

การพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา

**The Development of Quality Indicators and Best Practices for  
Study Skills in Higher Education**

อุไรพรรณ เจนวาณิชยานนท์

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนจากมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

ปีการศึกษา 2551

**ชื่อเรื่อง** การพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา

**ผู้วิจัย** อุไรพรรณ เจนวาณิชยานนท์

**สถาบัน** มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

**ปีที่พิมพ์** 2554

**สถานที่พิมพ์** มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

**แหล่งเก็บรายงานฉบับสมบูรณ์** มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

**จำนวนหน้าวิจัย** 108 หน้า

**คำสำคัญ** ตัวบ่งชี้คุณภาพ แนวปฏิบัติที่ดี ทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา

**ลิขสิทธิ์** มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี โดยดำเนินการวิจัยเป็น 3 ขั้นตอนด้วยกัน คือ

**ขั้นตอนที่ 1** สัมภาษณ์นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ของทุกคณะวิชาของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ซึ่งมีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.50 ขึ้นไป จำนวน 67 คน และประชุมสนทนากลุ่ม (Focus – Group) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 18 คน เพื่อให้ได้ทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี

**ขั้นตอนที่ 2** นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่มจากตอนที่ 1 มาวิเคราะห์เนื้อหา และสร้างเป็นแบบสอบถามตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา และนำไปสอบถามผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษาซึ่งมีประสบการณ์การสอนในระดับอุดมศึกษามาไม่น้อยกว่า 15 ปี หรือเป็นผู้บริหารระดับคณบดี ทั้งในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐและเอกชน จำนวน 15 คน นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่ามัธยฐาน (Median) และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range) เพื่อดูความเหมาะสม และความสอดคล้องของตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีจากความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยจะคัดเลือกเฉพาะตัวบ่งชี้ที่มีค่ามัธยฐาน  $\geq 3.5$  และ ค่า IR  $\leq 1.5$  เพื่อนำไปพัฒนาต่อไป

**ขั้นตอนที่ 3** นำตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดีที่ได้จากการสอบถามผู้ทรงคุณวุฒิมาพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่สมบูรณ์มากขึ้นโดย

ศึกษาจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง และนำไปสนทนากลุ่ม (Focus – Group) กับนักศึกษาชั้นปีที่ 2 หรือชั้นปีที่ 3 จากทุกสาขาวิชา จำนวน 20 คน ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.5 ขึ้นไป เพื่อสอบถามความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดี จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพ (Indicators) และแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่สมบูรณ์สามารถนำไปใช้เป็นแนวปฏิบัติให้กับนักศึกษา แนวทางการจัดการเรียนการสอนให้กับคณาจารย์ และเพื่อใช้เป็นตัวบ่งชี้และเกณฑ์ในการประกันคุณภาพการเรียนรู้ให้กับนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาต่อไป จากผลการวิจัยพบว่าตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาประกอบด้วย 13 ตัวบ่งชี้ 77 แนวปฏิบัติที่ดี ดังนี้

- ตัวบ่งชี้ที่ 1 การสร้างแรงจูงใจและทัศนคติที่ดีต่อการเรียน มี 8 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 2 การตั้งเป้าหมายต่อการเรียน มี 5 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 3 การจัดระบบการเรียน การวางแผนการเรียนและการบริหารเวลา มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 4 การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 5 การเข้าชั้นเรียน มี 4 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 6 การสร้างสมาธิในการเรียน มี 3 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 7 การจดบันทึกจากการฟังคำบรรยาย มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 8 ทักษะการอ่านตำราเรียนและการทบทวนบทเรียน มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 9 การทำการบ้านและการทำรายงาน มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 10 การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง มี 5 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 11 การเตรียมตัวสอบ มี 8 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 12 การทำข้อสอบ มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 13 กลยุทธ์การเรียนรู้ที่ทำให้ประสบผลสำเร็จ มี 8 แนวปฏิบัติที่ดี

<b>Research Title</b>	The Development of Quality Indicators and Best Practices for Study Skills in Higher Education
<b>Researchers</b>	Mrs.Uraipan Janvanichyanont
<b>Institution</b>	Huachiew Chalermprakiet University
<b>Year of Publication</b>	2011
<b>Publisher</b>	Huachiew Chalermprakiet University
<b>Sourced</b>	Huachiew Chalermprakiet University
<b>No. of Pages</b>	108 pages
<b>Keywords</b>	Quality Indicators, Best Practices, Study Skills in Higher Education
<b>Copyright</b>	Huachiew Chalermprakiet University

### **Abstract**

The aim of this study is to develop quality indicators and best practices for effective study skills in higher education. The research was conducted in 3 stages. First stage is interviewing survey with 67 Huachiew Chalermprakiet University forth-year students who have cumulative GPA over 3.50. The focus-group survey was conducted with 18 students to explore effective study skills in higher education. Second stage is Analyzing the data from surveys of the first stage and create a questionnaire with quality indicators and best practices for effective study skills. The questionnaire survey was conducted with 15 educationalists with at least 15 years teaching experience or currently in the position of dean from both public and private universities. The data from this questionnaire survey was analyzed by calculating Median and Interquartile Range to examine validity and consensus of quality indicators and best practices of study skills from educationalists' perspective. Only indicators with median  $\geq 3.5$  and IR  $\leq 1.5$  are further utilized. The final stage is discussing the indicators and practices that had been chosen by educationalists with 20 students from second year or third year who have cumulative GPA more than 3.5 through focus-group. Data from this discussion was analyzed to finalize the indicators and best practices for effective study skills in the university level. The implications of the results are suggestions of study guidelines to students and the adjustment for better teaching methods of

instructors. The results could also be a good reference for criteria of quality assurance in higher education.

The results of the research indicate 13 indicators and 77 best practices as follows:

- Indicator 1 urging motivation and good attitude towards study – 8 best practices.
- Indicator 2 goal – setting in study – 5 best practices
- Indicator 3 study planning and time management – 6 best practices
- Indicator 4 preparation/preview prior to classes – 6 best practices
- Indicator 5 class attending – 4 best practices
- Indicator 6 concentrating during the class – 3 best practices
- Indicator 7 taking lecture notes – 6 best practices
- Indicator 8 reading skill and reviewing lessons from text books – 6 best practices
- Indicator 9 doing homework and coursework – 6 best practices
- Indicator 10 self-learning – 5 best practices
- Indicator 11 preparation for examination – 8 best practices
- Indicator 12 taking examination – 6 best practices
- Indicator 13 successful study strategies – 8 best practices

## กิตติกรรมประกาศ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษาทั้ง 15 ท่าน และ นักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลจากการสอบถาม การสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม ทำให้การวิจัยสำเร็จลุล่วงจนทำให้ได้ผลการวิจัยที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

ขอขอบคุณ คุณสิริสรณ์ ทิพทวี ที่ช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ขอขอบคุณ คุณกาญจนา บุญช่วงดี และ คุณสร้อย บุญดา ในการพิมพ์รายงานการวิจัยและพิสูจน์อักษร จนทำให้การวิจัยครั้งนี้ประสบผลสำเร็จ

ท้ายที่สุด ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่สนับสนุนทุนในการทำวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัย

## สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญแผนภูมิ.....	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	2
ขอบเขตของการวิจัย.....	2
คำนิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
พฤติกรรมการเรียน.....	7
วิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ.....	10
แบบประเมินพฤติกรรมการเรียน.....	15
ตัวบ่งชี้คุณภาพการศึกษา.....	20
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องของความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเรียน กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	25
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	32
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	34
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	35
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	35

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	37
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการวิจัย.....	68
อภิปรายผล.....	69
ข้อเสนอแนะ.....	77
บรรณานุกรม.....	79
ภาคผนวก	
ก. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมหรือทักษะการเรียนของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนดี.....	85
ข. แบบสอบถามผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษาเกี่ยวกับตัวบ่งชี้คุณภาพ และแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนในระดับอุดมศึกษา.....	87
ค. ประวัติย่อผู้วิจัย.....	99



## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างประเภทนักศึกษาจำแนกตามคณะวิชา	33
2. แสดงความถี่ของพฤติกรรมการเรียนหรือทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีที่มีการอ้างอิงจากการสัมภาษณ์นักศึกษามีผลการเรียนดี	37
3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษา	48



## สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่

หน้า

1. กรอบแนวคิดในการวิจัย

5



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การผลิตบัณฑิตถือเป็นภารกิจหลักของสถาบันอุดมศึกษา และมหาวิทยาลัยจะทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพจะต้องอาศัยปัจจัยแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ความพร้อมของผู้บริหาร ความพร้อมของคณาจารย์และอุปกรณ์การเรียนการสอน อาคาร สถานที่ บุคลากรฝ่ายสนับสนุนการเรียนการสอนและที่สำคัญที่สุด คือ ความพร้อมของนักศึกษาที่ต้องมีความพร้อมที่จะเรียนจึงจะทำให้การเรียนการสอนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ นักศึกษาที่เข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยจึงจำเป็นต้องมีความรู้ที่เพียงพอที่จะสามารถเรียนสำเร็จได้ตามระยะเวลาที่กำหนดในหลักสูตร แต่ในความเป็นจริงพบว่ามึนักศึกษาต้องออกกลางคัน เรียนช้ากว่ากำหนด มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์กำหนดอยู่เป็นจำนวนมาก นับเป็นการสูญเสียค่าทางการศึกษาซึ่งจากการสำรวจข้อมูลผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติซึ่งเป็นตัวบ่งชี้ความสำเร็จทางการศึกษาของนักศึกษาซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ในปีการศึกษา 2551 จำนวนรวมทั้งสิ้น 6,875 คน พบว่านักศึกษามีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่า 1.99 มีจำนวน 1,433 คน คิดเป็นร้อยละ 16.62 ผลการเรียนเฉลี่ย 2.00-2.50 จำนวน 1,973 คน คิดเป็นร้อยละ 28.69 ผลการเรียนเฉลี่ย 2.51-3.24 จำนวน 2,520 คน คิดเป็นร้อยละ 36.65 ผลการเรียนเฉลี่ย 3.25 ขึ้นไป จำนวน 1,249 คน คิดเป็นร้อยละ 18.16 โดยเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่พ้นสภาพ (Retired) จำนวน 251 คน ลาออก 194 คน และถูกคัดชื่อออก 292 คน รวม 737 คน (สำนักทะเบียนและประมวลผล. 2551) จากจำนวนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีจำนวน 2,507 คน คิดเป็นร้อยละ 29.39 (ข้อมูลสถิติจำนวนนักศึกษาดัง วันที่ 1 กรกฎาคม 2550) ซึ่งจากการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ (ฉัตรปวีณ์ จรัสรวาวัฒน์. 2550: บทคัดย่อ) พบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน โดยมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาในทุกช่วงแต่มีผลสัมฤทธิ์สูง ได้แก่ ความพร้อมของผู้เรียน ประกอบด้วย มีสมาธิระหว่างเรียน จดบันทึกเนื้อหาเพิ่มเติมระหว่างเรียนและการอ่านทบทวนหลังเลิกเรียน การเชื่อมโยงความรู้ของผู้เรียน การรับรู้ ประกอบด้วย การกล้าซักถามอาจารย์ผู้สอนในระหว่างเรียน ความจำเป็นประกอบการสอนในลักษณะที่มีรูปภาพประกอบ มีการยกตัวอย่างประกอบ มีการทดสอบและเฉลยคำตอบบ่อย ๆ การอ่านหนังสือโดยอาศัยความเข้าใจก่อนสอบ การอ่านหนังสือบ่อย ๆ ก่อนสอบ และการทบทวนเป็นระยะ ๆ ก่อนสอบ ความคิดสร้างสรรค์ประกอบด้วย การแก้ปัญหาด้านการเรียนโดยไม่กระทบต่อคนรอบข้าง มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับ Lindgren, Henry Clay. (1969) ได้ให้ความเห็นว่าเหตุผลที่นักศึกษาประสบความสำเร็จทางการเรียนนั้นขึ้นอยู่กับลักษณะนิสัยการเรียนที่ดีถึงร้อยละ 33 การมีความสนใจในการเรียนร้อยละ 25 เขาว่าปัญญาร้อยละ 15 นอกจากนั้นเป็นตัวประกอบอื่น ๆ ส่วนนักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียนนั้น เนื่องจากมีนิสัยการเรียนที่ไม่ดีร้อยละ 25 ขาดความสนใจในการเรียนร้อยละ 35 ปัญหาส่วนตัวและอื่น ๆ จะเห็นได้ว่าลักษณะนิสัยการเรียนเป็นตัวแปรที่สำคัญที่ส่งผลต่อการเรียน ซึ่งหากสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมหรือนิสัยการเรียนก็จะช่วยให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในการเรียนมีผลการเรียนที่ดีขึ้นได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาลักษณะนิสัยทางการเรียนหรือพฤติกรรมการเรียนของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี เพื่อนำมาพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ของทักษะการเรียนของนักศึกษา ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อนักศึกษาโดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่จะได้ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพการเรียนและแก้ไขข้อบกพร่องในเรื่องลักษณะการเรียนของตนเอง ตลอดจนอาจารย์จะ得以ใช้เป็นแนวทางในการให้คำแนะนำนักศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะการเรียนของนักศึกษาให้มีประสิทธิภาพส่งผลต่อผลการเรียนและคุณภาพบัณฑิตที่ดีขึ้นไป นอกจากนี้ การพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนในระดับอุดมศึกษาจะนำไปใช้ประโยชน์ในการประกันคุณภาพการเรียนของนักศึกษา เพื่อการพัฒนาคุณภาพและประเมินคุณภาพการเรียนของนักศึกษาได้อีกด้วย

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเรียนหรือทักษะการเรียนของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี
2. เพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ของทักษะการเรียนของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี

### ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตเนื้อหา
  - 1.1 การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรมการเรียนหรือทักษะการเรียนของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาโดยศึกษาจากนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี โดยใช้เทคนิคการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่ม (Focus – Group) นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม ตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป

1.2 นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มในข้อ 1.1 สร้างแบบสอบถาม  
ทักษะการเรียนของนักศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี โดยการสอบถามจากผู้เชี่ยวชาญ

1.3 พัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ของทักษะการ  
เรียนในระดับอุดมศึกษาซึ่งสามารถนำไปพัฒนาเป็นเกณฑ์มาตรฐานในการประเมินทักษะการเรียนของนักศึกษา  
ต่อไป

## 2. ขอบเขตประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

### 2.1 ประชากร ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

2.1.1 นักศึกษาชั้นปีที่ 4 หลักสูตรปกติ จากทุกสาขาวิชาที่กำลังศึกษา  
ในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ที่มีผลการเรียน  
เฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป จำนวน 97 คน

2.1.2 ผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษาจากสถาบันอุดมศึกษา  
ของรัฐและเอกชน ที่มีประสบการณ์การสอนมากกว่า 15 ปี อาจเป็นผู้บริหารการศึกษาระดับ  
คณะบดี หรือคณาจารย์ทั้งในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐและเอกชน

2.1.3 นักศึกษาชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 จากทุกสาขาวิชาที่กำลังศึกษาใน  
ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ที่มีคะแนนเฉลี่ย  
สะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป จำนวน 182 คน

### 2.2 กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

2.2.1 นักศึกษาชั้นปีที่ 4 หลักสูตรปกติ จากทุกสาขาวิชาของมหาวิทยาลัย หัว  
เฉียวเฉลิมพระเกียรติที่กำลังศึกษาในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ที่มีผลการเรียนเฉลี่ยสะสม  
ตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป โดยคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่จะเป็นตัวแทนของประชากร โดยใช้  
ตาราง Krejcie and Mongan ประชากร 97 คน กลุ่มตัวอย่าง 78 คน และใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย  
(Simple random sampling) สัมภาษณ์นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้ 67 คน จาก 78 คน คิดเป็น  
ร้อยละ 85.9 % เนื่องจากนักศึกษาฝึกงานอยู่ต่างจังหวัด

2.2.2 ผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษา จำนวน 15 คน โดย  
พิจารณาเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) จากสถาบันการศึกษา  
ระดับอุดมศึกษาของรัฐและเอกชน

2.2.3 นักศึกษาชั้นปีที่ 2 หรือชั้นปีที่ 3 จากทุกสาขาวิชาของมหาวิทยาลัย  
หัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมมากกว่า 3.50 ขึ้นไป จำนวน 20 คน ใช้วิธีการเลือก  
แบบเฉพาะเจาะจง เพื่อเป็นตัวแทนของทุกสาขาวิชาๆ ละ 1 คน เพื่อดูความเหมาะสมและความ  
เป็นไปได้ของตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนในระดับอุดมศึกษา ที่ได้จาก  
ผลการวิจัยโดยการสนทนากลุ่ม (Focus-Group)

### ค่านิยมศัพท์เฉพาะ

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี หมายถึง ผลการเรียนรู้ในรูปคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาในการแบ่งระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีในงานวิจัยครั้งนี้ใช้เกณฑ์คะแนนเฉลี่ยสะสม 3.50 ขึ้นไป

2. ทักษะการเรียนรู้หรือพฤติกรรมการเรียน หมายถึง กลวิธีหรือเทคนิควิธีในการศึกษาเล่าเรียนของนักศึกษาเพื่อให้ประสบผลสำเร็จในการเรียนตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ คือ ให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ทักษะการเรียนรู้ประกอบด้วย

2.1 แรงจูงใจในการเรียน หมายถึง การมีวินัยในตนเองและมีความมานะพยายามในการเรียนอย่างมาก และมีความต้องการที่จะเรียนให้ได้ดีโดยวางมาตรฐานการเรียนให้ตนเองในระดับสูง

2.2 ทศนคติต่อการเรียน หมายถึง ความรู้สึกที่แสดงออกมานักศึกษาสนใจ เอาใจใส่กับการเรียนอย่างไร ความรู้สึกและความเชื่อมั่นที่มีต่อสถานศึกษา หลักสูตร และรายวิชาที่เรียน ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนและความสำเร็จในการเรียน

2.3 การตั้งเป้าหมายต่อการเรียน หมายถึง จุดหมายปลายทาง (End) ที่บุคคลประสงค์จะให้เกิดขึ้นในอนาคต การตั้งเป้าหมายในการเรียน ทำให้ผู้เรียนมีความพยายามเพื่อที่จะทำเพื่อให้ได้รับสิ่งนั้น ทำให้เกิดแรงจูงใจมีความขยันขันแข็ง ตั้งใจ พยายามที่จะเรียนให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

2.4 การจัดระบบการเรียน การวางแผนการเรียน และการบริหารเวลา หมายถึง การที่นักศึกษาวางแผน และจัดการกำหนดเวลาของตนเองตามสถานการณ์ต่าง ๆ มีการจัดทำตารางเรียน และการจัดสรรเวลาแต่ละวันอย่างเหมาะสม และเป็นประโยชน์ต่อการเรียน เช่น การอ่านหนังสือ การทำการบ้าน การเตรียมตัวสอบ

2.5 การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน หมายถึง การเตรียมความพร้อมทั้งด้านวิชาการ ร่างกาย จิตใจ และอุปกรณ์ในการเรียน ก่อนเข้าห้องเรียน

2.6 การเข้าชั้นเรียน หมายถึง การที่นักศึกษาเข้าเรียนในชั้นเรียนตามตารางเวลาเรียนอย่างสม่ำเสมอ เพื่อเข้าไปฟังการบรรยายของผู้สอน และเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ภายในห้องเรียน

2.7 การสร้างสมาธิในการเรียน หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาที่มุ่งความสนใจต่อการเรียน

2.8 การจดบันทึกจากการฟังคำบรรยาย หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาในการฟังคำบรรยาย และจับใจความสำคัญของเนื้อหา คัดเลือกข้อมูลที่เหมาะสม แปลความ สรุปและจัดระบบข้อมูลที่ได้จากการฟังและจดบันทึกลงในสมุดด้วยตนเองเพื่อเก็บไว้ทบทวน

2.9 ทักษะการอ่านตำราเรียน และทบทวนบทเรียน หมายถึง เทคนิควิธีการอ่านหนังสือ ตำรา เพื่อทบทวนสิ่งที่เรียนมาแล้วและแสวงหาความรู้เพิ่มเติม เพื่อก่อให้เกิดความจดจำ ความเข้าใจ สามารถวิเคราะห์หิววิจารณ์ และนำไปประยุกต์ใช้ได้ในเรื่องที่อ่าน

2.10 การทำการบ้านและการทำรายงาน หมายถึง การทำงานตามที่ได้รับมอบหมายจากผู้สอน เป็นการทบทวนบทเรียนที่มีระยะเวลาศึกษาค้นคว้า ทำความเข้าใจมากกว่าเวลาในห้องเรียน

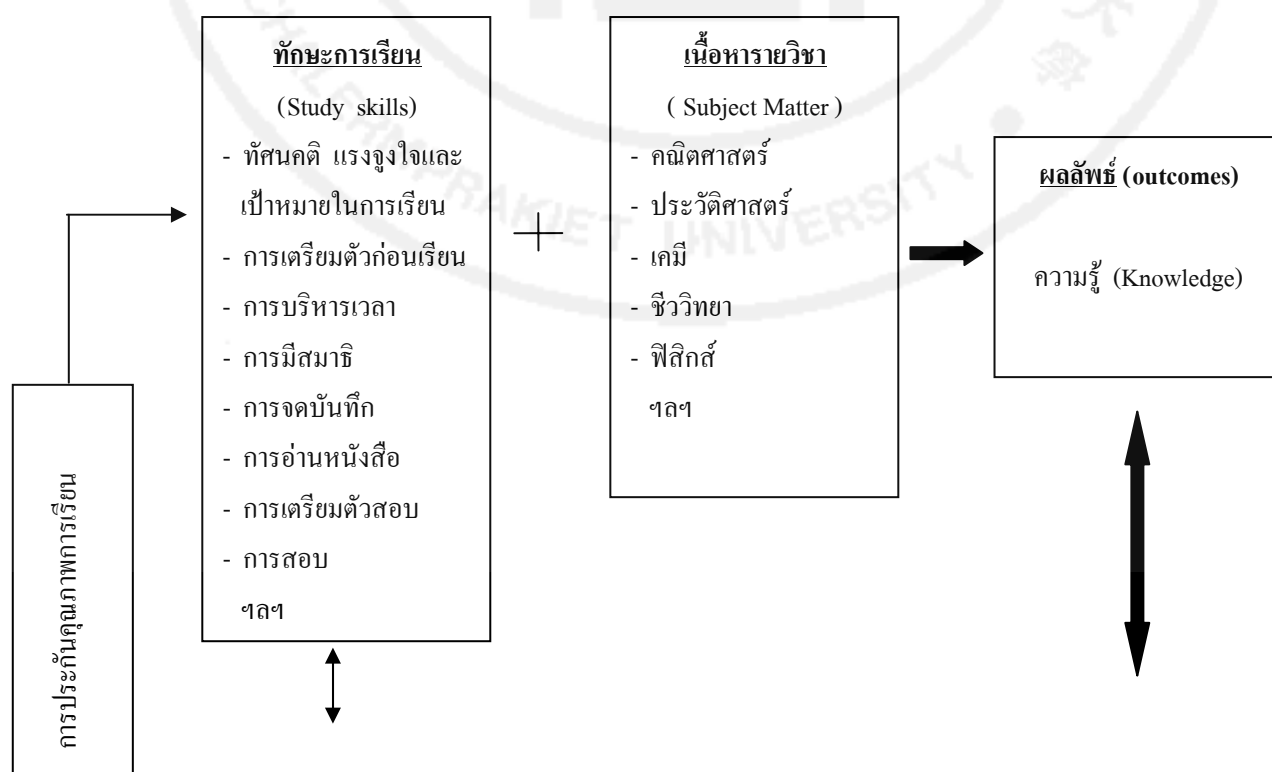
2.11 การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง หมายถึง การสืบค้นข้อมูลจากแหล่งความรู้ต่างๆ ด้วยตนเอง เพื่อการรับรู้ข่าวสารและข้อมูลต่างๆที่เกี่ยวข้อง เป็นการเสริมความรู้เพิ่มเติมจากที่ได้เรียนมาในห้องเรียน

2.12 การเตรียมตัวสอบ หมายถึง การเตรียมความพร้อมสำหรับการสอบ ทั้งด้านความรู้ด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อให้การสอบได้ผลออกมาดีที่สุดในที่สุด

2.13 การทำข้อสอบ หมายถึง เทคนิควิธีในการทำข้อสอบ ทั้งประเภทข้อสอบอัตนัย และข้อสอบปรนัยให้ดีที่สุด

3. ตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ หมายถึง ตัวชี้วัดลักษณะคุณภาพของทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษา ซึ่งประกอบด้วยแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) เป็นแนวทางให้ผู้เรียนปฏิบัติตาม เพื่อเป็นการประกันคุณภาพการเรียนรู้ที่จะส่งผลให้นักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี

### กรอบแนวคิดในการวิจัย





1. ช่วยให้ทราบพฤติกรรมการเรียนหรือทักษะการเรียนของนักศึกษาที่มีผลการเรียนดี ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ของทักษะการเรียนของนักศึกษา และวงการศึกษาที่จะนำไปใช้ในการบริหารการศึกษาและการจัดการเรียนการสอน
2. นักศึกษาระดับอุดมศึกษาสามารถนำแนวปฏิบัติที่ดี มาเป็นแนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมการเรียนและทักษะการเรียนให้มีคุณภาพมากขึ้น
3. ตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนและแนวปฏิบัติที่ดี สามารถนำไปใช้ประเมินตนเองของผู้เรียน เป็นการประกันคุณภาพการเรียนในระดับอุดมศึกษา
4. ตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียน ใช้เป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาและแนะนำนักศึกษาที่ประสบปัญหาทางการเรียน เพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลดปัญหาการออกกลางคัน



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะนำเสนอเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามลำดับหัวข้อต่อไปนี้

1. พฤติกรรมการเรียน
2. วิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ
3. แบบประเมินพฤติกรรมการเรียน
4. ตัวบ่งชี้คุณภาพการศึกษา
5. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องของความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### 1. พฤติกรรมการเรียน

ความหมายของพฤติกรรมการเรียน

โสภกา ชูพิกุลชัย (2528: 111) ให้ความหมายว่าพฤติกรรมการเรียน หมายถึง การกระทำหรือกิจกรรมที่นักเรียนแสดงออกด้านการเรียน การตอบสนองหรือปฏิกิริยาที่นักเรียนมีต่อประสบการณ์ สิ่งแวดล้อมในขณะที่เรียนด้วย ดังนั้นพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนนั้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของนักเรียนเป็นสำคัญ

กิ่งกาญจน์ ปานทอง (2545: 19) ให้ความหมายพฤติกรรมการเรียนว่า หมายถึง การปฏิบัติตัวของนักศึกษาเกี่ยวกับการเรียนทั้งในและนอกห้องเรียน ได้อย่างเหมาะสมกับวัน เวลาและสถานที่ ได้แก่ การแบ่งเวลาในการเรียน การเข้าเรียน การฟัง การอ่าน การจดโน้ตเพื่อช่วยจำ การส่งการบ้าน การทบทวนบทเรียนและการเตรียมตัวสอบ

พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช (2547: 11) สรุปพฤติกรรมการเรียน หมายถึง การกระทำกิจกรรม การตอบสนอง ปฏิกิริยาหรือวิธีการและเทคนิคในการเรียนของนักเรียน ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความรู้ ทักษะ เจตคติ ให้บรรลุจุดประสงค์ที่กำหนดในวิชาต่าง ๆ โดยมีการแสดงออกอย่างสม่ำเสมอด้วยความพึงพอใจและมานะที่จะพัฒนาการเรียนให้ดีขึ้นโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

ทั้งนี้จากการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการเรียน (Learning Behavior) มีความหมายที่คล้ายคลึงกัน ได้แก่นิสัยการเรียน (Study Habits) เทคนิคการเรียน (Study Techniques) ยุทธวิธีการเรียน (Learning Strategies) และทักษะการเรียน (Study Skill) พอสรุปได้ดังนี้

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2538: 1) กล่าวว่านิสัยในการเรียน หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกอย่างสม่ำเสมอ แสดงออกถึงความพอใจและความมุ่งมั่นที่จะศึกษาหาความรู้ให้บรรลุผลสำเร็จซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวประกอบด้วย ความตั้งใจ และเอาใจใส่ในการเรียน การวางแผนและการจัด

ระบบการเรียน มีความมุ่งมั่นที่จะแสวงหาความรู้และพัฒนาการเรียนให้ดีขึ้นเรื่อย ๆ โดยไม่ย่อท้อ ต่ออุปสรรค มีความคิดริเริ่ม ขยัน อดทน รับผิดชอบ ฟังตนเอง และมีความภาคภูมิใจในผลการเรียนของตน

Jearakul (1976: 15) กล่าวว่า นิสัยการเรียน (Study Habits) เป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลที่แสดงออกหรือกระทำในการเรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งของและบุคคล ซึ่งลักษณะนิสัยในการเรียนนั้นรวมไปถึง เทคนิคในการเรียนและทักษะในการเรียนด้วย (วิชชดา เตียวกุล. 2529: 6) ทั้งนี้ ทักษะในการเรียนและเทคนิคในการเรียนเป็นลักษณะของพฤติกรรมแบบหนึ่งและเป็นส่วนหนึ่งของนิสัยในการเรียน

Weinstein and Mayer (1986: 315-317) กล่าวว่า ยุทธวิธีการเรียน หมายถึง พฤติกรรมของผู้เรียนที่แสดงให้เห็นว่าผู้เรียนมีกระบวนการศึกษาหาความรู้ด้วยวิธีการใด เช่น การสรุปประเด็นสำคัญของสิ่งที่เรียน การขีดเส้นใต้ข้อความที่สำคัญ ๆ หรือการแสวงหาความรู้เพิ่มเติมเพื่อให้สิ่งที่เรียนกระจ่างขึ้น

ลักษณะนิสัยการเรียนเป็นพฤติกรรมทางการเรียนที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งจะต้องมีวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย การมีเทคนิคการเรียนและทักษะการเรียนที่ดี ในงานวิจัยนี้ได้ศึกษาแนวคิดเรื่องวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพที่เกี่ยวข้องกับลักษณะนิสัยการเรียน เทคนิคและทักษะการเรียน เพื่อเป็นแนวทางในการวิจัย ดังนี้

หน่วยแนะแนวการศึกษา ของมหาวิทยาลัยวิคตอเรีย (Student Services Department, VUT. 1995) ได้กล่าวถึงทักษะการเรียนของนักศึกษา ดังนี้

1. รู้จักตนเองและตั้งเป้าหมายในการเรียนของตนเอง
2. รู้จักบริหารเวลา ได้แก่ แผนประจำปี แผนประจำสัปดาห์ และแผนชั่วโมงการทำงาน ซึ่งจะต้องสร้างระบบการใช้เวลาเพื่อการศึกษาให้มีคุณภาพตามกำหนดการ พร้อมทั้งให้รางวัลตนเอง
3. การฟังและจดคำบรรยาย ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการเรียน แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน

3.1 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าฟังการบรรยาย โดยทบทวนบทเรียนในชั่วโมงที่แล้ว และศึกษาหัวข้อใหม่ที่จะเรียนต่อไป

3.2 ระหว่างฟังการบรรยาย ต้องตั้งใจฟังและเข้าใจในสิ่งที่บันทึก จัดระบบการฟัง และจดคำบรรยายให้สมบูรณ์ โดยใช้อักษรย่อแทนข้อความ ใช้ภาษาของตนเอง หรือแผนภาพประกอบ

3.3 การทบทวนหลังจากการเข้าฟังการบรรยาย นักศึกษาจะต้องทบทวนบันทึกคำบรรยายทันที เขียนคำบรรยายเพิ่มเติม หรือนำหัวข้อสำคัญให้ชัดเจน

4. การเข้าชั้นเรียนพิเศษ (Tutorials) เพื่อทบทวนการบรรยาย
5. ยุทธวิธีการอ่านอย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้เทคนิค S Q 3R ประกอบด้วย
  - S = Survey คือ การสำรวจ
  - Q = Question คือ การตั้งคำถาม
  - 3R = การอ่าน (Read) การจำแบบระลึกได้ (Recall) และ การทบทวน (Review)

6. การเขียนรายงาน จะต้องมีการเตรียมพร้อมในการทำงานในทุกขั้นตอน ได้แก่ การเลือกหัวข้อ การรวบรวมข้อมูล การเรียบเรียงข้อมูล และการลงมือเขียนรายงาน

7. การเรียนรู้และการจำ มีระบบการจำ 3 ขั้นตอน คือ การสร้างรหัส การเก็บไว้ และการนำออกมาใช้ รวมทั้งการมีสมาธิ ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้และการจำ

8. เทคนิคการสอบ ได้แก่ การเตรียมความพร้อมในการสอบ การควบคุมความวิตกกังวล และกลยุทธ์ในการทำข้อสอบ

9. การทำงานกลุ่มและการเสนอรายงาน ต้องเรียนรู้ตั้งแต่การเลือกสมาชิกกลุ่ม การแบ่งความรับผิดชอบ การทำงานให้เสร็จตามกำหนดการ และการเตรียมวิธีการนำเสนอผลงาน

10. การเตรียมตัวในเทอมต่อไป โดยการสำรวจข้อดี ข้อบกพร่องในลักษณะนิสัยการเรียนในเทอมที่ผ่านมา และตั้งเป้าหมายที่จะปรับปรุงต่อไป

วิธีการเรียนรู้ (Learning Strategies) หมายถึง วิธีการที่ผู้เรียนใช้จัดการเกี่ยวกับการเรียน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ (Oxford, 1990) ซึ่งประกอบด้วยทักษะหลายอย่างดังที่ศูนย์การเรียนรู้ แห่งมหาวิทยาลัยเทกซัส ได้กล่าวถึงทักษะของวิธีการเรียนรู้ว่าอย่างน้อยต้องประกอบไปด้วยเรื่องของการจัดการเวลา การอ่านตำรา การฟังและจดบันทึก การมีสมาธิ ความจำและการสอบ นอกจากนี้แรงจูงใจและทัศนคติต่อการเรียนยังมีผลต่อทักษะที่กล่าวมาด้วย (The Learning Center, The University of Texas Austin, 2002) และ South Africa University (2001) ได้เสนอวิธีพัฒนาการเรียนรู้แก่นักศึกษา โดยให้นักศึกษาสำรวจปัญหาในการเรียน เพื่อคุณลักษณะนิสัยการเรียน ทัศนคติและสิ่งแวดล้อมในการเรียน ซึ่งประกอบไปด้วย

1. การจัดระบบการเรียน
2. การจัดการเวลา
3. ทักษะในการสอบ
4. พฤติกรรมในชั้นเรียน เป็นการวัดความใส่ใจในชั้นเรียน
5. การใช้ห้องสมุด เป็นวิธีการใช้ห้องสมุดอย่างเข้าใจในระบบ
6. การใส่ใจ หรือ มีสมาธิ

7. แรงจูงใจ
8. อาการทางจิตและกาย
9. ปัญหาส่วนตัว
10. ภาวะรบกวน หรือ สิ่งแวดล้อม

ฉันทนา กลุ่มจิตและคณะ (2543: 19) ได้กล่าวว่าลักษณะนิสัยการเรียนเป็นพฤติกรรมทางการเรียนที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งจะต้องสร้างลักษณะนิสัยทางการเรียนที่ดี การมีเทคนิคทางการเรียนที่ดี การมีเทคนิค ทักษะทางการเรียนและการจัดระบบวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ เช่น วิธีเรียน การจัดการเวลา การหาแหล่งข้อมูล การเตรียมตัวสอบ จะช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จในการศึกษาและสู่เป้าหมายได้เป็นอย่างดี

พิบูล สีหาพงษ์ (2545: 76-82) ได้ศึกษาวิธีการเรียนของนักเรียนเรียนดี และวิธีการสอนของครูสอนดี ระดับประถมศึกษา เพื่อศึกษากระบวนการเรียนการสอนที่เอื้อต่อวิธีการเรียนของนักเรียน อันจะนำไปสู่การเรียนที่ยั่งยืนในวิชาภาษาไทย ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ พบว่า วิธีการเรียนของนักศึกษาเรียนดี มีพฤติกรรมการเรียนของตนเอง ตามลำดับดังนี้ ทบทวนการเรียนด้วยวิธีการอ่านหนังสือ ตั้งใจฟังทุกเรื่องที่อาจารย์สอน ทำแบบฝึกหัดเสริมความรู้ อ่านหนังสือเพิ่มเติม ค้นคว้าหาความรู้จากห้องสมุด เขียนสรุปตามความเข้าใจของตนเอง จัดทำตารางเรียน และเข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียน

ฉัตรปวีณ์ จรัสรวาววัฒน์ (2550: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ได้แก่ ความพร้อมในการเรียน ประกอบด้วย มีสมาธิระหว่างที่เรียน จดบันทึกเนื้อหาเพิ่มเติมระหว่างที่เรียน และการอ่านทบทวนหลังเลิกเรียน การรับรู้ ได้แก่ การกล้าซักถามอาจารย์ผู้สอนในระหว่างเรียน ความจำ ประกอบด้วย การสอนในลักษณะที่มีการทบทวนและเฉลยคำตอบบ่อย ๆ การอ่านหนังสือโดยอาศัยความเข้าใจก่อนสอบ การอ่านหนังสือแบบอ่านบ่อย ๆ ก่อนสอบ และการอ่านหนังสือโดยการอ่านทบทวนเป็นระยะก่อนสอบ ความคิดสร้างสรรค์ ประกอบด้วย เวลาที่มีปัญหาด้านการเรียนสามารถแก้ไขได้โดยไม่กระทบต่อคนรอบข้าง

ศิราพร จันทโนทก (2538: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาตัวแปรที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ ของมหาวิทยาลัยที่อยู่ในกรุงเทพฯ กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ถึงปีที่ 4 จำนวน 1,774 คน จากผลการวิจัยพบว่า นิสัยในการเรียนเป็นตัวแปรที่สำคัญกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## 2. วิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ

ลักษณะการเรียนเป็นพฤติกรรมทางการเรียนที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจะต้องมีวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งประกอบด้วยเทคนิคและทักษะการเรียนที่ดี ทั้งนี้การสร้างลักษณะนิสัยการเรียนที่ดี และการจัดระบบวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถประหยัดเวลาได้ 1 ใน 3 ถึง 1 ใน 4 ของเวลาที่เคยใช้ถ้ารู้จักสร้างพฤติกรรมเรียนที่ดีและปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งการจัดระบบวิธีการเรียนให้มีประสิทธิภาพดังนี้ (Smith. 1970: 2 - 35 อ้างอิงจาก ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ. 2541: 15)

1. กำหนดตารางเวลาในการเรียน โดยแน่ใจว่าได้ใช้เวลาแต่ละวิชาอย่างเพียงพอ และบังคับให้ตนเองปฏิบัติตามตารางนั้น

2. จัดสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับตนเองเวลาทำงาน

3. ตั้งสมาธิให้แน่วแน่ปราศจากสิ่งรบกวน จนกว่างานจะเสร็จ

4. ทำงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละวันให้เสร็จ

นอกจากนั้นยังได้เสนอแนะวิธีสร้างลักษณะนิสัยการเรียนที่ดี โดยปรับปรุงด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. การอ่าน องค์ประกอบที่สำคัญที่ทำให้การอ่านมีประสิทธิภาพคือความเร็วและความเข้าใจในเนื้อหา การอ่านที่รวดเร็วทำให้บุคคลสามารถอ่านเนื้อเรื่องได้มากกว่า หรือทบทวนเรื่องราวเดิมซ้ำ ๆ กันได้หลายครั้งในช่วงเวลาที่จำกัด ส่วนความเข้าใจในเนื้อหานั้นจะต้องพยายามจับจุดมุ่งหมายของเรื่องที่อ่านและจับใจความสำคัญของเรื่องนั้นให้ได้

2. การขีดเส้นใต้ เพื่อเน้นจุดสำคัญที่อาจเป็นปัญหา ข้อเท็จจริง ความคิดเห็นของผู้เขียนเพื่อจำได้ หรือทำให้เห็นได้ง่ายชัดเจน หรือแสดงจุดอ่อนที่เรายังไม่เข้าใจ

3. การจดโน้ต การจดโน้ตส่วนสำคัญที่ได้อ่านหรือรับฟังจะช่วยให้จำได้

4. การทบทวน หลังจากที่ได้เรียนมาแล้ว จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทบทวนเรื่องที่ได้เรียนมา โดยใช้ช่วงเวลาหนึ่ง ๆ เพื่อจะคงความรอบรู้ในเรื่องนั้น ๆ ไว้

5. การเขียนหรือการทำการบ้านในเรื่องที่ยังทำได้ไม่ดี หรือทำไม่ได้ หรือยังไม่เข้าใจจะช่วยให้เข้าใจมากขึ้น

6. การใช้ห้องสมุด

7. การใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ เช่นแผ่นที่ จะทำให้เข้าใจบทเรียนได้ดียิ่งขึ้น

Walton Paul (1974) อ้างถึงใน ฉันทนา กล่อมจิต (2543: 9) ได้กล่าวถึงนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการเรียนมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. มีเป้าหมายในการศึกษา



2. เทคนิคการจำ ปัจจัยที่สำคัญที่สุดอย่างหนึ่งในการเรียนคือการพยายามจำเนื้อหาที่เรียนมาแล้วให้ได้ยาวนานที่สุด โดยปฏิบัติตามเทคนิคต่อไปนี้

2.1 พยายามทำความเข้าใจกับเนื้อหานั้นให้ได้ อย่าจำในสิ่งที่ไม่เข้าใจ  
2.2 พยายามเชื่อมโยงเนื้อหาใหม่กับสิ่งที่ได้เรียนไปแล้ว  
2.3 เลือกจำเฉพาะเนื้อหาที่สำคัญ  
2.4 จัดเนื้อหาอย่างมีระบบ เป็นขั้นตอน หรือใช้แผนภูมิ แผนภาพ ตารางช่วย จะทำให้เนื้อหาชัดเจนและจำง่าย

2.5 การท่อง หรือการเขียนหลาย ๆ ครั้ง จะช่วยให้จำได้มากขึ้น

2.6 บทเรียนที่ยาวควรแบ่งเป็นส่วน ๆ

2.7 การทบทวนเป็นระยะจะช่วยให้อ่านได้ดีขึ้น หลังชั่วโมงเรียนควรทบทวนทันที

3. เทคนิคการจดคำบรรยาย การจดคำบรรยายเป็นการบันทึกคำบรรยายไว้อย่างถาวรเพื่อสะดวกในการอ่านทบทวนใหม่ ซึ่งการจดหรือการเขียนที่นำไปพร้อมกับการเห็นและการฟังจะเป็นการรวบรวมสมาธิให้จดจ่ออยู่ที่คำบรรยาย ซึ่งมีเทคนิคดังนี้

3.1 ควรตั้งใจฟังและใช้ความคิดตามไปด้วย

3.2 พยายามจับประเด็นสำคัญจากคำบรรยาย

3.3 พยายามจดให้ได้เนื้อความมากที่สุด แต่ไม่ใช่จดทุกคำพูดโดยไม่กลั่นกรอง แต่ถ้าเนื้อหาเข้าใจยากให้จดทุกคำไว้ก่อนแล้วค่อยทำความเข้าใจทีหลัง

3.4 จดให้เร็วที่สุด หรืออาจใช้สัญลักษณ์หรือคำย่อเข้าช่วย

3.5 จดให้มีระเบียบ มีหัวข้อใหญ่ หัวข้อรอง และอาจใช้ตัวเลขกำกับหัวข้อเพื่อให้เข้าใจและจำได้ง่ายขึ้น

3.7 ถ้าผู้บรรยายพูดเร็วเกินไปในเนื้อหาสำคัญแล้วไม่สามารถจดทัน ควรเว้นที่ว่างไว้เพื่อนำมาเติมทีหลังหรืออาจยกมือถามผู้บรรยาย

3.8 ควรบันทึกครั้งที่ และวันที่ฟังบรรยายทุกครั้ง

3.9 จดวิชาเดียวกันไว้ในเล่มเดียวกัน อย่างจดปนกับวิชาอื่น และอย่าปล่อยให้ปะลະเลยเมื่อมีเหตุให้จด

3.10 ควรทบทวนดูบันทึกคำบรรยายในแต่ละวัน จะช่วยให้เข้าใจและจำเรื่องได้ดี

4. เทคนิคการทำบันทึกย่อ การทำบันทึกย่อเป็นการประมวลความรู้ใหม่เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเป็นเครื่องมือช่วยจำแก่ผู้เรียน ผู้เรียนต้องมีสมาธิ ตั้งใจและคิดตามจะทำให้

จดจำเนื้อหาได้แม่นยำ สำหรับลักษณะการบันทึกที่ดี ควรเป็นบันทึกที่สั้น ได้ใจความ ชัดเจนและอ่านเข้าใจง่าย ซึ่งมีวิธีปฏิบัติดังนี้

- 4.1 อ่านและทำความเข้าใจเนื้อหาที่สำคัญ แล้วสรุปสาระสำคัญในแต่ละย่อหน้า
- 4.2 จดอย่างสั้นและกระชับความ
- 4.3 จดให้ครอบคลุมเนื้อหา
- 4.4 ใช้ภาพประกอบง่าย ๆ เพื่อช่วยให้เข้าใจได้เร็วขึ้น
- 4.5 ถ้าข้อความกระชับสมบูรณ์ดีแล้ว ให้คัดลอกลงบันทึกย่อได้เลย
- 4.6 ควรจดชื่อหนังสือ ผู้แต่ง ชื่อบทและระบุนำของตำราที่เราย่อไว้ด้วย เพื่อ

จะได้กลับไปพิจารณาบททวนรายละเอียด

5. การขีดเส้นใต้และจดในตำรา เป็นการเน้นความสำคัญของเนื้อหาเพื่อสะดวกในการกลับมาทบทวน มักนิยมใช้ปากกาสีขีดเน้นข้อความสำคัญ หรืออาจใช้เครื่องหมายต่าง ๆ เช่น วงกลม ดอกจันทร์ สีเหลี่ยม ฯลฯ และอาจใช้ที่ว่างของหนังสือจดบันทึก สรุปคำถามได้

จากการศึกษาของอัญชลี สารรัตนะ (2532) อ้างถึงในฉันทนา กล่อมจิต. 2543:10-12) ศึกษาลักษณะและการปฏิบัติของผู้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง พบว่า ผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงไม่ชอบให้มีเสียงรบกวนขณะทำการบ้านหรืออ่านหนังสือ เวลาอ่านหนังสือจะมีสมาธิค่อนข้างยาว (ไม่ต่ำกว่า 50 นาที) ทำงานจนเสร็จเป็นอย่างดี ๆ หรือทำจนรู้สึกเหนื่อยก็หยุดพัก เดินพักผ่อน รับประทานอาหาร อ่านการ์ตูน หรือนั่งทบทวนสิ่งที่อ่านไปแล้วบ้าง ประมาณ 10 นาที และแบบการเรียนรู้ของกรณีศึกษามีดังนี้

1. มีความสนุกกับสิ่งที่เรียน ถือว่าการเรียนเป็นเรื่องสำคัญและต้องเรียนให้ดี จึงจะเกิดความตั้งใจ ขยันเรียน เกิดความกระตือรือร้น มานะพยายามและเห็นประโยชน์สิ่งที่เรียน

2. หาดูแบบ เช่น รุ่นพี่ที่เรียนเก่ง บุคคลรอบข้างที่เรียนเก่งหรือผู้ประสบความสำเร็จในการเรียน เช่น พ่อแม่ พี่ หรือญาติ

ทั้งนี้ผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงยังมีนิสัยในการเรียนที่ดี ดังนี้

1. ไปโรงเรียนแต่เช้า และเข้าห้องเรียนทันเวลาเสมอ พร้อมกับนำเครื่องเขียนอุปกรณ์การเรียนและตำรามาพร้อมทุกวัน

2. ตั้งใจเรียนและสร้างสมาธิให้กับสิ่งที่เรียน โดยคิดตามและจดส่วนสำคัญลงไปด้วย ถ้าไม่เข้าใจเนื้อหาอะไรควรยกมือถามอาจารย์ หรือไปถามนอกห้องเมื่อเลิกชั้นเรียนแล้วถามเพื่อน พี่ พ่อแม่ หรือผู้มีความรู้เรื่องนั้น หรืออ่านซ้ำหลาย ๆ ครั้ง เพื่อพยายามทำความเข้าใจอย่าปล่อยให้ผ่านไปทั้งที่ไม่เข้าใจ



3. ทำการบ้านสม่ำเสมอ ถ้าเป็นรายงานก็ทำความเข้าใจสิ่งที่ทำให้แจ่มแจ้งเสียก่อน และจัดระเบียบเรียงแยกประเภทของงานแต่ละวิชาก่อนลงมือทำ และทำด้วยตนเองเข้าใจสิ่งที่อาจารย์สอนไปหรือไม่ ถ้าพบแบบฝึกหัดนอกเหนือจากที่อาจารย์สอน หรือที่กำหนดก็ควรนำมาทำด้วย

4. การอ่านหนังสือ ควรทำเครื่องหมายหรือขีดเส้นใต้ข้อความสำคัญ เขียนสรุปย่อเป็นความเข้าใจของตนเอง เพื่อสะดวกและเป็นการเสียเวลาน้อยเมื่อย้อนกลับมาทบทวน พยายามสร้างคำถามจากสิ่งที่อ่าน ตอบคำถามที่สร้างขึ้น และจับใจความสำคัญของสิ่งที่อ่าน ควรอ่านหนังสือให้จบทุกวิชาอย่างน้อย 1 รอบก่อนสอบเสมอ และอ่านให้จบก่อน 1 – 2 สัปดาห์ เพื่อให้มีเวลาสำหรับทบทวนและไม่เบื่อก่อนที่จะอ่านซ้ำแม้เข้าใจ ควรวางแผนการอ่านหนังสือ หรือทำตารางการอ่านหนังสือและพยายามบังคับตนเองให้ทำตามแผนที่กำหนด

ตัวอย่างแผนการอ่าน หรือตารางการอ่านหนังสือ

แบบที่ 1 อ่านวิชาที่ต้องสอบก่อนไปหาวิชาที่สอบสุดท้าย อ่านจบเป็นวิชาๆ ไปจนครบหมด แล้วมาเริ่มต้นอ่านทบทวนวิชาที่สอบก่อนใหม่อีกครั้งซึ่งจะใกล้เวลาสอบพอดี

แบบที่ 2 วันธรรมดาทำการบ้านและอ่านหนังสือที่อาจารย์สอนไปแล้ว หรืออ่านล่วงหน้าก่อนอาจารย์สอน วันเสาร์-อาทิตย์ อ่านหนังสือเพื่อเตรียมสอบ

แบบที่ 3 ทำตารางเหมือนตารางสอน โดยระบุเวลาไว้ด้วย จัดวิชาที่ต้องท่องมากควบกับวิชาที่ไม่ต้องท่องมาก เช่น สังคมอ่านคู่กับท่องศัพท์

5. อ่านหนังสือนอกเหนือจากที่อาจารย์สอนเพื่อให้ได้ความรู้กว้าง ฝึกให้เกิดนิสัยรักการอ่าน ในกรณีที่เรียนพิเศษ ควรรีบอ่านทบทวน พยายามจับเทคนิคต่างๆ ที่อาจารย์ในเวลาปกติไม่ได้สอน หรือควรรู้ก่อนเรียนพิเศษว่าไม่เข้าใจเนื้อหาส่วนไหน

6. ในการทำข้อสอบควรทำอย่างระมัดระวัง คิดทบทวนจนแน่ใจก่อนที่จะผ่านไปทีละข้อ ข้อยากมากที่ทำไม่ได้ให้ผ่านไปก่อน ก่อนส่งกระดาษคำตอบควรใช้เวลา 2-3 นาทีเพื่อตรวจทาน หลังจากการสอบเสร็จควรรีบซักถามเพื่อนหรืออาจารย์เพื่อค้นหาคำตอบที่เป็นปัญหาหรือตอบไม่ได้

7. พยายามรักษาระดับการเรียนให้ดีขึ้นเรื่อยๆ หรืออย่างน้อยควรเท่าเดิม

ทั้งนี้การใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่างๆ ควรใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพ รู้จักแบ่งเวลา โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับการเรียนและจัดเวลาให้มีเวลาพักผ่อนสำหรับทำงานอดิเรกบ้าง ผู้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้เวลาในการเรียน ดังนี้

กิจกรรมประจำวัน	วันธรรมดา	วันหยุด
นอนวันละประมาณ	7 ชั่วโมง	8-9 ชั่วโมง

ทำการบ้านหรืออ่านหนังสือประมาณวันละ	3 ชั่วโมง	4-5 ชั่วโมง
พักผ่อนหย่อนใจ ประมาณวันละ	3 ชั่วโมง	7 ชั่วโมง

### 3. แบบประเมินพฤติกรรมการเรียน

ในการวัดพฤติกรรมการเรียน หรือนิสัยการเรียน มีนักจิตวิทยาหลายท่านทำการศึกษาและพัฒนาเครื่องมือขึ้นหลายชุด เพื่อศึกษาควบคู่กับตัวแปรอื่น เช่น The Study and Methods Survey (SAMS) , The California Study Methods Survey (SMS), The Scales of Motivation and Study Methods (SMSM) และ The Survey of Study Habits and Attitudes (SSHA) (Jearakul. 1976: 40) ซึ่งต่อมา ดร.แคร์ อี เวียนสเดียน ดร.เดวิด อาร์ พอลเมอร์ และ ดร.แอน ซี สเคราท์ ของมหาวิทยาลัยเท็กซัสแห่งออสติน ได้สร้างแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียน Learning and Study Strategies Inventory (LASSI) เมื่อปี ค.ศ.1987 เพื่อเก็บข้อมูลนักศึกษาในด้านต่างๆ (Weinstein and Palmer. 2002: 9-13) เช่น การเรียน การให้คำปรึกษาและช่วยเหลือนักศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียน ประกอบด้วย 77 ข้อ แบ่งเป็น 10 ด้าน ดังนี้

1. ทศนคติ (The Attitude Scale) หมายถึง ทศนคติของนักศึกษาที่มีต่อสถานศึกษาและความสำเร็จในการเรียน เช่น ความสามารถหรือวิธีการต่างๆ ที่นักศึกษาใช้ในการทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จหรือประสบความสำเร็จในการเรียน นักศึกษาที่มีคะแนนในระดับนี้ต่ำ อาจจะเป็นที่ไม่เชื่อมั่นในสถานศึกษาของตนว่ามีความสำคัญเพียงไร และต้องการพัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับสถานศึกษาเพื่อนำไปสู่เป้าหมายชีวิตในอนาคต

ตัวอย่างข้อคำถาม : ฉันรู้สึกสับสนและไม่แน่ใจว่าอะไรคือจุดมุ่งหมายในการเรียนของฉัน

2. แรงจูงใจ (The Motivation Scale) หมายถึง การที่นักศึกษามีความขยันเอาใจใส่ มีระเบียบวินัยในตนเองและมีความพยายามซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นที่จะทำให้การเรียนนั้นประสบความสำเร็จ นักศึกษาที่มีคะแนนในระดับนี้ต่ำ จะเป็นผู้ที่ต้องยอมรับและรับผิดชอบกับผลงานที่ออกมา และเรียนรู้ที่จะกำหนดเป้าหมายหรือวิธีการที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ

ตัวอย่างข้อคำถาม : เมื่อนั้นได้รับงานที่ยาก ฉันไม่ยอมแพ้หรือเลือกที่จะศึกษาในเรื่องง่ายกว่า

3. การจัดการกับเวลาทางการเรียน (The Management Scale) หมายถึง การที่นักศึกษาวางแผนและจัดการกำหนดเวลาของตนเองตามสถานการณ์ต่าง ๆ นักศึกษาที่มีคะแนนต่ำ อาจจะต้องการการพัฒนาการจัดการตารางเวลา หรือเทคนิคต่าง ๆ ในการช่วยจัดการเวลาและหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อตัวนักศึกษา

ตัวอย่างข้อคำถาม : ฉันจะตั้งใจเรียนเฉพาะที่เป็นเวลาใกล้สอบ

4. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียน (The Anxiety Scale) หมายถึง ระดับความกังวลของนักศึกษาที่มีต่อสถานศึกษา นักศึกษาที่มีระดับคะแนนต่ำมักมีประสบการณ์หลายอย่างที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลสูงในสถานศึกษา ส่วนนักศึกษาที่มีระดับคะแนนสูงมักมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่งชัดเจน ทั้งนี้ผู้ที่มีความวิตกกังวลต่ำอาจต้องการการพัฒนาเทคนิคต่าง ๆ ที่ช่วยในการลดความวิตกกังวลในเรื่องรอบตัว และสามารถให้ความสนใจกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้

ตัวอย่างข้อคำถาม : ฉันรู้สึกกังวลเกี่ยวกับคำตอบของฉันในการสอบครั้งนี้

5. การมีสมาธิต่อการเรียน (The Concentration Scale) หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาที่มุ่งความสนใจต่อเหตุการณ์ในขณะนั้น ผู้ที่มีระดับคะแนนต่ำอาจมีความยากลำบากในการที่จะตีความหมายของข้อมูล หรือบทเรียน และไม่รู้วิธีการจำที่จะช่วยตนเองนึกเรื่องราวหรือบทเรียนต่าง ๆ ได้ในภายหลัง

ตัวอย่างข้อคำถาม : ฉันพบว่าในขณะที่เรียน ฉันคิดถึงสิ่งอื่นและไม่ได้ฟังว่าอาจารย์ที่สอนพูดถึงเรื่องอะไร

6. กระบวนการรวบรวมข้อมูล (The Information Processing Scale) หมายถึง วิธีการที่นักศึกษานักเรียนสามารถใช้จินตนาการ กลวิธีในการจัดการและทักษะของเหตุผล หรือวิธีการในการเรียนที่ช่วยให้ นักศึกษาสามารถเชื่อมโยงความรู้เดิมเข้ากับสิ่งที่พวกเขากำลังจะเรียนรู้และจดจำ เช่น ความรู้ที่มีคุณค่าและข้อมูลของสิ่งต่าง ๆ ในอนาคต นักศึกษาที่มีระดับคะแนนต่ำ อาจมีความยากลำบากในการที่จะตีความหมายของข้อมูลหรือบทเรียน และไม่รู้วิธีการจำที่จะช่วยให้ตนเองนึกเรื่องราวหรือบทเรียนต่าง ๆ ได้ภายหลัง

ตัวอย่างข้อคำถาม : ฉันตีความสิ่งที่ฉันกำลังเรียนให้เป็นภาษาของตนเอง

7. การเลือกใจความสำคัญและจดจำเนื้อหาที่สำคัญของบทเรียน (The Selecting Main Ideas Scale) หมายถึง ทักษะของนักศึกษาที่สามารถจับใจความสำคัญของเนื้อหาว่าส่วนใดสำคัญมาก และส่วนใดที่ไม่ค่อยมีความสำคัญกับรายละเอียด นักศึกษาที่มีระดับคะแนนต่ำอาจต้องการการพัฒนาทักษะในการแยกเนื้อหาออกเป็น ส่วน ๆ และเน้นส่วนที่ควรสนใจ เช่น การอ่านตำราภาษาอังกฤษ (Textbook) ซึ่งนักศึกษานักเรียนจะสามารถเข้าใจความหมายถ้าหากจับใจความสำคัญได้

ตัวอย่างข้อคำถาม : บ่อยครั้งที่ฉันลืมเก็บรายละเอียด จนไม่สามารถมองภาพรวมของเรื่องนั้นได้

8. การใช้เทคนิคและเครื่องมืออุปกรณ์ช่วยเหลือในการเรียน (The Study Aids Scale) หมายถึง การที่นักศึกษานักเรียนสามารถใช้ข้อมูลหรือตัวอย่างที่มีอยู่ช่วยเหลือในการเรียนและค้นคว้า

ข้อมูล ผู้ที่มีคะแนนต่ำอาจต้องการการพัฒนาความเข้าใจว่าข้อมูลนั้นเพื่อช่วยเหลือตนเองให้เป็น  
ผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น

ตัวอย่างข้อคำถาม : ฉันมักจะช่วยเหลือตนเองโดยการเปิด Textbook เพื่อหาสิ่งที่ฉันต้องการ

9. การทดสอบตนเอง การทบทวนและการเตรียมตัวในการเรียน (The Self-Testing Scale)

หมายถึง จินตนาการหรือการสร้างภาพอันเป็นเทคนิคที่จะช่วยให้นักศึกษาเข้าใจในบทเรียนมากยิ่งขึ้น ผู้ที่มีคะแนนต่ำอาจต้องการพัฒนาความเข้าใจและรู้ซึ่งเกี่ยวกับการทดสอบตนเอง และ  
เรียนรู้เทคนิคในการจินตนาการข้อมูล และระดับของความเข้าใจ หรือความสามารถในการเข้าใจสิ่ง  
ต่าง ๆ ที่กำลังศึกษาอยู่

ตัวอย่างข้อคำถาม : เมื่อนั้นได้รับงานที่ยาก ฉันไม่ยอมแพ้หรือเลือกที่จะศึกษาในเรื่องง่ายกว่า

10. ยุทธวิธีในการสอบและการเตรียมตัวสอบ (The Test Strategies Scale) หมายถึง การ  
เตรียมตัวในการสอบของนักศึกษา ซึ่งรวมถึงเทคนิคต่าง ๆ ในการท่องจำ ผู้ที่มีคะแนนต่ำอาจต้องการ  
เรียนรู้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อเตรียมตัวในการสอบ ซึ่งนักศึกษาสามารถที่จะหาวิธีการที่มีประสิทธิภาพ  
ในการใช้ความรู้ที่เรียนมาในการสอบได้

ตัวอย่างข้อคำถาม : ในการสอบหรือเขียนบทความ ฉันพบว่าฉันไม่เข้าใจว่าอะไรที่ผู้ถาม  
ต้องการ หรือ อะไรที่ทำให้เสียคะแนนในการสอบ

สำหรับงานวิจัยในต่างประเทศที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมกรเรียนของนักศึกษา โดยนำ  
แบบสำรวจพฤติกรรมกรเรียน LASSI มาใช้ ได้แก่ ลูมิส (Loomis, 2000: online อ้างอิงจาก  
พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช. 2547: 17-18) ได้ศึกษารูปแบบกรเรียนโดยเปรียบเทียบความสัมพันธ์  
ระหว่างรูปแบบกรเรียนของนักศึกษาแต่ละคน และวิธีเรียนวิชาวิจัยโดยการศึกษาค้นคว้าทาง  
อินเทอร์เน็ตโดยใช้แบบสำรวจ LASSI วัดรูปแบบกรเรียน 10 ด้าน ผลการวิจัยพบว่า คะแนนของ  
แบบสำรวจ LASSI มีความสัมพันธ์กับคะแนนเก็บในชั้นเรียน และเกรดตอนสอบปลายภาค ซึ่ง  
ปัจจัยของพฤติกรรมกรเรียนที่มีความสัมพันธ์กับวิธีการเรียนของนักเรียนมากที่สุด คือ การจัดการ  
เวลาในการเรียน และการใช้เทคนิคช่วยเหลือในการเรียน ซึ่งมีความสัมพันธ์กับเกรดตอนสอบ  
ปลายภาคมากที่สุด

เรย์ (Ray, 1998: 2491) ได้ศึกษาผลกระทบของตัวแปรการเลือกกลยุทธ์ในการเรียนที่  
สถาบันฝึกหัดนายทหารชั้นประทวน (NCO) ใช้เป็นแบบประเมิน The Strategic Assessment of  
Readiness for Training (START) และ Learning and Study Strategies Inventory-High School  
Version (LASSI-HS) ซึ่งทำการวัดก่อนและหลังผู้เข้าอบรมในหลักสูตร จำนวน 275 คน The first  
Primary Leadership Development Course (PLDC) แล้วใช้สหสัมพันธ์ถดถอยพหุคูณหา  
ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรกลยุทธ์ในการเรียนรู้ และตัวแปรพื้นฐาน การวัดเพื่อเปรียบเทียบ

คะแนนวัดก่อนและวัดหลังด้านการจัดการเวลาจากแบบทดสอบ START และด้านกลยุทธ์ในการสอบของ LASSI-HS ผลงานวิจัยพบว่า มีผลกระทบต่อการใช้ของผู้ฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญ ในขณะที่ด้านการจัดการเวลาและทัศนคติของ LASSI-HS มีความสัมพันธ์ทางลบต่อการปฏิบัติของผู้ฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญ

ศรีระพร จันทโนทก (2538: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ โดยได้นำแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียน LASSI มาปรับใช้เก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษา ชั้นปีที่ 2-4 จำนวน 1,774 คน ซึ่งผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีนิสัยการเรียนดีในภาพรวมมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาทุกชั้นปีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ว่าที่ ร้อยตรีสิงห์ ไทวงศ์ (2544: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม ต่อยุทธวิธีการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาที่มีสภาพรอฟินิจของมหาวิทยาลัยกรุงเทพ จำนวน 24 คน โดยใช้แบบสอบถามยุทธวิธีการเรียนที่ปรับมาจากแบบประเมินพฤติกรรมการเรียน LASSI และวัดคะแนนเฉลี่ยสะสมทั้งก่อนและหลังทดลอง ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่มีสถานภาพรอฟินิจที่ได้รับการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม มีคะแนนยุทธวิธีและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการให้คำปรึกษาสูงกว่าก่อนได้รับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช (2547: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาปัจจัยด้านพฤติกรรมการเรียนที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ โดยใช้เครื่องมือในการศึกษา คือแบบสำรวจข้อมูลทั่วไป และแบบสำรวจพฤติกรรมการเรียนของนักศึกษา ซึ่งปรับจากแบบทดสอบยุทธวิธีการเรียนของสิงห์ ไทวงศ์ ที่ดัดแปลงข้อคำถามจากแบบสำรวจ Learning and Study Strategies Inventory (LASSI) 10 ด้าน คือ 1.ทัศนคติในการเรียน 2. แรงจูงใจในการเรียน 3. การจัดการเวลาเพื่อการเรียน 4. ความวิตกกังวลกับการปฏิบัติตนในการเรียน 5. การมีสมาธิต่อการเรียน 6. กระบวนการรวบรวมข้อมูล การค้นหาความรู้และการใช้เหตุผล 7. การเลือกใจความสำคัญและจดจำเนื้อหาที่สำคัญ 8. การใช้เทคนิค และเครื่องมือ อุปกรณ์ช่วยเหลือในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 9. การทดสอบตนเอง การทบทวนและเตรียมตัวในการเรียน และ 10. กลยุทธ์ในการสอบและการเตรียมตัวสอบ พบว่า พฤติกรรมการเรียนด้านทัศนคติในการเรียนมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ส่วนด้านความวิตกกังวลในการเรียนและด้านการใช้เทคนิคและเครื่องมืออุปกรณ์ช่วยเหลือในการเรียนมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ซึ่งนักศึกษาต่างคณะวิชาจะมีพฤติกรรมเรียนในด้านทัศนคติในการเรียน ด้านการจัดการเวลาเรียน ด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการเรียน ด้านการมีสมาธิและการเอาใจใส่ต่อการ

เรียน ด้านการใช้เทคนิคและเครื่องมืออุปกรณ์ช่วยเหลือในการเรียน และด้านการทดสอบตนเอง การ ทบทวนและการเตรียมตัวในการเรียน พฤติกรรมการเรียนทุกด้านมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งนี้ พฤติกรรมการเรียนด้านที่สามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนใน แต่ละกลุ่มในภาพรวม คือ พฤติกรรมการเรียนด้านแรงจูงใจในการเรียน และพฤติกรรมการเรียนด้าน การเลือกใจความสำคัญและจดจำเนื้อหาที่สำคัญ ตามลำดับ

ประณต คำนิม (2549: 72-80) ได้ศึกษาปัจจัยทางการเรียนและการสนับสนุนทางสังคม ที่ ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อ ศึกษาและเปรียบเทียบระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พฤติกรรมการเรียนและ การสนับสนุนทางสังคม ตามตัวแปรเพศและวิชาเอก ศึกษาปฏิสัมพันธ์และทำนายตัวแปรด้าน พฤติกรรมการเรียนและการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้เครื่องมือ 3 ชุด คือ 1.แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวทั่วไป 2. แบบสอบถามพฤติกรรมการเรียน เกี่ยวกับกลยุทธ์ใน การเรียน 10 ด้าน ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามที่ พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช พัฒนาจากแบบประเมิน พฤติกรรมการเรียน LASSI (Learning and Study Strategies Inventory) และ 3. แบบสอบถามการ สนับสนุนทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า นิสิตมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรวมทุกวิชาและทัศนคติทาง การเรียนดี แต่มีการบริหารเวลาและได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากมหาวิทยาลัยในระดับปานกลาง นิสิตหญิงได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว เพื่อน และมีพฤติกรรมการเรียนโดยรวม และบางด้าน เหมาะสมกว่านิสิตชาย นิสิตต่างวิชาเอกมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน แต่มีพฤติกรรมการเรียน และได้รับการสนับสนุนทางสังคมไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเรียน กับการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และตัวแปรที่สามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน ได้แก่ แรงจูงใจในการเรียน

#### 4. ตัวบ่งชี้คุณภาพการศึกษา

##### ความหมายของตัวบ่งชี้

ความหมายของตัวบ่งชี้ (Definition of Indicators) ตัวบ่งชี้ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Indicators ในภาษาไทยมีใช้อยู่หลายคำ แต่ผู้วิจัยใช้คำว่า ตัวบ่งชี้ เพราะให้ภาพที่ชัดเจน โดยมีผู้ให้ ความหมายของคำว่า ตัวบ่งชี้ ไว้ต่างๆ ดังนี้

นงลักษณ์ วิรัชชัยและสุวิมล ว่องวานิช (254: 53) ได้อธิบายตัวบ่งชี้ทางการศึกษาว่า หมายถึง ค่าสถิติหรือตัวแปรที่สร้างขึ้นเพื่อให้ได้ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับสถานภาพ คุณภาพ และผลการ ดำเนินงานของสถานศึกษาและต้องสามารถแปลความหมายได้อย่างเที่ยงตรง โดยมีเกณฑ์ในการ แปลความหมายด้วย

ศิริชัย กาญจนวาสี (2537: 82) ตัวบ่งชี้ หมายถึง ตัวประกอบ ตัวแปร หรือค่าที่สังเกตได้ ซึ่งใช้บ่งบอกสถานภาพหรือสะท้อนลักษณะของทรัพยากรการดำเนินงาน หรือผลการดำเนินงาน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (อ้างในสมเกียรติ ทานอก. 2539: 7) กล่าวว่า ตัวบ่งชี้ หมายถึง สารสนเทศที่บ่งบอกสถานภาพหรือสภาวะในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง หรือปัญหาที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งในเชิงปริมาณ โดยการนำข้อมูลหรือตัวแปรหรือข้อเท็จจริงมาสัมพันธ์กันเพื่อให้คุณค่าที่สามารถชี้ให้เห็นสภาพที่ต้องการศึกษาหรืออธิบาย ซึ่งสารสนเทศที่ได้นี้อาจจะอยู่ในรูปของข้อความ ตัวแปร หรือค่าที่สังเกตได้เป็นตัวเลข

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ (2539: 3) ให้ความหมายของตัวบ่งชี้ว่า เป็นมาตรวัดที่ใช้วัดระดับของผลการปฏิบัติงาน หรือการดำเนินงานของหน่วยงาน ซึ่งหน่วยงานนั้นอาจเป็นส่วนบุคคล กลุ่มบุคคล องค์กรที่เป็นส่วนราชการ รัฐวิสาหกิจ หรือธุรกิจเอกชน ไม่ว่าจะอยู่ในระดับใด และมีวัตถุประสงค์ของการดำเนินงานหรือปฏิบัติงานเป็นอย่างไร

#### องค์ประกอบและตัวบ่งชี้คุณภาพการศึกษา

คุณภาพการศึกษา มีความหมายได้หลายมุมมอง และองค์ประกอบของคุณภาพการอุดมศึกษาก็มีหลายองค์ประกอบ ดังนั้นในการประเมินคุณภาพการศึกษาจึงควรรวบรวมข้อมูลจากผู้เกี่ยวข้องหลายฝ่าย และใช้ตัวบ่งชี้ที่ครอบคลุมองค์ประกอบของระบบการศึกษา สำหรับองค์ประกอบที่สำคัญ และตัวบ่งชี้คุณภาพการศึกษาระดับอุดมศึกษาที่รวบรวมได้จากแนวคิดของนักวิชาการอุดมศึกษามีดังนี้

อคุลย์ วิริยะเวชกุล(2537: 4-5) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับตัวบ่งชี้คุณภาพทางวิชาการของสถาบันการศึกษาว่า ประกอบด้วยตัวบ่งชี้ดังต่อไปนี้

1. คุณภาพผลผลิต ซึ่งหมายถึง บัณฑิตทั้งระดับปริญญาตรี ปริญญาโทและปริญญาเอก คุณภาพบัณฑิต เป็นเครื่องบ่งชี้ความมีคุณภาพการจัดการศึกษาของสถาบันการศึกษานั้นๆ หากบัณฑิตของสถาบันมีความรู้ความสามารถสูงในการประกอบวิชาชีพ และส่งผลงานให้เป็นที่ประจักษ์ย่อมแสดงถึงคุณภาพทางวิชาการของสถาบันนั้น
2. คุณภาพผลงานวิจัยซึ่งสามารถประเมินจากผลงานวิจัย ที่ดีพิมพ์ในวารสารต่างประเทศ ที่เป็นที่ยอมรับในระดับนานาชาติ รางวัลผลงานวิจัยดีเด่นที่ได้รับจากในประเทศและต่างประเทศ
3. คุณภาพงานบริการ หมายถึง คุณภาพการให้บริการทางวิชาการที่ต้องใช้ความรู้และประสบการณ์
4. คุณภาพอาจารย์ ได้แก่ ความสามารถในการสอนของอาจารย์ ศักยภาพของอาจารย์ ในการสอนความสามารถทางด้านความรู้ ความสามารถเชิงวิชาการและความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเองให้เกิดขึ้นกับตัวผู้เรียน

5. บรรยายภาพทางวิชาการ ได้แก่ การจัดประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเชิงวิชาการในรูปแบบต่างๆ การสัมมนาทางวิชาการเพื่อให้เกิดความหลากหลายในแนวความคิด อันเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างปัญญา การมีระบบสารสนเทศที่ดีและมีระบบการบริการห้องสมุดที่ส่งเสริมบรรยากาศการสร้างผลงานทางวิชาการ

อุทุมพร จามรมาน(2540: 99-101) ได้เสนอประเด็นการจัดอันดับคุณภาพการศึกษามหาวิทยาลัยไทยด้านดัชนีบ่งชี้ ซึ่งจำแนกตามดัชนีปัจจัยตัวป้อน ปัจจัยกระบวนการและปัจจัยผลผลิต ดังนี้

ดัชนีปัจจัยตัวป้อน ได้แก่ (1) วุฒิการศึกษาของอาจารย์ (ตรี โท เอก) และสัดส่วน (2) ตำแหน่งทางวิชาการ (ผศ. รศ. ศ.) และสัดส่วน (3) จำนวนอาจารย์พิเศษเทียบกับจำนวนอาจารย์ประจำ (4) กระบวนการสรรหาและคัดเลือกอาจารย์ (5) รายวิชาที่เปิดสอนและสาขาความเชี่ยวชาญของอาจารย์ (6) ข้อมูลนักศึกษาใหม่ 3 ปีซ้อนหลัง เกี่ยวกับการเรียน กิจกรรมและความสนใจในวิชาการ (7) ร้อยละของการจัดสรรงบประมาณเพื่อการพัฒนาการเรียนการสอน (8) การมีระบบงานวิจัยที่สถาบันรองรับ (9) การสื่อสารภายใน จำนวนหมายเลขโทรศัพท์ จำนวนเครื่องโทรศัพท์ภายใน จำนวนเครื่องแฟกซ์ (10) อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกการเรียนการสอน (11) จำนวนเครื่องคอมพิวเตอร์และบริการ (12) รายการผังแม่บทในการพัฒนาอาคารสถานที่เพื่อพัฒนาการเรียนการสอน (13) จำนวนพื้นที่ใช้ประโยชน์ในอาคาร (14) ขนาดของพื้นที่ต่อคน (15) จำนวนบริการแนะแนวทางจิตวิทยาและวิชาชีพ (16) ขนาดของห้องสมุด จำนวนหนังสือ วารสาร สิ่งพิมพ์ ตลอดจนเวลาให้บริการและประเภทของบริการ (17) อัตราค่าลงทะเบียน (18) การให้บริการอาหาร สุขภาพ ที่พัก กีฬา (19) ศูนย์หนังสือ ตำรา (20) ทุนนิสิต (21) ค่าใช้จ่ายต่อหัวนิสิต (22) คะแนนสอบเข้า (23) เงินเดือนและค่าตอบแทนอื่นๆ ของอาจารย์

ปัจจัยกระบวนการ ได้แก่ (1) ภาระงานของอาจารย์สัดส่วนอาจารย์ : ต่อนักศึกษา (2) จำนวนหน่วยกิตบังคับต่อภาค (3) จำนวนวิชาต่ออาจารย์ (4) จำนวนการจัดประชุมระหว่างชาติของคณะ (5) จำนวนการจัดโครงการเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน (6) การเผยแพร่ข่าวสารภายในคณะ (7) การใช้เทคโนโลยีเครือข่ายสื่อสารในการเรียนการสอน

ปัจจัยผลผลิต ได้แก่ (1) เกรดเฉลี่ยของบัณฑิตตลอดหลักสูตร (2) ร้อยละของนิสิตที่จบตามหลักสูตร (3) การมีงานทำของบัณฑิตที่จบปริญญาตรีและระยะเวลาที่ได้งาน (4) การสำรวจความพอใจของผู้ใช้ (5) อัตราส่วนของผู้สำเร็จการศึกษาต่อผู้เข้าศึกษา (6) สัดส่วนจำนวนผู้สำเร็จการศึกษา : จำนวนที่กำหนดในแผนการผลิตบัณฑิต (7) ความคิดเห็นของผู้สอนเกี่ยวกับคุณภาพบัณฑิต (8) ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับคุณภาพบัณฑิต (9) ผลการตรวจสอบโดยสมาคมวิชาชีพ

**ลักษณะสำคัญของตัวบ่งชี้คุณภาพการศึกษา**



ลักษณะสำคัญของตัวบ่งชี้คุณภาพการศึกษา มีดังนี้ (Johnstone อ้างใน อัญญวรรณ เมธี สถาพร. 2544: 61)

1. ตัวบ่งชี้ไม่จำเป็นต้องบ่งบอกสิ่งต่างๆ หรือบ่งบอกธรรมชาติของสิ่งต่างๆ ได้ อย่างแม่นยำดัชนีนี้เป็นเพียงตัวบอกหรือตัวบ่งชี้สิ่งต่างๆ ในลักษณะการประมาณค่าอาจมากกว่าหรือน้อยกว่าเป็นจริงบ้าง

2. ตัวบ่งชี้ประกอบด้วยตัวแปรหลายๆ ตัวแปรที่มีความเกี่ยวข้องกัน เพื่อบ่งบอกหรือบ่งชี้ให้เห็นถึงลักษณะต่างๆ ของสภาพการณ์ระบบนั้นๆ

3. ตัวบ่งชี้ที่ใช้บ่งชี้เกี่ยวกับปริมาณของสิ่งใด ควรกำหนดให้ลักษณะปริมาณหรือคิดเป็นค่าตัวเลขได้ ไม่ใช่กำหนดในลักษณะการบรรยายข้อความล้วนๆ

4. ตัวบ่งชี้สามารถเปลี่ยนแปลงไปได้ตามกาลเวลาหนึ่งหรือระยะเวลาหนึ่งซึ่งอาจเป็นช่วงระยะเวลาใดก็ได้ ขึ้นอยู่กับวิวัฒนาการ(Revolution) ของระบบที่นำมากำหนด

5. ตัวบ่งชี้ต้องพัฒนามาจากการรวบรวมอย่างเป็นระบบด้วยวิธีการศึกษาวิจัย

#### ลักษณะที่ดีของตัวบ่งชี้วัดคุณภาพการศึกษา

ด้านการกำหนดดัชนีชี้วัดคุณภาพที่ดีของสถาบันควรมีลักษณะดังนี้ (Aaworth and Harvey อ้างอิงจาก อัญญวรรณ เมธีสถาพร. 2544: 62)

1. สอดคล้องกับพันธกิจของสถาบัน
2. สามารถนำมาใช้ควบคุมและประเมินการจัดการศึกษาของสถาบัน
3. ให้ข้อมูลเพื่อการพิจารณาการบริหารทรัพยากรของสถาบัน
4. ช่วยในการวางแผนและการตัดสินใจของสถาบัน
5. เป็นที่ยอมรับของบุคลากรที่เกี่ยวข้องในสถาบัน

#### ประโยชน์ของตัวบ่งชี้คุณภาพการศึกษา

ตัวบ่งชี้วัดคุณภาพการศึกษามีประโยชน์หลายประการต่อสถาบัน คือ เพื่อใช้ในการกำหนดนโยบายโดยทั่วไปปัญหาหลักของการวางแผนที่พบได้บ่อยคือการเขียนนโยบายและวัตถุประสงค์ในลักษณะกว้างๆ และคลุมเครือ ขาดความชัดเจนและขาดการระบุในลักษณะเฉพาะเจาะจงซึ่งการนำตัวบ่งชี้มาใช้ในการกำหนดนโยบาย และวัตถุประสงค์ของแผนงานการจัดการศึกษา ทำให้แผนงานการจัดการศึกษาที่เขียนขึ้นมีการระบุค่าตัวเลขที่เฉพาะเจาะจง จึงเป็นแผนงานที่มีความชัดเจนในการนำมากำหนดแนวทางการดำเนินกิจกรรมต่างๆ (Johnstone อ้างอิงจาก อัญญวรรณ เมธีสถาพร. 2544: 62)

1. เพื่อใช้ในการติดตามระบบการจัดการศึกษา ระบบการจัดการศึกษา อาจเปลี่ยนแปลงไปตามนโยบายของแต่ละยุคแต่ละสมัย หรือเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพการณ์ทั้งที่ได้วางแผนหรือไม่ได้วางแผนไว้ก็ได้ ดัชนีเป็นสิ่งที่บ่งชี้ให้ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของระบบการจัดการศึกษาใน

2. เพื่อใช้ในการวิจัยเกี่ยวกับพัฒนาระบบการศึกษา นำดัชนีมาใช้ประโยชน์ในการวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาระบบการศึกษาที่ผ่านๆ มามีมากมายหลายเรื่องด้วยกัน เช่น การนำดัชนีของระบบการจัดการศึกษาแต่ละประเทศหรือแต่ละสถาบันมาเปรียบเทียบ เพื่อนำผลการวิจัยไปใช้พัฒนาระบบการจัดการศึกษา การนำดัชนีมาใช้ประเมินคุณภาพการจัดการศึกษาของสถาบันการศึกษาเป็นต้น

3. เพื่อใช้ในการจัดอันดับคุณภาพของสถาบันการศึกษา โดยนำดัชนีของระบบการจัดการศึกษามาเป็นสิ่งที่บ่งชี้คุณภาพของสถาบันการศึกษานั้น ได้ดำเนินการมานานแล้วในต่างประเทศ เช่น ประเทศสหรัฐอเมริกา ประเทศอังกฤษและประเทศเยอรมัน เป็นต้น และปัจจุบันได้มีการจัดอันดับคุณภาพของสถาบันการศึกษาในประเทศแถบทวีปเอเชีย โดยนำองค์ประกอบการจัดการศึกษา เช่น ความมีชื่อเสียงของสถาบัน อาจารย์ ผลงานวิจัยและงบประมาณค่าใช้จ่ายต่อหัวนิสิตนักศึกษา มาเป็นดัชนีบ่งชี้คุณภาพการจัดการศึกษา ดังที่นิตยสารเอเชียวิก ได้จัดทำขึ้นและเผยแพร่แก่สาธารณชน

#### **การแปลความหมายค่าตัวบ่งชี้วัดคุณภาพการศึกษา**

ในการแปลค่าความหมายค่าบ่งชี้วัดคุณภาพการจัดการศึกษาต้องนำค่าดัชนีไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน กระทำได้ 3 แบบ ดังนี้ ( Johnstone อ้างอิงจาก อัญญาวรรณ เมธีสถาพร. 2544 : 65)

1. การเปรียบเทียบกับปทัสถาน (Norm – Reference Comparison) การแปลความหมายค่าดัชนีโดยการเปรียบเทียบค่าดัชนีทางการศึกษา โดยการเปรียบเทียบกับปทัสถานเป็นการนำค่าดัชนีทางการศึกษาของระบบหนึ่งไปเปรียบเทียบกับค่าดัชนีของระบบการศึกษาอื่นๆ ที่คล้ายคลึงกันและศึกษาในช่วงระยะเวลาเดียวกัน หรือเปรียบเทียบกับค่าดัชนีของระบบการศึกษาที่เป็นปทัสถาน
2. การเปรียบเทียบกับเกณฑ์ (Criterion-reference comparison) การแปลความหมายค่าดัชนีโดยการเปรียบเทียบกับเกณฑ์ เป็นการนำค่าดัชนีทางการศึกษาของระบบหนึ่งไปเปรียบเทียบกับค่าดัชนีของระบบการศึกษาในอุดมคติ หรือเปรียบเทียบกับค่าดัชนีของระบบการศึกษาที่กำหนดจากมาตรฐานของระบบการศึกษานั้น ซึ่งเป็นที่ยอมรับของผู้ที่เกี่ยวข้อง
3. การเปรียบเทียบกับตนเอง (Self-reference comparison) การแปลความหมายค่าดัชนีทางการศึกษาโดยการเปรียบเทียบกับตนเองเป็นการนำค่าดัชนีของระบบหนึ่งไปเปรียบเทียบกับ

### ความตรงภายในและความเชื่อมั่นของตัวบ่งชี้วัดคุณภาพการศึกษา

ด้านความตรงภายใน (internal validity) ความตรงภายในของดัชนีที่พัฒนาขึ้นนั้นแปรผันตามปัจจัยสำคัญ ดังนี้ (Johnstone อ้างอิงจาก อัญญาวรรณ เมธีสถาพร. 2544: 66)

1. ความชัดเจนของคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรที่นำมากำหนดดัชนี เนื่องจากตัวแปรที่นำมากำหนดดัชนีนั้น โดยปกติแล้วไม่สามารถทำการวัดได้โดยตรง จึงจำเป็นต้องให้นิยามตัวแปรในลักษณะที่เป็นเชิงปฏิบัติการที่สามารถวัดค่าได้ ซึ่งหากคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรที่นำมากำหนดดัชนีมีความชัดเจนและครอบคลุมโน้ตทัศน์ที่ศึกษามากเท่าใด รวมทั้งผู้วิจัยทำการพัฒนาดัชนีครอบคลุมและตรงตามคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรด้วย ทำให้เพิ่มความตรงภายในของดัชนีที่ครอบคลุมและตรงตามคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรด้วย ทำให้เพิ่มความตรงภายในของดัชนีที่พัฒนาขึ้น แต่หากคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรที่นำมากำหนดดัชนีขาดความชัดเจนและไม่ครอบคลุมโน้ตทัศน์ที่ศึกษาทำให้ดัชนีที่พัฒนาขึ้นขาดความถูกต้องและไม่ครอบคลุมมิติต่างๆ ของโน้ตทัศน์ที่ศึกษา หรือกล่าวได้ว่าเป็นการวัดตัวแปรเพียงบางส่วน (Fractional measurement) ซึ่งเป็นการลดความตรงภายในของดัชนีที่พัฒนาขึ้น

2. ความผันแปรของมโนทัศน์ที่ศึกษา (Variability of concept) หากมโนทัศน์ที่ศึกษามีการผันแปรไปตามบริบทต่างๆ ตลอดเวลาแล้ว แม้ว่าผู้วิจัยได้ทำการกำหนดคำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรที่นำมากำหนดดัชนีอย่างชัดเจนและครอบคลุมแล้วก็ตามยากต่อการตีความหมายดัชนีที่พัฒนาขึ้นได้ตรงกับบริบทของมโนทัศน์ที่ศึกษาซึ่งเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ทำให้เป็นการลดความตรงภายในของดัชนีที่พัฒนาขึ้น

3. ตัวแปรมีความเป็นตัวแทนของมโนทัศน์ที่ศึกษา (Represent of Variables) ในการคัดเลือกตัวแปรที่นำมาพัฒนาดัชนีนั้น หากได้ตัวแปรที่มีความเป็นตัวแทนของมโนทัศน์ที่ศึกษาแล้ว ก็ทำให้ดัชนีที่พัฒนาขึ้นมีความตรงภายใน แต่หากตัวแปรขาดความเป็นตัวแทนของมโนทัศน์ที่ศึกษาก็ทำให้เป็นการลดความตรงภายในของดัชนีที่พัฒนาขึ้น

ด้านความเชื่อมั่น (Reliability) ความเชื่อมั่นของดัชนีที่พัฒนาจะขึ้นอยู่กับปัจจัยต่อไปนี้

1. ความสอดคล้องของการประยุกต์คำนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรที่ได้กำหนดไว้มาใช้ในการพัฒนาดัชนี
2. เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล
3. กระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. กระบวนการวิเคราะห์ข้อมูล

## 5. เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการณ์การเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

พฤติกรรมการณ์การเรียน นิสัยการณ์การเรียน หรือทักษะการณ์การเรียน เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา ดังที่นักการศึกษาหลายท่านได้ศึกษาวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการณ์การเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา พอสรุปได้ดังนี้

### ทัศนคติในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ชัยวัฒน์ แสงศรี (2538: 53) กล่าวว่าทัศนคติเป็นความรู้สึกความคิดที่บุคคลมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มีผลมาจากประสบการณ์หรือสิ่งแวดล้อม ความรู้สึก และความคิดดังกล่าวเป็นไปได้ในทางที่ชอบและไม่ชอบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ทำให้แสดงปฏิกิริยาและกระทำต่อสิ่งนั้นๆ ทั้งในทางสนับสนุนและต่อต้าน สำหรับทัศนคติในการเรียน เป็นสภาพทางอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อและพฤติกรรมที่แสดงออกซึ่งเกิดจากประสบการณ์การเรียนรู้ เพื่อตอบสนองต่อครู โรงเรียน และระบบการศึกษา ซึ่งแสดงออกใน 2 ลักษณะ คือ

1. ทัศนคติที่ดีต่อการเรียน นักเรียนจะแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจ สนใจมาเรียนอย่างสม่ำเสมอ เห็นคุณค่าของการศึกษา ยอมรับความสามารถและวิธีการสอนของครู
2. ทัศนคติในทางที่ไม่ดีต่อการเรียน ซึ่งจะแสดงออกในลักษณะความไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ชอบครู ไม่ตั้งใจเรียน ขาดเรียนบ่อยๆ ไม่เห็นคุณค่าของการศึกษา

สุริย์ ประกายจันทร์ (2532: 69-70) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยการณ์การเรียน ทัศนคติทางการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่านิสัยทางการเรียน ทัศนคติทางการเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กล่าวคือ ถ้าผู้เรียนมีนิสัย/ทัศนคติทางการเรียนดี มีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนสูง ในทางตรงกันข้ามถ้ามีนิสัย/ทัศนคติทางการเรียนไม่ดี มีแนวโน้มที่จะประสบผลสำเร็จทางการเรียนต่ำ

ชัยยุทธ ทองทิพย์ (2537: บทคัดย่อ) ศึกษาแบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุขององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิชากรมัธยมศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่า ทัศนคติต่อวิชาชีพครูเป็นตัวแปรหนึ่งที่สามารถพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ดีที่สุด

### แรงจูงใจในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ประธาน วัฒนวานิชย์ (2537: 31) กล่าวว่าแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นการทำให้มีความศรัทธาอยากที่จะเรียน ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นอันดับแรกของการเรียน วิธีการกระตุ้นให้นักศึกษาเกิดความอยากเรียน คือ ต้องเร้าใจตนเองให้เกิดความสนใจอยากเรียน

สุกัญญา สามปรุ (2539: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาองค์ประกอบด้านจิตวิทยาที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดนครราชสีมา พบว่าองค์ประกอบด้านจิตวิทยามีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งตัวแปรที่สามารถร่วมกันพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ นิสัยทางการเรียนและความสนใจทางการเรียน

ประณต เก้าฉิม (2549: 72) ได้ศึกษาปัจจัยด้านพฤติกรรมกรรมการเรียนและการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิต คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า แรงจูงใจในการเรียนเป็นตัวแปรที่โดดเด่นที่สุดในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช (2547: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาปัจจัยด้านพฤติกรรมกรรมการเรียนที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ พบว่า พฤติกรรมการเรียนด้านทัศนคติในการเรียนมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ส่วนด้านความวิตกกังวลในการเรียนและ ด้านการใช้เทคนิคและเครื่องมืออุปกรณ์ช่วยเหลือในการเรียนมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ซึ่งนักศึกษาต่างคณะวิชาจะมีพฤติกรรมการเรียนในด้านทัศนคติในการเรียน ด้านการจัดการเวลาเรียน ด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการเรียน ด้านการมีสมาธิและการเอาใจใส่ต่อการเรียน ด้านการใช้เทคนิคและเครื่องมืออุปกรณ์ช่วยเหลือในการเรียน และด้านการทดสอบตนเอง การทบทวนและการเตรียมตัวในการเรียน พฤติกรรมการเรียนทุกด้านมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งนี้พฤติกรรมการเรียนด้านที่สามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละกลุ่มในภาพรวม คือ พฤติกรรมการเรียนด้านแรงจูงใจในการเรียน และ พฤติกรรมการเรียนด้านการเลือกใจความสำคัญ และจดจำเนื้อหาที่สำคัญ ตามลำดับ

#### การจัดการเวลาในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ (2541: 39) กล่าวว่า เวลาเป็นทรัพยากรที่มีค่า มีอย่างจำกัด เมื่อผ่านไปแล้วผ่านไปเลยไม่มีย้อนคืน ไม่อาจซื้อหาหรือแลกเปลี่ยนได้ เวลาเป็นสิ่งตัดสินใจคุณค่า เป็นเครื่องหมายของการเจริญเติบโต เป็นความหวัง เป็นทรัพยากรที่ล้ำค่าที่สร้างเงิน สร้างงาน สร้างความสำเร็จ

ยูริส (Uris. 1970: 16 อ้างอิงจาก พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช . 2547: 24) ได้แบ่งเวลาออกเป็น 3 ประเภท ตามลักษณะงานที่ต้องใช้แตกต่างกัน คือ

1. เวลาที่ต้องใช้คงที่ (Fixed) ได้แก่ เรื่องที่ต้องปฏิบัติในสัปดาห์ที่มีลักษณะสม่ำเสมอและไม่อาจตัดทอนได้เลย

2. เวลาที่พอยืดหยุ่นได้ (Semi Flexible) ได้แก่ เรื่องที่พอจะเพิ่มลดหรือยืดหยุ่นเวลาในการปฏิบัติงานพอควร
3. เวลาที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ (Variable) ได้แก่ เรื่องที่สามารถจะระงับโดยเปลี่ยนแปลงไปใช้ทางอื่น อาจจะรอไว้ทำภายหลังหรือสามารถเพิ่มหรือลดเวลาเรื่องนั้น ๆ ได้

ทั้งนี้มีข้อเสนอแนะสำหรับนักศึกษาในการตรวจสอบข้อบกพร่องหรือจุดอ่อนของตนเองในการจัดสรรเวลา โดยใช้คำถามเหล่านั้นเป็นแนวทาง คือ

1. การจัดแบ่งเวลาให้กับกิจกรรมที่กำหนดไว้นั้นได้เป็นไปตามความสำคัญที่ควรจะเป็นหรือไม่
2. ถ้าเพิ่มเวลาให้กับกิจกรรมที่กำหนดไว้นั้นแล้ว จะช่วยเพิ่มผลสำเร็จของคนและของงานชิ้นนี้ขึ้นบ้างหรือไม่
3. สามารถเปลี่ยนเรื่องที่อยู่ภายใต้ประเภทคงที่ มาอยู่ภายใต้ประเภทที่พอจะยืดหยุ่นได้บ้างหรือไม่
4. สามารถเปลี่ยนเรื่องที่อยู่ภายใต้ประเภทยืดหยุ่นได้ มาอยู่ภายใต้ประเภทคงที่ได้หรือไม่ เพราะบางครั้งเราอาจมองข้ามกิจกรรมสำคัญ ๆ และจำเป็นต้องทำไปบ้างก็ได้
5. กิจกรรมที่จัดประเภทว่าสามารถเปลี่ยนแปลงได้นั้น สามารถตัดทิ้งได้หรือไม่ โดยมากถ้าวิเคราะห์ให้ดีจะพบกิจกรรมที่ไม่มีความสำคัญอะไร ทำให้เราสามารถตัดหรือย่นเวลาไปได้มาก

หรืออาจทำได้โดยการวางแผนและทำตารางเวลา เช่น ทำแผนประจำสัปดาห์ ซึ่งเป็นแผนที่จะต้องทำแบบสัปดาห์ต่อสัปดาห์ โดยระบุถึงสิ่งที่ต้องทำในแต่ละวันอย่างละเอียด และเวลาที่เหมาะสมแก่การทำแผนประเภทนี้คือช่วงสุดสัปดาห์ (เย็นวันศุกร์- เช้าวันอาทิตย์) เพราะนักเรียนรู้อยู่แล้วว่า 5 วันที่ผ่านมาเราได้เรียนอะไร และได้รับมอบหมายงานประจำสัปดาห์อะไรมาบ้าง เพื่อจะได้ใช้สิ่งที่ทำแผนสำหรับสัปดาห์หน้า เพราะการทำแผนประจำสัปดาห์จะช่วยให้เราเข้าถึงศักยภาพส่วนตัวและรู้ว่าทอมต่อ ๆ ไป ควรจะวางแผนอย่างไรถึงจะดี

วลีวรรณ ศรเดชะวิวัฒน์ (2536: 81-82) ได้ศึกษาปัญหาของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษาปีที่ 1 สังกัดกรมอาชีวศึกษา กลุ่มภาคเหนือ พบว่า นักศึกษามีปัญหาสูงสุด คือ ปัญหาด้านการเรียนที่นักศึกษาไม่รู้จักแบ่งเวลาเรียน ใช้เวลาไปในทางที่ไม่เกิดประโยชน์ เข้าร่วมกิจกรรมมากเกินไปจนทำให้ผลการเรียนไม่ดี

สมหวัง พิธิยานุวัฒน์ (2552: 150) ได้ศึกษาสาเหตุของการออกจากมหาวิทยาลัย กลางคัน โดยการสัมภาษณ์นักศึกษาที่ต้องออกจากมหาวิทยาลัย จาก 5 มหาวิทยาลัย ได้แก่ มหาวิทยาลัยมหิดล มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่า สาเหตุที่ทำให้นักศึกษาต้องออกกลางคัน คือ การแบ่งเวลาไม่เหมาะสมและไม่ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน เนื่องจากไม่ได้อุทิศเวลาให้กับการศึกษาเล่าเรียน กล่าวคือ ไม่ดูหนังสือ ไม่ทำการบ้าน ไม่เข้าห้องเรียน ขาดเรียน

ทิพวรรณ กมลพัฒนานนท์ (2543: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พบว่า นิสัยในการเรียน ด้านการ หลีกเลียงการผลัดเวลา หรือการจัดการเกี่ยวกับเวลา และด้านวิธีการทำงาน มีความสัมพันธ์ทางบวก กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

#### **ความวิตกกังวลกับการปฏิบัติตนในการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน**

ไรครอฟท์ (Rycroft.1987: 12) กล่าวว่าความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกเตรียมพร้อมเพื่อ เผชิญกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นและความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่ไม่คุ้นเคย ภาวะเช่นนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคล ตระหนักว่ามีบางสิ่งบางอย่างที่เป็นอันตรายต่อตนเองแต่ยังไม่สามารถกำจัดสิ่งนั้นได้ เนื่องจากยังไม่ ได้เกิดขึ้นจริงๆ หากสิ่งนั้นเกิดขึ้นหรือบุคคลรับรู้อย่างชัดเจนแล้วความวิตกกังวลก็จะหมดไป เพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญปัญหา ซึ่ง สปิเกลเบอร์เกอร์ (Spielberger.1979: 111) ได้สรุป แนวคิดในการศึกษาความวิตกกังวลในการสอบจากผู้วิจัยหลายๆ คนว่า การศึกษาความวิตกกังวล ส่วนใหญ่มักมีประสบการณ์เหมือนๆ กันในเรื่องต่อไปนี้

- ก. ลักษณะการแสดงออกถึงปฏิกิริยาทางอารมณ์ด้วยความรู้สึกตึงเครียด
- ข. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจของตนเองซึ่งแสดงถึงความตั้งใจ
- ค. การกระตุ่นหรือการเร้าของระบบประสาทอัตโนมัติ

ดังนั้นผู้วิจัยทำการศึกษาความวิตกกังวลที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไว้ดังนี้ ดีไซเดอราโตและโคสกินีน (Desiderato and Koskinen.1969: 162) ศึกษาว่านักเรียนที่มีความถนัดทางการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ถ้ามีความวิตกกังวลจะทำให้คะแนนเฉลี่ยสะสม ลดลงหรือไม่ และผู้ที่มีความวิตกกังวลต่างกันจะมีพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำในการเรียนและผล การเรียนต่างกันหรือไม่ ผลปรากฏว่าผู้ที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียนแตกต่างกันจะได้ คะแนนเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ประสิทธิ์ ชาญศิริ (2533: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความวิตกกังวลของนักเรียนในการสอน คณิตศาสตร์ เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์อยู่ในเกณฑ์ต่ำถึงปานกลาง และมี

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นนี้ จะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง สภาพที่บุคคลรู้สึกไม่สบายใจ กระวนกระวายใจหรืออารมณ์ไม่ดี ไม่สบายใจ รู้สึกเศร้า ใจลอย โกรธง่าย ซึ่งมีระดับความวิตกกังวลสูง จะส่งผลทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ดังนั้น ความวิตกกังวลในระดับสูง จะมีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้น้อย ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมติฐานในการวิจัยเพื่อการศึกษาว่าพฤติกรรมการเรียนด้านความวิตกกังวลในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

#### **การมีสมาธิต่อการเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน**

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 (ราชบัณฑิตยสถาน.2525 ) ได้ให้ความหมายของสมาธิไว้ว่า “ความตั้งมั่นแห่งจิต” ความสำรวมใจให้แน่วแน่เพื่อเพ่งเล็งในสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยพิจารณาอย่างเคร่งครัดเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นจริงในสิ่งนั้น

อุดม ทิพย์พงศ์ธร (2539: 10) กล่าวว่าสมาธิ หมายถึง ภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียว แน่วแน่ อารมณ์เดียว หรือภาวะที่จิตกำหนดแน่วแน่อยู่กับอารมณ์อันหนึ่งซึ่งอารมณ์ในที่นี้หมายถึง สิ่งที่จิตใจไปยึดเหนี่ยว จะเป็นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย หรือทางใจ

ในด้านของการเรียนนั้น ประธาน วัฒนาณิษฐ์ (2537: 31-35) กล่าวว่า การเรียนของนักศึกษาให้ได้ผลดีนั้น การมีสมาธิในการเรียน เป็นองค์ประกอบสำคัญประการหนึ่ง เพราะการเรียนจะมีประสิทธิภาพต้องอาศัยความตั้งใจจดจ่ออยู่กับการเรียน ความพร้อมที่จะเรียน และสนใจในวิชานั้นจริงๆ สิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อสมาธิในการเรียน เช่น ความหิว เสียงดัง ฯลฯ ต้องขจัดให้หมดไป ขณะที่ฟังคำบรรยายหากเกิดข้อสงสัยควรรีบจดไว้ เพื่อไม่ให้ข้อสงสัยนั้นรบกวนสมาธิในการเรียนในช่วงนั้นๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของวิทยา ศรีพิมพ์มาตย์ (2532: 125) ได้ศึกษาทัศนคติของนักศึกษาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่สอบได้และสอบตกซ้ำชั้นต่อองค์ประกอบที่มีผลต่อการเรียนการสอน จำนวน 503 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษา มีความเห็นว่าองค์ประกอบด้านการเรียนที่ส่งผลกระทบต่อการเรียนมากที่สุด คือ การจดคำบรรยายไม่ทัน

ยรรยง ผิวอ่อน (2535: 48 ) ได้ศึกษาการปรับตัวในระดับมหาวิทยาลัยของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยรามคำแหง ผลการศึกษาพบว่าความตั้งใจเรียน และการมีสมาธิในการเรียน มีผลต่อการปรับตัว และการเพิ่มขึ้นหรือลดลงของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ ซึ่งถ้านักศึกษาไม่สามารถ



โรจน์ สุวรรณสุทธิและคณะ (2516: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการฝึกสมาธิช่วยการศึกษาเพียงใดกับนักศึกษาแพทย์ พบว่า นักศึกษามีความตั้งใจเรียนมากขึ้น (62%) รักในการเรียนมากขึ้น (31 %) การฝึกสมาธิมีประโยชน์กับการเรียน(65 %) มีส่วนน้อย (6 %) เมื่อการเรียน เมื่อตรวจสอบคะแนนเป็นรายบุคคลในวิชากายวิภาคศาสตร์ พบว่า นักศึกษาที่ฝึกสมาธิเรียนดีขึ้นมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้ฝึกสมาธิ และพบว่านักศึกษาที่ฝึกสมาธิมีความจำ และคล่องแคล่วในการทำงานดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรม ส่วนด้านจิตใจ ความหงุดหงิด ภูมិเฉย โกรธง่าย น้อยลง (85 %) จิตสงบ เบาสบาย (50 %)

จากรายงานข้างต้น สรุปว่า การมีสมาธิในการเรียน หมายถึง การที่นักศึกษามุ่งความสนใจของตนเองไปสู่บทเรียน หรือสิ่งที่กำลังเรียนในขณะนั้น ซึ่งถ้านักศึกษาดสมาธิไม่ใส่ใจต่อเนื้อหาที่ตนเองเรียน จะทำให้มีผลต่อการจดจำเนื้อหานั้น และทำให้ระดับของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

#### **การรวบรวมข้อมูลกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน**

การรวบรวมข้อมูล และค้นคว้า แสวงหาข้อมูลเป็นตัวแปรหนึ่งที่สัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดังที่ เวินส์เตน และพอลเมอร์(Weinstein and Palmer)กล่าวถึงการรวบรวมข้อมูลว่า เป็นการที่นักศึกษาระดือหรืออื่นในการค้นหาความรู้และใช้เหตุผลโดยการทำความเข้าใจกับสิ่งที่เรียนเป็นภาษาตนเอง โดยนำเนื้อหาทั้งหมดมาประมวลเข้ากันอย่างมีเหตุผล และหาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งที่เรียนกับประสบการณ์จริง ซึ่งความหมายดังกล่าว มีความคล้ายคลึงกันกับความหมายของความจำ ซึ่งเป็นระบบที่เชื่อมต่อกันและกัน คือเป็นการโยงเอาสิ่งใหม่เข้ากับสิ่งเดิมอื่นๆ (ยูดา รักไทย และณัฐพงศ์ นาสมาธิช . 2543: 71) ซึ่งประกอบด้วยหลัก 3 อย่าง คือ

1. สนใจ คือ การให้ความสนใจต่อสิ่งที่ต้องการจำ มีความกระตือรือร้น ถ้าไม่มีก็ให้หยุดความพยายามที่จะจำนั้นเพราะเสียเวลาเปล่า
2. ใช้คำใหม่ เป็นการเรียบเรียงข้อมูลที่ได้รับเข้ามาให้อยู่ในรูปภาษาของเราเองใช้ถ้อยคำของเราบอกให้ได้ว่า สิ่งที่เรากำลังพยายามจำจริงๆ คืออะไร มีอะไรที่เราจำได้แล้วที่เหมือนกับสิ่งที่เรากำลังพยายามจำนี้บ้าง ถ้ารู้สึกถ้อยคำใหม่ของเราเป็นเรื่องราวดี โอกาสที่เราจะจำได้ก็มีมากขึ้น
3. เชื่อมต่อ คือการจับสิ่งต่างๆ ให้เข้ามาอยู่ในเค้าโครงหรือแบบแผนเดียวกันจากนั้นก็เอามันไปโยงกับสิ่งที่เรารู้แล้วและจากการศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ของ สุจิตรา จันทร์สว่าง (2528: 48) ที่ศึกษาพบว่า บัณฑิตสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ กลุ่มที่



### บทที่ 3

#### ระเบียบวิธีวิจัย

#### 1. ประชากร และ กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. นักศึกษาชั้นปีที่ 4 หลักสูตรปกติ จากทุกสาขาวิชาของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่กำลังศึกษาในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ที่มีผลการเรียนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป จำนวน 97 คน
2. ผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษา มีประสบการณ์ทางการศึกษาระดับอุดมศึกษาไม่น้อยกว่า 15 ปี อาจเป็นผู้บริหารการศึกษาระดับคณะบดี หรือคณาจารย์ทั้งในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐและเอกชน
3. นักศึกษาชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 จากทุกสาขาวิชาที่กำลังศึกษาในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป จำนวน 182 คน

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. นักศึกษาชั้นปีที่ 4 หลักสูตรปกติ จากทุกสาขาวิชาของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติที่กำลังศึกษาในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ที่มีผลการเรียนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป โดยคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่จะเป็นตัวแทนของประชากร โดยใช้ตาราง Krejcie and Mongan ประชากร 97 คน กลุ่มตัวอย่าง 78 คน และใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) สัมภาษณ์นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้ 67 คน จาก 78 คน คิดเป็นร้อยละ 85.9 % เนื่องจากนักศึกษาฝึกงานอยู่ต่างจังหวัด
2. นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ที่มีผลการเรียนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป ในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2551 สาขาวิชาละ 1 คน รวม 18 คน โดยพิจารณาเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) เพื่อประชุมสนทนากลุ่ม (Focus – Group)
3. ผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษา จำนวน 15 คน โดยพิจารณาเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) จากสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาของรัฐและเอกชน
4. นักศึกษาชั้นปีที่ 2 หรือชั้นปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จากทุกสาขาวิชาของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมมากกว่า 3.5 ขึ้นไป สาขาวิชาละ 1 คน จำนวน 20 คน เพื่อเป็นตัวแทนนักศึกษาเพื่อประชุมสนทนากลุ่ม (Focus-Group) ในการดูความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดี ที่ได้จากผลการวิจัย

ตาราง 1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประเภทนักศึกษา จำแนกตามคณะวิชา

คณะวิชา	สาขาวิชา	นักศึกษาระดับปีที่ 4		นักศึกษาระดับปีที่ 2,3	
		ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
1. พยาบาลศาสตร์	พยาบาลศาสตร์	8	6	6	1
2. สังคมสงเคราะห์ศาสตร์ ๑	สังคมสงเคราะห์ศาสตร์	2	2	7	1
3. ศิลปศาสตร์	ภาษาอังกฤษ	4	3	7	1
	การท่องเที่ยว	4	3	2	1
	ภาษาอังกฤษ-ภาษาจีน	-	-	8	1
	อุตสาหกรรมบริการ เพื่อการท่องเที่ยว	-	-	3	1
4. บริหารธุรกิจ	การบัญชี	10	7	13	1
	การจัดการ	1	1	3	1
	การตลาด	-	-	1	1
	การเงิน	-	-	2	1
	ธุรกิจระหว่างประเทศ	6	4	5	1
	คอมพิวเตอร์ธุรกิจ	6	4	3	1
	เศรษฐศาสตร์ธุรกิจ	4	2	-	-
5. วิทยาศาสตร์ ๑	วิทยาการคอมพิวเตอร์	1	1	-	-
6. เกษตรศาสตร์	เกษตรศาสตร์	19	12	47	1
7. เทคนิคการแพทย์	เทคนิคการแพทย์	2	2	6	1
8. กายภาพบำบัด	กายภาพบำบัด	3	2	2	1
9. สาธารณสุขศาสตร์และ สิ่งแวดล้อม	การบริหารโรงพยาบาล	3	2	7	1
	อนามัยสิ่งแวดล้อม	1	1	-	-
10. การแพทย์แผนจีน	การแพทย์แผนจีน	8	5	23	1
11. นิติศาสตร์	นิติศาสตร์	1	1	2	1
12. นิเทศศาสตร์	นิเทศศาสตร์	-	-	8	1
13. คณะภาษาและวัฒนธรรมจีน	ภาษาจีน	12	7	27	1
	<b>รวม</b>	<b>97</b>	<b>67</b>	<b>182</b>	<b>20</b>

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษารายละเอียดต่างๆ เกี่ยวกับทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษาที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. การสัมภาษณ์นักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี
2. การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion)

ผู้วิจัยได้สร้างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัยขึ้นโดยมีลำดับขั้นตอนดำเนินการ ดังนี้

1. ศึกษาวิธีการสร้างแบบสัมภาษณ์ จากตำราและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเครื่องมือวิจัย

2. สร้างแบบสัมภาษณ์ ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้สร้างแบบสัมภาษณ์เพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัว

ตอนที่ 2 พฤติกรรม / ทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษา 6 ด้าน ได้แก่

1. การปฏิบัติตัวระหว่างเรียน ได้แก่ การเข้าชั้นเรียน การจดคำบรรยาย พฤติกรรมการเรียนในห้อง
2. การทบทวนการเรียนรู้ การอ่านหนังสือ วิธีการทบทวนการเรียนรู้
3. การทำการบ้าน / รายงาน
4. การวางแผนการสอบ การเตรียมตัวสอบ การทำข้อสอบ อัตนัย / ประนัย
5. การจัดระบบการเรียนรู้ การวางแผน การปฏิบัติตามแผน การบริหารเวลา การจัดสภาพแวดล้อมทางการเรียน
6. การใช้เวลาว่างจากการเรียน

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ และความคิดเห็นทั่วไป เป็นคำถามปลายเปิด

3. การประชุมสนทนากลุ่มโดยคัดเลือกจากนักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี หลักสูตร/สาขาวิชาละ 1 คน รวม 18 คน

4. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่มมาพัฒนา เป็นแบบสอบถามตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี เพื่อนำไปสอบถามความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษา

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

- 3.1 ดำเนินการสัมภาษณ์นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามแบบสัมภาษณ์
- 3.2 คัดเลือกผู้แทนนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีหลักสูตร / สาขาวิชาละ 1 คน เพื่อเชิญเข้าร่วมประชุมสนทนากลุ่ม
- 3.3 วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่มมาสร้างแบบสอบถามตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้และแนวปฏิบัติที่ดี ในระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี และนำไปสอบถามผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 15 คน
- 3.4 นำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามของผู้เชี่ยวชาญมาคำนวณหาค่ามัธยฐาน เพื่อดูความเหมาะสมของตัวบ่งชี้ และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ เพื่อดูความสอดคล้อง
- 3.5 นำตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา มาพัฒนาแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น โดยศึกษาจากเอกสารเพิ่มเติม เพื่อเป็นแนวทางพัฒนาการเรียนของนักศึกษา
- 3.6 นำตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดี ไปศึกษาความเหมาะสมและความเป็นไปได้จากนักศึกษาโดยการสนทนากลุ่ม (Focus - Group) กับนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ชั้นปีที่ 2 หรือชั้นปีที่ 3 จากทุกสาขาวิชา สาขาวิชาละ 1 คน จำนวน 20 คน ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.50 ขึ้นไป จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่สมบูรณ์ ที่สามารถนำไปใช้ประกันคุณภาพการเรียนของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาต่อไป

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

4.1 การวิเคราะห์พฤติกรรมการณ์การเรียนรู้หรือทักษะการเรียนรู้ จากการสัมภาษณ์นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์การเรียนดี และการสนทนากลุ่ม (Focus - Group) ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ด้วยค่าความถี่

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามตัวบ่งชี้คุณภาพ ทักษะการเรียนรู้และแนวปฏิบัติที่ดี ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่า ค่ามัธยฐาน (Median) โดยนำมาแปลผลดังนี้

ค่ามัธยฐานตั้งแต่ 4.50 ขึ้นไป	หมายถึง	มีความเหมาะสมมากที่สุด
ค่ามัธยฐานตั้งแต่ 3.50-4.49	หมายถึง	มีความเหมาะสมมาก
ค่ามัธยฐานตั้งแต่ 2.50-3.49	หมายถึง	มีความเหมาะสมปานกลาง
ค่ามัธยฐานตั้งแต่ 1.50-2.49	หมายถึง	มีความเหมาะสมน้อย

ค่ามัธยฐานต่ำกว่า 1.50 หมายถึง มีความเหมาะสมน้อยที่สุด การวิเคราะห์ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range หรือ IR) ของค่าระดับคะแนนจากการตอบแบบสอบถามแต่ละข้อของผู้เชี่ยวชาญ เพื่อประเมินความสอดคล้อง (Consensus) ของคำตอบจากเกณฑ์ดังนี้

- ต่ำกว่า 0.51 หมายถึง คำตอบของผู้เชี่ยวชาญ มีความสอดคล้องกันสูงมาก
- 0.51-1.00 หมายถึง คำตอบของผู้เชี่ยวชาญ มีความสอดคล้องกันสูง
- 1.01-2.00 หมายถึง คำตอบของผู้เชี่ยวชาญ มีความสอดคล้องกันปานกลาง
- 2.01-3.00 หมายถึง คำตอบของผู้เชี่ยวชาญ มีความสอดคล้องกันต่ำ
- 3.00 ขึ้นไป หมายถึง คำตอบของผู้เชี่ยวชาญ ไม่มีความสอดคล้องกัน

#### เกณฑ์การตัดสิน

การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสรุปผล ตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ เกณฑ์ที่ใช้ในการพิจารณาค้นทามติ (Consensus) สำหรับคำตอบที่ได้จากแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ สามารถสรุปเกณฑ์ที่เหมาะสมในการพิจารณา ได้ดังนี้

- ค่ามัธยฐาน (Median) มีค่าตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป จึงจะถือว่ากลุ่มผู้เชี่ยวชาญเห็นด้วยว่า ตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ มีความเหมาะสม
- ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (IR) มีค่าไม่สูงเกิน 1.50 จึงจะถือว่ากลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเรียนหรือทักษะการเรียนของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี และนำมาพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา และแนวปฏิบัติที่ดี เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการเรียนของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา และสามารถนำไปใช้ในการประเมินตนเอง เพื่อการประกันคุณภาพการเรียนในระดับอุดมศึกษาต่อไป ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแยกเป็น 3 ตอน ตามลำดับดังนี้

**ตอนที่ 1** ผลการศึกษาพฤติกรรมการเรียนหรือทักษะการเรียนของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี โดยใช้กรณีศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ชั้นปีที่ 4 ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.50 ขึ้นไป จากทุกสาขาวิชา จำนวน 67 คน

ผลการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจำนวน 67 คน และประชุมกลุ่ม (Focus - Group) นักศึกษาสาขาวิชาละ 1 คน รวม 18 คน เพื่อให้ได้ข้อมูลเพิ่มเติมที่สมบูรณ์มากขึ้น เมื่อนำมาวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) พบว่าพฤติกรรมการเรียนหรือทักษะการเรียนที่ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี แสดงดังตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** แสดงความถี่ของพฤติกรรมการเรียนหรือทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ที่มีการอ้างอิงจากการสัมภาษณ์นักศึกษาที่มีผลการเรียนดี

พฤติกรรมการเรียน / ทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิง (คน)	ลำดับที่
<b>การปฏิบัติตัวระหว่างเรียน</b>		
<b>1. การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน</b>		
- ศึกษาล่วงหน้า	34	1
- เตรียมเอกสาร อุปกรณ์ให้พร้อม	7	2
- ไม่เคยเตรียม	6	3
- อ่านทบทวน	5	4
- ศึกษาหัวข้อเรียนไปก่อน	4	5
- มาก่อนเวลาเรียนเสมอ	4	5
- อ่านผ่านๆ	2	6
- หาคำศัพท์ก่อนเรียน	2	6



พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะกรเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิง (คน)	ลำดับที่
- ดูแผนการสอน	1	7
- อ่านล่วงหน้าก่อนเรียน 3-4 หัวข้อ	1	7
- เตรียมบทเรียนทุกครั้ง	1	7
- ตั้งเป้าในการเรียน	1	7
- พักผ่อนให้เพียงพอ	1	7
- รับประทานอาหารให้อิ่ม	1	7
- สอบถามประสบการณ์กรเรียนจากรุ่นพี่ตั้งแต่ปี 1	1	7
<b>2. การเข้าชั้นเรียน</b>		
- สม่่าเสมอ	47	1
- ทันเวลา / ตรงเวลา	11	2
- นั่งข้างหน้า	10	3
- ก่อน 5-10 นาที	7	4
- สายบ้าง	7	4
- ทุกครั้ง	5	5
- เข้า 80% ลาบ้าง	5	5
- นั่งกลางห้อง	5	5
- ตรงเวลา	3	6
- ไม่ค่อยทัน	1	7
- นั่งในที่ที่มองเห็นได้ชัดเจน	1	7
<b>3. การจดคำบรรยาย</b>		
- จดที่อาจารย์เน้น	25	1
- จดตามความเข้าใจ	17	2
- จดโดยใช้คำย่อ	15	3
- อัดเทป	11	4
- ฟังให้เข้าใจ	11	4
- จดเฉพาะที่สำคัญ	9	5
- จดโดยใช้ภาษาที่ตนเข้าใจง่าย	5	6
- จดเรื่อง/หัวข้อที่สำคัญเพื่อเป็นแนวทางในการอ่านสอบ	5	6

พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิง (คน)	ลำดับที่
- ใช้ปากกาเน้นข้อความใน Sheet ที่แจก	4	7
- โน้ตย่อ	4	7
- จดเฉพาะที่สำคัญ ส่วนที่ไม่เข้าใจ	4	7
- จดโดยจับใจความสำคัญ	3	8
- จดทุกคำ	3	8
- สรุปสาระสำคัญ	2	9
- เพิ่มเติมจาก Sheet	2	9
- จีดเส้นในหนังสือ	1	10
- จดตาม PowerPoint	1	10
- จดในหนังสือ	1	10
- ใช้สัญลักษณ์แทน	1	10
- ใช้ดินสอ กลับมาจดใหม่	1	10
<b>4. พฤติกรรมในห้องเรียน</b>		
- ถามทันทีที่ไม่เข้าใจ	26	1
- ถามเมื่อสอนเสร็จ	21	2
- ถามในชั้นเรียน	20	3
- นั่งหน้า	17	4
- นั่งกลางๆ	7	5
- ไม่ถาม	6	6
- ไม่เลือกที่	2	7
- นั่งตามเพื่อน	2	7
- ถามเพื่อนก่อน	2	7
- นั่งคนเดียว	1	8
- นั่งที่เห็นชัด	1	8
- นั่งกับเพื่อนกลุ่มตั้งใจเรียน	1	8
- ไม่คุยระหว่างเรียน	1	8
- ถามเมื่อใกล้สอบ	1	8
- นั่งในที่แสงสว่างพอเพียง	1	8

พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างถึง (คน)	ลำดับที่
<b>5. แรงจูงใจในการเรียน</b>		
- ชอบในอาชีพ	12	1
- ชอบในวิชา	12	2
- ครอบครัวยุติธรรม	8	3
- หางานง่าย	5	4
- ความก้าวหน้าในอาชีพ	3	5
- ธุรกิจครอบครัว	3	5
- เงินเดือนสูง	2	6
- เป็นความใฝ่ฝันตั้งแต่เด็ก	2	6
- คนจบน้อย	1	7
- เหมาะกับตัวเอง	1	7
- อยากไปต่างประเทศ	1	7
<b>6. เป้าหมายการเรียน</b>		
- เกรดดี ๆ	12	1
- ทำให้ดีที่สุดใน	12	1
- จบภายในเวลา	9	2
- ทำงานดี ๆ	6	3
- เกียรติยศ	5	4
- ไม่คาดหวังมาก	5	4
- หาความรู้ให้มากที่สุด	4	5
- ตั้งใจเรียนเต็มที่	4	5
- นำความรู้ไปปฏิบัติได้จริง	4	5
- ประกอบอาชีพตามสาขาได้ดี	4	5
- เก่งในวิชาชีพ	2	6
- ไม่มีเป้าหมาย	2	6
- ช่วยกิจกรรมครอบครัว	2	6
- รางวัลกาญจนาภิเษก	1	7
- พยายามมากที่สุด	1	7

พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะกรเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิง (คน)	ลำดับที่
- เลียงครอบครัว	1	7
- มีงานทำ	1	7
- ครอบครัวภูมิใจ	1	7
<b>การทบทวนกรเรียน การอ่านหนังสือ</b>		
<b>7. การทบทวนบทเรียน</b>		
- อ่านก่อนสอบ	15	1
- ทบทวนทุกวัน เน้นส่วนที่ไม่เข้าใจ	14	2
- อ่านทุกวันทุกวิชา	12	3
- ทุกครั้งหลังเลิกเรียน เน้นใจความสำคัญ	7	4
- อ่านโน้ตย่อ	4	5
- ศึกษาเพิ่มเติมจากห้องสมุด Internet	3	6
- ตั้งใจเรียนในห้อง	3	6
- อ่านซ้ำๆ	1	7
- อ่าน mind mapping	1	7
- สรุปเนื้อหาหลังเรียนอีกครั้ง	1	7
- อ่านบทเรียนล่วงหน้า	1	7
- ก่อนสอบ 1 เดือน 3 รอบทุกครั้ง 1.อ่านสำรวจ 2. ทำความเข้าใจ 3. อ่านเจาะหัวข้อที่จะออกสอบ	1	7
- อ่านซ้ำ เน้นสี สรุปย่อ อ่านย่อ	1	7
- อ่านรวม/อ่านเจาะ/ทำความเข้าใจ	1	7
- ทุกอาทิตย์ทบทวน 1 ครั้ง อ่านทั้งเล่มก่อนแล้วค่อยอ่านที่ อ.เน้น จดเป็นหัวข้อ ไว้อ่านใกล้สอบ	1	7
<b>8. การติว</b>		
- กับเพื่อน	44	1
- ไม่ติว	10	2
- กับอาจารย์	9	3
- ติวให้เพื่อน	4	4
- ใกล้สอบ	3	5

พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะกรเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิง (คน)	ลำดับที่
- รื้อพีตัวให้	2	6
- อ่านเอง	2	7
- แบ่งกันดู	1	8
- หลังเรียน	1	8
<b>9.วิธีการอ่านหนังสือ</b>		
- เน้นข้อความสำคัญ	18	1
- อ่านเล่มเซอร์ตัวเอง	15	2
- อ่านบ่อยๆซ้ำๆ	11	3
- อ่าน+จดย่อ	9	4
- อ่านทุกวัน	3	5
- สรุปตามความเข้าใจ	2	6
- อ่านและฟังเพลงไปด้วย	2	6
- อ่านก่อนสอบ	2	6
- อ่านออกเสียง	1	7
- อ่านหัวข้อสำคัญ	1	7
- อ่าน สรุปย่อ ท่องสรุป	1	7
- อ่านทั้งเล่มก่อน แล้วอ่านที่ อ.เน้นจดเป็นข้อ	1	7
- วิธีจำ จะจัดเนื้อหาเป็นกลุ่ม เขียนแผนภาพ	1	7
<b>10. ช่วงเวลาอ่านหนังสือ</b>		
- เย็น-4ทุ่ม	20	1
- ตั้งแต่ 4 ทุ่มขึ้นไป	15	2
- เช้าตี 4	6	3
- อ่านตอนว่าง	3	4
- ทุกวัน 45-60 นาที	3	4
- ไม่เกินเที่ยงคืน	2	5
- ป้าย	2	5
- ใกล้เคียงสอบ	2	5
- เป็นประจำ	1	6

พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะกรเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิง (คน)	ลำดับที่
- ตอนเย็นทุกวัน	2	6
- ไม่บ่อย	1	6
- ทันที	1	6
<b>11. ความถี่ในการอ่านหนังสือ</b>		
- ทุกวัน	17	1
- ช่วงใกล้สอบ	8	2
- พยายามหาเวลาว่าง	7	3
- ไม่บ่อย	4	4
- บ่อยมาก	3	5
- 2-4 ครั้ง/สัปดาห์	2	6
- 1 เดือนก่อนสอบ	2	6
- 2-3 ชั่วโมงต่อวัน	1	7
- ประจำ	1	7
- เรื่อยๆ	1	7
- เวลาอยากอ่าน	1	7
- 2 อาทิตย์ก่อนสอบ	1	7
<b>12. สถานที่ที่ชอบอ่านหนังสือ</b>		
- หอพัก	30	1
- บ้าน	20	2
- ห้องสมุด	7	3
- อ่านที่เสียบๆ	7	3
- ในสวน	2	4
- ทุกที่	1	5
- อากาศดีๆ	1	5
<b>การทำกรบ้าน / ครงงน</b>		
<b>13. การทำกรบ้าน</b>		
- ครงแผนกรทำ	29	1
- จัดลำดับความสำคัญ	29	2

พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิงถึง (คน)	ลำดับที่
- ทำทันที	15	3
- ดูกำหนดเวลาส่ง	11	4
- ตั้งเป้าเสร็จก่อนกำหนด	5	5
- ค้นคว้าหาข้อมูลในห้องสมุด 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์	3	6
- ทำใกล้ส่ง	1	7
- ตามลำดับความยากง่ายของวิชา	1	7
- ตามลำดับเวลาที่ให้ทำงาน	1	7
<b>14. การทำรายงาน</b>		
- แบ่งงาน	45	1
- ทำตามความถนัดของแต่ละคน	24	2
- ทำด้วยกัน	5	3
- ทำให้ดีที่สุด	2	4
- ชอบงานกลุ่ม	1	5
- ชอบงานเดี่ยว	1	5
- มาปรึกษากัน	1	5
- ทำส่วนที่สำคัญแบ่งงานง่ายๆให้คนอื่น	1	5
<b>15. แหล่งค้นคว้า</b>		
- Internet	51	1
- ห้องสมุด	44	2
- หนังสือเรียน	5	3
- ทุกครั้งที่ว่าง	2	4
- ศูนย์หนังสือ	2	4
- ห้องสมุด ม.อื่นๆ	1	5
- 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์	1	5
- ข่าว	1	5
<b>การวางแผนสอบ การทำข้อสอบ</b>		
<b>16. การอ่านหนังสือเตรียมสอบ</b>		
- ทบทวนทุกวัน	17	1

พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิง (คน)	ลำดับที่
- อ่านช่วงก่อน/ใกล้สอบ	14	2
- 2 สัปดาห์ก่อนสอบ	9	3
- ทำตารางอ่าน	9	3
- ให้ความสำคัญกับวิชาต่างๆก่อน	6	4
- 1 เดือนก่อนสอบ	5	5
- อ่านตามแนวที่ อาจารย์บอก/เน้น	3	6
- อ่านตามลำดับวันที่สอบ	3	6
- 1 สัปดาห์ก่อนสอบ	2	7
- ไม่มีแผน	2	7
- ฝึกเขียนตอบข้อสอบ	1	8
- อ่านคนเดียว	1	8
- อ่านใกล้สอบ 2 รอบ/วิชา	1	8
- ทบทวน 2 ครั้ง/สัปดาห์	1	8
- ไม่มีแผน/อ่านประจำ/อ่านทบทวนที่จด	1	8
- เลือกอ่านวิชาที่ไม่ถนัดก่อน	1	8
- อ่านวิชาสอบสุดท้ายไล่ขึ้น	1	8
- ตี 3 - 4 ตื่นมาอ่าน	1	8
<b>17. แผนการอ่าน</b>		
- ทบทวนหลังเลิกเรียนทุกวัน	14	1
- 2 อาทิตย์ก่อนสอบ	12	2
- เป็นไปตามแผน	6	3
- เป็นไปตามแผน 80%	4	1
- ไม่มีแผนการอ่าน	2	5
- 1 เดือนก่อนสอบ	1	6
- 1 สัปดาห์ก่อนสอบ	1	6
- อ่านก่อนเข้าห้องสอบ	1	6
- อ่านวิชาสุดท้ายก่อน	1	6
- ทำตารางการอ่านแต่ละวัน	1	6



พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิง (คน)	ลำดับที่
- อ่านตามตารางสอบก่อนหลัง	1	6
- จัดบันทึกย่อ	1	6
<b>18. การทำข้อสอบอัตนัย</b>		
- ทำความเข้าใจคำถามก่อนตอบ	18	1
- เขียนให้มากที่สุดเท่าที่ทำได้	10	2
- ทำข้อที่ทำได้ก่อน	8	3
- ทำข้อสอบอัตนัยก่อน	6	4
- ทำสมาธิ	6	4
- ท่องจำมาก่อนเข้าสอบให้มากที่สุด	4	5
- ร่างไว้ก่อนลงรายละเอียด	4	5
- มั่นใจในตัวเอง	3	6
- ไม่มีเทคนิค	3	6
- ทำข้อยากก่อน	1	7
- เขียนเฉพาะใจความสำคัญๆ	1	7
- ทำข้อที่มีคะแนนมากก่อน	2	7
- ตรวจทานหลายๆครั้ง	1	7
- เข้าห้องสอบตรงเวลา	1	7
<b>19. ทำข้อสอบปรนัย</b>		
- ตัดข้อที่ไม่ใช่ข้อออกทีละข้อ	9	1
- ทำข้อที่ทำได้ก่อน	8	2
- อ่านทำความเข้าใจกับโจทย์ให้ดีก่อน	8	2
- ไม่มีเทคนิค	4	3
- ทำข้อสอบปรนัยก่อนอัตนัย	3	4
- ตรวจสอบความถูกต้องก่อนส่ง	2	5
- มั่นใจในตนเอง	2	5
- คิดทบทวนให้ดีก่อนตอบ	1	6
- มีสมาธิ	1	6
<b>การจัดระบบการเรียน</b>		

พฤติกรรมกรเรียน / ทักษะการเรียนที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ความถี่ของการอ้างอิงถึง (คน)	ลำดับที่
<b>20. การวางแผนการเรียน</b>		
- ร่วมกิจกรรมบ้างเล็กน้อย	22	1
- เรียนตามแผนการเรียนที่ตั้งไว้	21	2
- วางแผนการเรียนด้วยตัวเอง	17	3
- แบ่งเวลาในการทำกิจกรรม	8	4
- ไม่ชอบทำกิจกรรม	7	5
- เข้ากิจกรรมถ้าจำเป็น	4	6
- ไม่มีแผนการเรียน	2	7
<b>21. การบริหารเวลา</b>		
- มีแผนการบริหารเวลา	39	1
- สามารถบริหารเวลาได้ดี	11	2
-สามารถบริหารเวลาได้ 70-80 %	6	3
-ไม่มีแผนการบริหารเวลา	5	4
- ทำให้ดีที่สุด	2	5
<b>22. สภาพแวดล้อมในการเรียนที่ดี</b>		
- เสียงไม่ดังเกินไป	28	1
- กลุ่มเรียนไม่ใหญ่/เล็กเกินไป	23	2
- แอร์ไม่เย็นเกินไป	23	2
- มีสื่อการเรียนการสอนพอ	10	3
- แสงสว่างเพียงพอ	4	4
- ความสะอาดของห้องเรียน	3	5
- เปิดโอกาสซักถาม/แสดงความคิดเห็น	3	5
- ควรจัดนอกห้องเรียนบ้าง	3	5
- โต๊ะ/เก้าอี้ คุณภาพดี	1	6
- อาจารย์ให้ความสนใจกับตัวนักศึกษา	1	6
- ขึ้นอยู่กับตัวผู้เรียนเอง	1	6
- ไม่มีผลต่อการเรียน	1	6

**ตอนที่ 2** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี จากแบบสอบถามผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษา จำนวน 15 คน ดังตารางที่ 3

**ตารางที่ 3** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษา

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น		เหตุผลประกอบ
	Median	IR	
<b>1. แรงจูงใจและทัศนคติต่อการเรียน</b>			
1.1 การเลือกเรียนในสาขาวิชาที่ตนชอบและสนใจ	5	0.5	
1.2 เลือกเรียนในสาขาวิชาที่ครอบครัวสนับสนุน	3	2	
1.3 เลือกเรียนในสาขาวิชาที่หางานง่าย สามารถทำงาน ได้หลายอาชีพ	3	1	
1.4 เลือกเรียนสาขาวิชาที่เป็นธุรกิจของครอบครัว	3	1	
1.5 เลือกเรียนในสาขาวิชาที่คิดว่ามั่นคงและมีความก้าวหน้าในอาชีพ	4	1.5	
1.6 เลือกเรียนในสาขาวิชาที่ตนใฝ่ฝันมาตั้งแต่เด็ก	4	2	
<b>2. การตั้งเป้าหมายต่อการเรียน</b>			
2.1 ตั้งเป้าหมายให้ได้คะแนนดีและเกรด A หรือ B ทุกวิชา	4	2.5	
2.2 ตั้งเป้าหมายว่าจะต้องทำให้ดีที่สุด	5	0.5	
2.3 ตั้งเป้าหมายว่าจะเรียนให้จบภายในเวลาที่กำหนด ในหลักสูตร	5	1.5	
2.4 ตั้งเป้าหมายว่าเมื่อเรียนต้องให้ได้ทำงานที่ดี	4	1	
2.5 ตั้งเป้าหมายว่าจะต้องได้เกียรตินิยม	3	1	
2.6 ตั้งเป้าหมายว่าเรียนให้ได้ความรู้และไปทำงาน ได้จริง และไปประกอบอาชีพได้ดี	5	1	

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น		เหตุผลประกอบ
	Median	IR	
<b>3. ความเชื่อมั่นทางการเรียน</b>			
3.1 มีความเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะเรียนให้ได้ดีได้	5	1	
3.2 มีความเชื่อว่าตนสามารถควบคุมและดูแลตนเองให้เรียนให้ได้ดี	4	1	
<b>4. การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน</b>			
4.1 อ่านบทเรียนล่วงหน้าก่อนเข้าชั้นเรียน	5	1	
4.2 อ่านบททวนบทเรียนที่เรียนมาแล้ว เพื่อเตรียมตัวให้พร้อมต่อการเรียนครั้งใหม่	5	1	
4.3 เตรียมเอกสารและอุปกรณ์เกี่ยวกับการเรียนให้พร้อมทุกครั้ง	4	1	
4.4 อ่านประมวลการสอนเพื่อให้ทราบหัวข้อที่จะเรียนล่วงหน้า	5	1	
4.5 เข้าเรียนก่อนเวลาเพื่อเตรียมตัวให้พร้อมก่อนอาจารย์สอน	5	1	
4.6 อ่านบทเรียนที่จะเรียนล่วงหน้าผ่านๆ	4	1	
4.7 ไม่มีการเตรียมตัว เพียงแต่ต้องตั้งใจเรียนในชั้นเรียน	3	1	
<b>5. การเข้าชั้นเรียน</b>			
5.1 เข้าชั้นเรียนสม่ำเสมอ มีขาดเรียนบ้างเท่าที่จำเป็น	5	1	
5.2 เข้าชั้นเรียนทันเวลาหรือตรงเวลาเป็นส่วนใหญ่	4	1.5	
5.3 มาก่อน 5 – 10 นาที ก่อนเรียน	5	2	
5.4 เลือกที่นั่งเรียนแถวหน้าทุกครั้ง	4	1.5	
5.5 เลือกที่นั่งกลางห้อง สามารถมองเห็นอาจารย์และจอภาพชัดเจน	4	1	
5.6 เลือกนั่งในกลุ่มเพื่อนที่ตั้งใจเรียน	4	2	



ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น		เหตุผลประกอบ
	Median	IR	
<b>6. พฤติกรรมการเรียน</b>			
6.1 ตั้งใจฟัง จดบันทึก หากไม่เข้าใจจะถามอาจารย์ทันทีในชั้นเรียน	5	1	
6.2 ตั้งใจเรียน จดบันทึก ซักถามอาจารย์ในเรื่องที่ไม่เข้าใจหลังเรียนเสร็จ	4	1	
6.3 รวบรวมสมาธิ ไม่ใจลอย ไม่วอกแวกในขณะที่เรียน	5	1	
<b>7. การจดบันทึกจากการฟังคำบรรยาย</b>			
7.1 จดหัวข้อเรื่องที่ฟัง ชื่อผู้บรรยาย และวัน – เวลา เพื่อลำดับเรื่อง ได้ถูก	4	2	
7.2 จดบันทึกเฉพาะส่วนที่สำคัญ หรือประเด็นที่อาจารย์เน้น	4	1.5	
7.3 จดตามความเข้าใจ โดยใช้ภาษาของตนเองให้เข้าใจง่าย	4	1	
7.4 หากอาจารย์บรรยายตามเอกสารที่แจกให้ ใช้ปากกาเน้นข้อความที่สำคัญหรือประเด็นที่อาจารย์เน้นเป็นพิเศษ	5	1	
7.5 หากเป็นอาจารย์พิเศษหรือวิทยากรภายนอก จะจดคำบรรยายพร้อมอัดเทปเพื่อนำมาทำความเข้าใจอีกครั้ง หากสงสัยหรือไม่มีโอกาสซักถาม	5	2	
<b>8. การทบทวนบทเรียน</b>			
8.1 อ่านทบทวนวิชาที่เรียนมาทุกวัน ทำให้ไม่ต้องอ่านหนักเมื่อใกล้สอบ	5	1	
8.2 อ่านทบทวนทุกวิชาที่เรียนมา โดยเน้นส่วนที่สำคัญ หรือส่วนที่ไม่เข้าใจซึ่งใช้ปากกาเน้นข้อความระบายไว้	5	1	
8.3 อ่านทบทวนทุกวิชาที่เรียนมา และทำ Mind mapping หรือทำสรุปย่อไว้อ่านใกล้สอบ	5	1	
8.4 อ่านก่อนสอบ 1 เดือน ให้ได้ 3 รอบ ทุกวิชา โดยรอบแรกอ่านผ่านๆ ทำความเข้าใจ รอบที่สองอ่าน คิด จำในส่วนที่สำคัญและทำสรุปย่อด้วยความเข้าใจของตนเอง รอบที่สามอ่านเจาะหัวข้อที่คิดว่าจะออกข้อสอบ	4	0.5	

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น		เหตุผลประกอบ
	Median	IR	
<b>9. การทิว</b>			
9.1 มีการทิวหรือดูหนังสือหรือทำการบ้านร่วมกับเพื่อนเป็นประจำ	4	2	
9.2 มีการทิวกับอาจารย์ในหัวข้อที่ยากหรือไม่เข้าใจ	4	2	
9.3 มีการทิวให้เพื่อนโดยแบ่งหัวข้อกันทิวในช่วงใกล้สอบ	4	1	
9.4 มีรุ่นพี่มาช่วยทิวให้	4	1	
9.5 ไม่จำเป็นต้องทิว หากอ่านหนังสือเองแล้วเข้าใจเป็นอย่างดี	3	0.5	
<b>10. วิธีการอ่านหนังสือ</b>			
10.1 อ่านบ่อยๆ ซ้ำๆ โดยเฉพาะข้อความสำคัญที่ใช้ปากกาเน้นข้อความหรือสรุปย่อที่จัดทำไว้	4	1.5	
10.2 อ่านไปพร้อมกับสรุปโน้ตย่อตามความเข้าใจของตนเองและเก็บไว้อ่านทบทวนเมื่อใกล้สอบ	5	1	
10.3 อ่านจากสมุดจดเลคเชอร์ของตนเอง	4	0.5	
10.4 อ่านและทำแบบฝึกหัด หรือทำการบ้านทุกวัน	5	1.5	
10.5 อ่าน และจำเนื้อหาที่มีความยาก โดยจัดเนื้อหาให้ เป็นกลุ่มหรือเขียนแผนภูมิ เช่น แผนภูมิต้นไม้ หรือแผนผังความคิด	5	1.5	
10.6 อ่าน โดยใช้คำถามที่คิดว่าน่าจะเป็นข้อสอบ เป็นเครื่องชี้นำ และตอบคำถามโดยเชื่อมโยงข้อมูลกับหัวข้อที่ศึกษา	4	2	
<b>11. ช่วงเวลาความถี่ในการอ่านหนังสือ</b>			
11.1 อ่านทุกวันในช่วงเย็นถึง 22.00 น.	4	2	
11.2 อ่านทุกวันตั้งแต่ 22.00 น. ถึง 24.00 น.	3	1	
11.3 อ่านทุกวันในช่วงตี 4 – 7 โมงเช้า	3	1	
11.4 ไม่อ่านทุกวันแต่จะอ่านเมื่อมีเวลาว่าง	3	1	
11.5 อ่านเมื่อใกล้สอบประมาณ 1 เดือนก่อนสอบ	2	2	

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น		เหตุผลประกอบ
	Median	IR	
<b>12. สถานที่ที่อ่านหนังสือ</b>			
12.1 อ่านที่บ้านพักในที่เงียบสงบ ทำให้มีสมาธิ ในการอ่าน	4	1	
12.2 อ่านในห้องสมุด	4	0.5	
<b>13. การทำการบ้าน และการทำรายงาน</b>			
13.1 ทำทันทีเพื่อไม่ให้มีงานค้าง และส่งตามเวลา ที่กำหนด	5	1	
13.2 วางแผนก่อนโดยจัดลำดับว่างานไหนควร ทำก่อนโดยดูจากกำหนดเวลาส่ง	5	1	
13.3 หากเป็นงานกลุ่ม วางแผนแบ่งงานกันทำตาม ความถนัดของแต่ละคน	5	1	
13.2 หากเป็นงานที่ยาก จะปรึกษาหารือและ ทำร่วมกัน	5	1	
<b>14. แหล่งค้นคว้าหาข้อมูลเพิ่มพูนความรู้</b>			
14.1 ทาง Internet สืบค้าห์หลายครั้งเท่าที่ว่าง	5	1	
14.2 ห้องสมุด ประมาณ 2 – 3 ครั้งต่อสัปดาห์	5	1.5	
<b>15. การวางแผนการสอบ การอ่านหนังสือเตรียมสอบ</b>			
15.1 อ่านหนังสือทุกวันเป็นประจำและ อ่านทบทวนสรุปย่อ 2 อาทิตย์ก่อนสอบ	5	1	
15.2 วางแผนการอ่านหนังสือ โดยทำตารางการอ่าน ในช่วง 2 สัปดาห์ก่อนสอบอ่านวิชาาก ๆ ก่อนและทำให้ได้ตามแผนประมาณ 80%	4	2	
15.3 วางแผนอ่านตามลำดับตารางสอบ โดยอ่าน วิชาสุดท้ายก่อนตามลำดับ	4	0.5	
15.4 อ่านให้ได้อย่างน้อย 2 รอบต่อวิชา	4	2	



ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น		เหตุผลประกอบ
	Median	IR	
<b>16. การทำข้อสอบอัตนัย</b>			
16.1 อ่านและทำความเข้าใจกับคำถามให้ชัดเจนก่อนตอบ	5	0.5	
16.2 ร่าง โครงร่างคำตอบไว้ก่อนแล้วค่อยขยาย รายละเอียด	5	0.5	
16.3 ทำข้อที่ง่ายก่อนเพื่อให้เกิดกำลังใจ	4	1.5	
16.4 เขียนให้ได้มากที่สุดเท่าที่จำได้ แต่ตอบให้ ตรงคำถาม	4	1.5	
16.5 ให้มีสมาธิในการทำข้อสอบและมั่นใจในตนเอง ไม่เครียด หรือวิตกกังวลว่าจะทำข้อสอบไม่ได้	5	1	
<b>17. การทำข้อสอบปรนัย</b>			
17.1 อ่านทำความเข้าใจกับโจทย์ให้ชัดเจนก่อนตอบ	5	0.5	
17.2 ทำข้อที่ทำได้ก่อน และแบ่งเวลาในการทำ ข้อสอบให้ทันเวลาเนื่องจากจำนวนข้อสอบมาก	5	1	
17.3 ตัดตัวเลือกที่ไม่ใช่ออกทีละข้อ	5	1	
17.4 เมื่อทำข้อสอบเสร็จ จะไม่ออกจากห้องสอบ จนกว่าจะหมดเวลา ใช้เวลาที่มีตรวจทุกจุด ของคำตอบให้ดีที่สุด	5	1.5	
<b>18. การจัดระบบการเรียน การวางแผนการเรียน การ บริหารเวลา</b>			
18.1 มีการวางแผนการเรียน การจัดทำด้วยตนเอง และทำตามแผนที่วางไว้ มีการแบ่งเวลา เข้าร่วมกิจกรรมบ้างตามความสนใจ	5	0.5	
18.2 จัดแบ่งเวลาให้เข้าร่วมกิจกรรมอย่าง สม่ำเสมอเพื่อผ่อนคลายความเครียดใน การเรียน และสร้างเสริมประสบการณ์	5	0.5	

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น		เหตุผลประกอบ
	Median	IR	
18.3 เข้าเรียนสม่ำเสมอ จัดแบ่งเวลาเข้าร่วม กิจกรรมยามว่าง ไม่เอากิจกรรมมารวม กับการเรียนและจัดลำดับความสำคัญ ก่อนหลัง	5	1	
18.2 มีการปฏิบัติตามแผนการเรียน ตารางการ บริหารเวลาได้อย่างน้อย 70 – 80 %	4	2	
<b>19. สภาพแวดล้อมในการเรียน</b>			
19.1 ขนาดของกลุ่มเรียนพอเหมาะไม่ใหญ่ หรือเล็กเกินไป	5	1	
19.2 ห้องเรียนมีอุณหภูมิพอเหมาะ ไม่ร้อน หรือ เย็นเกินไป	5	1	
19.3 ห้องเรียนเงียบสงบ ทุกคนตั้งใจเรียน ไม่มี เสียงคุย	5	1	
19.4 ห้องเรียนมีสื่อการเรียนการสอนครบถ้วน ทันสมัย	5	1	
<b>20. สิ่งสำคัญๆ ที่คิดว่าทำให้การเรียนในมหาวิทยาลัย ประสบความสำเร็จ</b>			
20.1 ตั้งใจเรียน เข้าเรียนสม่ำเสมอหมั่น ทบทวนทำความเข้าใจบ่อยๆ	5	1	
20.2 ตั้งเป้าหมายชีวิตให้กับตนเอง และ พยายามทำตามเป้าให้ดี	5	1	
20.3 ตั้งใจเรียน มีความรับผิดชอบ ทำ คะแนนให้ดีตั้งแต่ปี 1	5	0.5	
20.4 ตั้งปณิธานว่าต้องทำให้สำเร็จ เข้าใจ ตนเอง ดูแลตนเองให้ดีและคบเพื่อน ที่ดี ช่วยเหลือกัน	5	0.5	
20.5 มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถทำได้ มีทักษะการเรียนที่ถูกต้องมีการวางแผน และบริหารเวลาได้ดี	5	1	

## ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

### 1. ด้านการปฏิบัติตัวระหว่างเรียน

1. การเข้าร่วมกิจกรรม การทำงานเป็นทีม
2. การมีวินัยในตนเอง การสร้างบุคลิกภาพ โดยการแต่งกายที่ดูกระเปียบ เหมาะสมกับกาลเทศะ การทำงานแบบเป็นทีมได้ ทักษะการเป็นผู้นำ/ผู้ตาม
3. ควรเก็บข้อมูลจากเด็กที่เรียนดีโดยตรง
4. ควรเข้าเรียนให้สม่ำเสมอ ตั้งใจเรียนก็พอ
5. ควรใช้แบบฝึกหัดช่วยดึงดูดผู้เรียน ทั้งทางความสนใจและคะแนน และควรลดการทำงานกลุ่มเพื่อเพิ่มศักยภาพส่วนตัวให้มากที่สุด
6. ตั้งใจเรียน ควรวางแผนการเรียน ค้นคว้าเพิ่มเติม ชักถาม และประเมินตนเอง
7. พยายามเรียนรู้ด้วยตนเองให้มาก คิดวิเคราะห์ เชื่อมโยงเหตุผล และช่างซักถาม

### 2. ด้านการทบทวนการเรียนรู้

1. ขึ้นอยู่กับสไตล์ของแต่ละคน แต่ถ้าทบทวนบ้าง ตลอดเทอมก็พบว่า นักศึกษาจะมีความพร้อมเมื่อถึงเวลาสอบ
2. ควรเก็บข้อมูลจากเด็กที่เรียนดีโดยตรง
3. ควรใช้นโยบายพี่สอนน้อง (ให้รุ่นพี่ที่เก่งกว่ามาช่วยทบทวนเนื้อหา) และควรจัดกลุ่มแยกให้การทบทวนหรือติว ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
4. ควรทำอย่างสม่ำเสมอ
5. ทบทวนสม่ำเสมอ
6. เป็นการสร้างความเข้าใจในบทเรียน มากกว่าการท่องจำ

### 3. ด้านการทำการบ้าน/การทำรายงาน และแหล่งค้นคว้าหาข้อมูลเพิ่มพูนความรู้

1. ควรมีการพัฒนาทักษะในการคิดอย่างเป็นระบบ (Thinking System) มากกว่าการคัดลอก วิเคราะห์ แสดงความเห็นที่เป็นประเด็นอย่างมีเหตุผลสนับสนุน
2. ควรเก็บข้อมูลจากเด็กที่เรียนดีโดยตรง
3. ควรใช้การบ้านแบบ e-learning เข้าช่วย หรือควรจัดเก็บคะแนนให้นักศึกษาสามารถเข้าไปเช็คได้ตลอด
4. ถ้านักศึกษามีงานค้นคว้าเดี่ยว หรือมีการทดสอบระหว่างเทอมจะทำให้นักศึกษาต้อง

ค้นคว้าด้วยตนเองสม่ำเสมอ ก็สามารถทำให้มีผลสัมฤทธิ์ดี

5. ฝึกฝนให้เป็นผู้ใฝ่รู้ และสามารถสืบค้น คัดวิเคราะห์ได้
6. พิจารณาแหล่งความรู้ที่เชื่อถือได้ และเป็นที่ยอมรับและทันสมัย
7. เรียนรู้วิธีการทำรายงานที่ถูกต้อง ค้นคว้าจากแหล่งต่าง ๆ หลากหลาย เลือกเพื่อนเนื้อหาที่มีคุณภาพ ทำการบ้าน/รายงาน ควรมีการประเมินผลด้านความรู้ของตนเอง

#### 4. ด้านการวางแผนการสอบ

1. ขึ้นอยู่กับแต่ละคน มีวิธีการที่แตกต่างกันไป แต่มักพบว่านักศึกษาที่มีเวลาทบทวนก่อนสอบไม่น้อยกว่า 1 เดือน จะมีโอกาสเรียนได้ดี
2. ควรเก็บข้อมูลจากเด็กที่เรียนดีโดยตรง
3. ดูแลความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ
4. ตรวจสอบความรู้ที่ศึกษามา ทำการซักถาม ทำความเข้าใจ ในเนื้อหาก่อนสอบ  
คู่มืออย่างต่อเนื่อง
5. บริหารเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ
6. ฝึกวินัยในการเตรียมตัวก่อนสอบให้มากที่สุดและควรทำการทดสอบก่อนเรียน (Pre-test)

#### 5. ด้านการจัดระบบการเรียน

1. การจัดการเวลา (การบริหารเวลา) เป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด
2. ควรเก็บข้อมูลจากเด็กที่เรียนดีโดยตรง
3. ตั้งเป้าหมายและจัดทำแผนการเรียนของตนเอง
4. ถ้าห้องที่เรียนมีขนาดเล็กจะได้ผลดีที่สุด เพราะทำให้ นักศึกษาต้องปฏิบัติตามกิจกรรมที่อาจารย์กำหนดได้ อาจารย์มีโอกาสใกล้ชิด จำชื่อได้ และจัดกิจกรรมได้ง่าย ตรวจงานการบ้านได้ทันเวลา ทำให้เกิดผลสะท้อนกลับเร็ว นักศึกษาได้ทราบผลและพัฒนาให้ดีขึ้นได้

**ตอนที่ 3** ผลการนำตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษา มีความเห็นว่าเหมาะสมในระดับมาก จากตอนที่ 2 มาพัฒนาให้สมบูรณ์ขึ้นและนำมาศึกษาความเหมาะสมและความเป็นไปได้ จากการสนทนากลุ่ม (Focus - Group) กับนักศึกษาชั้นปีที่ 2 หรือชั้นปีที่ 3 ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.50 ขึ้นไป จำนวน 20 คน จากทุกสาขาวิชา และนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น จะได้ตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ จำนวน 13 ตัวบ่งชี้ และ 77 แนวปฏิบัติที่ดี ดังต่อไปนี้

### ตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา

#### ตัวบ่งชี้ที่ 1 การสร้างแรงจูงใจและทัศนคติที่ดีต่อการเรียน

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** นักศึกษาที่มีพฤติกรรมการเรียนที่ดีที่จะส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี จะต้องมีแรงจูงใจในการเรียนในระดับสูง และมีทัศนคติที่ดีต่อวิชาที่เรียนหรือหลักสูตรที่เลือกเรียน

แรงจูงใจในการเรียน หมายถึง การมีวินัยในตนเองและความมานะพยายามในการเรียนอย่างมาก และมีความต้องการที่จะเรียนให้ได้ดี โดยวางมาตรฐานการเรียนให้ตนเองในระดับสูงและ การตั้งเป้าหมายในการเรียน (Academic Goal) และความเชื่อมั่นทางการเรียน (Academic Self-Efficacy) จะส่งผลก่อให้เกิดแรงจูงใจ (Motivation) ในการเรียน ซึ่งจะก่อให้เกิดผู้เรียนมุ่งมั่นพยายาม (Effort) อย่างหนักในการเรียน และทำให้การเรียนประสบผลสำเร็จ

การตั้งเป้าหมายในการเรียนมี 2 ลักษณะ คือ การเรียนเพื่อความรู้ความชำนาญ (mastery Goal) ซึ่งจะสร้างแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) และการเรียนเพื่อคะแนนหรือเกรด (Performance Goal) ซึ่งจะสร้างแรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) นักศึกษาคนหนึ่งๆ อาจเรียนเพื่อแสวงหาความรู้พร้อมๆ กับการมุ่งหวังว่าจะได้เกรดดีด้วยในขณะเดียวกัน

ความเชื่อมั่นทางการเรียน (Academic Self-Efficacy) หมายถึง ความเชื่อในความสามารถทางการเรียนของตนในการที่จะเรียนรู้และประสบความสำเร็จในรายวิชาที่ศึกษา

ทัศนคติต่อการเรียน คือ ความรู้สึกที่แสดงออกมานักศึกษาสนใจ เอาใจใส่กับการเรียนอย่างไร ความรู้สึกและความเชื่อมั่นที่มีต่อสถานศึกษา หลักสูตร และรายวิชาที่เรียนจะส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนและความสำเร็จในการเรียน

#### แนวปฏิบัติที่ดี

1. เลือกเรียนในสาขาวิชาที่ตนชอบและสนใจที่จะประกอบอาชีพในอนาคต จะทำให้เกิดความอยากรู้ และสนใจรายละเอียดในทุกๆ รายวิชาที่เรียน ซึ่งเป็นการสร้างแรงจูงใจภายในและทัศนคติที่ดีต่อการเรียน ก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดี

2. เลือกเรียนในสาขาวิชาที่ตนใฝ่ฝัน และตั้งเป้าหมายไว้ ซึ่งเป็นการตั้งเป้าหมายระยะยาวที่ท้าทาย และเชื่อในความสามารถของตนเองว่าสามารถเรียนได้ทำให้เกิดความพยายาม (Effort) อย่างมากจะป็นการกระตุ้นให้เกิดทัศนคติและแรงจูงใจที่ดีในการเรียน
3. เลือกเรียนในสาขาวิชาที่คิดว่ามันคงและมีความก้าวหน้าในอาชีพ จะทำให้เกิดทัศนคติที่ดี (เชิงบวก) และมีแรงจูงใจที่จะมุ่งมั่นในการเรียนให้ประสบผลสำเร็จ
4. มีการกระตุ้นแรงจูงใจในการเรียนโดยคิดว่าควรเรียนอย่างหนักให้คุ้มค่ากับเงินที่เสียไปในการเล่าเรียน เช่น ค่าเล่าเรียน ค่าหอพัก ค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียน เป็นต้น
5. มีความเชื่อมั่นทางการเรียน คือ มีความเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะเรียนให้ได้ดี และสามารถควบคุมและดูแลตนเองให้เรียนให้ได้ดีได้ เป็นการสร้างแรงจูงใจในการเรียน
6. มีต้นแบบ (Hero) เพื่อให้จิตใจเกิดความอยากเป็นบ้างหรือความรู้สึกว่าเขาทำได้เราก็อยากทำได้อย่างเขาบ้าง
7. มีคนที่มีความสำคัญกับเรา เช่น บิดา มารดา พี่ เพื่อน อาจารย์ เป็นกำลังใจให้เรา (Back up) ซึ่งทำให้เรานึกถึง หรือ เป็นแรงบันดาลใจทำให้เราตั้งใจเรียน
8. ให้รางวัล (Reward) เพื่อสร้างกำลังใจให้กับตนเองเมื่อทำได้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

## ตัวบ่งชี้ที่ 2 การตั้งเป้าหมายต่อการเรียน

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** เป้าหมาย (Goal) เป็นจุดหมายปลายทาง (end) ที่บุคคลประสงค์จะให้เกิดขึ้นในอนาคต มีทั้งเป้าหมายระยะสั้น ระยะกลาง และระยะยาว การตั้งเป้าหมายในการเรียนมีประโยชน์ต่อพฤติกรรมการศึกษาของผู้เรียนที่จะทำให้ผู้เรียนมีความพยายามที่จะทำเพื่อให้ได้รับสิ่งนั้น ทำให้เกิดแรงจูงใจ มีความขยันขันแข็ง ตั้งใจ พยายามที่จะเรียนให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ การมีเป้าหมายเปรียบเสมือนแสงสว่างหรือเข็มทิศ ช่วยนำทางจนถึงความสำเร็จ หากบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ในช่วงต้นๆ จะส่งผลให้เกิดความสำเร็จในเป้าหมายลำดับต่อไป เพราะความสำเร็จจะทำให้เพิ่มแรงจูงใจ ความเชื่อมั่นในการเรียนและทำให้ผู้เรียนเรียนรู้กลยุทธ์ในการเรียนที่ทำให้ประสบผลสำเร็จ

### แนวปฏิบัติที่ดี

1. ตั้งเป้าหมายด้วยตนเองเป็นลายลักษณ์อักษร มีความเฉพาะเจาะจงชัดเจนและเป็นไปได้ สามารถบรรลุผลได้จริง ไม่ตั้งไว้สูงเกินไปจนไม่สามารถทำได้หรือตั้งไว้ต่ำเกินไป จนไม่มีโอกาสได้พัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่ หรือขาดความกระตือรือร้นและความพยายามในการให้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมาย

2. เป้าหมายที่ตั้งต้องสามารถวัดได้ เพื่อที่จะได้ประเมินได้ว่าบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ และกำหนดขอบเขตเวลาแน่นอนที่จะดำเนินการให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนด

3. ตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้น ระยะกลาง และระยะยาว เป้าหมายระยะสั้นจะส่งผลให้เป้าหมายระยะกลางและระยะยาวสำเร็จเป็นขั้นเป็นตอน เป้าหมายระยะสั้นกำหนดให้สำเร็จเป็น ชั่วโมง เป็น วัน เป็น สัปดาห์ เป็น เดือน เป้าหมายระยะกลาง คือสิ่งที่ต้องการให้สำเร็จในภาคการศึกษาหนึ่ง ๆ แต่เป้าหมายระยะยาวอาจเป็นปี หรือ 4-5 ปี หรือ ตลอดชีวิต เป็นต้น

4. ตั้งเป้าหมายในการเรียน ในลักษณะกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจภายใน คือ เรียนเพื่อให้ได้ความรู้และสามารถทำงานได้จริง และนำไปประกอบอาชีพได้ดีหรือเรียนทุกรายวิชาให้ได้ผลสำเร็จดีที่สุด เพื่อจบแล้วจะได้งานทำที่ดี และตั้งเป้าหมายในลักษณะการกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจภายนอก คือ เรียนให้ได้คะแนน คือ เกรด A หรือ B ทุกรายวิชา หรือ ให้เรียนจบภายในเวลาที่กำหนดในหลักสูตร เป็นต้น

5. เรียนรู้จากความผิดพลาด หากไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ ให้ประเมินว่าเกิดความผิดพลาดจากสาเหตุอะไร จะทำให้เกิดแรงจูงใจให้เรียนหนักมากขึ้นภายหลังพบกับความผิดหวังจากการไม่บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

6. การกำหนดเป้าหมายที่จะก่อให้เกิดประสิทธิผลควรประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ 1) เขียนเป้าหมายที่ต้องการให้บรรลุ 2) กำหนดปัญหาหรืออุปสรรคที่อาจทำให้ไม่บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ 3) กำหนดสิ่งสนับสนุนหรือทักษะต่าง ๆ ที่จะทำให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ 4) ทบทวนเป้าหมายที่ตั้งไว้ซึ่งอาจมีการปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงเป้าหมายได้ และ 5) เขียนเป้าหมายใหม่ให้เหมาะสมหรือวางเป้าหมายใหม่ในภาคการศึกษาต่อไป

### ตัวบ่งชี้ที่ 3 การจัดระบบการเรียน การวางแผนการเรียนและการบริหารเวลา

คำอธิบายตัวบ่งชี้ : การจะเรียนให้ประสบผลสำเร็จ นอกจากจะต้องอาศัยสติปัญญา ความสามารถแล้วยังขึ้นอยู่กับว่ามีระบบในการเรียน คือ มีการวางแผนการเรียนล่วงหน้า การวางแผนการใช้เวลาให้คุ้มค่ามีประสิทธิภาพมีการดำเนินการตามแผนที่วางไว้ คือรู้จักบริหารเวลาให้เหมาะสม มีการประเมินผลว่าบรรลุแผนที่วางไว้หรือไม่ และมีการปรับปรุงแผนให้เหมาะสมต่อไป

#### แนวปฏิบัติที่ดี

1. ทำความรู้จักกับหลักสูตรและรายวิชาที่เรียนในแต่ละภาคการศึกษา โดยศึกษาจาก

ประมวลการสอนของแต่ละวิชา (Course Syllabus) ว่าเป็นรายวิชาทฤษฎี ฝึกปฏิบัติหรือฝึกงาน จำนวนกี่หน่วยกิต ต้องเรียนในห้องเรียนกี่ชั่วโมงต่อสัปดาห์ และต้องศึกษาด้วยตนเอง กี่ชั่วโมงต่อ

สัปดาห์ มีการวัดและประเมินผลอย่างไรบ้าง มีรายงาน การสอบย่อย งานที่ต้องทำส่งในระหว่างภาคการศึกษาอย่างน้อยเท่าไรเพื่อนำมาวางแผนการเรียนต่อไป

2. มีการวางแผนการเรียน การจัดทำตารางเวลาหรือตารางเรียนเพื่อใช้ในการบริหารเวลา ให้เป็นไปตามเป้าหมายในการเรียนทั้งระยะสั้น ระยะกลาง ระยะยาว ตามตัวบ่งชี้ที่ 2 โดยต้องมีการจัดลำดับงานตามความสำคัญและความเร่งด่วน การทำตารางเรียนอาจทำทุกวัน เป็นรายสัปดาห์ หรือรายเดือน และแยกงานใหญ่ออกเป็นงานเล็กๆกระจายในแต่ละสัปดาห์ หากทำงานชิ้นแรกสำเร็จ จะมีกำลังใจให้ทำงานชิ้นต่อไปจนงานใหญ่สำเร็จได้

3. ในการจัดทำตารางเวลาหรือตารางเรียน มีการจัดแบ่งเวลาการศึกษาด้วยตนเองครบตามหน่วย กิตของรายวิชา ทั้งก่อนเข้าเรียน และอ่านหนังสือทบทวนหลังเรียน ทำการบ้าน ทำรายงาน ทำแบบฝึกหัด เตรียมตัวสอบย่อย รวมทั้งแบ่งเวลาเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรม กับเพื่อนๆและคณะวิชา อย่างสม่ำเสมอเพื่อผ่อนคลายความเครียดในการเรียน และสร้างเสริมประสบการณ์ การพักผ่อน การเล่นกีฬาเพื่อส่งเสริมสุขภาพอย่างเหมาะสม

4. มีการปฏิบัติตามแผนการเรียน หรือตารางเรียนอย่างสม่ำเสมอ โดยเข้าเรียนให้ตรงเวลา และเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ มีการทำกิจกรรมต่างๆตามที่ได้วางแผนไว้อย่างน้อย 70-80% ของแผน ไม่ควรผัดวันประกันพรุ่ง (Procastination) หากทำงานหรือกิจกรรมอื่นที่ไม่ตรงกับตารางให้บันทึกไว้ด้วย และบอกเหตุผลที่ไม่สามารถทำงานหรือกิจกรรมตามตารางได้ เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนหรือทำตารางเวลาในสัปดาห์ต่อไป

5. มีการประเมินผลการทำกิจกรรมตามแผนทุกสัปดาห์หรือทุกเดือน

6. มีการปรับปรุงแผนหรือตารางเวลาให้เหมาะสมตามผลการประเมิน

#### ตัวบ่งชี้ที่ 4 การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน

คำอธิบายตัวบ่งชี้ : การเตรียมตัวให้พร้อมก่อนเข้าห้องเรียน เป็นปัจจัยที่ช่วยให้การเรียนในห้องเรียนดีขึ้น มีการเตรียมความพร้อมในทุกๆรายวิชาที่เรียน ผู้เรียนควรเตรียมความพร้อมในด้านวิชาการ ร่างกาย จิตใจ และอุปกรณ์ในการเรียน

#### แนวปฏิบัติที่ดี

1. อ่านประมวลการสอนเพื่อให้ทราบหัวข้อที่จะเรียนล่วงหน้า
2. อ่านบทเรียนล่วงหน้าก่อนเข้าชั้นเรียน ซึ่งอาจอ่านจากตำรา เอกสารประกอบการสอน หรืออ่านบทเรียนจากบทเรียน E-Learning อย่างคร่าว ๆ หรืออ่านผ่าน ๆ เพื่อให้การเรียนในห้องเรียนง่ายขึ้น ง่ายต่อการจดบันทึก หรือเป็นการเตรียมข้อมูลสำหรับตอบคำถามจากผู้สอน หรือเตรียมคำถามในส่วนที่อ่านแล้วไม่เข้าใจ



3. อ่านบททวนบทเรียนที่เรียนมาแล้วทุกวัน เพื่อเตรียมตัวให้พร้อมต่อการเรียนครั้งใหม่
4. เตรียมร่างกายและจิตใจให้พร้อมในการเข้าเรียน เช่น ไม่ควรนอนดึก สุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บป่วย ไม่มีเรื่องที่ทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวลหรือไม่สบายใจ เพราะจะทำให้ไม่มีสมาธิในการเรียน
5. เตรียมเอกสารและอุปกรณ์เกี่ยวกับการเรียนให้พร้อมทุกครั้ง
6. เข้าเรียนก่อนเวลาเรียนเล็กน้อยเพื่อเตรียมตัวให้พร้อมก่อนอาจารย์สอน

### ตัวบ่งชี้ที่ 5 การเข้าชั้นเรียน

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** ในมหาวิทยาลัยระบบปิด การเข้าชั้นเรียนยังมีความสำคัญและเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียนอย่างมาก หากรู้จักวิธีเรียนในห้องเรียนอย่างถูกต้อง เพราะสามารถได้รับประโยชน์หลายๆด้านจากการเข้าห้องเรียน เช่น ได้ความรู้ความเข้าใจมากกว่าการพยายามอ่านทำความเข้าใจเอง ได้รู้ถึงสิ่งที่ผู้สอนให้ความสำคัญเป็นพิเศษ ซึ่งอาจเป็นข้อสอบได้ ได้รู้ถึงงานที่ได้รับมอบหมาย แนวทางการทำการบ้านหรืองานที่ได้รับมอบหมาย มีโอกาสถามปัญหาหรือสิ่งที่ไม่เข้าใจได้ทันที ผู้เรียนจึงควรเห็นความสำคัญและความจำเป็นในการเข้าชั้นเรียน

#### แนวปฏิบัติที่ดี

1. เข้าชั้นเรียนทุกครั้ง อาจขาดเรียนบ้างเท่าที่จำเป็น แต่ไม่ควรเกิน 20% ของจำนวน ชั่วโมงเรียนทั้งหมด
2. เข้าชั้นเรียนให้ทันเวลาหรือตรงเวลาเป็นส่วนใหญ่
3. เลือกที่นั่งเรียนแถวหน้าหรือกลางห้องทุกครั้ง ซึ่งสามารถมองเห็นผู้สอนและจอภาพชัดเจน
4. นั่งในที่ที่สามารถสบตากับผู้สอน จะทำให้มีสมาธิที่ดีตลอดการเรียน

### ตัวบ่งชี้ที่ 6 การสร้างสมาธิในการเรียน

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** สมาธิในการเรียนหมายถึงการมุ่งความสนใจในสิ่งที่กำลังเรียนอยู่ คิดถึงแต่ในเรื่องที่กำลังเรียน หรือที่อาจารย์กำลังสอน โดยไม่คิดถึงสิ่งอื่นใด จิตใจจดจ่อ (Focus) อยู่กับสิ่งที่อาจารย์สอน

#### แนวปฏิบัติที่ดี

1. สร้างสมาธิในการเรียนในห้องเรียน ควรให้ความสนใจ (Interest) ตั้งใจฟัง (Attention)

จดบันทึกคำบรรยาย คิดตามคำบรรยาย ตั้งคำถามในใจ หากสงสัยให้ซักถามผู้สอนทันที หรือหลังเรียนเสร็จ มีปฏิสัมพันธ์ (interactive) กับครูผู้สอนตลอดเวลา จะทำให้มีสมาธิที่ติดต่อกับการเรียน

2. สร้างแรงจูงใจในการเรียน (Motivation) โดยคิดถึง เป้าหมายในการเรียนที่เราวางไว้ เช่น ความรู้ที่ได้รับ ปรียญาบัตรที่หวังไว้และการมีงานทำ มีอนาคตที่ดี จะทำให้รวบรวมสมาธิได้

3. หลีกเลี่ยงสิ่งที่จะทำให้เกิดการรบกวนสมาธิ เช่น คุยกับเพื่อนระหว่างเรียน ปิดโทรศัพท์ระหว่างเรียน นั่งแถวหน้าเพื่อหลีกเลี่ยงจากเสียงเพื่อนคุยกัน ไม่คิดเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียน ไม่วอกแวก ไม่ใจลอย หรือฝันกลางวัน (daydream) ขณะเรียน ฟังและคิดตามสิ่งที่ผู้สอนบรรยายเท่านั้น

### ตัวบ่งชี้ที่ 7 การจดบันทึกจากการฟังคำบรรยาย

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** การจดบันทึกจากการฟังคำบรรยาย เป็นสิ่งสำคัญที่สุดของทักษะการเรียนในระดับอุดมศึกษา ผู้เรียนต้องฟังสิ่งที่ผู้สอนพูดบรรยาย และคัดเลือกข้อมูลที่เหมาะสม แปลความสรุป และจัดระบบข้อมูลที่ได้รับจากการฟัง และจดบันทึกลงในสมุดด้วยตนเองเพื่อเก็บไว้ทบทวนก่อนสอบ

#### แนวปฏิบัติที่ดี

1. อ่านหนังสือตำรา หรือเอกสารประกอบการสอนล่วงหน้า จะทำให้ คุ่นเคย และเข้าใจในสิ่งที่ผู้สอนบรรยายเร็วขึ้น และจดบันทึกได้ง่ายขึ้น

2. ฝึกฝนการเป็นผู้ฟังที่ดี คือตั้งใจและมีสมาธิที่ดีในการฟัง ไม่วอกแวก ใจลอย คิดตามในสิ่งที่ได้ฟัง คัดเลือกใจความที่สำคัญ ตีความข้อมูลที่ได้รับฟัง และเรียบเรียงเป็นภาษาของตนเองที่เข้าใจง่ายสรุปเฉพาะประเด็นที่สำคัญ ๆ จัดระเบียบเนื้อหาเป็นลำดับขั้นตอนให้เป็นระบบ แล้วจึงจดบันทึก

3. การจดบันทึกให้ใส่ใจความสั้นๆหรือใช้คำย่อแทน หากจดไม่ทันให้เว้นไว้ก่อน แล้วจึงสอบถามเพื่อน หรืออาจารย์ภายหลัง แล้วบันทึกเพิ่มเติมให้ครบถ้วน

4. สมุดบันทึก ควรเว้นที่ว่างไว้สำหรับเพิ่มเติมข้อความจากการซักถามอาจารย์ผู้สอน

หรือบันทึกเพิ่มเติมจากการอ่านทบทวน หรือค้นคว้าจากหนังสือเพิ่มเติมในภายหลัง โดยทั่วไปจะเว้นว่างไว้จากขอบซ้ายสุดของสมุดเข้ามาประมาณ 2 นิ้ว

5. ตรวจสอบบันทึกเมื่อจบคำบรรยายทันที ว่าจดได้ถูกต้อง ครบถ้วนหรือไม่ มีช่องว่างที่เว้นไว้ต้องเติมให้สมบูรณ์ มีคำย่อหรือสัญลักษณ์ที่เราใช้แทนความหมายใด สามารถอธิบายความหมายได้ถูกต้องหรือไม่ อาจต้องอธิบายเพิ่มเติมเพื่อป้องกันการลืมในภายหลัง อาจต้องมีการ

เขียนใหม่ หากการจัดลำดับขั้นตอนในการจดบันทึกไม่ชัดเจนอาจทำให้สับสนหรือยากต่อการทบทวนเนื้อหาในภายหลัง โดยเฉพาะในประเด็นเนื้อหาหลัก และส่วนขยายเนื่องจากผู้สอนอาจบรรยายสลับไปมา ทำให้การจดบันทึกยากต่อการเรียงลำดับ

6. อ่านทบทวนบันทึกคำบรรยายภายใน 24 ชั่วโมง เพราะเมื่อถึงไว้อาจทำให้ลืม

คำบรรยายของผู้สอนได้ จึงควรอ่านทบทวนทุกวัน ทุกหัวข้อที่เรียน เพราะจะทำให้จำบทเรียนที่เรียนมาได้และเป็นการเตรียมจดบันทึกในการเรียนครั้งต่อไปได้ง่ายขึ้น

### ตัวบ่งชี้ที่ 8 ทักษะการอ่านตำราเรียน และการทบทวนบทเรียน

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** ทักษะการอ่าน ตำราเรียน และการทบทวนบทเรียน หมายถึงวิธีการอ่านตำราเรียนเพื่อทบทวนสิ่งที่เรียนมาแล้ว และแสวงหาความรู้เพิ่มเติม เพื่อก่อให้เกิดความจดจำ ความเข้าใจ สามารถวิเคราะห์ วิวิจารณ์ และนำสิ่งที่ได้จากการอ่าน ไปประยุกต์ใช้

#### แนวปฏิบัติที่ดี

1. อ่านสมุดจดบันทึกจากการฟังบรรยายของตนเองทุกวันเพื่อเป็นการทบทวนความรู้

และความจำ และเป็นการเตรียมตัวเรียนในครั้งต่อไป

2. ทำแบบฝึกหัดหรือทำการบ้านทุกวัน จะทำให้ได้อ่านหนังสือและทบทวนบทเรียนทุกวัน ทำให้ไม่ต้องอ่านหนักเมื่อใกล้สอบ

3. วิธีการอ่านตำราเรียนให้เริ่มจากการอ่านแบบสำรวจคร่าว ๆ (Survey or overview) ในเบื้องต้นก่อน โดยการอ่านแบบผ่าน ๆ (skimming) เพื่อดูว่าเรื่องที่จะอ่านเป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร อะไรคือประเด็นสำคัญของเรื่อง จากนั้นจึงเริ่มอ่านเนื้อเรื่องอย่างตั้งใจ (Read) การอ่านให้ขีดเส้นใต้ หรือใช้ปากกาตีเน้นข้อความ ระบายข้อความที่สำคัญ (Pick up) หรืออาจจดบันทึกย่อโดยสรุปของเรื่องที่อ่าน (Summarize) ถ้าเป็นเนื้อหาที่ยากหรือซับซ้อน ให้เขียนเป็นแผนภูมิความคิด (Mindmapping) หรือแผนภูมิต้นไม้ (Tree Diagram) และนำกลับมาอ่านซ้ำๆ บ่อยๆ เพื่อให้สามารถจดจำได้

4. การอ่านบทเรียน หรือ ตำราให้อ่านอย่างตั้งใจ จากนั้นให้ปิดหนังสือแล้วลองอธิบาย

สิ่งที่ได้จากการอ่านให้ตัวเองฟังด้วยสำนวนของตนเอง หากไม่สามารถอธิบายได้ ให้กลับไปอ่านใหม่อีกครั้ง

5. ท่องจำเฉพาะข้อมูลที่จำเป็นจริงๆ เช่น ตัวเลข ชื่อเฉพาะต่าง ๆ เพื่อทำให้เกิด

### ความเข้าใจที่ชัดเจนยิ่งขึ้น

6. การอ่านหนังสือก่อนสอบ 1 เดือน ให้อ่านให้ได้ 3 รอบทุกวิชา โดยรอบแรกอ่านผ่าน ๆ เพื่อทำความเข้าใจ รอบที่ 2 อ่าน คิด จำ ในส่วนที่สำคัญและทำสรุปย่อด้วยความเข้าใจของตนเอง รอบที่ 3 อ่าน เจาะหัวข้อที่คิดว่าจะออกข้อสอบ

### ตัวบ่งชี้ที่ 9 การทำการบ้านและการทำรายงาน

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** การทำการบ้านและการทำรายงานซึ่งเป็นงานที่ได้รับมอบหมายจากผู้สอนถือเป็นส่วนประกอบที่สำคัญมากของการเรียน เพราะถือว่าการทบทวนบทเรียนที่มีระยะเวลาศึกษาค้นคว้า ทำความเข้าใจมากกว่าเวลาในห้องเรียน

#### แนวปฏิบัติที่ดี

1. ทำการบ้านและรายงานอย่างสม่ำเสมอจนคิดเป็นนิสัยทุกวัน ถ้าวันใดไม่มีการบ้านให้ทบทวนบทเรียนแทน
2. ตรวจสอบความยาก ง่าย เมื่อได้รับคำสั่งจากครูว่าสามารถทำได้หรือไม่ หากมีข้อสงสัยให้ถามครูอาจารย์ทันที เพื่อให้มีความชัดเจน เมื่อนำกลับมาทำด้วยตนเอง
3. เวลาในการทำการบ้านควรเป็นเวลาประมาณ 18.00-21.00 น. และครึ่งวันเช้าหรือบ่ายของวันหยุด
4. ทำการบ้านทันทีเมื่อได้รับการบ้านวันใดให้รีบทำให้เสร็จในวันนั้น ไม่มีงานค้างแม้กำหนดส่งจะเหลืออีกหลายวัน หากได้รับการบ้านหลายวิชา ให้วางแผนโดยจัดลำดับว่างานไหนควรทำก่อน โดยดูจากกำหนดเวลาส่ง
5. หากการบ้านหรือรายงานเป็นงานกลุ่ม วางแผนแบ่งงานกันทำตามความถนัดของแต่ละคน หากเป็นงานที่ยากควรประชุมปรึกษาหารือ แล้วทำร่วมกัน
6. ตรวจสอบความถูกต้องก่อนส่ง

### ตัวบ่งชี้ที่ 10 การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง เป็นวิธีการสืบค้นข้อมูลจากแหล่งความรู้ต่างๆ ด้วยตนเอง เพื่อการรับรู้ข่าวสารและข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง อาจศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง จากภูมิปัญญาผู้รู้ และสื่อต่างๆ เพื่อตอบสนองความสนใจใฝ่รู้ของตนเอง เป็นวิธีหนึ่งที่สำคัญ ที่จะช่วยให้การเรียนได้ดี เป็นการเสริมความรู้ที่ได้เรียนมาจากในห้องเรียน

### แนวปฏิบัติที่ดี

1. เข้าห้องสมุดเพื่อศึกษาค้นคว้าข้อมูลเพื่อทำการบ้าน และรายงาน ตลอดจนอ่านหนังสือเตรียมสอบ ประมาณสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง
2. สืบค้นข้อมูลที่สนใจใคร่รู้ เพื่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง และเพื่อการทำกรบ้านและรายงานทาง internet จาก website ต่าง ๆ สัปดาห์ละหลายครั้งเท่าที่ว่าง
3. เข้าศึกษาค้นคว้าข้อมูลหรือเรียนรู้ด้วยตนเอง จากศูนย์ทรัพยากรการเรียนรู้ด้วยตนเองของมหาวิทยาลัย (Self – Learning Resource Center) จากเทคโนโลยีการศึกษาในรูปแบบต่าง ๆ เช่น VCD , DVD , E-Learning , Internet , โทรทัศน์ , ดาวเทียม , หนังสือและตำราต่าง ๆ บทเรียนสำเร็จรูปในรูปแบบ CAI เป็นต้น
4. สอบถามข้อมูลจากเพื่อน พี่ หรืออาจารย์ที่สอนนอกเวลาเรียนเมื่อมีปัญหาทางการเรียน
5. มีการติวระหว่างเพื่อนด้วยกัน หรือมีรุ่นพี่ช่วยติวให้ โดยแบ่งหัวข้อกันติวในช่วงใกล้สอบ

### ตัวบ่งชี้ที่ 11 การเตรียมตัวสอบ

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** การเตรียมตัวสอบ คือการเตรียมความพร้อมสำหรับการสอบทั้งทางด้านความรู้ ด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อให้การสอบบรรลุผลดีที่สุด

### แนวปฏิบัติที่ดี

1. อ่านหนังสือและทบทวนบทเรียนทุกวันเป็นประจำ และอ่านทบทวนสรุปย่อ
- 2 สัปดาห์ก่อนสอบ
  2. สอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการสอบจากอาจารย์ผู้สอน เช่น ประเภทของข้อสอบเป็นอัตนัยหรือปรนัย จำนวนข้อสอบทั้งหมดมีกี่ข้อ เป็นต้น เพื่อจะได้เตรียมตัวได้ถูกต้อง
  3. วางแผนการอ่านหนังสืออย่างจริงจังประมาณ 1 เดือนก่อนสอบ โดยแบ่งเวลาในการอ่านหนังสือให้เหมาะสมตามเนื้อหาที่สอบ โดยเริ่มอ่านจากวิชาที่สอบวันแรกไปจนถึงวันสุดท้าย และควรอ่านให้จบก่อนถึงวันสอบประมาณ 4 วัน หรือมากกว่านั้น และอ่านทบทวนอีกครั้งในวันสุดท้ายก่อนที่จะถึงวันสอบวิชานั้น ๆ
  4. แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาที่จะสอบกับเพื่อน หรือแลกเปลี่ยนกันติวเป็นการทบทวนความรู้เพื่อเตรียมตัวสอบ
  5. ลองฝึกตั้งคำถามที่คาดว่าจะออกข้อสอบ และตอบคำถามด้วยตนเอง (Self-Testing) เป็นการทดสอบความจำ และประเมินความรู้ทั้งหมดที่เรียนและได้อ่านทบทวนมาทั้งหมด

6. รักษาสุขภาพให้แข็งแรง ไม่ควรนอนดึกในช่วงใกล้สอบ ทำใจให้ผ่อนคลาย ไม่ควรวิตกกังวล และเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถทำข้อสอบได้

7. ในช่วงใกล้สอบ ทำสมาธิคิดแต่เรื่องที่กำลังจะสอบ ไม่ควรคิดเรื่องอื่นที่จะทำให้ไม่สบายใจ เพื่อเตรียมจิตใจให้พร้อมเต็มที่สำหรับการสอบ

8. ประเมินผลเมื่อสอบเสร็จว่าการวางแผนเพื่อเตรียมตัวสอบประสบผลสำเร็จมากน้อยเพียงใด ทำข้อสอบได้มากน้อยเพียงใด คู่มือหนังสือได้ครบถ้วนทันเวลาสอบหรือไม่ เพื่อนำไปปรับปรุงแผนการเตรียมตัวสอบครั้งต่อไป

## ตัวบ่งชี้ที่ 12 การทำข้อสอบ

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** การทำข้อสอบ หมายถึง เทคนิคในการทำข้อสอบทั้งประเภทข้อสอบอัตนัย และข้อสอบปรนัยให้ดีที่สุด

### แนวปฏิบัติที่ดี

1. ตรวจสอบข้อสอบทั้งหมดในเบื้องต้นก่อนว่ามีกี่ข้อ เป็นปรนัยกี่ข้อ เป็นอัตนัยกี่ข้อ คำนวณเวลาที่มีว่าควรจะใช้เวลาคิดได้ข้อละกี่นาที และเหลือเวลาไว้ตรวจสอบคำตอบทั้งหมดในตอนท้ายประมาณ 10 นาที
2. เลือกทำข้อสอบในส่วนของข้อที่ง่ายก่อน โดยทำข้อสอบปรนัยก่อน ข้อสอบอัตนัย หากพบข้อที่ยากให้ทำเครื่องหมายไว้ และข้ามไปทำข้อถัดไปก่อนแล้วจึงย้อนกลับมาทำใหม่
3. ในการทำข้อสอบอัตนัย ให้อ่านและทำความเข้าใจกับคำถามให้ชัดเจนก่อนตอบ และร่างโครงร่างคำตอบไว้ก่อนแล้วจึงขยายรายละเอียด เขียนคำตอบให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ แต่ต้องตอบให้ตรงคำถาม และเขียนด้วยลายมือที่อ่านง่าย
4. ในการทำข้อสอบปรนัย อ่านทำความเข้าใจกับโจทย์ให้ชัดเจนก่อนตอบ ทำข้อที่ทำได้ก่อนและแบ่งเวลาในการทำข้อสอบให้ทันเวลาเนื่องจากจำนวนข้อสอบมาก การเลือกตัวเลือกที่ถูกต้องให้ใช้วิธีตัดคำตอบที่ผิดออกไปให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
5. มีสมาธิในการทำข้อสอบ และมั่นใจในตนเองไม่เครียด หรือวิตกกังวลว่าจะทำข้อสอบไม่ได้
6. เมื่อทำข้อสอบเสร็จก่อนเวลาจะไม่ออกจากห้องสอบก่อน ให้ใช้เวลาที่มีตรวจทุกจุดของคำตอบให้ดีที่สุด แต่อย่าทบทวนในลักษณะคิดวกไปวนมาแก้ไขหลายครั้ง จนทำให้ข้อถูกกลายเป็นข้อผิดให้คิดทบทวนเพียงครั้งเดียว

## ตัวบ่งชี้ที่ 13 กลยุทธ์การเรียนรู้ที่ทำให้ประสบผลสำเร็จ

**คำอธิบายตัวบ่งชี้ :** นอกเหนือจากทักษะการเรียนรู้ที่มีผลทำให้การเรียนในมหาวิทยาลัยประสบความสำเร็จ แล้วยังมีเทคนิควิธีที่เป็นปัจจัยสนับสนุนทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดีขึ้นซึ่งได้คำแนะนำจากนักศึกษาที่เรียนดีโดยตรง

### แนวปฏิบัติที่ดี

1. สร้างแรงบันดาลใจ (Inspiration) และตั้งปณิธานว่าต้องพยายามทำให้สำเร็จให้ได้
2. สร้างความเชื่อมั่นในตนเองคิดเชิงบวกว่าตนสามารถเรียนให้ได้ดี
3. ตั้งใจเรียน มีทักษะการเรียนรู้ที่ถูกต้อง
4. วางแผนการเรียน และบริหารเวลา และทำตามแผนที่วางไว้
5. มีความรับผิดชอบ มีความเพียรพยายาม และมีวินัยในตนเอง
6. เข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอไม่ขาดเรียน โดยไม่จำเป็น และหมั่นทบทวนบทเรียนอย่างสม่ำเสมอ
7. ดูแลสุขภาพตนเองทั้งร่างกายและจิตใจ และคบเพื่อนที่ดีช่วยเหลือกันในการเรียน
8. พยายามเรียนรู้ด้วยตนเองให้มาก คิดวิเคราะห์ เชื่อมโยงเหตุผลและช่างซักถาม เป็นผู้ใฝ่รู้อยู่เสมอ

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี โดยดำเนินการวิจัยเป็น 3 ขั้นตอนด้วยกันคือ **ขั้นตอนที่ 1** สัมภาษณ์นักศึกษารุ่นปีที่ 4 ของทุกคณะวิชาของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

ซึ่งมีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.50 ขึ้นไป จำนวน 67 คน และประชุมสนทนากลุ่ม (Focus – Group) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 18 คน เพื่อให้ได้ทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี

**ขั้นตอนที่ 2** นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่มจากตอนที่ 1 มาวิเคราะห์เนื้อหา และสร้างเป็นแบบสอบถามตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา และนำไปสอบถามผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษาซึ่งมีประสบการณ์การสอนในระดับอุดมศึกษามาไม่น้อยกว่า 15 ปี หรือเป็นผู้บริหารระดับคณบดี ทั้งในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐและเอกชน จำนวน 15 คน นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่ามัธยฐาน (Median) และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range) เพื่อดูความเหมาะสมและความสอดคล้องของตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีจากความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยจะคัดเลือกเฉพาะตัวบ่งชี้ที่มีค่ามัธยฐาน  $\geq 3.5$  และ ค่า IR  $\leq 1.5$  เพื่อนำไปพัฒนาต่อไป

**ขั้นตอนที่ 3** นำตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดีที่ได้จากการสอบถามผู้ทรงคุณวุฒิมาพัฒนาให้เป็นตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่สมบูรณ์มากขึ้น โดยศึกษาจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง และนำไปสนทนากลุ่ม (Focus – Group) กับนักศึกษารุ่นปีที่ 2 หรือรุ่นปีที่ 3 จากทุกสาขาวิชา จำนวน 20 คน ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.5 ขึ้นไป เพื่อดูความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดี จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพ (Indicators) และแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาที่สมบูรณ์สามารถนำไปใช้เป็นแนวปฏิบัติให้กับนักศึกษา แนวทางการจัดการเรียนการสอนให้กับคณาจารย์ และเพื่อใช้เป็นตัวบ่งชี้และเกณฑ์ในการประกันคุณภาพการเรียนให้กับนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาต่อไป จากผลการวิจัยพบว่าตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาประกอบด้วย 13 ตัวบ่งชี้ 77 แนวปฏิบัติที่ดี ดังนี้

**ตัวบ่งชี้ที่ 1** การสร้างแรงจูงใจและทัศนคติที่ดีต่อการเรียน มี 8 แนวปฏิบัติที่ดี

**ตัวบ่งชี้ที่ 2** การตั้งเป้าหมายต่อการเรียน มี 5 แนวปฏิบัติที่ดี



- ตัวบ่งชี้ที่ 3 การจัดระบบการเรียน การวางแผนการเรียนและการบริหารเวลา มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 4 การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 5 การเข้าชั้นเรียน มี 4 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 6 การสร้างสมาธิในการเรียน มี 3 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 7 การจดบันทึกจากการฟังคำบรรยาย มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 8 ทักษะการอ่านตำราเรียนและการทบทวนบทเรียน มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 9 การทำการบ้านและการทำรายงาน มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 10 การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง มี 5 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 11 การเตรียมตัวสอบ มี 8 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 12 การทำข้อสอบ มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี
- ตัวบ่งชี้ที่ 13 กลยุทธ์การเรียนที่ทำให้ประสบผลสำเร็จ มี 8 แนวปฏิบัติที่ดี

### อภิปรายผล

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่าตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียน มีทั้งหมด 13 ตัวบ่งชี้ 77 แนวปฏิบัติที่ดี ซึ่งครอบคลุมพฤติกรรมกรเรียนตั้งแต่เตรียมตัวเข้าชั้นเรียน การเรียนในห้องเรียน การทบทวนบทเรียนจนกระทั่งถึงการสอบ มีลักษณะเป็นทั้งพฤติกรรมภายในซึ่งสังเกตไม่ได้ แต่มีพลังผลักดันให้ผู้เรียนใส่ใจในการเรียนหรือเบนความสนใจออกจากกรเรียน คือ แรงจูงใจและทัศนคติต่อการเรียน การตั้งเป้าหมายต่อการเรียน และพฤติกรรมภายนอกซึ่งเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้เป็นวิธีการปฏิบัติตนในการศึกษาเล่าเรียนให้ประสบผลสำเร็จ เช่นการวางแผนการเรียน การบริหารเวลา ทักษะการอ่าน การฟัง การจดบันทึก การสอบ เป็นต้น

ตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนที่พัฒนาขึ้นสอดคล้องกับแนวคิดของนักการศึกษาหลายท่านที่เคยทำการศึกษาวิจัยไว้แล้ว เช่น ดร.แคลร์ อี เวินส์ไตน์ (Claire E. Weinstein) ดร.เดวิด อาร์ พาลเมอร์ (David R. Palmer) และ ดร.แอน ซี สคอสท์ (An C. Schulte) ได้สร้างแบบประเมินพฤติกรรมกรเรียน LASSI (Learnig and Study Strategies Inventory) ซึ่งประเมินกลยุทธ์ในการเรียน 10 ด้านคือ (พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช, 2547)

1. ทัศนคติต่อการเรียน
2. แรงจูงใจในการเรียน
3. ความวิตกกังวลในการเรียน

4. การบริหารเวลาในการเรียน
5. การมีสมาธิและเอาใจใส่ในการเรียน
6. กระบวนการประมวลความรู้
7. การเลือกประเด็นและสาระข้อมูลสำคัญในการเรียน
8. การใช้เทคนิคเข้าช่วยในการแสวงหาความรู้
9. การทดสอบตนเอง การทบทวน และการเตรียมตัวก่อนเข้าเรียน
10. กลยุทธ์ในการสอบและการเตรียมตัวสอบ

และจากงานวิจัยของ สุวิมล เคนสุนทร (2525) (นุชนาถ วรยศศรี.2547 : พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช,2547: และ พรศรี บรรณกุลโรจน์.2547) พบว่าพฤติกรรมการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และจากงานวิจัยของประณต คำภิม (2549) พบว่าแรงจูงใจทางการเรียนซึ่งเป็นตัวแปรหนึ่งในด้านพฤติกรรมการเรียนที่สามารถทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ Walton Paul. (1974 ) ได้กล่าวถึงนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการเรียนมีลักษณะดังต่อไปนี้ (อ้างถึงใน ฉันทนา กล่อมจิต.2543: 9)

1. มีเป้าหมายในการศึกษา
2. ระลึกอยู่เสมอว่าการศึกษาในมหาวิทยาลัยเป็น โอกาสเฉพาะสำหรับพัฒนาทางสติปัญญาและใช้โอกาสนี้ให้เกิดประโยชน์
3. มีทักษะการเรียนที่ดี
4. มีความพากเพียรพยายามเพื่อความสำเร็จ

จะเห็นได้ว่าทักษะการเรียนที่ดีมีคุณภาพจะส่งผลให้ประสบผลสำเร็จในการเรียน

จากผลการวิจัยที่ได้จากการสัมภาษณ์นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีและจากผู้ทรงคุณวุฒิทางการอุดมศึกษา มีความเห็นสอดคล้องกันว่าตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้นี้มี 13 ตัวบ่งชี้ สามารถอธิบายผลในแต่ละตัวบ่งชี้ได้ดังนี้

**ตัวบ่งชี้ที่ 1** การสร้างแรงจูงใจและทัศนคติที่ดีต่อการเรียนมี 8 แนวปฏิบัติที่ดี นักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จในการเรียนเห็นว่าแรงจูงใจและทัศนคติที่ดีต่อการเรียนจะส่งผลทำให้ตั้งใจเรียนและทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของสุริย์ ประกายจันทร์ (2532: 69-70) พบว่านิสัยทางการเรียนและทัศนคติทางการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการงาน และชัยยุทธ์ ทองทิพย์ (2537: บทคัดย่อ) ศึกษาแบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุขององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่าทัศนคติต่อวิชาชีพครูเป็นตัวแปรหนึ่งที่สามารถพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ดีที่สุด ส่วนแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นการทำให้มีความอยากที่จะเรียน ซึ่งเป็นสิ่ง

; พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช.2547) ที่พบว่าพฤติกรรมการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและตัวแปรด้านแรงจูงใจในการเรียนเป็นตัวแปรที่สำคัญในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

**ตัวบ่งชี้ที่ 2** การตั้งเป้าหมายต่อการเรียนมี 6 แนวปฏิบัติที่ดี เป้าหมายเป็นสิ่งที่เราต้องการบรรลุ และเป็นสิ่งที่ช่วยสร้างแรงจูงใจให้กับผู้เรียนเป็นสิ่งที่ช่วยทำให้พฤติกรรมการเรียนพัฒนาดีขึ้น ถ้าต้องการให้มีพัฒนาการทางวิชาการดีขึ้นโดยเรียนรู้ที่จะตั้งเป้าหมายในการเรียนเพื่อกระตุ้นให้พฤติกรรมการเรียนดีขึ้นจะเพิ่มโอกาสในการประสบผลสำเร็จมากขึ้น (Dianna L. Van Blerkom,2009: 32) ซึ่ง Blerkom (2009. 32-34) ได้กำหนดคุณลักษณะของเป้าหมายที่สำคัญ 7 ประการ เพื่อให้เกิดแรงจูงใจที่จะทำให้สำเร็จตามเป้าหมาย คือ

1. ผู้เรียนต้องเป็นผู้เลือกเป้าหมายเอง (Self – Chosen)
2. เป้าหมายนั้นควรอยู่ในระดับกลาง ๆ ไม่สูงหรือต่ำเกินไป (Moderately)
3. เป้าหมายนั้นต้องมีความเป็นไปได้ (Realistic) สามารถทำให้บรรลุได้
4. เป้าหมายที่ตั้งควรวัดได้ (Measurable) เพื่อบอกได้ว่าสามารถบรรลุผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้จริงหรือไม่
5. เป้าหมายควรมีความเฉพาะเจาะจง (Specific)
6. เป้าหมายควรกำหนดให้แน่นอนมีการจำกัดขอบเขตชัดเจน (Finite)
7. เป้าหมายควรเป็นเป้าหมายเชิงบวก (Positive)

เป้าหมายควรกำหนดทุกภาคการศึกษาและเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม และควรให้รางวัลกับตัวเองเมื่อสามารถทำได้ตามเป้าหมายที่วางไว้

**ตัวบ่งชี้ที่ 3** การจัดระบบการเรียน การวางแผนการเรียน และการบริหารเวลา มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี การวางแผนการเรียนและการบริหารเวลาหรือการแบ่งเวลาเรียนให้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพเป็นปัญหาที่สำคัญที่สุดที่ทำให้ผลการเรียนไม่ดี และเป็นสาเหตุอันดับต้น ๆ ของการออกกลางคัน จากงานวิจัยของวไลวรรณ ศรีเศษะวิวัฒน์ (2536,81-82) ได้ศึกษาปัญหาการเรียนของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษาชั้นปีที่ 1 กลุ่มภาคเหนือ พบว่านักศึกษามีปัญหาสูงสุดคือปัญหาที่นักศึกษาไม่รู้จักแบ่งเวลาเรียนใช้เวลาในทางที่ไม่เกิดประโยชน์ เข้าร่วมกิจกรรมมากเกินไปจนทำให้ผลการเรียนไม่ดี และผลงานวิจัยของสมหวัง พิธิยานุวัฒน์ (2552: 150) พบว่าสาเหตุของการออกกลางคันของนักศึกษามหาวิทยาลัย 5 แห่ง เกิดจากการแบ่งเวลาไม่เหมาะสมและไม่ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน เนื่องจากไม่ได้อุทิศเวลาให้กับการเรียน คือ ไม่ดูหนังสือ ไม่ทำการบ้าน ไม่เข้าห้องเรียน ขาดเรียน สอดคล้องกับยุดา รักไทย และณัฐพงศ์ เกศมาริช (2546: 18-25) เห็น

**ตัวบ่งชี้ที่ 4** การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียนมี 6 แนวปฏิบัติที่ดี ผลจากการเข้าห้องเรียนและไม่เข้าห้องเรียนนั้นต่างกันมาก ถ้ารู้จักวิธีเรียนในห้องเรียนอย่างถูกต้องเพราะสามารถได้ประโยชน์มากมายจากการเข้าห้องเรียน คือได้ความรู้ความเข้าใจดีกว่าการไปพยายามนั่งอ่านทำความเข้าใจตัวเอง ได้รู้เป็นนัย ๆ ว่าข้อสอบจะออกอะไรบ้าง ได้รับรู้ข้อมูลในแบบที่ต่างไปจากตำราที่มอมมอง แนวคิดใหม่ ๆ และตัวอย่างที่ยกประกอบดังนั้นการเตรียมตัวเข้าห้องเรียนต้องเตรียมความพร้อม 2 ด้าน คือ รู้จักผู้สอนและอ่านหนังสือล่วงหน้า (ยุดา รักไทย และณัฐพงศ์ เกศมาริช, 2546: 26-29)

**ตัวบ่งชี้ที่ 5** การเข้าชั้นเรียนมี 4 แนวปฏิบัติที่ดี การเข้าชั้นเรียนอย่างถูกวิธีจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพเต็มที่ (ยุดา รักไทย และณัฐพงศ์ เกศมาริช, 2546: 32-34) ได้เสนอหลายสิ่งหลายอย่างที่สามารถทำหรือหลีกเลี่ยงที่จะทำเพื่อให้การเข้าเรียนมีประสิทธิภาพเต็มที่ ได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัย 4 แนวปฏิบัติที่ดีที่ให้ความสำคัญกับการเข้าชั้นเรียน และการเลือกที่นั่งเรียน ซึ่งสามารถทำให้เกิดสมาธิในการเรียน หลีกเลี่ยงการคุยกันในระหว่างเรียน

**ตัวบ่งชี้ที่ 6** การสร้างสมาธิในการเรียนมี 3 แนวปฏิบัติที่ดี การมีสมาธิช่วยทำให้มีความเข้าใจและมีความจำดีขึ้น ถึงแม้การศึกษาในปัจจุบันไม่ได้เน้นความจำ แต่ถ้าเรียนแล้วไม่สามารถจำอะไรได้เลยก็ไม่เกิดประโยชน์ ความจำยังเป็นปัจจัยสำคัญในการเรียนอยู่แต่ผู้เรียนจะต้องเลือกจำและรู้วิธีจำซึ่งต้องอาศัยสมาธิในการเรียนเป็นสำคัญ (ปรีชา ช่างขวัญยืน, 2542: 70)

ในการสร้างสมาธิในการเรียนถึงแม้แนวปฏิบัติที่ดี 3 ข้อ จะช่วยสร้างสมาธิที่ดีในการเรียน แต่ Anne Biedley ได้แบ่งสมาธิออกเป็น 3 ระดับ (Dianna L. Van Blerkom, 2009: 145-146) ซึ่งจะมีผลต่อการเรียนรู้ คือ ระดับที่ 1 การมีสมาธิเพียงเล็กน้อย (Light Concentration) จะเกิดขึ้นหลังเริ่มต้นอ่านหนังสือหรือเริ่มเรียนประมาณ 5 นาที ซึ่งสมาธิระดับนี้มีสิ่งที่จะมาเบี่ยงเบนความสนใจ และทำให้สมาธิสูญสิ้นไปได้ง่ายมาก การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้น้อยมาก ระดับที่ 2 สมาธิระดับปานกลาง (Moderate Concentration) จะเกิดขึ้นใน 5 นาทีต่อมา ซึ่งสมาธิในการเรียนมีเพิ่มมากขึ้น การเรียนรู้เริ่มเกิดขึ้นสิ่งรบกวนต่าง ๆ จะมาเบี่ยงเบนสมาธิให้ลดลงได้ยากขึ้น ระดับที่ 3

eep

Concentration)

จิตใจจะจดจ่ออยู่กับสิ่งที่อ่านหรือได้ฟังในห้องเรียน ระยะเวลานี้จะกินเวลาประมาณ 40 นาทีเท่านั้นสมาธิจะลดลง ดังนั้นจึงมีการพักระหว่างเรียนประมาณ 10 นาที จึงจะเริ่มวงจรสมาธิใหม่ (Concentration Cycle) หรือการเรียนการสอนแต่ละคาบเวลาที่เหมาะสมคือ 50 นาทีเท่านั้น

การฝึกสมาธิให้ใจจดจ่ออยู่กับสิ่งหนึ่งสิ่งใดในช่วงเวลาหนึ่งสามารถฝึกให้เกิดขึ้นได้และมีผลทำให้มีความตั้งใจในการเรียนดีขึ้น ดังงานวิจัยของ โรจน์ สุวรรณฤทธิ์ และคณะ (2516: บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเกี่ยวกับการฝึกสมาธิช่วยการศึกษาเพียงใดกับนักศึกษาแพทย์ พบว่านักศึกษามีความตั้งใจเรียนมากขึ้น (62%) รักในการเรียนมากขึ้น (31%) การฝึกสมาธิมีประโยชน์กับการเรียน (65%) มีส่วนน้อย (6%) ที่เมื่อการเรียน เมื่อทดสอบเป็นรายบุคคลในวิชากายวิภาคศาสตร์ พบว่านักศึกษาที่ฝึกสมาธิเรียนดีขึ้นมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้ฝึกสมาธิ และพบว่านักศึกษาที่ฝึกสมาธิมีความจำและคล่องแคล่วในการทำงานดีกว่า ส่วนด้านจิตใจ ความหงุดหงิด จุนเจียว โกรธง่าย น้อยลง (85%) จิตสงบเบาสบาย (50%)

**ตัวบ่งชี้ที่ 7** การจดบันทึกจากการฟังคำบรรยายมี 6 แนวปฏิบัติที่ดี การจดบันทึกคำบรรยายช่วยให้ผู้เรียนจดจำสิ่งที่อาจารย์ผู้สอนบรรยายในห้องเรียนเนื่องจากผู้เรียนไม่สามารถจดจำคำบรรยายได้จนกระทั่งถึงวันสอบ และในหลาย ๆ วิชาจะพบว่าข้อสอบส่วนใหญ่มาจากคำบรรยายของผู้สอน (Dianna L. Van Blerkom, 2009: 117) และจากการวิจัยพบว่าผู้เรียนจะลืมคำบรรยายของผู้สอนประมาณ 50% ภายใน 24 ชั่วโมงหลังจากฟังบรรยาย และ 80% ภายใน 2 สัปดาห์ และจะลืมถึง 95% ภายใน 1 เดือน (H. Spitzer, 1939: 641-656) ดังนั้นผู้เรียนจึงจำเป็นต้องจดบันทึกคำบรรยายไว้สำหรับทบทวนในการสอบ

การจดบันทึกเริ่มจากการเป็นผู้ฟังที่ดี ซึ่งประกอบด้วยหลายขั้นตอนด้วยกันคือ (Dianna L. Van Blerkom, 2009: 120)

1. ตัดสินใจที่จะฟัง
2. รับข้อมูลสาระที่เป็นประโยชน์
3. ตั้งใจและมีสมาธิในการฟัง
4. คัดเลือกข้อมูลที่สำคัญและสอดคล้องกับเรื่องที่เรียน
5. แปลความหมายของข้อมูล
6. สรุปเฉพาะประเด็นที่สำคัญ
7. จัดระเบียบเนื้อหาเป็นลำดับขั้นตอนให้เป็นระบบ
8. จดบันทึก จะเห็นได้ว่าสอดคล้องกับแนวปฏิบัติที่ดีทั้ง 6 ข้อที่ได้จากการวิจัย

**ตัวบ่งชี้ที่ 8** ทักษะการอ่านตำราเรียนและบททบทวนบทเรียนมี 6 แนวปฏิบัติที่ดี การอ่านที่จะนำความสำเร็จในการเรียนมาให้คือ การอ่านที่มีเป้าหมาย อ่านอย่างมีการกำหนด จดจำ พินิจพิจารณา ไคร่ครวญ คือ อ่านไปคิดไป จับใจความให้ได้ (ชญารินทร์.2545: 9) ปัญหาที่ พบจากการอ่านคืออ่านไม่เป็น หมายถึง ขาดความเข้าใจในการอ่าน อ่านได้ช้า อ่านแล้วไม่เข้าใจ จับใจความสำคัญไม่ได้ Student Academic Resource Center ของ University of Central Florida ได้เสนอแนะวิธีที่ทำให้นักศึกษาอ่านหนังสือแล้วประสบผลสำเร็จในการเรียน คือ OK5R และ SQ3R (Dennis H Congos, University of Central Florida, on line)

**OK5R** คือ ระบบในการอ่านตำราเรียนแบ่งเป็น 3 ช่วง

1. ช่วงก่อนการอ่านให้อ่านแบบสำรวจ (Overview) ภาพรวมของหนังสือให้อ่านแบบ ผ่าน ๆ (Skimming) โดยอ่านชื่อบท หัวข้อใหญ่ หัวข้อรอง บทสรุป เพื่อพิจารณาว่าเนื้อหาที่จะ อ่านคืออะไร มีอะไรบ้าง

2. ในระหว่างการอ่าน ให้พิจารณาหาแนวคิดที่สำคัญ (Key Idea) ที่เป็นหัวใจสำคัญของ เรื่อง ให้อ่านอย่างตั้งใจ (Read) เพื่อตอบคำถามให้ได้ว่า ใคร อะไร อย่างไร ที่ไหน เมื่อไร และ ทำไม อะไรคือความสำคัญรอง ให้จดบันทึก (Record) ใจความสำคัญ ใจความรองหรือขีดเส้นใต้ สิ่งที่ ควรจำเพื่อเอาไว้ทบทวนในภายหลัง

3. ช่วงหลังการอ่าน ให้ท่องจำ (Recite) ใจความสำคัญหรือสิ่งที่ควรจำให้ได้ ที่ได้จด บันทึกไว้ การท่องจำโดยใช้ภาษาของตนเอง ตามความเข้าใจ ทำให้เปลี่ยนการจดจำในระยะสั้นเป็น การจดจำในระยะยาวได้ หลังจากนั้นให้อ่านบททบทวน (Review) 2-4 ครั้ง ต่อสัปดาห์ จะทำให้จดจำ สิ่งที่อ่านได้ในระยะยาว และให้บททบทวนนึกคิดไตร่ตรอง (Reflect) ว่าเท่าที่อ่านไปแล้ว จะขยาย ความคิดออกไปยังความรู้เดิมได้อย่างไร เปรียบเทียบกับความรู้อื่นๆ จัดระบบหรือวิเคราะห์ให้ละเอียด ลึกซึ้งมากขึ้นเป็นต้น ซึ่งจะก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์จากสิ่งที่ได้อ่านไป

สำหรับวิธีการอ่านหนังสือเบื้องต้น ที่ส่งผลทำให้การอ่านตำราเรียนมีประสิทธิภาพนำไปสู่ การอ่านที่สามารถจดจำได้ คือ SQ3R นั้นมีขั้นตอนที่สำคัญ 5 ขั้นตอน ด้วยกันซึ่งจะสอดคล้องกับ หลักของ OK4R คือการอ่านอย่างคร่าวๆเพื่อสำรวจ (Survey) การตั้งคำถาม (Question) ว่าใจความ สำคัญคืออะไร ตอบคำถาม ใคร อะไร ที่ไหน อย่างไร เมื่อไร และทำไม อ่านอย่างตั้งใจ (Read) โดย ละเอียดมากขึ้น ทำความเข้าใจเรื่องที่อ่าน หากคำตอบให้คำถามที่ตั้งไว้ในขั้นตอนที่ 2 จากนั้นมีการ ท่องจำ (Recite) และมีการทบทวน (Review) เพื่อเปลี่ยนความจำระยะสั้นให้เป็นความจำระยะยาว ต่อไป

**ตัวบ่งชี้ที่ 9** การทำการบ้านและการทำรายงาน มี 6 แนวปฏิบัติที่ดี การเรียนในระดับอุดมศึกษามักจะเน้นการศึกษาค้นคว้า โดยให้นักศึกษาไปค้นคว้าและเขียนเรียบเรียงตามหัวข้อที่มอบหมาย การเขียนรายงานจึงเป็นการแสดงความสามารถของผู้เรียนในเรื่องการรวบรวมเนื้อหา การตีความหมายสิ่งที่ได้อ่าน และการเขียนรายงานเพื่อสื่อความหมายให้ผู้อ่านได้เข้าใจตามจุดมุ่งหมายนั้น (อุทุมพร จามรมาน.2538: 38) นอกจากนั้นการทำการบ้านและการทำรายงานยังต้องใช้ทักษะในการบริหารเวลา การศึกษาค้นคว้าข้อมูลต่างๆด้วยตนเอง ความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย เพื่อส่งให้ทันเวลาที่กำหนด จึงต้องมีแนวปฏิบัติที่ดีในการทำการบ้านและการทำรายงาน

**ตัวบ่งชี้ที่ 10** การศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเอง มี 5 แนวปฏิบัติที่ดี นักศึกษาระดับอุดมศึกษาในปัจจุบันอยู่ในยุคของ “Net” Generation ซึ่งมีคุณลักษณะและความคาดหวังต่อการเรียนที่แตกต่างจากเดิม ตัวอย่างเช่น ผู้เรียนในยุค “Net” Generation มีความชอบและคาดหวังต่อการเรียนการสอนในลักษณะที่อยู่ในรูปสื่อ Digital การได้รับประสบการณ์ตรง (Experiential) และการมีปฏิสัมพันธ์ (interactive) มากขึ้น ดังนั้นการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษา ควรเน้นให้นักศึกษาศึกษาเรียนรู้ และค้นคว้าข้อมูลด้วยตนเอง โดยใช้เทคโนโลยีการศึกษาเข้ามาช่วย ซึ่งจะช่วยสร้างแรงจูงใจในการเรียนให้ผู้เรียนมากขึ้น (Megan M. Palmer. 2009: 7) ดังนั้น การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองของนักศึกษาจึงมีความสำคัญมากในยุคนี้ ทั้งในเรื่องการสืบค้นข้อมูลจากหนังสือต่าง ๆ ในห้องสมุด การค้นคว้าข้อมูลทาง internet การเรียนรู้ด้วยตนเองจากสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นวิทยุ โทรทัศน์ คอมพิวเตอร์ โปรแกรมสำเร็จรูปต่าง ๆ เป็นต้น

**ตัวบ่งชี้ที่ 11** การเตรียมตัวสอบมี 8 แนวปฏิบัติที่ดี การทำข้อสอบจะได้ผลดีอยู่ที่การเตรียมตัวสอบอย่างดี และรู้จักเทคนิคในการสอบ (เศียรเสวด.2537: 90-91) การเตรียมตัวสอบที่ดีควรเริ่มตั้งแต่เริ่มเรียนใหม่ ๆ ในชั้นเทอม มีตารางเวลาสำหรับการทบทวนแต่ละวิชา สอบถามรายละเอียดและเงื่อนไขในการสอบจากอาจารย์ผู้สอน ทบทวนเนื้อหาวิชาที่จะต้องสอบอย่างสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงการที่ต้องคร่ำเคร่งกับการสอบในช่วงสุดท้าย และอย่าวิตกกังวลกับการสอบมากเกินไป ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยในแนวปฏิบัติที่ดีในการเตรียมตัวสอบทั้ง 8 ข้อ

**ตัวบ่งชี้ที่ 12** การทำข้อสอบมี 6 แนวปฏิบัติที่ดี การทำข้อสอบให้ได้คะแนนมาก ๆ ไม่เพียงแต่มีการเตรียมตัวสอบที่ดีเพียงอย่างเดียว แต่ต้องรู้จักเทคนิควิธีในการสอบด้วยว่า ในช่วงของการสอบต้องปฏิบัติตัวอย่างไร และรู้วิธีในการทำข้อสอบทั้งปรนัยและอัตนัย Student Success Center, Division of Student Development Service ของมหาวิทยาลัย Central Florida ได้เสนอ

แนวปฏิบัติในการสอบเพื่อช่วยให้นักศึกษาสามารถทำข้อสอบให้ได้คะแนนดี คือ (Dennis A. Congos, University of Central Florida : online)

1. ขั้นแรกต้องเตรียมเนื้อหาวิชาให้พร้อมสำหรับการสอบ โดยใช้เทคนิคการทดสอบตนเอง (self-testing) จากเนื้อหาที่เป็นใจความสำคัญ แล้วทดลองคาดเดาข้อสอบด้วยตนเอง และทดลองทำข้อสอบด้วยตนเอง

2. ขั้นตอนที่ต่อไป คือ การนอนหลับพักผ่อนให้เต็มอิ่มในคืนก่อนวันสอบ และรับประทานอาหารที่ช่วยทำให้สมาธิและความจำดีก่อนสอบ เช่น หลีกเลี่ยงอาหารไขมันสูงและอาหารที่มีน้ำตาลสูง เพราะต้องใช้พลังงานในการย่อยมากทำให้พลังงานที่จะไปช่วยการทำงานของสมองลดลง อาหารไขมันสูงทำให้ง่วงนอนและสมาธิลดลง อาหารน้ำตาลสูงทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นอย่างรวดเร็วทำให้ความจำลดลง นักศึกษาบางคนค้นพบว่า ถ้ารับประทานแอปเปิ้ล 1 ผล ก่อนสอบ 30-60 นาที จะทำให้ความจำดีขึ้น

3. ให้ออกกำลังกายหรือวิ่งอย่างแรงหรือยัดเยียด (Cramming) เพราะจะทำให้เครียดและไม่สามารถจดจำได้ เพราะการอ่านหนังสือแบบเร่งรีบหรือยัดเยียดจะจำได้ในเวลาสั้น ๆ เท่านั้น

4. อย่าวิตกกังวลหรือกลัวการสอบ เพราะความเครียดจะทำให้ไม่มีสมาธิและความสามารถในการจดจำลดลง ให้ระลึกเสมอว่าเรามีความรู้เพียงพอที่จะสอบ

5. ไปถึงสถานที่สอบก่อนเวลามาก ๆ เพื่อหาที่นั่งสอบ เตรียมอุปกรณ์การสอบให้พร้อมลดความตื่นเต้นในการสอบ เพราะเมื่อไปสายจะทำให้เกิดความตื่นเต้นซึ่งจะทำให้สมาธิและการจดจำลดลง

6. เมื่อเริ่มลงมือสอบ ให้อ่านข้อสอบอย่างคร่าวๆ (Skimming) ทั้งหมด และอ่านคำสั่งอย่างรอบคอบ และให้ทำตามคำสั่งและตอบคำถามในประเด็นที่ถามให้ครบถ้วน

7. ก่อนทำข้อสอบแต่ละข้อให้อ่านคำถามและตีความคำถามให้ถูกต้องมองหาคำคุณแ (Keywords) ที่ไขคำตอบในแต่ละคำถาม เช่น ให้อธิบาย ให้เปรียบเทียบ ให้ประเมิน ให้อยกตัวอย่าง เป็นต้น

8. ให้ทำข้อสอบที่แน่ใจว่าทำได้ก่อน

9. ในการทำข้อสอบปรนัย ให้เลือกคำตอบที่ถูกที่สุด ถ้าเห็นว่ามีคำตอบที่ถูกหลายข้อ ให้มองหาคำที่มักจะชี้ให้เห็นว่าเป็นคำตอบที่ผิด เช่น ไม่เคย, เสมอๆ, ทั้งหมด เป็นต้น ถ้าหากต้องเดา ให้เลือกเดาข้อที่คิดว่าใช่แล้วอย่าเปลี่ยนกลับไปกลับมา จะเปลี่ยนก็ต่อเมื่อแน่ใจว่าไม่ถูกจริงๆ



**ตัวบ่งชี้ที่ 13** กลยุทธ์การเรียนรู้ที่ทำให้ประสบความสำเร็จ เป็นข้อสรุปหรือเป็นความคิดเห็นเพิ่มเติมจากนักศึกษาที่มีผลการเรียนดี ที่คิดว่าส่งผลทำให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี นอกเหนือจากทักษะการเรียนรู้ที่ดีตามตัวบ่งชี้ 12 ตัวบ่งชี้ข้างต้น ซึ่งจากการสัมภาษณ์และประชุมกลุ่มย่อย (Focus - group) นักศึกษาได้ให้ความคิดเห็นเพิ่มเติม 8 ประเด็น ซึ่งส่วนใหญ่สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Dianna L.Van Blerkom (2009: 2-5) ที่นักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่ประสบความสำเร็จในการเรียนให้ทัศนะว่า พวกเขามีการเรียนอย่างเป็นระบบ เป็นผู้เรียนที่มีกลยุทธ์ (strategic learners) คือ มีการวางแผน (Plan) มีการทำตามแผนที่วางไว้ (monitor) และมีการประเมินผลวิธีการเรียนของตนเอง (evaluate) พวกเขาเป็นผู้ที่มีวินัยในการเรียน (self-regulated learners) มีความรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง (independent learners) ซึ่งจากผลการวิจัย นักศึกษาไทยที่ประสบความสำเร็จในการเรียน จะมีการวางแผนในการเรียน และดำเนินตามแผนที่วางไว้ มีความรับผิดชอบ มีวินัยในตนเอง แต่นักศึกษาไทยไม่มีการประเมินผลวิธีการเรียนของตนเอง เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

**ข้อเสนอแนะ** ในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากการวิจัยจะได้ตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา และแนวปฏิบัติที่ดี เพื่อนำนักศึกษาระดับอุดมศึกษาได้นำไปใช้ในการปรับพฤติกรรมการเรียนรู้และทักษะการเรียนรู้ให้มีคุณภาพมากขึ้น
2. ตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ และแนวปฏิบัติที่ดี สามารถนำไปใช้ในการประกันคุณภาพการเรียนรู้ของนักศึกษา คือใช้ในการพัฒนาคุณภาพการเรียนรู้ ตรวจสอบพฤติกรรมเรียนรู้ และประเมินพฤติกรรมเรียนรู้ของนักศึกษาเพื่อนำมาใช้ปรับปรุงวิธีการเรียนรู้ให้ดีขึ้น
3. ตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาและแนวปฏิบัติที่ดี สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาแนะนำนักศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียน หรือผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่ดี เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมเรียนรู้ดีขึ้น ส่งผลให้ประสบความสำเร็จในการเรียน และลดปัญหาการออกกลางคันของนักศึกษา (Drop - out)
4. ผลการวิจัยทำให้ได้ข้อความรู้ในการนำไปสอนนักศึกษา หรือแนะนำนักศึกษาในชั้นปีที่ 1 ในการปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่ หรือวิชาที่ว่าด้วยทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา เป็นการเตรียมความพร้อมด้านการเรียนและสอนเทคนิควิธีการเรียนรู้ที่มีคุณภาพให้กับนักศึกษา
5. เป็นข้อมูลให้กับผู้บริหารมหาวิทยาลัย และผู้สอน ได้พัฒนาการจัดการเรียนการสอน การจัดหาทรัพยากรสนับสนุนการเรียนรู้ของนักศึกษาให้เหมาะสมกับกระบวนการเรียนรู้ของนักศึกษามากยิ่งขึ้น

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

1. ควรทำวิจัยเชิงทดลองเพื่อศึกษาว่าตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้และแนวปฏิบัติที่ดีนั้น หากมีการนำไปปฏิบัติจริง จะทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้นจริงหรือไม่ และมีแนวปฏิบัติที่ดี แตกต่างจากที่พบจากการวิจัยนี้หรือไม่

2. ควรมีการศึกษาในระยะยาว (Longitudinal Study) กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีทักษะ การเรียนตามตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดี และติดตามผลการเรียนจนจบการศึกษา เปรียบเทียบกับ ผู้เรียนที่ไม่มีพฤติกรรมกรเรียนตามตัวบ่งชี้และแนวปฏิบัติที่ดี



## บรรณานุกรม

- กิ่งกาญจน์ ปานทอง. (2545) ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนของนักศึกษาตามโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำ(กศ.บป.) คณะวิทยาการจัดการโปรแกรมวิชานิติศาสตร์ สถาบันราชภัฏพระนคร กรุงเทพมหานคร. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร. เอกสารอัดสำเนา.
- คณาจารย์โครงการแนะแนว โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (2537) หลักสูตรและแผนการสอนกิจกรรมแนะแนว ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. กรุงเทพมหานคร : สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ.
- ฉัตรปวีณ์ จรัสวราวัฒน์. (2550) การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.
- ฉันทนา กล่อมจิตและคณะ (2543) การสร้างแบบสำรวจลักษณะนิสัยการเรียน นักศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น. : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ชญานินทร์. (2545) ศิลปะการอ่านหนังสือให้เก่ง. กรุงเทพมหานคร : ห.จ.ก. เอ็ม เทรดิง.
- ชัยยุทธ ทองทิพย์. (2537) แบบจำลองความสัมพันธ์เชิงสาเหตุขององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการมัธยมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (ศึกษาศาสตร์). ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ชัยวัฒน์ แสงศรี. (2538) ทศนคติต่อการปฏิบัติงานในฐานะเลขานุการคณะทำงานสนับสนุนการปฏิบัติการพัฒนาชนบทระดับตำบล(คปต.) ของพัฒนาการจังหวัดเลย. วิทยานิพนธ์ พบ.ม. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพมหานคร : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. เอกสารอัดสำเนา.
- ทิพวรรณ กมลพัฒนานนท์. (2543) การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ. (2541) ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมต้นสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี. ปรินูญานิพนธ์การศึกษา มหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นงลักษณ์ วิรัชชัยและสุวิมล ว่องวานิช. (2542) การวิเคราะห์การจัดอันดับ มหาวิทยาลัยในเอเชีย. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักงานกฤษฎมนตรี.

- ประณต คำนิม. (2549) ปัจจัยด้านพฤติกรรมการเรียนและสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประธาน วัฒนาณิชย์. (2529) (บรรณาธิการ) เรื่องไม่ยากถ้าอยากเรียนเก่ง. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ประกายพริก.
- ประสิทธิ์ ชาญศิริ. (2533) การศึกษาความวิตกกังวลในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในจังหวัดมหาสารคาม. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. เอกสารอัดสำเนา.
- ปริศนา ใจบุญ. (2545) รูปแบบและวิธีการเรียนรู้ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ปรีชา ช่างขวัญขึ้น. (2542) เรียนดี เรียนเก่ง (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร : บริษัทต้นไทร การพิมพ์จำกัด.
- พ่องพรรณ เกิดพิทักษ์และคมเพชร นัตรสกุล. (2543) ยุทธวิธีการเรียนและการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช. (2547) ปัจจัยด้านพฤติกรรมการเรียนที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พรศรี บรรณกุลโรจน์. (2547) ปัจจัยด้านพฤติกรรมการเรียนที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนลาดปลาเค้าพิทยาคม. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิกุล สีหาพงษ์. (2545) รายงานการวิจัยเรื่องวิธีการเรียนของนักเรียนเรียนดี และวิธีการสอนของครูสอนดี ระดับประถมศึกษา. กรุงเทพมหานคร : กรมวิชาการ.
- ขรรขง ผิวอ่อน. (2535) ผลของการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. เอกสารอัดสำเนา.
- ยุดา รักไทย และณัฐพงศ์ เกศมาริช. (2546) คู่มือคนเก่งเรียน (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร : ชรรคมลการพิมพ์.

- ราชบัณฑิตสถาน. (2525) **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.
- โรจน์ สุวรรณสุทธิและคณะ. (2516) **รายงานการประชุมสมัชชาช่วยในการศึกษาเพียงใด ปี 25**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ราชภัฏ.
- วลีวรรณ ศรีเดชวิวัฒน์. (2536) **ปัญหาของนักศึกษาอาชีวศึกษา กลุ่มภาคเหนือ**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต (การบริหารการศึกษา) กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. เอกสารอัดสำเนา.
- ว่าที่ ร้อยตรีสิงห์ ไทวงศ์. (2544) **ผลการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรมต่อยุทธวิธีการเขียนและระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาที่มีสถานภาพอาชีพ**. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. เอกสารอัดสำเนา.
- วิชชุดา เตียวกุล. (2529) **ผลการใช้กิจกรรมแนะแนวกลุ่มต่อนิสัยในการเรียนและทัศนคติทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. เอกสารอัดสำเนา.
- วิทยา ศรีพิมพ์มาตย์ (2532) **ทัศนะของนักศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่นที่สอบได้และสอบตกซ้ำชั้นต่อองค์ประกอบที่มีผลต่อการเรียนการสอน**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. เอกสารอัดสำเนา.
- ศรีระพร จันทโนทก . (2538) **การศึกษาปัญหาของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยในกรุงเทพ**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. เอกสารอัดสำเนา.
- ศิริชัย กาญจนวาสี. (2536) **ทฤษฎีการประเมิน**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์
- เสียรเสวต. (2537) **เรียนให้แก่นั่นไม่ยาก หากรู้วิธี (พิมพ์ครั้งที่ 5)**. กรุงเทพมหานคร : ลายอักษร.
- สุกัญญา สามปรุ. (2539) **องค์ประกอบด้านจิตวิทยาที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดนครราชสีมา**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). ขอนแก่น : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสิทธิ์. (2539) **ตัวบ่งชี้การปฏิบัติงานที่เหมาะสมสำหรับการตรวจสอบผลการปฏิบัติงานโครงการและแผนงาน**. ข่าวการวิจัยการศึกษา. 19(6) : 3-11

- สุริย์ ประกายจันทร์. (2532) ความสัมพันธ์ระหว่างนิสัยของการเรียน ทักษะคติทางการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในกลุ่มวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาลเมืองอุตรดิตถ์ จังหวัดอุตรดิตถ์. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (ศึกษาศาสตร์-การสอน). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุวิมล เต็นสุนทร. (2525) ตัวแปรด้านจิตวิทยาที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- โสภา ชูพิกุลชัย. (2528) ความรู้เบื้องต้นทางจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สุตราไพศาล.
- อดุลย์ วิริยะเวชกุล. (2537) “เอกสารประกอบการประชุมการประกันคุณภาพทางวิชาการ โครงการพัฒนาโครงสร้างและระบบ” ในรายงานการประชุมวิชาการประจำปี 2537 เรื่องการประกันคุณภาพทางวิชาการ : หลักการ แนวคิดและวิธีปฏิบัติ. หน้า 94-119 กรุงเทพมหานคร : ทบวงมหาวิทยาลัย.
- อัญญวรรณ เมธีสถาพร. (2544) การพัฒนาดัชนีชี้วัดคุณภาพการศึกษาระบบพยาบาลอนามัยชุมชนของหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุขเขตภาคเหนือ. ปริญญานิพนธ์ กศ.ด. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อุดม ทิพย์พงศ์ธร. (2539) ผลของการศึกษาอานาปานสติสมาธิที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 : กรณีศึกษาโรงเรียนบ้านดอนเข้ว้า. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). ขอนแก่น : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. เอกสารอัดสำเนา.
- อุทุมพร จามรมาน. (2538) เทคนิคการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ. กรุงเทพมหานคร : ห.จ.ก. ฟีนนี่พับบลิชชิง.
- อุทุมพร จามรมาน. (2540) การจัดอันดับมหาวิทยาลัยกับการประกันคุณภาพการศึกษา. จุฬาลงกรณ์วารสาร. 10(37) : 97-129 กรกฎาคม 2540.
- Dennis H. Congos. (2009) **Study Skills and Learning Strategies. Learning Skills Handout.** Student Success Center. The United States of America: The University of Central Florida
- Desiderato and Koskinen. (1969, March) **Anxiety, Study Habits and Academic Achievement.** Journal of Counseling Psychology. 16(22) : 162
- Diana L. Van Blerkom. (2009) **College Study Skills: Becoming a Strategic Learner.** 6<sup>TH</sup> ed. The United State of America : Wadsworth Cengage Learning.
- Jearakul, Praphon. (1976) **A Study of Some Factors Associated with Academic Performance**

**of Tenth-Graders in Provincial High School of Northeastern Thailand.** The University of Colorado.

Megan M Palmer. (2009) Quality Learning for the “Net” Generation. **Proceedings of the Quality Learning for the Net Generation: July 16-17.** Bangkok: Commission of Higher Education.

Ray, Eary Connie. (1998,January) **An Examination of The Effects of Selected Strategic Learning Variables on Trainees Performance in An Army NCO Academy.** 58(04) : 2491

Rycroft Charles. (1987) **Anxiety and Neurosis Harmonds Worth** : Penguin Books.

Spitzer , H. (1939) Studies in Retention. **Journal of Educational Psychology** 30 : 641-656

Spielberger ,C.D.Gonzalez,H.P.&Fletcher.T. (1979) **Test Anxiety Reduction, Learning Strategic and Academic Performance.** In C.D. Spielberger & O’Neil (EDs.) Cognitive and Affective Learning Strategies, New York : Academic Press.

Student Services Department, VUT. (1995) **Study Skills Workshop Worksheets No.1-10.** Victoria University of Technology, Australia.

Weinstein and Mayer. (1986) The Teaching of Learning Strategies. **Handbook of Research on Teaching.** New York: Macmillan.

Weinstein and Palmer. (2002) **Learning and Study Strategies Inventory (LASSI).** 2<sup>nd</sup> ed. Texas: H and H publishing Company.

## ภาคผนวก

- ก. แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมหรือทักษะการเรียนของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี  
แบบสัมภาษณ์พฤติกรรม/ทักษะการเรียนของนักศึกษา
- ข. แบบสอบถาม





**ภาคผนวกที่ 1 : แบบสัมภาษณ์พฤติกรรม หรือทักษะการเรียนของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี**  
**แบบสัมภาษณ์พฤติกรรม / ทักษะการเรียนของนักศึกษา**

ชื่อ ..... คณะ ..... สาขาวิชา ..... GPA .....

1. ผลการเรียน ม.6 เฉลี่ย ..... จากโรงเรียน ..... จังหวัด.....
2. ภูมิลำเนาครอบครัว .....
3. ที่พัก ระยะทาง ..... เดินทางโดย..... อาศัยร่วมกับ.... (ครอบครัว /ญาติ / หอพัก)
4. วิธีการเข้าศึกษากับมหาวิทยาลัย โดย ..... (สอบตรง / แอดมิชชั่น)
5. ค่าใช้จ่ายโดยเฉลี่ยต่อเดือน ..... บาท

**คำถาม**

**การปฏิบัติตัวระหว่างเรียน ได้แก่ การเข้าชั้นเรียน การจดคำบรรยาย พฤติกรรมการเรียนในห้องเรียน**

1. การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าเรียนอย่างไรบ้าง
2. การเข้าชั้นเรียนสม่ำเสมอ ..... ทันเวลา ..... การเลือกที่นั่ง ..... หรือไม่ ..... อย่างไร.....
3. การจดคำบรรยายมีวิธีการอย่างไร ..... รูปแบบการจด ..... มีการอัดเทปคำบรรยายหรือไม่ .....
4. การซักถามอาจารย์ .....
5. แรงจูงใจในการเรียน
  - 5.1 มีอะไรเป็นแรงจูงใจให้เลือกรเรียนสาขานี้ .....
  - 5.2 มีความคาดหวังต่อการเรียนอย่างไร .....
  - 5.3 มีการตั้งเป้าหมายต่อผลการเรียนหรือไม่ ..... อย่างไร..... เป็นไปตามที่ตั้งเป้าไว้หรือไม่ .....

**การทบทวนการเรียน การอ่านหนังสือ วิธีการทบทวนการเรียน**

1. มีวิธีการทบทวนบทเรียนอย่างไร.....
2. มีการติวกับอาจารย์ / เพื่อน เพิ่มเติมหรือไม่ ติวกับอาจารย์อย่างไร..... เพื่อน ทำอย่างไร .....
3. วิธีการอ่านหนังสือให้จำได้ดีมีวิธีการ / เทคนิค อย่างไร .....
4. สถานที่อ่านหนังสือ..... ช่วงเวลาที่อ่าน ..... ความถี่ของการอ่าน .....

**การทำการบ้าน / รายงาน มีการวางแผนการทำอย่างไร**

1. การทำการบ้าน / รายงาน มีการวางแผนการทำอย่างไร .....
2. แหล่งค้นคว้าหาข้อมูลเพิ่มเติมพูนความรู้จากแหล่งใด ..... บ่อยแค่ไหน .....

**การวางแผนการสอบ การบริหารการสอบ การทำข้อสอบอัตนัย / ปรนัย**

- |   |
|---|
| 1. มีการวางแผนการอ่านหนังสือสอบหรือไม่ ..... อย่างไร ..... เป็นไปตามแผนที่วางไว้หรือไม่ ..... |
| 2. มีเทคนิคการทำข้อสอบหรือไม่ ..... ข้อสอบอัตนัยใช้วิธี ..... ข้อสอบปรนัยใช้วิธี.....         |

คำถาม
-------

การจัดระบบการเรียน การวางแผน การปฏิบัติตามแผน การบริหารเวลา การจัดสภาพแวดล้อมทางการเรียน

- |  |
|--|
| 1. จัดแบ่งเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตรหรือไม่.....มากน้อยเพียงใด.....   |
| 2. มีการวางแผนการเรียนหรือไม่.....อย่างไร.....   |
| 3. ปฏิบัติตามแผนการเรียนที่วางไว้ได้หรือไม่.....   |
| 4. สภาพแวดล้อมในการเรียนที่ช่วยให้เรียนได้ดี ที่ที่ชอบ สภาพห้องเรียน.....ขนาดของกลุ่ม.....บรรยากาศการเรียนในห้อง.....อากาศในห้อง.....สื่อการสอน..... |
| 5. สภาพแวดล้อมนอกห้องเรียนที่ช่วยให้เรียนได้ดีที่ไหน.....ใช้บริการห้องสมุดหรือไม่ / บ่อยแค่ไหน.....  |

ข้อเสนอแนะ ในการเรียนในมหาวิทยาลัยให้ประสบความสำเร็จ
--

ข้อเสนอแนะ ต่อมหาวิทยาลัยเพื่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพนักศึกษาในด้านการเรียนการสอน
---

## ภาคผนวกที่ 2 : แบบสอบถาม

### แบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

#### เรื่อง การพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ระดับอุดมศึกษา

#### คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามสำหรับการวิจัย เรื่อง การพัฒนาตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษา ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษาและวงการศึกษาที่จะนำไปใช้ในการบริหารการศึกษาและการจัดการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยรวบรวมความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ โดยดูความเหมาะสมของตัวบ่งชี้คุณภาพและแนวปฏิบัติที่ดีที่สังเคราะห์ขึ้นจากการสัมภาษณ์นักศึกษาที่มีผลการเรียนดี

ตัวบ่งชี้ทักษะการเรียนรู้ระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ประกอบด้วย 6 ด้าน ดังนี้

1. การปฏิบัติตัวระหว่างเรียน ได้แก่ แรงจูงใจและทัศนคติต่อการเรียน การตั้งเป้าหมายต่อการเรียน การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน การเข้าชั้นเรียน การจดบันทึกและฟังคำบรรยาย พฤติกรรมการเรียน วิธีการสอนที่นักศึกษาชอบ
2. การทบทวนการเรียน ได้แก่ การทบทวน วิธีการอ่านหนังสือ ช่วงเวลาความถี่ในการอ่านหนังสือ สถานที่ที่อ่านหนังสือ
3. การทำการบ้าน / การทำรายงาน และแหล่งค้นคว้าหาข้อมูลเพิ่มเติมความรู้
4. การวางแผนการสอบ ได้แก่ วิธีอ่านหนังสือเตรียมสอบ แผนการอ่าน การทำข้อสอบอัตนัย / ประนัย
5. การจัดระบบการเรียน ได้แก่ การวางแผนการเรียน การบริหารเวลา การจัดสภาพแวดล้อมทางการเรียน
6. สิ่งสำคัญที่คิดว่าทำให้การเรียนในมหาวิทยาลัยประสบผลสำเร็จ

แบบสอบถามฉบับนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนบุคคลของผู้เชี่ยวชาญ

ตอนที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ที่สมควรนำมากำหนด

เป็นแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ของทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษา  
ระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี

**ตอนที่ 1**

ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพส่วนบุคคลของผู้เชี่ยวชาญ

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับข้อมูลของท่าน

1. เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง
2. ประสบการณ์การจัดการเรียนการสอนในสถาบันอุดมศึกษา
- ( ) 1 – 5 ปี ( ) 6 – 10 ปี
- ( ) 11 – 15 ปี ( ) 16 – 20 ปี
- ( ) มากกว่า 20 ปี

**ตอนที่ 2**

ข้อความเกี่ยวกับตัวบ่งชี้คุณภาพทักษะการเรียนรู้ที่สมควรนำมากำหนดเป็น  
แนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่ส่งผลให้เกิด  
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็น โดยผู้วิจัยกำหนดค่าน้ำหนักคะแนน ดังนี้

- 5 หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นควรกำหนดเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพ  
และ แนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษา  
ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ในระดับมากที่สุด
- 4 หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นควรกำหนดเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพและ  
แนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษาที่ส่งผลให้  
เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ในระดับมาก
- 3 หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นควรกำหนดเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพและ  
แนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษาที่ส่งผลให้  
ให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ในระดับปานกลาง
- 2 หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นควรกำหนดเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพและ  
แนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษาที่ส่งผลให้  
เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ในระดับน้อย
- 1 หมายถึง ท่านเห็นว่าข้อความนั้นควรกำหนดเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพและ  
แนวปฏิบัติที่ดีของทักษะการเรียนรู้ของนักศึกษาที่ส่งผลให้  
เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี ในระดับน้อยที่สุด

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น					เหตุผลประกอบ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	
<b>1. แรงจูงใจและทัศนคติต่อการเรียน</b>						
1.1 การเลือกเรียนในสาขาวิชาที่ตนชอบและสนใจ						
1.2 เลือกเรียนในสาขาวิชาที่ครอบครัวสนับสนุน						
1.3 เลือกเรียนในสาขาวิชาที่หางานง่าย สามารถทำงาน ได้หลายอาชีพ						
1.4 เลือกเรียนสาขาวิชาที่เป็นธุรกิจของครอบครัว						
1.5 เลือกเรียนในสาขาวิชาที่คิดว่ามั่นคงและ มีความก้าวหน้าในอาชีพ						
1.6 เลือกเรียนในสาขาวิชาที่ตนฝึ้นมาตั้งแต่เด็ก						
<b>2. การตั้งเป้าหมายต่อการเรียน</b>						
2.1 ตั้งเป้าหมายให้ได้คะแนนดีและเกรด A หรือ B ทุกวิชา						
2.2 ตั้งเป้าหมายว่าจะต้องทำให้ดีที่สุด						
2.3 ตั้งเป้าหมายว่าจะเรียนให้จบภายในเวลาที่กำหนด ในหลักสูตร						
2.4 ตั้งเป้าหมายว่าเมื่อเรียนต้องให้ได้ทำงานที่ดี						

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น					เหตุผลประกอบ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	
2.5 ตั้งเป้าหมายว่าจะต้องได้เกียรตินิยม						
2.6 ตั้งเป้าหมายว่าเรียนให้ได้ความรู้และไปทำงานได้จริง และไปประกอบอาชีพได้ดี						
2.7 ไม่คาดหวังหรือตั้งเป้าหมาย แต่ตั้งใจเรียนให้เต็มที่ เพื่อไม่กดดันตนเอง						
<b>3. ความเชื่อมั่นทางการเรียน</b>						
3.1 มีความเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะเรียนให้ได้ดีได้						
3.2 มีความเชื่อว่าตนสามารถควบคุมและดูแลตนเองให้ เรียนให้ได้						
<b>4. การเตรียมตัวเข้าชั้นเรียน</b>						
4.1 อ่านบทเรียนล่วงหน้าก่อนเข้าชั้นเรียน						
4.2 อ่านทบทวนบทเรียนที่เรียนมาแล้ว เพื่อเตรียมตัวให้ พร้อมต่อการเรียนครั้งใหม่						
4.3 เตรียมเอกสารและอุปกรณ์เกี่ยวกับการเรียนให้พร้อม ทุกครั้ง						
4.4 อ่านประมวลการสอนเพื่อให้ทราบหัวข้อที่จะเรียน ล่วงหน้า						
4.5 เข้าเรียนก่อนเวลาเพื่อเตรียมตัวให้พร้อมก่อน อาจารย์สอน						
4.6 อ่านบทเรียนที่จะเรียนล่วงหน้าผ่านๆ						
ไม่มีการเตรียมตัว เพียงแต่ต้องตั้งใจเรียนในชั้นเรียน						

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น					เหตุผลประกอบ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	
<b>5. การเข้าชั้นเรียน</b>						
5.1 เข้าชั้นเรียนสม่ำเสมอ มีขาดเรียนบ้างเท่าที่จำเป็น						
5.2 เข้าชั้นเรียนทันเวลาหรือตรงเวลาเป็นส่วนใหญ่						
5.3 มาก่อน 5 – 10 นาที ก่อนเรียน						
5.4 เลือกที่นั่งเรียนแถวหน้าทุกครั้ง						
5.5 เลือกที่นั่งกลางห้อง สามารถมองเห็นอาจารย์และ จอภาพชัดเจน						
5.6 เลือกนั่งในกลุ่มเพื่อนที่ตั้งใจเรียน						
<b>6. พฤติกรรมการเรียน</b>						
6.1 ตั้งใจฟัง จดบันทึก หากไม่เข้าใจจะถามอาจารย์ทันที ในชั้นเรียน						
6.2 ตั้งใจเรียน จดบันทึก ซักถามอาจารย์ในเรื่องที่ ไม่เข้าใจหลังเรียนเสร็จ						
6.3 รวบรวมสมาธิ ไม่ใจลอย ไม่วอกแวกในขณะที่เรียน						
<b>7. การจดบันทึกจากการฟังคำบรรยาย</b>						
7.1 จดหัวข้อเรื่องที่ฟัง ชื่อผู้บรรยาย และวัน – เวลา เพื่อ ลำดับเรื่องได้ถูก						
7.2 จดบันทึกเฉพาะส่วนที่สำคัญ หรือประเด็นที่อาจารย์ เน้น						
7.3 จดตามความเข้าใจ โดยใช้ภาษาของตนเองให้ เข้าใจง่าย						

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น					เหตุผลประกอบ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	
7.4 หากอาจารย์บรรยายตามเอกสารที่แจกให้ ใช้ปากกาเน้นข้อความที่สำคัญหรือประเด็นที่อาจารย์เน้นเป็นพิเศษ						
7.5 หากเป็นอาจารย์พิเศษหรือวิทยากรภายนอก จะจดคำบรรยายพร้อมอัดเทปเพื่อนำมาทำความเข้าใจอีกครั้ง หากสงสัยหรือไม่มีโอกาสซักถาม						
<b>8. การทบทวนบทเรียน</b>						
8.1 อ่านทบทวนวิชาที่เรียนมาทุกวัน ทำให้ไม่ต้องอ่านหนักเมื่อใกล้สอบ						
8.2 อ่านทบทวนทุกวิชาที่เรียนมา โดยเน้นส่วนที่สำคัญ หรือส่วนที่ไม่เข้าใจซึ่งใช้ปากกาเน้นข้อความระบายไว้						
8.3 อ่านทบทวนทุกวิชาที่เรียนมา และทำ Mind mapping หรือทำสรุปย่อไว้อ่านใกล้สอบ						
8.4 อ่านก่อนสอบ 1 เดือน ให้ได้ 3 รอบ ทุกวิชา โดยรอบแรกอ่านผ่านๆ ทำความเข้าใจ รอบที่สอง อ่าน คิด จำ ในส่วนที่สำคัญและทำสรุปย่อด้วยความเข้าใจของตนเอง รอบที่สามอ่านเจาะหัวข้อที่คิดว่าจะออกข้อสอบ						
<b>9. การทิว</b>						
9.1 มีการทิวหรือดูหนังสือหรือทำการบ้านร่วมกับเพื่อนเป็นประจำ						
9.2 มีการทิวกับอาจารย์ในหัวข้อที่ยากหรือไม่เข้าใจ						
9.3 มีการทิวให้เพื่อนโดยแบ่งหัวข้อกันทิวในช่วงใกล้						



ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น					เหตุผลประกอบ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	
สอบ						
9.4 มีรุ่นพี่มาช่วยติวให้						
9.5 ไม่จำเป็นต้องติว หากอ่านหนังสือเองแล้วเข้าใจเป็นอย่างดี						
<b>10. วิธีการอ่านหนังสือ</b>						
10.1 อ่านบ่อยๆ ซ้ำๆ โดยเฉพาะข้อความสำคัญที่ใช้ปากกาเน้นข้อความหรือสรุปย่อที่จัดทำไว้						
10.2 อ่านไปพร้อมกับสรุปโน้ตย่อตามความเข้าใจของตนเองและเก็บไว้อ่านทบทวนเมื่อใกล้สอบ						
10.3 อ่านจากสมุดจดเลคเชอร์ของตนเอง						
10.4 อ่านและทำแบบฝึกหัด หรือทำการบ้านทุกวัน						
10.5 อ่าน และจำเนื้อหาที่มีความยาก โดยจัดเนื้อหาให้เป็นกลุ่มหรือเขียนแผนภูมิ เช่น แผนภูมิต้นไม้ หรือแผนผังความคิด						
10.6 อ่านโดยใช้คำถามที่คิดว่าน่าจะเป็นข้อสอบเป็นเครื่องชี้นำ และตอบคำถามโดยเชื่อมโยงข้อมูล กับหัวข้อที่ศึกษา						
<b>11. ช่วงเวลาความถี่ในการอ่านหนังสือ</b>						
11.1 อ่านทุกวันในช่วงเย็นถึง 22.00 น.						
11.2 อ่านทุกวันตั้งแต่ 22.00 น. ถึง 24.00 น.						
11.3 อ่านทุกวันในช่วงตี 4 – 7 โมงเช้า						

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น					เหตุผลประกอบ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	
11.4 ไม่อ่านทุกวันแต่จะอ่านเมื่อมีเวลาว่าง						
11.5 อ่านเมื่อใกล้สอบประมาณ 1 เดือนก่อนสอบ						
<b>12. สถานที่ที่อ่านหนังสือ</b>						
12.1 อ่านที่บ้านพักในที่เงียบสงบ ทำให้มีสมาธิในการอ่าน						
12.2 อ่านในห้องสมุด						
<b>13. การทำกรบ้าน และการทำรายงาน</b>						
13.1 ทำทันทีเพื่อไม่ให้มีงานค้าง และส่งตามเวลาที่กำหนด						
13.2 วางแผนก่อนโดยจัดลำดับว่างานไหนควรทำก่อน โดยดูจากกำหนดเวลาส่ง						
13.3 หากเป็นงานกลุ่ม วางแผนแบ่งงานกันทำตามความถนัดของแต่ละคน						
13.4 หากเป็นงานที่ยาก จะปรึกษาหารือและทำร่วมกัน						
<b>14. แหล่งค้นคว้าหาข้อมูลเพิ่มเติมความรู้</b>						
14.1 ทาง Internet สืบค้นหาหลายครั้งเท่าที่ว่าง						
14.2 ห้องสมุด ประมาณ 2 – 3 ครั้งต่อสัปดาห์						
<b>15. การวางแผนการสอบ การอ่านหนังสือเตรียมสอบ</b>						
15.1 อ่านหนังสือทุกวันเป็นประจำ และอ่านทบทวนสรุป						

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น					เหตุผลประกอบ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	
ข้อ 2 อาทิตย์ก่อนสอบ						
15.2 วางแผนการอ่านหนังสือ โดยทำตารางการอ่าน ในช่วง 2 สัปดาห์ก่อนสอบ อ่านวิชาๆ ก่อน และทำให้ได้ตามแผนประมาณ 80%						
15.3 วางแผนอ่านตามลำดับตารางสอบ โดยอ่านวิชา สุกท้ายก่อนตามลำดับ						
15.4 อ่านให้ได้อย่างน้อย 2 รอบต่อวิชา						
<b>16. การทำข้อสอบอัตนัย</b>						
16.1 อ่านและทำความเข้าใจกับคำถามให้ชัดเจน ก่อนตอบ						
16.2 ร่างโครงร่างคำตอบไว้ก่อนแล้วค่อยขยายรายละเอียด						
16.3 ทำข้อที่ง่ายก่อนเพื่อให้เกิดกำลังใจ						
16.4 เขียนให้ได้มากที่สุดเท่าที่ทำได้ แต่ตอบให้ตรง คำถาม						
16.5 ให้มีสมาธิในการทำข้อสอบ และมั่นใจในตนเอง ไม่เกรียดย หรือวิตกกังวลว่าจะทำข้อสอบไม่ได้						
<b>17. การทำข้อสอบปรนัย</b>						
17.1 อ่านทำความเข้าใจกับโจทย์ให้ชัดเจนก่อนตอบ						
17.2 ทำข้อที่ทำได้ก่อน และแบ่งเวลาในการทำข้อสอบ ให้ทันเวลาเนื่องจากจำนวนข้อสอบมาก						

ทักษะการเรียนรู้ ที่ส่งผลให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี	ระดับความคิดเห็น					เหตุผลประกอบ
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	
17.3 ตัดตัวเลือกที่ไม่ใช่ข้อที่ละข้อ						
17.4 เมื่อทำข้อสอบเสร็จ จะไม่ออกจากห้องสอบจนกว่าจะหมดเวลา ใช้เวลาที่มีตรวจทุกจุดของคำตอบให้ดีที่สุด						
<b>18. การจัดการระบบการเรียน การวางแผนการเรียน การบริหารเวลา</b>						
18.1 มีการวางแผนการเรียน การจัดทำตารางเวลาด้วยตนเอง และทำตามแผนที่วางไว้ มีการแบ่งเวลาเข้าร่วมกิจกรรมบ้างตามความสนใจ						
18.2 จัดแบ่งเวลาให้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ เพื่อผ่อนคลายความเครียดในการเรียน และสร้างเสริมประสบการณ์						
18.3 เข้าเรียนสม่ำเสมอ จัดแบ่งเวลาเข้าร่วมกิจกรรมยามว่าง ไม่เอากิจกรรมมารวมกับการเรียน และจัดลำดับความสำคัญก่อนหลัง						
18.4 มีการปฏิบัติตามแผนการเรียน ตารางการบริหารเวลาได้อย่างน้อย 70 – 80 %						
<b>19. สภาพแวดล้อมในการเรียน</b>						
19.1 ขนาดของกลุ่มเรียนพอเหมาะไม่ใหญ่หรือเล็กเกินไป						
19.2 ห้องเรียนมีอุณหภูมิพอเหมาะไม่ร้อนหรือเย็นเกินไป						
19.3 ห้องเรียนเงียบสงบ ทุกคนตั้งใจเรียน ไม่มีเสียงคุย						
19.4 ห้องเรียนมีสื่อการเรียนการสอนครบถ้วนทันสมัย						





## ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ – นามสกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุไรพรรณ เจนวาณิชยานนท์

ประวัติการศึกษา วท.บ. (พยาบาล) เกียรตินิยมอันดับหนึ่ง มหาวิทยาลัยขอนแก่น  
ภ.ม. (สรีรวิทยา) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ค.ค. (อุดมศึกษา) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถานที่ติดต่อ สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ  
โทรศัพท์ 0-2312-6300 ต่อ 1104

