอบเขตของงานวิจัย	6
ข้อจำกัดของการวิจัย	7
ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา	7
นิยามปฏิบัติการ	8
2 เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	13
ความหมายและความสำคัญของวินัยในตนเอง	14
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง	18
เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง	18
คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง	23
ความเอื้ออาทร	23
ความเชื่อมั่นในตนเอง	28
การมุ่งอนาคตและควบคุมตน	36
ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย	38
รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง	42
การสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยการอบรม	43
การฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง	51
กรอบแนวคิดการวิจัย	54
สมมุติฐาน	55
3 วิธีดำเนินการวิจัย	56
รูปแบบการวิจัย	56
กลุ่มตัวอย่าง.....	56
แบบแผนการทดลอง	56

บทที่	หน้า
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	57
แบบทดสอบ	57
รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง	66
การวิเคราะห์ข้อมูล	70
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	71
5 สรุปอภิปรายผล	100
บรรณานุกรม	120
ภาคผนวก ก ผู้ทรงคุณวุฒิ	137
ภาคผนวก ข ตาราง	141
ภาคผนวก ค ตัวอย่างชุดกิจกรรมและสื่อ	164

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 การเปรียบเทียบการมุ่งอนาคตและควบคุมตนก่อนการอบรม เชิงปฏิบัติการ	79
2 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการมุ่งอนาคตและ ควบคุมตนก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ	80
3 การเปรียบเทียบ คุณลักษณะวินัยในตนเองระหว่างกลุ่ม ที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านมากและ ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านน้อย	81
4 การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางเมื่อพิจารณาคุณลักษณะ วินัยในตนเองเป็นตัวแปรตามกับรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง	82
5 ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและ คุณลักษณะวินัยในตนเอง	85
6 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคุณลักษณะ ต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	87
7 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเอง ด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ก่อนและหลังการอบรม เชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง.....	88
8 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะ วินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยระหว่างกลุ่ม	89
9 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคุณลักษณะ ในตนเองก่อนและหลังการอบรมและหลังการฝึกฝน เพื่อการพัฒนาตนเอง	90
10 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน และหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	91

11	ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความ เชื่ออาทรก่อนและหลังการอบรมและหลังการฝึกฝนเพื่อการ พัฒนาตนเอง	92
12	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาทรก่อนและหลัง การอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	93
13	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนเหตุผล เชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองหลังการหลังการฝึกฝน เพื่อการพัฒนาตนเอง	94
14	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัย ในตนเองหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ จำแนกตามรูปแบบการฝึกฝน เพื่อการพัฒนาตนเอง	95
15	การเปรียบเทียบรายคู่ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของเหตุผลเชิงจริยธรรม ด้านวินัยในตนเองหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองระหว่างกลุ่ม	95
16	การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้าน ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	97
17	การวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุคูณของคุณลักษณะวินัย ในตนเองจำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	98
18	เปรียบเทียบลำดับที่ของค่าเฉลี่ยคุณลักษณะวินัยในตนเองก่อนและหลัง การอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	99
19	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน การเคารพสิทธิหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	142
20	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของการเคารพสิทธิหลังการอบรม เชิงปฏิบัติการ จำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	143

ตาราง

หน้า

31 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความสามารถในการ แสดงออกก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลัง การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	154
32 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของ คุณลักษณะวินัยในตนเองด้านความสามารถในการ แสดงออกระหว่างกลุ่ม	155
33 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ความเป็นตัวของตัวก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง.....	156
34 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความความเป็นตัวของตัว ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝน เพื่อการพัฒนาตนเอง.....	157
35 ค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเชื่ออาหาร ตามปทัสฐานของสังคมก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง.....	158
36 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารตามปทัสฐาน ของสังคมก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลัง การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	159
37 ค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความ เชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเองก่อนและหลังการอบรม เชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง	160
38 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ ของตนเองก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝน เพื่อการพัฒนาตนเอง	161

ตาราง	หน้า
39 คำคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความ เชื่ออาหารตามเกณฑ์ของผู้อื่นก่อนและหลังการอบรม เชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง.....	162
40 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ ของผู้อื่นก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝน เพื่อการพัฒนาตนเอง	163

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคม และปัญหาวิกฤตทางเศรษฐกิจที่บ้านเมืองกำลังเผชิญ แสดงถึงการขาดความสามารถที่จะอยู่ในกระแสโลกอย่างมั่นคง และไม่สามารถที่จะป้องกันหรือบรรเทาผลกระทบที่ไม่พึงปรารถนาด้านต่าง ๆ ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นสะท้อนถึงการขาดวินัยของคนในชาติอย่างเด่นชัด ดังที่วิจิตร อวະกุล กล่าว ว่า ความไม่มีวินัยทางสิ่งแวดล้อมทำให้ประสบปัญหามลภาวะด้านต่างๆทรัพยากรธรรมชาติถูกทำลายอย่างรวดเร็ว ความไม่มีวินัยทางสังคมมักปรากฏในเรื่องการฝ่าฝืนกฎหมาย และระเบียบในการอยู่ร่วมกัน มีการทุจริต การขาดความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ ความไม่มีวินัยทางการเมือง มักปรากฏในลักษณะการเล่นการเมืองอย่างไม่มีกติกามีการซื้อสิทธิขายเสียง ความไม่มีวินัยทางเศรษฐกิจมักจะปรากฏในลักษณะของความฟุ่มเฟือย ขาดวินัยทางการเงิน ทางด้านธุรกิจมักปรากฏในลักษณะการปลอมปนสินค้า การส่งสินค้าไม่ตรงเวลา ทำให้เกิดความเสียหายทางเศรษฐกิจและภาพพจน์ของประเทศ (วิจิตร อวະกุล. 2532 : 45 - 48) เหล่านี้ล้วนเป็นปัญหาวิกฤตของคนในชาติที่ต้องแก้ไขอย่างเร่งด่วน ดังที่พบในข้อสรุปจาก การสัมมนาเรื่อง "วิกฤตการณ์ในสังคมไทย" ว่า วิกฤตการณ์ทางสังคมไทยที่เห็นได้ชัดเจนอย่างหนึ่งคือ การขาดวินัยของคนในชาติ (คณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, สำนักงาน. 2538 : 204)

วินัยมีความสำคัญและมีความจำเป็นสำหรับการอยู่ร่วมกันในสังคม วินัยเป็นการปฏิบัติตามระเบียบแบบแผนหรือข้อตกลงที่สังคมกำหนดให้ประพฤติตามเพื่อสนองความสงบสุขของส่วนรวมและสังคม พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต) กล่าวว่า หากปราศจากวินัยชีวิตจะวุ่นวายสับสน เพราะวินัยช่วยจัดระบบระเบียบในชีวิตและสังคม เปิดโอกาสให้ทำสิ่งต่าง ๆ ได้สะดวกมีความคล่องตัว ชีวิตและกิจการทุกอย่างเป็นไปได้ด้วยดี วินัยควรเป็นไปเพื่อความมุ่งหมายระยะยาวในการพัฒนามนุษย์ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). 2537 : 5) เมื่อพิจารณาอย่างถ่องแท้ จะพบว่า วินัยเป็นปัญหาที่ขึ้นอยู่กับทุกคนในสังคม เมื่อเป็นเช่นนี้

การแก้ปัญหาวินัยควรเริ่มต้นที่คนทุกคน และการแก้ไขที่ได้ผลดีที่สุดต้องอาศัยความสามารถของแต่ละคนในการควบคุมตนเองให้กระทำการต่าง ๆ เพื่อประโยชน์สุขของส่วนรวมและสังคม ดังนั้นการแก้ปัญหาวินัยของคนในชาติควรมุ่งที่การสร้างวินัยในตนเอง ที่ผ่านมากการแก้ปัญหาวินัยมักจะเป็นการแก้ปัญหาวินัยที่มาจากภายนอก เช่น การควบคุม บังคับ จับปรับและลงโทษ โดยไม่คำนึงถึงการสร้างจิตสำนึกต่อสังคม หรือตระหนักในผลของการกระทำของตนเอง ที่มีต่อส่วนรวม วินัยในตนเองมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อสังคมทุกยุคทุกสมัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคข้อมูลข่าวสาร ประเทศที่มีความก้าวหน้าต้องมีวินัยเป็นพื้นฐาน ประชาชนต้องมีเหตุผลและมีวิจารณญาณในการคิดและตัดสินใจ เลือกรับข้อมูล รับวัฒนธรรมและดำเนินชีวิตอย่างรอบคอบมากขึ้นจึงจะสามารถดำรงชีวิตได้อย่างสงบสุข ซึ่งพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต) ได้กล่าวว่า ประเทศที่มีความเป็นประชาธิปไตยต้องมีวินัยเป็นพื้นฐาน ประชากรต้องเคารพกฎเกณฑ์และกติกาของสังคม เคารพรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน หากไม่สามารถสร้าง วินัยแก่คนในชาติ การพัฒนาประชาธิปไตยย่อมหวังผลสำเร็จได้โดยยาก (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). 2538 : 1) วินัยในตนเองจึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล สังคมและประเทศชาติ การพัฒนาวินัยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันเริ่มต้นในครอบครัวตั้งแต่เด็กยังเยาว์วัย(ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ 2539 : 25) ปัญหาวินัยสะท้อนให้เห็นถึงกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม (socialization) ที่บุคคลได้รับการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวและการกล่อมเกลாத่างสังคม ปัญหาเกี่ยวกับวินัยอีกส่วนหนึ่งเกิดจากการสร้างเสริมวินัยโดยไม่เหมาะสมมีการเน้นวินัยจากภายนอกเป็นสำคัญ นอกจากนี้โรงเรียนไม่ได้ช่วยเสริมสร้างวินัยแก่นักเรียน ดังสรุปจากการสัมมนาเรื่อง "วิกฤตการณ์ทางสังคมไทย" ที่ว่า การขาดวินัยของคนในชาติมีสาเหตุมาจากหลักสูตรและการเรียนการสอนในระบบการศึกษาทุกระดับยังไม่ประสบความสำเร็จในการสร้างวินัยเพราะวินัยต้องสร้างอย่างต่อเนื่องและรับผิดชอบร่วมกันอย่างจริงจังระหว่างสถาบันครอบครัวและสถานศึกษา (คณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, สำนักงาน. 2538 : 204) ปัญหาวินัยจึงเป็นกระบวนการที่สั่งสมมาโดยตลอด ดังนั้นปัญหาการขาดวินัยในระดับอุดมศึกษาจึงเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้

จากการสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับวินัยของนิสิตปริญญาตรี จากคณะต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 98 คน พบว่าร้อยละ 55 มีความเห็นว่าปัญหาวินัย เป็นปัญหาของชาติอยู่ในระดับสูงถึงสูงสุดถึงร้อยละ 82.1 และมีความเห็นว่ามหาวิทยาลัยมีปัญหาวินัยอยู่ในระดับสูงถึงสูงสุด ร้อยละ 56.5 และในชั้นเรียนมีปัญหาวินัย

ระดับสูงถึงสูงสุด ร้อยละ 47.6 (ฉันทนา ภาคบังกช. 2540 : 1-8) แม้ว่าการสร้างเสริมวินัยในระดับอุดมศึกษาเป็นสิ่งที่ยาก แต่ก็ต้องพยายามเท่าที่จะสามารถทำได้เพื่อช่วยให้บัณฑิตที่จะสำเร็จการศึกษาออกไปเป็นประชากรที่มีคุณภาพยิ่งขึ้น และเป็นหน่วยหนึ่งที่สำคัญของสังคม

จากการศึกษาเกี่ยวกับวินัยในตนเองโดยอาศัยแนวคิดสากล พบว่ามีการกล่าวถึงองค์ประกอบของวินัยอย่างหลากหลาย และไม่มีข้อสรุปที่แน่ชัด ดังนั้นการสำรวจความคิดเห็นและการสัมมนาระดมพลังความคิด เพื่อแสวงหาแนวทางในการสร้างเสริมหรือปลูกฝังวินัยแก่คนในชาติ โดยคณะผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวข้องกับวินัยจาก 20 สาขาวิชา/อาชีพ พบข้อสรุปว่า ลักษณะทางจิตใจที่นำไปสู่ความมีวินัยสามประการแรก ได้แก่ ความมีน้ำใจ หรือความเอื้ออาทร ความเชื่อมั่นในตนเอง และความอดทนหรือการควบคุมตนเอง นอกจากนี้ ยังพบว่าพฤติกรรมที่แสดงถึงความมีวินัยซึ่งมัก จะปรากฏในลักษณะของความเป็นประชาธิปไตยสามประการแรก ได้แก่ ความมีเหตุผล การเคารพสิทธิและการทำตามข้อตกลงหรือกฎระเบียบ (ฉันทนา ภาคบังกช และคณะ. 2539 : 39-40) จะเห็นได้ว่าผลของการวิจัยดังกล่าว อยู่บนพื้นฐานของสังคมไทย ซึ่งมีความสอดคล้องกับแนวคิดและทฤษฎีสากลที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมหรือพัฒนาวินัยในตนเอง การวิจัยครั้งนี้จึงทำการศึกษาโดยกำหนดคุณลักษณะของวินัยในตนเองตามแนวดังกล่าว และใช้เป็นหลักในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง มหาวิทยาลัยเป็นแหล่งผลิตบัณฑิตสาขาวิชาต่างๆ เพื่อให้เป็นพลังที่สำคัญของสังคมการสร้างเสริมวินัยแก่นิสิตอย่างมีประสิทธิภาพ จะช่วยให้นิสิตศึกษาหาความรู้และพัฒนาตนเองอย่างมีคุณภาพมากขึ้น และพร้อมที่จะออกไปปฏิบัติหน้าที่การงานอย่างมีคุณภาพเพื่อประโยชน์สุขของสังคมในอนาคต จึงสมควรที่จะพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง สำหรับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นการเข้าค่ายอบรมเชิงปฏิบัติการ "การพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้และการทำงาน" ประกอบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

เนื่องจากการอบรมเชิงปฏิบัติการโดยทั่วไปมีความจำกัดของเวลา มักเกิดผลแก่ผู้เข้ารับ การอบรมในแง่ของการสร้างความรู้ ความเข้าใจ ความตระหนักและทัศนคติ จากวิธีการหรือ กระบวนการอบรม แต่ยากที่จะสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ได้ภายในเวลาอันสั้น ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้ จึงมีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองและติดตามผลภายหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการเป็นระยะเวลา 5 เดือน เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการฝึกฝน 4

แบบ คือ กระบวนการคู่สัญญา กระบวนการสร้างสรรค์สังคม การพัฒนาแบบตนเอง และ การพัฒนาตนโดยอิสระ เพื่อศึกษาผลของการฝึกฝนภายหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการที่เหมาะสมกับนิสัยระดับ ปริญาตรีที่มีประสบการณ์แตกต่างกัน ซึ่งจะเป็นการสร้างองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ ในการประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับนิสิตนักศึกษาในการพัฒนาวินัยในตนเองเพื่อประโยชน์ในการพัฒนาตนเองและสังคมอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป ซึ่งก็อาจจะใช้เป็นแนวทางในการสร้างเสริมวินัยแก่บุคลากรในหน่วยงานของรัฐและเอกชนที่มีอายุใกล้เคียงกับนิสิตนักศึกษาเพื่อให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพและพร้อมที่จะทำประโยชน์แก่สังคมและประเทศชาติอย่างเต็มศักยภาพยิ่งขึ้น

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองทางบ้าน และคุณลักษณะวินัยในตนเอง จำแนกตามตัวแปรลักษณะทางจิตใจที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ความเอื้ออาทร ความเชื่อมั่นในตนเอง และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย
3. ศึกษาลักษณะทางชีวสังคมและรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองจำแนกตามตัวแปรลักษณะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองตนเอง
4. ศึกษาหาประสิทธิภาพของรูปแบบอบรมเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเองด้วยกระบวนการทดลอง การอบรมเชิงปฏิบัติการ และการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองและศึกษาผลการทดลอง ดังต่อไปนี้
 - 3.1 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง
 - 3.2 ศึกษาเปรียบเทียบคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองของนิสิตที่ได้รับประสบการณ์จากการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเองและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง และกลุ่มที่ไม่ได้รับประสบการณ์สร้างเสริมวินัยในตนเองจากการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ซึ่งสามารถประยุกต์ใช้เสริมการเรียนการสอนตามปกติได้
2. ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมวินัยในตนเองสำหรับนิสิตและนักศึกษาที่มีลักษณะทางจิตใจและเหตุผลทางจริยธรรมด้านวินัยในตนเองที่แตกต่างกัน
3. เป็นแนวทางสำหรับอาจารย์ของสถาบันอุดมศึกษาในการช่วยสร้างเสริมวินัยในตนเองแก่นิสิตนักศึกษา รวมทั้งการสร้างเสริมวินัยแก่นบุคลากรในหน่วยงานต่าง ๆ ที่อยู่ในวัยใกล้เคียงกับนิสิตนักศึกษา

ขอบเขตของการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองเป็นนิสิตปริญญาตรี วิชาเอกสุศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2540 จำนวน 76 คน จัดเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 19 คน โดยควบคุมตัวแปรให้มีการมุ่งอนาคตและควบคุมตนทัดเทียมกัน เนื่องจากการศึกษาพบว่าตัวแปรนี้มีความสัมพันธ์กับวินัยในตนเองสูง ด้วยการนำผลการสอบจากแบบวัดการมุ่งอนาคตและควบคุมตนมาจัดลำดับความสามารถแล้วสุ่มอย่างง่ายทีละ 4 คน เพื่อจัดเข้า 4 กลุ่ม แต่ละกลุ่มมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนทัดเทียมกัน

กลุ่มควบคุม เป็นนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2540 จำนวน 19 คน

ข้อจำกัดของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ และมีการทดสอบหลายครั้งและใช้เวลาต่อเนื่องระหว่างปิดภาคเรียนนานถึง 3 เดือน รวมทั้งสิ้นใช้เวลา 5 เดือน นับว่านานเกินไปสำหรับนิสิตผู้เข้าร่วมการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาดตนเอง และมีผลต่อการสูญเสียจำนวนกลุ่มตัวอย่าง

ตัวแปรที่ใช้ในการทดลอง

ตัวแปรอิสระ

1. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม
 - 1.1 ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยทางบ้าน
 - 1.2 ลักษณะเชิงชีวสังคม
2. รูปแบบการเสริมสร้างวินัยในตนเอง คือ การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้และการทำงาน และสมัครเข้าร่วมการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง 4 แบบ ได้แก่
 - 2.1 การพัฒนาตนเองแบบคู่สัญญา "กัลยาณมิตร"
 - 2.2 การพัฒนาตนเองแบบกิจกรรมสังคม "สร้างสรรค์สังคม"
 - 2.3 การพัฒนาตนเองแบบเขียนบันทึก "เตือนตน"
 - 2.4 การพัฒนาตนเองแบบอิสระ "พัฒนาตนเองอย่างอิสระ"

ตัวแปรตาม

1. คุณลักษณะวินัยในตนเอง
 - 1.1 ความเอื้ออาทร
 - 1.2 ทักษะติดต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย
 - 1.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง
2. เหตุผลเชิงจริยธรรมเกี่ยวกับวินัยในตนเอง

ตัวแปรควบคุม

1. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน

นิยามปฏิบัติการของตัวแปร

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยภาคสนามเชิงทดลอง ซึ่งมีตัวแปร 4 ประเภท ได้แก่

1. ตัวแปรพื้นฐานคือ ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้าน
2. ตัวแปรอิสระ คือ รูปแบบการส่งเสริมวินัยในตนเอง ซึ่งประกอบด้วยกรอบมเชิงปฏิบัติการ และการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง 4 รูปแบบ
3. ตัวแปรควบคุม คือ การมุ่งอนาคตและควบคุมตน ซึ่งใช้ เพื่อกำหนดกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ให้มีความทัดเทียมกัน
4. ตัวแปรตาม คือคุณลักษณะวินัยในตนเอง และเหตุผลเชิงจริยธรรม

นิยามที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ มีดังนี้

ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองที่บ้าน หมายถึง ความคิดเห็นเกี่ยวกับสถานการณ์ที่พ่อแม่ทำตนเป็นแบบอย่างและอบรมสั่งสอนเด็กให้ปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ กิจวัตรประจำวัน และค่านิยมในสังคม เพื่อเสริมสร้างควมมีวินัยแก่เด็กอย่างสม่ำเสมอโดยการแสดงพฤติกรรมต่อไปนี้เป็นคือ ทำตนเป็นแบบอย่างที่ดี ชมเชยหรือให้กำลังใจ ให้พิจารณาแก้ปัญหาและสร้างข้อตกลงเพื่อปฏิบัติร่วมกัน ทั้งนี้ต้องเน้นในเรื่องการใช้เหตุผล การช่วยเหลือและการเสียสละเพื่อส่วนรวม การควบคุมตนเอง การไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่นและการร่วมมือกับผู้อื่น วัดโดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ มากที่สุด มากน้อย น้อยที่สุด ซึ่งผู้วิจัยปรับจากแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูที่ปลูกฝังวินัย ของ ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และคณะ (2539)

การมุ่งอนาคตและควบคุมตน หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการคาดถึงผลต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตเพื่อวางแผนการกระทำต่างๆ ล่วงหน้า ทำให้เกิดการคิดและเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่จะมีผลให้ตนเองสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองด้านการกระทำที่ดั่งงามได้สำเร็จ โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม วัดโดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริงเลย ซึ่งปรับจากแบบวัดการมุ่งอนาคตและควบคุมตน ของดวงเดือน พันธุมนาวิน (แสง

ทวีคูณ 2536 : 39; อ้างอิงจากดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2530) ที่ประกอบด้วยการคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นในอนาคต การอดทนและอดกลั้นต่อสิ่งยั่ว/การอดเปรี้ยวไว้กินหวาน การหลีกเลี่ยงการกระทำผิด รวมทั้งการควบคุมอารมณ์และความรู้สึก

คุณลักษณะวินัยในตนเอง หมายถึง คุณลักษณะที่อยู่ภายในจิตใจ ซึ่งช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปตามที่ตนเองมุ่งหวังโดยสอดคล้องกับระเบียบ หรือกฎเกณฑ์อันดีงาม เพื่อประโยชน์สุขของส่วนรวมและสังคม ซึ่งประกอบด้วย 4 คุณลักษณะ ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเอื้ออาทร การมุ่งอนาคตและควบคุมตน และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1. ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการคิดตัดสินใจกระทำสิ่งต่างๆ ด้วยความมั่นใจและยอมรับในผลที่เกิดจากการกระทำของตนเองโดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม วัดโดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยปรับจากซึ่งผู้วิจัยปรับจากแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองของ จงใจ ขจรศิลป์ (2532) ที่ประกอบด้วย การพึ่งตนเอง ความสามารถในการ แสดงออก และความกล้าในการกระทำสิ่งต่างๆ

2. ความเอื้ออาทร หมายถึง ความรู้สึกภายในของบุคคลที่ทำให้เกิดพฤติกรรมอาสาช่วยเหลือผู้อื่น ด้วยความตั้งใจที่จะให้ประโยชน์แก่ผู้อื่นโดยไม่คาดหวังที่จะได้รับสิ่งตอบแทน ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยปรับจาก แบบวัดความเอื้ออาทร ของวิชัย คำสุวรรณ และคณะ (2539) ซึ่งประกอบด้วย การแบ่งปัน การให้ การช่วยเหลือ การร่วมมือ การเสียสละ ความเอื้ออาทร ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่

2.1 พฤติกรรมเอื้ออาทร คือ ความคิดเห็นต่อพฤติกรรมในสถานการณ์ฉุกเฉิน สำหรับให้เลือกที่จะปฏิบัติตามธรรมชาติ

2.2 ความเอื้ออาทรตามปทัสฐานของสังคม (normative altruism) คือ การกระทำที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ของผู้อื่นตามความเห็นของสังคม

- 2.3 ความเอื้ออาทรอาศัยเกณฑ์ภายใน (endocentric altruism) เป็นการกระทำที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น ที่กระทำด้วยความสมัครใจและความต้องการของตนเองโดยไม่หวังรางวัลหรือการตอบแทนจากภายนอก
- 2.4 ความเอื้ออาทรอาศัยเกณฑ์ภายนอก (exocentric altruism) เป็นการกระทำที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น โดยมีเจตนาที่จะกระทำให้สภาวะของผู้อื่นดีขึ้น โดยไม่หวังรางวัลหรือการตอบแทนจากภายในตนหรือภายนอกตน (ธีระพร อุวรรณโณ. 2529 : 65-67)

3. ทักษะคิดต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย หมายถึง ความคิดเห็นของบุคคลต่อพฤติกรรมอันแสดงถึงความมีอุดมการณ์ประชาธิปไตย ในการวิจัยนี้ คัดเลือกเฉพาะพฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง กับความมีวินัยในตนเองเพียง 3 องค์ประกอบ ซึ่งวัดโดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริงเลย ที่ผู้วิจัยปรับจากแบบวัด บุคลิกภาพประชาธิปไตยของ สมพงษ์ พวงคำ (2528 : 89-92) ดังนี้

4.1 การเคารพสิทธิของผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการกระทำสิ่งต่างๆ โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม ซึ่งประกอบด้วย การไม่ทำความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น การไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น การปฏิบัติตามกฎระเบียบหมายถึง ความสามารถของบุคคลในการทำตามข้อตกลงกฎระเบียบในการอยู่ร่วมกันในสังคม โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม

4.2 การปฏิบัติตามกฎระเบียบ หมายถึง ความสามารถในการทำตามข้อตกลง กติกา สัญญาและหน้าที่โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม ซึ่งประกอบด้วย การทำตามกฎระเบียบ และการทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

4.3 ความมีเหตุผล หมายถึง ความสามารถในการพิจารณาปัญหาและสาเหตุของปัญหา ผลที่เกิดจากการกระทำ รับฟังความคิดเห็นจากผู้อื่น เพื่อประกอบการตัดสินใจแก้ปัญหาหรือกระทำสิ่งต่าง ๆ โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวมซึ่งประกอบด้วย การเคารพเหตุผล/ความคิดเห็น การรับฟังหรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการตัดสินใจด้วยเหตุผล

เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง หมายถึง เหตุผลที่ใช้ในการตัดสินใจที่อยู่เบื้องหลังการกระทำ โดยบุคคลอาจใช้เหตุผลแตกต่างกันออกไป แบบวัดชุดนี้ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นโดยปรับจากแนวพัฒนาการทางทักษะต่อสังคม และเหตุผลทางจริยธรรมของ โคลเบอร์ก (Kohlberg, 1967 : 34-35) เพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะความมีวินัย โดยกำหนดชั้นจริยธรรมออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่

ระดับที่ 1 กระทำเพื่อประโยชน์ของตน เป็นการกระทำเพื่อประโยชน์ของตนหรือหลีกเลี่ยงการลงโทษ

ระดับที่ 2 กระทำเพื่อรับการยกย่องในสังคม เป็นการเพื่อภาพพจน์ของตน หรือได้รับการยกย่องชื่นชม

ระดับที่ 3 กระทำเพื่อประโยชน์สุขของสังคม เป็นการกระทำเพื่อรักษากฎระเบียบและประโยชน์สุขของส่วนรวม

ระดับที่ 4 กระทำเพื่อความถูกต้องและจริยธรรม เป็นการกระทำเพื่อธำรงความถูกต้องและดีงาม โดยคำนึงถึงศักดิ์ศรีของความ เป็นมนุษย์

รูปแบบการพัฒนาวินัยในตนเอง หมายถึง ประสบการณ์การอบรมเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเอง ซึ่งประกอบด้วย 2 ขั้นตอน ดังนี้

1. การอบรมเชิงปฏิบัติการ หมายถึง การจัดประสบการณ์การอบรมเพื่อให้ความรู้ทัศนคติ และการฝึกสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยการเข้าค่ายอบรมเชิงปฏิบัติการ "โครงการพัฒนาศักยภาพในการเรียนและการทำงาน" เป็นเวลา 2 วัน 1 คืน โดยใช้เวลา 18 ชั่วโมง เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเห็นปัญหาของวินัยในสังคมและเกิดความตระหนักว่าการสร้างวินัยในสังคมต้องเริ่มต้นจากการพัฒนาวินัยในตนเอง โดยฝึกฝนความมีเหตุผล การเคารพในสิทธิของผู้อื่นการทำตามกฎและข้อตกลง โดยเน้นกิจกรรมที่สร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถพัฒนาตนเองได้ มีความเอื้ออาทรต่อกัน และฝึกการควบคุมตนเองโดยวิธีต่าง ๆ เมื่อสิ้นสุดการทดลองมีการประเมินเชิงคุณภาพ เพื่อการพัฒนาแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการ และการปรับรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวินัยในตนเองให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

2. การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตน หมายถึง การจัดประสบการณ์ต่อเนื่องจากการอบรมเชิงปฏิบัติ "โครงการพัฒนาศักยภาพในการเรียนและการทำงาน" เป็นเวลา 2 วัน 1 คืน รวมเป็นเวลา 18 ชั่วโมง เพื่อช่วยให้ผู้เรียน เห็นปัญหาของวินัยในสังคม และเกิดความตระหนักว่าการสร้างวินัยในสังคมต้องเริ่มต้นจากการพัฒนาวินัยในตนเอง โดยฝึกฝนความมีเหตุผล การเคารพในสิทธิของผู้อื่น การทำตามกฎและข้อตกลง โดยเน้นกิจกรรมที่สร้างความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถพัฒนาตนเองได้ มีความเอื้ออาทรต่อกัน และโดยเน้นกระบวนการการควบคุมตนเองแบบประยุกต์ และให้ผู้เรียนประเมินตนเองโดยใช้ "แบบสำรวจการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองและสังคม" 4 แบบ ดังนี้

- 2.1 การฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบ "กัลยาณมิตร" หมายถึง การฝึกฝนตนเองต่อจากการอบรมเชิงปฏิบัติการเป็นเวลา 5 เดือน ด้วยกิจกรรมการวางแผนแก้ไข ปรับปรุงตนเอง หรือพัฒนาตนเองเรื่องใดเรื่องหนึ่ง แล้วนำแผนการนั้นไป สนทนาพูดคุยกับบุคคลที่ผู้เรียนมีความรักและศรัทธาชื่นชม และภาคภูมิใจที่จะให้รับรู้ในความตั้งใจที่จะพัฒนาตนเอง และรายงานความสำเร็จหรืออุปสรรคตลอดจน พัฒนาปรับปรุงเป็นระยะๆ จนประสบความสำเร็จตามความมุ่งหมาย
- 2.2 การฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบ "สร้างสรรค์สังคม" หมายถึงการฝึกฝนตนเองต่อจากการอบรมเชิงปฏิบัติการเป็นเวลา 5 เดือน ด้วยการฝึกวางแผนโครงการกิจกรรมต่างๆ โดยมีการประชุมวางแผนเพื่อแก้ไข หรือพัฒนาสังคมในมหาวิทยาลัย แล้ว นำโครงการดังกล่าวไปดำเนินการ โดยขอความร่วมมือจากนิสิตคณะต่างๆ ในการดำเนินการและเผยแพร่โครงการให้เป็นไปตามความมุ่งหมายที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ สนับสนุนให้ช่วยพัฒนาสภาพแวดล้อมทางบ้าน
- 2.3 การฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบ "เตือนตน" หมายถึง การฝึกฝนตนเองต่อจากการอบรมเชิงปฏิบัติการเป็นเวลา 5 เดือน ด้วยกิจกรรมการวางแผนเพื่อปรับปรุงตนเอง หรือพัฒนาตนเองเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยการบันทึกและวิเคราะห์ การปฏิบัติตามแผนพร้อมทั้งเขียนรายงานอุปสรรคตลอดจนทางแก้ไขเป็นระยะๆ จนประสบความสำเร็จตาม ความมุ่งหมายที่ตั้งไว้

- 2.4 การฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบ "พัฒนาตนโดยอิสระ" หมายถึงการฝึกฝน การพัฒนาตนเองต่อจากการอบรมเชิงปฏิบัติการเป็นเวลา 5 เดือน ด้วย กิจกรรม การวางแผนแก้ไขปรับปรุง หรือพัฒนาตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดย อิสระ เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามความมุ่งหมายที่ตั้งไว้

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ มีการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 4 ตอน ดังนี้

1. ความหมายและความสำคัญของวินัยในตนเอง
2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง
3. คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง
 - 3.1 ความเอื้ออาทร
 - 3.2 ความเชื่อมั่นในตนเอง
 - 3.3 การมุ่งอนาคตและควบคุมตน
 - 3.4 ทักษะติดต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย
 - 3.4.1 ความมีเหตุผล
 - 3.4.2 การเคารพสิทธิ
 - 3.4.3 การปฏิบัติตามข้อตกลง/กฎระเบียบ
 - 3.5 เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง
4. รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
 - 4.1 กระบวนการสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยการอบรมเชิงปฏิบัติการ
 - 4.2 กระบวนการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง
 - 4.2.1 การพัฒนาตนเองโดยคู่สัญญา : "กัลยาณมิตร"
 - 4.2.2 การพัฒนาตนเองโดยกิจกรรมเพื่อสังคม : "กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม"
 - 4.2.3 การพัฒนาตนเองโดยการบันทึก : "ตนเตือนตน"
 - 4.2.4 การพัฒนาตนเองอย่างอิสระ : "พัฒนาตนโดยอิสระ"

ความหมายและความสำคัญของวินัยในตนเอง

ความหมายของวินัยในตนเอง

คำว่า "วินัย" มีความหมายที่ซับซ้อนและมีความหลากหลาย ดังเช่น ความหมายที่พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต) กล่าวไว้ว่า วินัย หมายถึง ระบบ ระเบียบการดำเนินชีวิตของคน การจัดระบบของ-สังคมหรือวัฒนธรรม การมีวินัย คือ ศีล ซึ่งหมายถึง การประพฤติปฏิบัติ

ที่มีระเบียบเรียบร้อย มีการแสดงออกทางกาย วาจา อันเป็นผลมาจากเจตนาในจิตใจ วินัย เป็นการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต) 2537: 109) วินัยมีความหมายที่ครอบคลุมถึงกฎระเบียบ การจัดระบบ การแสดงพฤติกรรม และการเรียนรู้ของบุคคล วินัยอาจแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. วินัยภายนอกเป็นการมองวินัยในแง่ที่เกิดจากการควบคุมบังคับจากภายนอก เช่น กฎ ระเบียบ ข้อบังคับ ศิลและแบบแผน รวมทั้งการปฏิบัติตามแบบแผน กฎ ระเบียบ ข้อบังคับ และศีลธรรมของหมู่คณะและสังคม (ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ. 2539 : 85)

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ให้ความหมายว่า วินัย คือ ระเบียบสำหรับกำกับความประพฤติให้เป็นแบบแผนอันหนึ่งอันเดียวกัน (พระเทพเวที. 2531 : 274)

วินัย หมายถึง การอยู่ในระเบียบแบบแผนและข้อบังคับและข้อปฏิบัติ (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2538 : 756)

ตามความหมายของ New Webster Dictionary and Thesaurus of the English Language (1972 : 270) "วินัย" หมายถึง การฝึกจิตใจและคุณลักษณะต้นแบบเกี่ยวกับกฎ ในสังคม การควบคุมตน กฎ ระบบการฝึก.กฎสำหรับสมาชิก ระบบการลงโทษ และการควบคุม ให้เป็นไปตามที่ต้องการ (Cayne, 1972 : 270) แมกกินสัน (Magginson) อธิบายความหมายของ "วินัย" (discipline) ว่า มาจากคำว่า "disciple" ซึ่งหมายความว่า "ผู้ตาม" (follower) วินัยหมายถึง การสร้างเงื่อนไข เพื่อควบคุมพฤติกรรมของบุคคลในองค์กรให้เป็นระเบียบ และเป็นกระบวนการทางนิติธรรม (judicial due process) ซึ่งเป็นการออกกฎระเบียบให้ปฏิบัติและลงโทษเมื่อมีการฝ่าฝืน (วินัย ธรรมศิลป์. 2527 : 24; อ้างอิงจาก Magginson, 1977 : 468-470)

วินัยที่ปรากฏในสังคมไทยส่วนมากมีลักษณะของวินัยจากภายนอก ซึ่งมีการสรุปได้เป็น 2 แนว (สุโขทัยธรรมมาธิราช, มหาวิทยาลัย. 2537 : 433-434) ดังนี้

1.1 ความหมายทางรูปธรรม หมายถึง ข้อปฏิบัติหรือแบบสำหรับคนในองค์กรในหมู่เหล่า ในวงการแต่ละแห่งมีลักษณะเฉพาะเจาะจง เรียกว่า "วินัย" เช่น วินัยข้าราชการพลเรือนสามัญ วินัยข้าราชการครู วินัยข้าราชการทหาร ฯลฯ วินัย แต่ละประเภทมีแบบปฏิบัติ และการพิจารณาความผิดที่แตกต่างกันไปตามที่แต่ละหมู่เหล่ากำหนดไว้ หากพบว่ามีผิด จะต้องมีการลงโทษตามที่แต่ละหมู่เหล่ากำหนดไว้

1.2 ความหมายทางนามธรรมหมายถึง ลักษณะเชิงพฤติกรรม (behavior) ที่แสดงถึงการยอมรับ หรืออยู่ในระเบียบแบบแผน หรือปฏิเสธการนำหรือบังคับบัญชา ข้อสรุปดังกล่าวได้

สะท้อนให้เห็นถึงลักษณะของวินัยในสังคมไทยว่าส่วนใหญ่เป็นวินัย ภายนอก ซึ่งใช้เป็นหลักในการบริหารปกครองข้าราชการด้วยกฎระเบียบ ต่าง ๆ และพบว่า การปกครองดูแลบ้านเมือง ตลอดจนการจัดการศึกษาที่ผ่านมา ได้รับอิทธิพลจากวินัยภายนอกเป็นสำคัญ

2. วินัยในตนเอง เป็นการมองวินัยในแง่ของการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามกฎระเบียบโดยไม่ต้องให้ผู้อื่นควบคุม หากมองจากภายนอกผู้ที่มีวินัยในตนเองจะมีการกระทำคล้ายผู้ที่มีวินัยภายนอก แต่ไม่ต้องถูกควบคุมจากภายนอกซึ่งมีการให้ความหมายของวินัยในตนเองว่า หมายถึง การควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามกฎหมาย ข้อบังคับ ระเบียบแบบแผน และขนบประเพณี อันดีงาม(สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, คณะกรรมการ. 2532 : 5) เมกกินสัน (Megginson, 1977: 468-470) กล่าวว่า วินัยในตนเอง หมายถึง การควบคุมตนเอง (self - control) ซึ่งเน้นการพัฒนาตนเองและปรับตนให้สอดคล้องกับความจำเป็นและความต้องการซึ่งสอดคล้องกับ อิงลิช และอิงลิช (English and English) ที่ว่า วินัยในตนเองหมายถึง ความสามารถของบุคคลในการควบคุม พฤติกรรมของตนเองโดยตนเอง เพื่อให้เป็นไปตามเป้าหมายหรือความต้องการที่ตั้งใจไว้ (พรพนทิพย์ พันทอง. 2524 : 52 ; อ้างอิงจาก English and English, 1968)

จากการสำรวจความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ 20 สาขาวิชา/อาชีพ พบข้อสรุปว่า วินัยในตนเองเกิดจากการเลือกและตัดสินใจที่จะปฏิบัติด้วยความสมัครใจของตนเอง อันอาจเกิดจากความเคยชินที่ดี ความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อหรือจริยธรรม ที่จะทำตามกฎ ระเบียบ หรือข้อตกลงในการอยู่ร่วมกันหรือแก้ปัญหาของส่วนรวม ซึ่งจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุข (ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ. 2539 : 4)

วินัยในตนเอง อาจหมายถึง วินัยเชิงจริยธรรม (moral discipline) ซึ่งเกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง ที่อยู่บนพื้นฐานของการทำตามกฎระเบียบด้วยความสมัครใจ อันแสดงถึงวุฒิภาวะของคุณลักษณะที่สังคมคาดหวังจากประชาชนของเขา (Lickona, 1991 : 110) วินัยในตนเองยังหมายถึงคุณลักษณะทางจิตใจ และพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การปฏิบัติตามกฎระเบียบหรือข้อตกลง เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสังคมโดยไม่ต้องได้รับการควบคุมดูแลจากผู้อื่น เนื่องจากสามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองตามที่มุ่งหวัง(ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ. 2539 : 4) นอกจากนี้ ยังมีผู้ที่ให้ความเห็นว่า วินัยในตนเองจะต้องไม่ทำความยุ่งยากให้ กับตนเอง (ชวลี นาคทัต 2524; อัมพร กาทอง. 2529; 7 และชิดกมล สังข์ทอง. 2535) จากการวิเคราะห์ถึงการพัฒนาวินัยในตนเอง ซึ่งมีคุณลักษณะใกล้เคียงกับการควบคุมตน ซึ่งจะต้องมีการละเว้นการกระทำบางอย่าง หรือต้องกระทำบางอย่างด้วยเหตุผลเพื่อบังเกิดผลตามที่ได้มุ่งหมาย (นงนุช โรจนเลิศ. 2523 ; citing Rosenbaum.) ในบางครั้งอาจต้องมีการเสียสละเพื่อประโยชน์สุขของส่วนรวม เช่น

การรักษากฎจราจร ดังนั้น การสร้างวินัยในตนเองจึงยากที่จะหลีกเลี่ยงความยุ่งยากในระยะเริ่ม การเปลี่ยนแปลงได้ จึงน่าจะลดการเน้นในเรื่องการไม่สร้างความยุ่งยากให้ตัวเองลง

วินัยในตนเองที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้หรือการฝึกอบรม หมายถึง การควบคุมพฤติกรรม ของบุคคลซึ่งอาจทำได้โดยการสั่งสอน ฝึกอบรม หรือได้รับประสบการณ์ด้านที่ต้องรับผิดชอบ (Kingsbury, 1957 :52) ซึ่งสอดคล้องกับพจนานุกรมของ Webster's New World Dictionary of American Language (1970 : 401) ที่ว่าวินัยคือการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาด้านการควบคุมตนเอง อุปนิสัย หรือประสิทธิภาพ ที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า วินัยน่าจะเป็นสิ่งที่สามารถสร้างเสริมได้ด้วยการ แนะนำ สั่งสอนและฝึกอบรม และสรุปได้ว่าความหมายของวินัยควรครอบคลุมทั้งในแง่ของกฎ ระเบียบ การจัดระบบ การแสดงพฤติกรรม และการเรียนรู้

ความสำคัญของวินัยในตนเอง

วินัย คือ การแสดงออกที่ทำให้เกิดความเป็นระบบระเบียบ หากปราศจากวินัย ชีวิตจะ วุ่นวายสับสน ดังที่จิตร อวาระกุล ได้ประมวลปัญหาวินัยไว้ว่า ความไม่มีวินัยด้านสิ่งแวดล้อมทำให้เกิดปัญหาด้านมลภาวะ ความไม่มีวินัยทางสังคมทำให้มีการฝ่าฝืนกฎหมาย และระเบียบในการ อยู่ร่วมกัน มีการทุจริต ขาดความรับผิดชอบต่อเวลาและหน้าที่ ความไม่มีวินัยด้านธุรกิจมักปรากฏ ในลักษณะของการคดโกง ปลอมปนสินค้า การส่งสินค้าไม่ตรงเวลาซึ่งทำให้เกิดความเสียหายทาง เศรษฐกิจและเสียหายพจน์ของประเทศชาติความไม่มีวินัยด้านเศรษฐกิจ ปรากฏในลักษณะของ ความฟุ่มเฟือย ขาดการใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด และเป็นประโยชน์อย่างเต็มที่ นอกจากนี้ ยัง พบว่าการขาดวินัยทางการเมืองทำให้มีการเล่นการเมืองอย่างไม่มีกติกาตามวิถีทางประชาธิปไตย (จิตร อวาระกุล. 2532 : 46-48)

จากสภาวะที่ปรากฏในสังคมไทย คงจะปฏิเสธไม่ได้ว่าเราเผชิญปัญหาการขาดวินัย ในชาติ ปัญหาวินัยซึ่งเริ่มต้นจากแต่ละบุคคลสามารถนำไปสู่ปัญหาที่ยิ่งใหญ่ได้ เช่น ความ ไม่รับผิดชอบ ไม่ปฏิบัติตามกฎ นำไปสู่ปัญหาการจราจร ความฟุ่มเฟือยและขาดวินัยทางการเงินของคน ในชาติสามารถนำไปสู่ปัญหาวินัยทางการเงินการคลังและวิกฤตเศรษฐกิจ วินัยจึงเป็นปัญหาวิกฤต ของชาติที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน วินัยมีความสำคัญต่อชีวิตและสังคม เพราะวินัยก่อให้เกิดผลดีและประโยชน์สุขของสังคม ช่วยป้องกันและขจัดปัญหาต่างๆ ได้ วินัยจึงมีความสำคัญ และจำเป็นในการอยู่ร่วมกันในสังคม เพราะช่วยจัดระบบระเบียบในชีวิตและสังคม เปิดโอกาสให้ เราทำสิ่งต่างๆ ได้สะดวก มีความคล่องตัว ชีวิตและกิจการต่างๆ เป็นไปด้วยดี วินัยควรเป็นไป เพื่อความมุ่งหมายในการพัฒนามนุษย์ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต).2537 :109) วินัยมี ความสำคัญต่อความเป็นประชาธิปไตย ประเทศที่มีความเป็นประชาธิปไตย ล้วนต้องมีประชากร

ที่เคารพในกฎเกณฑ์และกติกาของสังคม ซึ่งต้องอาศัยวินัยเป็นพื้นฐาน หากไม่สามารถสร้างวินัยแก่คนในชาติได้ การพัฒนาประชาธิปไตยย่อมหวังผลสำเร็จได้โดยยาก (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). 2538 : 1) หากสังเกตปัญหาวินัยของคนในชาติ ซึ่งมักเกิดจากการฝ่าฝืนกฎและระเบียบต่างๆ อยู่เสมอ อาจเกิดจากการไม่ตระหนักถึงความสำคัญของวินัย หรืออาจเกิดจากการไม่ให้ความสำคัญกับวินัยหรือให้ความสนใจเฉพาะวินัยภายนอก และมักจะเน้นการปฏิบัติตามกฎระเบียบต่อเมื่อมีการติดตามควบคุมบังคับ การให้ความสำคัญกับวินัยในตนเองจึงเป็นสิ่งที่ สังคมควรตระหนักมากขึ้น

วินัยในตนเองมีความสำคัญต่อชีวิตอย่างมาก หากไม่สามารถสร้างวินัยในตนเองให้เกิดขึ้น ย่อมไม่สามารถที่จะสร้างวินัยในสังคมได้ ตามความเป็นจริง การจะควบคุมบังคับให้แต่ละคนมีวินัยอยู่ตลอดเวลาเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ เพราะไม่สามารถหาเจ้าหน้าที่มาควบคุมสมาชิกทุกคนในสังคมให้ทำตามได้ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต. 2538. : 1) ดังนั้น จึงต้องพยายามพัฒนาวินัยในตนเองแก่เด็กและเยาวชน รวมทั้งประชาชนทุกคนเพื่อให้คนเราอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ดังที่ดวงเดือน พันธุมนาวิน กล่าวว่า วินัยในตนเองเป็นหัวใจของการแสดงออกซึ่งคุณธรรม เพราะช่วยให้คนเราสามารถควบคุมตนเองได้ สามารถทำความดีด้วยตนเอง และมีความกังวลเมื่อจะกระทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งจะช่วยยับยั้งและป้องกันไม่ให้บุคคลกระทำความผิด (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2523 : 3) จึงควรมีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับวินัยในตนเองแก่ประชาชนมากขึ้น เพื่อให้มีการพัฒนาและเสริมสร้างวินัยในตนเองแก่เด็กและเยาวชนอย่างมีประสิทธิภาพ

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวินัยในตนเอง

วินัยเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาจริยธรรม ในการศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของสังคมและพัฒนาการทางจริยธรรม เริ่มต้นจากการศึกษาการถ่ายทอดทางสังคม (socialization) ด้านการอบรมเลี้ยงดู เพื่อเห็นถึงอิทธิพลของผู้ปกครองที่มีต่อเด็ก และอิทธิพลของเด็กที่มีต่อ ผู้ปกครอง การอบรมเลี้ยงดูที่มีการปรับเปลี่ยนอยู่เสมอ ซึ่งมีผลต่อการประยุกต์ความรู้เพื่อพัฒนา วินัยที่มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น การศึกษาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กเท่าที่รวบรวมได้ มีดังนี้

1. ทฤษฎีการเกิดวินัยในตนเองของเมอเรอร์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2523 : 72 อ้างอิงจาก; Mowrer, 1950) กล่าวว่า การเกิดวินัยในตนเองของแต่ละบุคคลมีพื้นฐานจากตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งเติบโต จุดเริ่มต้นคือความสัมพันธ์ระหว่างทารกและพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู อันจะนำไปสู่การให้รางวัลและควบคุมตนเองเมื่อโตขึ้น ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

- ขั้นที่ 1 เกิดขึ้นเมื่อทารกได้รับการบำบัดความต้องการ เช่น ได้กินเมื่อหิวความสุข และ ความพึงพอใจที่ได้รับนี้จะตรึงอยู่ในใจตลอดไป
- ขั้นที่ 2 เหตุการณ์ที่เกิดควบคู่กับการบำบัดความต้องการคือการปรากฏตัวของ พ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู
- ขั้นที่ 3 การปรากฏตัวของพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดูก่อให้เกิดทารกและเด็กเกิดความสุข
- ขั้นที่ 4 การอบรมสั่งสอนของพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดูทำให้เด็กยอมรับการอบรม สั่งสอนและเกิดการเรียนรู้
- ขั้นที่ 5 เด็กมีความสุขความพอใจที่จะเลียนแบบการกระทำของพ่อแม่หรือ ผู้ปกครอง เลี้ยงดูจะทำตามที่พ่อแม่สั่งสอน เกิดการชื่นชมในตนเอง โดยไม่หวังรางวัลจากภายนอก

ทฤษฎีการเกิดวินัยสนับสนุนการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักและความอบอุ่นแก่ทารก และเด็ก ให้ความสำคัญกับสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างพ่อแม่และทารก เพราะจะนำไปสู่การให้รางวัล และชมเชยตนเองโดยไม่หวังรางวัลจากภายนอก เมื่อเด็กอายุประมาณ 8-10 ปี ซึ่งเป็นลักษณะ ของผู้ที่มีวุฒิภาวะทางจิต สามารถควบคุมตนเองให้ปฏิบัติอย่างมีเหตุผล แต่ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่ขาดพื้นฐานดังกล่าว จะมีลักษณะของผู้ที่ขาดความยับยั้งชั่งใจ ไม่สามารถควบคุมตนเองได้

2. ทฤษฎีแรงจูงใจทางจริยธรรมของเพคและฮาวิกเฮอร์สท์(PeckandHavighurst) พฤติกรรมทางจริยธรรมของบุคคลเกิดจากพลังการควบคุมอีโก้ (ego control) และซูเปอร์อีโก้ (super ego) ร่วมกัน ซึ่งจะช่วยให้บุคคลเกิดความต้องการแสดงพฤติกรรมต่อผู้อื่นอย่างสมเหตุสมผล ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสัดส่วนของ 2 ลักษณะดังกล่าว ซึ่งทำให้สามารถจำแนกลักษณะของบุคคลออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

- 2.1 ปราศจากจริยธรรม (amoral person) เป็นผู้ที่มีการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (egocentrism) มาก มีพลังควบคุมอีโก้และซูเปอร์อีโก้ น้อยมาก ยึดเอาความเห็น และความต้องการของตนเป็นใหญ่ มีลักษณะเห็นแก่ตัว ไม่สามารถช่วยเหลือหรือให้ผู้อื่นและไม่สามารถควบคุมตนเองได้
- 2.1 เขาแต่ได้ (expedient person) มีพลังการควบคุมซูเปอร์อีโก้ค่อนข้างน้อย ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง กระทำทุกอย่างตามความพอใจและผลประโยชน์ ของตน
- 2.2 คล้อยตามผู้อื่น (conforming person) มีพลังควบคุมอีโก้ น้อยแต่พลัง ควบคุมซูเปอร์อีโก้ในระดับปานกลางหรือค่อนข้างมาก มีลักษณะยึดพวก พ้องเป็นสำคัญ จึงมักคล้อยตามผู้อื่นโดยไม่ค่อยไตร่ตรอง

- 2.3 ตั้งใจโดยขาดเหตุผล (irrational-consciencious person) มีพลังควบคุมอีโก้ระดับปานกลางพลังควบคุมซูเปอร์อีโก้สูงยอมรับปทัสฐานของสังคมและค่านิยมทางสังคมเป็นของตนเองด้วยความศรัทธาและเคร่งครัด ขาดความยืดหยุ่น ในการใช้เหตุผล จึงยังติดอยู่ใต้อิทธิพลของผู้อื่น ยังมีจริยธรรมที่ไม่สมบูรณ์นัก เห็นแก่ผู้อื่นอย่างมีเหตุผล (rational consciencious person) อีโก้และซูเปอร์อีโก้สูงและมีสมดุลทั้ง 2 ด้าน จึงสามารถควบคุมตนเองอย่างมีพลังควบคุม มีเหตุผล รู้เหตุและผลของการกระทำของตนที่มีต่อผู้อื่น มีความเคารพในเพื่อนมนุษย์และความเสียสละเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม นับว่าเป็นบุคลิกภาพที่พัฒนาถึงขีดสุดของมนุษย์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2523 : 3 citing; Peck and Havighurst, 1960)

ที่กล่าวมา จะเห็นได้ว่าทฤษฎีแรงจูงใจทางจริยธรรมมีความสอดคล้องและสานต่อกับทฤษฎีการเกิดวินัยซึ่งอยู่ในวัยต้นของชีวิต อันจะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาวินัยในตนเองที่เด็กและเยาวชนควรได้รับการสร้างเสริม

3. ทฤษฎีอิทธิพลทางสังคมของซอลส์ไตน์และฮอฟแมน (Saltzstein and Hoffman) ทฤษฎีอิทธิพลทางสังคมที่ทารกและเด็กได้รับจากครอบครัวควรได้รับความสนใจมากขึ้นเพื่อช่วยให้เข้าใจกระบวนการพัฒนาวินัยในตนเองและศึกษาเกี่ยวกับวินัยในตนเองอย่างละเอียดลึกซึ้งมากขึ้น

จากการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาวินัยในตนเองในยุคต้น พบว่ามักใช้เทคนิคที่เกี่ยวข้องกับวัตถุ (materials) หรือด้านกายภาพ (physical) ตัวอย่าง เช่น ใช้การลงโทษ การพรากหรือ งดให้สิ่งของในกลุ่มที่ไม่ได้รับการกระทำดังกล่าว อีกกลุ่มที่เน้นในเรื่อง ระดับของการให้ความรัก และใช้การ "การถอนความรัก" (love withdrawl) จากผลการวิจัยพบว่าการพัฒนาวินัยโดยวิธีการถอนความรักในเด็ก เด็กร้อยละ 42 ที่ผู้ปกครองรายงานว่าให้ความรักความอบอุ่นและใช้การถอนความรักเพื่อฝึกวินัยอยู่เสมอ มีระดับจริยธรรมในระดับสูง ในขณะที่เด็กร้อยละ 25 ซึ่งพ่อแม่ให้ความรักความอบอุ่น แต่มีการถอนความรักไม่สม่ำเสมอ มีระดับจริยธรรมไม่เด่นชัด (Saltzstein, 1976 : 253 citing; Sears, Maccoby and Levin, 1957) ต่อมามีการศึกษาโดยการใช้เครื่องมือชุดเดิม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างการถอนความรักและจริยธรรมในสภาวะที่มีความอบอุ่นมากหรือน้อย ผลของการวิจัยที่ยังไม่แน่นอนเกี่ยวกับการถอนความรักนำมาซึ่งการวิจัยอื่น ๆ ติดตามมา เช่น เพคและแฮวิกเฮอร์สท์ ทำการศึกษาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของความมีวินัยและจริยธรรม พบว่าการอบรมเลี้ยงดูดังกล่าวสัมพันธ์กับบุคลิกภาพทางจริยธรรมก็ต่อเมื่อการอบรมเลี้ยงดูนั้นมีความสม่ำเสมอ

และอยู่บนพื้นฐานของความไว้วางใจ ซึ่งกันและกัน (mutual trust) (Saltzstein, 1976 : 262 citing; Peck and Havighurst, 1960)

ต่อมาฮอฟแมนและซอลท์สไตน์ (Saltzstein and Hoffman) ได้กล่าวถึงวิธีการ "การให้เหตุผล" (induction) ซึ่งเป็นการชี้ให้เห็นถึงผลการกระทำที่ตนมีต่อการละเมิดสิทธิของผู้อื่นว่า ตรงกันข้ามกับการใช้อำนาจ (power assertion) ที่ใช้การลงโทษหรืองดการให้สิ่งของ งดการกระทำ หรือให้กระทำตามที่สั่งหรือกำหนด และพบว่าไม่สัมพันธ์กับการถอนความรัก (love withdrawal) เช่น การบอกว่า "จะไม่รัก" การแสดงความไม่พอใจหรือแสดงท่ารังเกียจ ในการศึกษาจากข้อมูลหลายๆ ด้าน เช่น เด็ก ผู้ปกครอง ครู และเพื่อน พบว่าจริยธรรมมีความสัมพันธ์ทางลบกับการใช้อำนาจ และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการใช้เหตุผลแต่ไม่สัมพันธ์กับการถอนความรัก (Saltzstein, 1976 : 254 citing; Hoffman and Saltzstein, 1967)

การให้เหตุผลบังเกิดผลดีต่อการสร้างเสริมวินัยมากกว่าการใช้อำนาจเนื่องจากไม่มีความก้าวร้าวและให้โอกาสเด็กเกิดการเรียนรู้และสวมบทบาท (role-taking) ซึ่งมีผลการวิจัยที่สนับสนุนคือ เด็กอายุ 15 ปี ที่ใช้แบบวัดเหตุผลทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก มีความสัมพันธ์ทางลบกับการใช้อำนาจและการถอนความรักของผู้ปกครอง และพบว่า การสร้างเสริมวินัยโดยการใช้เหตุผล (induction) มีความสัมพันธ์กับจริยธรรมอย่างมั่นคง ดังนั้น ถ้าเชื่อว่าวินัยในตนเองคือพื้นฐานทางจริยธรรม ผลการวิจัยที่กล่าวข้างต้นจะเป็นประโยชน์ในการสร้างเสริมวินัยในตนเองได้เป็นอย่างดี ซึ่งต่อมาฮอนิกและวิทเมอร์ (Honig and Witmer) ได้ยืนยันว่า การสร้างเสริมวินัยในตนเองและการส่งเสริมการควบคุมตนเองแก่เด็กตั้งแต่อายุ 1-2 ปี ควรเป็นการใช้วินัยในทางบวก เพื่อให้เด็กมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และเรียนรู้ด้านการปฏิบัติจากการถ่ายทอดทางสังคม (socialization) ควรเป็นการสอนวินัย แต่ไม่ใช่สั่งให้เด็กแสดงพฤติกรรมตามที่ตนต้องการ (Honig and Witmer, 1991 : 65-73) ที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า แนวของจิตวิทยาสังคมและพัฒนาการทางบุคลิกภาพ ให้ความสำคัญกับการพัฒนาวินัยในตนเองโดยเน้นการถ่ายทอดทางสังคมที่เน้นความมีเหตุผล และไม่สนับสนุนการใช้อำนาจบังคับให้ทำตาม การพัฒนาวินัยจึงต้องอาศัยความมีเหตุผลเป็นสำคัญ

เหตุผลเชิงจริยธรรมกับวินัยในตนเอง

เท่าที่ผ่านมา ท่านคงเห็นว่า ความเอื้ออาทรและวินัยในตนเองเริ่มต้นพัฒนาและควรกล่อมเกลாதั้งแต่เด็กยังเยาว์ การอบรมเลี้ยงดูโดยใช้เหตุผล (induction) มีผลต่อการพัฒนาความเอื้ออาทรและจริยธรรม ดังนั้น เหตุผลเชิงจริยธรรมซึ่งเป็นการที่บุคคลใช้เหตุผลในการที่จะเลือกที่จะกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งล้วนเป็นผลมาจากประสบการณ์ที่บุคคล

สั่งสมมา เหตุผลดังกล่าวแสดงถึงเหตุจูงใจ หรือแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลังการกระทำต่างๆ ของบุคคล จากการศึกษาถึงเหตุผลเชิงพฤติกรรมของมนุษย์ ทำให้ทราบว่าบุคคลผู้มีจริยธรรมในระดับแตกต่างกันอาจมีการกระทำที่คล้ายคลึงกันก็ได้ ทั้งเพียเจท์และโคลเบอร์ก (Piaget and Kohlberg) มีความเห็นที่สอดคล้องกันว่า เหตุผลเชิงจริยธรรมของบุคคลแสดงถึงพัฒนาการด้านจริยธรรมของบุคคล เหตุผลเชิงจริยธรรมพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กับสติปัญญา อารมณ์และมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมต่างๆ อย่างมาก อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศแสดงให้เห็นว่า ผู้ที่มีเหตุผลเชิงจริยธรรมสูง มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากกว่าผู้ที่มีเหตุผลเชิงจริยธรรมต่ำ (วิเชียร รักรการ. 2522) นอกจากนี้ ผลการวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศแสดงว่า ถ้าพึงเหตุผลเชิงจริยธรรมยังไม่เพียงพอที่จะทำนายพฤติกรรมของบุคคลในสถานการณ์ต่างๆ ได้พอ ต้องนำลักษณะทางจิตใจด้านอื่นมาช่วย เช่น การมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองร่วมในการทำนาย (ดวงเดือน พันธมนาวินและเพ็ญแข ประจวบจันทร์. 2520)

นักทฤษฎีจริยธรรมบางท่านเชื่อว่าสังคมมีอิทธิพลต่อการพัฒนาจริยธรรมของบุคคล ต่างคนต่างกลุ่มและต่างสังคมย่อมมีจริยธรรมแตกต่างกัน แต่นักทฤษฎีอีกพวกเชื่อว่าความเจริญทางจิตใจมีแฝงอยู่ในตัวบุคคลตั้งแต่แรกเกิด เมื่อเติบโตขึ้น ลักษณะทางจริยธรรมของบุคคลจะปรากฏเด่นชัดและเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ของสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะส่งเสริมหรือทำให้ล่าช้าหรือชะงักงัน นักทฤษฎีกลุ่มนี้เชื่อว่าพัฒนาการทางจริยธรรมมีแนวทางและขั้นตอนที่เป็นสากล แนวคิดนี้คือทฤษฎีพัฒนาการทางการรู้คิด (cognitive development theory) ซึ่งมีความเชื่อว่า

1. พัฒนาการทางจริยธรรมมีโครงสร้างของความคิดเป็นพื้นฐานและประกอบด้วยเหตุผลเชิงจริยธรรม
2. จริยธรรมเกิดจากแรงจูงใจเบื้องต้น คือ ให้การยอมรับ การรู้ว่า ตนมีความสามารถ
3. พัฒนาการทางจริยธรรมมีความเป็นสากลในทุกวัฒนธรรม
4. พื้นฐานเบื้องต้นทางจริยธรรมเกิดจากปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคลกับคนอื่น
5. อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมมีผลต่อพัฒนาการด้านจริยธรรม (Kohlberg. 1976)

ในการวิจัยครั้งนี้ได้อธิบายที่มาของเหตุผลเชิงจริยธรรมไว้ในบทที่3 โดยละเอียด

คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง

ความเอื้ออาทร

ความหมายของความเอื้ออาทร

ความหมาย ความเอื้ออาทร หรือ ความเอื้อเฟื้อ หมายถึง ความรู้สึกที่ไวต่อการรับรู้ของบุคคลที่จะช่วยบุคคลอื่นเมื่อพบสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความรู้สึกดังกล่าว ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมในทางที่ดีโดยการเสียสละกำลังกาย สิ่งของ เวลา หรือความสุขส่วนตัวเพื่อช่วยเหลือและทำประโยชน์ให้ผู้อื่นได้รับความสุข พ้นจากความทุกข์ความลำบาก หรือทำในสิ่งที่ผู้อื่นต้องการ นิภา บุญศรีสวัสดิ์. 2517 : 8-9; citing Rosenhan, 1972) ธีระพร อุวรรณโณ ให้นิยามของความเอื้ออาทรว่า หมายถึง ความรู้สึกภายในของบุคคลที่ทำให้ เกิดพฤติกรรมเสียสละเพื่อผู้อื่น ด้วยความตั้งใจที่จะให้ประโยชน์แก่ผู้อื่นโดยไม่คาดหวังที่จะได้รับสิ่งตอบแทน ซึ่งประกอบด้วย การแบ่งปัน การให้ การช่วยเหลือ การร่วมมือ การเสียสละ ความเอื้ออาทรแบ่งออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่ 1) พฤติกรรมเอื้ออาทร 2) ความ เอื้ออาทรตามปทัสฐานของสังคม 3) ความเอื้ออาทรอาศัยเกณฑ์ภายในและ 4) ความเอื้ออาทรอาศัยเกณฑ์ภายนอก (ธีระพร อุวรรณโณ. 2529 : 65-67)

ความสำคัญของความเอื้ออาทร

ที่ผ่านมา คนไทยได้ชื่อว่าเป็นชนชาติที่มีน้ำใจ มีความเอื้ออาทรสูงมาก แต่เมื่อสังคมเกษตรกรรมเปลี่ยนแปลงสู่สังคมอุตสาหกรรมอย่างรวดเร็ว สภาวะทางเศรษฐกิจและสังคมมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตของประชากรอย่างมาก ความมีน้ำใจ/ ความเอื้ออาทรในสังคมดูเหมือน จะลดลงอย่างรวดเร็ว ในขณะที่วินัยในสังคมเป็นปัญหารุนแรงมากขึ้น ซึ่งนับว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่นำไปสู่ความเสื่อมถอยทางจริยธรรมมากขึ้น ในช่วง 1960-1970 มีการให้ความสำคัญกับเอกัตภาพ โดยเน้นความเป็นตัวของตัวเอง คักดีศรีของความเป็นมนุษย์ คุณค่าภายในบุคคลมากเกินไป จึงให้ความสำคัญกับสิทธิโดยไม่คำนึงถึงความรับผิดชอบ เน้นความอิสระและเสรีภาพโดยไม่คำนึงถึงความผูกพัน (commitment) ต่อสังคม เหล่านี้เกิดขึ้นในช่วงการขยายตัวทางอุตสาหกรรม ค.ศ.1960 - 1970 ซึ่งปรากฏผลของความเสื่อมถอยทางจริยธรรมและการไม่เคารพวินัยอย่างเด่นชัด (Lickona, 1991 : 15) ต่อมามีความตื่นตัวในการพัฒนาจริยธรรมขึ้นในโรงเรียน และมีการศึกษาเกี่ยวกับวินัยและความเอื้ออาทรมากขึ้น (Saltzsteine. 1976: 253; Hoffman.1976 : 124-143) สังคมไทยกำลังประสบปัญหา

ความเสื่อมถอยทางจริยธรรม อันเกิดจากการพัฒนาสังคมอย่างรวดเร็วโดยเน้นอุตสาหกรรม และวัตถุ จึงควรให้ความสนใจกับการพัฒนาความเอื้ออาทรซึ่งนับวันจะลดลงอย่างรวดเร็ว เพื่อช่วยลดความวุ่นวายในสังคมลง เพราะจะมีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลและ เป็นการช่วยสร้างสรรค์จริยธรรมสังคม

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความเอื้ออาทร

ความเอื้ออาทรมีพื้นฐานมาจากสมมุติฐานต่างๆ ทางทฤษฎีจิตวิทยา มีการอธิบาย ถึง การเกิดและพัฒนาการของความเอื้ออาทรแตกต่างกัน นักจิตวิเคราะห์มีความเห็นว่า ความเอื้ออาทรเกิดจากแรงกระตุ้นของอีโก้ (ego) ที่ทำดีเพื่อชดเชยความเห็นแก่ตัวในวัยเด็ก นักทฤษฎีพัฒนาการ เช่น เพียเจท์ (Piaget) มีทัศนะว่าเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับสังคม ซึ่ง มีด (Mead) มีความเห็นเสริมว่าความเอื้ออาทรของบุคคลเป็นผลมาจากแรงจูงใจของบุคคลอันเป็นผลมาจากการที่บุคคลนั้นเคยได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่นด้วยความเต็มใจ จึงทำให้เด็กเรียนรู้ที่จะเลียนแบบความเอื้ออาทรที่ตนเองเคยได้รับมาก่อน ซึ่งจะทำให้เด็กเรียนรู้บทบาทของตนเองและผู้อื่น และค่อยๆ สะสมความเอื้ออาทรทีละน้อย

ความเอื้ออาทรตามทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม (Social Exchange Theory) ซึ่งเป็นทฤษฎีทางสังคมวิทยา มีความเห็นว่าความเอื้ออาทรเกิดจากการความคาดหวังที่จะได้รับ การตอบแทนจากผู้อื่น และถือว่าการช่วยเหลือเป็นส่วนหนึ่งของการแลกเปลี่ยนทางสังคม จึงเปรียบได้กับแรงงานหรือการลงทุน (cost) ซึ่งแลกกับประโยชน์ที่จะได้รับ จึงเป็นเรื่องของสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล แนวคิดนี้เป็นพื้นฐานของทฤษฎีคล้ายตามแบบสังคม (Social Conformity Theory) ซึ่งต่างออกไปจากแนวคิดเดิม ความเอื้ออาทรอาจเกิดจากแรงจูงใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน เป็นการกระทำที่แสดงถึงความรับผิดชอบต่อสังคม การปลุกฝังแรงจูงใจดังกล่าวสามารถทำได้โดยผ่านกระบวนการอบรมเลี้ยงดู

แนวของทฤษฎีบุคลิกภาพ ความเอื้ออาทรเกิดจากแรงจูงใจสองแรงของบุคคลที่ กระตุ้นให้บุคคลสนองความต้องการของตนเองและของผู้อื่นในสถานการณ์ที่ต้องช่วยเหลือผู้อื่นพร้อมๆกัน แรงจูงใจทั้งสองชนิดจะต่อสู้กันตลอดเวลาเมื่อใดแรงจูงใจที่จะสนองความต้องการของตนเองมีเหนือกว่าบุคคลผู้นั้นก็จะไม่ช่วยเหลือผู้อื่น แต่เมื่อใดที่แรงจูงใจในการช่วยเหลือผู้อื่นมีมากกว่าแรงจูงใจที่จะสนองความต้องการของตนเอง บุคคลนั้นก็อยากที่จะช่วยเหลือผู้อื่น การที่บุคคลจะมีแรงจูงใจแบบใดขึ้นอยู่กับกระบวนการอบรมเลี้ยงดูจากที่บ้าน (รุ่งรัตน์

ไกรทอง. 2537 : 37-38) ซึ่งผลการวิจัยของริชาร์ดและเบอร์โควิทซ์ (รุ่งรัตน์ ไกรทอง. 2537: 38; อ้างอิงจาก Richard and Berkowitz, 1966) พบว่า นิสิตในมหาวิทยาลัยกลุ่มที่ได้รับประสบการณ์ที่ดีจากความช่วยเหลือของผู้อื่นด้วยความเต็มใจ มักจะมีความเอื้ออาทรมากกว่านิสิตกลุ่มที่ได้รับความช่วยเหลืออย่างไม่เต็มใจ หรือไม่ได้รับความช่วยเหลือเลยนอกจากนี้ แอรอนฟรีด (รุ่งรัตน์ ไกรทอง. 2537 : 38; อ้างอิงจาก Aronfreed. พบข้อสรุปว่า การสังเกตความรู้สึกของผู้ที่ให้ความช่วยเหลือ เป็นเงื่อนไขที่สำคัญในการพัฒนาและคงอยู่ของความเอื้ออาทร นอกจากนี้ เฟรดริชส์ (รุ่งรัตน์ ไกรทอง. 2537 : 39 ; อ้างอิงจาก Fredrichs. 1960) พบว่านิสิตผู้ที่ได้รับการประเมินว่าเป็นเพื่อนที่ดีและน่าสนใจ คือผู้ที่มีความเอื้ออาทรสูง และพบว่าความสามารถในการเข้าสังคมหรือพฤติกรรมสร้างสรรค์สังคม (prosocial behavior) และการยอมรับทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความเอื้ออาทรโดยตรง

ตั้งแต่เด็กยังเยาว์ ความเอื้ออาทรและความเห็นอกเห็นใจ (empathy) มีความสำคัญต่อการพัฒนาจริยธรรมและวินัยในตนเอง เพราะช่วยให้เข้าใจความต้องการของตนเอง และผู้อื่น เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ "ให้เหตุผล" (inductive) ซึ่งผู้ใหญ่ชี้ให้เห็นผลของการกระทำของตนเองที่มีต่อผู้อื่น จะช่วยพัฒนาจริยธรรมแก่เด็ก เพราะช่วยเร้าให้เด็กเกิดความเห็นอกเห็นใจในผู้ที่ได้รับความทุกข์เพราะการกระทำของตน (Hoffman, 1976 : 127; citing Hoffman, 1963, 1970) ในขณะเดียวกัน ควรชวนเด็กให้สังเกตการกระทำที่แสดงถึงความเอื้ออาทรที่เด็กได้รับด้วย เพราะมีผลต่อความคงอยู่ของความมีวินัยในตนเอง (Hoffman, 1976 : 127 ; citing Arronfreed and Paskal, 1965,

จากเอกสารและงานวิจัย พบว่าความเอื้ออาทรมีความสัมพันธ์กับจริยธรรมขั้นต้นและวินัยในตนเองของเด็กตั้งแต่เยาว์วัย มัลเซ็นและคณะ (Saltzstein, 1976 : 138; citing Mussen et. al., 1970) ทำการศึกษาเกี่ยวกับความซื่อสัตย์และความเอื้ออาทร ซึ่งถือว่าเป็นมาตรฐานทางจริยธรรมในเด็กอายุ 12 ปี โดยใช้แบบวัดทางจริยธรรม 4 ชุด โดยวัดด้วยสถานการณ์ในห้องปฏิบัติการ (laboratory) และสังคมมิติ (sociometric) ซึ่งเป็นสถานการณ์ขัดแย้งที่เกี่ยวข้องกับการเสี่ยงและการสูญเสีย โดยให้เด็กเลือกระหว่าง ความร่วมมือซึ่งเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมและประโยชน์สูงสุดสำหรับตนเอง พบว่าความเอื้ออาทรของเด็กชายมีความสัมพันธ์ทางลบกับการการอบรมเลี้ยงดูแบบโดดเดี่ยว (isolation) และ การถอนความรัก (love withdrawal) สำหรับเด็กหญิงพบว่าความเอื้ออาทรมีความสัมพันธ์ทาง

บวกกับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้เหตุผล (induction) จะเห็นได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูที่ให้ความรักและความอบอุ่นและการให้เหตุผลเป็นพื้นฐานสำคัญของความเอื้ออาทรและด้านจิตใจ

ผลจากการวิจัยที่กล่าวข้างต้นช่วยสนับสนุนว่า ความเอื้ออาทรเป็นลักษณะทางจิตใจที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาวินัยในตนเอง ซึ่งน่าจะเป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญต่อการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง และพบว่ามีความสอดคล้องกับผลการสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับวินัยของคนในชาติ และการสัมมนาเพื่อระดมความคิดเห็นจากผู้ทรงคุณวุฒิจาก 20 สาขาวิชา/อาชีพ ที่มีประสบการณ์ในการวิจัยและทำงานเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมวินัย พบว่าความเอื้ออาทรซึ่งเน้นด้านการเห็นแก่ประโยชน์ของผู้อื่น เป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญองค์ประกอบหนึ่งของความมีวินัย จากการอภิปรายกลุ่มย่อยพบว่าความมีน้ำใจดังกล่าว มีความหมายใกล้เคียงกับคำว่า "ความเอื้ออาทร" (altruism) อันเป็นลักษณะทางจิตใจที่เป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาวินัยในตนเอง (ฉันทนา ภาคบังกช และคณะ. 2538:39-40)

ในประเทศไทย มีการวิจัยเกี่ยวกับความเอื้ออาทรไม่มากนัก นิภา บุญศรีสวัสดิ์ ทำการศึกษาเกี่ยวกับความมีน้ำใจของครู ความอยากรู้อยากเห็นและความเอื้อเฟื้อหรือความเอื้ออาทรของนักศึกษาปีที่ 1-4 วิทยาลัยครูนครปฐม พบว่าความมีน้ำใจของครูมีความสัมพันธ์กับความเอื้ออาทรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่านักศึกษาหญิงมีความเอื้ออาทรแตกต่างกับนักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีความเอื้ออาทร สูงกว่านักศึกษาปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (นิภา บุญศรีสวัสดิ์ 2517. 65-66) นับว่า เป็นสิ่งที่น่าพึงประสงค์ของสังคม โดยเฉพาะในสถาบันการฝึกหัดครู เพราะความเอื้ออาทร เป็นคุณลักษณะที่สำคัญยิ่งของความเป็นครู เพราะจะทำให้เกิดความทุ่มเทและเสียสละเพื่อศิษย์ แต่ในทางตรงกันข้าม หากความเอื้ออาทรของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 แสดงถึงแนวโน้มของความเสื่อมถอยของความเอื้ออาทร ก็เป็นเรื่องที่น่าห่วง ซึ่งควรมีการศึกษาติดตามผลให้ได้ผลที่แน่ชัดต่อไป

นอกจากนี้ มีการทดลองเกี่ยวกับการส่งเสริมความเอื้ออาทรด้วยกิจกรรมต่างๆ เช่น รัตนา บำรุงญาติ (2532 : 62) ทำการศึกษาผลการใช้หุ่นมือ การเล่านิทานและการใช้แถบเสียงนิทาน ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 2 และรุ่งรัตน์ ไกรทอง (2537 : 40) ทดลองใช้บทบาทสมมติเพื่อพัฒนาจริยธรรมความเอื้ออาทร ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 การทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีความเอื้ออาทรสูงกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งสอนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ที่ระดับ.01 การส่งเสริมความเอื้ออาทรที่ทำการทดลองในระดับประถมศึกษาและระดับมัธยมศึกษาที่กล่าวข้างต้นเน้นในเรื่องวิธีการสร้างเสริมความเอื้ออาทร ส่วนในระดับอุดมศึกษา มีการศึกษาความเอื้ออาทรที่เน้นการส่งเสริมกิจกรรมสังคม ซึ่งเกี่ยวข้องความช่วยเหลือและความร่วมมือด้วยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ดังที่วาสนา รอดเชียง ศึกษาพบว่าหลังการทดลอง นักเรียนมีพฤติกรรมประชาธิปไตยด้านสามัคคีธรรมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ และพบว่าพฤติกรรมประชาธิปไตยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ดังนั้น กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ (group process) และกิจกรรมทางสังคมต่างๆ จึงน่าที่จะนำมาเป็นส่วนหนึ่งของรูปแบบการสร้างเสริมความเอื้ออาทรร่วมกับลักษณะทางจิตใจด้านอื่น เช่น ความ เชื่อมั่นในตนเอง การมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองนิสิตระดับอุดมศึกษา เพื่อนำไปสู่การพัฒนาวินัยในตนเองให้มีประสิทธิภาพต่อไป

ความเชื่อมั่นในตนเอง

ความหมาย มีผู้ให้ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองไว้ ดังนี้

ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ความแน่ใจหรือมั่นใจ หรือ ความกล้าหาญของบุคคลที่จะเผชิญต่อเหตุการณ์ต่างๆ สามารถยอมรับความจริง ตลอดจนทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จลุล่วงตามที่ตั้งใจแม้จะมีอุปสรรคก็ไม่ท้อถอย โดยแน่ใจว่าตนสามารถกระทำสิ่งต่างๆ ได้ ทั้งนี้ต้องไม่ยึดมั่นในความคิดจนไม่รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น (สมพร พลอยงาม. 2525 : 115) สมิธ (มานะ พ่วงความสุข. 2536 : 30 ; อ้างอิงจาก Smith. 1961.) ให้ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองว่า คือ ความพึงพอใจ ความภาคภูมิใจในตนเอง หรือการยอมรับตนเอง บุคคลใดมีความเชื่อมั่นเพียงใด สามารถพิจารณาจากความขัดแย้งหรือความไม่สอดคล้องระหว่าง "ตนตามความเป็นจริง" (real self) และ "ตนตามอุดมคติ" (ideal self) แต่ถ้ามีความไม่สอดคล้องมาก จะทำให้ตนเองคิดว่าไม่มีคุณค่า ไม่เหมาะสม ไม่พึงพอใจ แสดงถึงการขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เกิดความวิตกกังวล ขาดความอบอุ่นใจและชอบพึ่งพาผู้อื่น อัจฉรา เนตรล้อมวงศ์ (2531 : 4) ให้ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองว่า หมายถึงลักษณะของพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกด้วยการกระทำ และคำพูดด้วยความกล้าและมั่นใจ ได้แก่ ความกล้าในการแสดงออก การพึ่งพาตนเอง การเป็นตัวของตัวเอง ความ รับผิดชอบ การปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม

เท่าที่กล่าวมา จะเห็นได้ว่าการให้นิยามของความเชื่อมั่นในตนเอง คือ ความสามารถของบุคคลในการคิด และกระทำสิ่งต่างๆ ด้วยความมั่นใจ ไม่ทอดถอย และยอมรับในผลที่เกิดจากการกระทำที่เกิดขึ้น

ความสำคัญของความเชื่อมั่นในตนเอง

ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นลักษณะทางจิตใจที่เด็กควรได้รับการปลูกฝังและส่งเสริม เพราะคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีบุคลิกภาพที่ดี มองโลกในแง่ดี มีความรู้สึกปลอดภัย กล้าในการแสดงออกและความสามารถ (สุชา จันทรโสม. 2521 : 147) สวนา พรพัฒน์กุล กล่าวถึงความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นสิ่งที่แสดงว่าบุคคลนั้นเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและมีความหมายต่อสังคม ความเชื่อมั่นในตนเองทำให้บังเกิดความเข้มแข็งในการวางแผนดำเนินการต่างๆ และ แสดงออกทางสมรรถภาพการปฏิบัติงาน ซึ่งมีผลให้ผู้อื่นมีความเชื่อมั่นตาม และ จะเป็นพลังในการต่อสู้ปัญหาต่างๆด้วยความมั่นใจ (จงใจ ขจรศิลป์.2532 : 28; อ้างอิงจาก สวนา พรพัฒน์กุล. 2520)

จากที่กล่าวมา ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นคุณลักษณะที่ดีของบุคคล กล่าวคือ มีความรับผิดชอบ มีความกล้าในการแสดงออก มีประสิทธิภาพในการทำงานและแก้ปัญหาด้วยความ มั่นใจ และมีลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

เกจและเบอร์ริเนอร์ (Gage and Berliner, 1984 : 166) กล่าวว่า ตามทฤษฎี ของมาสโลว์ (Maslow) ทุกคนในสังคมมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จ ความภาคภูมิใจ ในตนเอง และต้องการได้รับการยอมรับในความสำเร็จของตนเอง ถ้าความต้องการนี้ได้รับการตอบสนองจะทำให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถและเป็นประโยชน์ต่อสังคม

ทฤษฎีที่อธิบายถึงความเชื่อมั่นในตนเองค่อนข้างละเอียด คือ ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของอีริกสัน (Erikson) ซึ่งนับว่าเป็นพัฒนาการทางจิตสังคม (psycho-social development) ที่เป็นไปตามขั้นตอนในแต่ละวัย โดยมีความเชื่อว่าเมื่อคนเราเจริญเติบโตขึ้นย่อมมีความตระหนักและมีปฏิสัมพันธ์กับชุมชนและสังคมเพิ่มขึ้น ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ มีความสำคัญมาก และขยายสู่สังคมที่กว้างมากขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ที่มี

คุณลักษณะของผู้ที่มี "สุขภาพดี" ถ้าหากสามารถควบคุมสภาพแวดล้อม ทำหน้าที่อย่างกลมกลืน สามารถมองตนเองได้ตามความเป็นจริง เพื่อเป็นบุคคลที่ทำหน้าที่ได้สมบูรณ์ ดังเช่นผู้ที่พัฒนาถึงระดับของการทำดี โดยไม่หวังผลการตอบแทน (self-actualization) การที่คนเราสามารถพัฒนาตนเองถึงขั้นสูงสุดได้ จะต้องผ่านพ้นขั้นวิกฤตของแต่ละช่วงในวัยต้นได้เป็นอย่างดี

ในช่วงขวบแรกของชีวิต ความรักและความอบอุ่นที่เด็กได้รับจากแม่ และได้รับการตอบสนองความต้องการในยามหิว จะช่วยให้เด็กในวัยนี้พัฒนาด้านความรู้สึกมั่นคง มีความอบอุ่นใจ และรู้ว่าตนมีความมั่นคงปลอดภัย จึงเกิดความไว้วางใจในบุคคลที่แวดล้อม พัฒนาการทางบุคลิกภาพขั้นนี้เรียกว่า "ไว้วางใจ หรือ ไม่ไว้วางใจ" (trust vs. mistrust) ในทางตรงกันข้าม ถ้าเด็กไม่ได้รับความรัก ความเอาใจใส่จากผู้ใหญ่และไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐาน หรือได้รับความรักที่ไม่คงเส้นคงวา จะเกิดความไม่มั่นใจในบุคคลรอบข้าง ทำให้เด็กไม่ไว้วางใจในโลกรอบตัว

ในขวบปีที่สอง เด็กพัฒนาสู่ขั้นความเป็นตัวของตัวเอง หากเด็กมีพื้นฐานของความไว้วางใจอย่างดี มีโอกาสในการทำสิ่งต่างๆโดยอิสระ ได้รับกำลังใจ ได้รับความช่วยเหลือเมื่อจำเป็นแต่ไม่ถึงกับแย่งเด็กทำสิ่งต่างๆ และไม่ถูกห้ามปรามอยู่เสมอ เด็กจะพัฒนาความมั่นใจ และกล้าที่จะสำรวจสิ่งต่างๆที่อยู่รอบตัว มีความมั่นใจในความสามารถของตน พัฒนาการในขั้นนี้เรียกว่า "ความเป็นตัวของตัวเองตนเอง หรือ สงสัย/ละอาย" (autonomy vs. doubt/shame) ในทางตรงกันข้าม เด็กที่ถูกห้ามปราม หรือไม่มีโอกาสทำสิ่งต่างๆโดยอิสระ จะมีความสงสัยในความสามารถของตนเอง ขาดความมั่นใจและเป็นคนขี้อาย พื้นฐานในขั้นที่สองนี้จะนำไปสู่การพัฒนาในขั้นที่สูงขึ้น

ในช่วงอายุ 3-6 ปี เด็กที่พัฒนาบุคลิกภาพอย่างมั่นคงจะมีความกล้าที่จะริเริ่มกล้าที่จะลงมือทดลองและทำสิ่งต่างๆด้วยความมั่นใจและพอใจที่ได้คิดค้นสิ่งแปลกใหม่ เด็กในวัยนี้สามารถพัฒนาความสร้างสรรค์สูงสุดในชีวิต พัฒนาการทางบุคลิกภาพในขั้นนี้คือ (initiative vs. guilt) หากเด็กได้รับการส่งเสริมให้ทำกิจกรรมต่างๆอยู่เสมออย่างอิสระ ไม่ถูกควบคุมบังคับ ไม่ถูกตำหนิ เด็กจะพัฒนาความริเริ่มและความมั่นใจในตนเอง ในทางตรงกันข้าม หากเด็กถูกตำหนิและห้ามปรามอยู่ตลอดเวลาจะเกิดความละอายใจ มีความรู้สึกผิดอยู่ตลอดเวลา

ในช่วงวัยต่อมา ความรักความอบอุ่นและการให้การยอมรับ และการให้อิสระแก่เด็ก โดยเน้นการช่วยให้เด็กประสบความสำเร็จ จะช่วยให้เด็กพัฒนาด้านความสำเร็จหรือความล้มเหลว (accomplishment vs. failure) ในเด็กวัย 7-12 ปี และการมีเอกลักษณ์ของตนหรือสับสน (identity vs. confusion) ในเด็กวัยรุ่น (Gage and Berliner.1984 : 166-67) เหล่านี้มีพื้นฐานมาจากการสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเองและพยายามหลีกเลี่ยงการทำลายความเชื่อมั่นด้วยการไม่ยอมรับ การใช้อำนาจ การลงโทษหรือให้รางวัลอย่างพร่ำเพรื่อ มิฉะนั้นแล้ว เด็กจะไม่สามารถทำสิ่งที่ถูกต้องหรือดีงามโดยไม่มีผู้ใดควบคุมบังคับ

จะเห็นได้ว่าการพัฒนาบุคลิกภาพในทิศทางที่ถูกต้องดังกล่าวต้องอาศัยความเข้าใจในพัฒนาการของเด็กอย่างลึกซึ้ง ผู้ใหญ่ที่เป็นพ่อแม่และครูจึงมีบทบาทสำคัญในการให้ความรักความ อบอุ่นและความอิสระ ปฏิสัมพันธ์ทางวาจาและท่าทางที่เหมาะสมที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความ เชื่อมั่นในตนเอง และพัฒนาบุคลิกภาพใน 4-5 ชั้นแรกของพัฒนาการทางบุคลิกภาพ และมีผล ต่อการพัฒนาบุคลิกภาพในขั้นที่สูงขึ้น ซึ่งรวมถึงขั้น "ความใกล้ชิดสนิทสนม หรือ ความโดดเดี่ยว" (intimacy vs. isolation) ในระดับอุดมศึกษา วัยหนุ่มสาว ความเชื่อมั่นในตนเองที่ได้รับจากบุคคลรอบด้าน นับว่ามีผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานของการพัฒนาวินัยในตนเอง ที่กล่าวมา คือพื้นฐานสำคัญของบุคลิกภาพที่จะส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง (Gage and Berliner, 1984 : 166-170; citing Erikson, 1968)

ทฤษฎีการยืดหยุ่นหรือสะท้อนกลับ (Resilience Theory) สภาวะสังคมปัจจุบันที่มีความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและมีความไม่แน่นอน ปัญหาต่างๆที่ความรุนแรงมากขึ้น คนจำนวนมากเติบโตขึ้นมาด้วยความไม่พร้อม การยืดหยุ่นหรือสะท้อนกลับคือศักยภาพพื้นฐานของมนุษย์ในการเผชิญชีวิต โดยเพิ่มพูนด้านกำลังใจ ความเป็นตัวของตัวเอง ความเป็นอิสระความรับผิดชอบ ความเห็นใจผู้อื่น และความเอื้ออาทร ช่วยให้คนเราสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆด้วยความหวัง ความศรัทธาและความไว้วางใจจะสามารถควบคุมความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ไม่ดีของตนเองได้ (Grothberg.1995 : ในการสร้างเสริมภาวะการสะท้อนกลับ ส่วนมากเน้นปฏิสัมพันธ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปฏิสัมพันธ์ทางวาจาระหว่างผู้ใหญ่และเด็ก สำหรับนิสิตนักศึกษา การพัฒนาปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อนจะช่วยเพิ่มพูนสภาวะสะท้อนกลับให้แก่กันได้ การมีโอกาสสนทนาพูดคุยถึงพฤติกรรมสะท้อนกลับของตนเองและผู้อื่น จะช่วยเสริมความรู้สึกและความเชื่อที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมสะท้อนกลับ สามารถ

ใช้คำพูดที่สนับสนุนและแนะนำการกระทำของตนเอง จากประสบการณ์ที่เพิ่มขึ้นเด็กจะสามารถแก้ปัญหาวิกฤตต่างๆ ในชีวิตของตนได้ (Grothberg, 1995 :15)

จะเห็นได้ว่ามีแนวทางในการสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมีหลากหลายแนวทาง ซึ่งพบว่าจุดเด่นอยู่ที่การสร้างบรรยากาศของความรักความอบอุ่น ความผ่อนคลายและการให้การยอมรับ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือปฏิสัมพันธ์ทางวาจา

แนวทางสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง

ไม่มีผู้ใดสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้แก่เด็กได้โดยตรง แต่สามารถจัดบรรยากาศและโอกาสที่จะช่วยให้เด็กพัฒนาความมั่นใจในตนเองได้ โดยการให้ความช่วยเหลือและคำปรึกษาที่ถูกหลัก ซึ่งจะช่วยให้เด็กพัฒนาอย่างอิสระ และมีความรู้สึกที่ตนเองจัดการกับปัญหาได้ และสามารถประสบความสำเร็จอย่างน่าพึงใจ การได้รับความรักจากบุคคลรอบด้านจะทำให้เด็กรู้สึกว่าตนเองเป็นที่พึงปรารถนาของผู้อื่น รู้สึกว่าตนทำสิ่งต่างๆ ได้เอง (ลัดดา สุวรรณวงศ์. 2512 : 7; อ้างอิงจาก Encyclopedia of Child Care and Guidance)

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ใหญ่และเด็กควรอยู่บนพื้นฐานของเหตุผลเสมอ ซึ่งมีความสอดคล้องกับความเห็นของโฮนิกและวิทเมอร์ (Honig and Wittmer, 1991 : 65-73) ที่กล่าวว่า ในการพัฒนาวินัยในตนเองจะต้องจัดสภาวะแวดล้อมที่เอื้อต่อสัมพันธภาพอันอบอุ่นระหว่างเด็กและผู้ใหญ่อยู่ตลอดเวลา นอกจากนี้ ควรป้องกันปัญหาต่างๆที่จะมีผลให้เกิดปัญหาวินัย การนำเทคนิคทางบวกมาใช้โดยตัดสินใจว่าสถานการณ์ใดควรสร้างเสริมวินัยแก่เด็ก เช่น การเปลี่ยนสิ่งแวดล้อม การให้โอกาสเด็กเลือกและปฏิบัติโดยอิสระ และการเป็นต้นแบบที่ดี ในการริเริ่มและทำสิ่งต่างๆ จะมีความกล้าในการแสดงออกและมีความเชื่อมั่นในตนเอง

การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ซึ่งมีลักษณะของการให้อิสระในการทำสิ่งต่างๆ มีการเคารพฟังความคิดเห็น และใช้เหตุผลสามารถที่จะส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองควบคู่กับการสร้างเสริมความสร้างสรรค์แก่เด็ก(Honigand Wittmer, 1991: 65-73) งานวิจัยของมัสสัน (มานะ พ่วงความสุข. 2536 : อ้างอิงจาก Mussen,1969) พบว่าพ่อแม่ที่ปล่อยให้เด็กช่วยเหลือตนเองโดยอิสระ และได้รับการสนองความต้องการในด้านความอยากรู้อยากเห็น ทำให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง พึ่งตนเองได้ มีความกล้าคิด กล้าพูดและกล้าตัดสินใจ มี

ความคิดสร้างสรรค์ สามารถเผชิญสถานการณ์ใหม่โดยไม่ต้องกังวล เหล่านี้เป็น คุณลักษณะ ที่ช่วยสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเองให้แก่เด็ก

บรรยากาศที่เอื้อต่อการสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้บุคคลมีความรู้สึกที่ดี ต่อตนเองนี้ นับว่ามีผลต่อการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ซึ่งพบว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หรือการเห็นคุณค่าในตนเองมีผลต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่ดี ดังที่ ลิกโคนา (Lickona) กล่าวว่า ผู้ที่เห็นคุณค่าของตนเองย่อมมีความเคารพในตนเอง บุคคลเหล่านี้จะไม่ตกอยู่ใต้อิทธิพลของผู้อื่น การเห็นคุณค่าของตนเองทำให้เกิดความเป็นตัว ของตัวเอง และมีความเป็นอิสระจากแรงกดดันของกลุ่มเพื่อน (peer pressure) และสามารถ ที่จะตัดสินใจ ด้วยตนเองได้ดีกว่าผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ นอกจากนี้ ผู้ที่เห็นคุณค่าใน ตนเองมักจะปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างดี ส่วนผู้ที่ไม่เห็นคุณค่าของตนเอง นอกจากไม่เคารพในตน เองแล้ว ยังยากที่จะเคารพในผู้อื่น ดังนั้น การสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง นอกจากจะทำให้ บุคคลเกิดความ ภาคภูมิใจในความดีความงามและความเด่นของตนเองแล้ว ยังต้องส่งเสริม ควบคู่กับค่านิยม หรือ ลักษณะทางจิตใจด้านอื่นร่วมกันเช่น ความเอื้ออาทร ความรับผิดชอบ ฯลฯ เพื่อให้ผู้ที่ เห็นคุณค่าของตนเองมีคุณลักษณะที่ดีงาม (Lickona, 1991 : 58-59)

การพัฒนาวินัยในตนเองโดยให้ความสำคัญกับความเชื่อมั่นในตนเองนับว่ามีความ สอดคล้องกับการสำรวจปัจจัยสำคัญในการสร้างวินัยแก่เด็กและเยาวชน จากทัศนะของ ผู้ทรงคุณวุฒิจากการสัมมนาระดมความคิดเพื่อแสวงหาแนวทางสร้างเสริมวินัยในตนเองแก่ คนในชาติ (ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ. 2539 : 41) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะมีการวิเคราะห์ ปัญหาของวินัยของคนในชาติว่า การสร้างวินัยแก่เด็กและเยาวชนมักเน้นวินัยภายนอก ซึ่ง เป็นการให้ปฏิบัติตาม คำสั่ง กฎ ระเบียบโดยที่เด็กไม่เห็นด้วย การกระทำดังกล่าวเป็น ซึ่ง อุปสรรคต่อการพัฒนาความ เชื่อมั่นในตนเอง ดังผลการศึกษาของไซแบน (สุมาลี วงศ์ปลุก แก้ว. 2526 : 21; อ้างอิง จาก Shoban. (1950) ที่พบว่าพ่อแม่ที่เข้มงวดกดขี่ทำให้ลูกขาด ความเชื่อมั่นในตนเองจึงกล่าวได้ว่า ปฏิสัมพันธ์ที่แสดงถึงความรักความอบอุ่นมีความสำคัญ ต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต. 2539 : 111-112) มี ความเห็นว่า การพัฒนาวินัยต้องอยู่บนพื้นฐานของความรักความหวังดีและความศรัทธา ครูที่ เป็นกัลยาณมิตรจะ ช่วยสร้างศรัทธาให้แก่เด็ก เมื่อเด็กเลื่อมใสและศรัทธาย่อมนำไปสู่การ พยายามปฏิบัติตาม

นอกจากบรรยากาศที่เอื้อต่อความเชื่อมั่นในตนเองแล้ว การทำกิจกรรมกลุ่มนับว่ามีคุณค่าต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองดังที่ วาสนา ผดุงทรง (2529) พบว่านักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับประสบการณ์อภิปรายภาพวาดเป็นกลุ่ม มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 มานะ พวงความสุข (2536) พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับประสบการณ์การฝึกความไวที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญที่ ระดับ .01 นอกจากนี้ สุวรรณดี จิตวิริยะยิ่งยง (2540) พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่ได้รับประสบการณ์จากการจัดกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับประสบการณ์จากการได้รับคำปรึกษากลุ่ม มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ดังนั้น จะเห็นได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเองสามารถพัฒนาสูงขึ้นด้วยกิจกรรมกลุ่มที่มีการร่วมมือกัน และมีบรรยากาศของการยอมรับ ดังนั้น บรรยากาศที่เอื้อต่อการสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง โดยการเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มย่อย มีความสำคัญต่อการสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง และน่าจะมีผลต่อความมีวินัยในตนเอง ดังนั้น ความเชื่อมั่นในตนเองจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญองค์ประกอบหนึ่ง ที่น่าจะส่งเสริมร่วมกับคุณลักษณะทางจิตใจด้านอื่นๆ เพื่อให้การพัฒนาวินัยในตนเองสำหรับเด็กและเยาวชนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

การมุ่งอนาคตและควบคุมตนกับวินัยในตนเอง

ความหมาย

การมุ่งอนาคตและควบคุมตน หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการคาดการณ์ไกลและวางแผนที่จะรับผลดีหรือป้องกันผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต แล้วดำเนินการเพื่อไปสู่เป้าหมายนั้น (แสง ทวีคุณ. 2538 : 39)

การมุ่งอนาคต (future oriented)

การมุ่งอนาคต คือ ความสามารถทางการรู้คิด ตลอดจนรับรู้ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งในระยะใกล้หรือไกล สิ่งที่คาดว่าจะเกิดในอนาคตเป็นสิ่งที่เป็นามธรรม ผู้ที่สามารถเห็นอนาคตชัดเจนและเห็นความสำคัญของอนาคตจึงต้องใช้ความสามารถในการคิดในระดับหนึ่งจะเห็นได้ว่า การมุ่งอนาคต (future oriented) เป็นการเรียนรู้ที่สะสม จากประสบการณ์ของบุคคลต่อสิ่งแวดล้อม ทำให้สามารถทำนายสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

ดวงเดือน พันธุมนาวิน กล่าวว่า การมุ่งอนาคต คือ ความสามารถที่จะเว้นการกระทำบางชนิด หรือเริ่มพฤติกรรมที่ต้องใช้ความอดทนหรือเสียสละ เพื่อทำพฤติกรรมนั้นด้วยปริมาณและคุณภาพที่เหมาะสม เป็นเวลานานพอที่จะนำไปสู่ผลที่ต้องการในอนาคตได้ (แสง ทวีคุณ. 2538 : 30; อ้างอิงจากดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2530)

ความสำคัญของการมุ่งอนาคตในการมุ่งอนาคต บุคคลต้องมีความสามารถในการคาดคิดถึงเหตุการณ์ในระยะยาวไปในอนาคต ซึ่งเป็นลักษณะของผู้ที่มีความสามารถทางสติปัญญาและจิตใจ การมุ่งอนาคตร่วมกับลักษณะทางจิตใจด้านอื่นๆ มีผลต่อพฤติกรรมที่พึงปรารถนา เช่น บุญรบ คักดีมณี (2532) พบว่าข้าราชการที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง มี พฤติกรรมทำงานราชการอย่างเต็มความสามารถบางด้านสูงกว่ากลุ่มข้าราชการที่มีคุณลักษณะดังกล่าวต่ำทั้งสองด้าน หรือต่ำเฉพาะด้านใดด้านหนึ่ง และ ผ่องพรรณ แววิเศษ (2534) พบว่านักเรียนอาชีวศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำและมีทัศนคติที่ดีต่อการทะเลาะวิวาทสูง มักมีพฤติกรรมทะเลาะวิวาทสูงกว่านักเรียนอาชีวศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง และมีทัศนคติที่ดีต่อการทะเลาะวิวาทต่ำ

แนวทางเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคตเกิดจากการสั่งสมการเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีต ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับลักษณะที่มั่นคงทางสภาพแวดล้อม หากอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี อยู่ในสังคมที่เจริญ สามารถทำนายสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ดี ส่วนในสังคมที่แร้นแค้นบุคคลมักมุ่งอยู่ที่ปัจจุบัน มากกว่ามุ่งอนาคต (แสง ทวีคุณ. 2538 : 17) วิเคราะห์ตามทฤษฎีของมาสโลว์ (Gage and Berliner, 1984 : 166 ; citing Maslow) จะเห็นได้ว่าความต้องการขั้นพื้นฐานซึ่งเป็นความต้องการทางด้านร่างกายถ้าไม่ได้รับการตอบสนอง คนเราจะต่อสู้และดิ้นรนเพื่อการอยู่รอด ความแร้นแค้นทำให้คนเราอยากที่จะปรารถนาหรือมุ่งมันที่จะนึกถึงสิ่งที่เป็นความภาคภูมิใจหรือคิดในสิ่งที่ไกลตัว นอกจากนี้ การที่ไม่ได้รับการส่งเสริมก็อาจทำให้ไม่ตระหนักในความสำคัญของการมองอนาคต บุญรบ คักดีมณี (2532) ได้สรุปแนวทางในการสร้างเสริมคุณลักษณะมุ่งอนาคต ดังนี้

1. รู้จักความหมายของการมุ่งอนาคต โดยชวนให้นึกถึงสิ่งที่คาดว่าจะเกิดในอนาคตอันใกล้และไกลอย่างมีเหตุผล โดยยกตัวอย่างของการคิดดังกล่าวในสถานการณ์ ต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจ

2. เห็นความสำคัญของการมุ่งอนาคต โดยให้เห็นประโยชน์ของการมุ่งอนาคตและโทษของการไม่มุ่งอนาคต และวิเคราะห์ประโยชน์และโทษที่จะเกิดขึ้นกับบุคคลและสังคมในแง่มุมมองต่าง ๆ จากกรณีตัวอย่างที่หลากหลาย

3. คาดการณ์เกี่ยวกับอนาคต คือการวางแผนและขั้นตอนดำเนินการ หรือเข้าใจถึงผลการเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่างๆ หรือคาดหมายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นข้างหน้าและมองความเป็นไปได้ในอนาคตจากการมองสถานการณ์ปัจจุบันอย่างพินิจพิเคราะห์ การรู้จักคาดการณ์ ในอนาคตทำให้บุคคลรู้จักวางแผนการทำงานเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการ การสร้างเสริมลักษณะมุ่งอนาคตดังกล่าว น่าจะบังเกิดผลดีต่อการสร้างเสริมวินัย ในตนเองของนิสิตนักศึกษา เพราะทำให้มีเหตุผลในการบังคับควบคุมตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่ พฤติกรรมที่พึงปรารถนาอันจะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

การควบคุมตน (self control)

ความหมาย

การควบคุมตน หมายถึง ความสามารถที่จะเว้นการกระทำบางชนิด หรือ ความสามารถที่จะเริ่มพฤติกรรมที่ต้องใช้ความอดทน หรือเสียสละโดยมีปริมาณและคุณภาพที่เหมาะสมในช่วงเวลาที่นานพอที่จะทำให้เกิดผลที่ต้องการในเวลาต่อมาได้ (แสวง ทวีคุณ. 2538 : 36; อ้างอิงจากดวงเดือน พันธมนาวิน. 2530)คอมิเออร์และคอมิเออร์ (Comier and Comier) ให้ความหมายของการควบคุมตนว่า หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีการร่วมกัน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่ บุคคลนั้นเป็นผู้ ที่กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย และกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นด้วยตนเองและควบคุม ตัวแปรทั้งภายในและภายนอกของบุคคล อันจะมีผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้วยตนเอง (อินทรีรา มั่นธรรม. 2537 : 9; อ้างอิงจาก Comier and Comier, 1979)

โรเซ็นบอม (Rosenbaum) กล่าวว่า การควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการที่จะละเว้นการกระทำบางอย่าง หรือมีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผลและความอดทน เพื่อให้เกิดผลดีตามที่ต้องการหรือหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ดีที่อาจเกิดขึ้นตลอดจนสามารถจัดสภาพแวดล้อมเพื่อให้สามารถควบคุมพฤติกรรมตามที่ต้องการหรือเปลี่ยนพฤติกรรมจากเดิมซึ่งอาจเพิ่มหรือลดพฤติกรรมบางอย่างโดยไม่ต้องอาศัยการควบคุม

บังคับ จากอำนาจภายนอก การที่จะเพิ่มคุณลักษณะที่ดีได้สำเร็จ ต้องคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม การอดกลั้นต่อสิ่งชั่วร้าย การอดเปรี้ยวไว้กินหวาน การหลีกเลี่ยงการกระทำผิด และการควบคุม อารมณ์และความรู้สึก (พรณี เกษกมล. 2538 :37; อ้างอิงจาก นงนุช โรจนเลิศ 2523)

ความสำคัญของการควบคุมตนเอง

การที่บุคคลจะมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์และเป็นที่ยอมรับของผู้อื่นได้ จะต้องมีความสามารถในการปฏิบัติตน สามารถควบคุมพฤติกรรมที่สนองความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น และในเวลาเดียวกันก็ต้องให้สอดคล้องกับมาตรฐานของสังคมและวัฒนธรรม เมื่อเด็กเติบโตขึ้นจะมีความสามารถเพิ่มขึ้น และมีทักษะในการสวมบทบาท (role-taking) เพิ่มขึ้น สามารถปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคม (Newcombe, 1996 : 316)

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการควบคุมตน

การที่บุคคลจะสามารถควบคุมตนเองได้ จะต้องสะสมมาตั้งแต่วัยเด็ก ไม่ว่าจะมาจากฐานะทางครอบครัวสูงหรือต่ำก็ตาม ถ้าเด็กได้รับการอบรมปลูกฝังการควบคุมตนจากต้นแบบที่ดีของพ่อแม่และครู เด็กย่อมพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์รวมทั้งการควบคุมตนเอง การรู้จักยับยั้ง อดทน อดกลั้น การยอมรับและให้อภัย ความมั่นใจในตนเอง วุฒิภาวะทางอารมณ์ สังคม การมุ่งอนาคต มีอิทธิพลร่วมกันอย่างเด่นชัดในการพัฒนาความสามารถในการควบคุมตนของเด็ก (จรรยา สุวรรณทัต และคณะ. 2533 : //) ไนย์ (พรณี เกษกมล. 2537 :35; citing Nye. 1958) เชื่อว่าองค์กรใน สังคมมีความสำคัญในการควบคุมและสร้างสำนึกความผูกพันให้แก่สมาชิกของสังคม และพบว่า การควบคุมมี 4 ประเภท ดังนี้

1. การควบคุมภายในสังคมโดยผ่านสถาบันต่างๆ โดยเฉพาะสถาบันครอบครัวเพื่อให้สมาชิกยึดมั่นในค่านิยมและปทัสฐานของสังคม มีจิตสำนึกเป็นพลังภายในที่ควบคุมไม่ให้พฤติกรรมเบี่ยงเบน
2. การควบคุมโดยตรง เป็นการควบคุมห้ามปรามโดยตัวแทนของสถาบัน เช่น พ่อแม่ในสถาบันครอบครัว ตำรวจในสถาบันการปกครอง การควบคุมทางอ้อม เป็นความรักความผูกพันที่ทำให้บุคคลยับยั้งการกระทำ พฤติกรรมนอกหล่นอกทาง
3. ความต้องการได้รับความชื่นชมและการยกย่องในความชอบธรรมจากสังคม การ

ควบคุมตนเองเกิดขึ้นภายในครอบครัวตั้งแต่เยาว์วัย และได้รับการกล่อมเกลา จากสถาบันต่างๆตลอดมา การควบคุมโดยตรงเป็นการควบคุมจากภายนอก ส่วนการควบคุม ทางอ้อม ซึ่งเป็นการควบคุมโดยความรักความผูกพัน ซึ่งเป็นการบังคับจากอำนาจภายในตนเองอันเป็นลักษณะของควมมีวินัยในตนเอง ควรได้รับการส่งเสริมมากขึ้น สมมุติฐานต่างๆเกี่ยวกับการควบคุมตนเองมีพื้นฐานมาจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ฟรอยด์ (Freud) เชื่อว่าทฤษฎีบุคลิกภาพประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ ระเบิด (id) ซึ่งเป็นตัวแทนของจิตไร้สำนึก แรงผลักดันและความรุนแรงและระดับซูเปอร์อีโก้ (super ego) ซึ่งร่วมกับมโนธรรม หรือรู้ความผิดชอบชั่วดี และระดับอีโก้ (ego) ซึ่งจะช่วยถ่วงดุลย์และช่วยปรับความขัดแย้งระหว่างความต้องการและความรุนแรงของตนเองกับ มโนธรรมและความเป็นจริง กระบวนการของอีโก้เป็นองค์ประกอบของความมีเหตุผลของบุคลิกภาพ ที่ช่วยนำไปสู่ความต้องการพื้นฐาน โดยไม่ต้องมีการลงโทษหรือการปฏิเสธจากสังคม การเสริมแรงและการเรียนรู้จากการเลียนแบบ จะช่วยลดพฤติกรรมหรือควบคุมความรุนแรง ซึ่งจะเกิดขึ้นแก่เด็กในอนาคต หากเด็กเติบโตโดยเห็นต้นแบบในแบบใดมักจะแสดงพฤติกรรมตามแบบนั้น (Newcomb, 1966 :316)

การควบคุมตนเองมีพื้นฐานมาจากการปรับพฤติกรรม ซึ่งเชื่อว่าพฤติกรรมใดๆ ก็ตามสามารถปรับหรือเปลี่ยนได้ตามหลักของการเรียนรู้ การเสริมแรง การเฝ้าจากภายนอกและการตอบสนองสิ่งเร้า ในการปรับเปลี่ยนการควบคุมจากภายนอกมาเป็นภายในตนยังใช้แนวทางเดิมเป็นส่วนมาก ดังที่คอมิเออร์และคอมิเออร์ (Comier and Comier) กล่าวว่า การควบคุมตนเองเป็นการลดอิทธิพลของผู้อื่นลง และเพิ่มความสามารถของบุคคลในการควบคุมสิ่งแวดล้อม โดยที่บุคคลมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของตนเอง ทั้งนี้จะต้องมีบทบาทความรับผิดชอบส่วนใหญ่ในการดำเนินปฏิบัติและวางเงื่อนไขการเสริมแรงตนเอง (อินทรา มั่นธรรม. 2537 : 9; อ้างอิงจาก Cormier and Cormier. 1979) แนวคิดนี้เชื่อว่า การควบคุมตนเองเป็นการควบคุมพฤติกรรมโดยการเปลี่ยนสภาพแวดล้อม สมโภชน์ เขียมสุภาษิต (2526 : 333-348) กล่าวถึงเทคนิคการควบคุมตนเอง ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1. ควบคุมสิ่งเร้า (stimulus control) เป็นกระบวนการจัดเงื่อนไข สภาพแวดล้อม เพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งอาจเป็นพฤติกรรมที่ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม หรือ ไม่ถูกควบคุมจากสิ่งเร้า

2. การเตือนตนเอง (self-monitoring) หรือการจัดการกับตนเอง (self-management) การเตือนตนเองต้องสังเกตตนเองและจดบันทึกอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่างๆ ดังนี้

- 2.1 มีความแม่นยำในการบันทึกพฤติกรรม
- 2.2 มีความต้องการที่จะพัฒนาพฤติกรรมของตนเอง
- 2.3 มีพฤติกรรมเป้าหมายที่ทำได้โดยง่าย

2.4 เสริมแรงตนเอง (self-reinforcement) และการลงโทษตนเอง (self-punishment) โดยกำหนดเกณฑ์ด้วยตนเองและตอบสนองตามที่ได้กำหนดไว้ และอาจทำสัญญากับตนเอง (self-contracting) อย่างเป็นรูปธรรมโดยให้ผู้อื่นมีส่วนเข้ามาเกี่ยวข้องเพื่อป้องกันไม่ให้นอนหลีกเลียงจากสัญญา

ในกระบวนการควบคุมตนเองอาจมีการตอบสนองที่ไม่เหมาะสม หรือมีความเครียดเกิดขึ้น จึงควรมีการปรับเปลี่ยน (alternative response) เช่น การนึกถึงสิ่งที่สนุกการหางานอดิเรกทำ หรือการใช้หนังสือหรือคู่มือ ในการควบคุมตนเองควรพิจารณาเลือกใช้วิธีใดวิธีหนึ่งหรือหลายวิธีร่วมกันโดย คำนึงถึงบุคคล สถานการณ์และพฤติกรรม การควบคุมตนเองมีขั้นตอนในการดำเนินการแตกต่างกัน เช่น ธอเรนเซ็นและมาฮอเน่ (นิตยาภรณ์ ด้วงเรื่อง.2540 : 27; อ้างอิงจาก Thoresen and Mahoney, 1974) ได้กำหนดขั้นตอน โดยการตั้งเป้าหมายของตนเอง (goal setting) การสังเกตตนเอง (self-monitoring) การประเมินตนเอง (self-evaluation) และการเสริมแรงตนเอง (self-reinforcement) คานเฟอร์ (แสวง ทวีคุณ. 2538 : 20; อ้างอิงจาก Kanfer, 1971) เสนอวิธีการควบคุมตนเอง ดังนี้

1. สร้างแรงเสริมที่มีอิทธิพลเหนือกว่าแรงเสริมแรงที่เป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเพื่อลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา
2. หลีกเลียงการกระทำที่เป็นปัญหา และยืดเวลาในการเสริมแรงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาออกไป
3. ลดขนาดหรือปริมาณการเสริมแรง หรือลดการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาให้เหมาะสม
4. ทำการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมโดยหลีกเลียงสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

5. เสริมแรงพฤติกรรมที่เหมาะสม

การควบคุมตนเองเป็นสิ่งที่สามารถนำมาใช้เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น มานน์ (นิตยาภรณ์ ด้วงเรือง. 2540 : 42; อ้างอิงจาก Mann, 1972) พบว่าการใช้สัญญา เงื่อนไข ช่วยให้พบว่าผู้รับการทดลองสามารถลดน้ำหนักได้ตามความมุ่งหมาย โบรเดน ฮอล และมิทซ์ (คมคาย อนุจันทร์. 2538 : 14 ; Broden, Hall and Mitts. 1971) พบว่า การสังเกตตนเองและประเมินพฤติกรรมตนเองสามารถช่วยลดพฤติกรรมก่อนนอนของนักเรียน เกรด 8 ในชั้นเรียนได้ และยังพบว่า นักเรียนที่ทำการสังเกตบันทึกและประเมินตนเอง โดยไม่ได้รับการเสริมแรงตนเอง มีพฤติกรรมตามที่ครูสั่งและสัมฤทธิ์ผลทางการเขียนสูงขึ้น นอกจากนี้ อรอนงค์ วิทยานิพนธ์ (2533 : 48-51) ศึกษาพบว่า การควบคุมตนเองเป็นกลุ่ม 8 คน และรายบุคคล สามารถช่วยลดพฤติกรรมก่อนนอนของนักเรียนได้ทัดเทียมกัน จากแนวคิด หลักการและผลการวิจัยที่กล่าวมา จะเห็นได้ว่าการควบคุมตนเองมีความสำคัญต่อการควบคุมพฤติกรรมให้เป็นไปตามความมุ่งหมาย ซึ่งสอดคล้องกับแนวการ สร้างเสริมวินัยในตนเอง การควบคุมตนเองจึงเป็นคุณลักษณะที่มีความสำคัญต่อความมีวินัย ในตนเองอย่างเด่นชัด

บุคลิกภาพประชาธิปไตย

ความหมาย มีผู้ให้ความหมายของบุคลิกภาพประชาธิปไตยไว้หลากหลาย ดังนี้

มิเชลลิส (Michaelis. 1953 : 36-42) กล่าวถึงบุคลิกภาพประชาธิปไตยว่า หมายถึง การแสดงพฤติกรรม การมีส่วนร่วม ความร่วมมือ การนำตนเอง ความรับผิดชอบ การเคารพสิทธิ การริเริ่ม การรู้จักคำนึงถึงผู้อื่น การเคารพในกติกาของสังคม

ชไนด์แมน (สมพงษ์ พวงคำ. 2528 :24 ; อ้างอิงจาก Schnideman. 1965) ได้ให้ความหมายของบุคลิกภาพประชาธิปไตย ว่า หมายถึง การที่บุคคลต้องมีความซื่อสัตย์ มีความอดกลั้น มีความเป็นพลเมืองดี มีความรู้สึกรับผิดชอบ มีวินัยในตนเอง มีความกรุณาปรานี มีความยุติธรรมและเคารพในความเป็นมนุษย์

วีรยุทธ วิเชียรโชติ (2516 : 90) กล่าวว่า บุคลิกภาพประชาธิปไตย หมายถึง การมีวินัยในตนเอง มีความยุติธรรม มีความรับผิดชอบ มีความมั่นใจในตนเอง มีใจกว้าง ยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างจากตน มีความคิดอิสระ มีความคิดสร้างสรรค์ เชื่อในหลัก เหตุผล และแก้ปัญหาด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์

วิชัย ตันศิริ (วิชัย ตันศิริ 2516 : 195) กล่าวว่าบุคลิกภาพประชาธิปไตย หมายถึง ลักษณะนิสัยของคนที่ยึดมั่นในหลักการที่เป็นพื้นฐานของประชาธิปไตย คือ การเป็นผู้ฟังที่ดี การเคารพในศักดิ์ศรีของผู้อื่น และการไม่ฝ่าฝืนมติของส่วนใหญ่

ทินพันธ์ นาคะตะ (ทินพันธ์ นาคะตะ. 2516 : 56-61) ทำการศึกษาบุคลิกภาพประชาธิปไตย และมีความเห็นเสริมว่า ควรสนับสนุนการปกครองแบบประชาธิปไตยเชื่อมั่นในความเสมอภาค เคารพในสิทธิเสรีภาพ เคารพกติกาของสังคม ปฏิบัติตามกฎหมาย

จากการสำรวจความคิดเห็นของนิสิตพบว่า ผู้ที่มีลักษณะประชาธิปไตย ต้องเข้าใจในสิทธิและหน้าที่ของตนเอง มีความเชื่อมั่นในหลักประชาธิปไตย มีเหตุผลและใช้สติปัญญา มีความรับผิดชอบ คำนึงถึงผู้อื่น รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ให้ความร่วมมือกับหมู่คณะและกลุ่ม และมีความคิดในเชิงสร้างสรรค์ (ฐะปะนีย์ นาครทรรพ. 2517 : 30-31) เท่าที่กล่าวมา บุคลิกภาพประชาธิปไตย เป็นคุณลักษณะของพลเมืองดี มีความเคารพ ในสิทธิเสรีภาพ เชื่อมั่นในความเสมอภาค รับฟังความคิดเห็น เคารพในกติกาของสังคมมีเหตุผล มีวินัยในตนเอง มีความรับผิดชอบ การปฏิบัติตนตามกฎหมายระเบียบและหน้าที่ ซึ่งครอบคลุมถึงวินัยในตนเอง และพบว่าองค์ประกอบสำคัญของวินัยของคนในชาติตามความเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ จากการระดมความคิดและการสัมมนาพบว่า มีความสอดคล้องกับบุคลิกภาพประชาธิปไตยบางด้าน ได้แก่ ความมีเหตุผล การเคารพสิทธิ และการปฏิบัติตามกฎระเบียบ

จะเห็นได้ว่า วินัยในตนเองและบุคลิกภาพประชาธิปไตยมีความเชื่อมโยงและสัมพันธ์กัน ดังนั้น การสร้างเสริมวินัยในตนเองและการสร้างเสริมบุคลิกภาพประชาธิปไตย จึงต่างสนับสนุนซึ่งกันและกัน ในการวิจัยในครั้งนี้ จะเน้นบุคลิกภาพประชาธิปไตยเพียง 3 ด้าน ที่เกี่ยวข้องกับควมมีวินัยในตนเอง คือ ความมีเหตุผล การเคารพสิทธิและการปฏิบัติตามข้อตกลง หรือกฎระเบียบ ดังนี้

ความมีเหตุผล

ความมีเหตุผลนับว่าเป็นพื้นฐานสำคัญของบุคคล เพราะช่วยให้บุคคลสามารถพิจารณาสถานการณ์ ปัญหาที่เกิดขึ้นและตัดสินใจเลือก หรือปฏิบัติอย่างถูกต้อง ความมีเหตุผลสามารถพัฒนาได้ตั้งแต่เยาว์วัยโดยอยู่บนพื้นฐานของความรักความอบอุ่น เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ"ให้เหตุผล" (induction) แทนการลงโทษหรือให้รางวัล แต่พยายามชี้ให้เห็นผลของการกระทำโดยฝึกให้เด็กรู้จักเห็นใจ (empathy) เมื่อทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อน

โดยไม่ต้องลงโทษ เพราะความสงสารเห็นใจทำให้เด็กมีความเข้าใจในผลของการกระทำที่เกิดขึ้น นอกจากนี้ เด็กที่ได้รับความช่วยเหลือ และได้รับการชี้ชวนให้เห็นถึงความตั้งใจและความเอื้ออาทรที่เด็กได้รับจะทำให้เด็กเกิดความซาบซึ้งในการกระทำดังกล่าว ซึ่งมีผลให้เด็ก มีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น ความช่วยเหลือที่เด็กได้รับด้วยความเต็มใจมีความสำคัญต่อการพัฒนา จริยธรรมและวินัยในตนเอง เพราะช่วยให้เด็กรู้จักคำนึงถึงผลและความต้องการของตนเอง และผู้อื่น (Hoffman, 1976 : 127; citing Hoffman, 1963, 1970)

ความมีเหตุผลที่เด็กได้รับภายใต้บรรยากาศของการยอมรับ ย่อมช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถที่จะคิดและตัดสินใจด้วยความมั่นใจ ความคุ้นเคยต่อการคำนึงถึงผลของการกระทำ สามารถมองที่มาของปัญหา ผลที่เกิดขึ้น รวมทั้งการมองผลที่จะตามมาในอนาคต นอกจากความมีเหตุผลดังกล่าว ยังรวมถึงการเห็นคุณค่าของความคิดของผู้อื่น ซึ่งเป็นรากฐานของการดำเนินชีวิตแบบประชาธิปไตย ดังที่วิสุทธิ โพร้แท่น (บุญมี เด็ดอนันตกุล. 2539 : 25; อ้างอิงจากวิสุทธิ โพร้แท่น 2524) กล่าวว่าไว้ว่ามีการเคารพเหตุผล หรือกระทำอย่างมีเหตุผล (rational empiricism) จะช่วยให้การทำงานของบุคคลประสพผลดียิ่งขึ้น

ในการวิจัยครั้งนี้ ความมีเหตุผล หมายถึง ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ปัญหา หรือสถานการณ์โดยการพิจารณาสาเหตุของปัญหา สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น และผลที่จะเกิดตามมา เพื่อประโยชน์ในการตัดสินใจเลือกและปฏิบัติอย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการเห็นความสำคัญของการนำความคิดของผู้อื่นมาเป็นประโยชน์ในการทำงานร่วมกัน และสามารถแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ

การเคารพสิทธิ

การเคารพสิทธิเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการอยู่ร่วมกัน เด็กที่ได้รับความรักและความอบอุ่นและได้รับการยอมรับตั้งแต่เยาว์วัย จะมีโอกาสพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองและความภาคภูมิใจในตนเองอย่างเต็มที่ จะปฏิบัติต่อผู้อื่นในลักษณะของการเคารพและเห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ ในทางตรงกันข้าม เด็กที่ไม่ได้รับการยอมรับและไม่ได้รับการเคารพจากผู้อื่น ย่อมยากที่จะให้ความเคารพในผู้ใด ในที่สุดเด็กเหล่านี้จะทำการต่างๆ โดยไม่คำนึงถึงส่วนรวมหรือผู้ใดนอกจากตนเอง (Lickon, 1992 : 59) การอบรมเลี้ยงดู โดยเฉพาะการมีต้นแบบที่ดีย่อมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กอย่างมาก ดังนั้นพ่อแม่และครูที่

เป็นต้นแบบจึงมีความสำคัญต่อการเคารพสิทธิของเด็ก การเคารพสิทธิยังครอบคลุมถึงการไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่นด้วย

การให้การเคารพสิทธิต้องอยู่บนพื้นฐานของความรักความเข้าใจ ดังที่ เพียเจท์ (Piaget) กล่าวว่า "กฎระเบียบที่กำหนดเพื่อการควบคุมจากภายนอก จะยังคงอยู่นอกจิตวิญญาณของเด็ก แต่กฎระเบียบที่เกิดจากความเคารพและความร่วมมือซึ่งกันและกันจะหยั่งรากฝังลึกอยู่ภายในจิตใจของเด็กตลอดไป" (Lickona. 1992 : 112 ; citing Piaget) การเคารพสิทธิอาจแสดงออกโดยการยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น การประชุมเพื่อวางแผนดำเนินงาน หรือประเมินการทำงาน ในการทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพต้องอาศัยการเคารพสิทธิ การให้ความเคารพซึ่งกันและกันทำให้เกิดสัมพันธภาพอันดี การรับฟังกันทำให้ได้รับความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ทำให้มีแนวทางสำหรับเลือกนำไปปฏิบัติได้มากขึ้นและมีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับหลักการดำเนินชีวิตแบบประชาธิปไตย ดังที่วิสุทธิ โภธิแทน (บุญมี เต็ดอนันตกุล. 2539 : 25; อ้างอิงจากวิสุทธิ โภธิแทน 2524) กล่าวไว้ว่า นอกจากจะมีการเคารพเหตุผล หรือกระทำอย่างมีเหตุผล (rational empiricism) แล้ว ควรมีการเคารพซึ่งกันและกัน (mutual respect) ความเคารพในความเป็นมนุษย์และ เคารพในความสามารถของกันและกัน

ในการวิจัยครั้งนี้ การเคารพสิทธิ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการกระทำสิ่งต่างๆ โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม ซึ่งผู้วิจัยปรับจากแบบวัดบุคลิกภาพประชาธิปไตย ของสมพงษ์ พงษ์คำ (2528) ที่ประกอบด้วย การไม่ทำความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น การไม่ละเมิด สิทธิของผู้อื่น

การปฏิบัติตามข้อตกลง กฎระเบียบ

การปฏิบัติตามข้อตกลงหรือกฎระเบียบ เป็นส่วนหนึ่งของความเป็นประชาธิปไตย มีความสำคัญในขอบเขตของสิทธิหน้าที่รู้ว่าสิ่งใดควรและไม่ควรทั้งในแง่การเมือง การปกครอง การบริหาร กฎหมายและจริยธรรม ไม่ใช่สิทธิเสรีภาพจนเกินขอบเขต ซึ่งเป็นการก้าวก้าวสิทธิและเสรีภาพของผู้อื่น ซึ่งพบว่าการปฏิบัติตามกฎระเบียบมีความเกี่ยวข้องกับความรับผิดชอบต่อส่วนรวม เช่น ปฏิบัติตามนโยบายของชาติ ไม่ละเมิดกฎหมาย และการมีส่วนร่วมในการปกครอง เช่น การไปใช้สิทธิเลือกตั้ง (วาสนา รอดเชียง. 2540 : 38)

การปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบที่อยู่บนพื้นฐานของความรับผิดชอบ เป็นทัศนคติที่เกี่ยวข้องกับสติปัญญาในการพิจารณาถึงผลที่จะเกิดตามมา ซึ่งทำให้เกิดการยอมรับ ที่อาจ เรียกว่าการคิดด้วยปัญญา (intellectual thoughtness) (Dewey, 1915 : 177-178)

เท่าที่กล่าวมา เป็นการกล่าวถึงลักษณะทางจิตใจและทัศนคติและสติปัญญาต่อคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเอื้ออาทร การมุ่งอนาคตและควบคุมตน ความมีเหตุผล การเคารพสิทธิ และการปฏิบัติตามกฎระเบียบเหล่านี้ล้วนมีความสำคัญต่อการสร้างเสริมวินัยในตนเอง จึงสมควรที่จะพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยบูรณาการคุณลักษณะเหล่านี้ เพื่อนำไปสู่ความมีวินัยในตนเอง ดังคำกล่าว ของเพียเจท์ (Lickona, 1991 : 112; citing Piaget, 1968)

"กฎระเบียบที่กำหนดเพื่อการควบคุมจากภายนอก จะยังคงอยู่นอกจิตวิญญาณของเด็ก แต่กฎระเบียบ ที่เกิดจากความเคารพและความร่วมมือซึ่งกันและกัน จะหยั่งรากฝังลึกอยู่ภายในจิตใจของเด็กตลอดไป"

Piaget.

รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

"วินัยเริ่มที่บ้าน" เป็นคำกล่าวที่เน้นให้เห็นว่า วินัยเป็นสิ่งที่ต้องปลูกฝังตั้งแต่เด็กยังเยาว์ ปัญหาวินัยที่เกิดขึ้นในสังคมเป็นปัญหาที่สั่งสมมาเป็นเวลายาวนาน ดังนั้น การสร้างเสริมวินัยหรือแก้ปัญหาวินัยจึงเป็นสิ่งที่สำเร็จได้โดยยาก โดยเฉพาะวินัยในตนเองที่บุคคลต้องควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามที่มุ่งหมายโดยไม่ต้องใช้อำนาจจากภายนอกมาควบคุมบังคับ อย่างไรก็ตาม ควรมีการสร้างเสริมความมีวินัยในตนเองแก่นิสิตระดับอุดมศึกษา เพราะวินัยในตนเองจะมีผลต่อการพัฒนาตนเองและสังคมต่อไป จึงพัฒนารูปแบบการอบรมเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเองเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้

1. การสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยการอบรมเชิงปฏิบัติการ โดยอาศัยทฤษฎีและกระบวนการ ดังนี้

1.1 การสร้างทัศนคติที่ดีต่อวินัยในตนเอง โดยกระบวนการสร้างทัศนคติ

และควมามีเหตุผล

- 1.2 การสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเองและเห็นคุณค่าในตนเอง
โดยกระบวนการเห็นคุณค่าในตนเองและการสะท้อนสู่ความดี
- 1.3 การเสริมสร้างเชื่อมั่นในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง และการ
เสริมสร้างประชาธิปไตยด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
- 1.4 การสร้างเสริมวินัยในตนเองการโดยใช้แนวการควบคุมตนเองแบบ
ประยุกต์
2. การสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยการฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง โดยอาศัยการ
ประยุกต์กระบวนการควบคุมตนเอง ดังนี้
 - 2.1 การพัฒนาตนเองโดยคู่สัญญา "กัลยาณมิตร"
 - 2.2 การพัฒนาตนเองโดยกิจกรรมสังคม "สร้างสรรค์สังคม"
 - 2.3 การพัฒนาตนเองโดยการเขียนบันทึก "ตนเตือนตน"
 - 2.4 การพัฒนาตนเองอย่างอิสระ "พัฒนาตนโดยอิสระ"

การสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยการฝึกอบรม

ความหมายและความสำคัญของการฝึกอบรม

การฝึกอบรม หมายถึง หมายถึงกระบวนการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของบุคคลโดยมุ่งเพิ่มพูนความรู้ ทักษะและทัศนคติ อันจะนำไปสู่การยกมาตรฐานการทำงานให้สูงขึ้น (สมคิด บางโม. 2539 : 14) เรืองลักษณะ โจรจนพันธ์ (2529 : 2-4) ให้ความหมายของการอบรมว่า เป็นกระบวนการในการเสริมสร้างเพิ่มพูนความรู้ทักษะและทัศนคติที่ดีในการปฏิบัติงานตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคลากรให้สามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มที่ หรืออีกนัยหนึ่ง คือ กระบวนการพัฒนาบุคลากรเพื่อเพิ่มพูนประสิทธิภาพของงานที่ปฏิบัติ

การฝึกอบรมเป็นการเตรียมบุคลากรเพื่อการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ในอดีตการอบรมเกิดจากการที่บิดามารดาส่งบุตรหลานไปฝากให้เรียนรู้ด้านการทำงานกับผู้มีอาชีพต่างๆตามที่ตนต้องการ ซึ่งในระบบการศึกษาเป็นการเตรียมบุคคลเพื่อการทำงานด้านต่างๆ แต่การบรรจุคนเข้าทำงานอาจไม่ตรงตามความสามารถ หรือยังขาด ความรู้และความสามารถ

บางด้าน จึงต้องมีการอบรมเพื่อเพิ่มพูนความสามารถอย่างแท้จริง (กานดาภรณ์ จิโรภาส. 2533 : 10)

เมื่อกล่าวถึงการฝึกอบรม ส่วนใหญ่มักกล่าวถึงการฝึกอบรมเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการทำงาน แต่ในสังคมยังมีการอบรมต่างๆที่จัดขึ้นในสังคม ซึ่งอาจเน้นการปรับปรุงพัฒนา ด้านต่างๆ ในสาขาวิชาต่างๆ เช่น จิตวิทยา ศิลปะ จริยธรรม คอมพิวเตอร์ ซึ่งเป็นการอบรมที่นอกเหนือจากการจัดการศึกษาของสถานศึกษาหรือการอบรมโดยหน่วยงาน ซึ่งก็จะมีผลต่อการเพิ่มพูนประสิทธิภาพของบุคคลเพื่อการทำงานและดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ การอบรมในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการสร้างเสริมวินัยในตนเองแก่นิสิตระดับปริญญาตรี โดยการเข้าค่ายการอบรมเชิงปฏิบัติการ "โครงการพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้และการทำงาน" เพื่อเป็นพื้นฐานของ การฝึกฝนเพื่อพัฒนาวินัยในตนเองต่อไป

การดำเนินการอบรม

ในการจัดฝึกอบรม มีการดำเนินการโดยสอดคล้องกับกระบวนการของเดรสเลอร์ (Dressler, 1994 : 239) ดังนี้

1. การประเมินหาความจำเป็นในการอบรม (training needs) หมายถึง การศึกษา ปัญหาอุปสรรคข้อขัดข้องใดๆ เรื่องใดเรื่องหนึ่งในการทำงาน เช่น ความรู้ ความเข้าใจ ทักษะคติหรือความชำนาญไม่เพียงพอ และสามารถแก้ไขด้วยการฝึกอบรม (วิจิตร อวระกุล. 2537 : 63) การหาความจำเป็นในการอบรมอาจหมายถึง การศึกษาสภาพการณ์ ปัญหาเกี่ยวกับบุคคลในองค์กร ซึ่งสามารถแก้ไขด้วยการฝึกอบรม เพื่อให้องค์กรสามารถดำเนินไปสู่จุดมุ่งหมายได้ (เริงลักษณะ โจรณพันธ์. 2529 : 15; สุปราณี ศรีจักราภิมุข. 2524 : 34) เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเพื่อเสริมสร้างวินัยในตนเองสำหรับนิสิตปริญญาตรี ซึ่งนอกเหนือไปจากการจัดการเรียนการสอนปกติ โครงการสร้างเสริมวินัยในตนเองจึงได้รับการพัฒนาขึ้น โดยอยู่บนพื้นฐานของผลการสำรวจปัจจัยที่มีผลต่อวินัยในสังคมไทย ซึ่งเป็นการสำรวจและสัมมนาระดมความคิดเห็นจากผู้ทรงคุณวุฒิ และพบว่าปัญหาวินัยที่ควรได้รับการแก้ไขเพื่อการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ประกอบด้วยคุณลักษณะความมีน้ำใจ ความเชื่อมั่นในตนเอง และการควบคุมตน รวมทั้งบุคลิกภาพประชาธิปไตย ได้แก่ ความมีเหตุผล การเคารพสิทธิของผู้อื่นและการปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบ (ฉันทนา ภาคบงกชและคณะ. 2539 : 42-44) และจากการหาความจำเป็นในการอบรม โดยการสัมภาษณ์ความคิดเห็นของอาจารย์ และการสำรวจความคิดเห็นของนิสิตปริญญาตรี จำนวน 100 คน พบว่าวินัยในตนเองเป็น

ปัญหาที่ควรได้รับการแก้ไข และระบุพฤติกรรมที่แสดงถึงความขาดวินัย อีกทั้งเสนอให้มีการเสริมสร้างวินัยด้านต่างๆ และได้เสนอแนะกิจกรรมเพื่อพัฒนาวินัยของนิสิตภายในมหาวิทยาลัย

2. กำหนดวัตถุประสงค์ในการอบรม ข้อมูลจากการหาความจำเป็นในการฝึกอบรม นอกจากใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาแบบวัดวินัยในตนเองแล้ว ยังมีส่วนในการกำหนดวัตถุประสงค์ของกิจกรรม และเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการอบรมอีกด้วย

3. จัดโครงการฝึกอบรมตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตรโครงการอบรม

4. เน้นการสร้างความรู้ความเข้าใจ สร้างทัศนคติและฝึกฝนวินัยในตนเอง ด้วยกิจกรรมและเทคนิคต่างๆ ที่อยู่บนพื้นฐานของทฤษฎีและผลการวิจัย

5. ติดตามประเมินผล โดยวัดปฏิกิริยา (reaction) การเรียนรู้ (learning) พฤติกรรม (behavior) หรือผล (results)

ในการศึกษาเกี่ยวกับการอบรมของหน่วยงานของรัฐและเอกชนในสหรัฐอเมริกา เกรย์และคณะ (Gray et. al. 1997 : 197) พบว่า ร้อยละ 47 ของการอบรมไม่มีการติดตามผล หลังการฝึกอบรม ร้อยละ 29 มีการประเมินผลหลังจากสิ้นสุดการอบรม ร้อยละ 13 มีการประเมินผลหลังการอบรม 3 เดือน ร้อยละ 8 มีการประเมินติดตามผลหลังการอบรม 6 เดือน ในการทดลองครั้งนี้ มีการฝึกฝนเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และติดตามผลด้วยการประเมินตนเองทุกเดือน ตลอดเวลา 5 เดือน เมื่อสิ้นสุดการทดลอง มีการติดตามผลโดยใช้แบบสำรวจความคิดเห็น แบบวัดคุณลักษณะวินัยในตนเอง แบบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง นอกจากนี้ มีการอภิปรายกลุ่มย่อย และสัมภาษณ์เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนในการปรับปรุงรูปแบบการอบรมเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาชุดการสร้างเสริมวินัยในตนเองสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีต่อไป

เทคนิคการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

ในการสร้างเสริมวินัยในตนเองเน้นกระบวนการและเทคนิคซึ่งมีผลต่อการพัฒนาคุณลักษณะต่างๆของควมมีวินัยในตนเอง ดังนี้

การสร้างทัศนคติที่ดีต่อวินัยในตนเอง

ทัศนคติ หมายถึงลักษณะทางจิตใจที่อยู่ในรูปของความรู้เชิงประเมินค่าในสิ่งใดสิ่งหนึ่งว่ามีประโยชน์หรือโทษเพียงใด จนเกิดความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ ซึ่งจะนำไปสู่ความพร้อม

ที่จะกระทำ (แสวง ทวีคุณ. 2538 : 7; อ้างอิงจาก ดวงเดือน พันธมนาวิน. 2530)ทัศนคติมีความสำคัญอย่างมาก เพราะมีผลต่อพฤติกรรมหรือการกระทำของคนเรา ทัศนคติที่บุคคลมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งอาจเป็นทัศนคติที่ดี ทัศนคติที่ตีบางส่วน หรือมีทัศนคติที่ไม่ดี การที่จะปรับเปลี่ยนทัศนคติของบุคคลให้ดีขึ้นอาจกระทำได้โดยการฝึกอบรม การสร้างทัศนคติ อาศัยทฤษฎีของแมคไกวร์ (อ้อมเดือน สดมณี. 2541 : 7; อ้างอิงจาก McGuire. 1969) ประกอบด้วยหลัก 3 ชั้น ได้แก่

1. การเห็นคุณค่าของการกระทำที่ดีงาม หรือโทษของการไม่กระทำสิ่งที่ดีงาม
2. ความเข้าใจจากการสนทนาถึงความรู้สึกต่อการกระทำ
3. ความพร้อมที่จะกระทำ หรือความมุ่งมั่นที่จะกระทำ

ในประเทศไทยมีการนำวิธีการสร้างทัศนคติมาใช้ในงานวิจัยจำนวนมาก และได้รับผลดี จึงสมควรที่จะนำมาเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง งาน วิจัยที่ขอนำมากล่าวเป็นตัวอย่าง เช่น วิเชียร รักการ (2522) ศึกษาพบว่านิสิตอาสาพัฒนาชนบทมีทัศนคติที่ดีต่อการพัฒนาชนบทสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้อาสาพัฒนาชนบท ผ่องพรรณ แวงวิเศษ (2534) ศึกษาพบว่านักศึกษาที่มีพฤติกรรมทะเลาะวิวาทน้อยหรือไม่มีเลย มีทัศนคติที่ดีต่อการไม่ทะเลาะวิวาท และมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองสูงกว่านักศึกษาที่มีพฤติกรรมทะเลาะวิวาทมาก

ปัญหาวินัยของคนในชาติเป็นปัญหาที่รุนแรงและยากที่จะเห็นทางแก้ไข จึงควรนำหลักในการการสร้างทัศนคติที่ดีต่อวินัยในสังคมและวินัยในตนเองมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้

การสร้างเสริมความเชื่อมั่นในตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเอง

ความเชื่อมั่นในตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญต่อการพัฒนาวินัยในตนเอง เพราะการเห็นคุณค่าในตนเอง เพราะการเห็นคุณค่าของตนเองที่เกิดขึ้นภายใต้บรรยากาศของการยอมรับและผ่อนคลาย จะทำให้บุคคลมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น ผู้ที่มีความเคารพในตนเองย่อมสามารถที่จะเคารพศักดิ์ศรีของผู้อื่น (Lickona. 1992 : 59) ซึ่งจะช่วยสร้างเสริมการเคารพสิทธิอันเป็นบุคลิกภาพพื้นฐานของความเป็นประชาธิปไตย ภายใต้บรรยากาศของการยอมรับ นอกจากจะเอื้อต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองแล้ว ยังช่วยส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการแก้ปัญหาต่างๆอย่างมีประสิทธิภาพ

การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองโดยอาศัยพื้นฐานร่วมกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) เพื่อสามารถเผชิญปัญหาที่ผ่านเข้ามาด้วยใจมั่นคง ด้วยความหวัง และกล้าหาญ อีกทั้งสามารถยอมรับสถานการณ์ที่ทำให้จิตใจห่อเหี่ยว มองโลกในแง่ดี ซึ่ง จะทำให้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต นอกจากนี้ยังสามารถเลี่ยงหรือเผชิญปัญหารุนแรงในอนาคตได้ (Pope and others. 1988 : 5; citing American Psychiatric Association. คูเปอร์สมิธ (Gurney. 1988 : 27-28; citing Coopersmith. 1959) กล่าวว่า บุคคลสามารถพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเมื่อได้รับการยอมรับนับถือ โดยเฉพาะจากผู้ที่มีความสำคัญต่อเด็ก โดยให้เด็กประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ได้รับการยอมรับของสังคม และการตอบสนองเมื่อได้รับการ ประเมิน ซึ่งบรูค (Brooks) มีความเห็นว่า การเห็นคุณค่าในตนเองสามารถสร้างเสริม โดยการพัฒนาความรับผิดชอบ การให้ความช่วยเหลือต่อส่วนรวม การมีโอกาสคิดเลือกและ ตัดสินใจแก้ปัญหาการสนับสนุน ให้กำลังใจและข้อมูลย้อนกลับทางด้านบวก การสร้างแนวปฏิบัติ โดยคำนึงถึงผลที่จะตามมา และ ช่วยให้เด็กยอมรับความล้มเหลวหรือความผิดพลาดที่เกิดขึ้น (Brooks . 1992 :544-548) การสร้างเสริมการเห็นคุณค่าของตนเองและความเชื่อมั่น ในตนเองตามแนวดังกล่าว มีความสอดคล้องกับหลักการของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งจะ เอื้อต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง พฤติกรรมสร้างสรรค์สังคม ความเอื้ออาทร ซึ่งอาจจัดอยู่ในบุคลิกภาพประชาธิปไตยได้อย่างดี (สมพงษ์ พวงคำ. 2528 : 194) การสร้างความเชื่อมั่นในตนเองและการสร้างสรรค์สังคม

กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

กลุ่มสัมพันธ์ เป็นวิทยาการแขนงหนึ่งที่น่าไปใช้เพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนคติและการกระทำหรือพฤติกรรมของคน อันจะเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างความสัมพันธ์และปรับปรุงการทำงานของกลุ่มคนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น (ทศนา เขมมณี และคณะ. 2522 : 1) มีการฝึกทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม รวมพลังกายและพลังความคิดเข้าด้วยกัน เพื่อให้บรรลุ เป้าหมายของการทำงาน (บัญญัติ ศรีประมง. 2521) กระบวนการกลุ่มจึงเป็นกระบวนการทำงานร่วมกันของสมาชิกกลุ่ม มีการรวมพลังความคิดจากการแลกเปลี่ยนความคิดและ การทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อแก้ปัญหาหรือทำงานโดยอยู่บนพื้นฐานของความต้องการของ ส่วนรวม

กลุ่มสัมพันธ์ เป็นวิทยาการที่ช่วยสร้างความเข้าใจในเรื่องของกลุ่ม โดยครอบคลุมเนื้อหาของพฤติกรรมมนุษย์ ลักษณะของกลุ่ม การแก้ปัญหา การตัดสินใจ ตลอดจนการ

พัฒนา ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น กลุ่มสัมพันธ์สามารถส่งเสริมด้านจิตใจมาก มีการตระหนักในการรับรู้ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก ทำให้เกิดเปลี่ยนแปลงทางการรับรู้ด้านความรู้สึก ซึ่งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านทัศนคติต่อตนเองและผู้อื่น (ทิสนา เขมมณี. 2522 : 18) กระบวนการกลุ่มช่วยฝึกทักษะทางสังคม ทักษะการค้นคว้า ทักษะทางปัญญาและทักษะในการทำงานกลุ่ม ทักษะเหล่านี้พัฒนาผ่านกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. การมีส่วนร่วมการเรียนรู้ด้วยตนเองในกลุ่มย่อย (active participation) กิจกรรมการเรียนรู้ควรน่าสนใจและมีความหมายต่อผู้เรียน การมีส่วนร่วม 4 ด้าน ได้แก่
 - 1.1 การมีส่วนร่วมด้านร่างกาย (physical involvement) คือการที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยมีการเคลื่อนไหวร่างกาย
 - 1.2 การมีส่วนร่วมด้านอารมณ์ (emotional involvement) คือการที่ผู้เรียนลงมือ ทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึกที่นำไปสู่ความเข้าใจในเนื้อหาวิชา
 - 1.3 การมีส่วนร่วมด้านสติปัญญา (intellectual involvement) คือ การที่ผู้เรียนลงมือทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ทำให้ประจักษ์แจ้งจากการค้นพบ สร้างแนวความคิดจากสิ่งที่รับรู้ ทำให้การเรียนรู้มีความหมายต่อตัวผู้เรียนและมากขึ้น และเป็นแนวทางในการพัฒนาความคิดและเหตุผล
2. ชั้นวิเคราะห์ (analysis) เป็นการรวมกลุ่มใหญ่เพื่อวิเคราะห์การเรียนรู้ ทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างกว้างขวาง ทำการประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก วิธีเรียนและผลที่ได้รับ
3. ชั้นสรุปและวิเคราะห์หลักการ (generalization and application) เป็นการรวบรวมแนวคิดที่ค้นพบสรุปเป็นหลักการเรียนรู้ของตนเอง เพื่อแก้ปัญหาในปัจจุบันหรือ แก้ปัญหาหรือการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ในอนาคต เช่น การพัฒนาตนเอง การประยุกต์เพื่อแก้ ปัญหา หรือการประเมินการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ที่ทำให้เกิดการค้นพบด้วยตนเอง ทำให้ผู้เรียน มีความภาคภูมิใจในความสามารถของตนเอง และการเห็นคุณค่าในตน

ผลการวิจัยของ พัชรี กรวิน 2522 : 149-150) พบว่ากิจกรรมกลุ่มมีผลให้ผู้เรียนมีทัศนคติที่ดี เห็นคุณค่า ในตนเอง มีความอบอุ่น เห็นว่าตนมีคุณค่าและเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่ง สอดคล้องกับผลการวิจัยของแมคคินไทร์ (McIntire) ที่ศึกษาอิทธิพลของความไวต่อการรับรู้ของความเข้าใจในตนเองในนิสิตบัณฑิตศึกษาจำนวน 17 คน ด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ซึ่งพบว่าการเปลี่ยนแปลงทางด้านการนำตนเองและการยอมรับตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ และคงอยู่แม้ว่าเวลาจะผ่านไปหนึ่งปี (สุรินทร์ คล้ายรามัญ. 2522 : 54; อ้างอิงจาก McIntire. 1953 :456-459) นอกจากนี้ กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ยังช่วยสร้างทักษะทางมนุษยสัมพันธ์ สามารถควบคุมความรู้สึกและอารมณ์ มีความเข้าใจตนเองในทางที่ดีขึ้นและนับถือตนเอง (สุรินทร์ คล้ายรามัญ. 2522 : 34; อ้างอิงจาก Treppa and Frike)

กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีผลต่อการพัฒนาด้านสังคมและจริยธรรมชวลิเนาคัท :

95) ศึกษาพบว่านักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์และกลุ่มทดลองมีวินัยในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ ลัดดาวัลย์ ณ ระนอง (2525 : 62) พบผลวิจัยที่สอดคล้องกัน คือนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีวินัยในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปรกติ และสมพงษ์ พวงคำ (2528 : 194) ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชากลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ของนักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์และวิธีสอนแบบปรกติ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยข้างต้นจะเห็นได้ว่า กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีบทบาทสำคัญในการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง มนุษยสัมพันธ์และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของวินัยในตนเอง ดังนั้น ในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง จึงควรนำกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มาเป็นพื้นฐานในการเสริมสร้างคุณลักษณะต่างๆของวินัยในตนเอง ดังที่พบว่ากลุ่มสัมพันธ์เอื้อต่อการพัฒนาบุคลิกภาพประชาธิปไตยแก่เด็กและเยาวชน

การสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยกระบวนการควบคุมตนแบบประยุกต์

วินัยในตนเองเกิดจากความสามารถในการควบคุมตนเอง ให้กระทำในสิ่งที่มุ่งหมายโดยไม่ต้องถูกควบคุมบังคับจากภายนอก เช่น กฎระเบียบ การควบคุมตนจึงเป็นองค์ประกอบที่มี ความสำคัญอย่างมากในการสร้างเสริมความมีวินัยในตนเองให้ประสบความสำเร็จ

สำเร็จ ดังที่ ดวงเดือน พันธุมนาวินกล่าวว่า การควบคุมตนเองช่วยให้สามารถที่จะเว้นการกระทำบางชนิด หรือ ความสามารถที่จะเริ่มพฤติกรรมที่ต้องใช้ความอดทน หรือเสียสละโดยมีปริมาณและคุณภาพ ที่เหมาะสม จนกระทั่งบังเกิดผลที่ต้องการในเวลาต่อมาได้ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2530) การควบคุมตนเอง ยังรวมถึงการอดกลั้นต่อสิ่งยั่วยุ การอดเปรี้ยวไว้กินหวาน การหลีกเลี่ยงการกระทำผิด และการควบคุมอารมณ์และความรู้สึกได้ ผู้ที่ควบคุมตนเองได้มักจะมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์และเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น เพราะสามารถสนองความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น ขณะเดียวกันก็สอดคล้องกับบริบทของสังคมและวัฒนธรรม และเพิ่มความสามารถมากขึ้น (Newcombe, 1996 : 316)

นงนุช โรจนเลิศ (พรณี เกษกมล, 2537 : 37 ; อ้างอิงจาก นงนุช โรจนเลิศ, 2523) ได้สรุปแนวทางในการควบคุมตนเองตามทัศนะของโรเซนบอม (Rosembaum) เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมตามที่มุ่งหมาย ดังนี้

1. การใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลและการบอกตนเองให้รู้จักควบคุมตนเอง
ด้านการแสดงออกทางอารมณ์และการกระทำ
2. การแก้ปัญหาโดยการประยุกต์ความรู้มาใช้อย่างมีลำดับขั้นตอน
3. การหาวิธียับยั้งการทำตามใจของตนเอง
4. การรู้ประสิทธิภาพในการทำงานของตน เช่น สังเกตความสามารถในการควบคุมสิ่งแวดล้อมของตน การควบคุมการกระทำของตนเอง

ราธัสและเนวิด (Rathus and Nevid) ได้เสนอเทคนิคในการควบคุมตนเองเพื่อให้สามารถลดละนิสัยที่ไม่ดี หรือทำตามความตั้งใจได้สำเร็จโดยใช้เทคนิคต่างๆเพื่อต่อสู้กับสิ่งยั่วยุให้ทำความผิด ดังนี้

1. การวิเคราะห์พฤติกรรมที่เป็นปัญหา โดยวิเคราะห์ปัญหาพฤติกรรมที่เกิดขึ้นว่ามีสาเหตุมาจากอะไร
2. การตัดสินใจเลือกสิ่งเร้าในการแก้ปัญหาด้วยการเสริมแรง
3. การบันทึกพฤติกรรมที่เกิดขึ้นทุกขณะ โดยบันทึกเวลา สถานที่ ความคิดและความรู้สึก รวมทั้งปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

การวิเคราะห์บทบาทหน้าที่ที่ทำให้มีความตระหนักในสภาวะแวดล้อมที่มีผลต่อพฤติกรรม ซึ่งมีผลให้เกิดแรงจูงใจที่จะสร้างความเปลี่ยนแปลง (Rathus and Nevid,

นอกจากนี้ ควรมีการรวมกลุ่มเพื่อการบำบัด (Rathus and Nevid, 1995 : 269; citing Komaki and Dore-Boyce, 1978) และอาจสร้างเสริมความสามารถในการควบคุมตนเอง โดยกระบวนการสำรวจติดตามผลตนเอง (self-monitoring) และ การวิเคราะห์หีบหบาท รวมทั้งการเสริมแรงตนเอง (self-reinforcement) เพื่อพัฒนาตนเอง ให้อยู่ในกรอบของสังคมได้ เป็นอย่างดี (Papalia. 1985 : 185)

กระบวนการและเทคนิคต่างๆที่กล่าวข้างต้น สามารถนำไปใช้ในการฝึกอบรม เพื่อสร้างเสริมคุณลักษณะต่างๆที่เอื้อต่อความมีวินัยในตนเองสำหรับเด็กและเยาวชน

การสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยการพัฒนาตนเอง

กระบวนการเรียนรู้จากกลุ่มสัมพันธ์เป็นพื้นฐานที่ดีของการพัฒนาตนเอง เพราะฝึกฝนการวิเคราะห์ปัญหาและปรับปรุงการทำงานให้ดีขึ้น รู้จักตนเองและผู้อื่นดีขึ้น(สุรินทร์ คล้ายรามัญ. 2522 : 34; อ้างอิงจาก Treppa and Frike, 1980) เราอาจนำกระบวนการกลุ่มย่อย เพื่อการพัฒนาตนเอง (encounter group) มาใช้ในการเริ่มต้นการฝึกฝนตนเองโดยส่งเสริมให้แต่ละบุคคลมีความตระหนักในตนเองมากขึ้นมีความเข้าใจในความต้องการและความรู้สึกของตนเองดีขึ้น ในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาตนเอง จะต้องคำนึงถึงอันตรายของการกระตุ้นให้มีการเปิดเผยตนเองในขณะที่กลุ่มยังไม่มี ความใกล้ชิดสนิทสนมกันอย่างพอเพียง หรือ กลุ่มที่ไม่มีเวลาเพียงพอที่จะสร้างความกระจำหรือความเข้าใจต่อกัน (Rathus and Nevid. 1995 : 272) กิจกรรมฝึกฝนวินัยในตนเองเป็นกิจกรรมที่ไม่ลึกซึ้งนัก จึงไม่ผู้มีปัญหา ดังกล่าว อย่างไรก็ตาม ผู้ดำเนินกิจกรรมควรดำเนินกิจกรรมอย่างรอบคอบและไวต่อการรับรู้ ในความรู้สึกของผู้เรียน กระบวนการกลุ่มจึงช่วยสร้างความสนใจและสร้างความเข้าใจร่วมกัน ด้วยการแลกเปลี่ยนทัศนคติกัน ทั้งนี้ควรให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนเปิดเผยตนเองต่อกกลุ่มเท่าที่ตนเองพอใจ ถ้ามีสิ่งใดที่ลึกซึ้งอาจนำไปสนทนาเป็นการส่วนตัว เหล่านี้คือกระบวนการซึ่งจะเป็น ประโยชน์ในการพัฒนาตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

โดยทั่วไป การพัฒนาตนเองมักจะไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร เพราะคนส่วนมากไม่ได้รับการฝึกฝนด้านการควบคุมตนเองมาก่อน การควบคุมตนเองตามหลักจิตวิทยาอย่างเต็มที่มักใช้ได้ในเชิงการทดลอง ซึ่งยากที่จะนำไปใช้ในชีวิตรจริง ดังนั้นจึงต้องประยุกต์วิธีการควบคุมตนเองโดยเหมาะสมกับสภาพการณ์ของนิสิตในชีวิตประจำวัน เพื่อให้ นิสิตสามารถปฏิบัติอย่างต่อเนื่องตามความมุ่งหมายได้โดยไม่ยากนัก การพัฒนาวินัยในตนเองจึงต้องปรับ

ทฤษฎีการควบคุมตนเองบางวิธีมาใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของชั้นเรียนในมหาวิทยาลัย จึงได้นำแนวทางซึ่งผ่านการทดลองใช้และมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพนานเกินกว่า 10 ปี มาทดลองใช้ในสถานการณ์ที่ค่อนข้างเปิดกว้างและมีอิสระ การควบคุมและติดตามผลค่อนข้างน้อย เพื่อศึกษาถึงความเป็นไปได้ในการนำมาใช้กับนิสิตจำนวนมากสถานการณ์ที่เปิดกว้าง กิจกรรมรวมทั้งสร้างแนวการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนรวม 4 แบบ ดังนี้

1. การพัฒนาตนโดยคู่สัญญา : "กัลยาณมิตร" มีพื้นฐานมาจากการการใช้เงื่อนไขสัญญา ซึ่งทิสนา แชมมณี ได้เสนอแนวทางที่ผ่านการนำไปประยุกต์ใช้ ดังนี้
 - 1.1 สร้างทัศนคติที่ดีต่อการแก้ปัญหา
 - 1.2 วางแผนแก้ปัญหา
 - 1.3 นำความรู้มาใช้ในการแก้ปัญหา
 - 1.4 ปฏิบัติการแก้ปัญหอย่างจริงจัง
 - 1.5 ควบคุมพฤติกรรมกรรมการแก้ปัญหอย่างมีประสิทธิภาพ

คนส่วนมากในสังคมไทยยากที่จะประสบความสำเร็จในการควบคุมตนเองตามลำพัง เท่าที่ควร เพราะยากที่จะเอาชนะใจตนเองได้ เมื่อได้มีการวิเคราะห์จุดอ่อนของการควบคุมตน พบว่าคนไทยส่วนมากยังต้องการผู้ที่มีความปรารถนาดีและมีความเป็นมิตรมาช่วยรับฟังและรับรู้ ในปัญหา ซึ่งจะเป็นผู้ที่สามารถเป็นกำลังใจในการแก้ปัญหาได้ ความน่าศรัทธาจะทำให้ผู้ที่ต้องการแก้ปัญหามีความภาคภูมิใจที่จะให้รับรู้ถึงความพยายามในการพัฒนาตนเอง และมีความเสียใจและเสียหน้าอย่างมาก หากไม่สามารถปฏิบัติตามที่ได้มุ่งหมายเอาไว้ ซึ่งจะนำไปสู่การปรับและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้สำเร็จ จากผลการศึกษาอย่างต่อเนื่อง พบว่าผู้ที่ใช้รูปแบบการพัฒนาตนแบบคู่สัญญา หรือ "กัลยาณมิตร" สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้สำเร็จเป็นอย่างดี (ทิสนา แชมมณี. มปป : 6-7)

2. การพัฒนาตนโดยกิจกรรมทางสังคม : "กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม" การพัฒนาตนแบบนี้อยู่บนพื้นฐานของการทำกิจกรรมกลุ่ม มีการประชุมเพื่อศึกษาปัญหาและวางแผนดำเนินงานอย่างมีขั้นตอน และมีการกำหนดบทบาทหน้าที่ มอบหมายแบ่งงาน โดยสมาชิกแต่ละคนมีส่วนร่วมในการทำงานเพื่อสังคม การมีการรณรงค์พยายามสร้างความตระหนักแก่สังคม ได้มีการพูดและสร้างศรัทธาต่อการดำเนินถึงประโยชน์ต่อส่วนรวม น่าจะมีส่วนช่วยให้เกิดพลังจิตสำนึกต่อสังคม เกิดความตระหนักถึงความสำคัญของตนเองที่มีต่อสังคม ซึ่งน่าจะมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาวินัยในตนเอง ดังเช่น งานวิจัยของ ลัดดาวัลย์

ณระนอง (2525 : 62) ที่พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้กิจกรรมกลุ่มมีวินัยในตนเองสูงกว่ากลุ่มทดลอง อื่นๆ บุคลิกภาพ ประชาธิปไตยหลายด้านมีความเกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง ดังนั้น การศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการ กลุ่มที่มีผลต่อทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย จึงน่าจะสนับสนุนให้เห็นความสำคัญของการสร้างเสริมวินัยในตนเองด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ดังที่สมพงษ์ พวงคำ (2528 : 194) ศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่เรียนวิชากลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยในทางดีมากกว่ากลุ่มควบคุม ดังนั้น กิจกรรมสร้างสรรค์สังคมที่ใช้ในการฝึกฝนวินัยในตนเอง จึงน่าจะเป็นรูปแบบหนึ่งของการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

3. การพัฒนาตนเองโดยการเขียนบันทึก : "ตนเองเตือนตน" เป็นการพัฒนาตนเองโดยการผสมผสานระหว่างกิจกรรมกลุ่มเพื่อการพัฒนาตนเองและการควบคุมตนเอง หลังจากที่ผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านกิจกรรม และศึกษาเกี่ยวกับการควบคุมตนเองตามลำพังแล้ว การเข้ากิจกรรมกลุ่มเพื่อ พัฒนาตนเองในกลุ่มย่อย ด้วยการเขียนบันทึกจะช่วยให้ผู้เรียนได้สำรวจปัญหา แล้ววางแผนพัฒนาตนเอง โดยใช้หลักการควบคุมตนเองตามลำพัง หลังจากเข้ากลุ่มเพื่อสนทนาเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง ผู้เรียนได้รับอนุทินเพื่อการพัฒนาตนเองคนละ 1 เล่ม เพื่อวางแผนสังเกตพฤติกรรมของตนเอง บันทึก และแก้ไขปรับปรุงตนเอง โดยใช้แนวทางการควบคุมตนเองบางขั้น เช่น การเตือนตนเอง (self-monitoring) หรือการจัดการกับตนเอง (self-management) ในการเตือนตนเองต้องสังเกตตนเองและจดบันทึกพฤติกรรมอย่างรอบคอบ และปรับแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตน โดยการบันทึกการกระทำอย่างอิสระ หลังจากนั้นมีการพบกันเพื่อเล่าประสบการณ์ในการพัฒนาตนเองและประเมินสรุปผลการพัฒนาตนเอง

4. การพัฒนาตนเองอย่างอิสระ : "พัฒนาตนเองโดยอิสระ" เป็นการพัฒนาตนเองเท่าได้รับการเรียนรู้จากการอบรมเชิงปฏิบัติ จะนำวิธีการใดมาพัฒนาตนเองได้ตามความสนใจ จากการประมวลแนวคิด หลักการ ทฤษฎีและผลการวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาวินัยในตนเอง ช่วยให้ได้แนวทางในการพัฒนารูปแบบ การเสริมสร้างวินัยในตนเอง ซึ่งมีกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้

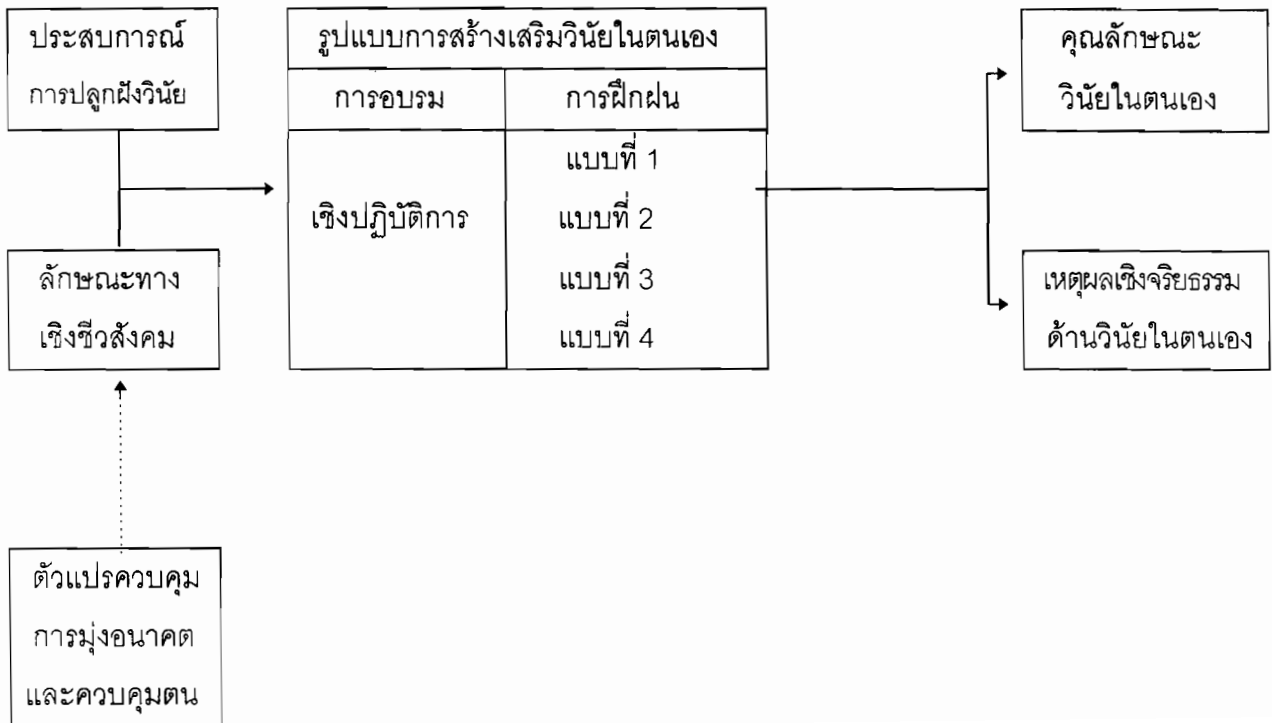
จากแนวคิดทฤษฎีและผลการวิจัยเกี่ยวกับวินัยในตนเอง และแนวทางในการสร้างเสริมวินัยในตนเอง จึงเห็นสมควรที่จะทำการศึกษาแบบทดลองภาคสนามเพื่อศึกษาหาประสิทธิภาพของรูปแบบการอบรมเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเอง ดังมีกรอบแนวคิดในการวิจัยและสมมุติฐานดังต่อไปนี้

กรอบแนวคิดในการวิจัย
(Conceptual Framework)

ตัวแปรพื้นฐาน

ตัวแปรจัดกระทำ

ตัวแปรตาม



สมมุติฐานการวิจัย

1. นิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านมากมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตที่ได้รับการปลูกฝังวินัยจากทางบ้านน้อย
2. คุณลักษณะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองมีความแตกต่างกันเมื่อจำแนกตามลักษณะทางชีวสังคมและรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
3. คุณลักษณะวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง
4. นิสิตที่ได้รับประสบการณ์การอบรมเชิงปฏิบัติการและได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองมีคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับประสบการณ์การอบรมเชิงปฏิบัติการ และการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองภาคสนาม (field experimental research) ซึ่งมุ่งเน้นศึกษาผลการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง 4 แบบ ใน กลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม และเปรียบเทียบผลของการได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองการไม่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาวินัยในตนเองและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง เป็นนิสิตปริญญาตรี วิชาสุขศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2540 จำนวน 76 คน ซึ่งได้มาอย่างเจาะจง แล้วแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม โดยนำผลการทดสอบจากแบบวัดการมุ่งอนาคตและควบคุมตนมาจัดลำดับความสามารถแล้วสุ่มอย่างง่ายทีละ 4 คน จัดเข้า 4 กลุ่ม เพื่อให้การมุ่งอนาคตและการควบคุมตนซึ่งเป็นคุณลักษณะที่สำคัญของคุณลักษณะวินัยในตนเองมีความทัดเทียมกัน แล้วทำการสุ่มเพื่อกำหนดกลุ่มการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง 4 รูปแบบ ได้แก่ การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบสร้างสรรค์สังคม แบบคู่สัญญา แบบเตือนตนและแบบอิสระ

กลุ่มควบคุมเป็นนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 วิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2540 จำนวน 19 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างเจาะจง

แบบแผนการทดลอง

การศึกษานี้ใช้แบบแผนการทดลองแบบ 2 รูปแบบ คือ Pre-test Post-test Group Design และ Post-test only Control Group Design ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการได้มีการวัดคุณลักษณะที่เด่นของควมมีวินัยในตนเอง คือ การมุ่งอนาคต และควบคุมตนของ

กลุ่มตัวอย่าง เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อวินัยในตนเอง เพื่อนำมาวิเคราะห์ร่วมกับตัวแปรจัดกระทำ (treatment) คือการประชุมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ตัวแปรพื้นฐาน ได้แก่ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม คือ ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยทางบ้าน และลักษณะชีวสังคม ตัวแปรตาม ได้แก่ คุณลักษณะวินัยในตนเอง ซึ่งประกอบด้วย ความเชื่อ อาหาร ความเชื่อมั่นในตนเอง และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง การทดสอบครั้งที่ 1 และ 2 เพื่อตรวจสอบผลการอบรมเชิงปฏิบัติการ การทดสอบครั้งที่ 3 เพื่อตรวจสอบผลการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง 4 แบบ คือ การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบคู่สัญญา การพัฒนาตนเองแบบกิจกรรมสังคม การพัฒนาตนเองแบบตนเอง (เขียนบันทึก) และการพัฒนาตนเองแบบอิสระ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบทดสอบที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง

1. แบบทดสอบที่สร้างโดยผู้วิจัย คือ แบบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง ซึ่งมีกระบวนการพัฒนาแบบทดสอบ ดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับวินัยของคนในชาติ แนวคิด หลักการ ทฤษฎีสากลที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง ทฤษฎีการพัฒนาจริยธรรมของเพียเจท์ (Piaget) โคลเบอร์ก (Kohlberg) การทดสอบแบบทดสอบและแบบทดสอบที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง เมื่อทำการวิเคราะห์แบบวัดความมีวินัยในตนเอง ซึ่งมีคุณลักษณะทางจิตใจด้านต่างๆที่เกี่ยวข้องกับความมีวินัยในตนเอง แต่ยากที่จะมองเห็นเป็นรูปธรรม เมื่อทำการศึกษาพฤติกรรมวินัยในตนเอง พบว่าวินัยภายนอก และวินัยในตนเองมีพฤติกรรมเช่นเดียวกัน แต่แตกต่างกัน วินัยจากภายนอกมาจากอิทธิพลหรือการควบคุมบังคับจากภายนอก แต่วินัยในตนเองเกิดจากความรู้สึกนึกคิดที่มาจากเหตุผลของตนเอง ดังนั้นเหตุผลเชิงจริยธรรมจึงน่าจะบ่งบอกระดับความมีวินัยได้ว่าเป็นเหตุผลที่มาจากภายนอกหรือภายในตนเอง พบว่าขั้นพัฒนาการตามทัศนะเชิงสังคมและระดับเหตุผลทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก (Kohlberg, 1976 : 34-35) สามารถช่วยอธิบายระดับความมีวินัยได้ดี เพราะระดับเหตุผลเชิงจริยธรรมสามารถอธิบายถึงเหตุผลเบื้องหลังการตัดสินใจเลือกคำตอบว่าเป็นเหตุผลที่มาจากภายนอกหรือมาจากภายในจิตใจของตนเอง ซึ่งมีระดับและขั้นตอน ดังนี้

<u>ระดับเหตุผลเชิงจริยธรรม</u>	<u>เหตุผล</u>	<u>ทัศนะการมองทางสังคม</u>
ระดับที่ 1 ก่อนเกณฑ์ จริยธรรม ขั้นที่ 1 จริยธรรมพื้นฐาน	ทำตามกฎเพื่อหลีกเลี่ยงโทษ การลงโทษ หรือเพื่อประโยชน์ ที่ตนจะได้รับ	ทัศนะการมองแบบยึดตนเอง เป็นศูนย์กลาง ไม่สนใจ ความเห็นที่ แตกต่างไปจาก ตนเอง
ขั้นที่ 2 วิธีการและการแลกเปลี่ยน เพื่อประโยชน์ ของตนเอง	สนองความต้องการของตนเอง	ทัศนะการมองที่เป็นรูปธรรม รู้ว่าคนอื่นต่างก็มีสิ่งที่ตนสนใจ พยายามชวนให้สนใจตาม การเกิดความขัดแย้ง
ระดับที่ 2 เกณฑ์จริยธรรม ขั้นที่ 3 การเคารพซึ่งกัน และกัน : คาดหวัง ความ สัมพันธ์ การทำ ตามตามที่ตกลง	ต้องการที่จะเป็นคนดีในทัศนะ ของผู้อื่น	ทัศนะการมองที่สัมพันธ์กับ อื่น ตระหนักในการ แลกเปลี่ยนกับผู้อื่น
ขั้นที่ 4 ระบบสังคมและ มโนธรรม	สนับสนุนระบบของสังคมด้วย สำนึกของความหวังโยสังคม	เห็นความแตกต่างระหว่างทัศนะ ต่อสังคม และทัศนะต่อบทบาท และกฎระหว่างบุคคล ซึ่งอยู่ ภายใต้ระบบสังคม
ระดับที่ 3 เหนือเกณฑ์ จริยธรรม ขั้นที่ 5 กติกาสังคม สิทธิ หรือ สำนึกต่อความถูกต้อง	มีสำนึกต่อกฎต่างๆว่าเป็นไปเพื่อ ประโยชน์สุขของส่วนรวม	ทัศนะแห่งความมีเหตุผลที่คำถึง ค่านิยมและความถูกต้องที่นอก เหนือความผูกพันและ สัญญา มองเห็นกฎหมายและ จริยธรรมอย่างต้องแท้ว่าอาจ ไม่รับกันเสมอไป
ขั้นที่ 6 หลักจริยธรรมสากล	มีความเป็นผู้มีเหตุผลที่เชื่อมั่น ในหลักจริยธรรมอันเป็นสากล	ทัศนะของความเป็นผู้มีจริยธรรม มองเห็นธรรมชาติของจริยธรรม และยึดถือเป็นสำคัญ

จากเหตุผลเชิงจริยธรรมและทัศนคติการมองทางสังคม ตามทัศนคติของโคลเบอร์กดังกล่าว คณะผู้วิจัยได้นำมาเป็นแนวในการพิจารณาระดับความมีวินัย ซึ่งประกอบด้วยวินัยขั้นต้น คือ วินัยภายนอก ซึ่งต้องอาศัยอิทธิพลจากภายนอกมาควบคุม วินัยระดับที่สูงกว่า คือ วินัยในตนเอง ซึ่งสามารถควบคุมตนเองไม่ต้องอาศัยอิทธิพลจากภายนอก มาควบคุมการกระทำของตนเอง ซึ่งแบ่งออกเห็น 4 ชั้น ดังนี้

<u>ระดับวินัย</u>	<u>ระดับเหตุผลเชิงจริยธรรม</u>	<u>ทัศนคติการมองทางสังคม</u>
<u>วินัยภายนอกระดับที่ 1</u> กระทำเพื่อประโยชน์ หลีกเลี่ยงการลงโทษ	หลีกเลี่ยงการลงโทษ สนองความต้องการส่วนตน	ทัศนคติที่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง สนองความต้องการของตน
<u>วินัยภายนอกระดับที่ 2</u> กระทำเพื่อภาพพจน์ ต้องการให้สังคมยกย่อง	ต้องการเป็นคนดีในสายตาของ ผู้อื่น	ทัศนคติที่คำนึงถึงบุคคลอื่น ทำตามความคาดหวังของผู้อื่น และทำตามกฎของสังคม คำนึงถึงสถานภาพของตน
<u>วินัยภายในระดับที่ 1</u> กระทำเพื่อรักษากฎระเบียบ และประโยชน์สุขของส่วนรวม	มีสำนึกของหน้าที่ต่อส่วนรวม และสังคม	ทัศนคติที่เห็นความสัมพันธ์ ระหว่างตนเองกับสังคม และความสำคัญของการทำตาม กฎของสังคม
<u>วินัยในตนเองระดับที่ 2</u> กระทำเพื่อความถูกต้องดีงาม และศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์	มีสำนึกต่อการธำรงความถูกต้อง ความดีงามตามหลักจริยธรรม	ทัศนคติของการมองโดยคำนึงถึง ความถูกต้อง คุณค่าและสิทธิ ของความเป็นมนุษย์

แบบทดสอบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง โดยกำหนด สถานการณ์ที่เป็นปัญหาเกี่ยวกับความมีวินัย เพื่อวัดวัดเหตุผลที่ใช้ในการตัดสินใจ หรืออยู่ เบื้องหลังการตัดสินใจเลือกตอบ โดยบุคคลอาจใช้หรือมีเหตุผลแตกต่างกันออกไป

ตัวอย่าง แบบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง

(00) เมื่อนลินีเห็นสินค้าสวยๆลดราคาเป็นพิเศษรู้สึกอยากได้มาก ถ้าคุณเป็น
ถ้าคุณเป็นนลินีจะทำอย่างไร เพราะลดเกิน 50 %

- ก. ไม่ซื้อ เพราะเกรงคุณแม่ดู
- ข. ไม่ซื้อ เพราะถูกเพื่อนๆเพ่งเล็งว่าตนชอบซื้อของฟุ่มเฟือย
- ค. ไม่ซื้อ เพราะการหักห้ามใจทำให้เราเอาชนะความอยากได้
- ง. ไม่ซื้อ เพราะตั้งใจจะไม่ซื้อของอื่นที่นอกไปจากแผน

(อาจบอกเหตุผลเพิ่มเติม)

การให้คะแนน กำหนดวิธีการให้คะแนนระดับเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง

ให้คะแนนในแต่ละตัวเลือก มีค่าคะแนนตั้งแต่ 1-4 โดยยึดระดับเหตุผลเชิง
จริยธรรม ดังนี้

- ถ้าตอบโดยใช้เหตุผลทางจริยธรรมภายนอกในระดับที่ 1
กระทำเพื่อประโยชน์ของตนเอง ให้ 1 คะแนน
 - ถ้าตอบโดยใช้เหตุผลทางจริยธรรมภายนอกในระดับที่ 2
กระทำเพื่อรับการยกย่องจากสังคม ให้ 2 คะแนน
 - ถ้าตอบโดยใช้เหตุผลทางจริยธรรมภายในระดับที่ 1
กระทำเพื่อประโยชน์สุขของสังคม ให้ 3 คะแนน
 - ถ้าตอบโดยใช้เหตุผลทางจริยธรรมภายในระดับที่ 2
กระทำเพื่อความถูกต้องและจริยธรรม ให้ 4 คะแนน
- 1.3 ตรวจสอบคุณภาพด้านความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (face validity) และ
ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิด้าน
จิตวิทยา สังคมวิทยา และด้านการวัดและประเมินผล จำนวน 5 คน
(ดูภาคผนวก)
- 1.4 แบบทดสอบไปปรับปรุงแก้ไขและนำไปทดลองใช้กับนิสิต
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะ
สังคมศาสตร์และคณะ ศึกษาศาสตร์ จำนวน 185 คน
- 1.5 ตรวจสอบค่าอำนาจจำแนก (discrimination) โดยนำแบบทดสอบ
มาวิเคราะห์เป็นรายข้อและคัดเลือกเฉพาะข้อที่อยู่มีค่าอำนาจจำแนก

ตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป เพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้

1.6 ตรวจสอบความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรม

โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ตามวิธีของครอนบาค

(Cronbach's Alpha Coefficient Reliability) ที่ระดับ 0.737

2. แบบวัดที่เคยใช้ในการวิจัยมาแล้ว ได้แก่ ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้าน ความเอื้ออาทร ความเชื่อมั่นในตนเอง การมุ่งอนาคตและควบคุมตน และทัศนคติต่อบุคลิ ภาพวินัยในตนเอง ผู้วิจัยได้ปรับแบบทดสอบเพื่อให้สอดคล้องกับนิสิตระดับปริญญาตรีและ บริบทในมหาวิทยาลัย แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา และ ดำเนินการตามกระบวนการ การพัฒนาแบบทดสอบที่กล่าวข้างต้น แบบวัดและทดสอบมี สาระสังเขป ดังนี้

แบบวัดประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้าน ประกอบด้วยประโยคที่บอกเล่าเกี่ยวกับ ประสบการณ์ที่พ่อแม่ปฏิบัติต่อตนเองในการสร้างเสริมวินัย แบบวัดนี้เคยใช้ในการวิจัยของ ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และคณะ (2540) ซึ่งเป็นแบบวัดมาตราประเมินค่า มีจำนวน 20 ข้อ ผู้วิจัยได้ลดบางข้อลงและเพิ่มด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ค่าความเชื่อมั่นของแบบ ทดสอบ คือ .808 หลังจากไปทดลองใช้กับกลุ่มที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง แล้วเลือกข้อที่มี อำนาจจำแนกรายข้อ ที่อยู่ในเกณฑ์ดี รวมทั้งสิ้น 19 ข้อ พิสัยของคะแนนที่เป็นไปได้คือ 19 - 67 คะแนน มีค่าความ เชื่อมั่นของแบบทดสอบเท่ากับ 0.826

ตัวอย่าง แบบวัดประสบการณ์การปลูกฝังวินัยทางบ้าน

(0) พ่อแม่ส่งเสริมให้ฉันปฏิบัติตามสัญญาที่ให้ไว้กับผู้อื่น

มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด

เกณฑ์ในการให้คะแนนคำตอบทั้ง 4 ตัวเลือก ให้ผู้เลือกตอบเลือกได้เพียงข้อละ 1

คำตอบ ถ้าตอบ "มากที่สุด" ในคำถามเชิงบวกจะได้ 4 คะแนน และลดลงตามลำดับจนถึง "น้อยที่สุด" ได้ 1 คะแนน ถ้าเป็นคำถามเชิงลบ จะได้คะแนนตรงกันข้าม คือ ถ้าตอบว่า "มากที่สุด" ได้ 1 คะแนน และเพิ่มขึ้นตามลำดับจนถึง "น้อยที่สุด" ได้ 4 คะแนน

แบบวัดความเอื้ออาทร ประกอบด้วยสถานการณ์ที่เราให้ผู้ตอบแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมความเอื้ออาทร ซึ่งเกี่ยวข้องกับ การแบ่งปัน การให้ การช่วยเหลือ ความร่วมมือ การเสียสละประโยชน์ส่วนตัว ความเป็นธรรมและการอาสาสมัครเพื่อส่วนรวม คำตอบในแบบวัดชุดนี้ส่วนแรกให้เลือกตอบสนับสนุนหรือปฏิเสธที่จะแสดงความเอื้ออาทร หากตอบปฏิเสธ ได้ 0 คะแนน และไม่ต้องตอบส่วนที่เหลือ หากตอบสนับสนุนที่จะแสดงความเอื้ออาทร ได้ 1 คะแนน การตอบคำถามช่วงที่สอง ที่สนับสนุนด้วยเหตุผล ซึ่งมี 3 ด้าน ดังนี้

ระดับความ เอื้ออาทรตามปทัสฐานของสังคม ได้ 1 คะแนน

ระดับความเอื้ออาทรโดยอาศัยเกณฑ์ภายใน หรือการเสียสละ

ที่เกิดจากความสุخและความพอใจของตนเอง ได้ 1 คะแนน

ระดับความเอื้ออาทรอาศัยเกณฑ์ภายนอก ที่ไม่คำนึง

ถึงความพอใจของตนเอง หากเห็นแก่ประโยชน์ของ

ผู้อื่นเป็นสำคัญ

ได้ 1 คะแนน

แบบวัดนี้เคยใช้ในการทดสอบความเอื้ออาทรสำหรับผู้ที่อยู่ในวัยทำงาน โดย วินัย ดำสุวรรณและคณะ (2539) ซึ่งมีจำนวน 15 ข้อ ผู้วิจัยปรับสถานการณ์และข้อคำถามในแบบวัดให้เหมาะสมกับบัณฑิตระดับปริญญาตรี หลังจากไปทดลองใช้กับกลุ่มที่ คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง พบว่าค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่อยู่ในเกณฑ์ดีทุกข้อ รวมทั้งสิ้น 15 ข้อ พิสัยของคะแนนที่เป็นไปได้คือ 15 - 45 คะแนน มีค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบเท่ากับ 0.911

ตัวอย่าง แบบวัดความเอื้ออาทร

(0) วันหนึ่ง ขณะที่น้ำฝนกำลังจะไปค้นคว้งานที่ห้องสมุดเพื่อทำรายงาน เพื่อนได้

ขอร้องให้ช่วยขนของเพื่อย้ายหอ ถ้าท่านเป็นน้ำฝนคิดว่าควรทำอย่างไร

ปฏิเสธการขอแรงจากเพื่อนเพราะจะทำรายงานส่งอาจารย์ไม่ทัน

ไปช่วยเพื่อนขนของ

	ไม่ค่อยเห็นด้วย	ค่อนข้างเห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1. เป็นมารยาทที่ดีของสังคม
2. ภูมิใจที่ได้ช่วยเหลือเพื่อน
3. เพื่อนคงดีใจที่มีคนช่วยขนของ

แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ประกอบด้วยประโยคที่บอกเล่าเกี่ยวกับความสามารถในการคิดตัดสินใจกระทำสิ่งต่างๆด้วยความมั่นใจและยอมรับในผลที่เกิดจากการกระทำของตนเอง โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม ซึ่งผู้วิจัยปรับจากแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ของจงใจ ขจรศิลป์ (2534) ซึ่งประกอบด้วยการพึ่งตนเอง ความสามารถในการแสดงออกและความกล้าในการคิดและตัดสินใจ (2538) ซึ่งเป็น แบบวัดมาตรฐานประเมินค่า มีจำนวน 16 ข้อ ผู้วิจัยได้สร้างเพิ่มจำนวน 2 ข้อ เป็น 18 ข้อ หลังจากไปทดลองใช้กับกลุ่มที่คล้ายคลึงกับประชากร พบว่าค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ในเกณฑ์ดีทุกข้อจึงใช้ครบทุกข้อ พิสัยของคะแนนที่เป็นไปได้คือ 18-72 มีค่าความเชื่อมั่น ของแบบทดสอบ คือ 0.800

ตัวอย่าง แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง

(0) ฉันไม่หวั่นไหวต่อเหตุการณ์ต่างๆ

[] จริงที่สุด [] ค่อนข้างจริง [] ค่อนข้างไม่จริง [] ไม่จริงเลย

เกณฑ์ในการให้คะแนนคำตอบทั้ง 4 ตัวเลือก ให้ผู้เลือกตอบเลือกได้เพียงข้อละ 1 คำตอบ ถ้าตอบ "จริงที่สุด" ในคำถามเชิงบวกจะได้ 4 คะแนน และลดลงตามลำดับ จนถึง "ไม่จริงเลย" ได้ 1 คะแนน ถ้าเป็นคำถามเชิงลบ จะได้คะแนนตรงกันข้าม คือ ถ้าตอบว่า "จริงที่สุด" ได้ 1 คะแนน และเพิ่มขึ้นตามลำดับจนถึง "ไม่จริงเลย" ได้ 4 คะแนน

แบบวัดการมุ่งอนาคตและควบคุมตน ประกอบด้วยประโยคที่บอกเล่าเกี่ยวกับความสามารถในการคาดการณ์ไกล การเห็นความสำคัญของสิ่งที่จะเกิดกับตนแลผู้อื่นในอนาคต การอดได้รอได้ การควบคุมจิตใจและการกระทำของตนเองเพื่อทำความดีและหลีกเลี่ยงการกระทำผิด แบบวัดนี้เคยใช้ในการวิจัยเรื่อง "การฝึกเพื่อเสริมสร้าง จิตลักษณะในการป้องกันพฤติกรรมทะเลาะวิวาทในนักเรียนอาชีวศึกษา" ของแสงทวีคุณ (2538) ซึ่งเป็นแบบวัดมาตรฐานประเมินค่า มีจำนวน 18 ข้อ ผู้วิจัยได้สร้างเพิ่มจำนวน 2 ข้อ รวมเป็น 20 ข้อ ค่าความเชื่อมั่น 0.715 หลังจากไปทดลองใช้กับกลุ่มที่คล้ายคลึงกับประชากร เลือกข้อที่มี

อำนาจจำแนกรายข้อที่อยู่ในเกณฑ์รวมทั้งสิ้น 6 ข้อ พิสัยคะแนนที่เป็นไปได้คือ 16-64 มีค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบเท่ากับ 0.731

ตัวอย่าง แบบวัดการมุ่งอนาคตและความมุ่งมั่น

(0) เมื่อมีคนขัดใจ ฉันจะแสดงความหงุดหงิดเพราะควบคุมอารมณ์ไม่ได้

[] จริงที่สุด [] ค่อนข้างจริง [] ค่อนข้างไม่จริง [] ไม่จริงเลย

เกณฑ์ในการให้คะแนนคำตอบทั้ง 4 ตัวเลือก ให้ผู้เลือกตอบเลือกได้เพียงข้อละ 1 คำตอบ ถ้าตอบ "จริงที่สุด" ในคำถามเชิงบวกจะได้ 4 คะแนน และลดลงตามลำดับ จนถึง "ไม่จริงเลย" ได้ 1 คะแนน ถ้าเป็นคำถามเชิงลบ จะได้คะแนนตรงกันข้าม คือ ถ้าตอบว่า "จริงที่สุด" ได้ 1 คะแนน และเพิ่มขึ้นตามลำดับจนถึง "ไม่จริงเลย" ได้ 4 คะแนน

แบบวัดบุคลิกภาพประชาธิปไตย ประกอบด้วยประโยคบอกเล่าเกี่ยวกับคุณลักษณะที่สำคัญในการดำรงชีวิตตามวิถีประชาธิปไตย ซึ่งพัฒนาจากแบบวัดบุคลิกภาพประชาธิปไตยของสมพงษ์ พวงคำ (2527) ซึ่งผู้วิจัยได้คัดเลือกคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองมาเพียง 3 องค์ประกอบ ได้แก่

1. การเคารพสิทธิของผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการกระทำการต่างๆ โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม ซึ่งประกอบด้วย การไม่ทำความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น การไม่ลั่นเมียดสิทธิของผู้อื่น

2. การปฏิบัติตามกฎระเบียบ หมายถึง ความสามารถในการทำตามข้อตกลงกติกาสัญญา และหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายโดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของส่วนรวม ซึ่งประกอบด้วย การปฏิบัติตามกฎระเบียบ และการทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

3. ความมีเหตุผล หมายถึง ความสามารถในการพิจารณาปัญหาและสาเหตุของปัญหา โดยรับฟังความคิดเห็นจากผู้อื่นมาประกอบการตัดสินใจแก้ปัญหา หรือกระทำการต่างๆ โดยคำนึงถึงประโยชน์สุขของผู้อื่น ซึ่งประกอบด้วย การเคารพเหตุผลหรือความคิดเห็น การรับฟังหรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการตัดสินใจด้วยเหตุผล

แบบวัดนี้เคยใช้ในการวิจัย ของสมพงษ์ พวงคำ (2528 : 89-92) ซึ่งเป็น แบบวัดเชิงประเมินค่า มีจำนวน 35 ข้อ ผู้วิจัยได้คัดเลือกเฉพาะด้านที่เกี่ยวข้องกับวินัย ในตนเองจำนวน 14 ข้อ และแต่งเพิ่มจำนวน 6 ข้อ รวมเป็น 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.587 หลังจากไปทดลองใช้กับกลุ่มที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง เลือกข้อที่มีอำนาจจำแนกรายข้อที่อยู่ในเกณฑ์ดี รวมทั้งสิ้น 16 ข้อ พิสัยของคะแนนที่เป็นไปได้คือ 16-64 มีค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบเท่ากับ 0.700

ตัวอย่าง แบบวัดการเคารพสิทธิ

- (0) การนำของผู้อื่นเล็กๆน้อยๆ มาใช้อาจไม่จำเป็นต้องขออนุญาต
 จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริงเลย

ตัวอย่าง แบบวัดการปฏิบัติตามกฎระเบียบ

- (0) การมีส่วนร่วมในการสร้างข้อตกลงทำให้เราเต็มใจปฏิบัติตามข้อตกลงหรือกฎระเบียบ
 จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริงเลย

ตัวอย่าง แบบวัดความมีเหตุผล

- (0) การวิพากษ์วิจารณ์ทำให้เกิดการปรับปรุงงานให้ดีขึ้น
 จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริงเลย

เกณฑ์ในการให้คะแนนคำตอบทั้ง 4 ตัวเลือก ให้ผู้เลือกตอบเลือกได้เพียงข้อละ 1 คำตอบ ถ้าตอบ "จริงที่สุด" ในคำถามเชิงบวกจะได้ 4 คะแนน และลดลงตามลำดับ จนถึง "ไม่จริงเลย" ได้ 1 คะแนน ถ้าเป็นคำถามเชิงลบ จะได้คะแนนตรงกันข้าม คือ ถ้าตอบว่า "จริงที่สุด" ได้ 1 คะแนน และเพิ่มขึ้นตามลำดับจนถึง "ไม่จริงเลย" ได้ 4 คะแนน

รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

ในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับวินัยของคนในชาติ แนวคิด หลักการ และทฤษฎีสากลที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง ที่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยที่มีผลต่อวินัยในตนเอง

เหตุผลเชิงจริยธรรมเกี่ยวกับวินัยในตนเอง การคิดอย่างมีเหตุผล การมุ่งอนาคตและความคุมตน โดยอยู่บนพื้นฐานของความเอื้ออาทร (altruism) ซึ่งเป็นส่วนที่สำคัญของพฤติกรรม สร้างสรรค์สังคม (prosocial behavior) และกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ (group process)

2. ศึกษาความจำเป็นในการฝึกอบรม (training needs) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยอยู่บนพื้นฐานความสนใจและกิจกรรมต่างๆ ที่สอดคล้องกับของบริบทในมหาวิทยาลัย

3. ศึกษาปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อวินัยในตนเอง เพื่อกำหนดรูปแบบการสร้างเสริม วินัยในตนเอง

4. การสร้างรูปแบบการสร้างเสริมสร้างวินัยในตนเองโดย ดังนี้

4.1 การอบรมเชิงปฏิบัติการ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ได้แก่

4.1.1 การจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศของการยอมรับด้วยกิจกรรม

ต่าง ๆ ที่เปิดโอกาสให้ผู้ร่วมกิจกรรมประสบความสำเร็จและเสริม

พลังใจ เพื่อให้ เกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem)

ซึ่งทำให้เกิดความเป็นอิสระและเป็นพื้นฐานที่สำคัญของความ

เชื่อมั่นในตนเอง (self-confidence) ทำให้สามารถเผชิญความ

กดดันต่างๆและสามารถทำตาม วิจารณ์ญาณของตนเองได้ดี

(Lickona, 1991 : 58-59) และเกิดความมั่นใจในความ

สามารถของตนในการที่จะแก้ปัญหา ต่างๆได้สำเร็จ การสร้าง

ทัศนคติที่ดีต่อวินัยตามแนวของแมคไกวร์ (McGuire,1969 :

136-138) ซึ่งเน้นความรู้เชิงประเมินค่า อารมณ์และความรู้สึกต่อวินัย

ในตนเองและความพร้อมกระทำ ทั้งนี้ควรเน้น การฝึกการคิดระดม

สมอง (brain storming) และความมีเหตุผลพิจารณาสาเหตุของ

ปัญหาและผล ของการกระทำให้ชัดเจน เป็นการตัดปัญหาที่สาเหตุ

ของปัญหา และมองเห็นปัญหาวินัยในสังคมไทยว่า เกิดจากทุกคน

ในสังคม หากจะแก้ปัญหาวินัย จะต้องสนับสนุนให้แต่ละคนพัฒนา

ศักยภาพด้านการเรียนและการทำงานเพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเอง

และสังคม

4.1.3 การเน้นทัศนคติที่ดีต่อการสร้างสรรค์สังคม โดยอยู่บนพื้นฐานของความรัก ความเห็นใจ ความช่วยเหลือ ความเสียสละ ความความเอื้ออาทรและความร่วมมือ

4.1.4 การเน้นทัศนคติที่ดีต่อการมุ่งอนาคตและควบคุมตน และให้แนวทางในการศึกษากระบวนการแก้ปัญหาโดยสามารถควบคุมตนเองด้วยเหตุผลและอุบายเพื่อสามารถเอาชนะใจตนเองได้

สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่ต้องอาศัยความพากเพียรได้สำเร็จ

รูปแบบการเสริมสร้างวินัยในตนเองมีโครงสร้างกิจกรรมดังนี้

แนวทางส่งเสริม	กิจกรรม
1. สร้างความคุ้นเคย	กิจกรรมที่ 1 : รื่นริงยินดี
2. สร้างทัศนคติที่ดีต่อวินัยในตนเอง	กิจกรรมที่ 2 : วินัยแห่งตน กิจกรรมที่ 3 : พลังแห่งวินัย
3. เรียนรู้อารมณ์และความรู้สึก	กิจกรรมที่ 4 : ร่วมสร้างพลังจิต กิจกรรมที่ 5 : ศักยภาพที่สร้างสรรค์
4. สร้างทัศนคติที่ดีต่อการเอื้ออาทร	กิจกรรมที่ 6 : มิตรที่แสนดี
5. สร้างทัศนคติที่ดีต่อความร่วมมือ	กิจกรรมที่ 7 : สร้างสรรค์สังคม กิจกรรมที่ 8 : ใฝ่ความดีงาม
6. สร้างทัศนคติที่ดีต่อการมองอนาคต	กิจกรรมที่ 9 : อนาคตเป็นของเรา
7. สร้างทัศนคติที่ดีต่อการควบคุมตน	กิจกรรมที่ 10 : ก้าวสู่ความสำเร็จ
8. พัฒนาตนเองและสังคม	กิจกรรมที่ 11 : สร้างสรรค์สังคม กิจกรรมที่ 12 : พัฒนาตนอย่างมีคุณภาพ

4.2 การฝึกฝนหลังการประชุมเชิงปฏิบัติการ มี 4 แบบ ได้แก่

4.2.1 การฝึกฝนวินัยในตนเองแบบ "กัลยาณมิตร" เป็นรูปแบบการ

4.2.2 พัฒนาตนเพื่อให้สามารถควบคุมการกระทำของตนเองด้วยการ

มาร่วมรับรู้ในขั้นตอนการแก้ปัญหาของตน เพื่อให้บุคคลที่ตนรัก และศรัทธามาเป็นขวัญและกำลังใจ ซึ่งเป็นอุปบายในการควบคุมดูแลตนเอง (self-monitoring) ที่มีประสิทธิภาพในบริบทสังคมไทย หลังจากมีความมั่นคงในระดับหนึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมตนเองให้เป็นไป ได้ตามที่ตั้งใจ (ทิตินา เขมมณี. มบบ. : 1-8)

- 4.2.2 การฝึกฝนวินัยในตนเองแบบ "สร้างสรรค์สังคม" เป็นการสร้างจิตสำนึกต่อสังคม การลงมือและการได้รับประสบการณ์ตรง ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาศักยภาพของตนเองเพื่อสังคม โดยผ่านโครงการพัฒนาสังคม ที่ฝึกฝนการวางแผน การปฏิบัติตามแผน และการทบทวนประเมินผลการทำงาน ซึ่งจะช่วยให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ (Lickona. 1991 : 60-62) ซึ่งรวมถึงวินัยในตนเอง อันเป็นการกระทำเพื่อประโยชน์สุขของส่วนรวม
- 4.2.3 การฝึกฝนวินัยในตนเองแบบ "ตนเองเตือนตน" เป็นการสำรวจตนเองและปรับปรุงแก้ไขปัญหาของตนเองโดยการเขียนบันทึก และติดตามประเมินผลตนเองอยู่เสมอ ซึ่งช่วยให้เกิดการเตือนตนและพัฒนาความสามารถในการเขียน การคิด วิเคราะห์ สังเคราะห์ และช่วยขยายความคิดให้กว้างไกลการเขียนบันทึก ซึ่งเป็นกลวิธีในการพัฒนาตนเองในการควบคุมตนเอง และสามารถบังเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้
- 4.2.4 การฝึกฝนวินัยในตนเองแบบ "พัฒนาตนโดยอิสระ" เป็นการฝึกฝนและควบคุมตนเองโดยใช้วิธีการที่สนใจ และคิดว่าจะสามารถช่วยพัฒนาตนเองได้

รูปแบบกิจกรรมการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองมีโครงสร้างดังนี้

แนวการส่งเสริม	กิจกรรม
1. ขั้นสำรวจปัญหา	กิจกรรมวิเคราะห์ปัญหา
2. ขั้นวางแผน	กิจกรรมวางแผนแก้ปัญหา การพัฒนาตนแบบคู้สัญญา การพัฒนาตนแบบสร้างสรรค์สังคม การพัฒนาตนแบบตนเอง การพัฒนาตนแบบอิสระ
3. ขั้นวิเคราะห์การวางแผน	กิจกรรมสำรวจการปฏิบัติตามแผนระยะแรก
4. ขั้นปรับปรุงและพัฒนาตนเอง	กิจกรรมปฏิบัติตามแผน
5. ขั้นประเมินตนเอง	กิจกรรมสำรวจและประเมินตนเองในกลุ่มย่อย

ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง

- ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับวินัยของคนในชาติ แนวคิด หลักการ และทฤษฎีสากลที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง การทดสอบและแบบทดสอบเกี่ยวกับวินัยในตนเอง
- ศึกษาความจำเป็นในการฝึกอบรม (training needs) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาแบบทดสอบและกำหนดความมุ่งหมายของการสร้างรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
- พัฒนาแบบทดสอบต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง และหาค่าความเที่ยงตรงและค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ
- ศึกษาปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อวินัยในตนเอง เพื่อกำหนดรูปแบบการสร้างเสริม รูปแบบการเสริมสร้างวินัยในตนเอง
- พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง 2 ขั้นตอน ดังนี้
 - การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาวินัยในตนเองใน "โครงการพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้และการทำงาน" โดยการเข้าค่าย 2 วัน 1 คืน
 - การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง โดยการประชุมแต่ละกลุ่ม โดยใช้เวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง ในระยะต้นของการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตน 4 รูปแบบ สำหรับการฝึกฝนระยะเวลา 5 เดือน

6. ดำเนินการทดลอง ดังนี้

6.1 ทดสอบก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

6.2 ทดลองระยะที่ 1 คือ การอบรมเชิงปฏิบัติการแบบเข้าค่าย

6.3 ทดสอบหลังการทดลอง ในกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม

6.4 ทดลองระยะที่ 2 เป็นการฝึกเพื่อการพัฒนาตนเอง ในระยะเวลา 5 เดือน

6.5 ทดสอบหลังการทดลองระยะที่ 2

7. วิเคราะห์ข้อมูล

8. ปรับปรุงรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

9. สรุปเขียนรายงานการวิจัย

10. ประชุมระดมความคิดจากผู้ทรงคุณวุฒิจากสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาและหน่วยงานที่สนใจเพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

11. พัฒนาและเขียนรายงานการวิจัย เพื่อพิมพ์เผยแพร่

12. เผยแพร่ผลการวิจัยแก่สถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาและหน่วยงานที่สนใจ

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. ค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. t-test ชนิด Independent Group

3. Two-way ANOVA

4. Pearson correlation coefficient

5. One-way ANOVA

6. ANCOVA

7. MANOVA

8. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของ Newman Keuls

9. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของ Scheffe

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบทดลองภาคสนาม (field experimental research) ที่มีความมุ่งหมายเพื่อพัฒนาและศึกษาประสิทธิภาพของรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองด้วยกระบวนการอบรมเชิงปฏิบัติการ และการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง ที่มีต่อคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วยข้อมูลเชิงบรรยายและข้อมูลเชิงปริมาณ ดังนี้

ข้อมูลเชิงบรรยาย

การออกแบบในการทดลอง

1. กลุ่มตัวอย่างและแบบแผนการทดลอง

การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง เป็นการสร้างรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับนิสิตระดับอุดมศึกษา ซึ่งติดตามด้วยการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ภายหลังจากการอบรม เพื่อเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาวินัยในตนเอง การทดลองเริ่มต้นในปลายภาคเรียนที่สองของ ปีการศึกษา 2540 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง คือ นิสิตปริญญาตรีสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ชั้นปีที่ 3 คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำนวน 76 คน ซึ่งได้มาแบบจากการสุ่มอย่างเจาะจง และทำการควบคุมตัวแปรเพื่อแบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 4 กลุ่ม ให้มีการมุ่งอนาคตและควบคุมตนทัดเทียมกัน

ในการทดลองครั้งนี้ต้องอาศัยกลุ่มควบคุมซึ่งเป็นนิสิตที่อยู่นอกคณะพลศึกษา คือ นิสิตสาขาวิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ ชั้นปีที่ 3 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเนื่องจากมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มทดลองมากกว่านิสิตวิชาเอกอื่นๆของคณะพลศึกษา

การที่ใช้กลุ่มตัวอย่างต่างกลุ่มเพราะกลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่ม อยู่ระหว่างการเรียนวิชา ปรัชญาสุศึกษา ซึ่งมีเนื้อหาสาระที่สอดคล้องกับสาระของชุดฝึกอบรม นอกจากนี้ การเข้าร่วมการประชุมเชิงปฏิบัติการครั้งนี้ นับว่าเป็นการฝึกงานเพื่อพัฒนาตนเองใน "โครงการพัฒนาศักยภาพในการเรียนและการทำงาน" จึงไม่เป็นธรรมดาที่นิสิตบางคนจะไม่ได้รับประสบการณ์หลักจากการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

การทดลองที่จัดขึ้นในปลายภาคเรียนทำให้ผู้วิจัยที่จะใช้เวลาในการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการเกินกว่า 2 วัน ดังนั้น การอบรมเชิงปฏิบัติการซึ่งต้องใช้เวลา 20 - 24 ชั่วโมงซึ่งใช้เวลา 4 วัน จึงต้องปรับเป็นการอบรมเชิงปฏิบัติการเข้าค่ายแบบเข้มระหว่างวันที่ 24-26 มกราคม 2541 เป็นเวลา 2 วัน 1 คืน โดยใช้เวลา 16 - 18 ชั่วโมง เพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์และประหยัด หากใช้ได้ผลก็จะเป็นรูปแบบที่มีประสิทธิผล

การทดลองดูเหมือนจะเริ่มต้นด้วยความจำกัดของสถานการณ์ในการทดลองและกำหนดกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งช่วงเวลาในการทดลอง ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองและวินัยในตนเองให้มีประสิทธิภาพ เมื่อพิจารณาว่าการทดลองเชิงสังคมมักมีความจำกัดกว่าการทดลองทั่วไป กล่าวคือ ยากที่จะจัดกระทำ (manipulate) หรือ ควบคุมสถานการณ์อย่างเต็มที่ แต่การทดลองดังกล่าวก็ยากที่จะนำไปใช้ในชีวิตจริงซึ่งเปิดกว้าง ยากที่จะควบคุมให้เหมือนการทดลองจริงได้ ดังนั้น การการศึกษาตามสภาพที่คล้ายความเป็นจริงซึ่งเป็นสถานการณ์มีความจำกัดในครั้งนี้น่าจะเป็นประโยชน์ในการนำข้อค้นพบจากการวิจัยไปใช้ในชีวิตจริงได้ดี เช่น ความสัมพันธ์และอิทธิพลของปัจจัยต่างๆที่มีต่อการเสริมสร้างวินัยในตนเอง ซึ่งมีคุณค่าในการนำไปปรับปรุงและพัฒนาารูปแบบสร้างเสริมวินัยในตนเองให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น และสามารถนำไปใช้ในสถานการณ์ที่เปิดกว้างในอนาคตได้ดี

2. รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง การสร้างเสริมวินัยในตนเองเป็นกระบวนการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์เพื่อการการแก้ปัญหาวินัย ซึ่งเป็นปัญหาระดับชาติ เป็นปัญหาที่ยากจะให้ได้ผลอย่างเด่นชัด เพราะขึ้นอยู่กับภูมิหลังและสถานการณ์ที่แต่ละบุคคลเผชิญ ในปัจจุบัน รูปแบบการพัฒนาวินัยที่มีประสิทธิภาพจึงเปรียบเสมือนอุดมการณ์อันสูงส่งที่ยากจะบังเกิดผลได้จริง โดยเฉพาะในนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา

ในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง มีพื้นฐานมาจากการหาความจำเป็นในการฝึกอบรม (training needs) ของนิสิตปริญญาตรีจำนวน 90 คน เพื่อนำมากำหนดความมุ่งหมายและกิจกรรมการอบรม รวมทั้งการพัฒนาแบบทดสอบ และรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้

1. การอบรมเชิงปฏิบัติการ เป็นการให้ความรู้ความเข้าใจ สร้างทัศนคติ และแนวการปฏิบัติด้วยกระบวนการสร้างทัศนคติ กระบวนการค่านิยม การแก้ปัญหาและกลุ่มสัมพันธ์
2. การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง เป็นการฝึกฝนที่ต่อเนื่องสัมพันธ์กับการ

อบรมเชิงปฏิบัติการ ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 รูปแบบ 4 กลุ่ม คือ การพัฒนาตนเองแบบกิจกรรม สังคม การพัฒนาตนเองแบบคู่สัญญา และการพัฒนาตนเองแบบเดือนตน และการพัฒนาตนเองแบบอิสระ นอกจากนี้ ยังมีการส่งเสริมให้สังเกตตนเองและประเมินตนเอง เป็นระยะๆ เดือนละ 1-2 ครั้ง เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนประเมินและค้นพบด้วยตนเองเป็น สำคัญ

ในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง นอกจากมีการประชุมผู้ เชี่ยวชาญเพื่อปรับปรุงเครื่องมือแล้ว ยังมีการหาประสิทธิภาพของเครื่องมือโดยการนำชุด อบรมไปทดลองใช้ในการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อการสร้างเสริมวินัยในตนเองสำหรับนิสิต ระดับปริญญาตรี และศึกษาผลที่ได้รับจากการนำรูปแบบการพัฒนาวินัยในตนเองไปใช้ ในสถานการณ์ที่เปิดกว้าง แล้วนำข้อมูลเชิงปริมาณและข้อมูลเชิงคุณภาพมาพิจารณา ร่วมกัน เพื่อปรับปรุงรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

การวิจัยครั้งนี้จึงเป็นความพยายามที่จะพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตน เอง โดยมุ่งหมายที่จะค้นหาแนวทางในการช่วยให้นิสิตนักศึกษาได้รับประสบการณ์การ พัฒนาตนเอง ซึ่งจะเป็นหนทางไปสู่การพัฒนาวินัยในตนเอง เพื่อให้เป็นส่วนหนึ่งของการ แก้ปัญหาที่เป็นปัญหาวิกฤตของชาติ และเตรียมนิสิตให้มีศักยภาพในการเรียนและการทำงานอย่างเต็มที่ต่อไป

ผลของการทดลอง

1. ขั้นตอนการทดลอง ระยะที่ 1

ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ : ทำการทดสอบก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ และนำคะแนน จากแบบทดสอบการมุ่งอนาคตและควบคุมตนมาเป็นตัวแปรควบคุม เพื่อกำหนดกลุ่ม ทดลอง 4 กลุ่ม ให้มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนทัดเทียมกัน เนื่องจากการมุ่ง อนาคตและควบคุมตนเป็นตัวแปรสำคัญในการทำนายพฤติกรรมวินัย (ลัดดาวัลย์ . 2539: 104)อาจารย์ประจำวิชาและผู้วิจัยได้ทำการปฐมนิเทศเกี่ยวกับการเข้าร่วมโครงการ นิสิต ส่วนมากให้ความสนใจกับการเข้าค่าย แม้ว่าจะมีความกังวลกับการสอบปลายภาค

โครงการนี้ใช้ชื่อว่า “โครงการพัฒนาศักยภาพการเรียนและการทำงาน” โดยไม่ เน้น“วินัยในตนเอง” ทั้งนี้เพื่อให้สอดคล้องกับความสนใจของนิสิตและสาระของวิชาที่เรียน เหตุผลที่สำคัญอีกประการคือ เป็นการลดอคติ (bias) ในทางบวกหรือทางลบที่อาจเกิดขึ้น กับคำว่า “วินัยในตนเอง”

ช่วงการอบรมเชิงปฏิบัติการ : การอบรมเชิงปฏิบัติการจัดขึ้นที่ ณ ฟาว์นเทนทรี รีสอร์ท อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา ระหว่าง วันที่ 24-26 มกราคม 2541 เป็นการอบรมเชิงปฏิบัติการเข้าค่ายแบบเข้ม ใช้เวลา 2 วัน และ 1 คืน (ดูรายละเอียดจากตารางการอบรมในภาคผนวก ค)

หลังจากตัดสินใจเข้าร่วมในโครงการ นิสิตจำนวนไม่น้อยกังวลกับภาระในช่วงใกล้สอบซึ่งอาจมีผลต่อทัศนคติในทางลบต่อการเข้าร่วมโครงการ ดังการประเมินการเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ บางคนรายงานว่าเมื่อพบธรรมชาติที่งดงามและสดชื่นช่วยให้มีความรู้สึกที่ดีต่อการเข้าค่ายมากขึ้น ในการแบ่งกลุ่ม เป็น 4 กลุ่ม ที่กำหนดขึ้นโดยการควบคุมตัวแปร พบว่าในระยะแรกนิสิตบางคนแสดงความไม่พอใจที่ต้องแยกกลุ่มจากเพื่อนสนิท หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆที่มีช่วงสั้นๆและหลากหลาย ได้มีโอกาสพบปะและได้แสดงความคิดเห็นร่วมกัน นิสิตส่วนใหญ่พอใจในการเข้าร่วมกิจกรรม ดังข้อสรุปจากการประเมินการอบรมเชิงปฏิบัติการดังต่อไปนี้

การจัดอบรมเชิงปฏิบัติการโดยทั่วไป : ประมาณร้อยละ 20 รายงานว่า เป็นการใช้เวลาที่มีประโยชน์ได้รับผลคุ้มค่า ได้ผ่อนคลายความเครียด และรู้สึกขอบคุณวิทยากร ประมาณร้อยละ 15 รายงานว่า ได้พักผ่อนและสนุกร่วมกับเพื่อน มีคุณค่ามาก และ ควรจัดกิจกรรมเช่นนี้อีก นอกนั้นรายงานว่าเป็นการอบรมที่ค่อนข้างหนัก สนุกเพราะมีกิจกรรมให้แลกเปลี่ยนทัศนะ ได้เปลี่ยนบรรยากาศ “ปรัชญาแห่งความสำเร็จ” ทำให้มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต เพลงทำให้มีความมุ่งมั่นที่จะฝ่าฟันอุปสรรคให้สำเร็จ การบริหารสมอง (Brain Gym) มีคุณค่าต่อการออกกำลังกายและคลายเครียด

ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง : นิสิต ประมาณ ร้อยละ 25 รายงานว่าการอบรมทำให้กล้าในการแสดงออกมากขึ้น นอกจากนั้นกล่าวว่า มีความเชื่อมั่นในตนเองดีขึ้น รู้จักตนเองและเข้าใจตนเองดีขึ้น ได้ฝึกคิดอย่างสร้างสรรค์ เชื่อมั่นว่าคนเราคิดได้ไม่มีที่สิ้นสุด สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดีขึ้น ได้เพิ่มความรู้และฝึกการใช้ปฏิสัมพันธ์ที่สร้างพลังใจต่อกัน (ด้วยสายตา วาจาและสัมผัส)

มากขึ้นด้านความเอื้ออาทรซึ่งสัมพันธ์กับการสร้างสรรค์สังคม (prosocial) : ร้อยละ 25 รายงานว่ามีเพื่อนใหม่เพิ่มขึ้น ร้อยละ 20 รายงานว่า รู้จักกระบวนการในการทำงานร่วมกัน และสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ ร้อยละ 15 รายงานว่า ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นมากขึ้น ได้ฝึกการทำงานกลุ่ม นอกจากนั้นรายงานว่า ตระหนักในความสำคัญของความช่วยเหลือ ให้ความช่วยเหลือกัน แสดงความมีน้ำใจต่อกัน มีความเป็นกัลยาณมิตร

ชาวซึ่งในความสำเร็จของความสามัคคี สร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนๆ ฝึกความเป็นผู้นำ และผู้ตาม

ด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย : ด้านความมีเหตุผล ร้อยละ 15 รายงานว่าฝึกความมีเหตุผลมากขึ้น มีกระบวนการในการมองปัญหาอย่างเป็นระบบและแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ มีผู้รายงานว่า สามารถวิเคราะห์ปัญหา เห็นความสำคัญของการมองสาเหตุของปัญหาให้ชัดเจน มีความรอบคอบในการคิดมากขึ้น เข้าถึงแนวคิดว่า การพัฒนาต้องเริ่มต้นที่ตนเอง เห็นคุณค่าในความคิดของแต่ละคน เห็นความสำคัญของคุณค่าความคิดเห็นของส่วนรวม

ด้านการมุ่งอนาคตและควบคุมตน : ร้อยละ 33 รายงานว่า พบข้อคิด/หลัก/ปรัชญาในการดำเนินชีวิต ร้อยละ 15 รายงานว่า สามารถนำหลักไปใช้ในการควบคุมตน มีแรงบันดาลใจ/มีความมุ่งหวังที่จะฝึกฝนปรับปรุงและพัฒนาตนเองและสังคม รู้จักกำหนดเป้าหมายในการดำเนินชีวิต และวางแผน นอกจากนี้รายงานว่า สามารถให้รางวัลและลงโทษตนเอง เห็นความสำคัญของการใช้เวลาอย่างมีคุณค่า นำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการเรียน

ช่วงท้ายของการอบรมเชิงปฏิบัติการ เป็นการเข้ากลุ่ม 4 กลุ่ม ตามที่ได้กำหนดไว้ เพื่อให้มีคุณลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนอย่างทัดเทียมกันตั้งแต่เริ่มการประชุมเชิงปฏิบัติการ เพื่อศึกษาผลของการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม 4 รูปแบบ โดยเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม กิจกรรมนี้ เป็นกิจกรรมเตรียมการเข้ากลุ่มการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองโดยเลือกปัญหาที่สนใจและเหมาะสม สามารถนำมาฝึกแก้ปัญหาด้วยการฝึกฝนตนเองหรือควบคุมตนเอง โดยให้สมาชิกแต่ละกลุ่มทำการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองตามที่ได้รับมอบหมาย เช่น กิจกรรมสังคม กิจกรรมคู่สัญญา กิจกรรมเตือนตน (เขียนบันทึก) หรือกิจกรรมอิสระ นิสิตหลายคนแสดงความกังวลกับการเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว อาจเนื่องจากการควบคุมตนเพื่อแก้ปัญหาหรือพัฒนาตนเองเป็นเรื่องที่ยากและต้องฝึกความรู้สึก และต้องใช้เวลาในการฝึกฝนตลอดเวลาปิดภาคเรียนจนถึงเปิดภาคเรียนปีการศึกษา 2541 รวมเวลาทั้งสิ้น 5 เดือน อาจารย์ผู้สอนรายงานว่านิสิตรุ่นนี้สนิทสนมและผูกพันกันมาก การทำกิจกรรมที่ต่อเนื่องและยาวนานตามลำพังและแตกต่างกันไปจากเพื่อนสนิทอาจทำให้นิสิตบางคนไม่สบายใจ ซึ่งจะมีผลต่อการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองในเวลาต่อมา ดังนั้น การนำกิจกรรมเพื่อเตรียมการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง กิจกรรมที่เชื่อมโยงระหว่างการอบรมเชิงปฏิบัติการกับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองมา

ส่งท้ายการอบรมจึงกลายเป็นปมปัญหาที่มีผลต่อการทดสอบหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ และทัศนคติต่อการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองในเวลาต่อมา

2. ขั้นตอนการทดลองระยะที่ 2

การทดลองระยะที่ 2 เป็นการเตรียมการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง โดยการเตรียมผู้เรียนด้วยกิจกรรมที่สร้างความรู้ความเข้าใจ และเกิดความมั่นใจในกระบวนการพัฒนาตนเอง หรือกลุ่ม โดยใช้เวลาสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1-2 ชั่วโมง รวม 4 สัปดาห์

การฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองจัดขึ้นระยะใกล้สอบปลายภาค และเป็นการฝึกฝนระยะยาวตลอดปิดภาคเรียน อีกทั้งนิสิตไม่มีโอกาสเลือกกิจกรรมการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองความที่ตนสนใจ เนื่องจากเงื่อนไขของการควบคุมตัวแปร จึงเป็นปัญหาหนึ่งที่น่าจะมีผลต่อความรู้สึก และน่าจะมีผลต่อทัศนคติในการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองและผลของการทดลอง อย่างไรก็ตามทุกสิ่งที่เกิดขึ้นล้วนนำไปสู่ข้อค้นพบและการเรียนรู้ที่จะเป็นประโยชน์ในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองต่อไป

การประเมินเชิงคุณภาพจากการเขียนประเมินแบบปลายเปิด การสนทนากลุ่มย่อย และการสัมภาษณ์นิสิตและอาจารย์ผู้สอน สรุปได้ดังนี้

1. การพัฒนาตนเองแบบกิจกรรมสังคม “การสร้างสรรค์สังคม” :

ในด้านกระบวนการ ค่อนข้างยากในการเตรียมวางแผนให้ปฏิบัติได้จริง และยากในการรวมตัวกันเพื่อทำงานร่วมกัน โดยเฉพาะการทำกิจกรรมซึ่งอาศัยความร่วมมือจากคณะต่างๆไม่สามารถทำกิจกรรมในปลายภาค ไปทำในต้นปีการศึกษาต่อไป จึงต้องเลื่อนการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์สังคมเป็นต้นภาคเรียน ซึ่งทำให้ความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมลดลง

ในด้านการนำไปใช้ พบว่าได้ฝึกประสบการณ์ในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ฝึกปรับตัวเข้ากับผู้อื่น รู้จักคิด รู้จักวางแผน แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี มีความกล้าในการแสดงความคิดเห็น กล้ากระทำการสิ่งที่ติงาม ได้คุ้นเคยกับเพื่อนใหม่ เข้าใจสภาพแวดล้อมดีขึ้น มีวินัยในตนเองมากขึ้น มีความกระตือรือร้นที่จะทำกิจกรรมเพื่อสังคมมากขึ้น มีจิตสำนึกที่ดีต่อชุมชน มีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม รู้คุณค่าของชีวิต มีคุณภาพมากขึ้น

ข้อคิดจากการทำกิจกรรมคือ กิจกรรมที่สมควรเป็นส่วนหนึ่งของการเรียน หรืออยู่ในช่วงการอบรมเชิงปฏิบัติการจะสะดวกขึ้น ถ้าจะทำโครงการที่มีขนาดเล็กจะประหยัดเวลาและไม่ต้องสิ้นเปลืองมาก และการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมควรเป็นการอาสาสมัคร

2. การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบคู่สัญญา

ในด้านกระบวนการค่อนข้างยากในการเริ่มต้นเลือกปัญหา และไปหาคู่สัญญา

เพราะยากที่จะอธิบายได้ชัดเจน เอกสารเสริมจากวิทยากรช่วยให้การสื่อความหมายง่ายขึ้นและเข้าใจกระบวนการคู่สัญญาดีขึ้น

ในด้านการนำไปใช้ พบว่ามีการปรับปรุงตนเอง เริ่มต้นการพัฒนาตน รู้จักรักษาสัญญา มีความรับผิดชอบในสัญญา มีความอดทน พยายามทำสิ่งที่ตั้งใจให้สำเร็จ ตั้งใจเรียนมากขึ้น ชื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น สามารถวางแผนและทำตามแผน อดทนที่จะไม่ซื้อของฟุ่มเฟือย พยายามประหยัด มีการวางแผนการใช้เงินแต่ละเดือน สามารถสะสมเงินไว้ใช้ มีเงินเก็บทุกเดือน

ข้อคิดที่ได้รับ กลุ่มเสนอว่าควรจัดกิจกรรมแบบนี้อีก ช่วยให้แก้ปัญหาที่ทำได้ เพราะไม่เข้มแข็งพอ ปรับปรุงตนเองดีขึ้น มีระเบียบวินัย มีจุดมุ่งหมายที่จะปฏิบัติอย่างแน่วแน่ มีความมั่นใจในตนเอง ผลการเรียนรู้ดีขึ้น ทำให้เห็นคุณค่าของการมีคู่สัญญาหรือคู่คิด

3. การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบเดือนตน :

ในด้านกระบวนการเขียนบันทึกส่วนตัวเป็นสิ่งที่ง่ายในขั้นเริ่มต้น แต่ยากในช่วงกลาง โดยเฉพาะระหว่างปิดภาคเรียน เพราะความกระตือรือร้นลดลงทำให้การสังเกตและการบันทึกลดลง และพบว่าความไม่สม่ำเสมอในการเขียนบันทึกมีผลต่อการพัฒนาตนเอง.นด้านการ

เสมอ ขึ้น การบันทึกช่วยเตือนความทรงจำ เตือนตนเองให้ทำสิ่งที่ดีเพื่อทำให้เกิดการพัฒนาตนเองมากขึ้น ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มากขึ้น ตรงเวลาและรับผิดชอบต่อหน้าที่มากขึ้น ทำงานอย่างมีแบบมีแผน รู้จักแก้ปัญหาและทำงานได้ตามเวลาที่กำหนดไว้ ค้นพบว่าตนเองมีความฟุ่มเฟือย รู้คุณค่าของเงิน สามารถควบคุมการใช้เงินให้เกิดประโยชน์ ควบคุมการใช้เวลาและการใช้เงินดีขึ้น

ข้อคิดที่ได้รับ ต้องปรับปรุงตนเองในด้านการแบ่งเวลา ทำงานที่ได้รับมอบหมายแต่เนิ่นๆ ควรส่งบันทึกให้ผู้อื่นอ่าน ควรส่งเสริมให้ทำกิจกรรมเขียนบันทึกต่อไป

4. การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบอิสระ :

กระบวนการค่อนข้างยาก เพราะต้องคิดและเริ่มต้นด้วยตนเองโดยใช้ความรู้จากการอบรมเชิงปฏิบัติการแบบใดก็ได้โดยไม่ต้องให้ใครมอบหมาย

ในด้านการนำไปใช้ มีการรายงานว่าได้ฝึกความเป็นตัวของตัวเอง ทำในสิ่งที่ตนต้องการตามความพอใจ ได้ปรับปรุงตนเอง ยอมรับความคิดเห็นและการกระทำของผู้อื่นมากขึ้น มีความคิดสร้างสรรค์มากขึ้น พัฒนาด้านความประพฤติ พัฒนาตนเองดีขึ้นภูมิใจที่ได้ปรับปรุงตนเองและมีความมั่นใจในการพัฒนาตน

ข้อคิดที่ได้รับ การพัฒนาตนเองอย่างอิสระมีข้อดีในด้านความรู้สึกอิสระและความสบายใจที่ไม่ต้องถูกกำหนดให้ทำตามคำสั่ง สามารถเลือกวิธีการที่หลากหลายในการพัฒนาตน ควรเป็นผู้ที่สามารถให้คำปรึกษาแก่นิสิตในยามที่บางคนต้องการคำแนะนำบ้าง บางครั้งขาดความมั่นใจในการพัฒนาตนตามลำพัง ควรส่งเสริมให้มีการพัฒนาตนเช่นนี้ต่อไป

ข้อมูลเชิงปริมาณ

ผลของการทดลอง

ตอนที่ 1 ข้อมูลการควบคุมตัวแปร

ตาราง 1 เปรียบเทียบการมุ่งอนาคตและควบคุมตนก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเอง ของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	ขนาด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	(n)	(M)	(SD)
กลุ่มกิจกรรมสังคม	15	39.000	5.319
กลุ่มคู่สัญญา	15	38.333	5.802
กลุ่มตนเองเตือนตน	16	37.600	5.853
กลุ่มอิสระ	13	39.154	7.415
กลุ่มควบคุม	17	39.706	6.233

จากการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 1 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมุ่งอนาคตและควบคุมตนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยระหว่าง 37.600 และ 39.706 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานระหว่าง 5.316 และ 7.415 และเพื่อให้แน่ใจว่าค่าเฉลี่ยในตาราง 1 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญหรือไม่ จึงได้นำไปทดสอบโดยใช้ F - test ผลปรากฏดังในตาราง 2

ตาราง 2 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการมุ่งอนาคตและควบคุมตน ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อเสริมสร้างวินัยในตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง	องศาอิสระ	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง	ค่าเอฟ	ระดับนัยสำคัญ
	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	40.992	4	10.248	.273	.894
ภายในกลุ่ม	2628.155	70	37.545		
รวม	2669.147	74			

ผลจากตาราง 2 พบว่าไม่ปรากฏความแตกต่างของคะแนนการมุ่งอนาคตและควบคุมตน ของกลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่ม และควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าการมุ่งอนาคตและควบคุมตนของทุกกลุ่มมีความทัดเทียมกัน ซึ่งเป็นไปตามความมุ่งหมายของการควบคุมตัวแปรการมุ่งอนาคตและควบคุมตน

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดสอบสมมติฐาน

1. ประสบการณ์ การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านมากและน้อย

ตาราง 3 การเปรียบเทียบคุณลักษณะวินัยในตนเองของกลุ่มที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านมาก และได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านน้อย

คุณลักษณะวินัยในตนเอง	ระดับการปลูกฝังวินัย	จำนวน (N)	ค่าเฉลี่ย (M)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)	ค่า t-value	ระดับนัยสำคัญ p-value
ความเชื่ออาทร	มาก	19	151.579	16.724	3.739	.001**
	น้อย	15	130.333	16.096		
ความเชื่ออาทรตามปทัสฐานของสังคม	มาก	19	50.132	5.570	4.093	.000**
	น้อย	15	42.533	5.927		
ความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของตนเอง	มาก	20	50.600	5.968	3.592	.001**
	น้อย	15	43.533	5.462		
ความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่น	มาก	20	49.750	7.129	2.502	.017*
	น้อย	15	44.267	5.298		
ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย	มาก	38	38.974	3.106	2.950	.004**
	น้อย	36	36.611	3.766		
การเคารพสิทธิ	มาก	38	16.553	1.764	3.106	.003**
	น้อย	36	15.250	1.811		
การทำตามกฎระเบียบ	มาก	38	10.816	1.249	.675	.502
	น้อย	37	10.611	1.358		
ความมีเหตุผล	มาก	38	11.605	1.619	2.905	.005**
	น้อย	37	10.838	1.501		
ความเชื่อมั่นในตนเอง	มาก	37	40.054	6.803	2.352	.021*
	น้อย	37	36.508	5.919		
การพึ่งตนเอง	มาก	38	12.447	2.251	1.286	.202
	น้อย	37	11.811	2.025		
ความสามารถในการแสดงออก	มาก	38	13.579	2.806	1.767	.081
	น้อย	37	12.541	2.243		
ความเป็นตัวของตัวเอง	มาก	37	14.000	2.779	2.905	.005**
	น้อย	37	12.216	2.496		

* มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ** มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

จากตาราง 3 แสดงถึงการเปรียบเทียบคุณลักษณะวินัยในตนเองของนิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยทางบ้านมากและได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยทางบ้านน้อย พบว่านิสิตกลุ่มที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านมากมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตกลุ่มที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ ความเชื่ออาทรโดยรวม 3.739 ความเชื่ออาทรตามปทัสฐานทางสังคม 4.093 ความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของตนเอง 3.592 ทักษะคิดต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย 2.502 ความเป็นตัวของตัวเอง ความมีเหตุผล 2.905 ความเป็นตัวของตัวเอง 2.905

จะเห็นได้ว่า นิสิตได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านมากมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงอย่างเด่นชัด 9 ใน 12

2. การสร้างเสริมวินัยในตนเองร่วมกับลักษณะทางชีวสังคมที่มีผลต่อคุณลักษณะวินัยในตนเอง

ตาราง 4 การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง เมื่อพิจารณาคุณลักษณะของวินัยในตนเอง เป็นตัวแปรตามกับรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการและลักษณะทางชีวสังคม

คุณลักษณะวินัยในตนเอง	Group* การปลูกฝังวินัยที่บ้าน	Group* เพศ	Group* รายได้ของพ่อแม่	Group* การศึกษาของพ่อแม่	Group* หลังการฝึกฝน
ความเอื้ออาทรโดยรวม	2.320	.839	.556	.600	
ความเอื้ออาทรตามพื้นฐานทางสังคม	3.152*	1.009	.849	.547	ปลูกฝังวินัยที่บ้าน 6.861*
ความเอื้ออาทรตามเกณฑ์ของตนเอง	13.530**	.901	.448	.704	ปลูกฝังวินัยที่บ้าน 5.313*
ความเอื้ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่น	4.449	.608	.704	.547	
ทัศนคติต่อบุคคลสภาพประชาธิปไตย	5.778**	4.257*	2.241	3.147*	รายได้ของพ่อแม่ 4.234*
เคารพสิทธิของผู้อื่น	5.216*	2.638*	1.570	1.176	
ปฏิบัติตามข้อตกลง	2.841**	2.295	1.102	1.887	การศึกษาของพ่อแม่ 3.441*
ความมีเหตุผล	4.910**	3.894**	4.544*	2.822*	การศึกษาของพ่อแม่ 4.165**
ความเชื่อมั่นในตนเอง	4.169*	1.401	2.469	.986	
การพึ่งตนเอง	.450	1.434	1.412	13.449*	
ความสามารถในการแสดงออก	3.390*	2.354	1.557	2.279	
ความเป็นตัวของตัวเอง	8.250**	.726	1.606	1.952	รายได้ของพ่อแม่ 2.828*

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 4 แสดงคุณลักษณะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองซึ่งเป็นตัวแปรอิสระ ว่ามีการผันแปรไปตามรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านและลักษณะทางชีวสังคมหลายด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความแปรปรวนของทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ความมีเหตุผล ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของสังคม ความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเอง ได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความแปรปรวนของการเคารพสิทธิ การปฏิบัติตามข้อตกลงกฎระเบียบ ความเชื่อมั่นในตนเองและ ความสามารถในการแสดงออก ล้วนได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ พบว่า ความแปรปรวนของทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับการศึกษาของผู้ปกครองซึ่งมีผลต่อความมีเหตุผล และการพึ่งตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อนึ่ง เพศของนิสิตร่วมกับรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการมีผลต่อความมีเหตุผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีผลต่อทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย และการเคารพสิทธิอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ในด้านรายได้ของผู้ปกครอง พบว่าความแปรปรวนของทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยความได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับรายได้ของผู้ปกครองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีอิทธิพลต่อความมีเหตุผลและความเป็นตัวของตัวเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการซึ่งมีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองเป็นเวลา 5 เดือน พบว่าการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองร่วมกับการศึกษาของผู้ปกครองมีผลต่อความมีเหตุผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีผลต่อการปฏิบัติตามข้อตกลงกฎระเบียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 นอกจากนี้พบว่า การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองร่วมกับรายได้ของผู้ปกครองมีผลต่อทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยและความเป็นตัวของตัวเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

นอกจากนี้ ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเองและความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของสังคม ได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการ

พัฒนาตนเองร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากที่บ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้น คุณลักษณะวินัยในตนเองจึงผันแปรไปตามรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านและลักษณะทางชีวสังคมด้านต่างๆรวมกัน

3. ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและ
คุณลักษณะวินัยในตนเอง

ตาราง 5 ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและ
คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง

คุณลักษณะวินัยในตนเอง	เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง	
	หลังการอบรม	หลังการฝึกฝน
ความเชื่ออาทรโดยรวม	.143	.200
ความเชื่ออาทรตามปทัสฐานสังคม	.241	.187
ความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของตนเอง	.190	.261
ความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่น	-.029	.075
ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย	.497**	.538**
การเคารพสิทธิ	.472**	.435**
การปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบ	.199	.331**
ความมีเหตุผล	.409**	.404**
ความเชื่อมั่นในตนเอง	.360**	.385**
การพึ่งตนเอง	.258*	.206
ความสามารถในการแสดงออก	.337**	.340**
ความเป็นตัวของตัวเอง	.315**	.392**
การมุ่งอนาคตและควบคุมตน	.408**	.374**
การควบคุมตน	.413**	.360**
การมุ่งอนาคต	.328**	.331**

** มีนัยสำคัญ ที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญ ที่ระดับ .05

จากตาราง 5 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองกับคุณลักษณะวินัยในตนเองหลังการอบรมเพื่อพัฒนาตนเอง พบว่า ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย การเคารพสิทธิ ความมีเหตุผล ความสามารถในการแสดงออกและความเป็นตัวของตัวเองมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ

.01 และ พบว่าเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านการพึ่งตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

หลังจากสิ้นสุดการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองตลอดเวลา 5 เดือน พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและคุณลักษณะวินัยในตนเองส่วนมากยังคงเดิม และพบว่าด้านที่มีค่าสหสัมพันธ์สูงขึ้น คือ ความเชื่ออาหารโดยรวม ความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเอง ความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของผู้อื่น และพบว่าเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือการปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบ ส่วนด้านการพึ่งพาตนเองลดลง

นอกจากนี้พบว่า เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์กับการมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ความแตกต่างของคุณลักษณะวินัยในตนเองจำแนกตามรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

ตาราง 6 ความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	38.200	3.098	38.857	2.656	36.333	4.152
คู่สัญญา	36.133	3.204	37.333	2.944	35.857	4.418
เพื่อนตน	38.063	3.806	36.875	2.655	37.500	2.944
อิสระ	38.154	3.508	39.846	3.023	37.462	3.406
ควบคุม	35.588	4.169	34.941	4.323	35.118	3.651

จากตาราง 6 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวินัยในตนเอง และกลุ่มควบคุมก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยระหว่าง 35.586-38.153 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 3.098-4.169 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ค่าเฉลี่ยคะแนนทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยอยู่ระหว่าง 34.941-39.302 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 2.655-4.323 โดยที่กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยสูงกว่ากลุ่มควบคุม

หลังจากกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง พบว่าค่าเฉลี่ยทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยอยู่ระหว่าง 35.118-37.500 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 2.944-4.418 โดยที่กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 7 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	99.896	4	24.925	1.925	.116
ภายในกลุ่ม	920.881	71	12.920		
รวม	1020.776	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	230.649	4	7.662	5.549	.001**
ภายในกลุ่ม	727.431	71	10.392		
รวม	958.080	75			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง :					
ระหว่างกลุ่ม	66.144	4	16.536	1.258	.295
ภายในกลุ่ม	920.043	70	13.143		
รวม	986.157	74			

** มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากตาราง 7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ แต่ไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญของทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

อนึ่ง พบว่าผลของการเข้าอบรมเชิงปฏิบัติการ ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ซึ่งเป็นองค์ประกอบย่อย ได้แก่ การเคารพสิทธิและการปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกัน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ภาคผนวก ข ตาราง 21 และตาราง 24) และ
 ความมีเหตุผล มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ภาคผนวก ข
 ตาราง 27)

หลังจากสิ้นสุดการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองเป็นเวลา 5 เดือน พบว่า ความ
 มีเหตุผลของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
 ที่ระดับ .05 (ภาคผนวก ข ตาราง 27)

ตาราง 8 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัย
 ในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยระหว่างกลุ่มโดยวิธีการของ
 Newman-Keuls

			ค่าความ แตกต่าง	ระดับนัย สำคัญ
ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย	ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย			
แบบกิจกรรมสังคม	> กลุ่มควบคุม		3.916	.001**
แบบคู่สัญญา	> กลุ่มควบคุม		2.392	.040*
แบบเตือนตน	> กลุ่มควบคุม		3.9.4	.001**
แบบอิสระ	> กลุ่มควบคุม		4.950	.000**
แบบอิสระ	> แบบคู่สัญญา		2.513	.043*

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ จำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง พบว่ากลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบกิจกรรมสังคม แบบคู่สัญญา แบบเตือนตนและแบบอิสระมีทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบอิสระได้รับการสร้างเสริมทัศนคติต่อบุคลิกภาพ
ประชาธิปไตยสูงกว่ากลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบคู่สัญญาอย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ .01

ตาราง 9 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเชื่อมั่นในตนเอง
เองก่อนและหลังการอบรม และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	37.733	4.251	38.643	4.308	39.000	5.720
คู่สัญญา	38.200	5.870	38.733	5.688	39.467	5.693
เดือนตน	36.188	6.348	36.625	8.310	37.533	6.760
อิสระ	39.462	5.666	42.077	5.780	40.308	6.115
ควบคุม	35.353	6.873	36.177	6.710	35.024	6.136

จากตาราง 9 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนทัศนคติต่อความเชื่อมั่นในตนเองของ
กลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวินัยในตนเอง และกลุ่มควบคุม ก่อน
การอบรมเชิงปฏิบัติการ มี ค่าเฉลี่ยระหว่าง 35.353-39.462 และมีความเบี่ยงเบน
มาตรฐาน ระหว่าง 4.250-6.8733 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ค่าเฉลี่ย
คะแนนความเชื่อมั่นในตนเองความเชื่อมั่นในตนเองความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ระหว่าง
36.177-42.077 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 4.307-8.310 โดยที่กลุ่ม
ทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

หลังจากกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง พบว่า
ค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ระหว่าง 35.8235-40.3077 และความเบี่ยงเบน
มาตรฐานอยู่ระหว่าง 5.693-6.760 โดยที่กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเชื่อ
มั่นในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 10 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่อมั่นในตนเองก่อนและหลัง
การอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	159.853	4	39.963	1.144	.343
ภายในกลุ่ม	2480.884	71	34.942		
รวม	2640.737	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	311.375	4	77.844	1.911	.118
ภายในกลุ่ม	2581.291	70	40.733		
รวม	3162.667	74			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง:					
ระหว่างกลุ่ม	193.240	4	48.310	1.299	.279
ภายในกลุ่ม	2602.706	70	37.182		
รวม	2795.947	74			

จากตาราง 10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่อมั่นในตนเองก่อนและการหลังจากเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม พบว่าไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ อย่างไรก็ตาม พบว่าความสามารถในการแสดงออก ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของความเชื่อมั่นในตนเอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ภาคผนวก ข ตาราง 31)

ตาราง 11 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเชื่ออาหาร
ก่อนและหลังการอบรม และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่ม
ทดลองและกลุ่มควบคุม

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	138.875	17.225	135.250	29.932	142.625	15.0042
คู่สัญญา	137.000	12.759	144.714	10.259	133.667	10.577
เตือนตน	136.400	13.686	150.125	22.712	148.375	22.405
อิสระ	133.000	9.247	144.333	6.892	142.571	13.891
ควบคุม	126.667	19.757	130.333	10.785	131.400	23.639

จากตาราง 11 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่ออาหารของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวิสัยในตนเอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มี ค่าเฉลี่ยระหว่าง 126.667-138.875 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐานระหว่าง 9.247-19.757 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่ออาหารอยู่ระหว่าง 130.333-150.125 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 6.892-23.639 โดยที่กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาหารสูงกว่ากลุ่มควบคุม

หลังจากกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง พบว่าค่าเฉลี่ยความเชื่ออาหารอยู่ระหว่าง 131.400-148.375 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 10.577-23.639 โดยที่กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่ม มีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาหารสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 12 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติกรและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	159.853	4	39.963	1.144	.343
ภายในกลุ่ม	2480.884	71	34.942		
รวม	2640.737	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	311.375	4	77.844	1.911	.118
ภายในกลุ่ม	2581.291	70	40.733		
รวม	3162.667	74			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง:					
ระหว่างกลุ่ม	193.240	4	48.310	1.299	.279
ภายในกลุ่ม	2602.706	70	37.182		
รวม	2795.947	74			

จากตาราง 12 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติกร และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม พบว่าไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ

ตาราง 13 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนเหตุผลเชิงจริยธรรม
ด้านวินัยในตนเองหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่มทดลอง 4
กลุ่ม และกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	ขนาด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน
	(N)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	15	87.429	10.081
คู่สัญญา	15	92.500	5.318
ตนเอง	16	89.444	3.712
อิสระ	13	93.556	2.920
ควบคุม	17	82.000	6.887

จากตาราง 13 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนเหตุผลทางจริยธรรม
ด้านวินัยในตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังจากสิ้นสุดการทดลอง
ฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง มีค่าเฉลี่ยระหว่าง 82.000-93.556 และค่าเบี่ยงเบน
มาตรฐานระหว่าง 2.920-10.081 ค่าเฉลี่ยคะแนนเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยใน
ตนเองของกลุ่มทดลองทั้ง 4 สูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 14 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการจำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตน

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตน :					
ระหว่างกลุ่ม	1243.946	4	310.987	6.212	.000**
ภายในกลุ่ม	3404.108	70	38.376		
รวม	4648.055	74			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุมหลังจากได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 15 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองระหว่างกลุ่ม

เหตุผลทางจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง	เหตุผลทางจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง	ค่าความแตกต่าง	ระดับนัยสำคัญ
กิจกรรมสังคม	> กลุ่มควบคุม	7.196	.006**
คู่สัญญา	> กลุ่มควบคุม	9.524	.001**
เตือนตน	> กลุ่มควบคุม	9.375	.000**
อิสระ	> กลุ่มควบคุม	11.755	.000**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 15 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง จำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่ม พบว่า

หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง กลุ่มที่พัฒนาตนเองแบบกิจกรรมสังคม แบบคู่สัญญา แบบเตือนตนและแบบอิสระมีเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการศึกษาความแตกต่างของคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง ซึ่งจำแนกตามรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการและรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีการควบคุมตัวแปรด้านการมุ่งอนาคตและควบคุมตน ซึ่งมีความสำคัญต่อวินัยในตนเอง แม้ว่าจะมีการทดสอบความแตกต่างของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ความเชื่อมั่นในตนเองและความเอื้ออาทรระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนทำการทดลอง และพบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ แต่เนื่องจากค่าเฉลี่ยของคุณลักษณะวินัยในตนเองของกลุ่มควบคุมต่ำกว่ากลุ่มทดลองค่อนข้างมากและเกือบทุกด้าน ดังนั้น จึงได้ทำการตรวจสอบด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม ซึ่งปรากฏผลดังต่อไปนี้ เพื่อให้เกิดความมั่นใจในผลที่ได้รับ ว่ากลุ่มทดลองมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมเป็นผลมาจากค่าคะแนนเฉลี่ยดังกล่าวหรือเกิดจากอิทธิพลของรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองซึ่งปรากฏผลดังนี้

ตาราง 16 การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ

	ผลรวม ยก	องศา อิสระ	ค่าเฉลี่ยผลรวม กำลังสอง	ค่าเอฟ	ระดับ นัยสำคัญ p-value
แหล่งความแปรปรวน	(SS)	(df)	(MS)	(F)	
คะแนนก่อนการอบรม	309.218	1	309.218	39.936	.000
คะแนนหลังการอบรม	114.604	4	28.651	3.700	.009**
รวม	423.822	5	84.764	10.947	.000
ค่าความแปรปรวนภายใน	534.258	69	7.743		
รวม	958.080	74	12.947		

** มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากตาราง 16 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม แสดงว่าการอบรมเชิงปฏิบัติการมีผลต่อทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งพบว่ามีผลสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยดัง ในตาราง 7

ตาราง 17 การวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุคูณของคุณลักษณะวินัยในตนเอง
จำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองที่แตกต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย	1.504	4	22.676	.927	.040*
ความเชื่อมั่นในตนเอง	118.638	4	29.659	.878	.243
ความเอื้ออาทร	1675.757	4	418.939	1.105	.374

* มีนัยสำคัญที่ระดับ .05

จากตาราง 17 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงว่า ตัวแปรอิสระที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ คือ รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม มีผลต่อคุณลักษณะวินัยในตนเอง โดยเฉพาะด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ซึ่งแปรปรวนไป ตามรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังจากนั้นได้ทำการทดสอบรายคู่ตามวิธีการของ Scheffe พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยของกลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบกิจกรรมสังคมสูงกว่ากลุ่มที่พัฒนาตนเองแบบอิสระ แบบเตือนตน แบบคู่สัญญา และกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 (ภาคผนวก ข) ซึ่งสนับสนุนผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยดังในตาราง 8 และตาราง 16

ในการพิจารณาผลที่ได้จากการศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณด้านค่าเฉลี่ยของคะแนนคุณลักษณะวินัยในตนเองจำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง อาจใช้มุมมองเชิงคุณภาพในการเปรียบเทียบลำดับของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม และกลุ่มควบคุมมีความชัดเจนยิ่งขึ้นโดยการให้ค่าของลำดับที่ตั้งปรากฏในตาราง 19

ตาราง 19 เปรียบเทียบลำดับที่ของค่าเฉลี่ยคุณลักษณะวินัยในตนเองหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

กลุ่ม	ความเอื้ออาทร				ความเชื่อมั่นในตนเอง				ทัศนคติต่อประชาธิปไตย				ผล
	A	A1	A2	A3	C	C1	C2	C3	D	D1	D2	D3	
1	142	143	342	243	333	554	423	222	224	143	511	135	3
	424	523	324	223	333	112	243	444	442	523	155	531	
2	224	334	234	324	222	231	332	333	443	424	355	543	4
	442	332	432	342	444	435	334	333	223	242	311	123	
3	311	211	111	412	434	323	454	444	331	332	122	221	2
	355	455	555	254	232	343	212	222	335	334	544	445	
4	433	422	523	131	111	111	121	111	112	211	233	312	1
	233	444	143	535	555	555	545	555	554	455	433	354	
5	555	555	455	555	555	445	545	555	555	555	444	454	5
	111	111	211	111	111	221	121	111	111	111	222	212	

- หมายเหตุ : 1. หมายเลขบรรทัดแรกแต่ละช่อง หมายถึง ลำดับที่ของค่าเฉลี่ยคุณลักษณะวินัยในตนเองเรียงตามลำดับ ก่อน หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง
2. หมายเลขบรรทัดที่สองของแต่ละช่อง หมายถึง การแทนค่าลำดับที่ด้วยคะแนน ลำดับที่ 1 = 5 ลำดับที่ 2 = 4 ลำดับที่ 3 = 3 ลำดับที่ 4 = 2 ลำดับที่ 5 = 1

เมื่อพิจารณารายกลุ่ม พบข้อสังเกตดังนี้

กลุ่มที่ 1 กลุ่มที่ฝึกฝนพัฒนาตนเองแบบกิจกรรมสังคม โดยเน้นการทำกิจกรรมเพื่อสังคม มีพื้นฐานของความเอื้ออาทรในลำดับค่อนข้างสูง มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงด้านความเอื้ออาทรทุกด้านเพิ่มขึ้น และพบว่าความเชื่อมั่นในตนเองมีลำดับสูงขึ้น ส่วน

ด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย และความมีเหตุมีลำดับลดลง หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการพบว่า การปฏิบัติตามกฎระเบียบอยู่ในลำดับสูงสุดและคงอยู่จนถึงสิ้นสุดการทดลองเป็นระยะเวลา 5 เดือน

กลุ่มที่ 2 กลุ่มที่ฝึกฝนพัฒนาตนเองแบบคู่สัญญา ซึ่งมีการหาผู้ที่ช่วยรับรู้และให้กำลังใจในการปรับปรุงตนเอง กลุ่มนี้มีพื้นฐานของความเชื่ออาทรและความเชื่อมั่นในตนเองค่อนข้างสูง กลุ่มนี้มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงด้านความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเองสู่ลำดับที่สูงขึ้น ด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยและด้านความสามารถในการแสดงออกมีลำดับลดลง และพบข้อน่าสังเกตว่าความเชื่ออาทรทุกด้านลดลำดับลงอย่างเด่นชัด

กลุ่มที่ 3 กลุ่มที่ฝึกฝนพัฒนาตนเองแบบเตือนตน ซึ่งเป็นการสำรวจตนเองโดยเขียนบันทึกเพื่อหาทางวางแผนปรับปรุงและพัฒนาตนเอง อื่นอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง พบว่ามีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย การเคารพสิทธิและความมีเหตุผลในลำดับที่สูงขึ้นพบว่า มีกลุ่มนี้มีพื้นฐานทางความเชื่ออาทรในลำดับที่สูง กลุ่มนี้มีพื้นฐานทางความเชื่ออาทรในลำดับที่สูง แต่ความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเองและการพึ่งตนเองลดลำดับลงในระหว่างการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

กลุ่มที่ 4 กลุ่มที่ฝึกฝนพัฒนาตนเองแบบอิสระ ซึ่งสามารถเลือกใช้วิธีการพัฒนาตนเองแบบใดหรือหลายแบบร่วมกันเพื่อการพัฒนาตนเอง พบกลุ่มนี้มีการเปลี่ยนแปลงลำดับของความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของตนเองลดลงแต่ความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่นเพิ่มลำดับสูงขึ้น นับว่าเป็นการเปลี่ยนสู่ความเชื่ออาทรในระดับที่สูงขึ้น โดยรวมกลุ่มนี้มีความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในลำดับที่สูงหลายด้าน และมีทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยอยู่ในลำดับปานกลางถึงสูง

5. กลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองมีลำดับค่าคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะความมีวินัยในตนเอง 9 ด้านจาก 12 ด้าน อยู่ลำดับที่ 5 ยกเว้นด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ความสามารถในการแสดงออกและการปฏิบัติตามกฎระเบียบ

ในการพิจารณาผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณดังกล่าว ยังพบข้อที่น่าสนใจคือ ความเชื่อมั่นในตนเองด้านความเป็นตัวของตัวเอง และการปฏิบัติตามข้อตกลงของทุกกลุ่มมีความคงที่ คือไม่มีการเปลี่ยนแปลงลำดับ

ข้อมูลเชิงคุณภาพข้างต้น ทำให้พบข้อคิดที่น่าสนใจ ซึ่งจะอภิปรายในบทที่ 5 ต่อไป

บทที่ 5

สรุป อภิปรายและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองภาคสนามเพื่อศึกษาผลของการสร้างเสริมวินัยในตนเองของนิสิตปริญญาตรี ในบทนี้จะกล่าวถึงสาระสำคัญดังต่อไปนี้

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
2. ศึกษาความแตกต่างระหว่างการปลูกฝังวินัยในตนเองทางบ้านที่มีต่อคุณลักษณะวินัยในตนเอง จำแนกตามตัวแปรลักษณะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องได้แก่ ความเชื่ออาทร ความเชื่อมั่นในตนเอง และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย
3. ศึกษาลักษณะทางชีวสังคม และการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง จำแนกตามตัวแปรลักษณะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง
4. ศึกษาหาประสิทธิภาพของรูปแบบการอบรมเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเอง ด้วย กระบวนการทดลอง การอบรมเชิงปฏิบัติการ และการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง และศึกษาผลจากการทดลองดังต่อไปนี้
 - 3.1 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง
 - 3.3 ศึกษาเปรียบเทียบคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองของนิสิตที่ได้รับประสบการณ์จากการอบรมเชิงปฏิบัติการ เพื่อสร้างเสริมวินัยและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองเป็นนิสิตปริญญาตรี วิชาเอกสุขศึกษา ชั้นปีที่ 3 คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2540 จำนวน 76 คน จัดเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 19 คน โดยให้แต่ละกลุ่มมีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนทัดเทียมกัน ด้วยการนำผลการทดสอบจากแบบวัดการมุ่งอนาคตและควบคุมตนมาจัดลำดับความสามารถแล้วสุ่มอย่างง่ายทีละ 4 คน เพื่อเข้า 4 กลุ่ม ทั้งนี้เพราะมีการศึกษาพบว่าตัวแปรนี้สัมพันธ์กับวินัยในตนเองและสามารถ

ทำนายพฤติกรรมกรรมมีวินัยได้ หลังจากนั้นจับสลากเพื่อเข้ากลุ่มฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง 4 รูปแบบ

กลุ่มควบคุม เป็นนิสิตปริญญาตรี วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ ชั้นปีที่ 3 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2540 จำนวน 19 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถาม มี 2 ประเภท ได้แก่

1. แบบสอบถามเกี่ยวกับลักษณะทางชีวสังคม
2. แบบสอบถามเกี่ยวกับตัวแปรที่จะศึกษา ซึ่งเป็นแบบสอบถามชุดย่อย 6 ชุด ได้แก่

- 2.1 แบบสอบถามประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองทางบ้าน
- 2.2 แบบสอบถามการมุ่งอนาคตและควบคุมตน
- 2.3 แบบสอบถามความเชื่ออาพร
- 2.4 แบบสอบถามทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย
- 2.5 แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง
- 2.6 แบบสอบถามเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง

รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ประกอบด้วย 2 ขั้นตอน ได้แก่

1. การอบรมเชิงปฏิบัติการโดยการเข้าค่าย 2 วัน 1 คืน เวลาในการอบรม 18-24 ชั่วโมง โดยชุดฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง
2. การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง เป็นการประชุมเริ่มต้นและติดตามผลการวางแผนพัฒนาตน หรือสังคมในระยะเริ่มต้น ใช้เวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1-2 ชั่วโมง หลังจากนั้นฝึกฝนพัฒนาตนเองตามลำพัง โดยใช้แบบสังเกตและประเมินตนเอง เดือนละ 1-2 ครั้ง ตลอดเวลาปิดภาคเรียน รวมเวลาทั้งสิ้น 5 เดือน

การดำเนินการทดลอง

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับวินัยของคนในชาติ และแนวคิด หลักการและทฤษฎีสากลที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง การทดสอบและแบบทดสอบเกี่ยวกับวินัยในตนเอง
2. ศึกษาความจำเป็นของหาฝึกอบรม (training needs) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาแบบทดสอบ และกำหนดความมุ่งหมายของการสร้างรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
3. พัฒนาแบบทดสอบต่างๆที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง และหาค่าความเที่ยงตรง ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ
4. ศึกษาปัจจัยต่างๆที่มีผลต่อวินัยในตนเอง เพื่อกำหนดรูปแบบการสร้างเสริมวินัย ในตนเอง
5. พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ซึ่งมี 2 ขั้นตอน ดังนี้
 - 5.1 การอบรมเชิงปฏิบัติการ เพื่อการพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้และการทำงานโดยการเข้าค่าย 2 วัน 1 คืน
 - 5.2 ใช้เวลา 4 สัปดาห์แรกของการฝึกฝน 5 เดือน สัปดาห์ 1-2 ชั่วโมง เพื่อวางพื้นฐานในการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง 4 แบบ
6. ดำเนินการทดลอง
 - 6.1 ดำเนินการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
 - 6.2 ทดสอบก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์
 - 6.3 ทดลองระยะที่ 1 : การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเอง
 - 6.4 ทำการทดสอบหลังการทดลองระยะที่ 1 ในกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม
 - 6.5 ทดลองระยะที่ 2 : การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองระยะเวลา 5 เดือน
7. วิเคราะห์ข้อมูล
8. ปรับปรุงรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
9. สรุปเขียนรายงานการวิจัย
10. ประชุมระดมความคิดจากผู้ทรงคุณวุฒิจากสถาบันการศึกษาระดับอุดมและหน่วยงานที่สนใจเพื่อพัฒนารูปแบบการวิจัย

11. พัฒนาและเขียนรายงานการวิจัยเพื่อพิมพ์เผยแพร่
12. เผยแพร่ผลการวิจัยแก่สถาบันการศึกษาและหน่วยงานต่างๆ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในการวิเคราะห์ตัวแปรต่างๆ
2. t-test แบบ Independent Group ในการทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1
3. Two-way ANNOVA ในการทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 2
4. Pearson Correlation Coefficient ในการทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 3
5. One-way ANNOVA ในการทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 4
6. MANOVA ในทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 4
7. ANCOVA ในทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 4
8. การทดสอบรายคู่ของ Newman Keuls และ Scheffe

สรุปผลการวิจัย

1. หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการนิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านมากมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงกว่่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ ระดับ .05

2. ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเองหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการขึ้นอยู่กับรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านและลักษณะทางชีวสังคมด้านการศึกษาของพ่อแม่ผู้ปกครอง รายได้ของผู้ปกครอง และเพศของนิสิต โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความแปรปรวนของทัศนคติต่อบุคลิกภาพ ประชาธิปไตย ความมีเหตุผล ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่ออาทรตามปทัสฐานของสังคม ความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของตนเอง ได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความแปรปรวนของการเคารพสิทธิ การปฏิบัติตามข้อตกลงกฎระเบียบ ความเชื่อมั่นในตนเองและ ความสามารถในการแสดงออก ล้วนได้รับผลโดย

ตรงจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านต่างๆที่ระดับ .01 และที่ระดับ .05

นอกจากนี้ พบพบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและการมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. นิสิตที่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองทั้ง 4 รูปแบบมีคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยสูงกว่านิสิตกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและไม่ได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การอภิปรายผล

สมมุติฐานข้อที่ 1 : นิสิตที่ได้รับการประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านมากมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตที่ได้รับการประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านน้อย

จากผลการทดลองพบว่านิสิตที่ได้รับการประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านมากมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตที่ได้รับการประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 และระดับ.05 นับว่าเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1 ซึ่งอาจเนื่องมาจากเหตุผลดังต่อไปนี้

1. มีความสอดคล้องกับหลักจิตวิทยาพัฒนาการและจิตวิทยาสังคมและการรู้คิด (social-cognition) พบว่า คุณลักษณะวินัยในตนเองด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ความเอื้ออาทร และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย เป็นลักษณะทางจิตใจที่พัฒนาตั้งแต่ ขวบแรกของชีวิต และมีการสั่งสมมาโดยตลอด

1.1 ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นบุคลิกภาพทางสังคมที่มีพื้นฐานมา

จากความไว้วางใจซึ่งพัฒนาได้ดีเมื่อเด็กได้รับการอบรมเลี้ยงดูด้วยความรักความอบอุ่น ซึ่งมีผลต่อความไว้วางใจในโลกรอบตัวเด็กตั้งแต่ช่วงแรกของชีวิต และพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองในเวลาต่อมา ซึ่งเป็นพื้นฐานของความเชื่อมั่นในตนเองและความริเริ่ม ความอบอุ่นและมั่นคงที่ได้รับจากทางบ้านจะช่วยให้เด็กมีความมั่นใจกล้าคิดและริเริ่มทำสิ่งต่างๆ และมีความสามารถในการแสดงออกและพึ่งตนเองได้ ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพและสังคมของอีริกสัน (Erikson) (Gage and Berliner, 1984 : 166-70; citing Erikson, 1968) ความเชื่อมั่นในตนเองนี้ไม่สามารถสร้างได้โดยตรง แต่ต้องอาศัยบรรยากาศของความรักความเข้าใจ และความอิสระในการคิดและตัดสินใจ

1.2 ความเอื้ออาทร พบว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านมากมีความเอื้ออาทรสูงกว่่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยน้อยอย่างเด่นชัด อาจเนื่องมาจากมีความเข้าใจในความต้องการของตนเองและผู้อื่น เนื่องจากได้รับการอบรมเลี้ยงดูโดยการ "ใช้เหตุผล" (induction) ผู้ปกครองพยายามอธิบายถึงผลของการกระทำของเด็กที่มีต่อผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การชวนให้รับรู้ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น จะช่วยให้เกิดความเอื้ออาทรและมีการคงอยู่ของวินัยในตนเองได้ดี (Hoffman, 1976: 127; citing Hoffman, 1963; Arronfreed and Paskal, 1965) จากผลการวิจัยนี้ พบว่าความเอื้ออาทรตามปทัสฐานของสังคม ซึ่งเป็นการช่วยเหลือตามหลักของสังคม และความเอื้ออาทรตามเกณฑ์ของตนเองหรือการช่วยเหลือเพื่อความพอใจหรือความภาคภูมิใจของตนเอง เป็นผลมาจากประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้าน อย่างเด่นชัด

1.3 คุณลักษณะวินัยในตนเองที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพประชาธิปไตยเป็นสิ่งสมควรได้รับการส่งเสริมตั้งแต่ในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านให้อิสระแก่เด็กในการทำสิ่งต่างๆและเคารพรับฟังความคิดเห็น และใช้เหตุผลจะช่วยส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองแก่เด็กและพัฒนาความเป็นประชาธิปไตยแก่เด็ก (Honig and Wittmer, 1991 : 65-76-3) จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่าทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยด้านการปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบ พบว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านมาก มีการปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบสูงกว่่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านน้อยอย่างเด่นชัด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากระบวนการขัดเกลาทางสังคม (socialization) ซึ่งรวมถึง การอบรมเลี้ยงดู การทำตน

เป็นแบบอย่างและการอบรมสั่งสอนแก่เด็กตั้งแต่เล็กตลอดมา น่าจะมีผลต่อลักษณะดังกล่าว โดยที่การปฏิบัติตนตามข้อตกลงและกฎระเบียบที่เกี่ยวข้องกับความรับผิดชอบต่อส่วนรวม และความรับผิดชอบในสิ่งที่ได้รับมอบหมาย จึงน่าจะอยู่บนพื้นฐานของควมมีเหตุผล ซึ่งดีวี่ (Dewey) กล่าวว่า การปฏิบัติตนตามข้อตกลง กฎระเบียบที่อยู่บนพื้นฐานของความรับผิดชอบ เป็นทัศนคติที่ต้องใช้สติปัญญาในการพิจารณาถึงผลที่จะเกิดตามมา ย่อมทำให้เกิดการยอมรับหรือการคิดได้ด้วยปัญญา (intellectual thoughtness) (Dewey, 1915:177-178) ที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า นิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองด้วยควมมีเหตุผล ย่อมจะสามารถปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบสูงกว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านน้อยอย่างเด่นชัด

2. การอบรมเลี้ยงดู ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่นิสิตได้รับจากทางบ้าน มีผลต่อคุณลักษณะวินัยในตนเอง ซึ่งอาจมาจากการที่พ่อแม่ผู้ปกครองทำตนเป็นแบบอย่างที่ดี เสริมแรงและอบรมสั่งสอนให้เด็กปฏิบัติตามกฎระเบียบ กิจวัตรประจำวัน และค่านิยมในสังคม โดยเน้นความเอื้ออาทร ความเชื่อมั่นในตนเองบุคลิกภาพ ประชาธิปไตย การเคารพสิทธิ การปฏิบัติตามข้อตกลง กฎระเบียบ และควมมีเหตุผล เป็นการหล่อหลอมทางสังคม (socialization) ที่เป็นพื้นฐานสำคัญของวินัยในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และคณะ (2539 : 105) ที่พบว่าการอบรมเลี้ยงดูและการทำตนเป็นแบบอย่างของพ่อแม่ด้านพฤติกรรมการมีวินัยเป็นตัวแปรที่สำคัญในการทำนายพฤติกรรมการมีวินัยมากกว่าตัวแปรอื่นๆ ดังนั้น

ด้วยเหตุผลดังกล่าว นิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านมากจึงมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านน้อยอย่างเด่นชัด

สมมุติฐานข้อที่ 2 : คุณลักษณะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองมีความแตกต่างกัน เมื่อจำแนกตามลักษณะทางชีวสังคมและรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

คุณลักษณะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเองซึ่งเป็นตัวแปรอิสระ มีการผันแปรไปตามรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง ซึ่งประกอบด้วยกรอบการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง 4 รูปแบบ ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านและลักษณะทางชีวสังคมหลายด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความแปรปรวน

ของทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ความมีเหตุผล ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของสังคม ความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเอง ได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความแปรปรวนของการเคารพสิทธิ การปฏิบัติตามข้อตกลงกฎระเบียบ ความเชื่อมั่นในตนเองและ ความสามารถในการแสดงออก ล้วนได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้าน ซึ่งเป็นตัวแปรทางด้านสภาพแวดล้อมมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาวินัยในตนเองภายใต้ชื่อ "โครงการพัฒนาศักยภาพในการเรียนและการทำงาน" นิสิตที่ได้รับผลจากการสร้างเสริมวินัยในตนเองล้วนเป็นผู้ที่ได้รับอบรมเชิงปฏิบัติการ ร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านสูงกว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเทียบกับลักษณะทางชีวสังคมด้านอื่นๆพบว่า ประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านร่วมกับรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง มีผลต่อคุณลักษณะวินัยในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติถึง 9 ด้านจาก 12 ด้าน นับว่ามากกว่าลักษณะทางชีวสังคมด้านอื่นๆ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าพ่อแม่ผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อความมีวินัยของเด็กและเยาวชนอย่างมาก หากได้รับการสร้างเสริมวินัยในตนเองจากสถานศึกษา ย่อมทำให้เด็ก เยาวชนและนิสิตพัฒนาวินัยในตนเองได้ ในการศึกษาครั้งนี้พบว่า เพศของนิสิตร่วมกับรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการมีผลโดยตรงกับความมีเหตุผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย และการเคารพสิทธิอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และคณะ (2539 :) ที่พบว่าเพศหญิงมีแนวโน้มที่จะมีคุณลักษณะวินัยในตนเองสูงกว่าเพศชาย

รูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับรายได้ของผู้ปกครองมีผลโดยตรงกับความมีเหตุผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการร่วมกับการศึกษาของผู้ปกครองมีผลโดยตรงกับความมีเหตุผล ทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยและการพึ่งตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับหลักปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม ผู้ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมสูงมักจะเป็นผู้ที่มีรายได้สูงและมีความสัมพันธ์กับระดับการศึกษา

ในทางบวก ส่วนความยากจนและความแร้นแค้นในครอบครัวมักนำมาซึ่งความเครียดภายในครอบครัว และมักพบว่า ความตึงเครียดในครอบครัวมักเกิดจากปัญหารายได้ในครอบครัว (ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และคณะ. 2539 : 102; citing Conger and other, 1984) ความตึงเครียดทำให้ขาดบรรยากาศความรักและความอบอุ่นอันเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาด้านอารมณ์และจิตใจรวมถึงความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งครอบคลุมถึงความเป็นตัวของตัวเองของเด็ก ส่วนในด้านความเป็นประชาธิปไตย การขาดความรักความอบอุ่นและการยอมรับ ย่อมทำให้ยากที่เด็กจะพัฒนาบุคลิกภาพประชาธิปไตย ฮอฟแมน (Hoffman) พบว่าการไม่ได้รับการชี้แนะด้วยเหตุผลจะทำให้เด็กขาดโอกาสที่จะพัฒนาด้านความมีเหตุผลและความเอื้ออาทรจากการเห็นผลของการกระทำของตนที่มีต่อผู้อื่นด้วยเหตุผล (Hoffman, 1976 : 127; citing Hoffman, 1963, 1970) เพราะความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และเห็นคุณค่าในความช่วยเหลือและเอื้อเฟื้อของคนอื่น จะเรียนรู้ได้ดีจากการชวนให้เด็กสังเกตความรู้สึกของผู้อื่นและตนเอง เพราะจะช่วยพัฒนาความเอื้ออาทรและช่วยให้ความเอื้ออาทรความคงอยู่ต่อไป (รุ่งรัตน์ ไกรทอง. 2537 : 39; อ้างอิงจาก Fedrichs. 1960) ดังนั้น รายได้ของผู้ปกครองและระดับการศึกษาของผู้ปกครองต่างก็มีความสัมพันธ์กับความมีเหตุผลร่วมกับรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการจึงมีผลต่อการสร้างเสริมคุณลักษณะวินัยในตนเอง ดังนั้น รูปแบบการอบรมจะดีเพียงใดก็ยากที่จะช่วยให้คุณลักษณะวินัยในตนเองพัฒนาได้ผล หากไม่มีพื้นฐานประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากที่บ้านอย่างเพียงพอ ดังนั้น พ่อแม่ผู้ปกครองจึงยังคงมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการสร้างเสริมคุณลักษณะดังกล่าวแก่เด็กและเยาวชนอยู่เสมอ

หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ นิสิตกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มได้ทำการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองตามลำพังเป็นเวลา 5 เดือน การพัฒนาและติดตามผลตนเองโดยนิติตตามลำพัง อาจทำให้คุณลักษณะวินัยในตนเองซึ่งพัฒนาจากการอบรมเชิงปฏิบัติการจางคลายหายไปบ้าง เพราะขาดการกระตุ้นและจูงใจด้วยกิจกรรมต่างๆ เพราะเป็นการฝึกฝนตนเองโดยอิสระ อย่างไรก็ตาม พบว่าการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองร่วมกับการศึกษาของผู้ปกครองยังคงมีผลต่อความมีเหตุผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีผลต่อการปฏิบัติตามข้อตกลงกฎระเบียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้พบว่า การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองร่วมกับรายได้ของผู้

ปกครองมีผลต่อทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยและความเป็นตัวของตัวเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

นอกจากนี้ ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเองและความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของสังคม ได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความเชื่ออาหารเป็นลักษณะทางจิตใจที่มีพื้นฐานของการพัฒนาและสั่งสมมาจากเด็กตั้งแต่เยาว์วัย ผลจากการทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1 แสดงให้เห็นว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองที่บ้านสูงมีความเชื่ออาหารสูงกว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองที่บ้านต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แสดงว่าคุณลักษณะความเชื่ออาหารมีพื้นฐานมาจากทางบ้านเป็นสำคัญและพัฒนาได้ดีจากกระบวนการกล่อมเกลาทางสังคมในครอบครัว ดังนั้น การอบรมเชิงปฏิบัติการจึงไม่สามารถช่วยสร้างเสริมความเชื่ออาหารได้ดีพอ หรืออาจเนื่องมาจากรูปแบบการอบรมยังไม่เน้นด้านความเชื่ออาหารอย่างพอเพียง อย่างไรก็ตาม พบว่าความแปรปรวนของความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเองและความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของสังคมซึ่งไม่บังเกิดผลในการอบรมเชิงปฏิบัติการ แต่ปรากฏว่าความเชื่ออาหารดังกล่าว ได้รับผลโดยตรงจากรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองร่วมกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากทางบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองสามารถช่วยสร้างเสริมความเชื่ออาหารได้ก็ต่อเมื่อนิสิตได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านสูง เพียงพอ

สมมุติฐานข้อที่ 3 : คุณลักษณะวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะวินัยในตนเองที่ระดับ .01 คือ ความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของสังคม ความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเอง และความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของผู้อื่น ความมีเหตุผล การพึ่งตนเอง ความสามารถในการแสดงออก และที่ระดับ .05 ในด้านความเป็นตัวของตัวเอง

คุณลักษณะวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเหตุผลเชิงจริยธรรมอย่างเด่นชัด และมีส่วนน้อยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง อาจเนื่องมา

จากสาเหตุหลายประการ ประการสำคัญน่าจะเป็นผลมาจากแบบทดสอบเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองมีความครอบคลุมและสัมพันธ์กับคุณลักษณะวินัยในตนเองดังกล่าว และพบว่าแบบทดสอบชุดนี้มีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบวัดการมุ่งอนาคตและควบคุมตน ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญของวินัยในตนเอง ดังที่ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และคณะ (2539 : 104) รายงานว่า การมุ่งอนาคตและควบคุมตนสามารถทำนายพฤติกรรมวินัยได้มากกว่าตัวแปรอื่นๆ จึงอาจกล่าวได้ว่า แบบทดสอบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองเป็นแบบทดสอบอีกชุดหนึ่งที่เหมาะสมในการใช้วัดวินัยในตนเอง

อนึ่ง วินัยในตนเองนับว่าเป็นพื้นฐานของจริยธรรม (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2523 : 1) และพบว่าคุณลักษณะวินัยในตนเองบางด้านเช่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเอื้ออาทร มีจุดเริ่มต้นของการพัฒนาร่วมกับวินัยในตนเองและการพัฒนาจริยธรรม อาจสามารถอธิบายได้โดยทฤษฎีต่างๆ เช่น ทฤษฎีการเกิดของวินัย ที่ให้ความสำคัญกับการให้ความรักความอบอุ่นแก่ทารกและเด็ก ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างทารกและแม่จะนำไปสู่การให้รางวัลและชมเชยตนเองโดยไม่หวังรางวัลจากภายนอก (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2523 : 72; อ้างอิงจาก Mowrer, 1950) ดังนั้น การอบรมเลี้ยงดูโดยให้ความรักความอบอุ่นสม่ำเสมอจึงเป็นพื้นฐานของการพัฒนาวินัยในตนเองอันเป็นพื้นฐานของจริยธรรม และพบว่าการลงโทษไม่บังเกิดผลดีกับการพัฒนาจริยธรรม ซึ่งน่าจะมีผลต่อการพัฒนาวินัยในตนเอง ดังผลการวิจัยที่พบว่าการวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวของโคลเบอร์ก (Kohlberg) มีความสัมพันธ์ทางลบกับการใช้อำนาจและการถอนความรัก (love withdrawal) ของผู้ปกครอง และการใช้เหตุผลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสร้างเสริมวินัย และมีความสัมพันธ์กับจริยธรรมอย่างมั่นคง (Honig and Wittmer, 1991 : 65-73) และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล (induction) มีความสัมพันธ์กับเหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวของโคลเบอร์ก (Kohlberg) จากทฤษฎีและผลการวิจัยที่กล่าวข้างต้น คงจะยืนยันให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองอย่างเด่นชัด

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและคุณลักษณะวินัยในตนเองมีระดับสูง ส่วนหนึ่งอาจเป็นเพราะผลของการใช้รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองซึ่งประกอบด้วยการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อสร้างเสริมวินัยในตนเอง และการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองประกอบกับแบบทดสอบวัด

คุณลักษณะวินัยในตนเองและแบบทดสอบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองที่มีคุณภาพและมีความสอดคล้องสัมพันธ์กัน ซึ่งเปิดโอกาสให้ผู้ตอบใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมในการตัดสินใจ เช่น ใช้เกณฑ์จากภายในตนเอง หรือจากเกณฑ์ภายนอก และอยู่ในระดับใด การตัดสินใจตอบคำถามแต่ละข้อสะท้อนถึงเหตุผลเชิงจริยธรรมที่ใช้ในการตอบ แบบทดสอบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมชุดนี้ให้โอกาสผู้ตอบเขียนตอบตามความคิดเห็นของตนเองนอกเหนือจากการเลือกคำตอบที่กำหนดให้ ผู้ตอบจำนวนมากเขียนตอบนอกเหนือจากคำตอบที่กำหนดให้ในบางข้อตามความต้องการ ทำให้มีการแสดงความคิดเห็นอย่างตรงไปตรงมา นับว่าช่วยสะท้อนความเป็นจริงของผู้ตอบอย่างมาก จึงอาจเป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้คะแนนเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์กับแบบทดสอบวัดคุณลักษณะวินัยในตนเองและมีความสัมพันธ์กันในระดับสูง

นอกจากนี้ กระบวนการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองน่าจะมีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและคุณลักษณะวินัยในตนเอง เพราะพบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและคุณลักษณะวินัยในตนเองภายหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองมีความแตกต่างกัน ซึ่งพบว่าด้านเพิ่มขึ้น บางด้านลดลง สำหรับด้านที่มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลาง โดยทั่วไปมีแนวโน้มที่สูงขึ้น

ดังนั้น ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองและคุณลักษณะวินัยในตนเองจึงน่าจะเป็นผลมาจากพื้นฐานดั้งเดิมของนิสิต แบบทดสอบวัดเหตุผลเชิงจริยธรรมและแบบวัดคุณลักษณะวินัยในตนเอง และผลของการใช้รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองซึ่งประกอบด้วย การอบรมเชิงปฏิบัติการ และการฝึกฝนเพื่อพัฒนาวินัยในตนเองที่มีความสอดคล้องกัน

สมมุติฐานข้อที่ 4 : นิสิตที่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองมีคุณลักษณะวินัยในตนเอง และเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

1. นิสิตที่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการมีคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ที่ระดับ .01 ผลที่ได้เป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 3 จากผลการวิเคราะห์รายคู่ตามวิธีของ Newman Keuls พบว่ากลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ฝึกฝนและพัฒนาตนแบบกิจกรรมสังคม แบบคู่สัญญา แบบเตือนตนและแบบอิสระต่างก็มีทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า กิจกรรมต่างๆในชุดอบรมเชิงปฏิบัติการสามารถนำไปใช้ในการสร้างเสริมทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย เมื่อพิจารณากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเคารพสิทธิ และความมีเหตุผล ซึ่งเป็นคุณลักษณะย่อยของทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย พบว่ากลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีคุณลักษณะดังกล่าวสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านการปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะคณะผู้วิจัยได้สร้างรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการจากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีต่างๆที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง และใช้กระบวนการต่างๆในการสร้างทัศนคติต่อวินัยในตนเอง ซึ่งรวมถึงบุคลิกภาพประชาธิปไตย กระบวนการสร้างทัศนคติตามแนวของแมคไกวอร์ (McGuire) และทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ กระบวนการค่านิยมและกระบวนการควบคุมตนแบบประยุกต์โดยเน้นการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ

จากการผลการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1 พบว่าทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยด้านการเคารพสิทธิ การปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบ และความมีเหตุผลของกลุ่มที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้านต่ำไม่เด่นชัด อาจแสดงว่านิสิตไม่ได้รับการสร้างเสริมจากทางบ้านเท่าที่ควร แต่หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ นิสิตกลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่ม มีทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างเด่นชัด แสดงว่าความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นน่าจะเป็นผลมาจากรูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการ นอกจากนี้ พบว่าการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองโดยนิสิตตามลำพังเป็นเวลา 5 เดือน ซึ่งมี

แนวโน้มที่มีคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านต่างๆจะคลายลง เพราะไม่ได้รับการกระตุ้น และส่งเสริมอย่างใกล้ชิดดังในช่วงการอบรมเชิงปฏิบัติการ แต่ยังพบว่ากลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่ม ยังคงมีความมีเหตุผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการได้เน้นด้านความมีเหตุผลและเน้นการมองปัญหาอย่างรู้เหตุรู้ผลและฝึกการแก้ปัญหาอย่างมีระบบ และในช่วงการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองตามลำพังตลอด 5 เดือน ก็ใช้กระบวนการติดตามผลและปรับปรุงพัฒนาซึ่งเกี่ยวข้องกับความมีเหตุผลตลอดเวลา ดังนั้น ความมีเหตุผลจึงได้รับพัฒนาในกลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างเด่นชัด

จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของปัจจัยทางชีวสังคมกับรูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง พบว่านอกจากประสบการณ์การปลูกฝังวินัยที่บ้าน ลักษณะทางชีวสังคมอื่นๆ เช่น การศึกษา และรายได้ของผู้ปกครองและเพศของนิสิต ร่วมกับรูปแบบการพัฒนาวินัยในตนเองมีผลต่อการสร้างเสริมความมีเหตุผลได้ เหล่านี้ คือปัจจัยที่สนับสนุนให้คุณลักษณะวินัยในตนเองด้านความมีเหตุผลของนิสิตกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างเด่นชัดตลอดการทดลองทุกขั้นตอน ซึ่งน่าจะมีแนวโน้มที่จะคงอยู่และพัฒนาต่อไป

2. ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง กลุ่มทดลองมีความเชื่อมั่นในตนเองโดยรวม สูงกว่ากลุ่มควบคุมโดยไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่พบว่ากลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่ม มีความเชื่อมั่นในตนเองด้านความสามารถในการแสดงออกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่กลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบอิสระมีความสามารถในการแสดงออกสูงกว่ากลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบเดือนตนและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นับว่าสนับสนุนสมมุติฐานที่วางไว้

รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยเฉพาะในการอบรมเชิงปฏิบัติการ ได้เน้นการสร้างเชื่อมั่นในตนเองแก่ผู้นิสิตด้วยกระบวนการค่านิยม กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ โดยให้ทั้งเวลาและสาระค่อนข้างมากแต่ผลที่ปรากฏไม่เด่นชัด จึงได้พิจารณาผลการวิเคราะห์สมมุติฐานข้อที่ 1 เกี่ยวกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากที่บ้าน พบว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากที่บ้านมากมีคุณลักษณะความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากที่บ้านน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง และความเป็นตัวของตัวเองของนิสิตที่ได้รับประสบการณ์

การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านมากไม่สูงกว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากทางบ้านน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่านิสิตยังได้รับการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองจากทางบ้านค่อนข้างน้อย

แม้ว่าผลการทดลองจะไม่ปรากฏว่ารูปแบบการอบรมเชิงปฏิบัติการจะมีผลต่อกลุ่มทดลองอย่างเด่นชัด แต่ก็พบว่าความเชื่อมั่นในตนเอง ความสามารถในการแสดงออกและความเป็นตัวของตัวเอง หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองพบว่ามี ความสัมพันธ์กับเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 แสดงว่าความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กับกลุ่มทดลองมีความเชื่อมั่นในตนเองโดยรวมสูงกว่ากลุ่มควบคุมแต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่พบว่ากลุ่มทดลองทั้ง 4กลุ่ม มีความเชื่อมั่นในตนเองด้านความสามารถในการแสดงออกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่กลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนแบบอิสระมีความสามารถในการแสดงออกสูงกว่ากลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนแบบเต็อนตนและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นับว่าสนับสนุนสมมุติฐานที่วางไว้

วินัยในตนเองและเป็นคุณลักษณะที่ควรได้รับการส่งเสริม เพราะช่วยให้เกิดการปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคมอย่างมีเหตุผล และมีความเต็มใจ เพราะการทำ ความดีโดยการฝืนใจยอมยากที่จะดำรงความดีนั้นไว้ได้นาน ดังนั้น บรรยากาศของ ความรักความหวังดีที่อยู่บนพื้นฐานของเหตุผล จึงมีความสำคัญต่อการสร้างเสริมวินัย อย่างยิ่ง พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). กล่าวว่ ในการสร้างวินัยต้องอาศัยความ เป็นกัลยาณมิตร ในการแนะนำตักเตือนกันด้วยเหตุผล ซึ่งช่วยให้เกิดความศรัทธาและ นำไปสู่ปัญญา และเห็นคุณค่าของวินัยว่าเป็นกระบวนการของการพัฒนาตนและ สังคม (ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ. 2539 : 54) ซึ่งเพียเจท์ (Piaget) ได้เคยกล่าวไว้ ว่า "กฎระเบียบที่กำหนดเพื่อการควบคุมจากภายนอก จะยังคงอยู่ภายนอกจิต วิญญาณของเด็ก แต่กฎระเบียบที่เกิดจากความเคารพและความร่วมมือซึ่งกันและกัน จะหยั่งรากฝังลึกในจิตใต้ของเด็กลดหายไป"

หากจะพิจารณาถึงธรรมชาติของความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะทางจิต ใจที่สั่งสมมาตั้งแต่เด็กยังเยาว์วัยมาโดยตลอด และความเชื่อมั่นยากที่จะส่งเสริมกัน โดยตรงแต่สามารถจัดบรรยากาศให้เอื้อต่อการพัฒนาได้ () ดังนั้น การจัด กิจกรรมต่างๆเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองในการอบรมเชิงปฏิบัติการอาจ

คาดหวังการเปลี่ยนแปลงไม่ได้มากนัก แต่ก็จำเป็นต้องคงไว้ เพราะความเชื่อมั่นในตนเองเป็นพื้นฐานของการพัฒนาด้านสติปัญญาและความมีเหตุผล ซึ่งจะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยรวมทั้งความเอื้ออาทรต่อไป

3. ความเอื้ออาทร กลุ่มทดลองมีความเอื้ออาทรโดยรวมสูงกว่ากลุ่มควบคุม แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเนื่องจากรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองยังไม่เน้นการส่งเสริมความเอื้ออาทรอย่างเพียงพอ และเมื่อพิจารณาผลการทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1 เกี่ยวกับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยจากที่บ้าน พบว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากที่บ้านมากมีคุณลักษณะความเอื้ออาทรโดยรวม ความเอื้ออาทรตามปทัสฐานของสังคมและความเอื้ออาทรตามเกณฑ์ของตนเองสูงกว่านิสิตที่ได้รับประสบการณ์การปลูกฝังวินัยในตนเองจากที่บ้านน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 อาจสะท้อนให้เห็นว่าความเอื้ออาทรพัฒนาได้ดีจากภายในครอบครัว ซึ่งเป็นการหล่อหลอมทางสังคมมากกว่าการอบรมเชิงปฏิบัติการ หรือจากสภาพแวดล้อมภายนอก จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเอื้ออาทรและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองพบว่าหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างความเอื้ออาทรโดยรวม ความเอื้ออาทรตามปทัสฐานทางสังคมและความเอื้ออาทรตามเกณฑ์ของตนเองอย่างมีนัยสำคัญ แต่ก็พบว่าหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองตามลำพังเป็นเวลา 5 เดือน ค่าสหสัมพันธ์สูงขึ้น

ทุกด้าน แสดงว่าการอบรมเชิงปฏิบัติการซึ่งมีระยะสั้นไม่สามารถสร้างความเปลี่ยนแปลงด้านความเอื้ออาทรได้ แต่การฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองในระยะยาวช่วยให้ความเอื้ออาทรเพิ่มขึ้นทีละน้อย ผลที่ปรากฏอาจแสดงให้เห็นว่าคุณลักษณะความเอื้ออาทรต้องอาศัยเวลาในการพัฒนา และหากมีวิธีการพัฒนาที่เหมาะสมจะต้องอาศัยเวลาในการพัฒนาทีละน้อยแต่ก็จะเป็นไปอย่างยั่งยืน

ในการทดลองครั้งนี้ พบสิ่งที่น่าสนใจคือหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความเอื้ออาทรสูงขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญ แต่หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองพบว่าทุกกลุ่มมีความเอื้ออาทรสูงขึ้น ยกเว้นกลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบคู่สัญญาที่มีความเอื้ออาทรลดลง สมาชิกในกลุ่มนี้ประมาณร้อยละ 70 ควบคุมตนเองในด้านความประพฤติในยุควิกฤตเศรษฐกิจ ดังข้อมูลเชิงคุณภาพ (บทที่ 4) กลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบคู่สัญญารายงานว่าสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้สำเร็จเป็นส่วนมาก เช่น "ประหยัด สามารถเก็บ

เงินได้ อดทนที่จะไม่ซื้อของฟุ่มเฟือย วางแผนใช้เงินได้ผล สะสมเงินไว้ใช้ในยามจำเป็น แก้ปัญหาที่ทำได้เพราะไม่เข้มแข็งพอ มีจุดมุ่งหมายที่จะปฏิบัติอย่างแน่วแน่...” เมื่อเทียบกับกลุ่มอื่น นิสิตกลุ่มนี้มีความจริงจังในการควบคุมตนเองค่อนข้างมาก ซึ่งอาจมีความเครียดในการปรับตัวมากกว่ากลุ่มอื่น จึงเป็นสิ่งที่น่าสนใจว่าการมุ่งมั่นที่จะแก้ปัญหาบางด้านอาจมีผลในทางลบบางด้านและน่าจะมีการศึกษาติดตามผลให้รอบด้านต่อไป

4. เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเอง นิสิตที่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองมีคุณลักษณะวินัยในตนเองและเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ซึ่งนับว่าสอดคล้องกับสมมุติฐานข้อที่ 4 นอกจากนี้ พบว่ากลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลที่ปรากฏอาจแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมต่างๆในชุดการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น สามารถนำไปสร้างเสริมคุณลักษณะวินัยในตนเองได้ ทั้งนี้เพราะสร้างขึ้นจากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับวินัยในตนเอง และใช้กระบวนการเพื่อพัฒนาและสร้างเสริมคุณลักษณะดังกล่าวด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ กระบวนการค่านิยม กระบวนการสร้างทัศนคติและการควบคุมตนเอง นอกจากนี้คุณลักษณะวินัยในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเหตุผลเชิงจริยธรรมอย่างเด่นชัด ดังนั้น เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองในกลุ่มทดลองจึงสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างเด่นชัด

อภิปรายผลจากข้อมูลเชิงคุณภาพ

จากการสังเกต การสัมภาษณ์ และรายงานที่เป็นข้อมูลเชิงคุณภาพของนิสิต หลังจากการอบรมเชิงปฏิบัติการและการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองสิ้นสุดลง พบว่าความพึงพอใจและทัศนคติที่ดีต่อการเข้าร่วมโครงการอย่างเด่นชัด นิสิตร้อยละ 20 รายงานว่าพบความเปลี่ยนแปลงที่ดี และน่าจะเป็นแนวโน้มไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นในระยะยาว ในช่วงการอบรมเชิงปฏิบัติการ นิสิตให้ความสนใจกับกิจกรรมต่างๆ เพราะเป็นกิจกรรมและกระบวนการที่นิสิตได้ใช้ความคิดและมีส่วนร่วมในกิจกรรมและอภิปราย นิสิตรายงานว่าได้รับการส่งเสริมด้านความเชื่อมั่นในตนเอง โดยเฉพาะใน

ด้านความสามารถในการแสดงออก ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลเชิงปริมาณ ที่พบว่าโดยรวมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองและทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยสูงกว่าก่อนเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ แต่พบว่ากลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างเด่นชัดเฉพาะด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยเพียงด้านเดียว

สำหรับด้านความเชื่ออาทรนั้น พบว่ามีความเปลี่ยนแปลงค่อนข้างน้อย ซึ่งอาจเป็นเพราะกิจกรรมที่จัดขึ้นยังไม่สามารถกระตุ้นความเชื่ออาทรได้เพียงพอ หรืออาจเป็นเพราะความเชื่ออาทรเป็นลักษณะทางจิตใจที่ต้องอาศัยเวลาในการสั่งสมและเปลี่ยนแปลง จึงยากที่จะเห็นความเปลี่ยนแปลงในช่วงการทดลองเพียง 2 วัน 1 คืน อย่างไรก็ตาม พบว่าโดยรวมมีการพัฒนาความเชื่ออาทรเพิ่มขึ้นหลังมีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองตามลำพังตลอดเวลา 5 เดือน การทดลองนี้จัดขึ้นในสถานการณ์ที่ค่อนข้างจะเป็นไปตามธรรมชาติ โดยให้นิสิตฝึกฝนและพัฒนาตนเองและประเมินตนเองตามลำพัง นับว่าเป็นรูปแบบที่สอดคล้องกับชีวิตมหาวิทยาลัย ซึ่งนิสิตจะต้องดูแลตนเองเป็นส่วนใหญ่ ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนี้ แม้ว่าจะไม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างเด่นชัด แต่ก็ทำให้เห็นแนวโน้มที่จะมีการพัฒนาความเชื่ออาทรได้ จึงทำให้คาดหวังการสร้างเสริมวินัยในตนเองโดยเน้นคุณลักษณะความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่ออาทร และทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยในครั้งนี้ คงจะบังเกิดผลในระยะยาว และน่าจะบังเกิดผลดีถ้านำรูปแบบนี้ไปใช้ในวงด้นภาคเรียน และน่าจะบังเกิดผลดียิ่งขึ้นถ้าได้รับความสนใจในการติดตามถามไถ่บ้างจากอาจารย์ผู้สอนและอาจารย์ที่ปรึกษาบ้าง

ข้อเสนอแนะในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

พบข้อคิดที่ได้รับจากการสถานการณ์จริงของทดลอง มีดังนี้

1. ควรนำรูปแบบไปใช้ตอนต้นภาคเรียน เพื่อให้ให้นิสิตมีโอกาสเลือกเข้ารับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองตามความพอใจ จะทำให้นิสิตมีความพึงพอใจในกิจกรรมฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองมากขึ้น และมีทัศนคติที่ดีในการพัฒนาตนเองมากขึ้น
2. การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบอิสระให้ความรู้สึกที่ดีแก่นิสิต นิสิตมีอิสระในการเลือกใช้วิธีการที่หลากหลายมาใช้ มีการพัฒนาตนเองตามความเหมาะสม โดยอาจมีอาจารย์ช่วยให้แนวทางแก่นิสิตบางคนที่อาจต้องการความช่วยเหลือ
3. การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองแบบเตือนตน ซึ่งเน้นการวางแผนและ

ติดตามผลการพัฒนาตนเองโดยการเขียนบันทึกเพื่อวิเคราะห์เป็นวิธีการที่ค่อนข้างง่าย และสะดวกในการใช้

4. การพัฒนาตนเองโดยคู่สัญญาสามารถสร้างความเปลี่ยนแปลงได้ค่อนข้างเด่นชัด แม้ว่ากระบวนการควบคุมตนเองตามแนวนี้ค่อนข้างผ่อนคลาย แต่ก็พบว่ามีความหลงใหลในตัวเอง โดยเฉพาะด้านความเอื้ออาทร อาจเป็นเพราะมีความมุ่งมั่นมากจนไม่สนใจด้านอื่นหรือบุคคลอื่น ดังนั้น จึงน่าจะมีการศึกษาติดตามผลพัฒนาการเรื่องต่างๆ บางครั้งเน้นด้านใดมากไปอาจมีผลทางบวกและทางลบด้านใด เพื่อให้สามารถส่งเสริมคุณลักษณะด้านนั้นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ทำงานเกี่ยวกับนิสิตนักศึกษา มีดังนี้

1. หน่วยงาน สถานศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาควรให้ความสนใจในการ สร้างเสริมวินัยในตนเองแก่เด็กและเยาวชน เพราะการพัฒนาวินัยภายนอกและวินัยในตนเองเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องจากบ้านสู่โรงเรียนและมหาวิทยาลัย/สถาบันอุดมศึกษา
2. ผู้บริหารควรให้ความสนใจสนับสนุนให้ผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายร่วมมือกันส่งเสริมวินัยในตนเองแก่นิสิตนักศึกษาอย่างเข้มแข็งจริงจัง
3. ควรส่งเสริมให้อาจารย์จัดบรรยายภาคการสอนให้ผ่อนคลายและใช้เหตุผลในการโน้มน้าวให้นิสิตมีจิตสำนึกต่อสังคมและตนเอง
4. ควรมีการสร้างเครือข่ายความร่วมมือในการสร้างเสริมวินัยในตนเองควบคู่กับการพัฒนาศักยภาพในการเรียนและการทำงานของนิสิต
5. องค์กรให้สังคมตระหนักในปัญหาของการขาดวินัยในตนเองและร่วมมือกันสร้างเสริมวินัยในตนเองแก่เด็กและเยาวชนอย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยต่อไป

1. ควรมีการวิจัยและพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองในรูปแบบที่แตกต่างออกไป
2. ควรมีการเพิ่มตัวแปรคุณลักษณะวินัยในตนเอง เช่น การมุ่งอนาคตและควบคุมตน
3. ควรศึกษาความแตกต่างของผลการใช้รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเองในนิสิตชั้นปีที่ 1 และปีที่ 3 หรือปีที่ 4
4. ควรมีการศึกษาวิธีการที่เหมาะสมในการเผยแพร่รูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

บรรณานุกรม

กรรณา กิจชยัน. (2531). ความคิดเห็นเกี่ยวกับความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่อยู่ในครอบครัวที่มีเฉพาะบิดาหรือมารดา และที่มีทั้งบิดาและมารดา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.

กานดาภรณ์ จิโรภาส. (2533). รูปแบบการฝึกอบรมบุคลากรฝ่ายบริหารของสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

คณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, สำนักงาน. (2537). การเสริมสร้างวินัย : คู่มือแนะแนวทางการปฏิบัติ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา.

คมคาย อนุจันทร์. (2538). การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

จงใจ ขจรศิลป์. (2532). การศึกษาการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์และการเล่นตามมุมที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์และความเชื่อมั่นในตนเอง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

จรรยา สุวรรณทัต. (2533). รายงานการวิจัยเรื่อง "ความสามารถในการควบคุมตนเองของเด็กไทย. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ. (2539). การสำรวจคุณลักษณะทางวินัยที่พึงประสงค์
ในสังคมไทย. กรุงเทพฯ : รายงานการวิจัยฉบับที่ 56. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยของ
สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.

ชวลี นาคทัต. อิทธิพลของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาศีลธรรมและ
ความมีวินัยแห่งตน. ปรินญาณินพนธ์กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

ชวาล แพรัตกุล. (2520). เทคนิคการเขียนข้อสอบ. โรงพิมพ์พิทักษ์อักษร.

ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา. (2539). ผลการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. ปรินญาณินพนธ์. วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

ชิตกมล สังข์ทอง. (2535). การศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อวินัยของวัยรุ่น. ปรินญา
ณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

ดวงเดือน พันธมนาวิน. (2523). จิตวิทยาการปลูกฝังวินัยแห่งตน. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัย
พฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

ดวงเดือน พันธมนาวิน. (2530). ชุดฝึกอบรมหลักสูตรการเสริมสร้างทัศนคติ ค่านิยมและ
จริยธรรมของข้าราชการ. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน.

ฐะปะนีย์ นาครทรรพ. (2517). "ประชาธิปไตยในทัศนะของนิสิต," วารสารครุศาสตร์.

ทินพันธ์ นาคะตะ. (2516). ประชาธิปไตย. กรุงเทพฯ : อมรินทร์การพิมพ์.

ทศนา เขมมณี และคณะ. (2522). กลุ่มสัมพันธ์ : ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1. กรุงเทพฯ : บุรพาศิลป์การพิมพ์.

ธีระพร อุวรรณโณ. (2535). "ความเอื้ออาทร," สารานุกรมศึกษาศาสตร์. ฉบับเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ในมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 5 รอบ กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

_____. (2529). จิตวิทยาสังคม. คณะศึกษาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

นิภา บุญศรีสวัสดิ์. (2517). การศึกษาความมีน้ำใจของครู ความอยากรู้ อยากเห็น ความเอื้อเฟื้อและเพทุบาย ของนักศึกษาปีที่ 1-4 วิทยาลัยครูนครปฐม ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยวิชาการศึกษา อัดสำเนา.

นิตยาภรณ์ ดวงเรือง. (2540). การเปรียบเทียบผลของการใช้การควบคุมตนเองกับการใช้สัญญาเงื่อนไขเพื่อลดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพิบูลสังฆรักษ์ประชาอุทิศ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

บัญชา ศรีประมง. (2521). กิจกรรมเสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : อมรินทร์การพิมพ์.

- บุญมี เด็ดอนันตกุล. (2539). ผลของการฝึกพฤติกรรมประชาธิปไตยต่อการเปลี่ยนแปลงเจตคติต่อประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. ปรินุญานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- บุญรับ คักดีมณี. (2532). การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการทำงานราชการ. ปรินุญานิพนธ์ กศ.ด. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- ประเทือง ภูมิภักทราคม. (2535). การปรับพฤติกรรม : ทฤษฎีการประยุกต์. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว. คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูเพชรบุรีวิทยาสงครณ.
- ผ่องพรรณ แวรวิเศษ. (2534). ลักษณะจิตสังคมเพื่อป้องกันพฤติกรรมทะเลาะวิวาทของวัยรุ่น. ปรินุญานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน พ.ศ. 2538. พิมพ์ครั้งที่ 5 กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.
- พรรณี เกษกมล. (2537). ผลของการเรียนหลักสูตรการศึกษาออกโรงเรียนสายสามัญวิธีเรียนด้วยตนเอง (สอบเทียบ) ขณะเรียนในระบบโรงเรียนต่อการปรับตัว การควบคุมตนเอง การตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย. ปรินุญานิพนธ์. กศ.ด. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- พรรณทิพย์ ฟั่นทอง. (2524). การเปรียบเทียบผลการใช้บทบาทสมมุติแบบมีบทและไม่ มีบทต่อวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุชนทริก จังหวัดอุบลราชธานี. ปรินุญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต) (2531). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2537). "รายงานการตอบแบบสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับวินัยของคนในชาติ," ณ สถานปฏิบัติธรรมสายใจธรรม อำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา.

มานะ พ่วงความสุข. (2536). ผลของการฝึกความไวต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนหาดอมราอักษรลักษณ์วิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ปรินฎยานิพนธ์ (กศ.ม.) พระนคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

รัตนา บำรุงญาติ. (2532). ผลของการพัฒนาจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โดยใช้หุ่นมือ การเล่านิทาน และแถบเสียงนิทาน . ปรินฎยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

รัตนา ประเสริฐสม. (2536). ปรินฎยานิพนธ์ กศด. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

รุ่งรัตน์ ไกรทอง. (2537). ผลของการใช้บทบาทสมมุติที่มีต่อการใช้เหตุผลทางจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดช่องนนทรี กรุงเทพมหานคร. ปรินฎยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

เริงลักษณะ โจรณพันธ์. (2529). เทคนิคการฝึกอบรม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ลัดดา สุวรรณวงศ์. (2512). แรงจูงใจในการเข้าศึกษาวิชาชีพและความมั่นใจที่จะไปประกอบอาชีพของนักเรียนในโรงเรียนประเภทช่างอุตสาหกรรม. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

ลัดดาวัลย์ ณ ระนอง. (2525). การทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเอง. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

วาสนา ผดุงทรง. (2529). ผลของการอภิปรายภาพวาดเป็นกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปัญญาวรคุณ. ปรินญาณิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

วาสนา รอดเที่ยง. (254.). กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาพฤติกรรมประชาธิปไตยด้านสามัคคีธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดทรงธรรม จังหวัดสมุทรปราการ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.

วิจิตร อวระกุล. (2537). การฝึกอบรม : คู่มือการฝึกอบรมและพัฒนาบุคคล. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

_____. (2532). "ระเบียบวินัยเป็นหัวใจของการพัฒนา," วารสารไทย. 9 (36) 45-48; ตุลาคม-ธันวาคม.

วิชัย ต้นศิริ. (2516). "คติพจน์ของวิถีชีวิตประชาธิปไตย," รัฐธรรมนูญสำหรับชาวบ้าน กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พิมพ์เนศ.

- วิเชียร รักการ. (2522). การวิจัยเปรียบเทียบจิตลักษณะของนิสิตและนิสิตอาสาสมัคร.
วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. อัดสำเนา.
- วินัย ธรรมศิลป์. (2527). การสร้างแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพด้านความเชื่อมั่นในตนเอง
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- วีรยุทธ์ วิเชียรโชติ. (2516). "บุคลิกภาพประชาธิปไตยกับสังคม," พัฒนาวิถึผลฯ.
กรุงเทพฯ : กรุงเทพมหานครพิมพ์.
- สมคิด บางโม. (2539). การพัฒนาและฝึกอบรม. กรุงเทพฯ : นำอักษรการพิมพ์.
- สมพงษ์ พวงคำ. (2529). การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ในการเรียนวิชากลุ่มสร้างเสริม
ประสบการณ์ชีวิตและทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นประถม
ศึกษาปีที่ 6 จากการสอนด้วยวิธีปกติเบาะกระบวนกรกบุ่มสัมพันธ์. วิทยานิพนธ์.
กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- สมพร พลอยงาม. (2525). การทดสอบความเชื่อมั่นในตนเองแก่เด็กที่มีระดับ
พัฒนาการทางสติปัญญาต่างกันโดยวิธีการกลุ่มสัมพันธ์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ. (2526). การปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุขทัยธรรมมาราช, มหาวิทยาลัย. (2537). การบริหารงานบุคคล. นนทบุรี :
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาราช.

- สุปราณี ศรีฉัตรวิมล. (2524). การฝึกอบรมการพัฒนาบุคลากร. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุมาลี วงศ์ปลุกแก้ว. (2526). ความสัมพันธ์ระหว่างปฏิสัมพันธ์ของครูกับนักเรียนในชั้นเรียน ความรู้สึกรับผิดชอบและความเชื่อมั่นในตนเอง. วิทยานิพนธ์ กศม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อุดลำนาค.
- สุรินทร์ คล้ายรามัญ. (2522). การพัฒนาภาพลักษณ์แห่งตนโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ คม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อุดลำนาค.
- สุวรรณดี จิตวิริยะยิ่งยง. (2540). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิสุทธิกษัตริ์ จังหวัดสมุทรปราการ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อุดลำนาค.
- แสง ทวีคุณ. (2538). การฝึกเพื่อเสริมสร้างจิตลักษณะในการป้องกันพฤติกรรมทะเลาะวิวาทในนักเรียนอาชีวศึกษา. วิทยานิพนธ์ วทม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อุดลำนาค.
- อรอนงค์ วิทยานิพนธ์. (2533). การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมก่อกวนในห้องสมุดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดใหม่ช่องลม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อุดลำนาค.

- อัจฉรา เนตรล้อมวงศ์. (2531). ผลของการใช้บทบาทสมมติที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร. ปรินฎานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- อ้อมเดือน สดมณี. (2540). คู่มือการจัดกิจกรรมและสื่อเพื่อพัฒนาจิตพิสัยในระบบการเรียนการสอนระดับประถมศึกษา. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- อินทิรา มั่นธรรม. (2537). การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองควบคู่กับการใช้หลักฟรีแมคและการควบคุมตนเองคู่กับการชี้แนะที่มีต่อวินัยในห้องเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางปะหัน อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินฎานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- อำพร กาทอง. (2529). การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาและความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่สอง ซึ่งเรียนด้วยวิธีซินดิเคทสอนโดยใช้บทเรียนแบบโปรแกรมและสอนตามคู่มือครูของหน่วยศึกษานิเทศก์กรมสามัญศึกษา. ปรินฎานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- Arronfreed, J. and Paskal, V. (1965). "Altruism, empathy, and conditioning of positive affect," Unpublish manuscript, University of Pennsylvania.
- Arronfreed, J. and Paskal, V. (1966). "The development of sympathetic behavior in children," Unpublish manuscript, University of Pennsylvania.

Brooks, R. B. (1992). "Self-esteem during schoolyears," Pediatric Clinic of North America. 39 (3) : 537-551.

Dewey, John. (1915). Democracy and education. New York : The Free Press.

Dressler, Gary. (1994). Human resource management. Engwood Cliff, New Jersey : Prentice Hall. Inc. 1994.

Gage, N.L. and Berliner, David C. (1984). Educational Psychology. Third Edition, New York : Mifflin Company Boston.

Gray, George R. Hall, McKenzie E. Miller, Marianne, and Shasky, Charles. (1997). "Traing practices in stste government agencies." Public personnel management needs assessment and monitoring. vol 26, No.2. Switzerland International Labour Organization.

Grotberg, Edith. (1995). A guide to promoting resilience in children : Strengthening the human spirit. The Hague : Bernard van Leer Foundation.

Gurney, P. W. (1988). Self-esteem in children with special needs. Great Britain : Billing & Son.

Guralnik, David B. (1970). Webster's New World Dictionay of the American Language, New York : The World Publishing Company.

Hoffman, Martin L. (1976). "Empathy, role taking, guilt, and development of altruistic motive," In Moral development and behavior : Theory research, and social issues. ed. Thomas Lickona. New York : Holt Rinehart and Winston.

Honig, Allice. S. and Wittmer, Donna S. (1991). "Socialization and discipline for infant and young children," Early Childhood and Care. vol. 66, 65-73. PsycLIT (r) 1990-1997.

Kazdin, Alan E. (1984). Behavior modification in applied settings. 3rd ed. Illinois : The Surrey Press.

Kingsbury, Joseph Bush. (1957). Personnel administration for Thai students. Bangkok : Institute of Public Administration, Thammasart University.

Lickona, Thomas. (1991). Educating for character : How can school can teach respect and responsibility ?. New York : Bantam Books.

Megginson, Leon C. A behavioral approach to adminidtration. Homewood, Illinois : Richard D. Irwin, Inc.

Michaelis, John U. (1953). Social studies for children in democracy. New York : Prentice-Hall, Inc.

Mussen, P.H., Lutherford, E., Harris S. and Kensey, N.B. (1972).

"Honesty and altruism among pre-adolescents," Developmental Psychology. 3, 169-194.

Neilson, W. A. (1993). Webster's new international dictionary of the English language. nabridge with seven languages dictionary. Chicago : Encyclopedia Britanica.

Newcombe, Nora. (1996). Child development : Change over time.
New York : Harper Collins College Publishers.

Papalia, Diane E. (1985). Psychology. New York : McGraw-Hill Book Company.

Peck, R. F. and Harvighurst, R. J. (1970). The psychology of character development. New York : Wiley.

Pope, Alice W., McHale, Susan M. and Craighead, Edward. (1988). Self-esteem enhancement with children and adolesents. Great Britain : Pergamon Press.

Rathus, Spencer, A. and Nevid, Jeffrey S. (1995). Adjustment and growth : The challenges of life. New York: Harcourt Brace College Publishers.

Rosenberg, M. (1979). Conceiving the self. New York : Basic Books.

- Saltzstein, Herbert D. (1976). "Social influence and moral development," Moral development and behavior. ed. Thomas Lickona. New York : Holt, Rinehart and Winston.
- Schneidman, Rose. (1965). Democratic education on practice. New York : Harper & Brothers Publishers.
- Veltkamp, Debra E. (1997). Nursing students's perceptions of clinical instruction that affected self-confidence. Thesis M.S.N., Grand Velley State University.
- Wexley, Kenneth N. (1991). "Identifying training needs," in Developing and training human resource organization. 2 nd. edition. New York : Harper Collins Publishers Inc.

ภาคผนวก ก

คณะกรรมการพัฒนาเครื่องมือวัดและประเมิน

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. อาจารย์ ดร. ชูศักดิ์ ชัมภลลิขิต | บัณฑิตวิทยาลัย มศว |
| 2. ศาสตราจารย์ ศรียา นิยมธรรม | คณะศึกษาศาสตร์ มศว |
| 3. ศาสตราจารย์ ดร. ผดุง อารยะวิญญู | คณะศึกษาศาสตร์ มศว |
| 4. รศ. ดร. ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร | คณะมนุษยศาสตร์ มศว |
| 5. อาจารย์ ดร. สธัญ ภูคอง | คณะสังคมศาสตร์ |
| 6. ผศ. ดร. อรพินทร์ ชูชม | สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มศว |
| 7. อาจารย์ ดร. วิลาสลักษณ์ ชวัลลี | สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มศว |
| 8. ผศ. ดร. ฉันทนา ภาคบงกช | สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มศว |
| 9. อาจารย์ จรัล อุ่ณัฐิวัฒน์ | สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มศว |
| 10. อาจารย์ วินัย ดำสุวรรณ | โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ |
| 11. นายบุญสิทธิ์ ไชยชนะ | โรงพยาบาลพัทลุง |
| 12. อาจารย์ สุรพงศ์ ชูเดช | สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี |

คณะกรรมการพัฒนาชุดอบรบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง

- | | |
|------------------------------------|---------------------------------------|
| 1. ผู้อำนวยการส่วนวิจัยและพัฒนา | สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ |
| 2. ผศ. ดร. จันทนา ภาคบงกช | สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มศว |
| 3. รศ. ดร. ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร | คณะมนุษยศาสตร์ มศว |
| 4. รศ. ดร. วิชัย วงษ์ใหญ่ | คณะศึกษาศาสตร์ มศว |
| 5. อาจารย์ ดร. ชูศักดิ์ ชัมภลลิขิต | บัณฑิตวิทยาลัย มศว |
| 6. ผศ. ดร. พรสุข อนุวินรัตน์ | คณะพลศึกษา มศว |
| 7. รศ. วณิดา ขำเขียว | คณะมนุษยศาสตร์ มศว |
| 8. รศ. ดร. ทิศนา เขมมณี | คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 9. รศ. ดร. เสาวคนธ์ สุดสวาสดิ์ | คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ |
| 10. ผศ. สุรัชย์ ประเสริฐสรวย | คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ |
| 11. ผศ. ดร. เรียม ศรีทอง | สถาบันราชภัฏ สอนดุสิต |
| 12. ผศ. ปราณีย์ รามสูต | สถาบันราชภัฏ ธนบุรี |
| 13. อาจารย์ เขาวรัตน์ ทัศนเขต | สภาสถาบันราชภัฏ |
| 14. ผศ. ดร. พรพิมล ไวย่างกูร | สถาบันราชมงคล ปทุมธานี |

ตารางการอบรมเชิงปฏิบัติการ
เรื่อง "การพัฒนาศักยภาพในการเรียนและการทำงาน"

ณ ฟาว์นเทนทรี รีสอร์ท

อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

ระหว่างวันที่ 24 - 25 มกราคม 2541

.....
วันเสาร์ที่ 24 มกราคม 2541

- 05.30-09.00 น. เดินทางจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ - ที่พัก
- 09.00-09.15 น. รับประทานอาหารว่าง
- 09.15-09.45 น. กิจกรรมสร้างความคุ้นเคย : รื่นเรียงยินดี
- 09.45-10.45 น. กิจกรรมพัฒนาตน-สังคม : การมีวินัยแห่งตน
- 10.45-12.00 น. กิจกรรมพัฒนาตน-สังคม : พลังแห่งวินัยในตนเอง
- 12.30-12.45 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 13.45-14.00 น. กิจกรรมรื่นเรียง
- 14.00-15.45 น. กิจกรรมเรียนรู้อารมณ์จิตใจ : ร่วมสร้างพลังจิต
- 15.45-16.30 น. กิจกรรมเรียนรู้อารมณ์จิตใจ : ศักยภาพที่สร้างสรรค์
- 15.00-15.15 น. รับประทานอาหารว่าง
- 15.15-16.00 น. กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม : ร่วมมือร่วมใจ
- 16.00-16.45 น. กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม : ใฝ่ความดีงาม
- 16.45-17.00 น. พักผ่อนตามอัธยาศัย : ออกกำลัง ว่ายน้ำ เดินเล่น
- 17.00-19.00 น. รับประทานอาหารเย็น
- 19.00-19.20 น. กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม : ใฝ่ความดีงาม (ต่อ)
- 19.20-21.30 น. กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม : ความเอื้ออาทร
- 21.30-21.50 น. ข้าวต้มรอบดึก
- 21.50-05.00 น. เข้านอน

วันอาทิตย์ที่ 25 มกราคม 2541

- 05.00-05.30 น. ตื่นนอน อาบน้ำแต่งตัว
- 05.30-06.30 น. บริหารกาย-บริหารจิต
- 06.30-07.00 น. รับประทานอาหารเช้า
- 07.30-08.00 น. กิจกรรมเริ่มเรื่อง
- 08.00-09.00 น. กิจกรรมพัฒนาชีวิต : อนาคตเป็นของเรา
- 09.00-10.00 น. กิจกรรมพัฒนาชีวิต : เป้าหมายแห่งความสำเร็จ
- 10.00-10.15 น. รับประทานอาหารว่าง
- 10.15-12.00 น. กิจกรรมพัฒนาชีวิต : ก้าวสู่ความสำเร็จ
- 12.00-12.45 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 12.45-14.15 น. กิจกรรมพัฒนาชีวิต : สร้างสรรค์ตนและสังคม
- 14.15-14.30 น. รับประทานอาหารว่าง
- 14.30-15.00 น. กิจกรรมอ้อลา (รวมทุกกลุ่ม)
- 15.00-17.00 น. เดินทางกลับ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

- หมายเหตุ :
1. แต่งกายตามสบาย
 2. รายการเครื่องใช้ที่จำเป็น
 - เครื่องใช้ส่วนตัว
 - เสื้อกันหนาว
 - ยาประจำตัว
 - รองเท้าแตะ
 - ไฟฉาย (ถ้ามี)
- ฯลฯ

ตารางการอบรมเชิงปฏิบัติการ
เรื่อง "การพัฒนาศักยภาพในการเรียนและการทำงาน"
ณ ฟาว์นเทนทรี รีสอร์ท
อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
ระหว่างวันที่ 24 - 25 มกราคม 2541

.....
วันเสาร์ที่ 24 มกราคม 2541

- 05.30-09.00 น. เดินทางจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ - ที่พัก
09.00-09.15 น. รับประทานอาหารเช้า
09.15-09.45 น. กิจกรรมสร้างความคุ้นเคย : รื่นเรียงินดี
09.45-10.45 น. กิจกรรมพัฒนาตน-สังคม : วินัยแห่งตน
10.45-12.00 น. กิจกรรมพัฒนาตน-สังคม : พลังแห่งวินัยในตนเอง
12.30-12.45 น. รับประทานอาหารกลางวัน
13.45-14.00 น. กิจกรรมรื่นเริง
14.00-15.45 น. กิจกรรมเรียนรู้อารมณ์จิตใจ : ร่วมสร้างพลังจิต
15.45-16.30 น. กิจกรรมเรียนรู้อารมณ์จิตใจ : ศักยภาพที่สร้างสรรค์
15.00-15.15 น. รับประทานอาหารเช้า
15.15-16.00 น. กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม : ร่วมใจร่วมพลัง
16.00-16.45 น. กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม : ใฝ่ความดีงาม
16.45-17.00 น. พักผ่อนตามอัธยาศัย : ออกกำลัง ว่ายน้ำ เดินเล่น
17.00-19.00 น. รับประทานอาหารเย็น
19.00-19.20 น. กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม : ใฝ่ความดีงาม (ต่อ)
19.20-21.30 น. กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม : มิตรที่แสนดี
21.30-21.50 น. ข้าวต้มรอบดึก
21.50-05.00 น. เข้านอน

วันอาทิตย์ที่ 25 มกราคม 2541

- 05.00-05.30 น. ตื่นนอน อาบน้ำแต่งตัว
- 05.30-06.30 น. บริหารกาย-บริหารจิต
- 06.30-07.00 น. รับประทานอาหารเช้า
- 07.30-08.00 น. กิจกรรมเริ่มเรื่อง
- 08.00-09.00 น. กิจกรรมพัฒนาชีวิต : อนาคตเป็นของเรา
- 09.00-10.00 น. กิจกรรมพัฒนาชีวิต : ก้าวสู่ความสำเร็จ
- 10.00-10.15 น. รับประทานอาหารว่าง
- 10.15-12.00 น. กิจกรรมพัฒนาชีวิต : ก้าวสู่ความสำเร็จ
- 12.00-12.45 น. รับประทานอาหารกลางวัน
- 12.45-14.15 น. กิจกรรมพัฒนาชีวิต : สร้างสรรค์เพื่อสังคม
- 14.15-14.30 น. รับประทานอาหารว่าง
- 14.30-15.00 น. กิจกรรมอำลา : ความสุขของชีวิต
- 15.00-18.00 น. เดินทางกลับ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

- หมายเหตุ :
1. แต่งกายตามสบาย
 2. รายการเครื่องใช้ที่จำเป็น
 - เครื่องใช้ส่วนตัว
 - เสื้อกันหนาว
 - ยาประจำตัว
 - รองเท้าแตะ
 - ไฟฉาย (ถ้ามี)

ฯลฯ

สถาบันวิจัยพฤกษศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สุขุมวิท ๒๓ กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๑๐

๕ มกราคม ๒๕๔๑

เรื่อง ขออนุญาตพานิสิตไปร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เรียน ท่านผู้ปกครอง.....

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตารางการอบรมเชิงปฏิบัติการ

เนื่องด้วยข้าพเจ้า ซึ่งเป็นอาจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤกษศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ จัดทำโครงการย่อยที่ ๑ "การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้และการทำงาน" ปรากฏว่าการอบรมนี้สนับสนุนการเรียนรู้ ปรัชญาสุศึกษา ซึ่งอาจารย์ผู้สอนยินดีสนับสนุนให้นิสิตเข้าร่วมในการการอบรมครั้งนี้โดยถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้วิชา ซึ่งจะช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของบุตรหลานของท่านอย่างยิ่ง

ข้าพเจ้าจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการอนุญาตให้.....

.....เข้าร่วมในการอบรมเชิงปฏิบัติการ ซึ่งจะจัดขึ้น ณ "ฟาว์นเทนทรีรีสอร์ท"

อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา ระหว่าง วันที่ ๒๔-๒๕ มกราคม ๒๕๔๑ โดย

จะเริ่มออกเดินทางจากหน้าตึก ๙ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ในวันที่ ๒๔

มกราคม ๒๕๔๑ เวลา ๕.๓๐ น. และเดินทางกลับถึงมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ในวันที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๔๑ เวลาประมาณ ๑๘.๐๐ น. ทั้งนี้ ทางโครงการฯ จะรับผิดชอบค่า

ใช้จ่ายในการอบรมเชิงปฏิบัติการ การเดินทาง ที่พักและอาหาร โดยนิสิตไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ

ทั้งสิ้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านในการอนุญาตให้

..... เข้าร่วมในการประชุมครั้งนี้ และขอขอบพระคุณในความร่วมมือ

มา ณ โอกาสนี้ เป็นอย่างสูง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ฉันทนา ภาคบังกช)

ประธานโครงการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างวินัยในตนเอง

กรุณาตอบแบบฟอร์มนี้และส่งคืนอาจารย์

ข้าพเจ้า มีความยินดี ขัดข้อง

ที่จะอนุญาตให้ เข้าร่วมในการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง
"การพัฒนาศักยภาพในการเรียนและการทำงาน" ณ ฟาว์นเทนทรีรีสอร์ท อำเภอ ปากช่อง
จังหวัดนครราชสีมา ระหว่างวันที่ ๒๔-๒๕ มกราคม ๒๕๔๑

ลงชื่อ.....

()

ผู้ปกครอง

/ / ๒๕๔๑

หมายเหตุ : โปรดรวบรวมแบบฟอร์มส่งอาจารย์ผู้สอน ภายใน ๒๑ ม.ค. ๒๕๔๑

ภาคผนวก ข

ตาราง 19 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเคารพสิทธิ ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	15.933	1.580	15.857	1.292	16.200	1.971
คู่สัญญา	15.600	1.882	16.200	2.007	15.533	3.314
เดือนตน	15.688	1.888	16.188	1.601	16.625	1.746
อิสระ	15.846	1.725	17.000	1.581	16.846	2.154
ควบคุม	14.589	2.123	14.706	2.201	15.529	2.004

จากตาราง 19 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนการเคารพสิทธิของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวินัยในตนเอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยระหว่าง 14.589-15.933 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 1.580-2.523 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ค่าเฉลี่ยคะแนนการเคารพสิทธิอยู่ระหว่าง 14.706-17.000 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 1.292-2.201 กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยการเคารพสูงกว่ากลุ่มควบคุม

หลังจากกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง พบว่าค่าเฉลี่ยการเคารพสิทธิอยู่ระหว่าง 15.529-16.846 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 1.746-3.314 กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยการเคารพสิทธิสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 20 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของการเคารพสิทธิก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	9.219	4	4.805	1.388	.247
ภายในกลุ่ม	245.781	71	3.462		
รวม	265.000	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	42.585	4	10.646	3.326	.015*
ภายในกลุ่ม	224.081	70	3.201		
รวม	266.667	74			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง :					
ระหว่างกลุ่ม	66.144	4	16.536	1.258	.295
ภายในกลุ่ม	920.043	70	13.143		
รวม	986.187	74			

จากตาราง 20 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของการเคารพสิทธิของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ แต่ไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญของการเคารพสิทธิก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

ตาราง 21 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะ
วินัยในตนเองด้านการเคารพสิทธิระหว่างกลุ่ม

การเคารพสิทธิ	การเคารพสิทธิ	ค่าความ	
		แตกต่าง	ระดับนัย สำคัญ
แบบคู่สัญญา	> กลุ่มควบคุม*	1.494	.021*
แบบเตือนตน	> กลุ่มควบคุม	1.482	.020*
แบบอิสระ	> กลุ่มควบคุม	2.292	.001**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 21 จากการเปรียบเทียบรายคู่ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านการเคารพสิทธิระหว่างกลุ่มโดยวิธีการของ Newman-Keuls พบว่า กลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนแบบกิจกรรมคู่สัญญาได้รับการสร้างเสริมด้านการเคารพสิทธิสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนแบบกิจกรรมเตือนตนได้รับการสร้างเสริมด้านการเคารพสิทธิสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนแบบอิสระได้รับการสร้างเสริมด้านการเคารพสิทธิสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 22 ค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการปฏิบัติตามข้อ
ตกลงก่อนและหลังการอบรม และหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	13.200	1.897	11.357	1.008	10.867	1.642
คู่สัญญา	13.067	2.187	10.133	.916	9.714	1.978
เตือนตน	11.750	3.214	11.125	.885	10.563	1.413
อิสระ	13.231	2.421	10.846	1.281	10.461	1.506
ควบคุม	11.824	2.455	10.235	1.751	10.235	1.480

จากตาราง 22 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยระหว่าง 11.750-13.231 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 1.897-2.455 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติตามข้อตกลงอยู่ระหว่าง 10.123-10.846 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง .885-1.751

หลังจากได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยการการปฏิบัติตามข้อตกลงอยู่ระหว่าง 9.714-10.867 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 1.413-1.978 นอกจากนี้พบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยการการปฏิบัติตามข้อตกลงสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 23 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของการปฏิบัติตามข้อตกลงและกฎระเบียบ หลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง จำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	13.366	4	3.341	1.457	.224
ภายในกลุ่ม	162.158	71	2.293		
รวม	176.158	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	17.671	4	4.418	2.933	.027*
ภายในกลุ่ม	105.449	70	1.506		
รวม	123.120	74			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง:					
ระหว่างกลุ่ม	10.729	4	2.682	1.038	.394
ภายในกลุ่ม	180.818	70	2.583		
รวม	191.547	74			

* มีนัยสำคัญที่ระดับ .05

จากตาราง 23 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเอง ด้านการปฏิบัติตามข้อตกลงกฎระเบียบจำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม พบว่าหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่ปรากฏความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในก่อนการเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

ตาราง 24 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะ
วินัยในตนเองด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบระหว่างกลุ่ม

การปฏิบัติตามกฎระเบียบ	การปฏิบัติตามกฎระเบียบ	ค่าความ	
		แตกต่าง สำคัญ	ระดับนัย
แบบกิจกรรมสังคม	> แบบคู่สัญญา	1.224	.009**
แบบกิจกรรมสังคม	> กลุ่มควบคุม	1.122	.014*
แบบเดือนตน	> แบบคู่สัญญา	.992	.028*

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 24 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบระหว่างกลุ่ม โดยวิธีการของ Newman-Keuls พบว่า กลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนแบบกิจกรรมสังคมได้รับการส่งเสริมด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบสูงกว่ากลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนแบบกิจกรรมคู่สัญญาและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 25 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความมีเหตุผล ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	11.400	1.682	11.800	1.613	9.267	1.335
คู่สัญญา	10.533	1.187	11.000	.926	10.133	1.302
เตือนตน	11.375	1.821	11.563	1.712	10.313	.947
อิสระ	11.308	2.097	12.000	1.683	10.154	1.144
ควบคุม	10765	1.855	10.000	1.173	9.353	1.170

จากตาราง 25 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนความมีเหตุผลการของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวิสัยในตนเอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยความมีเหตุผลระหว่าง 10.533-11.400 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 1.187-2.07 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ระหว่าง 10.000-12.000 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง .926-1.773

หลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าคะแนนเฉลี่ยการความมีเหตุผลอยู่ระหว่าง 10.313-10.312 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง .947-1.1170

ตาราง 26 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความมีเหตุผลก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	9.760	4	2.440	.799	.530
ภายในกลุ่ม	216.911	71	.0355		
รวม	226.671	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	40.860	4	10.215	4.889	.002**
ภายในกลุ่ม	148.338	71	2.089		
รวม	189.197	74			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง :					
ระหว่างกลุ่ม	15.097	4	3.774	2.688	.038*
ภายในกลุ่ม	99.679	71	1.404		
รวม	114.776	75			

จากตาราง 26 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเอง ด้านการความมีเหตุผล จำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม พบว่าหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในระยะหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 27 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะ
วินัยในตนเองด้านความมีเหตุผลระหว่างกลุ่ม

ความมีเหตุผล	ความมีเหตุผล	ค่าความ แตกต่าง สำคัญ	ระดับนัย
การอบรมเชิงปฏิบัติการ :			
แบบกิจกรรมสังคม	> กลุ่มควบคุม	1.800	.001**
แบบเต็อนตน	> กลุ่มควบคุม	1.563	.003**
แบบอิสระ	> กลุ่มควบคุม	2.000	.000**
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตน:			
แบบคู่สัญญา	> แบบกิจกรรมสังคม	.867	.049*
แบบเต็อนตน	> แบบกิจกรรมสังคม	1.046	.017*
แบบเต็อนตน	> กลุ่มควบคุม	.960	.023*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 27 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านความมีเหตุผลระหว่างกลุ่ม โดยวิธีการของ Newman-Keuls พบว่าหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ กลุ่มที่ฝึกฝนแบบกิจกรรมสังคม แบบตนเองเต็อนตนและแบบอิสระได้รับการสร้างเสริมด้านความมีเหตุผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

หลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง กลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบตนเองเต็อนตนได้รับการสร้างเสริมด้านความมีเหตุผลสูงกว่ากลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบกิจกรรมสังคมและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 28 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการพึ่งตนเองก่อน และหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	11.267	1.387	11.667	1.639	12.467	2.100
คู่สัญญา	12.067	2.154	12.133	1.807	12.800	1.971
เตือนตน	11.938	2.235	12.25	2.436	12.625	1.821
อิสระ	12.615	1.805	13.385	1.710	12.770	1.787
ควบคุม	11.177	2.506	11.529	2.453	12.294	2.568

จากตาราง 28 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนการพึ่งตนเอง ของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวิสัยในตนเอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยระหว่าง 11.177-12.067 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 1.387-2.506 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ค่าเฉลี่ยคะแนนการพึ่งตนเอง อยู่ระหว่าง 11.529-13.385 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 1.710-2.453 หลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าคะแนนเฉลี่ยการพึ่งตนเอง อยู่ระหว่าง 12.294-12.800 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 1.787-2.568 และพบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยการพึ่งตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 29 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของการพึ่งตนเองก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติกรและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	20.846	4	5.211	1.208	.315
ภายในกลุ่ม	306.352	71	4.315		
รวม	327.197	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติกร :					
ระหว่างกลุ่ม	30.029	4	7.507	1.701	.159
ภายในกลุ่ม	313.379	70	4.414		
รวม	343.408	74			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง :					
ระหว่างกลุ่ม	2.806	4	.701	.161	.967
ภายในกลุ่ม	309.720	71	4.362		
รวม	312.526	75			

จากตาราง 29 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านการพึ่งตนเอง จำแนกตามรูปแบบการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม แต่ไม่ปรากฏความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในช่วงก่อนและการเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติกรและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

ตาราง 30 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความสามารถในการแสดงออกก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	13.200	1.897	13.333	1.988	12.800	1.897
คู่สัญญา	13.067	2.187	13.400	2.501	13.333	2.440
เดือนตน	11.750	3.215	11.875	3.139	12.200	3.364
อิสระ	13.231	2.421	14.692	1.974	13.385	2.256
ควบคุม	11.824	2.456	12.353	2.344	11.353	1.835

จากตาราง 30 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการแสดงออกของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยความสามารถในการแสดงออกระหว่าง 11.750 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐานระหว่าง 1.897-3.215 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการแสดงออกอยู่ระหว่าง 11.875-2.344 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐานระหว่าง .974-3.739

หลังจากได้รับการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยความสามารถในการแสดงออกอยู่ระหว่าง 11.353-13.385 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 1.835-3.364 นอกจากนี้พบว่า กลุ่มทดลอง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยการความสามารถในการแสดงออกสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 31 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความสามารถในการแสดงออกก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	35.559	4	8.890	1.437	.231
ภายในกลุ่ม	439.112	71			
รวม	474.671	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	68.455	4	17.114	2.857	.030*
ภายในกลุ่ม	425.335	70	5.991		
รวม	493.789	74			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง:					
ระหว่างกลุ่ม	5.387	4	11.347	1.951	.112
ภายในกลุ่ม	407.093	70	5.816		
รวม	452.480	74			

จากตาราง 31 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความสามารถในการแสดงออกของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม หลังจากเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญในช่วงก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

ตาราง 32 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะ
วินัยในตนเองด้านความสามารถในการแสดงออกระหว่างกลุ่ม

ความสามารถในการแสดงออก	ความสามารถในการแสดงออก	ค่าความ	
		แตกต่าง	ระดับนัยสำคัญ
แบบอิสระ	> แบบเดือนตน	2.8173	.003**
แบบอิสระ	> กลุ่มควบคุม	2.340	.012*

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 32 การเปรียบเทียบรายคู่ ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคุณลักษณะวินัยในตนเองด้านทัศนคติต่อบุคลิกภาพประชาธิปไตย ระหว่างกลุ่มโดยวิธีการของ Newman-Keuls พบว่ากลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบอิสระได้รับการส่งเสริมความสามารถในการแสดงออกสูงกว่ากลุ่มเดือนตนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกลุ่มที่ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองแบบอิสระได้รับการส่งเสริมความสามารถในการแสดงออกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 33 ค่าคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเป็นตัวของตัวเองก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	13.267	1.945	13.643	2.070	13.733	2.840
คู่สัญญา	13.007	3.391	13.200	2.336	13.333	2.795
เตือนตน	12.500	1.932	12.500	3.633	12.668	2.359
อิสระ	13.615	2.631	14.000	3.162	14.154	2.940
ควบคุม	12.353	2.644	12.294	2.366	12.177	2.812

จากตาราง 33 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนความเป็นตัวของตัวเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวิสัยในตนเอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยความเป็นตัวของตัวเองระหว่าง 12.353-13.615 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 1.945-3.391 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเป็นตัวของตัวเองอยู่ระหว่าง 12.294-14.000 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 2.070-3.633 กลุ่มทดลอง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเป็นตัวของตัวเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

หลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยคะแนนความเป็นตัวของตัวเองความสามารถในการแสดงออกอยู่ระหว่าง 12.177-14.154 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 2.795-2.940 และพบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 4 มีความเป็นตัวของตัวเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 34 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความความเป็นตัวของตัวของตัวเองก่อนและ
หลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	16.700	4	4.175	.638	.637
ภายในกลุ่ม	464.826	71	6.638		
รวม	481.526	75			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	31.523	4	7.881	1.023	.401
ภายในกลุ่ม	539.144	70	7.702		
รวม	570.667	74			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง :					
ระหว่างกลุ่ม	38.238	4	9.560	1.267	.291
ภายในกลุ่ม	535.867	71	7.547		
รวม	574.105	75			

จากตาราง 34 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความความเป็นตัวของตัว
ของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม แต่ไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ในช่วงก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

ตาราง 35 ค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเชื่ออาหารตาม
 ปทัสฐานของสังคมก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝน
 เพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	47.000	6.047	44.750	10.553	47.625	5.344
คู่สัญญา	45.333	5.820	47.429	3.102	45.833	4.355
เตือนตน	46.600	4.159	49.375	7.891	50.000	4.424
อิสระ	45.200	3.115	49.111	4.400	47.714	4.424
ควบคุม	43.000	7.211	42.333	3.786	42.600	8.444

จากตาราง 35 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของ
 สังคมของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวิสัยในตนเอง และกลุ่ม
 ควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของสังคม
 ระหว่าง 45.200-47.000 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 3.115-7.211 หลัง
 จากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของ
 สังคมอยู่ระหว่าง 42.333-49.111 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 3.786-
 10.533 กลุ่มทดลอง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของสังคม
 สูงกว่ากลุ่มควบคุม

หลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่ออาหารตาม
 ปทัสฐานของสังคม อยู่ระหว่าง 42.600-50.000 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 ระหว่าง 4.355-8.444 และพบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 4 ความเชื่ออาหารตามปทัสฐานของ
 สังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 36 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาทรตามปทัสฐานของสังคม
ก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยก กำลังสอง (SS)	องศา อิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผล รวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัย สำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :	41.333	4	10.333	.357	.837
ภายในกลุ่ม	637.333	22	28.970		
รวม	678.667	26			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	190.041	4	47.510	.978	.434
ภายในกลุ่ม	1456.645	30	48.555		
รวม	1646.686	34			
ระหว่างกลุ่ม	182.928	4	45.732	1.154	.351
ภายในกลุ่ม	1149.337	29	39.632		
รวม	1332.265	33			

จากตาราง 36 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาทรตาม
ปทัสฐานของสังคมของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม แต่ไม่พบความแตกต่าง
กันอย่างมีนัยสำคัญในช่วงก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝน
เพื่อการพัฒนาตนเอง

ตาราง 37 ค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเชื่ออาหาร
ตามเกณฑ์ของตนเองก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝน
เพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(M)	(SD)
กิจกรรมสังคม	46.375	5.805	45.375	10.622	48.250	4.864
คู่สัญญา	46.500	4.370	47.000	4.375	44.000	3.464
เตือนตน	54.200	4.324	51.125	6.560	49.250	7.686
อิสระ	42.200	5.630	48.333	3.202	45.286	9.214
ควบคุม	43.667	7.024	43.667	3.215	43.800	7.918

จากตาราง 37 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่ออาหารตามตามเกณฑ์
ของตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่า
เฉลี่ยความเชื่ออาหารตามตามเกณฑ์ของตนเองระหว่าง 43.667-46.550 และมีความ
เบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 4.324-7.024 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการกลุ่ม
ทดลอง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาหารตาม ตามเกณฑ์ของตนเองอยู่ระหว่าง
43.667-48.333 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 3.202-10.662 กลุ่มทดลอง
4 กลุ่ม ค่าเฉลี่ยความเชื่ออาหารตาม ตามเกณฑ์ของตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

หลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่ออาหารตาม
เกณฑ์ของตนเองอยู่ระหว่าง 43.800-7.918 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง
3.464-9.214 และพบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 4 ความเชื่ออาหารตามตามเกณฑ์ของตนเองสูงกว่า
กลุ่มควบคุม

ตาราง 38 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเองก่อน และหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	73.025	4	18.256	.636	.642
ภายในกลุ่ม	631.642	22	28.711		
รวม	704.667	26			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	193.139	4	48.285	1.124	.363
ภายในกลุ่ม	1331.417	31	42.949		
รวม	1524.556	35			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง :					
ระหว่างกลุ่ม	169.242	4	42.311	.877	.490
ภายในกลุ่ม	1399.229	29	48.249		
รวม	1566.741	33			

จากตาราง 38 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาหารตามเกณฑ์ของตนเองของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม แต่ไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญในช่วงก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

ตาราง 39 ค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่น ก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

รูปแบบการอบรม	ก่อนการอบรม		หลังการอบรม		หลังการฝึกฝน	
	(M)	(SD)	(M)	(SD)	(X)	(SD)
กิจกรรมสังคม	45.500	6.370	45.125	9.478	46.750	5.775
คู่สัญญา	45.167	4.875	49.250	4.0267	43.833	3.920
เดือนตน	44.600	6.504	49.625	8.750	49.125	7.791
อิสระ	45.600	3.647	46.889	4.622	49.571	5.968
ควบคุม	44.000	5.568	44.333	3.7786	45.000	8.155

จากตาราง 39 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่ออาทรตามตามเกณฑ์ของผู้อื่นของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม ที่มีการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาวิสัยในตนเอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ มีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาทรตาม ตามเกณฑ์ของผู้อื่นระหว่าง 43.667-46.550 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 4.324-7.024 หลังจากผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาทรตาม ตามเกณฑ์ผู้อื่นอยู่ระหว่าง 43.667-48.333 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 3.202-10.662 กลุ่มทดลอง 4 กลุ่มมีค่าเฉลี่ยความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มควบคุม

หลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง ค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่น อยู่ระหว่าง 43.800-7.918 และมีความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระหว่าง 3.464-9.214 และพบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 4 ความเชื่ออาทรตามตามเกณฑ์ของผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 40 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่น
ก่อนและหลังอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

แหล่งความแปรปรวน	ผลรวมยกกำลังสอง (SS)	องศาอิสระ (df)	ค่าเฉลี่ยผลรวมกำลังสอง (MS)	ค่าเอฟ (F)	ระดับนัยสำคัญ p-value
ก่อนการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	76.767	4	19.192	.614	.657
ภายในกลุ่ม	687.233	22	31.238		
รวม	764.000	36			
หลังการอบรมเชิงปฏิบัติการ :					
ระหว่างกลุ่ม	138.944	4	34.736	.729	.579
ภายในกลุ่ม	1477.806	31	47.671		
รวม	1616.750	35			
หลังการฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเอง:					
ระหว่างกลุ่ม	62.607	4	40.652	.970	.439
ภายในกลุ่ม	1214.923	29	41.894		
รวม	1377	33			

จากตาราง 40 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความเชื่ออาทรตามเกณฑ์ของผู้อื่น ของกลุ่มทดลอง 4 กลุ่มและกลุ่มควบคุม แต่ไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญในช่วงก่อนและหลังการอบรมเชิงปฏิบัติการและหลังการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

ภาคผนวก ค

ตัวอย่างกิจกรรมการอบรมเชิงปฏิบัติการ

โครงการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
การประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้และการทำงาน
(18-24 ชั่วโมง)

แนวทางส่งเสริม	กิจกรรม
1. สร้างความคุ้นเคย	กิจกรรมที่ 1 : รื่นเรึงยินดี
2. สร้างทัศนคติที่ดีต่อวินัยในตนเอง	กิจกรรมที่ 2 : วินัยแห่งตน กิจกรรมที่ 3 : พลังแห่งวินัย
3. เรียนรู้อารมณ์และความรู้สึก	กิจกรรมที่ 4 : ร่วมสร้างพลังจิต กิจกรรมที่ 5 : ศักยภาพที่สร้างสรรค์
4. สร้างทัศนคติที่ดีต่อความเอื้ออาทร	กิจกรรมที่ 6 : มิตรที่แสนดี
5. สร้างทัศนคติที่ดีต่อความร่วมมือ	กิจกรรมที่ 7 : สร้างสรรค์สังคม กิจกรรมที่ 8 : ใฝ่ความดีงาม
6. สร้างทัศนคติที่ดีต่อการมองอนาคต	กิจกรรมที่ 9 : อนาคตเป็นของเรา
7. สร้างทัศนคติที่ดีต่อการควบคุมตน	กิจกรรมที่ 10 : เป้าหมายแห่งความสำเร็จ กิจกรรมที่ 11 : ก้าวสู่ความสำเร็จ กิจกรรมที่ 12 : สร้างสรรค์สังคม
8. พัฒนาเพื่อตนเองและสังคม	กิจกรรมที่ 13 : พัฒนาตนอย่างมีคุณภาพ

ชุดคุณภาพแห่งชีวิต

กิจกรรมที่ 2 : วินัยแห่งตน

เป้าหมาย สร้างทัศนคติที่ดีต่อวินัยในตนเอง

- แนวคิด
1. ปัญหาวินัยเป็นปัญหาสังคมที่มาจากคนแต่ละคน
 2. การแก้ปัญหาสังคมต้องตระหนักในปัญหา (มีสติระลึกรู้)
 3. การจะช่วยแก้ปัญหาของสังคมต้องเริ่มต้นที่ตัวเราแต่ละคน
 4. การฝึกฝนวินัยในตนเองจะนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพของตนเองและสังคม

วัตถุประสงค์ทั่วไป

1. มีความตระหนักในปัญหาวินัย
2. เพื่อเกิดความตระหนักในบทบาทของตนต่อปัญหาวินัยในสังคม

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม หลังจากเข้าร่วมกิจกรรม ผู้เรียนจะมีความสามารถดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์สาเหตุของปัญหาวินัย
2. คาดคะเนผลกระทบจากปัญหาวินัย
3. แสดงความรู้สึกนึกคิดต่อปัญหาวินัย
4. บอกความสำคัญของการมีสติระลึกรู้ในการมองปัญหาและแก้ปัญหา
5. เปรียบเทียบคำว่า"วินัย" และ "วินัยในตนเอง"

เวลา ประมาณ 1 ชั่วโมง

จำนวนสมาชิกในกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน

- สื่อ/อุปกรณ์
1. ภาพแผ่นใสแสดงปัญหาต่างๆ อันเกิดจากการขาดวินัย เช่น ปัญหาการทิ้งขยะ สิ่งแวดล้อมถูกทำลาย ความสกปรก การจราจร การฝ่าฝืนกฎระเบียบต่างๆ การแข่งคิว การแต่งกายไม่ถูกระเบียบ ฯลฯ
 2. ตัวอย่างแผ่นใสการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาวินัย
ตัวอย่างแผ่นใสการวิเคราะห์ผลที่เกิดจากปัญหาวินัย
 3. แผ่นใสและสี กลุ่มละ 1 ชุด
 4. สมุดบันทึกซึ่งสามารถตกแต่งหน้าปกได้

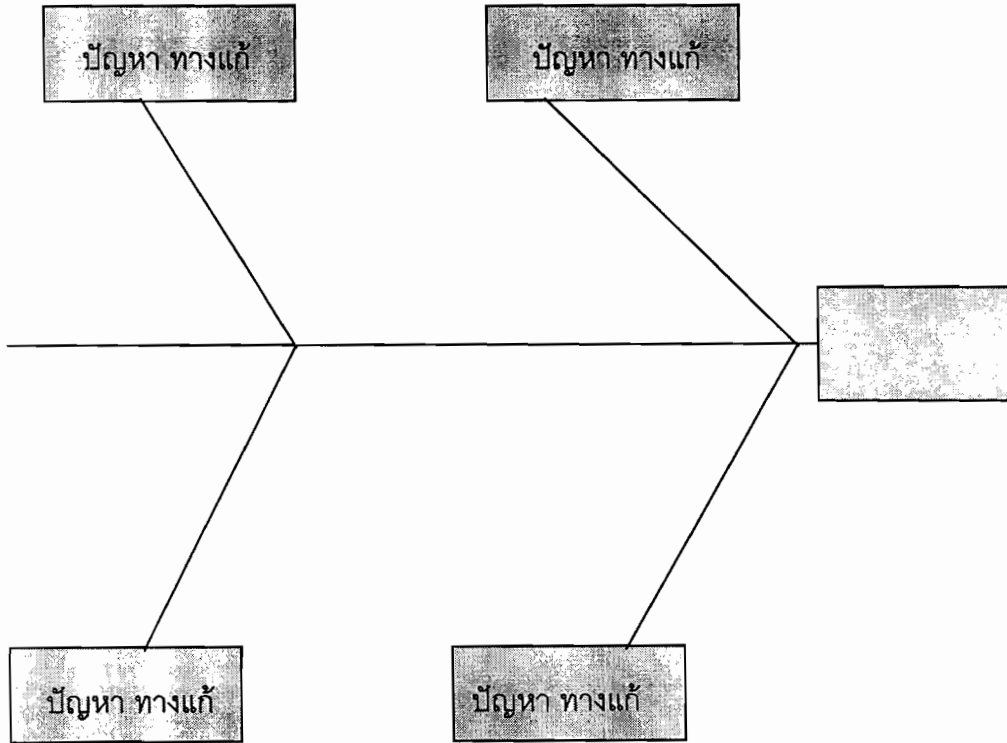
วิธีดำเนินการ

- ขั้นเตรียม 1. แบ่งกลุ่มย่อยเป็นกลุ่มละ 5-6 คน โดยกำหนดประธานและเลขานุการกลุ่ม
- ขั้นนำ 2. วิทยากรเสนอภาพแผ่นใสที่แสดงถึงปัญหาวินัยในสังคมไทย 8 ภาพอย่างรวดเร็วแล้วสรุปว่าเป็นปัญหาเกี่ยวกับอะไร สำคัญอย่างไร รู้สึกอย่างไรกับปัญหาดังกล่าว
- ขั้นกิจกรรม 3. วิทยากรนำภาพแผ่นใส 1 ภาพ ให้วิเคราะห์สาเหตุของปัญหาและคาดคะเนผลที่ตามมาโดยตั้งคำถามว่า
 "ปัญหาในภาพนี้อาจเกิดจากสาเหตุอะไรบ้าง"
 "ถ้าสภาพปัญหายังคงดำเนินต่อไปจะเกิดอะไรขึ้น"
 วิทยากรเขียนแผนภูมิการวิเคราะห์ปัญหาประกอบ
4. ให้แต่ละกลุ่มระดมความคิดจากภาพที่ได้รับมอบหมายกลุ่มละ 1 ภาพ เพื่อวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาและคาดคะเนถึงผลที่จะเกิด โดยเขียนแผนผังการวิเคราะห์ปัญหาประกอบ ใช้เวลาเตรียมเพื่อนำเสนอ 10 นาที
5. ผู้เรียนนำเสนอหน้าชั้นพร้อมภาพแผ่นใส และแผนผังวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาและผลที่เกิดขึ้น
- ขั้นวิเคราะห์ 6. ผู้เรียนอภิปรายร่วมกันทั้งชั้น ดังนี้
 เท่าที่มองปัญหาวินัยดังกล่าวคิดว่ามีผลต่อสังคมอย่างไร
 รู้สึกอย่างไรกับปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคม
 ปัญหาเหล่านี้มีสาเหตุมาจากการกระทำของใคร
 การวิเคราะห์สาเหตุของปัญหามีประโยชน์อย่างไร
 การคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นล่วงหน้ามีประโยชน์อย่างไร
 วินัยที่ควบคุมโดยผู้อื่นต่างจากวินัยที่มาจากภายในอย่างไร
- ขั้นประยุกต์ใช้ 7. ผู้เรียนเสนอแนะแนวทางในการแก้ปัญหา
 หากจะช่วยกันแก้ปัญหาวินัยต้องเริ่มต้นอย่างไร
 ถ้าเริ่มต้นแก้ไขที่ตนเองจะมีประโยชน์อย่างไร
 ถ้าไม่เริ่มต้นแก้ไขที่ตนเองจะเป็นอย่างไร
- ขั้นสรุป วิทยากรและผู้เรียนช่วยกันสรุป ดังนี้

ปัญหาวินัยเกิดจากจุดเล็กๆ คือคนแต่ละคน
 การแก้ปัญหาวินัยจึงต้องเริ่มต้นที่ตัวเอง
 การแก้ปัญหาวินัยของชาติต้องเริ่มต้นจากการตระหนักในปัญหา
 รู้สาเหตุของปัญหาและผลที่จะตามมา

- หมายเหตุ :
1. วิทยากรควรให้ผู้เรียนเสนอความคิดเห็นและใช้คำถามช่วย
 ตระล่อมความคิดเพื่อการสรุปเท่าที่จำเป็น
 2. สนับสนุนให้ผู้เรียนบันทึกการเรียนรู้และความรู้สึกนึกคิดอย่าง
 สม่ำเสมอ
- ขั้นประเมิน
1. การแสดงความคิดเห็น
 2. การนำเสนอรายงาน

แผนภูมิสำรวจสาเหตุของปัญหา
สำหรับการวางแผนฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง/สังคม









ตัวอย่างกิจกรรมการฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง

โครงการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมวินัยในตนเอง
การฝึกฝนเพื่อการพัฒนาตนเอง
(5 ชั่วโมง)

แนวทางส่งเสริม	กิจกรรม
1. ขั้นสำรวจปัญหา	กิจกรรมวิเคราะห์ปัญหา
2. ขั้นวางแผน	กิจกรรมวางแผนการแก้ปัญหา การพัฒนาตนแบบคู่สัญญา การพัฒนาตนแบบสร้างสรรค์สังคม การพัฒนาตนแบบตนเตือนตน การพัฒนาตนแบบอิสระ
3. ขั้นวิเคราะห์การวางแผน	กิจกรรมสำรวจการปฏิบัติตามแผนระยะแรก
4. ขั้นปรับปรุงและพัฒนาตนเอง	กิจกรรมปฏิบัติตามแผน
5. ขั้นประเมินตนเอง	กิจกรรมสำรวจและประเมินตนเองในกลุ่มย่อย



