

การพัฒนาความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์โดยใช้โปรแกรม
การกำกับตนเองของนักศึกษาวิชาชีพครู
THE DEVELOPMENT OF ONLINE LEARNING RESPONSIBILITY USING
A SELF-REGULATION PROGRAM FOR TEACHING
PROFESSIONAL STUDENTS



¹ปาริญา ราพา และ ²ฉัตรวิไล สุรินทร์ชมพู่
¹Pareeya Rapa and ²Chatwilai Surinchompoo

มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, ประเทศไทย
Loei Rajabhat University, Thailand

¹pareeyalru@gmail.com

Received: July 03, 2023; Revised: July 25, 2023; Accepted: August 21, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์ของนักศึกษาวิชาชีพครู ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังเข้าร่วมโปรแกรมการกำกับตนเอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษา ชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 60 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองจำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.94 และโปรแกรมการกำกับตนเอง มีค่าเหมาะสมของโปรแกรมเท่ากับ 4.44 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติ t-test ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมการกำกับตนเอง มีคะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์เฉลี่ย 58.83 สูงกว่าก่อนกลุ่มควบคุมที่มีค่าเฉลี่ย 43.23 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์, โปรแกรมการกำกับตนเอง, นักศึกษาวิชาชีพครู

¹อาจารย์ ดร., อาจารย์ประจำกลุ่มวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

²อาจารย์ ดร., อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

Abstract

The purpose of this research were to compare the responsibility for learning of students in the Faculty of Education. Loei Rajabhat University of the experimental group and the control group After joining the self-regulation program. The samples used in this study were 60 second-year students from the Faculty of Education, Faculty of Education, Loei Rajabhat University, second semester, academic year 2021. They were randomly divided into two groups: an experimental group of 30 students and a group of 30 students. control 30 people. The research tools were the Online Learning Responsibility Scale, reliability coefficient of the total scale was 0.94 and self-regulation program, The optimum value of the program is 4.44. The statistics used for analysis were mean, standard deviation and t-test. The result of this study were composed the experimental group students after participating in the self-regulation program. The students in the experimental group had an average online learning responsibility score of 58.83, higher than the control group with an average of 43.23, significantly different at the .05 level.

Keywords: The Learning Responsibility for Online Learning, Self-Regulation Program, Professional Students

บทนำ

จากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 (Coronavirus Disease 2019: COVID) ที่ผ่านมาส่งผลกระทบทำให้เกิดการปรับตัวเป็นวิถีชีวิตแบบใหม่ (New Normal) ชีวิตประจำวันถูกตีกรอบตามมาตรการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) ตลอดจนความกลัวการติดเชื้อของประชาชนทำให้เกิดแนวทางการทำงานที่บ้าน (work from home) ในส่วนสถาบันทางการศึกษาต้องการเรียนการสอนในห้องเรียนปกติเพราะเป็นสถานที่ที่มีความเสี่ยงสูงมากในการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 เนื่องจากมีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น ๆ จำนวนมาก ได้แก่ ผู้เรียน ครูผู้สอน และผู้ปกครอง ที่จำเป็นต้องทำกิจกรรมร่วมกัน จึงมีความเสี่ยงต่อการแพร่กระจายของเชื้อโรคดังกล่าวได้ง่าย (ปิยะวรรณ ปานโต, 2563) ซึ่งส่งผลให้สถาบันทางการศึกษาไม่สามารถจัดการเรียนการสอนแบบปกติได้ จึงมีการปรับเปลี่ยนการสอนแบบเดิมจากในห้องเรียน ไปใช้รูปแบบการเรียนการสอนแบบออนไลน์แทน โดยใช้โปรแกรม เช่น ZOOM, MEET, Hangout และ MSTeam เป็นต้น (จักรกฤษณ์ โปตาพล, 2563) เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้อย่างต่อเนื่อง

สำหรับทางการศึกษาเองก็มีความตื่นตัวในการนำเทคโนโลยีและสารสนเทศมากมายมาประยุกต์ใช้กับผู้เรียน ซึ่งจากการศึกษาของ เด่น บุญมาวงศ์และคณะ, 2565 พบว่า ความถี่ในการใช้สื่อออนไลน์ในการเรียนคือ 3 - 4 วันต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 78.75 ระยะเวลาในการใช้สื่อออนไลน์ในการเรียนในแต่ละครั้งคือ 2 - 3 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 21 ระยะเวลาในการใช้สื่อออนไลน์ในการเรียนส่วนใหญ่คือช่วงเวลา 12.01 ถึง 16.00 น คิดเป็นร้อยละ 84 ระบบที่ใช้ในการเรียนออนไลน์พบว่าส่วนใหญ่ใช้ระบบ Google classroom คิดเป็นร้อยละ 71.90 และวัตถุประสงค์ที่ผู้เรียนใช้บนสื่อออนไลน์ในการเรียนส่วนใหญ่เรียนแบบเรียลไทม์กับอาจารย์ผู้สอน คิดเป็นร้อยละ 94.50 นอกจากนี้ การเรียนการสอนแบบออนไลน์ผู้เรียนจะเลือกเรียนตามความชอบของตนเอง ในส่วนของเนื้อหาการเรียนที่ประกอบด้วย ข้อความ รูปภาพ เสียง และวิดีโอ สิ่งเหล่านี้จะถูกส่งตรงไปยังผู้เรียนผ่านเว็บเบราว์เซอร์ทั้งผู้สอนและผู้เรียน ทำให้สามารถติดต่อ สื่อสาร รับคำปรึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเสมือนเรียนในชั้นเรียนทั่วไป ด้วยเหตุนี้การเรียนการสอนแบบออนไลน์จึงสามารถเรียนได้ทุกที่ทุกเวลา และการเรียนที่มีความยืดหยุ่นสูง แต่ผู้เรียนต้องมีความรับผิดชอบในการเรียนมากกว่าปกติ ซึ่งจากประสบการณ์การสอนของผู้สอนในรูปแบบออนไลน์ พบปัญหานักศึกษาไม่สนใจการฟังบรรยาย ไม่มีความกระตือรือร้น ไม่เปิดหน้ากล้อง ไม่มีการจดบันทึก เนื้อหาวิชาที่สอนทำให้นักศึกษาไม่เข้าใจ จะเห็นได้ว่าหากนักศึกษาไม่มีความรับผิดชอบ เช่น ไม่ตรงต่อเวลา ขาดการเอาใจใส่ต่อการเรียน ขาดความรอบคอบในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย และไม่ยอมรับผลของการกระทำของตนเอง จะทำให้นักศึกษาไม่ประสบความสำเร็จในด้านการเรียนตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ดังนั้นความรับผิดชอบจึงมีความสำคัญที่จะต้องได้รับการพัฒนาและปลูกฝังให้กับผู้เรียนเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งความรับผิดชอบนี้ไม่ได้เป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่เกิด และไม่ได้เกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ แต่สามารถเพิ่มได้จากการพัฒนาควบคู่กันไปกับการทำบทบาทหน้าที่นั้น ๆ ได้ (บุญญารัตน์ จันทวี และคณะ, 2563)

การกำกับตนเอง (Self-regulation) เป็นแนวคิดที่สำคัญอีกแนวคิดหนึ่งของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ซึ่งแบนดูราเชื่อว่า พฤติกรรมของมนุษย์เรานั้นไม่ได้เป็นผลพวงของการเสริมแรงและการลงโทษจากภายนอกแต่เพียงเดียว หากแต่มนุษย์เราสามารถกระทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อควบคุมความคิด ความรู้สึกและการกระทำของตนเองด้วยผลกรรมที่เขาหามาเพื่อสำหรับตัวเขา ซึ่งความสามารถดังกล่าวนี้ แบนดูรา เรียกว่า การกำกับตนเอง (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549) นอกจากนี้การกำกับตนเองจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง โดยการกำกับตนเองในการเรียนจะมีองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ 1) การเรียนด้วยการใช้ความตั้งใจสูง การบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ 2) การกำกับตรวจสอบและการควบคุมกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญเนื่องจากการกำกับตรวจสอบ (Monitoring) เป็นการเปรียบเทียบสถานะในปัจจุบันกับสถานะที่ต้องการบรรลุผล และ 3) การกำหนดให้ผู้เรียนกำกับพฤติกรรมการรู้คิด (Cognition) ด้วยการตั้งใจหรือสร้างความรู้สึกร่วมกัน ดังนั้นการกำกับตนเองในการเรียนจึงเป็นศักยภาพในการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพของผู้เรียน (นิราศ จันทระจิตร, 2558) ซึ่งการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองช่วยให้ผู้เรียนมีความรับผิดชอบและสามารถควบคุมพฤติกรรมในการเรียนรู้ของได้มากขึ้น สามารถแสวงหา

ความรู้ได้ด้วยตนเอง รู้ถึงการใช้กลวิธีในการเรียนรู้ที่เหมาะสมและมีการจูงใจตนเองเพื่อนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายหมายในการเรียนรู้ที่ตั้งไว้ได้

จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการพัฒนาความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์โดยการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองของนักศึกษาวิชาชีพรู เพื่อเป็นแนวทางส่งเสริมให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในด้านการเรียน มีความรับผิดชอบ ความอดทน และรู้จักเรียนรู้และปรับตัวสิ่งกับใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้น รวมทั้งให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ และยังเป็นการพัฒนาการจัดเรียนการสอนให้ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังเข้าร่วมโปรแกรมการกำกับตนเอง

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาผลรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์โดยการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองของนักศึกษาวิชาชีพรู ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ นักศึกษา ชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 615 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษา ชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 60 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองจำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์โดยการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองของนักศึกษาวิชาชีพรู โดยผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดทฤษฎีการกำกับตนเองโดยการกำตนเองในการเรียน ซึ่งมีองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ 1) การเรียนด้วยการใช้ความตั้งใจสูง การบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ 2) การกำกับตรวจสอบและการควบคุมกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญ เนื่องจากการกำกับตรวจสอบ (Monitoring) เป็นการเปรียบเทียบสภาวะในปัจจุบันกับสภาวะที่ต้องการบรรลุผล และ 3) การกำหนดให้ผู้เรียนกำกับพฤติกรรมความรู้คิด (Cognition) ด้วยการจูงใจหรือสร้างความรู้สึกร่วม

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 แบบวัดความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์ แบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ โดยมีการตรวจสอบคุณภาพความตรง (Validity) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.94

3.2 โปรแกรมการกำกับตนเองเพื่อพัฒนาความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใช้แนวคิดการกำกับตนเอง ซึ่งประกอบด้วย 3 กระบวนการ คือ การสังเกตตนเอง (Self- observation) การตัดสินตนเอง (Self-judgment) การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self-reaction) โดยมีผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ซึ่งมีคุณสมบัติคือจบการศึกษาอย่างน้อยปริญญาโท จำนวน 3 ท่าน เพื่อทำการตรวจสอบด้านความสอดคล้อง ความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ การดำเนินกิจกรรม การประเมินผลรวมทั้งสื่อและอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม และรวบรวมข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน มาปรับแก้ไขโปรแกรมการกำกับตนเอง จากนั้นนำมาตรวจสอบคุณภาพโปรแกรมการกำกับตนเอง ซึ่งมีค่าเหมาะสมของโปรแกรมเท่ากับ 4.44 โดยโปรแกรมการกำกับตนเองดังกล่าว แบ่งการดำเนินการทั้งหมดเป็น 12 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ดำเนินการสัปดาห์ละ 2 ครั้ง คือ วันจันทร์ และวันพุธ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ (Percentage) การหาเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เปรียบเทียบผลความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมและหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้สถิติ Dependent Samples t-test

ผลการวิจัย

จากการศึกษาการพัฒนาความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์โดยการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองของนักศึกษาวิชาชีพครู สรุปผล ดังนี้

ตารางที่ 1 คะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์ของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	37	55	1	36	37
2	36	57	2	38	38
3	49	61	3	47	48
4	40	54	4	35	36
5	32	49	5	42	42
6	47	59	6	42	43
7	41	65	7	41	43
8	45	61	8	43	45
9	39	55	9	41	40
10	45	60	10	42	42
11	41	56	11	42	43

กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
12	39	49	12	37	38
13	39	55	13	41	41
14	34	59	14	40	40
15	41	54	15	37	37
16	40	60	16	39	40
17	43	58	17	41	42
18	50	62	18	49	49
19	43	54	19	50	50
20	45	58	20	47	48
21	49	61	21	43	45
22	42	63	22	40	42
23	42	59	23	39	42
24	55	61	24	47	50
25	47	68	25	49	49
26	50	64	26	50	52
27	42	59	27	45	45
28	40	67	28	41	42
29	45	59	29	47	48
30	51	63	30	39	40
$\bar{X}$	42.96	58.83	$\bar{X}$	42.33	43.23
S.D.	5.26	4.56	S.D.	4.25	4.36

จากตารางที่ 1 พบว่า หลังการทดลองของนักศึกษาในกลุ่มทดลองมีคะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์มีค่าเฉลี่ย 58.83, S.D.= 4.56 สูงกว่าหลังการทดลองของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมที่มีค่าเฉลี่ย 43.23, S.D. = 4.36

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักศึกษาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	n	$\bar{X}$	S.D.	การทดสอบ t	Sig (P)
กลุ่มทดลอง	30	58.83	4.56	13.79*	0.00
กลุ่มควบคุม	30	43.23	4.36		

*p < .05

จากตารางที่ 2 พบว่า หลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์มีค่าเฉลี่ย 58.83, S.D.= 4.56 สูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีค่าเฉลี่ย 43.23, S.D.= 4.36 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ผลการเปรียบเทียบความรับผิดชอบด้านการเรียนที่จัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์ของนักศึกษากลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังเข้าร่วมโปรแกรมการกำกับตนเอง โดยนักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์เฉลี่ย 58.83 สูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีคะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์เฉลี่ย 43.23 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะโปรแกรมการกำกับตนเองทำให้นักศึกษามีความสามารถในการควบคุมและกำหนดพฤติกรรมของตนเองอย่างมีสติ มีการวางแผน ปรับการคิด ความรู้ อารมณ์ และปฏิบัติงานด้วยตนเอง รวมทั้งผู้วิจัยได้ดำเนินการให้นักศึกษาลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ตามขั้นตอนของกระบวนการการกำกับตนเอง ได้แก่ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยได้อธิบายรายละเอียดในการทำกิจกรรม เป็นการเตรียมความพร้อม มีการสร้างสัมพันธ์ภาพและสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ซักถามและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน 2. ขั้นการดำเนินกิจกรรม ให้นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติตามกระบวนการการกำกับตนเอง ซึ่งมีวิธีดำเนินการ ดังนี้ คือ 1) การสังเกตตนเอง ให้นักศึกษาตั้งเป้าหมายและวางแผนพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์ และสังเกตและบันทึกพฤติกรรมที่ตนเองได้ลงมือปฏิบัติ 2) การตัดสินตนเอง ให้นักศึกษาสามารถประเมินผลพฤติกรรมของตนเองด้วยตัวเองโดยเปรียบเทียบกับเป้าหมายที่ตั้งไว้ว่าบรรลุตามเป้าหมายหรือไม่ 3) แสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง ให้นักศึกษาแสดงพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์ที่บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยให้รางวัลเพื่อเป็นการเสริมแรงทำกิจกรรมที่สนใจหรือซื้อสิ่งของที่ชื่นชอบ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังให้การเสริมแรงในการทำกิจกรรมส่งผลให้นักศึกษาแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองในทางบวกมากขึ้น ในทางกลับกันหากนักศึกษาคนใดที่ไม่สามารถแสดงพฤติกรรมให้บรรลุตามเป้าหมายผู้วิจัยจะให้คำแนะนำ ให้กำลังใจและการเสริมแรงเช่นเดียวกัน นอกจากนั้นยังให้นักศึกษาได้ค้นหาสาเหตุและแนวทางการแก้ไขปรับปรุงให้สามารถแสดงพฤติกรรมให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ และ 3. ขั้นสรุปให้นักศึกษาร่วมกันสรุปและประเมินผลพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์ของตนเองและเพื่อนในห้อง โดยแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน ให้ข้อเสนอแนะ รวมทั้งเสนอแนวทางการแก้ไขพฤติกรรมและนำไปประยุกต์ใช้ในแบบเฉพาะตนเองได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังนำเทคนิคต่าง ๆ เช่น กิจกรรมกลุ่ม การอภิปราย เกม และกรณีศึกษา มาบูรณาการในการดำเนินกิจกรรมให้สอดคล้องกับกระบวนการกำกับตนเอง ส่งผลให้นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติ ได้รู้จักและรับรู้ความสามารถของตนเองมากขึ้น ทำให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง อีกทั้งผู้เรียนมีกลวิธีในการคิดของตนเองที่จะวางแผน ปรับแนวคิดของตนเองเพื่อให้มีความรู้ และทักษะต่าง ๆ ด้วยตนเองมากกว่าอาศัยผู้อื่นในการเรียน ทำให้ช่วยลดพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนที่ไม่พึงประสงค์ให้น้อยลงหรือหมดไป และใน

ขณะเดียวกันจะมีการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากขึ้น ทำให้นักศึกษามีความรับผิดชอบด้านการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งสอดคล้องกับ รานี ลัมเจริญ, (2564) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยใช้แนวทางการกำกับตนเองเพื่อเสริมสร้างวินัยด้านความรับผิดชอบ พบว่า นักเรียนเห็นความสำคัญและความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อให้มีวินัยความรับผิดชอบต่อตนเองต่อครอบครัวและต่อสังคม รวมถึงนักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมไปใช้ในวิถีชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับ จิตตินันท์ บุญสุทธิกุล (2564) ที่กล่าวว่า ความพยายามกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยความเข้มแข็ง อดทน ไม่ท้อถอย และก้าวไปข้างหน้าจะทำให้เกิดผลสำเร็จ ความมีวินัยในการเรียนจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่ต้องสร้างให้เกิดขึ้น และต้องฝึกฝนอย่างสม่ำเสมออย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ นักเรียนสามารถตัดสินใจแก้ปัญหา ตั้งเป้าหมาย และวางแผนเพื่อให้ไปสู่เป้าหมายในการเรียนได้อย่างเป็นระบบและประสบความสำเร็จ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ ัญญกรณ ุฒม์รัตน์ (2561) ได้อธิบายว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองซึ่งเป็นรูปแบบการพัฒนาวิธีเรียนรู้ให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ การปรับทัศนคติที่เป็นบวก รวมทั้งเพิ่มความสามารถในการกำกับตนเองเพื่อเพิ่มความสามารถในการควบคุมตนเองได้อย่างเหมาะสม ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้ผู้เรียนที่เข้าร่วมรับโปรแกรมมีความรู้ และความมั่นใจ ในการจัดการกับตนเองได้อย่างเป็นระบบ นอกจากนั้นยังเสริมความรู้และเพิ่มพฤติกรรมในการควบคุมตนเอง เพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกัน เสริมศักยภาพในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้โปรแกรมการกำกับตนเองส่งผลให้นักศึกษาสามารถจัดการกับความคิด พฤติกรรม อารมณ์ และสร้างแรงจูงใจจากการกำกับตนเองเพื่อทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่วางแผนไว้ให้สามารถดำเนินกิจกรรมในชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง และนำพาตัวเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งใจได้อย่างราบรื่น สอดคล้องกับ ทาริกา สมพงษ์ (2563) ที่อธิบายว่า กระบวนการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง ทำให้ผู้เรียนมีการประเมินตนเอง ตั้งเป้าหมายและการวางแผนในการเรียน มีการจัดสภาพแวดล้อมในการเรียน อีกทั้งยังมีการให้รางวัลต่อความสำเร็จและการลงโทษต่อความล้มเหลวของตนเอง ดังนั้นโปรแกรมการกำกับตนเองจึงส่งผลให้ความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์สูงขึ้น ซึ่งนำไปสู่ความสำเร็จในการเรียนได้

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

นักศึกษาวิชาชีพครูมีความรับผิดชอบด้านการเรียนแบบออนไลน์สูงขึ้น ผู้เรียนสามารถประเมินตนเอง มีการตั้งเป้าหมาย มีการวางแผนในการเรียน และติดตามผลที่เกิดขึ้น รวมทั้งเพิ่มความสามารถในการกำกับตนเองเพื่อเพิ่มความสามารถในการควบคุมตนเองได้อย่างเหมาะสม มีความรู้ ความมั่นใจในการจัดการกับตนเองได้อย่างเป็นระบบ และเพิ่มพฤติกรรมในการควบคุมตนเองเพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกัน เสริมศักยภาพในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดียิ่งขึ้น รวมทั้งโปรแกรมการกำกับตนเองส่งผลให้นักศึกษาสามารถจัดการกับความคิด พฤติกรรม อารมณ์ และสร้างแรงจูงใจจากการกำกับตนเองเพื่อทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่วางแผนไว้ ให้สามารถดำเนินกิจกรรมในชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้การนำกิจกรรมกลุ่ม การอภิปราย เกม และกรณีศึกษา มาบูรณาการในการดำเนินกิจกรรมที่สอดคล้องกับกระบวนการกำกับตนเอง ยังส่งผลให้นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติ ได้

รู้จักและรับรู้ความสามารถของตนเองมากขึ้น ทำให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง สามารถคิดวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้ นำความรู้ที่ได้รับมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาความรับผิดชอบด้านการเรียนออนไลน์ของตนเองให้ดีขึ้นได้

เอกสารอ้างอิง

- จักรกฤษณ์ โปตาพล. (2563). *การจัดการเรียนรู้ออนไลน์: วิธีที่เป็นไปทางการศึกษา*. เลย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- จิตตินันท์ บุญสถิรกุล. (2564). *การพัฒนาการของชีวิตด้านอาชีพ*. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เด่น บุญมวรงค์ และคณะ. (2565). *พฤติกรรมการเรียนออนไลน์และผลการเรียนรู้ ของนักศึกษาวิทยาลัยทองสุข*. *วารสารสหวิทยาการพัฒน*. 1(1). 251-257.
- ทาริกา สมพงษ์. (2563). *การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองเรื่องชนิดและหน้าที่ของคำกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา หลักสูตรและการสอน. สกลนคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.
- ธัญญาภรณ์ อุบมัยรัตน์. (2561). *ผลโปรแกรมการกำกับตนเองต่อทัศนคติการใช้ความรุนแรงและพฤติกรรมการควบคุมตนเองของนักเรียนวัยรุ่น*. *ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต*. สงขลา: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- นิราศ จันทระจิตร (2558) *การพัฒนาการจัดการเรียนรู้เสริมสร้างการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา ร้อยเอ็ด เขต 2*. *วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*. 21(2). 22 -40.
- ปิยะวรรณ ปานโต. (2563). *การจัดการเรียนการสอนของไทยภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร.
- รานี ลิ้มเจริญ. (2564). *ผลของการใช้กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยใช้แนวความคิดการกำกับตนเองเพื่อเสริมสร้างวินัยด้านความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเชิงกระบือ*. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 38(104). 82-93.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2549). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

