

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสื่อประสมเพื่อการควบคุมตนตามหลักการ ออกแบบสื่อ สำหรับพัฒนาการควบคุมตนในเยาวชน พร้อมทั้งศึกษาประสิทธิภาพของสื่อประสม เพื่อการควบคุมตนที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น โดยพิจารณาจากผลของสื่อประสมในการควบคุมตนที่มีต่อ การควบคุมตน และพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนของเยาวชน สื่อประสมที่สร้างขึ้นประกอบด้วยภาพเคลื่อนไหวแบบวีดิทัศน์ ภาพนิ่ง ภาพกราฟิก การ์ตูนแอนิเมชัน ตัวอักษร ตัวอักษรซึ่งเป็นเนื้อหาจากคำรา และเสียงประกอบ ซึ่งผู้วิจัย ดำเนินการถ่ายทำและผลิตขึ้นตามสตอรี่บอร์ดที่เขียนไว้ ทั้งนี้สื่อประสมมีเนื้อหาด้านการควบคุม ตน สำหรับเยาวชนวัยระหว่าง 11 – 13 ปี

การออกแบบสื่อประสมเป็นไปตามหลักการออกแบบสารสนเทศเชิงปฏิสัมพันธ์ (Information Interaction Design) บนที่กลงบนแผ่นดีวีดี – รม เพื่อใช้กับเครื่องคอมพิวเตอร์ สื่อประสมเพื่อการควบคุมตนเป็นเครื่องมือประกอบในการฝึกอบรมเพื่อให้เยาวชนเกิด ลักษณะทางจิตด้านการควบคุมตน เยาวชนซึ่งเป็นนักเรียนต้องร่วมกิจกรรมในสื่อ ร่วมอภิปรายกับ เพื่อนที่ใช้สื่อ มีการปรับพฤติกรรมของตนเองตามแผน ซึ่งต้องทำเป็นการบ้าน มีการฝึกทักษะทาง สังคมตามตัวอย่างจากสื่อเพื่อการพัฒนาพฤติกรรมที่ยั่งยืน ฯลฯ ทั้งนี้โดยมีผู้วิจัยหรือครูพี่เลี้ยงเป็น ผู้แนะนำให้มีการดำเนินการตามสื่อ ระยะเวลาในการเข้าร่วมใช้สื่อเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ชั่วโมง

การทดสอบผลของสื่อประสมต่อการควบคุมตนและพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการ เรียน ดำเนินการโดยทำการทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปี ที่ 1 จำนวน 36 คน ซึ่งอาสาสมัครเข้าร่วมการทดลอง และได้ทำแบบวัดการควบคุมตนและแบบ วัดพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนก่อนการทดลอง การถูกสุ่มเข้ากลุ่มทดลอง 18 คน กลุ่มควบคุม 18 คน กระทำโดยนำคะแนนพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนของ อาสาสมัครทั้งหมดมาเรียงลำดับคะแนนจากสูงไปต่ำ จับคู่คะแนนใกล้เคียง แล้วทำการสุ่มอย่าง ง่ายด้วยวิธีจับฉลาก เพื่อให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างตามจำนวนที่ต้องการ

การสรุปและอภิปรายผลการวิจัย

การสร้างสื่อประสมเพื่อการควบคุมตนเองได้ดำเนินการตามหลักการออกแบบสารสนเทศเชิงปฏิสัมพันธ์ ได้มีการพัฒนาบางส่วนจากสื่อที่มีผู้ผลิตไว้แล้วในรูปแบบโปรแกรมแบบแยกสาขา ซึ่งพิมพ์เป็นรูปเล่ม ผู้วิจัยได้นำมาผลิตเป็นรูปแบบการ์ตูนแอนิเมชัน การออกแบบตัวละครมีความสอดคล้องกับลักษณะ ท่าทีของตัวละครตามเนื้อเรื่อง และผู้เรียนจะได้เรียนรู้เทคนิคการควบคุมตนเองด้วยตนเอง โดยผ่านการตอบคำถามตามโปรแกรมแบบแยกสาขา การสร้างสื่อประสมเพื่อกิจกรรมอื่นล้วนใช้การดำเนินการถ่ายทำด้วยกล้องวิดีโอ ด้วยกระบวนการถ่ายทำ การตัดต่อบันทึกเสียง และทำส่วนต่อประสานเพื่อใช้กับคอมพิวเตอร์อย่างเป็นระบบ ที่สำคัญคือผู้เรียนซึ่งเป็นเยาวชนจะได้ร่วมกิจกรรมทั้งในห้องเรียนและไปทำเป็นการบ้าน ทำให้การสะสมลักษณะทางจิตคือการควบคุมตนเองเพิ่มขึ้น

สื่อประสมในการควบคุมตนเองนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและทำการตรวจสอบประสิทธิภาพของสื่อ โดยบรรลุตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่วางไว้ทุกประการ ทั้งนี้สามารถพิจารณาตามการอภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัยดังนี้

จากสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 และข้อที่ 2 ซึ่งตั้งไว้ว่า

เยาวชนที่ได้รับสื่อประสมเพื่อการควบคุมตนเอง มีการควบคุมตนเอง และพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนสูงกว่าก่อนได้รับสื่อประสม และ

เยาวชนที่ได้รับสื่อประสมเพื่อการควบคุมตนเอง มีการควบคุมตนเอง และพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับสื่อประสม

ผลการวิจัยพบว่าก่อนการทดลอง เยาวชนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีการควบคุมตนเองและพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนไม่ต่างกัน (ดังปรากฏผลตามตารางที่ 3, 4)

หลังจากนั้นเยาวชนที่ได้รับสื่อประสมเพื่อการควบคุมตนเอง มีการควบคุมตนเองและพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนสูงกว่าก่อนได้รับสื่อประสม (ดังปรากฏผลตามตารางที่ 5, 6) และยิ่งสูงกว่ากลุ่มทดลองที่ไม่ได้รับสื่อประสมอย่างน่าเชื่อถือ (ดังปรากฏผลตามตารางที่ 7, 8) ผลที่ได้นี้เป็นการสนับสนุนสมมติฐานทั้ง 2 ข้อที่ได้ตั้งไว้ ซึ่งสะท้อนให้ทราบว่าสื่อประสมเพื่อการควบคุมตนเองนี้สามารถนำไปใช้กับเยาวชนวัยเรียนที่มีอายุระหว่าง 11 – 13 ปี ได้อย่างเป็นอย่างดี ทั้งนี้ อภิปรายได้เป็นข้อ ๆ ดังนี้

1. สื่อประสมเพื่อการควบคุมตนเองที่ได้มีการพัฒนาหรือสร้างขึ้นมาในครั้งนี้ ประกอบด้วยประเภทของสื่อที่หลากหลาย ตามที่ กิดานันท์ มลิทอง (2543) ได้นำเสนอไว้ คือเป็นภาพวิดีโอเคลื่อนไหว ภาพนิ่ง ภาพกราฟิก ภาพการ์ตูนแอนิเมชัน ตัวอักษร ตัวอักษรอธิบายข้อมูล ตาม Text เสียงประกอบ และส่วนต่อประสาน (Interface) นอกจากนี้ยังมีกระบวนการผลิตที่พยายาม

ยึดหลักหรือกฎในการถ่ายทำ ซึ่งเป็นไปตามที่ วิภา อุตมพันธ์ (2544) ได้อธิบายไว้ มีเทคนิคในการออกแบบสื่อที่เรียบง่าย ไม่ล้นจอ เห็นได้ชัดเจน สอดคล้องตามการนำเสนอของ Pettersson (2004) มีการเลือกเสียงดนตรีที่มีจังหวะสอดคล้องกับการนำเสนอภาพ ให้ทำนองดนตรีทำหน้าที่บรรยายภาพที่นำเสนอโดยไม่ต้องใช้คำพูดในการบรรยาย มีการระมัดระวังในการบันทึกเสียงพากย์ของตัวละคร จึงทำให้สื่อประสมเพื่อการควบคุมตนเป็นที่น่าดึงดูดความสนใจของผู้ใช้สื่อ

2. เนื้อหาเรื่องการควบคุมตนในสื่อประสม เป็นเนื้อหาที่เหมาะสมกับเยาวชนวัยระหว่าง 11 – 13 ปี ซึ่งเป็นวัยที่การพัฒนาการรู้ การคิดอยู่ในขั้นที่ 4 ตามทฤษฎีพัฒนาการการรู้ การคิดของ Piaget ขั้นนี้เยาวชนสามารถคิดเชิงนามธรรมได้สูงสุด ที่ยังไม่เท่าเทียมผู้ใหญ่ เนื่องจากยังขาดประสบการณ์ นอกจากนั้นกิจกรรมในสื่อประสมยังเน้นไปทางด้านการเรียนรู้ ซึ่งเป็นหน้าที่หลักของนักเรียน อย่างไรก็ตามการพัฒนาทักษะทางจิตคือ การควบคุมตน มีส่วนส่งเสริมพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนอยู่แล้ว ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยที่ทำไว้แล้ว ซึ่งล้วนได้ผลสอดคล้องกันว่า การควบคุมตนสามารถพยากรณ์ผลการเรียน ความสำเร็จในงานของเยาวชน (Duck Worth & Seligman, 2005 ; Tangney & Baumeister, 2004 ; Mischel, Soda & Peake, 1988) ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการมีพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนของเยาวชนนั่นเอง และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พิณภา หมวกยอด (2548) ด้วย

3. สื่อประสมเพื่อการควบคุมตนที่สร้างขึ้นนี้นำทฤษฎีการออกแบบสารสนเทศเชิงปฏิสัมพันธ์ (Information Interaction Design) โดย Shedroff (2000) มาใช้ในการออกแบบสื่อ จึงทำให้เยาวชนเกิดความฉลาดหรือองค์ความรู้ในการควบคุมตนขึ้น การออกแบบสื่อประสมที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการควบคุมตนได้พิจารณาถึง 3 ด้านผสมกัน คือ พิจารณาด้านการออกแบบสารสนเทศ ด้านการออกแบบการปฏิสัมพันธ์ เพื่อให้ผู้ใช้สื่อ ได้มีปฏิสัมพันธ์กับสื่อด้วยตนเอง เช่น สามารถคลิกไปยังหัวข้อที่ตนเองต้องการทราบ สามารถคลิกเลือกข้อความที่ถูกต้อง เป็นต้น การมีทางเลือกหลายทาง ทำให้เยาวชนผู้ใช้สื่อเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองขึ้น ด้านที่สามคือด้านประสาทสัมผัส โดยผู้วิจัยผลิตสื่อที่ต้องใช้การมองเห็น และการได้ยินเป็นการรับข้อมูล สื่อบางตอนที่ตัวละครต้องพูด ก็จะมีการนำเสนอด้วยภาพหรือตัวอักษรประกอบ เพื่อให้เกิดความเข้าใจได้ง่ายขึ้น สอดคล้องกับที่ Screven (2000) ได้รวบรวมผลการวิจัยไว้ว่า การนำเสนอด้วยเสียงเพียงอย่างเดียว จะได้ผลน้อยกว่าการเสนอทั้งเสียงให้ได้ยินและภาพให้มองเห็นด้วย

ในการออกแบบสารสนเทศผู้วิจัยได้มีการค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารงานวิจัย (Data) นำมาจัดระเบียบและนำเสนอข้อมูล (Information) แก่เยาวชนผู้ใช้สื่อ เยาวชนจะต้องสามารถบูรณาการข้อมูลจนเกิดความรู้ (Knowledge) และเกิดความเฉลียวฉลาดหรือองค์ความรู้ (Wisdom) ในเรื่องเกี่ยวกับการควบคุมตนในที่สุด ด้วยการนำหลักการออกแบบสารสนเทศเชิงปฏิสัมพันธ์มา

ใช้ในการออกแบบสื่อประสมเพื่อการควบคุมตน จึงทำให้สื่อประสมมีประสิทธิภาพโดยส่งผลให้เกิดการควบคุมตนและพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบด้านการเรียนในเยาวชน

4. สื่อประสมเพื่อการควบคุมตน มีกิจกรรมที่ต้องลงมือปฏิบัติจริง เช่น การวางแผน การดำเนินตามแผน การพูดให้กำลังใจตนเอง การสร้างสัญลักษณ์เตือนตน ตลอดจนการฝึกปฏิบัติเพื่อให้การดำเนินการตามแผนผ่านไปจนสำเร็จ กิจกรรมเหล่านี้เยาวชนในกลุ่มทดลองจะระบุว่าชอบ ทำให้เกิดความร่วมมือในการทำกิจกรรม ซึ่งนำไปสู่ผลที่คาดหวัง ตัวอย่างข้อมูลจากเยาวชนในกลุ่มทดลองซึ่งคัดลอกมา เช่น

การเกิดทัศนคติทางบวกต่อสื่อ ซึ่งช่วยในการเอาใจใส่รับรู้สื่อ

“ชอบตอนการฝึกปฏิบัติ”

“ชอบการทำแผ่นพับเตือนตนเอง”

“มีสื่อที่น่าสนใจ ทำให้อยากเรียนรู้”

“อยากให้มีขึ้นอีกครั้ง”

“ชอบวิทยากร สื่อ รูปเล่มของรายงาน”

“สนุก ได้แสดงความรู้สึก”

การเกิดทักษะทางสังคม ซึ่งเป็นทักษะเพื่อการควบคุมตน

“ช่วยทำให้ระบบในการจัดการตนเองดีขึ้น มีการวางแผน และจะต้องทำตามแผน”

“ช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ของผมได้ แลผมเป็นการเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน

ด้วย”

“รู้วิธีปฏิบัติคน ช่วยในการปฏิบัติเพื่อน ๆ เวลาชวนทำสิ่งไม่ดี”

“ช่วยการวางแผนต่าง ๆ และการปฏิบัติในสิ่งที่เราไม่อย่างทำ”

“สนุก ได้ผลิตที่ค้น และ แผ่นพับเตือนตนเอง ช่วยเรื่องการเรียนเป็นอย่างมาก”

5. การมีแฟ้มบันทึกพฤติกรรมมอบแก่เยาวชนในกลุ่มทดลอง โดยเป็นแฟ้มที่มีภาพตัวอักษรที่ชัดเจน มีสีสัน มีภาพการ์ตูนแอนิเมชัน และเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจ ทำให้การนำสื่อประสมเพื่อการควบคุมตนมาใช้กับเยาวชน ได้บังเกิดผลสำเร็จตามความมุ่งหมาย จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นการอธิบายถึงความมีประสิทธิภาพของสื่อประสมเพื่อการควบคุมตน ซึ่งสามารถนำมานำเสนอแก่เยาวชนและบังเกิดผลตามจุดมุ่งหมาย

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์

1. สามารถนำสื่อประสมเพื่อการควบคุมตนไปใช้เป็นกิจกรรมในคาบแนะแนว เพื่อให้ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้พัฒนาการควบคุมตนและส่งเสริมพฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียน
2. กิจกรรมในสื่อประสมสามารถแตกออกเป็นกิจกรรมย่อย ๆ โดยนำเสนอผ่าน LCD Projector เพื่อให้ นักเรียนร่วมกันฝึกทักษะ เช่น ทักษะการปฏิเสธ ในกรณีที่โรงเรียนไม่มีคอมพิวเตอร์ที่มีประสิทธิภาพรองรับสื่อประสม ครูสามารถดึงกิจกรรมที่เป็นแผ่นภาพจากแฟ้มบันทึกกิจกรรมไปใช้งานได้เกือบทุกกิจกรรม
3. ครูผู้สอนหรือผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับเยาวชน สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาการควบคุมตน และส่งเสริมความรับผิดชอบในด้านอื่น ๆ เป็นต้นว่า ด้านสุขภาพด้วยการออกกำลังกายเป็นประจำ ทั้งนี้กระทำได้โดยเปลี่ยนกิจกรรมที่ต้องสำรวจตนเอง กิจกรรมการวางแผนเพื่อ ดำเนินการเป็นเรื่องการออกกำลังกายแทน แต่สามารถใช้สื่อประสมที่บันทึกลงบนแผ่นดีวีดี – รมนี้ นำเสนอแก่เยาวชน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- การทำวิจัยครั้งต่อไปสามารถดำเนินการ โดยพัฒนาหรือสร้างสื่อประสมเพื่อส่งเสริม ทักษะทางสังคมในด้านอื่น ๆ เช่น การคิดอัตโนมัติทางบวก การเว้นการปฏิบัติที่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น เป็นต้น
- การพัฒนาหรือสร้างสื่อประสม อาจแยกเป็นด้านย่อย ๆ เช่น การฝึกปฏิเสธ การ นำเสนอเยาวชนต้นแบบ การสร้างการ์ตูนแอนิเมชันในด้านอื่น และทำการทดลองใช้ในกลุ่ม เยาวชน