

ผลการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองเพื่อพัฒนาพฤติกรรม
เอื้อต่อสังคมของนักศึกษาปริญญาตรี

**The Effect to Self-regulation Program to Develop
Prosocial Behavior of Undergraduate Students**

ปวรี กาญจนภี นิลผาย

Pawaree Kanchanapee Nilphai

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม

Faculty of Education, Nakhon Phanom University

¹Corresponding author email: pawaree_kan@hotmail.com

Received: October 28, 2021; **Revised:** December 12, 2021; **Accepted:** December 30, 2021



บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อ 1) เปรียบเทียบพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา โดยใช้โปรแกรมการกำกับตนเองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม จำนวน 60 คน ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) โปรแกรมการกำกับตนเอง 2) แบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ สถิติการทดสอบค่าที่ไม่เป็นอิสระจากกัน และสถิติการทดสอบค่าที่เป็นอิสระจากกัน ผลการวิจัยพบว่า 1) คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .05 2) คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: โปรแกรมการกำกับตนเอง; พฤติกรรมเอื้อต่อสังคม; นักศึกษาปริญญาตรี

Abstract

This Article aimed to study 1) compare the effects of self-regulation program on development of Prosocial Behavior with people among undergraduate student, between before and after the treatment, 2) compare the effects of self-regulation program on development of Prosocial Behavior with people among undergraduate student, after the treatment between experimental and control groups. This research was quantitative research. The sample were 60 first year undergraduate students majoring in early childhood, Faculty of Education, Nakhon Phanom University. This study used simple random sampling. The instruments used in this study were a Self - regulation program and a measure of Prosocial Behavior with people. The t-test of dependent and independent samples was employed for data analysis. The results revealed that: 1) the mean score of prosocial behavior with people among students who to self-regulation program after the treatment was significantly higher than that before the treatment at the .05 level; 2) the mean score of prosocial behavior with people after the treatment among students in the experimental group and the mean score of it among students in the control group were found significantly different at the .05 level.

Keywords: Self-regulation Program; Prosocial Behavior; Undergraduate Students

บทนำ

สภาพสังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก เนื่องจากมีความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และเทคโนโลยี ทำให้ผู้คนในสังคมต้องแข่งขันกันตอบสนองความต้องการของตนเอง จนทำให้เกิดพฤติกรรมการเอาตัวรอดเอาเปรียบกันมากยิ่งขึ้น แต่ในทางกลับกันพฤติกรรมการช่วยเหลือ แบ่งปัน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ซึ่งเป็นพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม ทำให้สังคมน่าอยู่กลับลดน้อยลง (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2538) ดังนั้นจึงควรหันมาให้ความสำคัญกับพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม เพื่อพัฒนาบุคคลให้มีความเจริญทางด้านจิตใจเท่าเทียมกับความเจริญทางด้านวัตถุ นักจิตวิทยาเองก็ได้พยายามคิดที่จะช่วยปรับปรุง

สังคมให้ดีขึ้น โดยพยายามศึกษาพฤติกรรมต่อต้านสังคม (Anti-social behavior) ผลของการวิจัยได้นำมาใช้ปรับปรุงสังคมให้ดีขึ้น ในระยะต่อมานักจิตวิทยาได้คิดว่า หากจะคิดแต่ขจัดพฤติกรรมต่อต้านสังคมเพียงอย่างเดียว สังคมก็ไม่ได้เปลี่ยนไปดังที่ต้องการ ดังนั้นจึงควรพยายามหาทางปลูกฝังพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม (Prosocial Behavior) ให้แก่เยาวชน (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2556)

พฤติกรรมเอื้อต่อสังคม หมายถึง การกระทำของบุคคลที่ตั้งใจทำประโยชน์ต่อสังคม โดยส่วนรวมหรือประโยชน์ต่อผู้อื่น โดยเป็นการกระทำด้วยความสมัครใจ ไม่หวังผลตอบแทน ซึ่งบางครั้งอาจต้องเสียสละทั้งร่างกาย เวลาและทรัพย์สินก็ตาม ซึ่งประกอบด้วย การช่วยเหลือ การแบ่งปัน และการพลบโยน โดยการช่วยเหลือ หมายถึง การที่บุคคลพยายามจะบรรเทา หรือผ่อนคลายความต้องการของผู้อื่น เพื่อให้ผู้อื่นบรรลุเป้าหมาย การแบ่งปัน หมายถึง การที่บุคคลยอมสละสิ่งที่เป็นของตนเองหรือให้ยืมสิ่งของที่ตนเองครอบครองมีเพียงพอยู่แล้วให้กับผู้อื่น การพลบโยน หมายถึง การที่บุคคลช่วยให้ผู้อื่นคลายจากความกังวล หรือความไม่สบายใจ โดยใช้คำพูดหรือการกระทำทำให้ผู้อื่นเกิดความสนใจที่จะพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม และเมื่อผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม (กรกนก เตชะอมรพันธ์, 2554) พบว่า เป็นการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม และการใช้โปรแกรมพัฒนาการรับรู้พฤติกรรมเอื้อต่อสังคม หากแต่ยังไม่พบการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งจากการที่ผู้วิจัยสอนนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย ได้สังเกตพฤติกรรมของนักศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มักแข่งขันกันในด้านวิชาการ หากแต่ขาดการช่วยเหลือ แบ่งปัน และมักทำตามตนเองมากกว่าที่จะฟังคำสั่งจากผู้อื่น

บทความวิจัยนี้นำเสนอการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมโดยใช้โปรแกรมการกำกับตนเองของนักศึกษาปริญญาตรี และมีประโยชน์ทำให้ทราบผลของโปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา ทำให้ได้โปรแกรมการกำกับตนเองเพื่อพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา ทำให้ได้แบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมเพื่อใช้ในการวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา ทำให้ได้แนวทางในการวิจัยเกี่ยวกับการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองเพื่อพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา และทำให้ได้แนวทาง

ในการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาให้แก่ครู อาจารย์ ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา โดยใช้โปรแกรมการกำกับตนเองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา มีระเบียบวิธีวิจัย ดังต่อไปนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 200 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) โดยใช้เกณฑ์ดังต่อไปนี้ 1) เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม และ 2) นักศึกษายินดีให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 60 คน ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้ 1) การจัดเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยทำฉลาก จำนวน 60 ใบ ตามจำนวนของกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นจับฉลากครั้งที่ 1 เป็นกลุ่มทดลอง ได้รับการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม โดยใช้โปรแกรมการกำกับตนเอง และจับฉลากครั้งที่ 2 เป็นกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการฝึกใดๆ สลับกันจนได้ จำนวนกลุ่มละ 30 คน และ 2) ทดสอบความเท่าเทียมกันของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม โดยใช้แบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วัดก่อนการทดลอง (Pretest) โดยใช้การวิเคราะห์ Independent t-test

ผลการวิเคราะห์พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รูปแบบของการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental designs) แบบมี 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มทดลอง ได้รับการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม โดยใช้โปรแกรมการกำกับตนเอง และกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการฝึกใดๆ มีการวัดผล 2 ครั้ง คือ การวัดผลก่อนการทดลอง (Pretest) และการวัดผลหลังการทดลอง (Posttest) สามารถนำเสนอเป็นแผนภาพ ดังนี้

		Group	Pretest	Treatment	Posttest
โดย	E	=	○	X	○
	C	=	○	-	○
	X	=	การจัดกระทำตามโปรแกรมทดลอง (Treatment)		
	○	=	การวัดผล		

ภาพที่ 1 รูปแบบของการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการกำกับตนเอง จัดเป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตร จำนวนทั้งหมด 12 ครั้งๆ ละ 30 นาที
2. แบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม ได้แก่ แบบวัดประเภทสถานการณ์ มี 5 ตัวเลือก จำนวน 9 ข้อ

การหาค่าคุณภาพของเครื่องมือ

1. การให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและหาค่าดัชนีความสอดคล้อง ผู้วิจัยได้นำแบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อ

สังคม จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและหาค่าดัชนีความสอดคล้อง โดยเกณฑ์ในการพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้องที่คำนวณได้ต้องมากกว่า 0.50 ($IOC > 0.50$) จึงจะถือว่าข้อความนั้นสอดคล้องกับสิ่งที่จะวัด (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2544; สุชีรา ภัทรายุตวรรัตน, 2545) พบว่าข้อคำถามทุกข้อมีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่า 0.50 ($IOC > 0.50$) ผู้วิจัยจึงคัดเลือกข้อคำถามไว้ทั้งหมดและปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2. การวิเคราะห์หาคุณภาพของแบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม ผู้วิจัยวิเคราะห์หาคุณภาพของแบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม โดยหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม โดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่าแบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม ทั้งฉบับมีค่าความเที่ยงโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .86

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด ได้แก่ ความเชื่อมั่นและอำนาจจำแนก ด้วย

วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach) ของแบบวัดทั้งฉบับ

2. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

(Standard Deviation)

3. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบสมมติฐาน คือ การวิเคราะห์ Dependent t-test และ Independent t-test

ผลการศึกษา

ผู้วิจัยจึงขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยนำเสนอเป็น 2 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาคณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยนครพนม ที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองก่อนและหลังการทดลอง โดยการวิเคราะห์ Dependent t-test ดังตาราง 1

ตาราง 1 ผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง

ระยะการทดลอง	N	พฤติกรรมเอื้อต่อสังคม		
		$\bar{X}$	S.D.	t-test
ก่อนการทดลอง	30	3.59	0.40	3.83
หลังการทดลอง	30	3.78	0.31	

$p < .05$

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่าคะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการวิเคราะห์ independent t-test ดังตาราง 2

ตาราง 2 ผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	N	ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น		
		$\bar{X}$	S.D.	t-test
กลุ่มควบคุม	30	3.42	0.42	3.74
กลุ่มทดลอง	30	3.78	0.31	

$p < .05$

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่าคะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยข้างต้น ผู้วิจัยนำมาอภิปรายผลการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ตามประเด็นดังต่อไปนี้

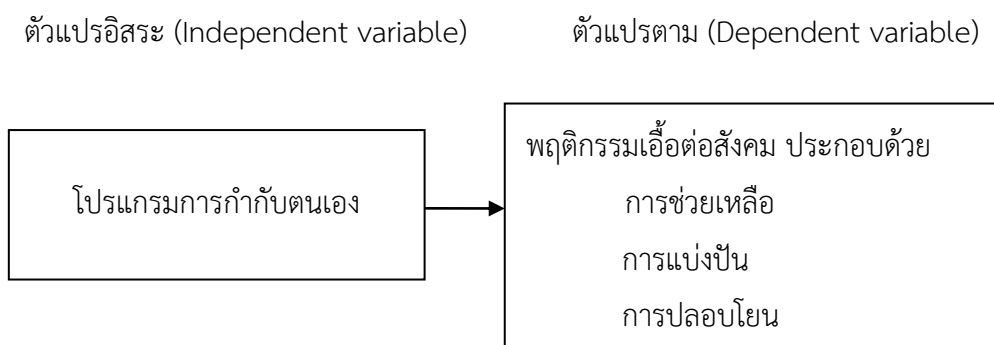
1. จากสมมติฐานการวิจัยที่ว่า นักศึกษาในกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งผลการวิจัยพบว่า คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าเป็นไปตามสมมติฐานสอดคล้องกับงานวิจัยของพลพี ทุมมาพันธ์ (2554) พบว่า ผลการศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมพบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก่อนเรียนของนักเรียนโปรแกรมการกำกับตนเองเพียงอย่างเดียวในระยะทดลองสูงกว่าระยะเส้นฐาน และค่าเฉลี่ยพฤติกรรมขณะเรียนในชั้นเรียนและพฤติกรรมหลังเรียนของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมของครูและกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองเพียงอย่างเดียว ในระยะทดลองสูงกว่าระยะเส้นฐานและระยะหลังทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของเกศริน วงษ์มัน (2553) พบว่า หลังการทดลองคะแนนการมีวินัยในการเรียนของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01 สอดคล้องกับงานวิจัยของศิริลักษณ์ ศรีกันต์ (2552) พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการกำกับตนเองมีความรับผิดชอบด้านการเรียนทั้งโดยรวมและรายด้านเพิ่มสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01

2. จากสมมติฐานการวิจัยที่ว่า นักศึกษาในกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งผลการวิจัยพบว่า คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าเป็นไปตามสมมติฐาน

สอดคล้องกับงานวิจัยของเกศริน วงษ์มัน (2553) พบว่า หลังการทดลองคะแนนการมีวินัยในการเรียนของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง ผลการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองเพื่อพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาปริญญาตรี ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมการกำกับตนเอง (Self-regulation) ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมเอื้อต่อสังคม (Prosocial Behavior) ประกอบด้วย การช่วยเหลือ การแบ่งปัน การพลบโยน โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ผลการวิจัยพบว่าโปรแกรมการกำกับตนเองส่งผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมได้ สามารถนำเสนอเป็นแผนภาพ ดังนี้



ภาพที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

บทสรุป

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาโดยใช้โปรแกรมการกำกับตนเองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ประชากรนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 200 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) กลุ่มตัวอย่าง

นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 60 คน ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) โปรแกรมการกำกับตนเอง จัดเป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตร จำนวนทั้งหมด 12 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที 2) แบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม ได้แก่ แบบวัดประเภทสถานการณ์ มี 5 ตัวเลือก จำนวน 9 ข้อ สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบสมมติฐาน คือ การวิเคราะห์ Dependent t-test และ Independent t-test ผลการวิจัย พบว่า 1) คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 2) คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

จากการอภิปรายผลข้างต้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษาที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ตามประเด็น ดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1) ผลการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า คะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม ที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเอง ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการ ดังนี้ ควรมีการนำโปรแกรมการกำกับตนเอง ไปใช้พัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมกับวัยรุ่น อายุระหว่าง 18 - 20 ปี ในสถาบันอุดมศึกษาแห่งอื่นๆ

2) ผลการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่าคะแนนพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการ ดังนี้ ควรมีการนำแบบวัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคม ไปใช้วัดพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมกับวัยรุ่น อายุระหว่าง 18 - 20 ปี ในสถาบันอุดมศึกษาแห่งอื่นๆ

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมที่สำคัญ คือ การใช้โปรแกรมการกำกับตนเอง สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับนักศึกษาปริญญาตรี โดยควรให้ความสำคัญกับ การพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมโดยใช้โปรแกรมการกำกับตนเองของนักศึกษาปริญญาตรี สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ ควรมีการศึกษาวิจัยโดยเพิ่มจำนวนครั้งของการวัด โดยมีระยะติดตามผล (Follow up) ซึ่งอาจจะทำให้เห็นความคงทนหรือการเปลี่ยนแปลงของการพัฒนาพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมชัดเจนขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กนก เตชะอมรานันท์. (2554). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเอื้อสังคมของนักเรียนอนุบาล และนักเรียนประถมศึกษาตอนต้น. *ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เกศริน วงษ์มัน. (2553). ผลการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อการมีวินัยในการเรียนของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนศรีนครินทรวิโรฒฯ สังกัดสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ จังหวัดนครสวรรค์. *ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2538). *ทฤษฎีต้นไม้วิจัยธรรมสำหรับคนไทย : การวิจัยและการประยุกต์*. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พลรพี ทุมมาพันธ์. (2554). ผลการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมของครูที่มีต่อพฤติกรรมเรียนของนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริง. *ปริญาวิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศิริชัย กาญจนวาสี. (2544). *ทฤษฎีการทดสอบแบบดั้งเดิม*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริลักษณ์ ศรีกันต์. (2552). ผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มีต่อความ

รับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลพล
ประชานุกูล อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น. *ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา
จิตวิทยาการแนะแนว*. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สุชีรา ภัทรายุทธวรรณ. (2545). *คู่มือการวัดทางจิตวิทยา*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร:
สำนักพิมพ์เมดิคัลมีเดีย.

สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2556). *จิตวิทยาการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร:
สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

