

รูปแบบการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียน รายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาล สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

Developing Self-Regulation Model of Pre-Service Skills Training in Practicum in Family Nursing and Midwifery I course of Nursing Students in Srisavarindhira Thai Red Cross Institute of Nursing

สมพิศ ไยสุน* พรทิพย์ ชีวะพัฒน์ โบว์ชมพู่ บุตรแสงดี

Sompit Yaisoon* Porntip Cheewapat Bowchompoo Budsangdee

สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย กรุงเทพฯ ประเทศไทย 10330

Srisavarindhira Thai Red Cross Institute of Nursing, Bangkok, Thailand 10330

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อศึกษาการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลและสร้างรูปแบบการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 145 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบบันทึก แบบสอบถามและการสนทนากลุ่มจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คนวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัย พบว่า

การกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล โดยรวมและรายด้าน คือ ด้านการสังเกตตนเอง ด้านการตัดสินใจตนเอง และด้านการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง อยู่ในระดับมาก วิธีการกำกับตนเองของนักศึกษาที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการฝึกทักษะปฏิบัติประกอบด้วย 3 ด้านเช่นกัน ความต้องการให้จัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพิ่มเติมเพื่อช่วยให้เกิดการพัฒนาการกำกับตนเองที่ดียิ่งขึ้น ดังนี้ 1) การวัดและประเมินผล 2) ระบบการฝึกทักษะอย่างเป็นขั้นตอน 3) สื่อวัสดุ อุปกรณ์ ครบถ้วน 4) จัดเวลาให้เอื้อต่อการฝึก 5) กลุ่มเพื่อน

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ร่วมกับการนำแนวคิดทฤษฎีมาประยุกต์ใช้สร้างรูปแบบการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติ ประกอบด้วย 3 ชั้น คือ 1) ชั้นเตรียม 2) ชั้นพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติ และ 3) ชั้นประเมินผล

คำสำคัญ : การกำกับตนเอง การฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาล การพยาบาลครอบครัวและผดุงครรภ์ นักศึกษาพยาบาล

Corresponding Author: * E-mail : y.sompit@gmail.com

โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

วันที่รับ (received) 15 ก.พ. 62 วันที่แก้ไขเสร็จ (revised) 2 พ.ค. 62 วันที่ตอบรับ (accepted) 10 พ.ค. 62

Abstract

The research aimed to study self-regulation of nursing students and develop a model for self-regulation of pre-service skills training in Practicum in Family Nursing and Midwifery I among nursing students in Srisavarindhira Thai Red Cross Institute of Nursing. The sample was 145 third-year nursing students who registered for Practicum in Family Nursing and Midwifery I in the academic year 2017. The record form, questionnaires, and conducting focus group interview of 10 participants were used to collect data. Descriptive statistics and content analysis were used to analyze the data.

The result revealed that self-regulation in practicing nursing skills prior to study Practicum in Family Nursing and Midwifery I was at a high level in overall. The three aspects of self-regulation include self-observation, self-reaction, and self-judgment and self-reaction were at a high level in overall and each item. The self-regulation method used to succeed in practical skills training consists of 3 aspects as mentioned. Students need more additional teaching and learning activities to help develop their self-regulation as follow; 1) measurement and evaluation 2) step-by-step training system 3) media, materials and equipment 4) time availability 5) peer group

To sum up, Applying theory to develop self-regulation model in practical skills training consisting of 3 stages: 1) preparation stage 2) self-regulation development stage for practice nursing skills and 3) evaluation stage

Keyword: self-regulation, practical training in nursing, Family Nursing and Midwifery, nursing students

บทนำ

เนื่องจากปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านการเมือง เศรษฐกิจ สังคม ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีต่างๆ การจัดการเรียนการสอนทางการพยาบาลต้องมีเน้นพัฒนาผู้เรียนสู่ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ผู้สอนต้องเปลี่ยนบทบาทจากผู้สอนเป็นผู้ชี้แนะ (coach) และอำนวยความสะดวก (facilitate)¹ ทำให้ต้องมีการเปลี่ยนแปลงเนื้อหาสาระตามหลักสูตรควบคู่ไปกับการพัฒนาทักษะใหม่ๆ ซึ่งการเรียนรู้ผู้เรียนจะต้องมีวินัยในตนเองหรือการกำกับตนเองในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเองจึงจะบรรลุผล การกำกับตนเอง คือ พฤติกรรมการควบคุมความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองด้วยความตั้งใจฝึกฝนกระบวนการกำกับตนเอง ประกอบด้วย การตั้งเป้าหมาย การติดตามความก้าวหน้าตามเป้าหมาย การประเมินปรับที่ที่ทำให้บรรลุเป้าหมาย และการให้รางวัลตนเอง² หรือเป็นกระบวนการที่ผู้เรียนมีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง³ จากงานวิจัยของเมดินา⁴ ศึกษาเรื่องการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนโดยใช้เทคนิคการกำกับตนเองและการตั้งเป้าหมาย ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีการกำกับตนเองและการตั้งเป้าหมาย

มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

รายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 เป็นรายวิชาหนึ่งในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต (หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ. 2555) วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย⁵ (ปัจจุบัน คือสถาบันการพยาบาล ศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย) รายวิชาจะต้องจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้สอดคล้องตามหลักสูตรเพื่อให้บัณฑิตมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ดังนั้นในการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ที่มีจุดมุ่งหมายวิชาเพื่อให้สอดคล้องและตอบสนองต่อมาตรฐานผลการเรียนรู้ของหลักสูตร กรอบมาตรฐานคุณวุฒิสาขาพยาบาลศาสตร์ บูรณาการทางทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โดยปรับปรุงเนื้อหาให้ทันสมัยให้สอดคล้องกับนโยบายสาธารณสุข โดยนำกระบวนการพยาบาลมาใช้ในการดูแลสุขภาพมารดา ครอบครัว และทารกปกติแบบองค์รวม เน้นให้ผู้เรียนใช้ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ แก้ปัญหาอย่างมีระบบ คำนึงถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรม และปฏิบัติการผดุงครรภ์บนพื้นฐานความรู้เชิงประจักษ์และการใช้ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องภายใต้ขอบเขตกฎหมายวิชาชีพและยึดมั่นในจรรยาบรรณวิชาชีพ โดยให้นักศึกษาฝึกปฏิบัติในแหล่งฝึกที่มี

ความหลากหลายของผู้รับบริการ มีการเตรียมความพร้อมและ
แก้ไขปรับปรุงทักษะการปฏิบัติการพยาบาลที่บกพร่องในห้อง
ปฏิบัติการพยาบาลหรือฝึกทักษะในสถานการณ์จำลอง เพื่อให้
นักศึกษามีความรู้ มั่นใจและสามารถปฏิบัติการพยาบาล
ได้ถูกต้อง จากประสบการณ์ของคณะผู้วิจัยในฐานะอาจารย์
ผู้สอนทางการพยาบาล มักพบว่า แม้นักศึกษาได้เรียนรายวิชา
การพยาบาล (ภาคทฤษฎี) แล้วแต่เมื่อเรียนรายวิชาปฏิบัติ
การพยาบาล (ภาคปฏิบัติ) ที่ต้องฝึกในสถานการณ์จริงในแหล่ง
ฝึกมักพบว่านักศึกษามีปัญหาในการนำความรู้ภาคทฤษฎี
มาประยุกต์ใช้ภาคปฏิบัติ โดยเฉพาะสาขาวิชาการพยาบาล
มารดา ทารกและผดุงครรภ์ ที่รับผิดชอบสอนรายวิชาปฏิบัติ
การพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ที่ผ่านมาได้จัดให้
นักศึกษามีการเตรียมฝึกทักษะต่างๆก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติ งานใน
แหล่งฝึกโดยเฉพาะเกี่ยวกับการทำคลอดพบว่า เป็นปัญหา
เมื่อนักศึกษาขึ้นฝึกในแหล่งฝึกตามสถานการณ์จริงทักษะมี
ความซับซ้อน ทำให้นักศึกษาขาดความมั่นใจ แม้อาจารย์ที่
รับผิดชอบรายวิชาได้พยายามวางแผนแก้ปัญหา ร่วมกัน
พิจารณาว่าทักษะใดที่จำเป็นต้องพัฒนาแล้วกำหนดการจัดการ
ฝึกทักษะปฏิบัติเพิ่มเติม โดยอาจารย์จะสาธิตทักษะและสาธิต
ย้อนกลับเป็นรายกลุ่มในห้องปฏิบัติการพยาบาล แล้วนักศึกษา
ต้องกลับไปศึกษาสื่อที่กำหนดใน e-learning อ่านบททวนคู่มือ
การเฝ้าคลอดและการทำคลอด และฝึกปฏิบัติทักษะดังกล่าว
ด้วยตนเองเพื่อให้เกิดความมั่นใจ แล้วกลับมาปฏิบัติทักษะนั้นๆ
ให้อาจารย์ประเมินผลว่าผ่านเกณฑ์หรือไม่ พบว่าเมื่อนักศึกษา
จำนวนมากที่ไม่ผ่านเกณฑ์ในการประเมินผลครั้งแรก และได้
สอบถามนักศึกษากลุ่มนี้พบว่ามีปัญหา เช่น นักศึกษาฝึก
ไม่เต็มที่ หรือมาเร่งรีบอ่านและฝึกก่อนการทดลองสอบประเมิน
แม้อาจารย์ได้มีการชี้แจงถึงความสำคัญของการฝึกเสริมทักษะ
ปฏิบัติแล้วก็ตาม ด้วยเหตุนี้ทำให้นักศึกษามีปัญหาการเรียนและ
การฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลไม่คล่องแคล่วและไม่มั่นใจใน
ตนเองเมื่อขึ้นไปปฏิบัติการพยาบาลในแหล่งฝึกจริง

จากวิเคราะห์ปัญหาดังกล่าว และการทบทวน
วรรณกรรม พบว่ายังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับการกำกับตนเอง
ของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียน
รายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและผดุงครรภ์ 1
ของนักศึกษาพยาบาล สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา
สภากาชาดไทยมาก่อน คณะผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญ
และสนใจศึกษาเกี่ยวกับการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล
ในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาล

ครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาลสถาบัน
การพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย เพื่อนำผลการศึกษา
ที่ได้ไปเป็นฐานสร้างรูปแบบการกำกับตนเองของนักศึกษา
พยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลให้มีประสิทธิภาพ
ยิ่งขึ้น เพื่อให้นักศึกษาจบไปเป็นพยาบาลวิชาชีพที่มีคุณภาพ
และอาจารย์พยาบาลเป็นบุคคลหนึ่งซึ่งมีบทบาทหน้าที่ในการ
ส่งเสริมการปฏิรูปการเรียนการสอน ให้ก้าวทันการเปลี่ยนแปลง
ที่เกิดขึ้น และมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษา
พยาบาลให้เป็นไปตามมาตรฐานวิชาชีพที่สภาการพยาบาลได้
กำหนดไว้⁶

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล
ในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาล
ครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาลสถาบัน
การพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย
2. เพื่อสร้างรูปแบบการพัฒนาการกำกับตนเอง
ในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาล
ครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาล สถาบัน
การพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

คำถามการวิจัย

1. การกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในการ
ฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาล
ครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาลสถาบัน
การพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย เป็นอย่างไร
2. รูปแบบการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึก
ทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาล
ครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาล
สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทยที่เหมาะสม
เป็นอย่างไร

กรอบแนวคิดของการวิจัย

กรอบแนวคิดของการวิจัย ใช้หลักทฤษฎีการเรียนรู้
ทางปัญญาสังคมของแบนดูรา⁷ โดยมีแนวคิดการกำกับตนเอง
จะไม่สามารถประสบความสำเร็จได้ด้วยพลังใจ ต้องมีการพัฒนา
และการฝึกฝน มีความตั้งใจและปรารถนาที่จะเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรม โดยกลไกการกำกับตนเองมี 3 องค์ประกอบ คือ
1) การสังเกตตนเอง (Self-observation) 2) กระบวนการ

ตัดสิน (Judgement process) 3) การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self-reaction) ซึ่งผู้วิจัยนำมาใช้เพื่อศึกษาการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาลสถาบันการพยาบาล ศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย และนำผลจากการศึกษาวิจัยนี้เป็นแนวทางนำไปประยุกต์ใช้สร้างรูปแบบพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบประยุกต์ (Applied Research)

ประชากร คือ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 198 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 145 คนได้จากตารางการประมาณการกำหนดขนาดตัวอย่างของ Krejcie and Morgan⁵ และ กลุ่มตัวอย่างเพื่อทำ Focus group จำนวน 10 คน วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างใช้การสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มีดังนี้

1) แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เกรดเฉลี่ยสะสมก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1, เกรดรายวิชาการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 และรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1

2) แบบสอบถามการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ดัดแปลงมาจากแบบสอบถามการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ของนริศรา คิทธิ⁶ บัณฑิตหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

3) แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม

ขั้นตอนดำเนินการวิจัย

1. เสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในคน สถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย เสนอหนังสือเพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลการต่ออธิการบดีสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

2. รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกข้อมูลแบบสอบถามการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 นำมาวิเคราะห์และหาข้อมูลเพิ่มเติมโดยทำ focus group

3. นำผลการศึกษาที่ได้มาบูรณาการร่วมกับแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง มาสร้างรูปแบบการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1

4. นำรูปแบบที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน ตรวจสอบรูปแบบ แล้วนำข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข ปรับรูปแบบให้สมบูรณ์ขึ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเชิงปริมาณวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และข้อมูลคิดเห็นเพิ่มเติมจากการสนทนากลุ่มวิเคราะห์เนื้อหาโดยการจัดหมวดหมู่ของข้อมูล

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน ของสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย (IRB-STIN 2561/07.23.05 วันที่ 23 กรกฎาคม 2561) โดยคณะผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนดำเนินการวิจัย ระยะเวลาการทำวิจัย ชี้แจงการพิทักษ์สิทธิของอาสาสมัครวิจัย สิทธิในการเข้าร่วมการวิจัยหรือปฏิเสธการวิจัย หากสนใจเข้าร่วมโครงการวิจัยจะให้เข้าร่วมลงนามในใบแสดงความยินยอมโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ

ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาล จำนวน 145 คน เกรดเฉลี่ยสะสมก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.00 และ

เกรดรายวิชาการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.00 เช่นเดียวกัน ส่วนเกรดรายวิชาการปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.26

การกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1

การกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ผลโดยรวม 3 ด้านอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.13$)

เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านการสังเกตตนเอง โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.99$) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีการกำกับตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ 13 ข้าพเจ้าดูสมุดจดบันทึกประจำวัน ทำให้รู้ว่าตนเองทำการบ้านเสร็จถึงไหนแล้ว และ ข้อ 14 ข้าพเจ้าทบทวนสมุดบันทึกที่จดไว้ใช้เตือนตนเองเพื่อตรวจสอบความก้าวหน้าของ

เป้าหมายที่ตั้งไว้ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.31$ และ 3.41 ตามลำดับ) ด้านการตัดสินใจตนเอง โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.14$) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า การกำกับตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมากทุกข้อ และด้านการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.35$) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีการกำกับตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ 27 เมื่อทำการบ้านเสร็จ ข้าพเจ้าจะให้เวลากับตนเอง โดยการทำสิ่งที่ชอบ เช่น เล่นเกม แซทกับเพื่อนอยู่ใน ข้อ 28 ข้าพเจ้ารู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อทำงานได้สำเร็จและได้คำชมชื่นจากครู ข้อ 29 ข้าพเจ้ารู้สึกชื่นชมตนเอง เมื่อทำการฝึกทักษะได้ถูกต้องและครบถ้วนตามที่ตั้งใจไว้ ข้อ 31 เมื่อทบทวนความรู้ขั้นตอนการฝึกจบตามที่ตั้งใจไว้ ข้าพเจ้าจะให้รางวัลกับตัวเองโดยการพักผ่อน เช่น ฟังเพลง ดูทีวี ข้อ 35 ข้าพเจ้าจะทำกิจกรรมที่ชื่นชอบ เมื่อทำการบ้านเสร็จตามที่ตั้งใจไว้ระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.70, 4.63, 4.61, 4.66$ และ 4.66 ตามลำดับ) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1

การกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1		\bar{X}	S.D.	ระดับการกำกับตนเอง
ด้านการสังเกตตนเอง		3.99	0.38	มาก
1	ก่อนเริ่มทำอะไรๆ เกี่ยวกับการฝึกทักษะปฏิบัติ ข้าพเจ้าจะตั้งเป้าหมายในการฝึกทักษะ	4.05	0.59	มาก
2	ข้าพเจ้าไม่เคยคาดหวังหรือตั้งเป้าหมายกับสิ่งที่จะได้นับจากการเรียนในวิชาต่างๆ	4.13	0.86	มาก
3	ข้าพเจ้ามีสมุดบันทึกเพื่อไว้เตือนตนเองให้ทำอะไรๆ ให้ได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้	3.72	0.96	มาก
4	ข้าพเจ้าพยายามทบทวนบทเรียนอย่างสม่ำเสมอเพื่อต้องการได้คะแนนการฝึกผ่านเกณฑ์ตาม เป้าหมายที่ตั้งไว้	4.02	0.75	มาก
5	ข้าพเจ้าไม่รู้ว่าแต่ละวันที่มาเรียนจะต้องทำอะไรบ้างหรือเป้าหมายอย่างไร	4.02	0.77	มาก
6	ข้าพเจ้าตั้งใจฝึกทักษะให้ถูกต้องตามขั้นตอนเพื่อให้ผ่านเกณฑ์ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้	4.45	0.53	มาก
7	ข้าพเจ้าจดบันทึกในสิ่งที่ตนเองได้ทำลงไป เพื่อไว้ใช้ตรวจสอบความก้าวหน้าของเป้าหมายที่ตั้งไว้	3.50	0.88	มาก
8	ข้าพเจ้ารู้ว่าถ้าต้องให้ผ่านเกณฑ์การประเมินการฝึกทักษะตามที่ตั้งใจไว้ ข้าพเจ้าจะต้องทำอะไรบ้าง	4.30	0.63	มาก
9	ข้าพเจ้าพยายามตั้งใจศึกษาเพื่อให้เข้าใจเนื้อหา ขั้นตอนในการฝึกทักษะมากยิ่งขึ้น	4.31	0.55	มาก
10	ขณะที่ครูสอนสาธิต ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนเพื่อให้ได้รับความรู้และทักษะต่างๆ ตามที่ตั้งใจไว้	4.47	0.57	มาก
11	ข้าพเจ้าจำไม่ได้ว่าในแต่ละวันได้เรียนรู้ทักษะอะไรไปบ้าง	3.86	0.85	มาก
12	ข้าพเจ้าไม่รู้ว่าตนเองเรียนไปเพื่ออะไร	4.30	0.74	มาก
13	ข้าพเจ้าดูสมุดจดบันทึกประจำวัน ทำให้รู้ว่าตนเองทำการบ้านเสร็จถึงไหนแล้ว	3.31	1.00	ปานกลาง
14	ข้าพเจ้าทบทวนสมุดบันทึกที่จดไว้ใช้เตือนตนเองเพื่อตรวจสอบความก้าวหน้าของเป้าหมายที่ตั้งไว้	3.41	0.95	ปานกลาง

การกำกับตนเองของนัศึกษพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติของนัศึกษพยาบาลก่อนการเรียน รายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1		\bar{X}	S.D.	ระดับการ กำกับตนเอง
ด้านการตัดสินใจตนเอง		4.14	0.39	มาก
15	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าไม่ตรวจสอบว่าทำการบ้านในการฝึกตามครูสั่งได้ทันตามเวลาที่ตั้งใจไว้หรือไม่	4.08	0.83	มาก
16	เมื่อฝึกแต่ละทักษะแล้ว ข้าพเจ้าจะมีการพูดคุยกันและเปรียบเทียบกับเพื่อนว่าทักษะที่ฝึกทำได้ครบถ้วนหรือไม่	4.34	0.61	มาก
17	ข้าพเจ้าไม่ตรวจสอบจำนวนและขั้นตอนของทักษะต่างๆว่าทำได้ครบถ้วนตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่	4.20	0.73	มาก
18	เมื่อผลการประเมินทักษะออกมา ข้าพเจ้าจะนำผลที่ได้ไปเปรียบเทียบกับเพื่อนร่วมห้อง	3.54	0.99	มาก
19	ข้าพเจ้าตรวจสอบบทเรียนว่าอ่านทบทวนจบตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่	4.06	0.66	มาก
20	ข้าพเจ้ารู้ว่าตนเองเข้าฝึกทักษะตรงเวลาตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่	4.10	0.64	มาก
21	ข้าพเจ้าไม่ตรวจสอบผลการเรียนของตนเองว่าทำได้ตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่	4.32	0.79	มาก
22	ข้าพเจ้ารู้ว่าตนเองทดสอบการฝึกทักษะผ่านเกณฑ์เป็นไปตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่	4.06	0.61	มาก
23	ข้าพเจ้าไม่ตรวจสอบการบ้านที่ครูสั่งไว้ว่าทำได้เสร็จสิ้นตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่	4.36	0.73	มาก
24	ข้าพเจ้าประเมินการบ้านที่ฝึกทำเสร็จแล้วทำได้ครบถ้วนตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่	3.94	0.66	มาก
25	ข้าพเจ้ารู้ว่าตนเองทำงานส่งได้ทันตามเวลาที่ตั้งใจไว้หรือไม่	4.42	0.60	มาก
26	เมื่อผลคะแนนการฝึกทักษะออกมา ข้าพเจ้าจะนำผลคะแนนที่ได้ไปใช้ปรับปรุง/พัฒนา	4.22	0.63	มาก
ด้านการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง		4.35	0.37	มาก
27	เมื่อทำการบ้านเสร็จ ข้าพเจ้าจะให้เวลากับตนเองโดยการทำสิ่งที่ชอบ เช่น เล่นเกม แชทกับเพื่อน	4.70	0.49	มากที่สุด
28	ข้าพเจ้ารู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อทำงานได้สำเร็จและได้คำชมชื่นจากครู	4.63	0.55	มากที่สุด
29	ข้าพเจ้ารู้สึกชื่นชมตนเอง เมื่อทำการฝึกทักษะได้ถูกต้องและครบถ้วนตามที่ตั้งใจไว้	4.61	0.53	มากที่สุด
30	ข้าพเจ้ารู้สึกเสียใจ เมื่อผลคะแนนประเมินการฝึกทักษะออกมาไม่ดี	3.91	0.86	มาก
31	เมื่อทบทวนความรู้ขั้นตอนการฝึกจบตามที่ตั้งใจไว้ ข้าพเจ้าจะให้รางวัลกับตัวเองโดยการพักผ่อน เช่น ฟังเพลง ดูทีวี	4.66	0.53	มากที่สุด
32	ข้าพเจ้าจะตำหนิตนเอง เมื่อทำการบ้านไม่ทันกำหนดตามเวลาที่ตั้งใจไว้	3.47	0.94	มาก
33	เมื่อข้าพเจ้าทบทวนเนื้อหาแล้วเข้าใจในสิ่งที่เรียน ข้าพเจ้าจะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง	4.35	0.70	มาก
34	เมื่อทำชิ้นงานฝึกทักษะได้ถูกต้องตามที่ตั้งใจไว้ ข้าพเจ้าจะชมเชยตนเอง	4.14	0.74	มาก
35	ข้าพเจ้าจะทำกิจกรรมที่ชื่นชอบ เมื่อทำการบ้านเสร็จตามที่ตั้งใจไว้	4.66	0.49	มากที่สุด
โดยรวม		4.13	0.29	มาก

จากข้อคิดเห็นเพิ่มเติมและการสนทนากลุ่มถึงวิธีการกำกับตนเองของนัศึกษาที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 พบว่า

1. การสังเกตตนเอง กลุ่มตัวอย่างจะมีวิธีการ คือ 1) การตั้งเป้าหมาย แต่มีได้เขียนบันทึกไว้ การตั้งเป้าหมายแต่ละคนมีรายละเอียดความชัดเจนในการตั้งเป้าหมายต่างกัน โดยมีเป้าหมายเพื่อการจดจำและสร้างความเข้าใจ 2) การเตือนตัวเอง โดยมีการวางแผนในการฝึกปฏิบัติแต่ไม่ได้บันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรและกำหนดเวลาที่แน่นอน เป็นแผนที่ยืดหยุ่นไม่ชัดเจน ไม่ได้บันทึกพฤติกรรมฝึก แต่คิดว่าการวางแผนกิจกรรมและดำเนินตามแผนอย่างมีระเบียบวินัยจะทำให้งานนั้นสำเร็จ

2. การตัดสินใจตนเอง โดยมีการแสดงออก คือ

1) เปรียบเทียบกับการกระทำตนเองเพื่อหาจุดผิดพลาดและ หาวิธีแก้ไข และ 2) เปรียบเทียบเป้าหมายกับเกณฑ์และกับเพื่อน

3. การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง คือ 1) เมื่อทำได้ผ่านเกณฑ์ จะให้รางวัลตนเอง ในสิ่งที่ตนต้องการ ซึ่งความต้องการของแต่ละคนไม่เหมือนกัน 2) เมื่อทำไม่ได้ผ่านเกณฑ์ จะการค้นหาคือจุดผิดพลาด แล้วตั้งเป้าหมายใหม่ ดังกลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็น

นอกจากนี้นักศึกษายังมีความต้องการให้จัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพิ่มเติมเพื่อช่วยให้เกิดการพัฒนากำกับตนเองที่ดียิ่งขึ้น คือ

1. การวัดและประเมินผล การการวัดประเมินผล เป็นสิ่งที่ช่วยเพิ่มกระตุ้นหรือกำกับตนเองในการฝึกปฏิบัติ ควรมีการสอบหลายครั้งและมีการกำหนดเกณฑ์ที่ชัดเจน

2. ระบบการฝึกทักษะอย่างเป็นขั้นตอน

3. สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ ครบถ้วน ได้แก่ อุปกรณ์เครื่องมือต่างๆ คู่มือ / guideline / Check list ตามขั้นตอนแต่ละทักษะ และ คลิปวิดีโอ เพราะสามารถทบทวนได้หลายครั้ง

4. การจัดเวลาให้เอื้อต่อการฝึกทักษะปฏิบัติ ระยะเวลาในการฝึกทักษะปฏิบัติควรเหมาะสม

5. กลุ่มเพื่อน การมีเพื่อนจะเป็นแรงผลักดันและกระตุ้นในการฝึกทักษะปฏิบัติ

2. รูปแบบการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาลสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย ผู้วิจัยสร้างรูปแบบขึ้นโดยนำผลการศึกษากำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาลสถาบันการพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย ปีการศึกษา 2560 บูรณาการกับแนวคิดเกี่ยวกับการกำกับตนเองของแบนดูรา⁷ รูปแบบการเรียนการสอนทักษะปฏิบัติของเดฟ¹⁰ การวัดและประเมินผล¹¹ และสัญญาการเรียนรู้¹² ประกอบด้วย

ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมความพร้อม ประกอบด้วย

1) การชี้แจงวัตถุประสงค์และความสำคัญของการกำกับตนเอง และสัญญาการเรียนรู้ 2) กิจกรรมการจูงใจในการเรียนรู้ โดยเสนอวิดีโอผลสำเร็จของการกำกับตนเองในการเรียนที่จะช่วยทำให้ผู้เรียนสนใจในบทเรียนและกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจในการเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติ ประกอบด้วย 2 ขั้นตอน คือ

2.1 ให้แนวทางการเรียนรู้ในการพัฒนาการกำกับตนเองและสัญญาการเรียนรู้พร้อมฝึกทักษะปฏิบัติ ประกอบด้วย 1) การตั้งเป้าหมาย 2) การวางแผนให้ตนเองบรรลุเป้าหมาย 3) การเตือนตัวเอง โดยการสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรม 4) ประเมินผลพฤติกรรมของตนเอง มีการเปรียบเทียบการกระทำในกระบวนการสังเกตตนเองกับเป้าหมายที่ตั้งไว้ 5) การแสดงปฏิกิริยาตอบสนอง โดยการประเมินพฤติกรรมของตนเองแล้วถ้าพฤติกรรมบรรลุตามเป้าหมายหรือสูงกว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้ ผู้เรียนจะแสดงปฏิกิริยาทางบวกต่อตนเอง

คือ การให้รางวัลตามความต้องการของตนเอง แต่ถ้าผู้เรียนกระทำพฤติกรรมเป้าหมายได้ต่ำกว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้จะนำไปปรับปรุงพัฒนา 6) สัญญาการเรียนรู้

2.2 การกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติ

1) ทำสัญญาการเรียนรู้ โดยตั้งเป้าหมายและวางแผนการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 โดยให้ผู้เรียนเป็นผู้เขียนสัญญา และผู้สอนเป็นพยานรับรู้ โดยมีระยะเวลาในการฝึกทั้งหมดภายใน 1 เดือน สัญญาการเรียนรู้ ประกอบด้วย กำหนดเป้าหมายในการฝึกทักษะปฏิบัติ กำหนดกลยุทธ์กิจกรรม และแหล่งการเรียนรู้¹² โดยกำหนดกิจกรรมการฝึกทักษะปฏิบัติ 5 ขั้นตอนของเดฟ¹⁰ วิธีดำเนินกิจกรรมแต่ละขั้นให้เป็นไปตามเป้าหมาย และแหล่งที่ฝึกทักษะปฏิบัติที่เหมาะสมแต่ละขั้นตอน หลักฐานการเรียนรู้ที่ทำให้บรรลุเป้าหมายโดยผู้เรียนจะต้องสังเกตและจดบันทึก พฤติกรรมการเรียนรู้ของตนเอง ที่ทำให้บรรลุเป้าหมายการฝึกแต่ละขั้นตอน มีเกณฑ์การประเมินผลต้องผ่านเกณฑ์อย่างน้อย ร้อยละ 90 และเมื่อผ่านเกณฑ์แล้ว ผู้เรียนได้รับรางวัลจากตนเองตามที่กำหนด รางวัลคำชมเชยจากผู้สอน และสามารถผ่านเข้าเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 โดยไม่ต้องเรียนซ่อมเสริมตามที่ระบุในสัญญาการเรียนรู้

2) ฝึกการกำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติ 5 ขั้นตอนตามแนวคิดทักษะปฏิบัติของเดฟ¹⁰ โดยต้องดำเนินการฝึกทักษะปฏิบัติเป็นไปตามที่ร่างสัญญาการเรียนรู้ที่ร่างไว้ตั้งแต่แรก ถ้าฝึกทักษะไม่บรรลุในแต่ละขั้นตอน ต้องฝึกใหม่ให้ได้ตามเกณฑ์ในขั้นตอนนี้ ก่อน จึงจะผ่านไปฝึกขั้นต่อไปได้ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นการเลียนแบบ โดยผู้สอนสาธิตทักษะปฏิบัติเป็นรายกลุ่ม (นักศึกษากลุ่มละ ประมาณ 4-5 คน) และให้ผู้เรียนได้สาธิตย้อนกลับพร้อมให้ข้อมูลป้อนกลับ โดยครูและกลุ่มเพื่อน พร้อมมอบหมายให้สังเกตทักษะปฏิบัติในสถานการณ์จริง ประเมินตนเองจากประสบการณ์ที่ได้รับ และปรับปรุงแผน

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นลงมือปฏิบัติตามคู่มือทักษะปฏิบัติ และ CD โดยผู้เรียนฝึกปฏิบัติทักษะด้วยตนเองแล้วประเมินผล และปรับปรุงการฝึกปฏิบัติและฝึกฝนต่อเนื่อง

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นการกระทำอย่างถูกต้องสมบูรณ์ โดยผู้เรียนจะต้องฝึกฝนจนสามารถทำสิ่งนั้น ๆ ได้อย่างถูกต้องสมบูรณ์ โดยไม่ใช้คู่มือ หรือ CD ทักษะปฏิบัติ ใดๆ เลย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นการแสดงออก โดยผู้เรียนมีโอกาสได้ฝึกฝนมากขึ้น จนกระทั่งสามารถกระทำสิ่งนั้นได้โดยไม่ใช้คู่มือ หรือ CD และปฏิบัติได้อย่างถูกต้องสมบูรณ์แบบอย่างคล่องแคล่ว รวดเร็ว โดยจับเวลาในการฝึกทักษะนั้นๆ ด้วยตนเอง และใช้เวลาไม่เกินกำหนดจากที่นำเสนอใน CD ของการฝึกแต่ละทักษะปฏิบัติ ด้วยความมั่นใจ หลังจากนั้นจะมีการประเมินเพื่อนำไปปรับปรุงพัฒนา โดยผู้เรียนต้องมาแสดงทักษะปฏิบัติและให้กลุ่มเพื่อนเป็นผู้ประเมินตามเกณฑ์การประเมินทักษะปฏิบัติที่ครูกำหนดให้ถูกต้องครบถ้วน และให้ข้อมูลป้อนกลับเพื่อนำไปปรับปรุงพัฒนา แล้วดำเนินการฝึกขั้นต่อไป

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นการกระทำอย่างเป็นธรรมชาติ ขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้เรียนสามารถกระทำสิ่งนั้น ๆ อย่างสบาย เป็นไปอย่างอัตโนมัติ โดยการบันทึกวิดีโอในการฝึกทักษะนั้นๆ ส่งผู้สอนพร้อมส่งสัญญาณการเรียนรู้ และนัดประเมินผลการฝึกทักษะปฏิบัติรวบยอด

ขั้นที่ 3 การประเมินผล ขั้นนี้เป็นประเมินผลการฝึกทักษะปฏิบัติรวบยอด โดยต้องแสดงการฝึกทักษะปฏิบัติตามสถานการณ์ที่ผู้สอนกำหนด ผ่านเกณฑ์อย่างน้อยร้อยละ 90 เมื่อผ่านเกณฑ์ผู้เรียนได้รับรางวัลจากตนเองตามที่กำหนด รางวัลคำชมเชยจากผู้สอน และสามารถผ่านเข้าเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 โดยไม่ต้องเรียนซ่อมเสริมตามที่ระบุในสัญญาณการเรียนรู้

อภิปรายผล

1. การกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 และวิธีการกำกับตนเองของนักศึกษาที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 จากผลโดยภาพรวมของการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกทักษะปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 อยู่ในระดับมาก สอดคล้องตามการศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนวัยรุ่นมีการกำกับตนเองในการเรียนโดยรวมอยู่ในระดับมาก⁹ และการศึกษาเรื่องการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนโดยใช้เทคนิคการกำกับตนเองและการตั้งเป้าหมาย

ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีการกำกับตนเองและการตั้งเป้าหมายมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ⁴ เช่นเดียวกับการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาคปฏิบัติของนิสิตพยาบาลชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า ความมีวินัยในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียน และความรู้พื้นฐานเดิม มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาคปฏิบัติ¹³ และเมื่อพิจารณาผลการศึกษากำกับตนเองรายด้าน พบว่า

ด้านการสังเกตตนเอง โดยรวมอยู่ในระดับมากและเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีการกำกับตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ 13 และ 14 อยู่ในระดับปานกลาง และวิธีการกำกับตนเองของนักศึกษาที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 มีความคิดเห็นการกำกับตนเอง ด้านการสังเกตตนเอง จะมีการตั้งเป้าหมายเพื่อการจดจำ และสร้างความเข้าใจให้ตนเอง และการเตือนตัวเองโดยมีการวางแผนในการฝึกปฏิบัติแต่ไม่ได้บันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรและกำหนดเวลาที่แน่นอน เป็นแผนที่ยืดหยุ่นไม่ชัดเจน และเห็นว่ากลุ่มเพื่อนและแรงจูงใจในตน มีอิทธิพลในการฝึกทักษะปฏิบัติของตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ควรนำไปปรับปรุงพัฒนานอกจากนี้แรงจูงใจ เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้มีอิทธิพลในการกำกับตนเองด้านการสังเกตตนเอง ที่เป็นพลังผลักดันให้คนมีพฤติกรรม และยังกำหนดทิศทางและเป้าหมาย ของพฤติกรรมนั้นด้วย ทำให้กลุ่มตัวอย่างกำกับตนเอง คือถ้าไม่ผ่านและต้องเสียเวลาไปซ่อมเสริม จะทำให้พลาดโอกาสไปเที่ยวหรือถูกตรวจสอบพฤติกรรมจากผู้ปกครอง และสอดคล้องตามแนวคิดของแบนดูรา^{7,14} ด้านการสังเกตตนเองนี้เป็นความสนใจต่อลักษณะที่จำเพาะในพฤติกรรมของบุคคลอย่างพินิจพิเคราะห์ บุคคลจะไม่มีอิทธิพลใดๆ ต่อการกระทำของตนเอง ถ้าเขาไม่สนใจว่าเขากำลังทำอะไรอยู่ ดังนั้นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการกำกับตนเองคือ บุคคลจะต้องรู้ว่ากำลังทำอะไรอยู่ เพราะความสำเร็จของการกำกับตนเองนั้น ส่วนหนึ่งมาจากความชัดเจนของความสม่ำเสมอ และความแม่นยำของการสังเกตและการบันทึกตนเอง และสอดคล้องกับงานวิจัย¹⁵ ศึกษาพบว่ากระบวนการสร้างแรงจูงใจในการเป็นพยาบาลวิชาชีพของนักศึกษาพยาบาลเกิดขึ้นเป็นลำดับต่อเนื่อง ประกอบด้วย แรงจูงใจตั้งต้นในการเรียนพยาบาล การเผชิญกับสถานการณ์บนคลินิก และกำหนดเป้าหมายการเรียนพยาบาล โดยตลอดกระบวนการสร้าง

แรงจูงใจของนักศึกษามีปัจจัยที่มีผลทำให้แรงจูงใจของนักศึกษาเพิ่มขึ้นหรือลดลง คือปัจจัยที่เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนแนวความคิดและพฤติกรรมของนักศึกษาเพื่อรักษาแรงจูงใจของตนเองให้สามารถผ่านการเรียนพยาบาลไปได้ทั้งนี้การเกิดแรงจูงใจเพิ่มขึ้นหรือลดลงของนักศึกษาเป็นกระบวนการที่เป็นพลวัตสามารถเปลี่ยนแปลงกลับไปมาได้

ด้านการตัดสินใจตนเอง โดยรวมอยู่ในระดับมากและเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า การกำกับตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมากทุกข้อ ซึ่งข้อคำถามจะเป็นการสอบถามการประเมินตัดสินใจ การตรวจสอบการเรียน และการฝึกทักษะของนักศึกษาเอง โดยกลุ่มตัวอย่างจะมีการตัดสินใจตนเอง โดยมีการตรวจสอบตนเอง แล้วนำเอาผลที่ได้ไปเปรียบเทียบกับกระทำเพื่อหาจุดผิดพลาดของตนเองและหาวิธีแก้ไข และเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่ตนตั้งขึ้นและกับเพื่อน ซึ่งให้ความสำคัญอย่างมากต่อการถ่ายทอดมาตรฐานจากกระบวนการของตัวแบบ⁷ นอกจากการตัดสินใจที่ต้องอาศัยมาตรฐานส่วนบุคคลแล้ว อีกปัจจัยหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการเปรียบเทียบกับกลุ่มอ้างอิงทางสังคม ซึ่งสอดคล้องกับกลวิธีการกำกับตนเองในการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ด้านนักเรียนว่าเป็นบุคคลที่ควรกำกับตนเองในการเรียนรู้อย่างเป็นกิจวัตร เช่นการจัดทำตารางการอ่านหนังสือของตนเอง ควรศึกษาค้นคว้าความรู้ใหม่ๆ จากอินเทอร์เน็ต เพื่อได้ปรับปรุงพัฒนาตนเองในการเรียน ควรมีกลุ่มเพื่อนที่เรียนด้วยกันเพื่อให้เกิดความสนใจมากกว่าเรียนคนเดียว ควรศึกษาแนวทางการเรียนที่ดีจากเพื่อนหรือนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี อาจเรียกว่าการถอดประสบการณ์ของนักเรียนที่เรียนเก่ง² และสอดคล้องกับความคิดเห็นของนักศึกษาถึงวิธีการกำกับตนเองของตนที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ที่นักศึกษาจะมีการตัดสินใจตนเองโดยเปรียบเทียบกับเป้าหมายกับการกระทำตนเองเพื่อหาจุดผิดพลาดและหาวิธีแก้ไข และเปรียบเทียบกับเป้าหมายกับเกณฑ์และกับเพื่อนเช่นกัน

ด้านการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยรวมอยู่ในระดับมากและเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีการกำกับตนเองด้านนี้อยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ 27, 28, 29, 31 และ 35 อยู่ในระดับมากที่สุดซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของแบนดูรา^{7,14} การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง การพัฒนามาตรฐานในการประเมินและทักษะในการตัดสินใจนั้น จะนำไปสู่การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง ทั้งนี้ย่อมขึ้นอยู่กับสิ่งล่อใจในการที่จะนำไปสู่ผล

ทางบวก ทั้งในแง่ของผลที่ได้เป็นสิ่งของที่จับต้องได้หรือความพึงพอใจในตนเอง ส่วนมาตรฐานภายในบุคคล ก็จะทำให้หน้าที่เป็นตัวเกณฑ์ที่ทำให้บุคคลคงระดับการแสดงออก อีกทั้งเป็นตัวจูงใจให้บุคคลกระทำพฤติกรรมไปสู่มาตรฐานดังกล่าวด้วย ซึ่งจะเห็นได้ว่าแรงจูงใจทางบวกเป็นสิ่งที่นักศึกษาต้องการหรือพอใจ เช่น คำชมชื่นจากครู การเล่นเกม ความภาคภูมิใจในตนเอง เพราะการที่ผู้เรียนมีความพยายามกำกับตนเองทำงานสำเร็จตามเป้าหมาย เขาก็มีกระบวนการตัดสินใจตนเองและแสดงปฏิกิริยาตนเอง โดยการให้รางวัลตนเองในสิ่งที่เขาต้องการและที่ต้องการการได้รับการยอมรับจากผู้อื่นเช่นกัน จากข้อคิดเห็นถึงวิธีการกำกับตนเองของนักศึกษาที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการฝึกทักษะปฏิบัติการพยาบาลก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองจะเห็นว่าเมื่อเมื่อทำได้ผ่านเกณฑ์จะให้รางวัลตนเองในสิ่งที่ตนต้องการ แต่ยังมีความคิดแง่บวกทำได้ไม่ผ่านเกณฑ์ จะการค้นหาข้อผิดพลาด แล้วตั้งเป้าหมายใหม่ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่เกิดการท้อแท้

ส่วนความต้องการให้จัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพิ่มเติมเพื่อช่วยให้เกิดการพัฒนากำกับตนเองที่ดียิ่งขึ้นทั้งด้าน การวัดและประเมินผล ระบบการฝึกทักษะอย่างเป็นขั้นตอน การ สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ ครบถ้วน ได้แก่ อุปกรณ์เครื่องมือต่างๆ คู่มือ /guideline /Check list ตามขั้นตอนแต่ละทักษะ และ คลิปวิดีโอ เพราะสามารถทบทวนได้หลายครั้ง การใช้เวลาให้เอื้อต่อการฝึกทักษะปฏิบัติ ระยะเวลาในการฝึกทักษะปฏิบัติควรเหมาะสม การมีกลุ่มเพื่อนจะเป็นแรงผลักดันและกระตุ้นในการฝึกทักษะปฏิบัติ เหล่านี้ล้วนเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนที่ผู้สอนต้องตระหนักและเตรียมความพร้อมในการสอนและส่งเสริมที่จะให้นักศึกษากำกับตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติและจัดสิ่งที่เป็นปัจจัยสนับสนุนการเรียนรู้ให้ดียิ่งขึ้นและทันสมัยอยู่เสมอ สอดคล้องตามการศึกษา¹⁶ ได้ศึกษาพบว่าผลการวิจัย พบว่า ตัวแปรอิสระที่ร่วมทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา ทารกและการผดุงครรภ์ 1 ได้อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ได้แก่ ด้านกระบวนการเรียนการสอนของการเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียนรู้ที่ผู้สอนใช้วิธีการสอนที่หลากหลายสอดคล้องกับลักษณะวิชาและผลลัพธ์ของการเรียนรู้ ด้านสาระความรู้และสิ่งที่ส่งเสริมการเรียนรู้โดยผู้สอนจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนได้ฝึกทักษะที่สำคัญ ด้านระบบสังคมโดยผู้สอนเป็นผู้มีความรู้ความชำนาญ ด้านสาระความรู้และสิ่งที่ส่งเสริมการเรียนรู้

ที่ผู้เรียนได้รับการพัฒนาคุณลักษณะหรือสมรรถนะของ
ผู้เรียนที่จำเป็นต้องปลูกฝังจนติดตัว และด้านระบบสังคม
ที่ผู้เรียนมีความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายร่วมกัน

2. รูปแบบการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึก
ทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาล
ครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาลสถาบัน
การพยาบาลศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย

จากรูปแบบที่สร้างขึ้นโดยนำผลการศึกษากำกับ
ตนเองในการฝึกทักษะปฏิบัติก่อนการเรียนรายวิชาปฏิบัติการ
พยาบาลครอบครัวและการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาล
สถาบันการพยาบาล ศรีสวรินทิรา สภากาชาดไทย ปีการศึกษา
2560 ข้างต้นบูรณาการองค์ประกอบต่างๆ สอดคล้องตาม
แนวคิดรูปแบบการเรียนการสอนทักษะปฏิบัติของเดฟที่ได้จัด
ลำดับขั้นของการเรียนรู้ทางด้านทักษะปฏิบัติโดยเริ่มจากระดับ
ที่ซับซ้อนน้อยไปจนถึงระดับที่มีความซับซ้อนมาก¹⁰ เป็นไปตาม
หลักการเรียนรู้ร่วมทั้งการเรียนรู้ที่ใช้สัญญาณการเรียนรู้ที่เป็นเอกสารที่
ช่วยในการวางแผนการเรียนรู้ซึ่งเขียนจากข้อตกลงร่วมกัน
ระหว่างผู้เรียนกับผู้สอนที่เป็นกิจกรรมเฉพาะเจาะจงที่ดำเนิน
การเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการเรียนรู้ที่เฉพาะเจาะจง¹² ซึ่งได้
มีการทดลองศึกษานำสัญญาณเรียนรู้มาใช้ลดข้อผิดพลาดด้าน
การเขียนภาษาญี่ปุ่นของผู้เรียนชาวไทย ผลปรากฏว่ามากกว่า
ร้อยละ 90 คิดว่าสัญญาณเรียนรู้ส่งผลดีต่อตัวนักศึกษา
โดยเป็นโอกาสให้ได้ศึกษาและสังเกตข้อผิดพลาดของตนเอง
และให้ได้ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ดังนั้นจึงทำให้มีความรู้ความ
เข้าใจเกี่ยวกับข้อผิดพลาดของตนเองดีขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นการ
เสริมสร้างความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเองให้แก่นักศึกษา
อีกด้วย และการวัดและการประเมินผลที่มีความสำคัญในการ
เรียนการสอน มีจุดประสงค์เพื่อประเมินความก้าวหน้าของ
ผู้เรียนว่าบรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้หรือไม่ และเป็นการ
ประเมินผลเพื่อตัดสินผลการเรียนทั้งหมดของผู้เรียน ว่ารอบรู้
เพียงใด มีความสามารถระดับใด¹¹ และจากการศึกษาในครั้งนี้
นักศึกษากลุ่มตัวอย่างก็มีแสดงความคิดเห็นว่าการวัดผลหรือ
การสอบเป็นสิ่งที่ช่วยกระตุ้นหรือกำกับตนเองในการฝึกทักษะ
ปฏิบัติด้วย

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย ควรมีการส่งเสริมหลักสูตร จัด
ระบบขั้นตอนในการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ในการ กำกับ
ตนเองอย่างเหมาะสมและมีการประเมินผลที่มีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาวิจัย

1. ควรศึกษาเพิ่มเติมของวิธีการกำกับตนเองด้าน
การฝึกปฏิบัติการพยาบาลของกลุ่มนักศึกษาที่มีความแตกต่าง
ของคะแนนการฝึกปฏิบัติการพยาบาล คือ กลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ
เพื่อนำมาต่อยอดแนวทางการพัฒนาการกำกับตนเองในการฝึก
ปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลให้ครอบคลุมยิ่งขึ้น

2. ควรศึกษาสร้างรูปแบบการสอนเพื่อส่งเสริม
ให้เกิดการกำกับตนเองของนักศึกษาในศตวรรษที่ 21

References

1. Songwatthanayuth P, Polin S. The curriculum for nursing students in the 21st century: case study and transformative learning. *Journal of the Royal Thai Army Nurses* 2019;20 (2): 10-6 (in Thai)
2. Jongjaisurathum S, Supparerkchaisakul N, Damsuwan W. Self-regulated learning strategies of 21st century. *Journal of Behavioral Science for Development* 2015;7 (1): 15-26. (in Thai)
3. Eggen P, Kauchak D. *Educational psychology: windows on classroom*. 7th ed. New Jersey: Pearson Merrill Prentice Hall; 2007.
4. Medina E. Improving student mathematics achievement through self regulation and goal setting. In: Plakhotnik MS, Nielsen SM, Pane DM, editors. *Proceeding of the tenth annual college of education and graduate student network research conference*. Miami: Florida International University; 2011:147-53. (in Thai)

5. The Thai Red Cross College of Nursing. Bachelor of nursing science (Course update 2012). Bangkok: The Thai Red Cross College of Nursing; 2012. (in Thai)
6. Sarakettrin A, Rongmuang D, Chantra R, Nursing education in the 21st century: competencies and roles of nursing instructors. *Journal of The Royal Thai Army Nurses* 2019;20 (1): 12-20. (in Thai)
7. Bandura A. Social foundations of thought and action: a social cognitive theory. Engle wood, NJ: Prentice-Hall; 1986.
8. Siljaru T. Research and data analysis with SPSS. 9th ed. Bangkok: Business R & D; 2008.
9. Khidhen N. The effect of group counseling on self-regulation in study of adolescent students [Thesis]. Bangkok: Srinakarinwirot University; 2014. (in Thai)
10. Khemmani T. Teaching science: knowledge for organizing effective learning processes. 16th ed. Bangkok: Chulalongkorn Press; 2012. (in Thai)
11. Pasipol S. Learning measurement and evaluation. Bangkok: Chulalongkorn Press; 2016. (in Thai)
12. Anderson G, Boud D, Sampson J. Learning contracts: a practical guide. New York: Routledge; 1996.
13. Klaharn R. Factors affecting the practicum achievement of the third – year nursing students of Srinakharinwirot University. *Journal of The Royal Thai Army Nurses* 2014; 15 (3): 412-20. (in Thai)
14. Iamsupasit S. Theories and techniques in behavior modification. 8th ed. Bangkok: Chulalongkorn Press; 2013. (in Thai)
15. Kejkornkaew S, Boonrin P, Napa W. Motivation process for becoming professional nurse in nursing students: a grounded theory. *Ramathibodi Nursing Journal* 2018;24 (3): 249-63.
16. Phimchaisai P, Wongchantorn N. The factors influencing achievement of practicum in nursing care for mother, infant, and midwifery 1 of nursing students at a private University in Nakhon Pathom Province. *Journal of The Royal Thai Army Nurses* 2018;19 (1): 154-63. (in Thai)