

การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วม
ในระดับอุดมศึกษา
The Survey Executive Functioning Assessment of Students with
Disabilities in Higher Education

นางสาวเอื้องทิพย์ ไตรบำรุง
ศูนย์การศึกษาพิเศษ คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2562
มีนาคม 2563
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

| | |
|----------------------|---|
| หัวข้อวิจัย | การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วม ในระดับอุดมศึกษา |
| ชื่อผู้วิจัย | นางสาวเอื้องทิพย์ ไตรบำรุง |
| หน่วยงาน | ศูนย์การศึกษาพิเศษ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา |
| ปีที่ทำการวิจัยเสร็จ | 2563 |

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาฝึกการที่เรียนร่วม มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ประจำปีการศึกษา 2562 จำนวน 48 คน จำแนกตามประเภทความพิการ ได้แก่ นักศึกษาฝึกการที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน จำนวน 24 คน นักศึกษาฝึกการที่มีความบกพร่องทางการเห็น จำนวน 13 คน และนักศึกษาฝึกการที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว จำนวน 11 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษามีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = .67) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ($\bar{X} = 3.93$, S.D. = .71) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = 3.34$, S.D. = .97)

2. ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการ พบว่า

2.1 นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยินมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.15$, S.D. = .51) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ($\bar{X} = 3.66$, S.D. = .53) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = 2.77$, S.D. = .73)

2.2 นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.83$, S.D. = .57) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ($\bar{X} = 4.28$, S.D. = .62) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการควบคุมอารมณ์ ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = .57)

2.3 นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.00$, S.D. = .61) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน

(ข)

พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง
มากทุกด้าน โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการควบคุม
อารมณ์ ($\bar{X} = 4.21$, S.D. = .60) และด้านความยืดหยุ่น ($\bar{X} = 4.21$, S.D. = .68) ส่วนด้านที่มี
ค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการบริหารจัดการ ($\bar{X} = 3.63$,
S.D. = .94)

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

| | |
|--------------------|---|
| Title | The Survey Executive Functioning Assessment of Students with Disabilities in Higher Education |
| Researchers | Miss Euangthip tribamrung |
| Institute | Special Education Center Faculty of Education Nakhon Ratchasima Rajabhat University |
| Year | 2020 |

ABSTRACT

The research aimed to the survey Executive Functioning of Students with Disabilities in Higher Education. Sample were 48 students with disabilities who mainstream in university on semester in 2019. There were 24 students with hearing impairments, 13 students with visual impairment and 11 students with physical and mobility disabilities. Data was analyzed by descriptive analysis : frequency, percentage and standard deviation.

The research results were found that:

1. The Executive Functioning of Students with Disabilities in Higher Education were on highest level ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = .67) Analysis in each dimension, The highest mean dimension was goal-directed persistence ($\bar{X} = 3.93$, S.D. = .71) and the least mean dimension was time management ($\bar{X} = 3.34$, S.D. = .97)

2. Executive Functioning of students with Disabilities in Higher Education classified by type of disabilities was showed that :

2.1 Executive Functioning of student with hearing impairments were on average level ($\bar{X} = 3.15$, S.D. = .51). Analysis in each dimension, The highest mean dimension was goal-directed persistence ($\bar{X} = 3.66$, S.D. = .53) and the least mean dimension was time management ($\bar{X} = 2.77$, S.D. = .73)

2.2 Executive Functioning of student with visual impairment were on highest level ($\bar{X} = 3.83$, S.D. = .57). Analysis in each dimension, The highest mean dimension was goal-directed persistence ($\bar{X} = 4.28$, S.D. = .62) and the least mean dimension was emotional control ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = .57)

2.3 Executive Functioning of Student with Mobility Limitations, on highest level ($\bar{X} = 4.00$, S.D. = .61). Analysis in each dimension, The highest mean dimension was emotional control ($\bar{X} = 4.21$, S.D. = .60) and flexibility ($\bar{X} = 4.21$, S.D. = .68). and the least mean dimension was organization ($\bar{X} = 3.63$, S.D. = .94)

กิตติกรรมประกาศ

โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย จากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ประจำปีการศึกษา 2562 และสำเร็จลงได้ โดยความอนุเคราะห์จาก ดร. สิริลักษณ์ โปรงสันเทียะ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการวิจัยที่ได้ถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์ ให้คำปรึกษาแนะนำด้านวิชาการ รวมทั้งให้ความช่วยเหลือในด้านต่างๆ ซึ่งผู้วิจัยขอกราบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์วาระดี ชาญวิรัตน์ ผู้อำนวยการศูนย์การศึกษาพิเศษ ดร.สุภาวดี วิสุวรรณ อาจารย์ประจำโปรแกรมวิชาการศึกษาพิเศษ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธนวัฒน์ ธิติธนานันท์ อาจารย์ประจำโปรแกรมวิชาการวัดผลและประเมินผลการศึกษา ที่กรุณาให้ คำปรึกษาแนะนำ และตรวจสอบเนื้อหาแบบสอบถาม

ขอขอบคุณนักศึกษาฝึกการและเจ้าหน้าที่หน่วยบริการสนับสนุนนักศึกษาฝึกการ ศูนย์การศึกษาพิเศษ ตลอดจนผู้เกี่ยวข้องทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ตลอดระยะเวลาในการดำเนินการวิจัยจนประสบผลสำเร็จเป็นอย่างดียิ่ง

เอื้องทิพย์ ไตรบำรุง

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

สารบัญ

หน้า

| | |
|--|-----|
| บทคัดย่อภาษาไทย..... | (ก) |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ..... | (ค) |
| กิตติกรรมประกาศ..... | (จ) |
| สารบัญ..... | (ฉ) |
| สารบัญตาราง..... | (ช) |
| สารบัญภาพ..... | (ณ) |
| บทที่ | |
| 1 บทนำ..... | 1 |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา..... | 1 |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย..... | 3 |
| ความสำคัญของการวิจัย..... | 3 |
| ขอบเขตของการวิจัย..... | 3 |
| กรอบแนวคิดในการวิจัย..... | 4 |
| นิยามศัพท์เฉพาะ..... | 4 |
| 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง..... | 7 |
| ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับนักศึกษาพิการ..... | 7 |
| แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะการบริหารจัดการตนเอง..... | 18 |
| การวัดทักษะการบริหารจัดการตนเอง..... | 28 |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... | 34 |
| 3 วิธีดำเนินการวิจัย..... | 38 |
| กลุ่มเป้าหมาย..... | 38 |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... | 38 |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล..... | 39 |
| การวิเคราะห์ข้อมูล..... | 39 |
| 4 ผลการวิจัย..... | 41 |
| ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม..... | 41 |
| ตอนที่ 2 แบบสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วม ในระดับอุดมศึกษา..... | 42 |

สารบัญ (ต่อ)

| บทที่ | หน้า |
|---|------|
| 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ..... | 54 |
| สรุปผลการวิจัย..... | 54 |
| อภิปรายผล..... | 57 |
| ข้อเสนอแนะ..... | 60 |
| บรรณานุกรม..... | 62 |
| ภาคผนวก..... | 68 |
| ภาคผนวก ก หนังสือขอความอนุเคราะห์..... | 69 |
| ภาคผนวก ข แบบสอบถาม..... | 73 |
| ภาคผนวก ค ค่าดัชนีความสอดคล้อง..... | 78 |
| ประวัติย่อผู้ทำวิจัย..... | 82 |

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

สารบัญตาราง

| ตารางที่ | หน้า |
|--|------|
| 1 พฤติกรรมที่บ่งชี้ว่ามีปัญหาด้านทักษะการบริหารจัดการตนเอง..... | 26 |
| 2 พัฒนาการที่ต้องใช้ทักษะการบริหารจัดการตนเอง..... | 32 |
| 3 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสถานภาพส่วนตัว..... | 41 |
| 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา โดยภาพรวม..... | 42 |
| 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามรายชื่อ..... | 43 |
| 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางการได้ยิน โดยภาพรวม..... | 45 |
| 7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางการได้ยิน จำแนกตามรายชื่อ..... | 46 |
| 8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางการเห็น โดยภาพรวม | 48 |
| 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางการเห็น จำแนกตาม รายชื่อ..... | 49 |
| 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางร่างกายหรือ การเคลื่อนไหว โดยภาพรวม..... | 51 |
| 11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางร่างกายหรือการ เคลื่อนไหว จำแนกตามรายชื่อ..... | 52 |

สารบัญภาพ

ภาพที่

หน้า

1 ภาพกรอบแนวคิดในการวิจัย..... 4

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาเป็นสถาบันที่เปิดโอกาสให้นักศึกษาพิการได้เข้ามาศึกษาในระดับอุดมศึกษา และมีความพยายามที่จะทำให้นักศึกษาพิการสามารถเข้าถึงระบบการเรียนการสอนของมหาวิทยาลัยได้อย่างเท่าเทียมกับนักศึกษาทั่วไป ปัจจุบันมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา มีหน่วยบริการสนับสนุนสำหรับนักศึกษาพิการ ศูนย์การศึกษาพิเศษ คอยให้บริการช่วยเหลือ ตลอดจนอำนวยความสะดวกทางการศึกษาให้กับนักศึกษาพิการที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย โดยตระหนักถึงสิทธิและความเท่าเทียมของนักศึกษาพิการที่จะได้รับโอกาสในการศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัย และคำนึงถึงการพัฒนาให้นักศึกษาพิการมีคุณสมบัติของบัณฑิตที่พึงประสงค์ และเป็นบุคคลที่มีคุณภาพเช่นเดียวกับนักศึกษาในมหาวิทยาลัย โดยในปีการศึกษา 2561 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา มีนักศึกษาพิการเรียนร่วม จำนวน 52 คน จำแนกตามประเภทความพิการ ได้แก่ นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน จำนวน 24 คน บกพร่องทางการเห็น จำนวน 12 คน บกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว จำนวน 12 คน บกพร่องทางสติปัญญา จำนวน 2 คน บุคคลออทิสติก จำนวน 2 คน (หน่วยบริการสนับสนุนสำหรับนักศึกษาพิการ. มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา. 2562)

สำหรับนักศึกษาพิการการเข้าเรียนในระดับอุดมศึกษาอาจเป็นสิ่งที่ไม่คุ้นเคย นักศึกษาพิการบางคนอาจควบคุมตนเองให้ตรงตามเวลาที่กำหนดในตารางได้ค่อนข้างลำบาก การปรับจำนวนชั่วโมงเพิ่มขึ้นเร็วเพียงใดขึ้นอยู่กับความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาแต่ละคน เนื่องจากห้องเรียนและบริการใหม่มีความแตกต่างกับระบบการให้บริการเดิม และการศึกษาในระดับอุดมศึกษาอาจทำให้นักศึกษาพิการเกิดความเครียด เนื่องจากประสบการณ์ชีวิตในมหาวิทยาลัย เช่น การใช้ชีวิตเพียงลำพัง การจัดการเรื่องเงิน การรักษามาตรฐานด้านการศึกษา และการรับมือกับสังคมเพื่อนใหม่ การเผชิญกับปัญหาเหล่านี้อาจส่งผลต่อการบริหารจัดการตนเองของตัวนักศึกษาพิการ

ทักษะการบริหารจัดการตนเอง (Executive Function : EFs) เป็นที่รู้จักกันว่าเป็นทักษะที่นำไปสู่ความสำเร็จ เนื่องจากการทำหน้าที่ของสมองส่วนหน้าที่ช่วยให้บุคคลสามารถบริหารจัดการงานจนสำเร็จตามเป้าหมาย ความบกพร่องของทักษะ EFs สามารถพบได้ทั้งนักศึกษาทั่วไป และนักศึกษาที่มีความต้องการพิเศษ การจัดการเรียนรู้ของคณาจารย์จึงจำเป็นต้องบูรณาการกิจกรรมส่งเสริมทักษะ EFs เพื่อให้นักศึกษาทุกคนในห้องเรียนได้ฝึกทักษะ EFs โดยคณาจารย์ควรมีความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะ EFs และหลักการพัฒนาทักษะ EFs เพื่อจะทำให้นักศึกษาเป็น ผู้เรียนที่ประสบความสำเร็จ ทั้งในด้านการเรียน ด้านการใช้ชีวิต (สิริลักษณ์ โปรงสันเทียะ. 2561 : 1-2) ความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง เป็นสิ่งที่มนุษย์ใช้ในชีวิตประจำวันทั้งที่

โดยเจตนาและไม่เจตนาหรือโดยรู้ตัวและไม่รู้ตัว ความสามารถในการบริหารจัดการตนเองเป็นการทำงานของสมองส่วน Prefrontal Lobe แต่ถ้าสมองส่วนนี้ขาดการพัฒนาอย่างสมบูรณ์จะเป็นสาเหตุให้ความสามารถในการบริหารจัดการตนเองบกพร่อง และเป็นต้นเหตุให้ผู้เรียนมีปัญหาด้านการเรียน อาจเป็นสาเหตุให้ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งงานที่ยุ่งยาก ซับซ้อน และการใช้ชีวิตประจำวัน การขาดความสามารถดังที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น เป็นสาเหตุที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ของนักศึกษาพิการ ดังนั้นการช่วยเหลือจึงต้องประเมินว่านักศึกษาพิการแต่ละคนขาดความสามารถด้านใด แล้วให้ความช่วยเหลือในสิ่งที่ขาด และเพิ่มเติมความสามารถอื่นๆ ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะช่วยในการพิจารณาว่านักศึกษาพิการมีความต้องการพิเศษด้านใดบริการที่เกี่ยวข้องใดจะเหมาะสม (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2560 : 1-23) สอดคล้องกับงานวิจัยที่ระบุว่า เด็กที่มี EF ดี จะมีความพร้อมทางการเรียนมากกว่าเด็กที่ EF ไม่ดี และประสบความสำเร็จได้ในการเรียนทุกระดับตั้งแต่อนุบาลไปจนถึงมหาวิทยาลัย นอกจากนี้ทักษะ EF ยังเป็นตัวบ่งบอกถึงความพร้อมทางการเรียนมากกว่าระดับสติปัญญาอีกทั้งยังส่งผลอย่างยิ่งกับด้านทักษะคณิตศาสตร์และการอ่าน (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2560)

ความสามารถในการบริหารจัดการตนเองเป็นความสามารถของสมองที่จะจัดระบบกระบวนการทางความคิด การจัดการ การบริหาร และการสั่งการ แต่เนื่องจากมีความบกพร่องของสมองหรือสมองส่วนที่ควบคุมความสามารถนี้ไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ จึงก่อให้เกิดปัญหาในการบริหารจัดการด้านต่าง ๆ เช่น การเรียน การทำงาน ดังนั้นมหาวิทยาลัยจึงควรที่จะช่วยเหลือนักศึกษาพิการที่มีปัญหาด้านการบริหารจัดการตนเอง ซึ่งจากการศึกษาวิจัย พบว่านักศึกษาพิการกลุ่มที่มีทักษะด้านความสามารถในการบริหารจัดการมักจะเป็นความพิการที่ไม่เด่นชัด ได้แก่ สมาธิสั้น นักศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียนรู้และออทิสติก แต่ทั้งนี้นักศึกษาพิการเรียนร่วมมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน บกพร่องทางการเห็น และบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวตามลำดับ จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการทั้งสามประเภทนี้ ประกอบกับการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการยังมีน้อย

ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะผู้ปฏิบัติงานด้านการให้บริการนักศึกษาพิการ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จึงมีความสนใจที่จะศึกษาสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา เพื่อให้ได้ข้อมูลสารสนเทศสำหรับหน่วยงานด้านการให้บริการนักศึกษาพิการ และเพื่อเป็นแนวทางในการหาวิธีการลดผลของปัญหา และส่งเสริมพัฒนาทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการต่อไป

วัตถุประสงค์ของโครงการ

เพื่อสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา

ความสำคัญของการวิจัย

1. ทำให้ทราบถึงทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา
2. ทำให้ได้ข้อมูลสารสนเทศพื้นฐานสำหรับหน่วยงานเพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม

ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายของการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น และนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว จำนวน 48 คน ที่จดทะเบียนคนพิการ และกำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ปีการศึกษา 2561 (หน่วยบริการสนับสนุนนักศึกษาพิการ. 2562)

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

2.1 ตัวแปรอิสระ

2.1.1 ประเภทความพิการ ได้แก่ บกพร่องทางการได้ยิน บกพร่องทางการเห็น และบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว

2.2 ตัวแปรตาม คือ ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำนวน 11 ด้าน ดังนี้

2.2.1 ด้านการยับยั้งชั่งใจ

2.2.2 ด้านความจำขณะทำงาน

2.2.3 ด้านการควบคุมอารมณ์

2.2.4 ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน

2.2.5 ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน

2.2.6 ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ

2.2.7 ด้านการบริหารจัดการ

2.2.8 ด้านการจัดการเวลา

2.2.9 ด้านความยืดหยุ่น

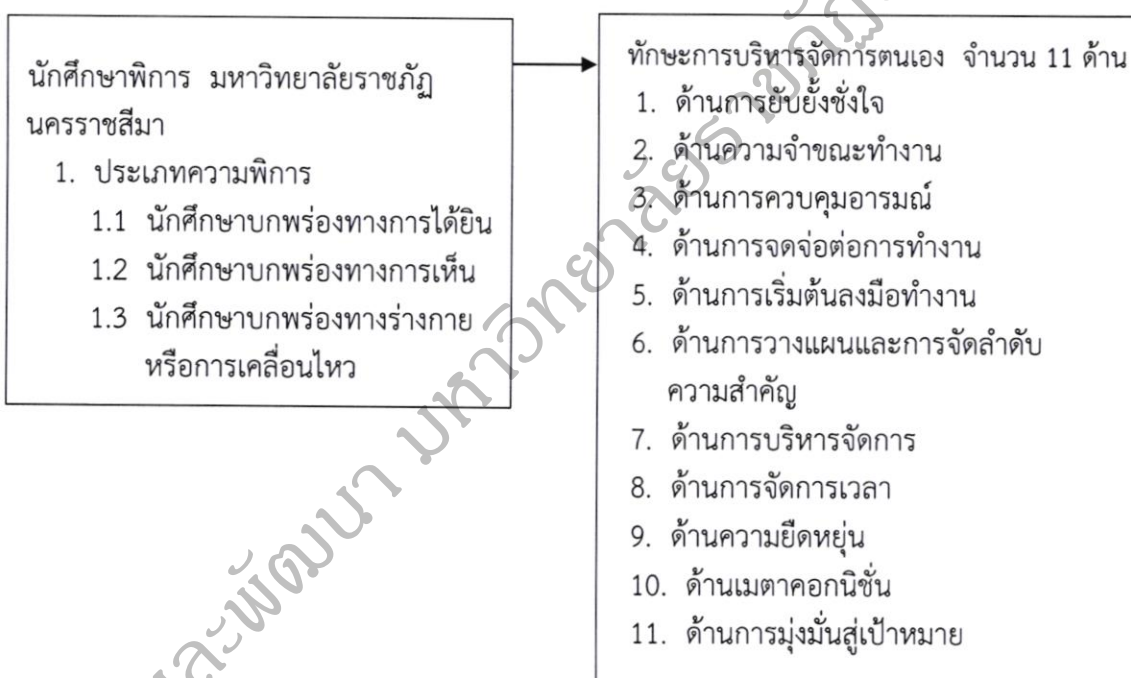
2.2.10 ด้านเมตาคอกนิจัน

2.2.11 ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยนี้มุ่งศึกษาสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการ โดยทักษะการบริหารจัดการตนเองได้ใช้แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับทักษะการบริหารจัดการตนเอง จำนวน 11 ด้าน ได้แก่ ด้านการยับยั้งชั่งใจ ด้านความจำขณะทำงาน ด้านการควบคุมอารมณ์ ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ ด้านการบริหารจัดการ ด้านการจัดการเวลา ด้านความยืดหยุ่น ด้านเมตาคอกนิชัน และด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย (Dawson, Peg and Guare Richard. 2014 ; 2018 : 268-271)

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย
ตัวแปรอิสระ



นิยามศัพท์เฉพาะ

1. นักศึกษาพิการในระดับอุดมศึกษา หมายถึง นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น และนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว ซึ่งจดทะเบียนคนพิการและกำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ปีการศึกษา 2562

2. ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาพิการในการบริหารจัดการตนเอง ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญต่อการเรียนรู้ที่ประกอบไปด้วยทักษะที่เกี่ยวข้องกับความสามารถด้านต่างๆ ดังนี้

2.1 ด้านการยับยั้งชั่งใจ หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการในการคิดอย่างรอบคอบก่อนลงมือทำเป็นความสามารถที่จะแสดงความอดทนที่จะแสดงหรือไม่แสดงพฤติกรรมในขณะที่เกิดเหตุการณ์ และวิเคราะห์ว่าการกระทำตนเองจะส่งผลกระทบต่อผู้อื่นอย่างไรและความสามารถในการควบคุมความต้องการของตนเองให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม

2.2 ด้านความจำขณะทำงาน หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการที่จะทำให้ข้อมูลอยู่ในความจำขณะทำงานที่มีความซับซ้อน และความสามารถที่จะดึงเอาประสบการณ์เดิมหรือความรู้เดิมมาใช้ในการวางแผนการทำงานในอนาคต และเก็บไว้มาใช้ประโยชน์ตามสถานการณ์ที่พบเจอ

2.3 ด้านการควบคุมอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการในการแสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อโกรธ ผิดหวัง เสียใจ ใช้เวลาไม่นานในการคืนอารมณ์สู่ภาวะปกติ จัดการกับอารมณ์ความรู้สึกเพื่อไม่ให้มีผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น ด้วยการกำกับ ดูแลอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ไม่หุนหันพลันแล่นโต้ตอบกลับทันทีโดยไม่คิด

2.4 ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการที่คงความสนใจและจดจ่อต่อการทำงาน มุ่งความสนใจอยู่กับสิ่งที่ทำอย่างต่อเนื่องในช่วงเวลาหนึ่ง แม้จะมีสิ่งรบกวนหรือเกิดความเบื่อหรือเหนื่อยล้าก็ตาม

2.5 ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการในการคิดเริ่มต้นลงมือทำงานด้วยตนเอง โดยไม่ผัดวันประกันพรุ่ง เพื่อให้งานสำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมาย

2.6 ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการในการกำหนดเป้าหมาย จัดลำดับความสำคัญของงาน เริ่มต้นลงมือทำด้วยตนเอง โดยไม่ต้องมีคนบอก รวมทั้งการตัดสินใจว่าสิ่งใดสำคัญ หรือไม่สำคัญ การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการเริ่มตั้งแต่การตั้งเป้าหมาย การเห็นภาพรวมของงานไม่ติดอยู่กับรายละเอียดปลีกย่อยจนทำให้งานไม่สำเร็จ

2.7 ด้านการบริหารจัดการ หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการในการจัดการข้อมูลและการจัดการสิ่งของและเครื่องใช้ เพื่อให้เป็นหมวดหมู่เดียวกัน ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยเก็บรักษาของส่วนตัวอย่างเป็นระเบียบ และดูแลรักษาความสะอาดของใช้ส่วนตัว

2.8 ด้านการจัดการเวลา หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการในการประมาณการเวลาที่ใช้ในการทำงานให้ทันเวลาที่กำหนด รวมทั้งรับรู้ว่าเวลาที่มีความสำคัญ

2.9 ด้านความยืดหยุ่น หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการในการทบทวนแผนการทำงานเมื่อพบอุปสรรค ข้อผิดพลาด เพื่อปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับสถานการณ์ ความสามารถในการยืดหยุ่นหรือปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ ไม่ยึดติดอยู่กับกรอบความคิดเดิมๆ สามารถปรับเปลี่ยนความคิดให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป แก้ปัญหาด้วยวิธีที่หลากหลาย เปลี่ยนความสนใจจจดจ่อจากกิจกรรมหนึ่งไปยังอีกกิจกรรมหนึ่งได้อย่างอิสระ

2.10 ด้านเมตาคognition หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการที่จะถอยหลังและมองดูสิ่งที่กำลังทำในสถานการณ์ต่างๆ การสังเกตเห็นกระบวนการของตนเองที่จะแก้ปัญหา รวมทั้งการมีทักษะในการกำกับและประเมินตนเอง การควบคุมและการประเมินการคิดของตนเอง หรือความสามารถของบุคคลที่ได้รับการพัฒนา เพื่อควบคุมกำกับกระบวนการทางปัญญาหรือกระบวนการ

2.11 ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาฝึกการในการตั้งเป้าหมายและเดินตามเป้าหมายนั้น ไม่ออกแวกไปกับความสนใจอื่นที่เข้ามาแทรกความพากเพียรและอดทนมุ่งมั่นไปให้ถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยนี้มุ่งศึกษาสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า รวบรวมเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามลำดับดังนี้

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับนักศึกษาฝึกการ
 - 1.1 ความหมายของนักศึกษาฝึกการ และคนฝึกการ
 - 1.2 ประเภทของคนฝึกการ
 - 1.3 ลักษณะของคนฝึกการ
 - 1.4 ลักษณะการเรียนรู้ของนักศึกษาฝึกการ
2. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะการบริหารจัดการตนเอง
 - 2.1 ความหมายทักษะการบริหารจัดการตนเอง
 - 2.2 ความสำคัญของทักษะการบริหารจัดการตนเอง
 - 2.3 ทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะการบริหารจัดการตนเอง
 - 2.4 ปัญหาทักษะการบริหารจัดการตนเองที่เกี่ยวกับความพิการ
3. การวัดทักษะการบริหารจัดการตนเอง
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับนักศึกษาฝึกการ

1. ความหมายของนักศึกษาฝึกการ

ในชีวิตประจำวันเราจะพบบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งซึ่งมีลักษณะที่เห็นจากภายนอกว่าแตกต่างจากบุคคลทั่วไป อันเนื่องมาจากความบกพร่องของอวัยวะ เช่น ไม่มีแขนขาหรือมีแต่ใช้การได้ไม่เต็มที่ เรามักจะเรียกคนเหล่านี้ว่า “คนพิการ” ซึ่งมีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2560 : 3-4) ให้ความหมายคำว่า นักศึกษาฝึกการ หมายถึง นักศึกษาที่มีความต้องการพิเศษในการรับบริการทางการศึกษาหรือบริการอื่นใดระหว่างที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษา บุคคลเหล่านี้มีศักยภาพและความสามารถ แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องการ การดูแลช่วยเหลือที่แตกต่างจากนักศึกษาทั่วไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับความสามารถและข้อจำกัดที่เกิดจากความบกพร่องหรือพิการ

นักศึกษาฝึกการ หมายถึง ผู้เรียนซึ่งมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคม เนื่องจากมีความบกพร่องทางการเห็น การได้ยิน การเคลื่อนไหว การสื่อสาร จิตใจ อารมณ์ พฤติกรรม สติปัญญา การเรียนรู้หรือความบกพร่องอื่นใด ประกอบกับมีอุปสรรคในด้านต่างๆ และมีความต้องการจำเป็นพิเศษทางการศึกษาที่จะต้องได้รับความช่วยเหลือด้านหนึ่งด้านใดเพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคมได้อย่างบุคคลทั่วไป ทั้งนี้ ตามประเภทและหลักเกณฑ์ที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ ประกาศกำหนด (กระทรวงศึกษาธิการ. 2555)

พระราชบัญญัติการจัดการศึกษาสำหรับคนพิการ พ.ศ. 2551 ได้ให้ความหมาย “คนพิการ” หมายความว่า บุคคลซึ่งมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคม เนื่องจากมีความบกพร่องทางการเห็น การได้ยิน การเคลื่อนไหว การสื่อสาร จิตใจ อารมณ์ พฤติกรรม สติปัญญา การเรียนรู้ หรือความบกพร่องอื่นใดประกอบกับมีอุปสรรคในด้านต่างๆ และมีความต้องการจำเป็นพิเศษทางการศึกษาที่จะต้องได้รับความช่วยเหลือด้านหนึ่งด้านใดเพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคมได้อย่างบุคคลทั่วไป ทั้งนี้ตามประเภทและหลักเกณฑ์ที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการประกาศกำหนด (ราชกิจจานุเบกษา เล่ม 125 ตอนที่ 28 ก. 5 กุมภาพันธ์ 2551)

พระราชบัญญัติการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ พ.ศ. 2534 ได้ให้ความหมาย “คนพิการ” หมายถึง คนที่มีความบกพร่องทางร่างกาย สติปัญญาหรือจิตใจ ตามประเภทหรือตามหลักเกณฑ์ที่กำหนดในกฎกระทรวง (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2546 : 3)

โดยสรุปความหมายของ นักศึกษาพิการหรือที่บุคคลทั่วไปมักเรียกว่าคนพิการ หมายถึง บุคคลซึ่งมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการเข้าร่วมทางสังคม เนื่องจากมีความบกพร่องทางการเห็น การได้ยิน การเคลื่อนไหว การสื่อสาร จิตใจ อารมณ์ พฤติกรรม สติปัญญา การเรียนรู้ หรือความบกพร่องอื่นใดประกอบ และมีความต้องการจำเป็นพิเศษทางการศึกษาที่จะต้องได้รับความช่วยเหลือด้านใดด้านหนึ่ง เพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือเข้ามามีส่วนร่วมทางสังคมได้อย่างบุคคลทั่วไป ซึ่งบางหน่วยงานมักจะใช้คำเรียกว่าคนพิการ ผู้พิการ บุคคลพิการ เด็กพิการ หรือนักศึกษาพิการ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละหน่วยงานจะเรียก โดยในการวิจัยครั้งนี้จะขอใช้คำว่า “นักศึกษาพิการ” เนื่องจากคนพิการเมื่อเข้ารับการศึกษาในระดับอุดมศึกษาแล้วย่อมมีสถานะเป็นนักศึกษา

2. ประเภทของคนพิการ

พระราชบัญญัติส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ พ.ศ. 2550 ได้กำหนดประเภทและหลักเกณฑ์ความพิการ ไว้ดังนี้ (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. 2555 : 13)

1. ความพิการทางการเห็น
2. ความพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย
3. ความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย
4. ความพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม หรือออทิสติก
5. ความพิการทางสติปัญญา
6. ความพิการทางการเรียนรู้

กระทรวงศึกษาธิการได้จัดแบ่งตามประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่องกำหนดประเภทและหลักเกณฑ์ของคนพิการทางการศึกษา พ.ศ. 2552 จัดประเภทของคนพิการ เป็น 9 ประเภท ดังต่อไปนี้ (กระทรวงศึกษาธิการ. 2552)

1. บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น หมายถึง บุคคลที่สูญเสียการมองเห็นบางส่วนโดยสามารถที่จะมองเห็นสิ่งต่างๆ ได้บ้าง กับการสูญเสียการมองเห็นโดยสิ้นเชิง คือ คนตาบอดที่ไม่สามารถมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้ ดังนั้น ลักษณะบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น

แบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ

1.1 คนเห็นเลือนราง หมายถึง บุคคลที่สูญเสียการเห็นแต่ยังสามารถอ่านอักษรตัว พิมพ์ขยายใหญ่ด้วยอุปกรณ์เครื่องช่วยการเห็น หรือเทคโนโลยีสิ่งอำนวยความสะดวกหากตรวจวัดความชัดของสายตาข้างดีเมื่อแก้ไขแล้วอยู่ในระดับ 6 ส่วน 18 ถึง 6 ส่วน 60 (6/18 ถึง 6/60 เมตร) หรือ 20 ส่วน 70 ถึง 20 ส่วน 200 (20/70 ถึง 20/200 ฟุต)

1.2 คนตาบอด หมายถึง บุคคลที่สูญเสียการเห็นมาก จนต้องใช้อ่านอักษรเบรลล์หรือใช้วิธีการฟังเทปหรือหนังสือเสียง หากตรวจวัดความชัดของสายตาข้างดีเมื่อแก้ไขแล้วอยู่ในระดับ 6 ส่วน 60 (6/60 หน่วยวัดเป็นเมตร) หรือ 20 ส่วน 200 (20/200 หน่วยวัดเป็นฟุต) ลงมาจนถึงบอดสนิท (หมายถึง คนตาบอดสามารถมองเห็นวัตถุได้ในระยะห่างน้อยกว่า 6 เมตร หรือ 20 ฟุต ในขณะที่คนทั่วไปสามารถมองเห็นวัตถุเดียวกันในระยะห่าง 60 เมตร หรือ 200 ฟุต) หรือมีลานสายตาแคบกว่า 20 องศา (หมายถึง สามารถมองเห็นได้กว้างน้อยกว่า 20 องศา)

2. บุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน หมายถึง ผู้ที่สูญเสียสมรรถภาพทางการได้ยิน เนื่องจากอวัยวะการได้ยิน เช่น ประสาทหูเสื่อมหรือพิการ ทำให้ไม่ได้ยินเสียงต่าง ๆ หรือได้ยินไม่ชัดและสูญเสียการได้ยิน ระหว่าง 26-90 เดซิเบล ทำให้มีผลกระทบต่อการศึกษาของบุคคลนั้น ๆ ลักษณะของความบกพร่องทางการได้ยิน สามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ดังนี้

2.1 คนหูตึง หมายถึง บุคคลที่มีการได้ยินเหลืออยู่พอเพียงที่จะรับข้อมูลผ่านทาง การได้ยิน โดยทั่วไปจะใส่เครื่องช่วยฟัง และหากตรวจวัดการได้ยินจะพบว่าสูญเสียการได้ยินน้อยกว่า 90 เดซิเบล ลงมาจนถึง 26 เดซิเบล หมายถึง คนทั่วไปเริ่มได้ยินเสียง เมื่อเสียงดังไม่เกิน 25 เดซิเบล อาจแบ่งเป็นกลุ่มย่อยได้ดังนี้

2.1.1 หูตึงเล็กน้อย เริ่มได้ยินเสียงที่ระดับ 26-40 เดซิเบล

2.1.2 หูตึงปานกลาง เริ่มได้ยินเสียงที่ระดับ 41-55 เดซิเบล

2.2.3 หูตึงมาก เริ่มได้ยินเสียงที่ระดับ 56-70 เดซิเบล

2.2.4 หูตึงรุนแรง เริ่มได้ยินเสียงที่ระดับ 71-90 เดซิเบล

2.2 คนหูหนวก หมายถึง คนที่สูญเสียการได้ยินมากจนไม่สามารถรับรู้ข้อมูลผ่านทาง การได้ยินไม่ว่าจะใส่หรือไม่ใส่เครื่องช่วยฟังก็ตาม โดยทั่วไปหากตรวจวัดการได้ยินจะสูญเสียการได้ยิน ประมาณ 90 เดซิเบลขึ้นไป (เดซิเบล เป็นหน่วยวัดความดังของเสียง) หมายถึง คนทั่วไปเริ่มได้ยินเสียงเมื่อเสียงดังไม่เกิน 25 เดซิเบล แต่คนหูหนวกจะเริ่มได้ยินเสียงเมื่อเสียงดังมากกว่า 90 เดซิเบล ต้องใช้ภาษามือเป็นหลักในการสื่อสาร

3. บุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา จัดเป็นความบกพร่องที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการ (Developmental disabilities) ประเภทหนึ่งโดยทำให้บุคคลมีความสามารถในการใช้สติปัญญาจำกัดหรือต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานและมีความบกพร่องในการปรับตัวตามพัฒนาการแต่ละขั้นทำให้เป็นอุปสรรคในการเรียน เกณฑ์สำคัญ 4 ข้อ คือ

1) ระดับสติปัญญาดำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน (70-75) หรือต่ำกว่านั้นตามการทดสอบระดับสติปัญญา (IQ test : Intelligence test)

2) มีความบกพร่องในการปรับตัวด้านทักษะต่างๆ ที่จำเป็นในการดำรงชีวิตประจำวัน

3) ความบกพร่องเกิดขึ้นระหว่างการพัฒนาการซึ่งจะปรากฏชัดเจนก่อนอายุ 18 ปี

4) ความบกพร่องเป็นอุปสรรคในการเรียน

กระทรวงศึกษาธิการ (2552) ระบุว่าบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ได้แก่ บุคคลที่มีความจำกัดอย่างชัดเจนในการปฏิบัติตน (Functioning) ในปัจจุบัน ซึ่งมีลักษณะเฉพาะ คือ ความสามารถทางสติปัญญาต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยอย่างมีนัยสำคัญร่วมกับความจำกัดของทักษะการปรับตัวอีกอย่างน้อย 2 ทักษะ จาก 10 ทักษะ ได้แก่ การสื่อความหมาย การดูแลตนเอง การดำรงชีวิตภายในบ้าน ทักษะทางสังคม การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การรู้จักใช้ทรัพยากรในชุมชน การรู้จักดูแล ควบคุมตนเอง การนำความรู้มาใช้ในชีวิตประจำวัน การทำงาน การใช้เวลาร่าง การรักษาสุขภาพอนามัยและความปลอดภัย ทั้งนี้ได้แสดงอาการดังกล่าวก่อนอายุ 18 ปี

4. บุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย หรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ บุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว และบุคคลที่มีความบกพร่องทางสุขภาพ

4.1 บุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย หรือการเคลื่อนไหว หมายถึง ผู้ที่มีข้อจำกัดทางร่างกายหรือมีร่างกายผิดปกติไม่สมประกอบ แขนขาพิการหรือส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายที่ขาดหายไป ทำให้มีปัญหาด้านการเคลื่อนไหว เช่น การเดิน การวิ่ง การขึ้นลงบันได และอาจต้องใช้เก้าอี้ล้อเลื่อน ซึ่งอาจจะทำให้เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้และการศึกษา เช่น ไปโรงเรียนไม่สะดวกหรือไปโรงเรียนไม่ได้ เขียนหนังสือไม่ได้ ทั้งนี้ไม่รวมถึงผู้ที่มีความบกพร่องทางการเห็นหรือผู้ที่สูญเสียการได้ยิน

4.2 บุคคลที่มีความบกพร่องทางสุขภาพ หมายถึง บุคคลที่มีภาวะความเจ็บป่วยและโรคที่มีผลให้ความจำเป็นต้องได้รับการดูแลสุขภาพเป็นพิเศษ (Special health care) และอาจรบกวนความกระตือรือร้น สมาธิ และการเรียนทั้งในระยะสั้นหรือระยะยาว บุคคลอาจจำเป็นต้องได้รับการศึกษาเป็นพิเศษหรือไม่แล้วแต่กรณี

5. บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเรียนรู้ หมายถึง ความบกพร่องเกี่ยวกับกระบวนการทางจิตวิทยา ซึ่งทำให้มีปัญหาในการเรียนรู้ ด้านการอ่าน การเขียน และการคิดคำนวณหรือคณิตศาสตร์ร่วมกับบุคคลที่มีความบกพร่องทางการรับรู้จากการได้รับบาดเจ็บหรือกระทบกระเทือนระบบประสาทส่วนกลาง (Brain injury) แต่ไม่รวมถึงผู้ที่มีปัญหาที่เกิดจากความบกพร่องทางการได้ยิน ทางการเห็น ทางสติปัญญา รวมถึงความบกพร่องทางอารมณ์ และเสียเปรียบทางสภาพแวดล้อม

6. บุคคลที่มีความบกพร่องทางการพูดและภาษา ได้แก่ บุคคลที่มีความบกพร่องในการเปล่งเสียงพูด เช่น เสียงผิดปกติ อัตราความเร็วและจังหวะการพูดผิดปกติ หรือบุคคลที่มีความบกพร่องในเรื่องความเข้าใจหรือการใช้ภาษาพูด การเขียนหรือระบบสัญลักษณ์อื่นที่ใช้ในการติดต่อสื่อสาร ซึ่งอาจเกี่ยวกับรูปแบบ เนื้อหาและหน้าที่ของภาษา

6.1 ความบกพร่องทางการพูด หมายถึง ความบกพร่องซึ่งเกิดจากกระบวนการเปล่งเสียงและการใช้เสียงพูด ความบกพร่องทางการพูดพิจารณาได้ 4 ด้าน ดังนี้

6.1.1 ความบกพร่องบริเวณสมองส่วนที่ควบคุมกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องกับการพูด (Dysarthria and aphasia)

6.1.2 การเปล่งเสียงบกพร่อง (Articulator disorders)

6.1.3 เสียงพูดบกพร่อง (Voice disorders)

6.1.4 ความบกพร่องของจังหวะและขั้นตอนของเสียงพูด (Fluency disorders)

6.2 ความบกพร่องทางภาษา หมายถึง มีความบกพร่องในการเข้าใจหน่วยเสียง การใช้คำประโยค เพื่อสื่อสารอย่างเหมาะสมในภาษาพูด ภาษาเขียน หรือระบบสัญลักษณ์อื่นที่ใช้ในการสื่อสาร

6.2.1 การพัฒนาการทางภาษาช้ากว่าวัย (Delayed language) มี 5 ลักษณะ เช่น มีความยากลำบากในการใช้ภาษา มีความผิดปกติของไวยากรณ์และโครงสร้างของประโยค ไม่สามารถสร้างประโยคได้ อาจมีความบกพร่องทางสติปัญญาหรืออารมณ์ สังคมร่วมด้วยและภาษาที่ใช้เป็นภาษาห้วน ๆ

6.2.2 การสูญเสียความสามารถในการใช้หรือเข้าใจคำพูด เนื่องจากการบาดเจ็บทางสมอง (Aphasia) มี 7 ลักษณะ คือ อ่านไม่ออก เขียนไม่ได้ สกกดคำไม่ได้ ใช้ภาษาสับสน จำคำหรือประโยคไม่ได้ ไม่เข้าใจคำสั่ง อารมณ์ไม่คงที่

7. บุคคลที่มีความบกพร่องทางพฤติกรรมหรืออารมณ์ หมายถึง ผู้ที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในสภาวะปกติได้ กล่าวคือ แสดงออกทางอารมณ์ในทางลบอย่างรุนแรงในระดับที่เบี่ยงเบนไปจากลักษณะอารมณ์และพฤติกรรมของบุคคลทั่วไป ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมเมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่น เช่น มีความเครียดโดยแสดงอาการวิตกกังวลสูงหรืออาการของการเป็นโรคจิต โรคประสาท มีความก้าวร้าว ทำร้ายตนเองหรือผู้อื่น หรือในทางตรงกันข้ามมีอาการเซื่องซึม เฉย มักไม่รับรู้ต่อการที่จะสื่อสารกับผู้อื่น แยกตัวอยู่ตามลำพัง ไม่สามารถที่จะปรับตัวเองให้เข้าอยู่ร่วมในสังคมกับผู้อื่นได้

8. บุคคลออทิสติก หมายถึง ภาวะออทิสซึมที่สามารถตรวจและวิเคราะห์ได้ว่าบุคคลมีพัฒนาการล่าช้าทางด้านสังคม การสื่อความหมายและความคิดจินตนาการ แสดงให้เห็นได้โดยการมีพฤติกรรมที่ผิดปกติไปจากบุคคลในวัยเดียวกัน เช่น การแยกตัวอยู่โดยลำพัง อยู่ในโลกของตัวเองทำให้ขาดการเรียนรู้จนไม่สามารถเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัวเหมือนบุคคลทั่วไปในวัยเดียวกัน ไม่สามารถสื่อความหมายในระยะแรก ต่อมาก็เริ่มพูดภาษาของตนเองที่ผู้อื่นฟังไม่เข้าใจไม่เข้าใจคำสั่งง่ายๆ ได้ เล่นกับผู้อื่นไม่เป็น เล่นของเล่นไม่เป็น เนื่องจากการขาดจินตนาการและมีพฤติกรรมบางอย่างซ้ำๆ ทั้งการกระทำและความคิด อาการดังกล่าวบางอย่างเกิดขึ้นปรากฏให้เห็นได้ตั้งแต่ 36 เดือน อาจพบอาการตามข้อบ่งชี้ภาวะออทิสซึมอย่างชัดเจน เมื่ออายุ 18 เดือนขึ้นไป ถ้าหากได้ประเมินความล่าช้าและผิดปกติของพัฒนาการทางด้านสังคม การสื่อความหมายและพฤติกรรมต่าง ๆ อย่างละเอียดก็จะสามารถวินิจฉัยว่าเป็น “บุคคลออทิสติก” ได้ชัดเจน โดยปกติจะพบบุคคล ออทิสติกในผู้ชายมากกว่าผู้หญิง 4 เท่า

9. บุคคลพิการซ้อน หมายถึง บุคคลที่มีสภาพความบกพร่องหรือความพิการมากกว่าหนึ่งประเภทในบุคคลเดียวกัน บุคคลที่มีความบกพร่องระดับรุนแรงหรือมีความบกพร่องทางอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายมากกว่า 1 อย่าง ในบุคคลเดียวกัน เช่น ผู้ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและสูญเสียการได้ยิน ผู้ที่มีความบกพร่องทางร่างกายและบกพร่องทางสติปัญญา เป็นต้น

บุคคลเหล่านี้จำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือรอบด้านและเป็นไปอย่างต่อเนื่องในด้านกิจกรรมหลักในการดำรงชีวิต เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมในสังคมและมีคุณภาพชีวิตที่ดีเช่นเดียวกับบุคคลอื่นๆ ทั่วไป

จากการศึกษาประเภทของคนพิการแสดงให้เห็นถึงการแบ่งประเภทของกลุ่มคนพิการตามลักษณะความพิการ ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้แบ่งประเภทของนักศึกษาพิการตามประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง กำหนดประเภทและหลักเกณฑ์ของคนพิการทางการศึกษา พ.ศ. 2552 โดยแบ่งออกเป็น 9 ประเภท โดยผู้วิจัยเลือกที่จะศึกษากลุ่มนักศึกษาพิการที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น และนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ซึ่งเป็นกลุ่มนักศึกษาพิการที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา มากที่สุด 3 อันดับแรก ประเภทของความพิการมีอิทธิพลไม่เฉพาะการสนับสนุนด้านการศึกษาตามความต้องการของผู้เรียนแต่ยังส่งผลต่อกระบวนการให้การสนับสนุนด้วย ซึ่งมีความสำคัญต่อความสำเร็จของนักศึกษาพิการในระดับอุดมศึกษา

3. ลักษณะของคนพิการ

3.1 ลักษณะอาการของบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นโดยทั่วไปจะมีอาการที่สามารถสังเกตได้ในลักษณะต่างๆ ซึ่ง วารี ธีระจิตร (2545 : 26-27) กล่าวไว้ดังนี้

1. มีอาการคันตา น้ำตาไหลอยู่เสมอ หรือมีอาการตาแดงบ่อยๆ
2. มองเห็นไม่ชัดในบางครั้ง มองเห็นภาพซ้อน วิงเวียนศีรษะ
3. เวลามองวัตถุไกลๆ ต้องขยี้ตาหรือทำหน้าย่นขมวดคิ้ว
4. เวลาเดินต้องระมัดระวังหรือเดินช้าๆ โดยกลัวจะสะดุดสิ่งที่ขวางหน้า
5. มักขยี้ตาหรือกระพริบตาบ่อยๆ
6. มักหลีกเลี่ยงการทำงานที่ต้องใช้สายตา อ่านหนังสือได้ระยะสั้น
7. สายตาสีแสงสว่างไม่ได้

ความต้องการพิเศษของบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีความจำเป็นพิเศษทางการศึกษาที่จำเป็นจะต้องได้รับการฝึกทักษะดังนี้ (เกยูร วงศ์ก้อม, 2548)

1. ทักษะความคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมและการเคลื่อนไหว (Orientation and Mobility, O & M) หมายถึง ความสามารถที่บุคคลจะรู้ว่าตนเองอยู่ที่ใดและสามารถเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปอีกที่หนึ่ง หรือไปยังสถานที่ต่างๆ ได้อย่างมีอิสระและปลอดภัย โดยเฉพาะสถานศึกษาใหม่ การฝึกทักษะนี้ทำได้ โดยฝึกการสังเกตและเคลื่อนไหวร่วมกับทักษะการใช้กล้ามเนื้อต่างๆ ฝึกให้เดินทางไปในที่ต่างๆ และฝึกการใช้ไม้เท้าขาว เป็นต้น
2. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง
3. ทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่และมัดเล็ก
4. ทักษะทางด้านภาษาฝึกการเชื่อมโยงสิ่งที่พูดหรือได้ยินกับสิ่งที่สัมผัส
5. ทักษะทางการเรียนรู้ ฝึกใช้ประสาทสัมผัสส่วนที่เหลืออยู่ คือ การฟัง การสัมผัส การดมกลิ่น การลิ้มรส
6. ทักษะการเรียนรู้อักษรเบรลล์เพื่อนำไปสู่การเรียนรู้ระดับสูงขึ้น

7. ทักษะการใช้อุปกรณ์อื่นๆ ที่จำเป็น เช่น ไม้เท้าขาว แวนขยาย กระดาน (Slate) และดินสอ (Stylus) อักษรเบรลล์ เครื่องพิมพ์อักษรเบรลล์ ลูกคิด เครื่องขยายภาพและตัวอักษร เป็นต้น

3.2 ลักษณะของบุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ลักษณะของบุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน โดยทั่วไปสามารถสังเกตได้ในลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

1. บุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยินอาจจะมีปัญหาในการพูด คือ พูดได้น้อย หรือพูดไม่ชัด ต้องใช้ภาษาท่าทางหรือภาษามือ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระยะเวลาที่สูญเสียการได้ยิน เช่น หากบุคคล สูญเสียการได้ยินตั้งแต่กำเนิดอาจจะมีปัญหาในการพูดมากกว่าบุคคลที่สูญเสียการได้ยินหลังจากมีภาษาพูดแล้ว และการที่บุคคลได้รับการสอนพูดตั้งแต่เด็กหรือไม่

2. บุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน อาจจะมีปัญหาในการใช้ภาษากล่าวคือ ใช้ภาษาค่อนข้างจำกัดและไม่ถูกหลักไวยากรณ์รู้คำศัพท์ต่างๆ ในวงจำกัด ไม่สามารถนำคำศัพท์ไปใช้ในประโยคที่หลากหลาย หรือต่างสถานการณ์ อาจจะมีการสลับที่คำหรือข้อความในประโยคที่ส่งผลให้การเขียนบกพร่องด้วยเช่น เหตุหมาย เป็นหมายเหตุ กระเพาะเป็นกระเฉาะ

3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน บุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยินส่วนใหญ่จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ทั้งนี้เนื่องจากความบกพร่องในการฟังทำให้มีทักษะทางภาษาจำกัด และวิธีการสอน และการวัดผลของครูที่ไม่เหมาะสม

4. การปรับตัว บุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยินมีปัญหาในการปรับตัว เนื่องจากไม่สามารถสื่อสารกับผู้อื่นให้เข้าใจ เกิดความคับข้องใจและส่งผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออกมา

5. ลักษณะอื่นๆ ได้แก่

5.1 เวลาฟังมักจะจ้องมองปาก หรือจ้องหน้าผู้พูด

5.2 เสียงพูดแปลก อาจเป็นเสียงต่ำ หรือแหบผิดปกติ

5.3 ไม่สามารถปฏิบัติตามคำสั่งได้

5.4 ไม่มีปฏิกิริยาต่อเสียงที่ดังๆ เช่น เสียงดนตรี เสียงแตรรถยนต์ เป็นต้น

ความต้องการพิเศษของบุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน บุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยินอาจมีความจำเป็นพิเศษทางการศึกษา ดังนี้

1. เครื่องช่วยฟัง (Hearing aid) สำหรับคนหูตึงเพื่อช่วยขยายเสียงให้ดังขึ้น ปัจจุบันมีการพัฒนาเครื่องช่วยฟังและอุปกรณ์เสริมหลากหลายรูปแบบ

2. ฝึกการฟัง

3. ฝึกการพูดและการใช้ประสาทสัมผัสอื่นๆ

4. ฝึกการอ่านริมฝีปาก (Lip reading) ฝึกการสังเกตสีหน้า ท่าทางและการเคลื่อนไหวของคู่สนทนาเพื่อช่วยให้เข้าใจความหมายในการสื่อสารได้ดีขึ้น

5. ฝึกภาษามือไทย และการสะกดนิ้วมือ

3.3 ลักษณะของบุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย หรือการเคลื่อนไหว โดยทั่วไป บุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว มีลักษณะที่สามารถสังเกตเห็นได้ชัดเจนตามเกณฑ์การวินิจฉัย (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติ. 2553)

แบ่งเป็น 2 กลุ่มใหญ่ ดังนี้

ความบกพร่องทางการเคลื่อนไหว (Neuromotor impairments) ความบกพร่องที่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวที่สั่งการโดยสมองและระบบประสาทส่วนกลางมีลักษณะ ดังนี้

1. แขนหรือขาอ่อนแรงจากสาเหตุต่างๆ เช่น อัมพาตจากหลอดเลือดสมอง อุบัติเหตุทางสมองและไขสันหลัง มะเร็ง โรคติดเชื้อที่สมอง หรือไขสันหลังภาวะผิดปกติทางสมอง หรือไขสันหลังตั้งแต่กำเนิด

2. แขน ขาขาด จากสาเหตุต่างๆ เช่น เบาหวาน อุบัติเหตุ มะเร็ง แขนขาขาดหายตั้งแต่กำเนิด

3. โรคข้อ หรือกลุ่มอาการปวด เช่น รูมาตอยด์ ข้อเข่าเสื่อม

4. ภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง เหนื่อยง่าย จนมีผลกระทบต่อการปฏิบัติกิจกรรม

ในชีวิตประจำวัน เช่น โรคหัวใจ โรคไตวาย โรคปอด

ความบกพร่องทางร่างกาย (Muscular/skeletal conditions) ความบกพร่องจากระบบกล้ามเนื้อและโครงสร้างกระดูกมีลักษณะ ดังนี้

1. ภาพลักษณะภายนอกที่เห็นชัดเจน เช่น คนแคระที่มีขนาดลำตัวสั้นมากจนมีผลต่อการเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคม

2. ใบหน้า หรือศีรษะที่ผิดปกติ เช่น หู ตา จมูก ปาก ที่ผิดปกติ ผิดตำแหน่ง ผิดขนาด อาจจะมาจากอุบัติเหตุ ไฟไหม้ หรือโดนสารพิษเช่นน้ำกรด มีผลกระทบต่อภาพลักษณ์ภายนอกอย่างรุนแรง

3. คอ หลัง ลำตัว ผิดปกติหรือผิดปกติ เช่น กรณีหลังคดหรือผิดปกติอย่างรุนแรงที่เห็นเด่นชัดเมื่อคู้ตัวตาเปล่า มีผลกระทบต่อภาพลักษณ์ภายนอกอย่างรุนแรง (กรณีนี้ต้องมีการตรวจประเมินว่าไม่สามารถจะทำการรักษา โดยการผ่าตัดได้แล้วหรือผู้ป่วยไม่ยินยอมผ่าตัด)

สำหรับในทางการศึกษาสามารถจัดกลุ่มบุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกายดังนี้ (ดุสิตา ทินมาลา. 2553)

1. ความผิดปกติของระบบสมองและไขสันหลัง (Cerebral and spinal cord disease) หมายถึง ความพิการตั้งแต่แรกเกิดและเกิดขึ้นภายหลัง ได้แก่

1.1 โรคสมองพิการ (Cerebral Palsy) ที่เป็นผลมาจากสมองที่กำลังพัฒนา ถูกทำลาย ก่อนคลอด ระหว่างคลอด และหลังคลอดทำให้การควบคุมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อสูญเสียหรือบกพร่อง

1.2 สไปนา ไบไฟดา/บิฟิดา (Spina Bifida)

1.3 ศีรษะโต (Hydrocephalus)

1.4 แขนขาดว่นแต่กำเนิด

1.5 เตี้ยแคระ

2. ความผิดปกติของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ (Neuromuscular Disorder)

ได้แก่

2.1 โรคของกลุ่มเซลล์ประสาทในไขสันหลัง ได้แก่ ไขสันหลังฝ่อ (Spinal muscular atrophy) และโพลิโอ (Poliomyelitis)

2.2 โรคของกล้ามเนื้อ ได้แก่ กล้ามเนื้อเสื่อมสลายหรือกล้ามเนื้ออ่อนแรง (Muscular dystrophy) และกล้ามเนื้อและข้อต่ออักเสบและอ่อนแรง (Polymyositis)

3. ความผิดปกติของกล้ามเนื้อและกระดูก (Musculoskeletal disorder) ได้แก่

3.1 โรคข้ออักเสบ

3.2 กระดูกอ่อน กระดูกหัก กระดูกสันหลังคด ข้อเคลื่อน

3.3 อัมพาต กล้ามเนื้ออ่อนแรง

3.4 ภาวะความผิดปกติหรือการขาดหายของแขนขาตั้งแต่แรกเกิด

บุคคลที่มีความบกพร่องทางสุขภาพ ได้แก่ บุคคลที่มีความเจ็บป่วยเรื้อรังหรือมีโรคประจำตัวซึ่งจำเป็นต้องได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่อง และเป็นอุปสรรคต่อการศึกษา ซึ่งส่งผลให้เกิดความจำเป็นต้องได้รับการศึกษาพิเศษ

บุคคลที่มีความบกพร่องทางสุขภาพ หมายถึง บุคคลที่มีภาวะความเจ็บป่วยและโรคที่มีผลให้มีความจำเป็นต้องได้รับการดูแลสุขภาพเป็นพิเศษ (Special health care) และอาจรบกวนความ กระตือรือร้น สมาธิ และการเรียนทั้งในระยะสั้นหรือระยะยาว บุคคลอาจจำเป็นต้องได้รับการศึกษาเป็นพิเศษหรือไม่แล้วแต่กรณี

ลักษณะของบุคคลที่มีความบกพร่องทางสุขภาพบุคคลที่มีความบกพร่องทางสุขภาพ โดยทั่วไปจะเป็นกลุ่มอาการที่สามารถพบได้ในลักษณะต่างๆ ได้แก่ (เกยูร วงศ์ก้อม. 2548)

1. โรคลมชัก (Epilepsy) เป็นลักษณะอาการที่เกิดขึ้นเนื่องจากความผิดปกติของระบบสมองที่พบบ่อย ได้แก่

1.1 ลมบ้าหมู (Grand Mal) เมื่ออาการชักทำให้หมดสติ และหมดความรู้สึก ในขณะที่ชักกล้ามเนื้อเกร็งหรือแขนขากระตุก กัดฟัน กัดลิ้น อาจชักเป็นระยะหรือนานหลายนาที อาจชักครั้งเดียวหรือติดต่อกันหลายครั้ง ภายหลังจะซึมอ่อนเพลีย และจำเหตุการณ์ไม่ได้

1.2 อาการชักในช่วงสั้นๆ (Petit Mal) เป็นอาการชักชั่วระยะเวลาสั้นๆ 5-10 วินาที เมื่อหยุดชักอาจจะนั่งเฉยหรือตัวสั่นเล็กน้อยแต่ทำกิจกรรมต่างๆ ต่อได้

1.3 อาการชักที่รุนแรง (Grand Mal) เมื่อเกิดอาการชักจะหมดความรู้สึก ล้มลง กล้ามเนื้อเกร็งราว 2-5 นาทีและอาจจะนอนหลับไปชั่วคราว

1.4 อาการชักแบบพาร์เชียล คอมเพล็กซ์ (Partial Complex) บางครั้งเรียกไซโค มอเตอร์ (Psychomotor) หรือเทมโปรัลโลบ (Temporal Lobe) เกิดอาการเป็น ระยะๆ ตั้งแต่ไม่กี่วินาทีจนถึงหลายๆ ชั่วโมง ระหว่างอาการชักอาจกัดริมฝีปาก ทำท่าทางต่างๆ ที่นอกเหนือการควบคุม บางคนอาจแสดงความโกรธ

1.5 อาการไม่รู้สีกตัว (Focal Partial) เกิดขึ้นระยะสั้น ไม่รู้สึกตัว ทำพฤติกรรมบางอย่างโดยไม่รู้สีกตัว เช่น เดินเหม่อลอย แต่ไม่มีอาการชัก

2. โรกระบบทางเดินหายใจ โดยมีอาการเรื้อรังของปอด เช่น หอบหืด วัณโรค ปวดบวม ทั้งนี้มีอาการรุนแรง หรือที่เป็นระยะยาวจนเกิดโรคแทรกซ้อน

3. โรคเบาหวาน เกิดจากร่างกายไม่สามารถใช้กลูโคสได้อย่างปกติ เพราะขาดอินซูลิน

4. โรคข้ออักเสบรูมาตอย เป็นอาการที่จะปวดตามข้อเข่า ข้อเท้า

5. โรคต้อกระจกเนื่องจากน้ำคั่งในสมอ เป็นอาการที่เป็นมาแต่กำเนิด และถ้าไม่ได้รับการรักษาจะมีความบดบังรูปร่าง เช่น มีอาการอัมพาตของแขนขา สติปัญญาบกพร่อง หรือมีอาการชักบ่อยๆ

6. โรคหัวใจ เป็นอาการที่จะทำให้ร่างกายเติบโตไม่สมวัย ซีดเซียว เหนื่อยหอบง่าย อ่อนเพลีย ไม่แข็งแรง

7. โรคมะเร็ง อาการส่วนใหญ่เกิดในเม็ดโลหิต และเนื้องอกในดวงตา สมอกระดูก และไต

ความต้องการพิเศษของบุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ

1. กายอุปกรณ์เทียมและกายอุปกรณ์เสริม เช่น แขนขาเทียม เหล็กประกอบขาและ เครื่องตาม เป็นต้น

2. เครื่องช่วยการเคลื่อนไหว เช่น เก้าอี้ล้อเลื่อน ไม้ค้ำยัน เครื่องช่วยเดิน

3. การจัดโต๊ะเรียนพิเศษ เช่น

3.1 จัดให้ขาทั้งสองข้างมีส่วนรองรับทั้งหมดโดยจัดให้ข้อสะโพกและข้อเข่าองประมาณ 90 องศา

3.2 จัดให้เท้าทั้งสองข้างวางราบกับพื้นหรือที่วางเท้า

3.3 จัดให้ความสูงของโต๊ะอยู่ที่ระดับข้อศอกองประมาณ 90 องศา

3.4 จัดให้แขนทั้งสองข้างวางอยู่บนโต๊ะ ข้อศอกองเล็กน้อย

3.5 จัดให้งานที่ทำอยู่ห่างจากลำตัวเท่ากับระยะความยาวของแขนท่อนล่าง

โดยสรุป ผู้ที่จะปฏิบัติงานร่วมกับนักศึกษาพิการจะต้องเข้าใจและยอมรับว่า นักศึกษาพิการอาจมีความแตกต่างกับบุคคลทั่วไป ได้แก่ ทางด้านกายภาพ หมายถึง สภาพความพิการที่บุคคลทั่วไปสัมผัสได้และชัดเจน ได้แก่ นักศึกษาพิการทางการเห็น นักศึกษาพิการทางการได้ยิน นักศึกษาที่มีความพิการทางร่างกาย และมีความสามารถทางการเรียนรู้แตกต่างจากบุคคลทั่วไป รวมถึงความต้องการจำเป็นพิเศษทางการศึกษา เช่น ด้านการปรับหลักสูตร เทคนิคการสอน การวัดและประเมินผล ตลอดจนการต้องการความช่วยเหลือด้านสื่ออุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ที่จะช่วยให้สามารถเข้าถึงการเรียนรู้ได้เท่าเทียมหรือใกล้เคียงกับบุคคลทั่วไปมากที่สุด นอกจากการช่วยเหลือทางการศึกษาดังกล่าวแล้ว บุคคลที่ใกล้ชิด ผู้สอนหรือผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องยังมีความจำเป็นที่จะต้องมีความรู้ ความเข้าใจนักศึกษาพิการเหล่านี้ เพื่อจะได้นำไปสู่ความช่วยเหลือ และทำงานร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยกลุ่มเป้าหมายในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีลักษณะความพิการ 3 ประเภท คือ นักศึกษาพิการที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน นักศึกษาพิการที่มีความบกพร่องทางการเห็น และนักศึกษาพิการที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว

4. ลักษณะการเรียนรู้ของนักศึกษาพิการ

ความแตกต่างของลักษณะการเรียนรู้ของนักศึกษาพิการแต่ละบุคคล บุคคลแต่ละคนจะมีรูปแบบในการเรียนรู้ของตนเองที่แตกต่างกันไป และถ้าทุกคนเข้าใจและยอมรับ อีกทั้งให้โอกาสแต่ละคนได้เรียนรู้ตามความถนัดหรือความต้องการในรูปแบบการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตัวเขาเอง จะสามารถช่วยเหลือให้บุคคลเหล่านี้ประสบผลสำเร็จในการเรียนเช่นเดียวกับบุคคลทั่วไป

รูปแบบการเรียนรู้ (Learning Styles) เป็นลักษณะการเรียนรู้ของแต่ละคน ซึ่งแต่ละคนมีรูปแบบในการเรียนรู้ที่แตกต่างกันในลักษณะต่างๆ ซึ่ง ผดุง อารยะวิญญู (2542) ได้แบ่งเป็น 6 รูปแบบ และแต่ละรูปแบบมีการจัดการเรียนการสอนโดยละเอียดดังนี้

รูปแบบที่ 1 ผู้เรียนที่ถนัดเรียนรู้จากการเห็น

ผู้เรียนกลุ่มนี้เรียนรู้ได้ดีจากการเห็น และการอ่าน เช่น อ่านหนังสือ อ่านข้อความบนกระดาน อ่านแบบฝึกหัด เป็นผู้เข้าใจและจำข้อมูลได้ดีโดยการอ่าน ไม่ต้องการการพูด การอธิบายมากนัก เพราะไม่ค่อยชอบฟังคำอธิบาย อ่านหนังสือคนเดียวแล้วเข้าใจดี ในการเรียนควรจดคำบรรยายของผู้สอนเพราะจะช่วยให้จดจำได้ดีขึ้น

เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้ได้ดี ผู้สอนควรใช้สื่อทางการเห็นประกอบ เช่น แผ่นใส ภาพยนตร์ วิดิทัศน์ ภาพวาด ภาพประกอบ ใช้สีเป็นรหัส แผนภูมิ หรือสื่อทางการเห็นอื่นๆ

รูปแบบที่ 2 ผู้เรียนที่ถนัดเรียนรู้จากการฟัง

ผู้เรียนกลุ่มนี้เรียนรู้ได้ดีจากการพูด การฟัง การเสนอรายงานปากเปล่า จำข้อมูลได้ดีจากการอ่านออกเสียงดังๆ หรือขยับริมฝีปากไปด้วยขณะอ่าน เรียนได้ดีจากการฟังเทป ฟังบรรยาย การอภิปราย บางคนชอบอ่านลงเทปแล้วเปิดฟัง บางคนชอบสอนคนอื่น หลายคนชอบถามคำถาม และอภิปรายปัญหาผู้สอนเพื่อให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ดี ผู้สอนควรใช้สื่อทัศนูปกรณ์ประเภท เครื่องเสียง เทปหรือการเรียนรู้โดยการฟัง เช่น การบรรยาย การอ่านออกเสียงดังๆ เป็นต้น

รูปแบบที่ 3 ผู้เรียนที่ถนัดเรียนรู้จากการสัมผัส (1)

การสัมผัส (1) เป็นการสัมผัสภายนอก การจับต้องด้วยมือ ผู้เรียนกลุ่มนี้เรียนรู้ได้ดีจากการลงมือปฏิบัติจริง เช่น ทำการทดลองในห้องปฏิบัติการใช้มือหรือจับฉีก ต่อ สัมผัสด้วยการจดโน้ตหรือการเขียนสรุปสั้นๆ จะช่วยให้จดจำข้อมูลได้ดียิ่งขึ้น การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ผู้สอนควรสอนโดยให้ลงมือปฏิบัติ จับต้องสิ่งของอุปกรณ์หรือวัสดุ ให้งับ ดัด ต่อ ก่อ สร้าง หรือขีดเขียน

รูปแบบที่ 4 ผู้เรียนที่ถนัดเรียนรู้จากการสัมผัส (2)

การสัมผัส (2) เป็นการสัมผัสภายในการสัมผัสที่ไม่ใช่มือ ผู้เรียนกลุ่มนี้เรียนรู้ได้ดีจากประสบการณ์ตรง การมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ครูจัดขึ้นในห้องเรียน ผู้เรียนได้เคลื่อนไหว การเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตร การไปทัศนศึกษานอกสถานที่ การแสดงบทบาทสมมติ เป็นต้น การใช้สื่อทัศนูปกรณ์จะช่วยให้ผู้เรียนกลุ่มนี้เรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น

รูปแบบที่ 5 การเรียนรู้เป็นกลุ่ม

ผู้เรียนกลุ่มนี้เรียนรู้ได้ดีเมื่อมีเพื่อน ต้องอ่านหนังสือหรือทำการบ้านกับเพื่อนสนิทอย่างน้อย 1- คน ชอบการสนทนาโต้ตอบ อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อน การเข้าร่วม

กิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้ผู้เรียนจำข้อมูลได้ดีขึ้น ดังนั้นผู้สอนควรจัดให้มีกิจกรรมกลุ่ม มีการอภิปรายทำงานร่วมกัน

รูปแบบที่ 6 การเรียนตามลำพัง

ผู้เรียนกลุ่มนี้เรียนรู้ได้ดีโดยการเรียนรู้ด้วยตนเอง เรียนตามลำพังคนเดียว ไม่มีใครมารบกวนโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จะเรียนรู้ได้เร็วหากได้อยู่ตามลำพัง ผู้สอนควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามลำพัง

จะเห็นได้ว่ารูปแบบการเรียนรู้ข้างต้น ต่างมีความสำคัญ เมื่อผู้สอนมีความเข้าใจผู้เรียนแต่ละคนและเข้าใจถึงลักษณะการเรียนรู้ว่ารูปแบบใดเหมาะสมกับผู้เรียนคนใด ซึ่งจะสามารถให้คำแนะนำในการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนแต่ละคนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะผู้เรียนกลุ่มนักศึกษาพิการในระดับอุดมศึกษา ทั้งนี้เพื่อให้นักศึกษาได้เรียนรู้อย่างเต็มศักยภาพและประสบผลสำเร็จในการศึกษา

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะการบริหารจัดการตนเอง

ทักษะการบริหารจัดการตนเองเป็นกระบวนการทำงานของสมองที่เชื่อมโยงประสบการณ์ต่างๆ ในอดีตกับสิ่งที่กำลังทำในปัจจุบัน และได้มีผู้ให้ความหมายของทักษะการบริหารจัดการตนเองไว้ดังนี้

1. ความหมายทักษะการบริหารจัดการตนเอง

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2560 : 3) ได้อธิบายว่า ความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง (Executive Functioning) เป็นทักษะที่สำคัญต่อการเรียนรู้ นักศึกษาที่มีความพิการที่ไม่เด่นชัด (Student with Invisible disability) เช่น ออทิสติก สมาธิสั้น และนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเรียนรู้ มักจะเป็นกลุ่มที่ขาดความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง ดังนั้น การฝึกฝนและสอนให้นักศึกษาสามารถใช้กลยุทธ์การทำงานด้านการบริหารระดับสูง จะช่วยให้นักศึกษาพิการสามารถประสบความสำเร็จในการศึกษาได้ดียิ่งขึ้น

Seana Morran และ Howard Gardner (2007 : 22) ได้อธิบายว่าทักษะการบริหารจัดการตนเอง หมายถึง กระบวนการด้านการรู้คิดที่เกี่ยวกับการควบคุมพฤติกรรมและการจัดการตนเองในสถานการณ์ต่างๆ มีความสำคัญกับการตัดสินใจและการให้เหตุผลในชีวิตประจำวันมากกว่าการแก้ปัญหาในการทำแบบทดสอบ ทักษะการบริหารจัดการตนเองทำให้อุบัติการณ์ความสามารถในการจัดการด้านจิตใจ อารมณ์และพฤติกรรมให้ตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสมและราบรื่น

นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล (2560. 175) ได้อธิบายว่า Executive Functions คือ ทักษะที่นำไปสู่ความสำเร็จ เป็นการควบคุมโดยสมองส่วนหน้า ซึ่งสมองส่วนหน้าเป็นส่วนสำคัญในการควบคุมสมองส่วนอื่นๆ ใช้ในการพัฒนาความคิด การวางแผน การแก้ปัญหา อารมณ์ความรู้สึก และควบคุมการแสดงออกของพฤติกรรมซึ่งมีหน้าที่สำคัญช่วยให้เรามีสมาธิจดจ่อกับงานไม่วอกแวก มีการยั้งคิดก่อนทำ ไม่หุนหันพลันแล่น สามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองได้ และช่วยชะลอความต้องการความอยาก หากเกิดความบกพร่องในสมองส่วนนี้ก็จะเกิดปัญหาต่างๆ ตามมาซึ่งพบได้ในสังคมปัจจุบัน เช่น การทะเลาะวิวาท การแสดงออกในทางที่ไม่เหมาะสม เป็นต้น

การพัฒนาทักษะการบริหารจัดการตนเองสามารถพัฒนาได้ตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยสูงอายุและจะช่วยให้เราบริหารจัดการงานจนสำเร็จได้ตามเป้าหมาย

National Center for Learning Disabilities (2017) ได้อธิบายว่าทักษะการบริหารจัดการตนเอง คือ กลุ่มกระบวนการทางสมองที่ช่วยให้เราคิดประติดประต่อประสบการณ์ในอดีตเข้ากับสิ่งที่เราทำในปัจจุบัน

Primary Psychiatry (2009) ได้อธิบายว่า การคิดเชิงบริหาร (Executive Functions) คือ การทำหน้าที่ระดับสูงของสมองที่ช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ ความคิด การกระทำ จนเกิดพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมาย (Goal directed behaviors) สมองส่วนหน้าสุดทำงานร่วมกับสมองส่วนอื่นๆ เพื่อให้เรามีสมาธิจดจ่อกับงานที่ทำ ไม่วอกแวก ยังคิดก่อนทำ ไม่หุนหันพลันแล่น ควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ ขอความต้องการความอยาก ชะลอความต้องการความอยาก

โดยสรุปทักษะการบริหารจัดการตนเองเป็นการปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองเพื่อที่จะช่วยให้สามารถควบคุมตนเองในเรื่องของอารมณ์และพฤติกรรม ทำให้มีสมาธิจดจ่อ ไม่วอกแวก โดยมีลักษณะเป็นกระบวนการประกอบด้วยการตั้งเป้าหมายที่มีความเป็นไปได้ เพื่อหาแนวทางที่จะสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อแก้ปัญหาการตัดสินใจและลงมือปฏิบัติพฤติกรรมใหม่ และการติดตามประเมินผลเพื่อไปสู่เป้าหมายที่กำหนด มีการควบคุมตนเองและตอบสนองต่อผลสะท้อนกลับ โดยเป็นกระบวนการเรียนรู้หรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมรายบุคคลที่จะนำไปสู่ผลลัพธ์

2. ความสำคัญของทักษะการบริหารจัดการตนเอง

นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล (2560 : 177) ทักษะการบริหารจัดการตนเองมีความสำคัญควบคู่ไปพร้อมกับการเรียนของเด็กในทุกระดับชั้น ตั้งแต่ระดับอนุบาล ประถมศึกษา มัธยมศึกษา มหาวิทยาลัย จนถึงวัยทำงานและการดำรงชีวิต เพราะเมื่อเจอปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ ทักษะการบริหารจัดการจะช่วยให้เรามีการปรับตัว ควบคุมอารมณ์และการกระทำได้ รู้ว่าต้องทำอะไรหรือทำสิ่งใดเพื่อให้ประสบความสำเร็จ

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2557 : 3) ได้อธิบายไว้ว่าทักษะการบริหารจัดการตนเอง (Executive functioning) เป็นทักษะที่สำคัญต่อการเรียนรู้สำหรับนักศึกษาที่มีความบกพร่องไม่เด่นชัด เช่น ออทิสซึม สมาธิสั้น และนักศึกษาที่ความบกพร่องทางการเรียนรู้ มักจะเป็นกลุ่มที่ขาดความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง ดังนั้น การฝึกและสอนให้นักศึกษาพิการสามารถใช้กลยุทธ์การทำงานด้านการบริหารระดับสูงจะช่วยให้นักศึกษาพิการสามารถประสบความสำเร็จในการศึกษาได้ดียิ่งขึ้น และความสามารถในการบริหารจัดการตนเองจะถูกนำไปใช้ในกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

1. การวางแผน
2. จัดการเกี่ยวกับเวลา
3. เรียงลำดับงาน (การทำงานก่อนหลัง) ในกรณีที่ต้องทำงานหลายอย่าง
4. เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม หรือการทำงานเป็นทีม
5. วิเคราะห์ (การใช้ความคิด)
6. ประเมินว่าต้องทำอะไร

7. ทบทวนความคิดก่อนหรืองานที่ทำว่ามีความบกพร่องอย่างไร แล้วเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงให้ดีขึ้น

8. ทำงานให้เสร็จตามเวลา

9. การรู้จักจังหวะในการพูดและถาม

10. ค้นคว้าหาข้อมูล/ความรู้ใหม่

พัชรี จิวพัฒนกุล (2559: 75) ได้อธิบายถึง ความสำคัญของทักษะการบริหารจัดการตนเองไว้ว่า ทักษะการบริหารจัดการตนเองจะช่วยให้เราควบคุมอารมณ์ ควบคุมพฤติกรรม ให้แสดงออกอย่างเหมาะสมเป็นที่ยอมรับของสังคม ไม่ทำในสิ่งที่จะทำให้เสียใจในภายหลัง รู้จักคาดการณ์ผลของการกระทำว่าทำไปแล้วจะเกิดสิ่งใดตามมา รู้จักเลือกที่จะทำหรือไม่ทำสิ่งใดเพื่อให้ประสบความสำเร็จในการเรียนและการทำงาน อีกทั้งยังทำให้เรามีความคิยิตหยุ่น ปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ แทนที่จะคิดและตอบสนองแบบเดียวกันซ้ำๆ การคิดแบบนี้มีความสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อสถานการณ์ต่างๆ เปลี่ยนไป ทักษะการบริหารจัดการตนเองจะช่วยให้เราปรับความคิดและปรับพฤติกรรมให้เข้ากับบริบทของสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไปเพื่อให้ทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จ ไม่ทำผิดพลาดมีการเปลี่ยนแปลงปรับปรุงการทำงานให้ดีขึ้นจากการทบทวนสิ่งที่ทำไป

สรุป ทักษะการบริหารจัดการตนเองถือเป็นกุญแจสำคัญที่นำไปสู่ความสำเร็จ รวมถึงกระบวนการในการพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา การเพิ่มความเชื่อมั่นในตัวเอง มีการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากสถานการณ์จริงไปใช้ปฏิบัติให้เกิดประโยชน์จะช่วยให้นักศึกษาฝึกการสามารถปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม สามารถควบคุมอารมณ์และการแสดงออกได้อย่างเหมาะสม รู้จักเลือกที่จะทำหรือไม่ทำสิ่งใดเพื่อให้ประสบความสำเร็จในการทำงานและการเรียน

3. ทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะการบริหารจัดการตนเอง

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะการบริหารจัดการตนเองนั้น ได้มีผู้กล่าวถึงไว้ดังนี้

ทฤษฎีการทำหน้าที่บริหารสมองตามลำดับขั้นของ Stuss and Benson (1986) สามารถสรุปได้ว่า กระบวนการคิดเป็นลำดับขั้นนั้นเกิดขึ้นจากสมองส่วนหน้า แบ่งเป็นลำดับขั้นได้ 3 ขั้น ดังนี้

ลำดับขั้นที่ 1 เป็นการประมวลผลความคิด คือ ให้ตระหนักตน

ลำดับขั้นที่ 2 เป็นการทำหน้าที่บริหารสมอง ซึ่งประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ การคาดการณ์ การกำหนดเป้าหมาย การวางแผนการทำงาน และการกำกับติดตาม

ลำดับขั้นที่ 3 ประกอบด้วยแรงขับและการเรียงลำดับ ซึ่งจะถูควบคุมจาก 4 องค์ประกอบ ของการทำหน้าที่บริหารสมอง

ทฤษฎีการจัดระเบียบผ่านช่วงเวลาของ Fuster (1997) สรุปได้ว่า ทฤษฎีการจัดระเบียบผ่านช่วงเวลา มีองค์ประกอบจากสมองส่วนหน้า คือ ส่วนของความจำขณะทำงาน การคาดการณ์ และการควบคุมสิ่งมารบกวน ซึ่งจะส่งผลต่อพฤติกรรมในการตัดสินใจที่จะกระทำหรือไม่กระทำหรือจะทำในช่วงใด

ทฤษฎีการทำหน้าที่บริหารในสมองเป็นพฤติกรรมที่มีกฎกำกับของ Hayes et al. (1996) โดยสรุปพฤติกรรมหรือการตัดสินใจของบุคคลจะขึ้นอยู่กับกฎที่ได้เรียนรู้มาก่อนเพื่อนำมาใช้ประกอบในการเรียนรู้สิ่งใหม่หรือเพื่อใช้ประกอบในการตัดสินใจต่อสิ่งที่ได้เรียนรู้

ทฤษฎีการทำหน้าที่บริหารสมองของ Barkley (2011 : 13) โดยสรุปเป็นการกำกับตนเองผ่านช่วงเวลาเพื่อให้บรรลุเป้าหมายและในการบริหารจัดการนั้นประกอบด้วย การจัดการด้านเวลา การจัดระเบียบตนเอง การวางแผนการแก้ปัญหาการกำกับด้านอารมณ์ของตนเอง

National Center for Learning Disabilities (2017 : 9-11) ได้อธิบายว่า ทักษะการบริหารจัดการตนเองเป็นพฤติกรรมส่วนย่อย ดังนี้

1. Impulse control การควบคุมแรงกดดันภายใน คือ การควบคุมความอยากความสามารถที่จะหยุดเพื่อคิด ก่อนลงมือ
 2. Flexibility ความยืดหยุ่น คือ ความสามารถที่จะเปลี่ยนวิธีการหรือปรับปรุงแผนเมื่อสถานการณ์เปลี่ยนไป
 3. Emotional control การควบคุมอารมณ์ คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ โดยยึดเป้าหมายเป็นสำคัญ
 4. Working memory การจดจำเนื้อหา คือ ความสามารถจดจำข้อมูลงานเอาไว้เพื่อใช้ประกอบภารกิจใดๆ
 5. Planning/Prioritizing การวางแผน/การตัดสินใจ คือ ความสามารถกำหนดขั้นตอนที่จะก้าวไปสู่จุดหมาย และการตัดสินใจว่าต้องพุ่งเป้าไปที่จุดใด
 6. Self-monitoring การกำกับติดตามตนเอง คือ ความสามารถในการกำกับติดตามการปฏิบัติงานของตนเอง
 7. Task Initiation การเริ่มต้นงาน คือ ความสามารถที่จะรู้ว่าเมื่อใดควรจะเริ่มทำอะไร และลงมือทำทันทีโดยไม่มีผู้สอน
 8. Organization การวางระบบ คือ ความสามารถในการสร้างและควบคุมระบบเพื่อติดตามข้อมูลและวัสดุเนื้อหา
- นวลจันทร์ จุฑาภักติกุล (2560 : 128) ได้กล่าวว่างค์ประกอบพื้นฐานของ Executive function ได้ดังนี้

1. Working memory (ความจำขณะทำงาน) คือ การจำข้อมูลต่างๆ ไว้ในใจและขบคิดเกี่ยวกับข้อมูลเหล่านั้น (ไม่ใช่แค่จำได้) เพื่อทำความเข้าใจ เปรียบเทียบเชื่อมโยงข้อมูลเก่ากับข้อมูลใหม่ update ข้อมูล จำสิ่งที่เคยทำผิดพลาดได้และไม่ทำผิดพลาดได้และไม่ทำผิดซ้ำ เริ่มพัฒนาปลายขวบปีแรก ต้องอาศัยการจดจ่อใส่ใจ (Attention)
2. Inhibit (การยับยั้งชั่งใจ คิดไตร่ตรอง) คือ ความสามารถในการยับยั้งควบคุมอารมณ์ การกระทำ ความคิด เพื่อให้จดจ่อใส่ใจกับสิ่งที่ทำ เพื่อเอาชนะความต้องการความอยากจากภายในหรือเอาชนะสิ่งล่อใจจากภายนอก เพื่อเลือกทำสิ่งที่จำเป็นและสำคัญต่อความสำเร็จพัฒนาช่วงขวบปีที่ 3-3.5 ปี
3. Shift/cognitive flexibility (การยืดหยุ่นของความคิด) คือ ความสามารถในการเปลี่ยนมุมมองความคิด คิดนอกกรอบ ไม่ยึดติดกับความคิดและการทำเดิมๆ แก้ปัญหาด้วยวิธี

ที่หลากหลาย เปลี่ยนความสนใจจดจ่อจากกิจกรรมหนึ่งไปยังอีกกิจกรรมหนึ่งได้อย่างอิสระ (Shift พัฒนาช้ากว่าจะเกิดเมื่อมี WM และ Inhibit ดี)

4. Emotional control (การควบคุมอารมณ์) แสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อโกรธ ผิดหวัง เสียใจ ใช้เวลาไม่นานในการคืนอารมณ์สู่ภาวะปกติ ไม่หุนหันพลันแล่นโต้ตอบกลับทันที โดยไม่คิด

5. Plan/organize (การวางแผนจัดการ) กำหนดเป้าหมาย จัดลำดับความสำคัญของงาน เริ่มต้นลงมือทำด้วยตนเองโดยไม่ต้องมีคนบอก มองภาพรวมของงานไม่ติดอยู่กับรายละเอียดปลีกย่อยจนทำให้งานไม่สำเร็จ ติดตามประเมินผลของงาน

6. Initiate (การเริ่มต้นลงมือทำ) เริ่มต้นลงมือทำด้วยตนเองโดยไม่ต้องมีคนบอก

7. Self monitoring (การประเมินตนเอง) การเฝ้าตามดูและสะท้อนผลจากการกระทำของตนคือ การตรวจสอบและประเมินผลงานของตน

8. Organize of material (การจัดการข้าวของ) คือ การจัดการของใช้ส่วนตัว บริเวณที่ทำงาน บริเวณที่เล่น ฯลฯ ให้เป็นระเบียบเรียบร้อย

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2560 : 4-5) กล่าวว่า ทักษะที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการบริหารจัดการตนเองประกอบด้วย ความสามารถต่างๆ ดังนี้

1. Response to Inhibition (RI) คือ ความสามารถในการคิดก่อนที่จะกระทำ เช่น พุดในห้องเรียน ชัดจังหวะ/พุดสอดแทรก/พุดเรื่องราวต่างๆ โดยไม่คิด

2. Working Memory (WM) คือ ความสามารถรวบรวมข้อมูลในขณะที่ทำกิจกรรมที่ยุ่งยากซับซ้อน เช่น ลืมทิศทาง ทิ้งการบ้านไว้ที่บ้านไม่ได้เอามาส่งครู

3. Self-Regulation of Affect (SRA) ความสามารถที่จะกำกับตนเอง เพื่อที่จะได้ทำงานให้สำเร็จ เช่น ไม่ทำอะไรระหว่างสอบ ดึงเครียดเมื่อทำผิดพลาด หยุดที่จะพยายามทำต่อไปเมื่อต้องทำงานที่ยาก

4. Sustained Attention (SA) ความสามารถที่จะคงสมาธิหรือจดจ่ออยู่กับสถานการณ์หรืองานที่ทำ ถึงแม้ว่าจะมีเรื่องมารบกวน เหนื่อยอ่อน หรือน่าเบื่อ เช่น ทำงานที่ได้รับมอบหมายในห้องเรียนไม่เสร็จตามกำหนดเวลา หยุดทำงานก่อนที่งานนั้นจะเสร็จ เป็นต้น

5. Task Initiation (TI) เริ่มต้นทำงานโดยไม่รีรอชักช้า ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง ตัวอย่างความบกพร่อง เช่น ไม่ทำการบ้าน

6. Planning/Prioritization (P) คือ ความสามารถที่จะคิดแผนปฏิบัติการเป็นลำดับขั้นตอนหรือจัดลำดับของงาน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ หรือทำให้งานที่ยุ่งยากสำเร็จ ตัวอย่างความบกพร่อง คือ ไม่รู้ว่าจะเริ่มงานที่ได้รับมอบหมายเมื่อไหร่ ไม่สามารถที่จะกำหนดเวลาที่งานจะเสร็จเมื่อต้องทำงานที่ยุ่งยากซับซ้อน ต้องใช้เวลามาก เช่น อาจารย์มอบหมายให้ปลูกต้นไม้ ก็ไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไรบ้าง ไม่รู้ว่าต้องไปหาเมล็ดพันธุ์ หาดิน น้ำ และปุ๋ย ไม่รู้ขั้นตอนหลังจากได้ของมาครบแล้วจะต้องผสมดิน หย่อนเมล็ดลงในกระถางต้องให้อาจารย์บอกทีละขั้นว่าต้องทำอะไร และทำได้ทีละขั้นตามที่บอกเท่านั้น

7. Organization (O) ความสามารถในการจัดระบบในการทำงาน ตัวอย่างความบกพร่อง ได้แก่ ไม่สามารถที่จะจัดการกับงานที่ได้รับมอบหมาย ไม่รู้จักการเตรียมงาน เช่น

การเตรียมตัวสอบต้องเตรียมตัวอ่านหนังสืออย่างไร ต้องอ่านหนังสืออะไรบ้าง

8. Time management (TM) ความสามารถที่จะคาดการณ์ว่าต้องใช้เวลาเท่าไรในการทำงาน การกำหนดเวลา และการตระหนักรู้ว่าจะทำงานให้เสร็จทันเวลาได้อย่างไร เช่น จัดตารางเวลาการทำงานเองไม่ได้ ทำงานไม่เสร็จสักทีจึงทำให้ไม่ยอมส่งงาน เป็นต้น

9. Goal-direct persistence ความสามารถที่จะทำงานจนสำเร็จโดยไม่ออกแวก ตัวอย่างความบกพร่อง คือ ไม่สามารถเชื่อมโยงงานที่ทำอยู่กับเป้าหมายในอนาคตได้ ไม่สามารถทำงานต่อไปจนสำเร็จ เช่น ไม่รู้ว่าเมื่อสตาฟท์รถแล้วจะต้องทำอะไรต่อไปรถถึงจะแล่นไปได้ ต้องบอกให้ทำทีละขั้นตอนจนชินจึงจะทำได้เองเปลี่ยนความสนใจบ่อยๆ ไม่สามารถจดจ่อต่อเรื่องใดๆ ได้นาน หรือฟังอาจารย์สอนนานๆ ไม่ได้ เป็นต้น

10. Flexibility (F) ความสามารถที่จะทบทวนแผนงานที่วางไว้เมื่อพบอุปสรรค การได้รับข้อมูลใหม่ๆ หรือรู้ว่ามีข้อผิดพลาดเกิดขึ้น และรู้จักปรับแผนและวิธีการให้เหมาะสม ตัวอย่างความบกพร่อง เช่น เกิดหยุดชะงักเมื่อต้องแก้ปัญหา รู้สึกแย่เมื่อไม่เป็นไปตามที่คาดหวังหรือตามแผนที่วางไว้ ได้แก่ ขับรถไปตามทางแต่ตำรวจปิดถนนผ่านทางเดิมไม่ได้ ก็ไม่รู้ว่าต้องหลบเลี่ยงไปเส้นทางอื่นแล้วจะถึงบ้านเหมือนกัน มักจะสับสนทำอะไรไม่ถูกเมื่อประสบอุปสรรค

11. Metacognition (M) ความสามารถที่จะมองเห็นภาพรวม หรือมีความคิดเป็นแบบองค์รวม ความสามารถที่จะควบคุมสั่งการ/ทำงานด้วยตนเอง และสามารถที่จะประเมินได้ด้วยตนเอง ตัวอย่างความบกพร่อง เช่น ยากที่จะแก้ไขข้อผิดพลาด ได้แก่ เมื่อทำการบ้านผิดไม่รู้ว่าผิดอย่างไร ไม่รู้จะแก้ไขให้ถูกได้อย่างไร

Cooper-Kahn and Foster (2013) กล่าวว่า การคิดเชิงบริหาร (EF) เป็นร่มใหญ่สำหรับกระบวนการทางสติปัญญาที่มีบทบาทเกี่ยวกับการดูแลตรวจตราการคิดและพฤติกรรม ซึ่งทำงานร่วมกับระบบประสาทเป็นฐานของการดำเนินการที่ทำงานร่วมกัน ทั้งโดยตรงและทำงานไปพร้อมๆ กัน เพื่อไปสู่เป้าหมายอย่างประสบความสำเร็จประกอบด้วยทักษะต่างๆ 5 ด้าน ได้แก่

1. การสลับ (Shift) คือ ความสามารถในการเปลี่ยนความสนใจจากสถานการณ์หนึ่งไปยังอีกสถานการณ์หนึ่ง เช่น ไม่รู้สึกเสียใจเมื่อต้องเปลี่ยนกิจกรรมหรือกิจวัตรประจำวัน เป็นต้น

2. การยับยั้งชั่งใจ (Inhibit) คือ ความสามารถในการตอบสนองหรือการกระทำจากสิ่งที่มากระตุ้น และหยุดพฤติกรรมได้ในช่วงเวลาที่เหมาะสม เช่น หยุดเล่นของเล่นเมื่อครูบอกว่าหมดเวลาเล่น เป็นต้น

3. การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) คือ ความสามารถในการตอบสนองทางอารมณ์ระดับกลางที่ไม่มากหรือน้อยเกินไป เช่น ร้องไห้เสียใจเมื่อถูกเพื่อนแกล้ง ยิ้มดีใจเมื่อได้รับของขวัญ เป็นต้น

4. ความจำขณะทำงาน (Working memory) คือ ความสามารถในการทำให้ข้อมูลใหม่อยู่เสมอและคงอยู่ตลอดการทำงาน เช่น สามารถพูดคุยในหัวเรื่องเดิมได้ จดจำสิ่งที่เพิ่งฟังจบ เป็นต้น

5. การวางแผน (Plan/Organize) คือ ความสามารถในการคิดวางแผนนำไปใช้ดูผลการดำเนินการ และตรวจสอบผลการดำเนินการตามแผน เช่น ทำงานเสร็จอย่างรวดเร็วตามแผนที่วางไว้ (Isquith et al. 2005 : 209-215)

การพัฒนาและส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเอง สามารถฝึกฝนและพัฒนาได้อย่างต่อเนื่องและเป็นลำดับขั้นตน เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริงที่หลากหลาย ไม่ได้เกิดขึ้นเอง แต่การพัฒนาจะได้มากหนั้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์ตั้งแต่ช่วงวัยทารกไปจนถึงวันเด็กและทักษะนี้จะพัฒนาไปจนถึงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่

สรุป แนวคิดและทฤษฎีทักษะการบริหารจัดการตนเอง ช่วยให้เราสามารถวางแผน การการทำงานได้อย่างมีเป้าหมาย และจัดลำดับการทำงานได้ และยังช่วยให้เราสามารถคิด ไตร่ตรอง ควบคุมอารมณ์ จดจ่อกับสิ่งที่กำลังทำในขณะนั้น ซึ่งประกอบด้วย การควบคุมอารมณ์ การวางแผนการทำงานอย่างเป็นระบบ การเริ่มต้นการทำงานและติดตามการทำงานให้ครบถ้วน ตามที่ได้รับมอบหมาย และทักษะการบริหารจัดการตนเองเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ตั้งแต่ วัยเด็กและพัฒนาจนถึงวัยรุ่นและต่อเนื่องไปจนวัยผู้ใหญ่

4. ปัญหาทักษะการบริหารจัดการตนเองที่เกี่ยวกับความพิการ

วัยเริ่มเป็นผู้ใหญ่ (18-24 ปี) เป็นช่วงเวลาสำคัญในการเตรียมตัวเด็กวัยรุ่นให้เติบโต เป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ปัญหาพฤติกรรมอารมณ์ของเด็กวัยนี้คนให้ความสนใจน้อย แต่เป็นเรื่องที่สำคัญมาก เพราะส่งผลกระทบยาวต่ออนาคตของเขาเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ การใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย สิ่งแวดล้อม เพื่อน วิธีการเรียน การเป็นอิสระจากพ่อแม่ ฯลฯ ต้องใช้ทักษะ EF มากกว่าตอน เป็นเด็กมัธยม และเด็ก ADHD วัยอุดมศึกษามีอุปสรรคในการกำกับตนเองมากกว่าเด็กปกติ และจากผลการวิจัยของ DuPaul et al (2009) พบว่า 2-8 % ของเด็กในมหาวิทยาลัยเป็น ADHD (นวลจันทร์ จุฑาภักติกุล. 2560 : 134)

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2560 : 7) ได้กล่าวไว้ว่า การขาดความสามารถในการบริหารจัดการตนเองจะประสบปัญหาดังต่อไปนี้

1. การวางแผน
2. การบริหารเวลา
3. การบอก หรือเขียนให้เป็นไปตามลำดับ
4. ความจำและการคิดทบทวนข้อมูลจากความทรงจำไม่ได้
5. การเริ่มกิจกรรมหรืองานที่ยุ่งยาก
6. ความคิดริเริ่มด้วยตนเองอย่างอิสระ
7. การเก็บรวบรวมข้อมูลไว้ขณะกำลังทำบางสิ่งบางอย่าง
8. การจัดระบบความคิดในการอ่าน/เขียน

ปัญหาของเด็กสมาธิสั้น (Attention-deficit hyperactivity disorder : ADHD) ระดับอุดมศึกษา (นวลจันทร์ จุฑาภักติกุล. 2560 : 140)

1. ปัญหาหลักคือ (Inattention/Disorganize behavior) คือ มีความยากลำบาก ในการจดจ่อนานๆ กับงานหรือกิจกรรมที่ทำ การเรียน การอ่านหนังสือ ฯลฯ การช่วยเหลือ

1.1 ฝึก Response inhibition สำคัญมาก จะช่วยให้เด็กมีความจดจ่อกับสิ่งที่ ทำตรงหน้ามากขึ้น

1.2 Mindfulness training

1.3 ห้องเรียน ห้องทำงาน ควรจัดให้มีสิ่งรบกวนน้อยที่สุด เช่น ปิดการเตือนในโทรศัพท์มือถือ อินเทอร์เน็ต จัดบันทึกความคิดสำคัญลงสมุดโน้ตเพื่อช่วยจำ

2. ปัญหาด้าน Working memory ปัญหา Auditory WM Verbal WM ไม่ค่อยมีปัญหา ด้าน Visuospatial WM เหมือนในเด็ก มีความลำบากในการจับใจความสำคัญ เชื่อมโยงข้อมูล ความเข้าใจ

การช่วยเหลือ

2.1 จัดสิ่งที่สำคัญลงในสมุดโน้ตช่วยจำ

2.2 ใช้ตัวช่วยอื่น เช่น Mind map

2.3 เนื่องจากถูกดึงความสนใจไปเรื่องอื่นได้ง่าย ให้สังเกตว่าอะไรที่ขอบมาถึงความสนใจเราไป จัดบันทึกไว้เพื่อฝึกควบคุมตัวเองไม่ให้วอกแวกเวลาเจออีก

3. ปัญหาด้าน Delay aversion เลือกทำสิ่งที่ต้องการตอนนั้น แทนที่จะทำสิ่งที่สำคัญกว่าให้เสร็จ ไม่สนใจทำงานที่สำคัญ งานที่ต้องใช้ความมานะพยายาม ถ้าให้ทำงานที่ยากใช้เวลานานจะรู้สึกเบื่อ อึดอัด ผัดวันประกันพรุ่ง รีบๆ ทำให้เสร็จไป งานไม่มีคุณภาพ

การช่วยเหลือ

3.1 Self-positive reinforcement ไม่ค่อยได้ผล

3.2 ควรใช้ External reinforcement contingency มาช่วยเสริมแรง

3.3 แบ่งงานให้ย่อยลง เสร็จง่ายขึ้น ให้รางวัลเสริมแรงทันทีเมื่องานเสร็จ จะได้ผลดีกว่า เมื่อทำได้บ่อยๆ จะเกิดแรงจูงใจที่มุ่งมั่นกับเป้าหมายระยะยาวได้

3.4 สอนให้เด็กคิดถึง Pros-Cons ของการมุ่งมั่นทำให้ไปถึงเป้าหมาย สร้างแรงจูงใจให้เด็กช่วยหาวิธีที่จะไปให้ถึงเป้าหมายเร็วขึ้น

3.5 การฝึกสติ mindfulness training

4. ปัญหาด้าน Temporal processing การประมวลผลเรื่องเวลา ขาดทักษะเรื่อง การกะเวลา รอคอยไม่เป็น เด็ก ADHD ส่วนใหญ่มีปัญหาเรื่องนี้

การช่วยเหลือ

4.1 วางแผนย้อนหลังโดยเริ่มที่เป้าหมายย้อนกลับมาที่ปัจจุบัน

4.2 ใช้นาฬิกาช่วยเตือน กิจวัตรประจำวัน เวลาไหนต้องทำอะไร

พฤติกรรมที่บ่งชี้ว่ามีปัญหาด้านทักษะการบริหารจัดการตนเอง ตามแนวคิดของ Dawson และ Guare (2014) มีองค์ประกอบทั้งหมด 11 ด้าน สามารถสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออกในกิจกรรมประจำวัน ได้ดังนี้

ตารางที่ 1 พฤติกรรมที่บ่งชี้ว่ามีปัญหาด้านทักษะการบริหารจัดการตนเอง

| องค์ประกอบ EFs | พฤติกรรมที่บ่งชี้ว่ามีปัญหา EFs |
|--|---|
| การยับยั้งชั่งใจ (Response inhibition) | ทำโดยไม่คิด ขัดจังหวะผู้อื่น พูดโพล่งออกมาเมื่อต้องการเสนอแนะหรือตอบคำถาม |
| การควบคุมอารมณ์ (Emotional control) | แสดงออกมากเกินไปกับปัญหาเพียงเล็กน้อย รู้สึกดีใจหรือเสียใจได้ง่าย รู้สึกกระตือรือร้นหรือตื่นเต้นมากและไม่สามารถลดความรู้สึกเหล่านั้นได้ง่ายๆ ไม่ค่อยอดทนต่อความผิดหวัง โกรธง่าย |
| ความยืดหยุ่น (Flexibility) | รู้สึกหงุดหงิดถ้ามีอะไรไม่เป็นไปตามแผน เปลี่ยนกิจวัตรประจำวันได้ยาก |
| ความจำขณะทำงาน (Working memory) | ลืมเส้นทาง ลืมเอาหนังสือ สมุด มาโรงเรียนหรือลืมเอากลับบ้าน ลืมส่งการบ้าน ลืมทำงานบ้าน ลืมวันกำหนดส่งงาน |
| การจดจ่อต่อการทำงาน (Sustained attention) | หมดแรงก่อนทำการบ้านเสร็จ ทำงานหลายๆ อย่างในเวลาเดียวกันแต่ไม่สามารถทำงานไหนได้เสร็จ ใจลอยบ่อยๆ หยุดการทำงานบ้านต่างๆ ที่ยังไม่เสร็จ |
| การวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ (Planning/prioritization) | ไม่รู้วิธีการย่อยงานชิ้นใหญ่ออกเป็นส่วนย่อย มองไม่ออกว่าจะมีขั้นตอนที่จำเป็นอะไรบ้างที่จะทำให้ทำงานสำเร็จ ไม่สามารถจดคำบรรยายได้เพราะไม่ทราบว่าอะไรสำคัญ |
| การบริหารจัดการ (Organization) | ห้องนอนรก โต๊ะทำงานไม่เป็นระเบียบ ไม่สามารถหาของได้จากกระเป๋าหรือล็อกเกอร์ ทำของหายหรือวางของไม่เป็นที่เป็นทาง |
| การจัดการเวลา (Time management) | ไม่สามารถคาดคะเนเวลาที่จะทำงานเสร็จ ไม่สามารถทำกำหนดการทำงานได้ ไม่ตรงต่อเวลานัดหมาย มีความยากลำบากในการส่งงานให้ตรงเวลา ไม่เข้าใจความเร่งรีบ |

ตารางที่ 1 (ต่อ)

| องค์ประกอบ EFs | พฤติกรรมที่บ่งชี้ว่ามีปัญหา EFs |
|--|---|
| การมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย (Goal-directed persistence) | มีความยากลำบากกับการตั้งเป้าหมายของตนเอง ไม่รู้จักใช้เวลาอย่างไรกับเป้าหมายที่ไกลออกไป อาจจะไม่ยอมทำการบ้านเพราะไม่รู้ว่าส่งผลต่ออนาคตอย่างไร อาจจะเก็บเงินเพื่อสิ่งของที่อยากได้แต่มักจะใช้เงินหมดก่อนที่จะได้ซื้อของนั้น |
| การมีเมตาคognition (Metacognition) | รอให้คนอื่นมาแก้ปัญหให้ ขาดการตรวจสอบพฤติกรรมตนเอง (รวมทั้งผลที่เกิดจากการกระทำของตนเองที่มีผลกระทบต่อคนอื่น) อ่านหนังสือสอบไม่เป็น |

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2560) ได้กล่าวถึงเด็กที่มีปัญหาความบกพร่อง Executive Function (EF) ไว้ดังนี้

1. ปัญหาด้านการยับยั้ง เช่น ไม่รู้ตัวว่าพฤติกรรมของตัวมีผลกระทบหรือรบกวนผู้อื่น อยู่ไม่สุข กระสับกระส่าย วอกแวกง่ายขณะทำกิจกรรม หุนหันพลันแล่น ขาดความยับยั้งชั่งใจ
2. ปัญหาด้านการเปลี่ยนความคิดยืดหยุ่น เช่น มีปัญหาในการปรับตัวเข้ากับสิ่งใหม่ๆ มีอารมณ์เสียเมื่อมีการเปลี่ยนแผนหรือเปลี่ยนกิจวัตรประจำวัน ใช้เวลานานกว่าจะรู้สึกวางใจในสถานที่ใหม่หรือสิ่งแวดล้อมใหม่
3. ปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ เช่น ระเบิดอารมณ์โกรธอย่างรุนแรง โกรธฉุนเฉียว ด้วยเหตุผลเพียงเล็กน้อย เมื่อผิดหวังจะเสียใจเป็นเวลานานกว่าเด็กคนอื่น
4. ปัญหาด้านความจำขณะทำงาน เช่น เมื่อสั่งให้ทำงาน 2 อย่าง เด็กสามารถจำได้เพียงคำสั่งแรกหรือคำสั่งสุดท้ายเท่านั้น ทำผิดเรื่องเดิมซ้ำๆ แม้เคยสอนหรือช่วยเหลือไปแล้ว สืบว่ากำลังทำอะไรขณะที่ทำกิจกรรมนั้นอยู่
5. ปัญหาด้านการวางแผนจัดการ เช่น ต้องบอกให้เริ่มลงมือทำงานแม้ว่าเด็กจะเต็มใจทำ ไม่สามารถหาเสื้อผ้า รองเท้า ของเล่น หรือหนังสือเจอ แม้ว่าจะชี้แนะอย่างเฉพาะเจาะจงแล้ว ทั้งของเคลื่อนที่ง่าย แม้ว่าจะได้รับการสอนหรือแนะนำแล้วก็ตาม ไม่สามารถทำงานให้เสร็จได้ แม้ว่าจะได้รับการแนะแนวทางแล้วก็ตาม

นอกเหนือจากการพัฒนา EF จะขึ้นอยู่กับการพัฒนาสมองส่วนหน้าสุดแล้ว ยังขึ้นอยู่กับปัจจัยพื้นฐานที่แตกต่างของเด็กแต่ละคนด้วย เช่น เด็กที่มีพัฒนาการล่าช้า เด็กที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่มีความเสี่ยงสูงหรือไม่เด็กที่มีความไวต่อสิ่งเร้ารอบตัว เด็กที่มีความเครียด ความเหงา ความเศร้า หรือนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ สิ่งแวดล้อมในครอบครัวและวิธีการเลี้ยงดูของพ่อแม่ก็มีความสำคัญที่จะส่งผลต่อ EF ของเด็ก เป็นต้น

โดยสรุป ปัญหาทักษะการบริหารจัดการตนเอง หากปล่อยทิ้งไว้โดยทำอะไรก็ไม่หายไปเอง แต่จะชัดเจนมากขึ้นเรื่อยๆ เมื่อโตขึ้น วัยเริ่มเป็นผู้ใหญ่ (18-24 ปี) เป็นช่วงเวลาสำคัญในการเตรียมเด็กวัยรุ่นให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ปัญหาพฤติกรรมอารมณ์ของเด็กวัยนี้คนมักให้ความสนใจน้อย แต่เป็นเรื่องที่สำคัญมากเพราะส่งผลกระทบยาวต่ออนาคตของเขาเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ การใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย สิ่งแวดล้อม เพื่อน วิธีการเรียน การเป็นอิสระจากพ่อแม่ ฯลฯ ต้องใช้ทักษะในการบริหารจัดการตนเองมากกว่าตอนเป็นเด็กมัธยม บริบทของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยต้องใช้ทักษะการบริหารจัดการตนเองอย่างมาก ยิ่งทำให้การกำกับควบคุมตนเองทำได้ยากยิ่งขึ้นไปอีก โดยเฉพาะในกลุ่มของนักศึกษาพิการเรียนร่วม หากไม่ได้รับการช่วยเหลือหรือละเลยปัญหาของพฤติกรรมดังกล่าวอาจส่งผลการเรียนรู้ของนักศึกษาพิการ หรือบุคคลรอบข้าง นักศึกษาพิการแต่ละคนมีความแตกต่างกัน การช่วยเหลือก็จะแตกต่างกันไปเฉพาะราย หากได้รับการช่วยเหลือที่ถูกวิธีจะให้นักศึกษาพิการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองดีขึ้น ปัญหาพฤติกรรมลดลง

การวัดทักษะการบริหารจัดการตนเอง

ฐาปณีย์ แสงสว่าง (2557 : 7-9) ได้กล่าวถึง แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ว่าเป็นแบบวัดมาตรฐานที่มีความสอดคล้องกับบริบทของนักเรียนไทย ที่จะช่วยให้ครูสามารถนำไปใช้เป็นเครื่องมือประเมินสมรรถภาพพื้นฐานของนักเรียนที่เป็นส่วนหนึ่งของการประเมินทางจิตวิทยาได้ เพื่อศึกษาทำความเข้าใจจุดเด่นและจุดด้อยทางความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองของนักเรียนเมื่ออยู่ที่โรงเรียน เพื่อนำไปสู่การวางแผนส่งเสริมสนับสนุนและให้ความช่วยเหลือทางการศึกษาที่เหมาะสมต่อไป

ความสามารถคิดบริหารจัดการตนเอง (Executive Function) หมายถึง ความสามารถในการกำกับควบคุมการคิดเกี่ยวกับการรู้คิด อารมณ์ และพฤติกรรมของตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่งได้สำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายที่วางไว้ โดยเป็นความสามารถที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวันภายใต้บริบทของโรงเรียนที่เป็นไปตามการศึกษาหลักสูตรเชิงประจักษ์ จากผลงานวิจัยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของแบบประเมินพฤติกรรมความสามารถคิดบริหารจัดการตนกับกลุ่มตัวอย่างทางคลินิก แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่สร้างขึ้นนี้ ประกอบด้วย 9 ทักษะ จัดอยู่ใน 3 องค์ประกอบ มีรายละเอียด ดังนี้ (Gioia, et al. 2002 : 249-257)

1. ความสามารถในการคิดเกี่ยวกับการรู้คิด (Metacognition) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการใช้ความรู้สึกรู้คิดของตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ในห้องเรียนและนอกห้องเรียนได้สำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วย 5 ทักษะ ได้แก่

- 1.1 ทักษะการริเริ่ม (Initiate) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการคิดเริ่มต้นทำงานด้วยตนเองโดยไม่ผัดวันประกันพรุ่ง เพื่อให้งานสำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมาย ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยเริ่มต้นงาน ด้วยการเริ่มต้นทำงานหรือเริ่มทำงานต่อด่วนตนเอง และมีแนวคิดหลากหลายด้วยการคิดหาวิธีการแก้ปัญหาใหม่ๆ

1.2 ทักษะความจำขณะทำงาน (Working Memory) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการเก็บรักษาข้อมูลไว้ในหน่วยความจำขณะปฏิบัติงานที่ซับซ้อน เพื่อให้งานสำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมาย ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยเก็บรักษาข้อมูลไว้ในจิตใจ ด้วยการจดจำสิ่งต่างๆ ไว้ในความคิดและมีสมาธิ ด้วยการจดจำอยู่กับสิ่งที่ทำ

1.3 ทักษะการวางแผน/จัดระบบ (Plan/Organize) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการคิดแผนการทำให้เป็นลำดับขั้นตอน เพื่อให้งานสำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมาย ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยมุ่งหวังต่อเป้าหมาย ด้วยการกำหนดขั้นตอนการปฏิบัติงานที่จะทำให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย จัดลำดับความสำคัญของงานได้อย่างเหมาะสม จัดสรรเวลาปฏิบัติงานได้อย่างเหมาะสม และเข้าใจแนวคิดหลัก ด้วยการจัดการกับข้อมูลจำนวนมากได้เป็นอย่างดี และถ่ายทอดความคิดในเชิงปฏิบัติ

1.4 ทักษะการจัดระเบียบวัสดุ (Organization of Materials) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการดูแลรักษาสมบัติส่วนตัวได้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย เพื่อให้เป็นหมวดหมู่เดียวกัน ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยเก็บรักษาสมบัติส่วนตัวอย่างเป็นระเบียบด้วยการจัดระบบการเก็บสิ่งต่างๆ อย่างเป็นสัดส่วนและหมวดหมู่ และดูแลรักษาความสะอาดของใช้ส่วนตัว

1.5 ทักษะการตรวจสอบงาน (Task-Monitor) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการพิจารณาความถูกต้องของงานที่ทำเสร็จแล้ว เพื่อให้แน่ใจว่างานที่ทำไม่มีข้อผิดพลาด ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยกำกับติดตามงานที่ปฏิบัติ ด้วยการพิจารณางานที่ปฏิบัติว่ามีความถูกต้องเสร็จสมบูรณ์เรียบร้อย

2. ความสามารถในการกำกับอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการดูแลควบคุมความรู้สึกทางจิตใจของตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ในห้องเรียนและนอกห้องเรียนได้สำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วย 2 ทักษะดังนี้

2.1 ทักษะการปรับเปลี่ยน (Shift) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่างๆ ได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถยอมรับได้กับสถานการณ์ที่แตกต่างจากเดิม ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยปรับเปลี่ยนได้ง่าย ด้วยการไม่ยึดติดอยู่กับสถานการณ์หรือปัญหาใดปัญหาหนึ่งจนทำให้เกิดผลกระทบด้านลบ ยอมรับได้กับสิ่งที่แตกต่างจากเดิม และมีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา ด้วยการยอมรับได้กับสิ่งที่แตกต่างจากเดิม และมีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา ด้วยการยอมรับได้กับความแตกต่างหลากหลายของวิธีการแก้ปัญหา

2.2 ทักษะการควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการจัดการกับความรู้สึกทางใจได้เป็นอย่างดี เพื่อไม่ให้มีผลกระทบด้านลบต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยควบคุมการตอบสนองทางอารมณ์ ด้วยการกำกับดูแลอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม และแสดงกิริยาท่าทางที่สอดคล้องกับสภาวะอารมณ์

3. ความสามารถในการกำกับพฤติกรรม (Behavioral Regulation) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการดูแลควบคุมการกระทำหรืออาการที่แสดงออกของตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ในห้องเรียนและนอกห้องเรียนได้สำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วย 2 ทักษะ ได้แก่

3.1 ทักษะการตรวจสอบตนเอง (Self-Monitor) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการพิจารณาถึงพฤติกรรมหรือการกระทำของตนเอง เพื่อให้แน่ใจว่าสิ่งที่ได้กระทำเป็นสิ่งที่ถูกต้องและไม่มีผลกระทบต่อผู้อื่น ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยกำกับติดตามพฤติกรรมตนเอง ด้วยการพิจารณาการกระทำของตนเองว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องดีงาม และไม่แสดงการกระทำที่มีผลกระทบต่อผู้อื่น

3.2 ทักษะการยับยั้ง (Inhibit) หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการคิดอย่างรอบคอบก่อนลงมือกระทำและยึดเวลาการตนเอง เพื่อให้มีเวลาประเมินสถานการณ์หรือพฤติกรรมที่อาจมีผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยควบคุมความวู่วาม ด้วยการหลีกเลี่ยงการกระทำที่ทำได้โดยไม่ได้คิด ดูแลความปลอดภัยของตนเอง และหยุดแสดงพฤติกรรมด้านลบในเวลาที่เหมาะสมได้ด้วยตนเอง

โดยสรุป การวิเคราะห์ผลที่ได้จากแบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา เมื่อเทียบกับเกณฑ์ปกติแล้วครูสามารถให้คำแนะนำนักเรียนได้โดยพิจารณาภาพรวมก่อนว่านักเรียนมีคะแนนความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองโดยรวมอยู่ระดับใด และพิจารณาเป็นส่วนย่อยว่านักเรียนมีคะแนนความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองแต่ละทักษะและองค์ประกอบอยู่ในระดับใด เพื่อนำไปสู่การวางแผนส่งเสริมสนับสนุนและให้ความช่วยเหลือทางการศึกษาที่สอดคล้องกับจุดเด่นและจุดด้อยทางความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองของนักเรียนเป็นรายบุคคลต่อไป

นิยามของ EFs อีกแบบหนึ่งคือการให้คำนิยามเพื่อการวัดและประเมินพฤติกรรมตามองค์ประกอบของ EFs ซึ่งทำให้ครูและผู้ปกครองสามารถสังเกตและประเมินทักษะ EFs จากกิจกรรมที่ทำในแต่ละวันได้ (Dawson & Guare Richard. 2014) ประกอบด้วย

1. การยับยั้งชั่งใจ (Response inhibition) หมายถึง ความสามารถในการคิดก่อนทำ เป็นความสามารถที่จะอดทนที่จะทำหรือไม่ทำพฤติกรรม ในขณะที่เกิดสถานการณ์ และวิเคราะห์ได้ว่าการกระทำของเราจะส่งผลต่อผู้อื่นอย่างไร

2. การควบคุมอารมณ์ (Emotional control) หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ หรือทำงานให้สำเร็จ

3. ความยืดหยุ่น (Flexibility) หมายถึง ความสามารถในการทบทวนแผนเมื่อพบอุปสรรค ข้อผิดพลาดหรือมีข้อมูลใหม่ๆ เข้ามา เพื่อปรับเปลี่ยนให้เหมาะกับสถานการณ์

4. ความจำขณะทำงาน (Working memory) หมายถึง ความสามารถที่จะทำให้ข้อมูลอยู่ในความจำขณะที่ทำงานที่มีความซับซ้อนได้ และหมายรวมถึงความสามารถที่จะดึงเอาการเรียนรู้หรือประสบการณ์เดิมมาใช้ในสถานการณ์ขณะนั้น หรือใช้ในการวางโครงการในอนาคต

5. การเริ่มต้นลงมือทำงาน (Task initiation) หมายถึง ความสามารถในการเริ่มต้นทำงานหรือโครงการโดยไม่ผัดวันประกันพรุ่ง

6. การจดจ่อต่อการทำงาน (Sustained attention) หมายถึง ความสามารถที่จะสร้างกระบวนการทำงานที่จะนำไปสู่เป้าหมายหรือความสำเร็จของงานที่ทำได้ รวมทั้งการตัดสินใจว่าสิ่งใดสำคัญหรือไม่สำคัญ

7. การวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ (Planning/prioritization) หมายถึง ความสามารถที่จะสร้างกระบวนการทำงานที่จะนำไปสู่เป้าหมายหรือความสำเร็จของงานที่ทำได้ รวมทั้งการตัดสินใจว่าสิ่งใดสำคัญหรือไม่สำคัญ

8. การบริหารจัดการ (Organization) หมายถึง ความสามารถในการจัดการข้อมูล รวมทั้งข่าวของเครื่องใช้

9. การจัดการเวลา (Time management) หมายถึง ความสามารถในการประมาณ การเวลาที่ใช้ในการทำงานให้ทันเวลาที่กำหนด รวมทั้งการรับรู้ว่าคุณค่าเวลาที่มีความสำคัญ

10. การมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย (Goal-directed persistence) หมายถึง ความสามารถในการตั้งเป้าหมายและเดินตามเป้าหมายนั้น ไม่วอกแวกไปกับความสนใจอื่นๆ ที่เข้ามาแทรก

11. การมีเมตาคอกนิชัน (Metacognition) หมายถึง ความสามารถที่จะถอยหลัง และมองดูสิ่งที่กำลังทำในสถานการณ์ต่างๆ การสังเกตเห็นกระบวนการของตนเองที่จะแก้ปัญหา รวมทั้งการมีทักษะการกำกับและประเมินตนเอง

Dawson, Peg และ Guare Richard (2018 : 3-10) ได้กล่าวถึงแบบประเมินทักษะ การบริหารจัดการตนเอง ดังนี้

มนุษย์มีความสามารถในตัวเองเพื่อตอบสนองความท้าทายและบรรลุเป้าหมายผ่านการใช้ งานขององค์ความรู้ระดับสูงที่เรียกว่าทักษะการบริหารจัดการตนเอง สิ่งเหล่านี้คือทักษะที่ช่วยใน การตัดสินใจว่าจะให้ความสนใจกับกิจกรรมหรืองานใดและกิจกรรมใดที่เราจะเลือกทำ (Hart & Jacobs. 1993) ทักษะการบริหารจัดการตนเองจะช่วยให้เราสามารถจัดระเบียบพฤติกรรมของเรา ในช่วงเวลาและแทนที่ความต้องการในทันทีเพื่อสนับสนุนเป้าหมายระยะยาวผ่านการใช้ทักษะเหล่านี้ ที่เราสามารถวางแผน และจัดกิจกรรม ความสนใจ และมุ่งมั่นที่จะทำงานให้สำเร็จ ทำให้เรา สามารถจัดการอารมณ์ และติดตามความคิดของเราเพื่อทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและ ประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ทักษะการบริหารจัดการตนเองในการควบคุมพฤติกรรม มีดังนี้

1. การวางแผน ความสามารถในการสร้างแผนงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายหรือเพื่อให้งาน สำเร็จ นอกจากนี้ยังเกี่ยวข้องกับความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับสิ่งที่สำคัญที่ต้องมุ่งเน้นและ สิ่งที่ไม่สำคัญ

2. การบริหารจัดการ ความสามารถในการออกแบบและบำรุงรักษาระบบสำหรับการติดตาม ข้อมูลหรือวัสดุ

3. การจัดการเวลา ความสามารถในการประเมินเวลาที่มีอยู่ วิธีการจัดสรรและวิธีการ ที่จะอยู่ภายในระยะเวลาและกำหนดเวลา นอกจากนี้ยังเกี่ยวข้องกับความรู้สึกที่ว่าเวลานั้นเป็น เรื่องที่สำคัญ

4. ความจำขณะทำงาน ความสามารถในการเก็บข้อมูลไว้ในใจขณะทำงานที่มีความ ซับซ้อน ซึ่งรวมถึงความสามารถในการนำการเรียนรู้ที่ผ่านมาหรือประสบการณ์ มาประยุกต์ใช้กับ สถานการณ์ในอนาคต

5. อภิปัญญา ความสามารถในการและมองดูตัวเองในสถานการณ์ต่างๆ สังเกตว่าเราแก้ปัญหาอย่างไร นอกจากนี้ยังรวมถึงการตรวจสอบตนเองและทักษะการประเมินตนเอง (เช่นถามตัวเองว่า "ฉันจะทำได้ยังไงดี" หรือ "ฉันจะทำอย่างไรดี")

ทักษะการบริหารจัดการตนเองในการกำหนดเป้าหมายในการทำงาน มีดังนี้

1. การยับยั้งชั่งใจ ความสามารถในการคิดก่อนทำ ความสามารถในการต่อต้านความอยากที่จะพูดหรือทำอะไรบางอย่างทำให้เรามีเวลาประเมินสถานการณ์และพฤติกรรมของเราที่อาจส่งผลกระทบต่อมัน
 2. การควบคุมอารมณ์ (เรียกว่าการควบคุมตนเองจากผลกระทบที่อาจจะตามมา) ความสามารถในการจัดการอารมณ์เพื่อให้บรรลุเป้าหมายงานที่สมบูรณ์หรือการควบคุมพฤติกรรมโดยตรง
 3. การจดจ่อต่อการทำงาน ความสามารถในการเข้าร่วมกับสถานการณ์หรืองานแม้จะมีสิ่งที่ทำให้ไขว้เขวอ่อนเพลียหรือเบื่อหน่าย
 4. การเริ่มต้นลงมือทำงาน ความสามารถในการเริ่มต้นงานโดยไม่มีกำหนดวันประกันพรั้งเกินควรในเวลาที่เหมาะสม
 5. ความยืดหยุ่น ความสามารถในการแก้ไขแผนในการเผชิญกับอุปสรรค ความพ่ายแพ้ ข้อมูลใหม่หรือข้อผิดพลาด มันเกี่ยวข้องกับการปรับตัวให้เข้ากับสภาพที่เปลี่ยนแปลง
 6. การมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ความสามารถหรือแรงผลักดันในการติดตามไปสู่เป้าหมายที่สมบูรณ์ เราต้องการทักษะเหล่านี้เมื่อเราต้องการจัดการพฤติกรรมและกิจวัตรประจำวันของเรา เราต้องการทักษะเหล่านี้ ต่อเมื่อเราเผชิญกับความท้าทายใหม่หรือการแก้ไขเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย
- ลักษณะของพัฒนาการทักษะการบริหารจัดการตนเองในแต่ละวัยที่แสดงให้เห็นถึงการเชื่อมโยงกับพัฒนาการของทักษะการบริหารจัดการตนเอง การฝึกให้เด็กเกิดทักษะดังตารางข้างล่างจะช่วยส่งเสริมการจัดการที่ดีและมีอิสระในการทำตามเป้าหมายของตนเอง Dawson, Peg and Guare Richard (2018 : 3-10)

ตารางที่ 2 พัฒนาการที่ต้องใช้ทักษะการบริหารจัดการตนเอง

| ช่วงอายุ | พัฒนาการ |
|---------------------|--|
| เด็กก่อนวัยเรียน | ทำตามคำสั่งง่าย ๆ (เช่น "เอารองเท้าออกจากห้องนอน) ทำความสะอาดห้องนอนหรือห้องเด็กเล่น ช่วยเหลืองานบ้านโดยมีผู้ใหญ่บอกให้ทำ (เช่นเก็บจานจากโต๊ะ แปรงฟัน แต่งกาย) ยับยั้งพฤติกรรม : อย่าแตะต้องเตาร้อน อย่าวิ่งออกนอกถนน อย่าแย่งของเล่นจากเด็กคนอื่น อย่าตี กัด อย่าผลักเพื่อน ฯลฯ |
| ชั้นอนุบาล-อนุบาล 2 | ทำตามคำสั่งง่ายๆ (สองสามขั้นตอน) ทำความสะอาดห้องนอน ห้องเล่น ทำงานบ้านง่ายๆ ได้ |

ตารางที่ 2 (ต่อ)

| ช่วงอายุ | พัฒนาการ |
|----------|---|
| เกรด 3-5 | <p>ดูแลตัวเอง โดยผู้ใหญ่อาจต้องบอกให้ทำ เอาเอกสารจากโรงเรียนมาบ้านหรือจากบ้านไปโรงเรียนทำการบ้านเสร็จ (มากที่สุด 20 นาที) ตัดสินใจในการใช้จ่ายเงิน (โดยพ่อแม่อนุญาต) ยับยั้งพฤติกรรม : ทำตามขั้นตอนความปลอดภัย เช่น ไม่พูดคำหยาบ ยกมือก่อนพูดในห้องเรียน</p> <ul style="list-style-type: none"> - ทำตามคำสั่ง (เกี่ยวกับการต้องใช้เวลาในการทำ เช่น ไปซื้อของร้านค้าใกล้ๆ) - ทำความสะอาดห้องนอน ห้องเล่น (โดยใช้เครื่องดูดฝุ่น ผ้าขัดฝุ่น) ทำงานบ้านที่ต้องใช้เวลา 15-30 นาที (เช่นล้างจาน กวาดใบไม้) - นำหนังสือ เอกสารการบ้านกลับมาบ้านและเอาไปโรงเรียน ทำการบ้านจนเสร็จ (มากที่สุด 1 ชั่วโมง) วางแผนโครงการง่ายๆ เช่น รายงาน การเลือกหนังสือ |
| เกรด 6-8 | <ul style="list-style-type: none"> - ช่วยงานบ้านรอบ ๆ บ้านรวมถึงความรับผิดชอบประจำวันและงานตามโอกาส (เช่น การล้างจาน กวาดใบไม้ กวาดงาน พรวนดินอาจใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที) - ช่วยดูแลเด็กได้ อาจเป็นการดูแลห้องหรือรับจ้างเป็นที่เลี้ยงเด็ก |
| เกรด 6-8 | <ul style="list-style-type: none"> - มีระบบการจัดการของตัวเองด้านการเรียน เช่น การมีสมุดจดการบ้านหรือสมุดจดคำบรรยาย - สามารถเปลี่ยนแปลงตามตารางสอนที่ซับซ้อนขึ้นได้ เช่น เปลี่ยนวิชา เปลี่ยนครูผู้สอน - วางแผนและทำโครงการระยะยาวได้และทำเสร็จตามเวลาที่กำหนด - วางแผนตารางเวลาของตนเองทั้งการใช้เวลาว่าง การทำการบ้าน งานบ้าน และประมาณการเวลาที่ต้องในการทำงานแต่ละอย่างได้ |
| มัธยม | <ul style="list-style-type: none"> - ช่วยงานบ้านรวมถึงความรับผิดชอบประจำวันและงานตามโอกาส (เช่น การล้างจาน กวาดใบไม้ กวาดงาน พรวนดินอาจใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที) - ช่วยดูแลเด็กได้ อาจเป็นการดูแลห้องหรือรับจ้างเป็นที่เลี้ยงเด็ก - มีระบบการจัดการของตัวเองด้านการเรียน เช่น การมีสมุดจดการบ้านหรือสมุดจดคำบรรยาย |

ตารางที่ 2 (ต่อ)

| ช่วงอายุ | พัฒนาการ |
|----------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - สามารถเปลี่ยนแปลงตามตารางสอนที่ซับซ้อนขึ้นได้ เช่น เปลี่ยนวิชา เปลี่ยนครูผู้สอน - วางแผนและทำโครงการระยะยาวได้และทำเสร็จตามเวลาที่กำหนด - วางแผนตารางเวลาของตนเองทั้งการใช้เวลาว่างการทำงาน การบ้าน งานบ้าน และประมาณการเวลาที่ต้องในการทำงานแต่ละอย่างได้ - จัดการการเรียนของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งการทำงานประจำวัน การส่งงานตามกำหนดส่ง การอ่านหนังสือเตรียมสอบ กำหนดตารางการทำโครงการระยะยาว ปรับและยืดหยุ่นเพื่อให้ผลงานออกมาดีขึ้น หลังจากได้รับคำแนะนำจากครู - วางแผนเพื่อการบรรลุเป้าหมายระยะยาว เช่น การเรียนต่อระดับอุดมศึกษา สามารถรักษาผลการเรียนให้อยู่ในระดับดีจนสามารถจะเรียนต่อได้ - ใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพหรือการทำงาน Part-time เพื่อหารายได้ช่วงปิดเทอม - ยับยั้งพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเอง (เช่น การใช้ยาเสพติด, การขโมยการฉ้อโกง) |

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ

งามพันธุ์ สัยศรี (2554) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาแบบตรวจสอบรายการประเมินทักษะการจัดการเวลาและเทคนิคการจัดการเวลาสำหรับนักเรียน โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในจังหวัดอ่างทอง เครื่องมือวิจัยเป็นแบบสอบถามสำหรับวัดสภาพการจัดการเวลาของนักเรียน และแบบตรวจสอบรายการประเมินทักษะการจัดการเวลาที่พัฒนาขึ้น การสังเกตและการสัมภาษณ์ ซึ่งวิธีการวิจัยใช้การวิจัยเชิงบรรยายและวิจัยเชิงทดลอง โดยมีตัวแปรที่ศึกษาคือ สภาพการจัดการเวลา การเห็นคุณค่าด้านการจัดการเวลาของนักเรียน ทักษะการจัดการเวลา ประสิทธิภาพของทักษะการจัดการเวลา ปัญหาของการจัดการเวลา สาเหตุที่ส่งผลต่อปัญหาด้านการจัดการเวลา ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนเห็นคุณค่าด้านการจัดการเวลาระดับสูง มีทักษะการจัดการเวลาและประสิทธิผลของการจัดการเวลาปานกลาง ส่วนใหญ่มีปัญหาด้านการทำงานไม่เสร็จตามเวลา เนื่องจากใช้เวลาในการเล่นอินเทอร์เน็ต

2. แบบตรวจสอบรายการประเมินทักษะการจัดการเวลาประกอบ 4 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบด้านการวางแผน ด้านการทำงานให้เสร็จตามเวลาที่กำหนด ด้านการจัดระบบอย่างมีประสิทธิภาพ และด้านกลไกการจัดการเวลามี 20 ข้อรายการ คุณภาพเครื่องมือมีความเที่ยงแบบความสอดคล้องภายใน 0.702 ความตรงเชิงโครงสร้าง

3. เทคนิคการจัดการเวลามี 3 ประเภท คือ เทคนิคการเตือนความจำ การจัดลำดับความสำคัญ และการกำกับติดตามที่ต้องทำ

4. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้เทคนิคการจัดการเวลาแต่ละประเภทมีทักษะการจัดการเวลาสูงกว่าก่อนการทดลองแต่มีทักษะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน และกลุ่มทดลองทุกกลุ่มมีทักษะการจัดการเวลาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ .05

ฐาปณีย์ แสงสว่าง และคณะ (2557) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ การพัฒนาตัวบ่งชี้ทักษะการบริหารการรู้คิด อารมณ์ แลพฤติกรรมสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2557 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และสังกัดคณะกรรมการการอุดมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร โดยเครื่องมือที่ใช้คือแบบวัดทักษะการบริหารการรู้คิดอารมณ์ และพฤติกรรมสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา (ฉบับครูประเมิน) ซึ่งผลการวิจัยพบว่า

1. ชุดตัวบ่งชี้ทักษะการบริหารการรู้คิด อารมณ์ และพฤติกรรม ประกอบด้วย 9 ตัวบ่งชี้ จดอยู่ใน 3 องค์ประกอบ คือ 1.1) การรู้คิด ตัวบ่งชี้การริเริ่ม ความจำเป็นในการทำงาน การวางแผน/จัดระบบ การจัดระเบียบวัสดุ และการตรวจสอบงาน 1.2) การกำกับอารมณ์ ตัวบ่งชี้การปรับเปลี่ยนและการควบคุมอารมณ์ 1.3) การกำกับพฤติกรรม ตัวบ่งชี้การตรวจสอบตนเองและการยับยั้ง

2. โมเดลการวัดทักษะการบริหารการรู้คิด อารมณ์ และพฤติกรรมสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา มีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างโดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน และตั้งบ่งชี้คุณภาพอยู่ในระดับดี ทั้งในด้านความเชื่อมั่น แบบความสอดคล้องภายใน ความเหมาะสม ความน่าเชื่อถือ ความเป็นประโยชน์ และมีความเป็นไปได้สูงสำหรับการนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูล

3. แบบวัดทักษะการบริหารการรู้คิด อารมณ์และพฤติกรรมสำหรับนักเรียนชั้นประถม (ฉบับครูประเมิน) มีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง มีค่าความสอดคล้องภายในระดับสูง ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างผู้ประเมินมีความสอดคล้องกันดี และมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ในเกณฑ์ที่ดี

นวรรตน์ อนันตบุษย์ และสิริลักษณ์ โปร่งสันเทียะ (2562) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ กรณีศึกษา การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาเรียนร่วมที่มีภาวะออทิซึม ในระดับอุดมศึกษา การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาเรียนร่วมที่มีภาวะออทิซึมในระดับอุดมศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเอง กรณีที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักศึกษาเรียนร่วมที่มีภาวะออทิซึมในระดับอุดมศึกษา ซึ่งได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นบุคคลออทิสติกที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จำนวน 1 คน เลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยรูปแบบ Time Series Design โดยการใช้การดำเนินการทดลอง

ตามรูปแบบ Single-Group Time Series Design เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบประเมินทักษะการบริหารจัดการตนเองและกิจกรรมส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเอง การวิเคราะห์ข้อมูลจากผลการประเมินทักษะการบริหารจัดการตนเอง ทั้งก่อน (สัปดาห์ที่ 1) และระหว่าง (สัปดาห์ที่ 2-7) การใช้กิจกรรมส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเอง ผลการศึกษาพบว่า ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาที่มีภาวะออทิซึม มีทักษะการบริหารจัดการตนเองในสัปดาห์ที่ 1 อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.56$) และเมื่อใช้กิจกรรมส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเอง พบว่า ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาที่มีภาวะออทิซึม เปลี่ยนแปลงมากที่สุดในสัปดาห์ที่ 7 อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 2.79$) และน้อยที่สุดในสัปดาห์ที่ 4 อยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 1.44$) มีทักษะการบริหารจัดการตนเองในภาพรวมตั้งแต่สัปดาห์ที่ 2 ถึงสัปดาห์ที่ 7 อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.10$)

2. งานวิจัยในประเทศต่างประเทศ

Gay Trainin and H. Lee Swanson (2016) ได้ทำการศึกษาวิจัย เรื่องการใช้กลยุทธ์ของ Metacognition และความสำเร็จทางการศึกษาของนักศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ เปรียบเทียบกับนักศึกษาทั่วไปงานวิจัยฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้กลยุทธ์ทาง Metacognition เพื่อชดเชยความบกพร่องทางการเรียนรู้ของนักศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ว่าประสบความสำเร็จหรือไม่อย่างไร โดยเปรียบเทียบ Cognition (ความรู้ความเข้าใจ) และ Metacognitive (กลุ่มของความสามารถในการสร้างระบบความรู้ความเข้าใจในหลาย ๆ ด้าน เช่น การเชื่อมโยงความรู้เก่าเข้ากับความรู้ใหม่ที่มีต่อ Phonological Processing (กระบวนการทางภาษา) เช่น การอ่านคำ ความเร็วในการอ่าน กระบวนการในการให้ความหมาย และความจำระยะสั้น) จากงานมอบในการเรียนตามหลักสูตรของมหาวิทยาลัยระหว่างกลุ่มของนักศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียนรู้กับกลุ่มของนักศึกษาปกติกลุ่มละ 40 คน ผลการศึกษาพบว่า

1. นักศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียนรู้จะประสบความสำเร็จต่ำกว่ากลุ่มนักศึกษาปกติในเรื่องของการอ่านคำความเร็วในการอ่าน กระบวนการในการให้ความหมาย และความจำระยะสั้น
2. มีความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีความสามารถที่ควบคุม กระตุ้น ปรับตัว รู้จักตนเอง (Self-regulation) และกลุ่มที่มีความบกพร่อง รวมถึงมีความแตกต่างในเรื่องเวลาที่ใช้ในการเรียน

3. ผลจากการวิจัยแสดงให้เห็นว่านักศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ สามารถชดเชยความบกพร่อง โดยใช้ Metacognition ด้านความสามารถทางการใช้ภาษาพูด กลยุทธ์การเรียนรู้ และความสามารถในการแสวงหาสิ่งที่จะช่วยเหลือหรือสนับสนุนการเรียนรู้ของเขา

Rebecca Petersen, Ellen Lavelle and A.J. Guarino (2006) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา กับกลยุทธ์ในการเรียน วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง กับ Self-regulatory process และกลยุทธ์
2. ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการบริหารจัดการตนเองกับการรับรู้ปัญหาชีวิต (ปัญหาด้านการเรียน) ผลการศึกษาพบว่า 1. มีความสัมพันธ์ระหว่าง

ความสามารถในการบริหารจัดการตนเองกับ Self-regulatory process และกลยุทธ์ในการใช้ความสามารถในการบริหารจัดการระดับสูง 2. การรับรู้ปัญหาความยากลำบากในการจัดการกับชีวิต (Perception of difficulty in managing their life) มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการบริหารจัดการตนเองแต่มีความสัมพันธ์ในมุมนกลับ (ผกผัน) กับสมาธิ (Concentration) และผลการเรียน (Academic performance)

Bonnie D. Singer and Anthony S. Bashir (1999) การศึกษานี้เป็นการศึกษากระบวนการที่เป็นปัญหาของนักเรียน (Gorge) ที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ซึ่งประสบความยากลำบากในการสื่อสารทั้งการพูด (Speech) และการเขียน (Writing) ซึ่งต้องเริ่มต้นด้วยการประเมินความสามารถทางภาษา (Language assessment) และการสร้างกระบวนการให้ความช่วยเหลือสำหรับผู้ที่มีปัญหาทางภาษา (Intervention) กระบวนการให้ความช่วยเหลือสำหรับผู้ที่มีปัญหาทางภาษา (Intervention) คือ การส่งเสริมทักษะความสามารถในการบริหารจัดการระดับสูงและ Self-Regulation และ Language Process ผลการวิจัยพบว่า ถึงแม้ว่าความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง และ Self-Regulation จะถูกแยกออกจากกัน แต่ต่างก็มีอิทธิพลต่อผลการเรียนของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ภาษา (LLD = Language-Learning Disorder) (วิไลวรรณ ซึ่งปริดา. 2560)

จากการทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องจะเห็นได้ว่าทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา อาจมีผลสืบเนื่องมาจากปัจจัยในด้านต่าง ๆ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและสิ่งแวดล้อม และปัจจัยพื้นฐานในการดำเนินชีวิต แต่จะได้รับการตอบสนองมาน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับกระบวนการให้ความช่วยเหลือฝึกฝนให้เกิดทักษะ EF ได้ ในขณะที่การเรียนในระดับอุดมศึกษา นักศึกษาพิการถูกคาดหวังให้แสดงออกถึงทักษะความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง และความรับผิดชอบต่อการเรียนเพื่อให้สำเร็จการศึกษาตามที่วางแผนไว้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการ การวิจัยครั้งนี้ได้ใช้องค์ประกอบการทำงานทางสมองการบริหารจัดการตนเองตามแนวคิดของ Dawson, Peg and Guare Richard (2014 ; 2018 : 268-271) ประกอบด้วย 11 ด้าน ได้แก่ ด้านการยับยั้งชั่งใจ ด้านความจำขณะทำงาน ด้านการควบคุมอารมณ์ ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ ด้านการบริหารจัดการ ด้านการจัดการเวลา ด้านความยืดหยุ่น ด้านเมตาคอกนิชัน และด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ทั้งนี้เพื่อให้ทราบถึงทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา และเพื่อให้ได้ข้อมูลสารสนเทศพื้นฐานสำหรับหน่วยงานเพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม และเป็นแนวทางในการพัฒนาส่งเสริมโปรแกรมการช่วยเหลือให้เหมาะสมกับนักศึกษาพิการแต่ละประเภทต่อไป

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา โดยมีลำดับขั้นตอนดังนี้

1. กลุ่มเป้าหมาย
2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

กลุ่มเป้าหมาย

1. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายของการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น และนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว จำนวน 48 คน ที่จดทะเบียนคนพิการ และกำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ปีการศึกษา 2561 (หน่วยบริการสนับสนุนนักศึกษาพิการ. 2562)

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

1. ลักษณะเครื่องมือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา โดยแบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา

ตอนที่ 2 การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) โดยมีคำถามในด้านต่าง ๆ จำนวน 11 ด้าน ดังนี้ 1. ด้านการยับยั้งชั่งใจ 2. ด้านการควบคุมอารมณ์ 3. ด้านความยืดหยุ่น 4. ด้านความจำขณะทำงาน 5. ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน 6. ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน 7. ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ 8. ด้านการบริหารจัดการ 9. ด้านการจัดการเวลา 10. ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย 11. ด้านเมตาคognition

2. ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบวัดทักษะการบริหารจัดการตนเองของ Dawson, Peg & Guare Richard (2018) เนื่องจากมีความตรง (Validity) และความเที่ยง (Reliability) มีความเหมาะสมกับนักศึกษาพิการ รวมถึงสามารถนำมาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้

2.1 นำแบบเป็นแบบวัดทักษะการบริหารจัดการตนเองของ Dawson, Peg & Guare Richard (2018) ไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาโครงการวิจัย เพื่อตรวจสอบสำนวนภาษา และความถูกต้องของเนื้อหาเพื่อนำไปทดลอง

2.2 นำแบบสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษาไปทดลองใช้กับนักศึกษาฝึกการ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสำรวจ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาด้วยวิธีการของ Cronbach (Cronbach Alpha Coefficient) โดยได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา .9784 (สุวิมล ติรกาพันธ์. 2548 : 156)

2.3 นำแบบสำรวจจัดพิมพ์เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

กำหนดแผนในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการศูนย์การศึกษาพิเศษ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลในส่วนที่เกี่ยวข้องกับงานบริการสำหรับนักศึกษาฝึกการ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง และมีผู้ช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของแบบสำรวจข้อมูลในส่วนที่ไม่ครบถ้วนผู้วิจัยนำกลับไปสัมภาษณ์ซ้ำอีกรอบเพื่อให้การตอบมีความสมบูรณ์

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำแบบสำรวจที่สมบูรณ์ทุกฉบับมาบันทึกข้อมูลลงในคอมพิวเตอร์ เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยในการให้คะแนนทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษาว่าอยู่ในระดับใด พิจารณาจากเกณฑ์ ดังนี้ (Dawson, Peg & Guare Richard. 2018 : 268-271)

ระดับ 5 หมายถึง มีทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด

ระดับ 4 หมายถึง มีทักษะการบริหารจัดการตนเองมาก

ระดับ 3 หมายถึง มีทักษะการบริหารจัดการตนเองปานกลาง

ระดับ 2 หมายถึง มีทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อย

ระดับ 1 หมายถึง มีทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1.1 วิเคราะห์สถานภาพของผู้ตอบแบบสำรวจ โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

1.2 วิเคราะห์ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา โดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) (บุญชม ศรีสะอาด. 2543 : 100) โดยมีเกณฑ์ในการแปลความหมายค่าเฉลี่ย ดังนี้

ค่าเฉลี่ย ความหมาย

4.51-5.00 = มีทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด

3.51-4.50 = มีทักษะการบริหารจัดการตนเองมาก

2.51-3.50 = มีทักษะการบริหารจัดการตนเองปานกลาง

1.51-2.50 = มีทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อย

1.00-1.50 = มีทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

บทที่ 4 ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา โดยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการแบบสำรวจกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพิการที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ปีการศึกษา 2562 และได้นำข้อมูลดังกล่าวมาวิเคราะห์พร้อมก็นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสำรวจ

ตอนที่ 2 แบบสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

สถานภาพของผู้ที่ตอบแบบสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกเป็นสถานภาพส่วนตัว วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ (Percentage) รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสถานภาพส่วนตัว

| สถานภาพส่วนตัว | นักศึกษาพิการ | |
|--|-----------------|--------|
| | จำนวน (N = 48) | ร้อยละ |
| 1. เพศ | | |
| 1.1 ชาย | 22 | 45.80 |
| 1.2 หญิง | 26 | 54.20 |
| 2. ประเภทความพิการ | | |
| 2.1 บกพร่องทางการได้ยิน | 24 | 50.11 |
| 2.2 บกพร่องทางการเห็น | 13 | 27.10 |
| 2.3 บกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว | 11 | 22.90 |

จากตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 54.20) และเพศชาย (ร้อยละ 45.80) ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน (ร้อยละ 50.11) รองลงมาเป็นนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น (ร้อยละ 27.10) และนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 22.90) ตามลำดับ

ตอนที่ 2 การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมใน
ระดับอุดมศึกษา

การวิเคราะห์ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมใน
ระดับอุดมศึกษา ทั้ง 11 ด้าน โดยหาค่าเฉลี่ย \bar{X} และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ซึ่งแสดง
รายละเอียดดังตารางที่ 4-11

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา
ฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา โดยภาพรวม

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วม ในระดับอุดมศึกษา | นักศึกษาฝึกการ | | ความหมาย |
|---|----------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | |
| 1. ด้านการยับยั้งชั่งใจ | 3.40 | .70 | ปานกลาง |
| 2. ด้านความจำขณะทำงาน | 3.57 | .82 | มาก |
| 3. ด้านการควบคุมอารมณ์ | 3.53 | .72 | มาก |
| 4. ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | 3.47 | .92 | ปานกลาง |
| 5. ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | 3.38 | .88 | ปานกลาง |
| 6. ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | 3.47 | .87 | ปานกลาง |
| 7. ด้านการบริหารจัดการ | 3.64 | .77 | มาก |
| 8. ด้านการจัดการเวลา | 3.34 | .97 | ปานกลาง |
| 9. ด้านความยืดหยุ่น | 3.54 | .90 | มาก |
| 10. ด้านเมตตาคอกนิจัน | 3.52 | .95 | มาก |
| 11. ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | 3.93 | .71 | มาก |
| ภาพรวม | 3.53 | .67 | มาก |

จากตารางที่ 4 พบว่า นักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษามีทักษะการบริหาร
จัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = .67) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน
พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย
($\bar{X} = 3.93$, S.D. = .71) รองลงมา คือ ด้านการบริหารจัดการ ($\bar{X} = 3.64$, S.D. = .77)
ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด แต่ยังคงอยู่ในระดับปานกลาง คือ
ด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = 3.34$, S.D. = .97)

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการ
เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามรายข้อ

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วม ในระดับอุดมศึกษา | นักศึกษาฝึกการ | | |
|---|----------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| ด้านการยับยั้งชั่งใจ | | | |
| 1. ฉันลงมือทำโดยไม่ได้คิดก่อน | 3.54 | .84 | มาก |
| 2. ฉันพูดคุยมักเกินไปในชั้นเรียน | 3.25 | 1.17 | ปานกลาง |
| 3. ฉันพูดโดยไม่คิด | 3.42 | .76 | ปานกลาง |
| ด้านความจำขณะทำงาน | | | |
| 4. ฉันพูดว่าเดี๋ยวค่อยทำทีหลัง แล้วก็ลืมทำสิ่งนั้น | 3.27 | .93 | ปานกลาง |
| 5. ฉันลืมทำงานที่เป็นการบ้านหรือสั่มเอกสารที่ใช้กลับบ้าน | 3.67 | 1.01 | มาก |
| 6. ฉันวางของผิดที่หรือทำของหาย เช่น สมุด เสื้อคลุม เป็นต้น | 3.79 | .98 | มาก |
| ด้านการควบคุมอารมณ์ | | | |
| 7. ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายเมื่อการบ้านยากเกินไป ต้องใช้เวลานานในการทำ | 3.29 | 1.01 | ปานกลาง |
| 8. ฉันรู้สึกโกรธง่ายและรู้สึกท้อถอยได้ง่าย | 3.71 | .94 | มาก |
| 9. ฉันรู้สึกหงุดหงิดเมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ | 3.60 | .91 | มาก |
| ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | | | |
| 10. ฉันไม่ค่อยมีสมาธิ และวอกแวกง่าย | 3.50 | 1.07 | ปานกลาง |
| 11. ฉันรู้สึกหมดแรงก่อนที่จะทำการบ้านเสร็จ | 3.44 | 1.02 | ปานกลาง |
| 12. ฉันมักใจลอยขณะทำงาน | 3.48 | 1.09 | ปานกลาง |
| ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | | | |
| 13. ฉันถ่วงเวลาการทำงานที่บ้านหรืองานบ้านจนถึงวินาทีสุดท้าย | 3.54 | 1.12 | มาก |
| 14. มันยากสำหรับฉันที่จะทิ้งกิจกรรมสนุกสนานเพื่อเริ่มทำการบ้าน | 3.35 | .81 | ปานกลาง |
| 15. ฉันต้องมีคนคอยเตือนให้ลงมือทำงาน | 3.27 | 1.16 | ปานกลาง |
| ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | | | |
| 16. ฉันมีปัญหาในการวางแผนการทำงานในด้านการเรียงลำดับ ความสำคัญของงาน | 3.38 | 1.02 | ปานกลาง |
| 17. ถ้ามีงานที่ต้องทำหลายอย่าง ฉันไม่สามารถเรียงลำดับของงานได้ | 3.69 | .92 | มาก |
| 18. ถ้าต้องทำโครงการที่ใช้เวลานาน ฉันรู้สึกว่าเป็นงานหนักสำหรับฉัน | 3.38 | 1.06 | มาก |
| ด้านการบริหารจัดการ | | | |
| 19. กระเป๋าและสมุดบันทึกของฉัน ไม่เป็นระเบียบ | 3.63 | .93 | มาก |
| 20. โต๊ะทำงานของฉันไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย | 3.46 | 1.09 | ปานกลาง |
| 21. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดห้องให้สะอาดเรียบร้อย | 3.85 | .92 | มาก |

ตารางที่ 5 (ต่อ)

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฟิสิกส์เรียนร่วม ในระดับอุดมศึกษา | นักศึกษาฟิสิกส์ | | |
|--|-----------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| ด้านการจัดการเวลา | | | |
| 22. ฉันมีความยากลำบากในการกำหนดเวลาในการทำงานแต่ละชิ้น | 3.52 | .92 | มาก |
| 23. ฉันมักจะทำการบ้านไม่เสร็จและรีบทำงานให้เสร็จมหาวิทยาลัย ที่ก่อนเข้าเรียน | 3.38 | 1.21 | ปานกลาง |
| 24. ฉันใช้เวลาานานกว่าจะพร้อมในการทำสิ่งต่างๆ | 3.15 | 1.16 | ปานกลาง |
| ด้านความยืดหยุ่น | | | |
| 25. ถ้าฉันแก้ปัญหาในครั้งแรกไม่สำเร็จ ฉันไม่สามารถคิดหาวิธีการอื่นได้ | 3.65 | .86 | มาก |
| 26. ฉันมีความยากลำบากในการปรับเปลี่ยนแผนหรือกิจวัตรประจำวัน | 3.75 | .91 | มาก |
| 27. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการตอบคำถามปลายเปิดที่แสดงความคิดเห็น (ไม่ว่าจะเขียนอะไรที่จะตอบได้ตรงคำถาม) | 3.23 | 1.29 | ปานกลาง |
| ด้านเมตาดาคกอนิชั่น | | | |
| 28. ฉันไม่มีวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ | 3.52 | 1.03 | มาก |
| 29. ฉันไม่ตรวจสอบข้อผิดพลาดของงาน แม้ว่าส่งผลต่อการเรียน | 3.44 | 1.18 | ปานกลาง |
| 30. ฉันไม่ประเมินการปฏิบัติงานของตนเองหรือเปลี่ยนแปลงวิธปฏิบัติ เพื่อให้ฉันประสบความสำเร็จมากขึ้น | 3.63 | .98 | มาก |
| ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | | | |
| 31. ฉันไม่สามารถเก็บเงิน เพื่อที่จะซื้อสิ่งของที่ฉันต้องการ | 3.94 | .90 | มาก |
| 32. ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จ ในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว | 4.12 | .98 | มาก |
| 33. ถ้ามีสิ่งที่คุณสนใจในเวลาที่คุณต้องทำการบ้านฉันไม่สามารถกำกับ ตนเองให้สามารถทำการบ้านได้ | 3.75 | .95 | มาก |
| ภาพรวม | 3.53 | .67 | มาก |

จากตารางที่ 5 พบว่า นักศึกษาฟิสิกส์เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษามีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = .67) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 32 ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว ($\bar{X} = 4.12$, S.D. = .98) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 2 ฉันพุดคุยมากเกินไปในชั้นเรียน ($\bar{X} = 3.25$, S.D. = 1.17)

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา
พิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางการได้ยิน
โดยภาพรวม

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน | นักศึกษาพิการ | | |
|--|---------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| 1. ด้านการยับยั้งชั่งใจ | 3.05 | .57 | ปานกลาง |
| 2. ด้านความจำขณะทำงาน | 3.31 | .80 | ปานกลาง |
| 3. ด้านการควบคุมอารมณ์ | 3.25 | .66 | ปานกลาง |
| 4. ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | 3.09 | .96 | ปานกลาง |
| 5. ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | 3.00 | .85 | ปานกลาง |
| 6. ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | 3.06 | .64 | ปานกลาง |
| 7. ด้านการบริหารจัดการ | 3.54 | .73 | มาก |
| 8. ด้านการจัดการเวลา | 2.77 | .73 | ปานกลาง |
| 9. ด้านความยืดหยุ่น | 2.97 | .72 | ปานกลาง |
| 10. ด้านเมตตาคอกนิจัน | 2.91 | .59 | ปานกลาง |
| 11. ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | 3.66 | .52 | มาก |
| ภาพรวม | 3.15 | .51 | ปานกลาง |

จากตารางที่ 6 พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยินมีทักษะการบริหารจัดการ
ตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.15$, S.D. = .51) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน
พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย
($\bar{X} = 3.66$, S.D. = .53) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ
ด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = 2.77$, S.D. = .73)

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา
 พิกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา ประเภทความพิการทางการได้ยิน จำแนกตามรายข้อ

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน | นักศึกษาพิการ | | |
|---|---------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| ด้านการยับยั้งชั่งใจ | | | |
| 1. ฉันลงมือทำโดยไม่คิดก่อน | 3.46 | .97 | ปานกลาง |
| 2. ฉันพูดคุยมากเกินไปในชั้นเรียน | 2.54 | .88 | ปานกลาง |
| 3. ฉันพูดโดยไม่คิด | 3.17 | .70 | ปานกลาง |
| ด้านความจำขณะทำงาน | | | |
| 4. ฉันพูดว่าเดี๋ยวค่อยทำทีหลัง แล้วก็ลืมทำสิ่งนั้น | 2.79 | .83 | ปานกลาง |
| 5. ฉันลืมทำงานที่เป็นการบ้านหรือลืมเอกสารที่ใช้กลับบ้าน | 3.50 | 1.02 | ปานกลาง |
| 6. ฉันวางของผิดที่หรือทำของหาย เช่น สมุด เสื้อคลุม เป็นต้น | 3.67 | .96 | มาก |
| ด้านการควบคุมอารมณ์ | | | |
| 7. ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายเมื่อการบ้านยากเกินไป ต้องใช้เวลานานในการทำ | 2.88 | .99 | ปานกลาง |
| 8. ฉันรู้สึกโกรธง่ายและรู้สึกท้อถอยได้ง่าย | 3.29 | .90 | ปานกลาง |
| 9. ฉันรู้สึกหงุดหงิดเมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ | 3.58 | .97 | มาก |
| ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | | | |
| 10. ฉันไม่ค่อยมีสมาธิ และวอกแวกง่าย | 3.25 | 1.18 | ปานกลาง |
| 11. ฉันรู้สึกหมดแรงก่อนที่จะทำการบ้านเสร็จ | 2.96 | .90 | ปานกลาง |
| 12. ฉันมักใจลอยขณะทำงาน | 3.08 | 1.21 | ปานกลาง |
| ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | | | |
| 13. ฉันถ่วงเวลาการทำกรบ้านหรืองานบ้านจนถึงวินาทีสุดท้าย | 3.17 | 1.16 | ปานกลาง |
| 14. มันยากสำหรับฉันที่จะทิ้งกิจกรรมสนุกสนานเพื่อเริ่มทำการบ้าน | 3.13 | .79 | ปานกลาง |
| 15. ฉันต้องมีคนคอยเตือนให้ลงมือทำงาน | 2.71 | 1.08 | ปานกลาง |
| ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | | | |
| 16. ฉันมีปัญหาในการวางแผนการทำงานในด้านการเรียงลำดับ ความสำคัญของงาน | 2.83 | .76 | ปานกลาง |
| 17. ถ้ามีงานที่ต้องทำหลายอย่าง ฉันไม่สามารถเรียงลำดับของงานได้ | 3.29 | .80 | ปานกลาง |
| 18. ถ้าต้องทำโครงการที่ใช้เวลานาน ฉันรู้สึกว่าเป็นงานหนักสำหรับฉัน | 3.08 | 1.01 | ปานกลาง |
| ด้านการบริหารจัดการ | | | |
| 19. กระเป๋าและสมุดบันทึกของฉัน ไม่เป็นระเบียบ | 3.42 | 1.06 | ปานกลาง |
| 20. โต๊ะทำงานของฉันไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย | 3.42 | 1.06 | ปานกลาง |
| 21. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดห้องให้สะอาดเรียบร้อย | 3.79 | .88 | มาก |

ตารางที่ 7 (ต่อ)

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน | นักศึกษาพิการ | | |
|--|---------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| ด้านการจัดการเวลา | | | |
| 22. ฉันมีความยากลำบากในการกำหนดเวลาในการทำงานแต่ละชิ้น | 3.04 | .80 | ปานกลาง |
| 23. ฉันมักจะทำกรบ้านไม่เสร็จและรีบทำงานให้เสร็จมหาวิทยาลัย ที่ก่อนเข้าเรียน | 2.71 | .85 | ปานกลาง |
| 24. ฉันใช้เวลาานกว่าจะพร้อมในการทำสิ่งต่างๆ | 2.58 | 1.01 | ปานกลาง |
| ด้านความยืดหยุ่น | | | |
| 25. ถ้าฉันแก้ปัญหาในครั้งแรกไม่สำเร็จ ฉันไม่สามารถคิดหาวิธีการอื่นได้ | 3.21 | .65 | ปานกลาง |
| 26. ฉันมีความยากลำบากในการปรับเปลี่ยนแผนหรือกิจวัตรประจำวัน | 3.33 | .81 | ปานกลาง |
| 27. ฉันมีปัญหากับการตอบคำถามปลายเปิดที่ให้แสดงความคิดเห็น (ไม่รู้ว่าจะเขียนอะไรที่จะตอบได้ตรงคำถาม) | 2.38 | 1.01 | ปานกลาง |
| ด้านเมตตาอกนิษฐ์ | | | |
| 28. ฉันไม่มีวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ | 2.92 | .88 | ปานกลาง |
| 29. ฉันไม่ตรวจสอบข้อผิดพลาดของงาน แม้ว่าจะส่งผลต่อการเรียน | 2.75 | .79 | ปานกลาง |
| 30. ฉันไม่ประเมินการปฏิบัติงานของตนเองหรือเปลี่ยนแปลงวิธีปฏิบัติ เพื่อให้ฉันประสบความสำเร็จมากขึ้น | 3.08 | .71 | ปานกลาง |
| ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | | | |
| 31. ฉันไม่สามารถเก็บเงิน เพื่อที่จะซื้อสิ่งของที่ฉันต้องการ | 3.79 | .72 | มาก |
| 32. ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จ ในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว | 3.92 | .92 | มาก |
| 33. ถ้ามีสิ่งที่คุณสนใจในเวลาที่คุณต้องทำการบ้านฉันไม่สามารถกำกับ ตนเองให้สามารถทำการบ้านได้ | 3.29 | .85 | ปานกลาง |
| ภาพรวม | 3.15 | .51 | ปานกลาง |

จากตารางที่ 7 พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยินมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.15$, S.D. = .51) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 32 ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว ($\bar{X} = 3.92$, S.D. = .85) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 27 ฉันมีปัญหากับการตอบคำถามปลายเปิดที่ให้แสดงความคิดเห็น (ไม่รู้ว่าจะเขียนอะไรที่จะตอบได้ตรงคำถาม) ($\bar{X} = 2.38$, S.D. = .1.01)

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา
 พิกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางการเห็น
 โดยภาพรวม

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการเห็น | นักศึกษาพิการ | | |
|--|---------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| 1. ด้านการยับยั้งชั่งใจ | 3.61 | .79 | มาก |
| 2. ด้านความจำขณะทำงาน | 3.82 | .87 | มาก |
| 3. ด้านการควบคุมอารมณ์ | 3.48 | .57 | ปานกลาง |
| 4. ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | 3.64 | .61 | มาก |
| 5. ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | 3.64 | .67 | มาก |
| 6. ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | 3.76 | .95 | มาก |
| 7. ด้านการบริหารจัดการ | 3.84 | .70 | มาก |
| 8. ด้านการจัดการเวลา | 3.94 | .71 | มาก |
| 9. ด้านความยืดหยุ่น | 4.02 | .70 | มาก |
| 10. ด้านเมตตาคอกนิจัน | 4.12 | .70 | มาก |
| 11. ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | 4.28 | .62 | มาก |
| ภาพรวม | 3.83 | .57 | มาก |

จากตารางที่ 8 พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.83$, S.D. = .57) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ($\bar{X} = 4.28$, S.D. = .62) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการควบคุมอารมณ์ ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = .57)

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการ
เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา ประเภทความพิการทางการเห็น จำแนกตามรายชื่อ

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการเห็น | นักศึกษาพิการ | | |
|---|---------------|------|----------|
| | X | S.D. | ความหมาย |
| ด้านการยับยั้งชั่งใจ | | | |
| 1. ฉันลงมือทำโดยไม่คิดก่อน | 3.38 | .76 | ปานกลาง |
| 2. ฉันพูดคุยมากเกินไปในชั้นเรียน | 3.92 | 1.11 | มาก |
| 3. ฉันพูดโดยไม่คิด | 3.54 | .96 | มาก |
| ด้านความจำขณะทำงาน | | | |
| 4. ฉันพูดว่าเดี๋ยวค่อยทำทีหลัง แล้วก็ลืมทำสิ่งนั้น | 3.77 | .92 | มาก |
| 5. ฉันลืมทำงานที่เป็นกรบ้านหรือลืมเอกสารที่ใช้กลับบ้าน | 3.85 | 1.06 | มาก |
| 6. ฉันวางของผิดที่หรือทำของหาย เช่น สมุด เสื้อคลุม เป็นต้น | 3.85 | 1.14 | มาก |
| ด้านการควบคุมอารมณ์ | | | |
| 7. ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายเมื่อการบ้านยากเกินไป ต้องใช้เวลานานในการทำ | 3.38 | .87 | ปานกลาง |
| 8. ฉันรู้สึกโกรธง่ายและรู้สึกท้อถอยได้ง่าย | 3.77 | .83 | มาก |
| 9. ฉันรู้สึกหงุดหงิดเมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ | 3.31 | .75 | ปานกลาง |
| ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | | | |
| 10. ฉันไม่ค่อยมีสมาธิ และวอกแวกง่าย | 3.54 | .87 | มาก |
| 11. ฉันรู้สึกหมดแรงก่อนที่จะทำการบ้านเสร็จ | 3.69 | .94 | มาก |
| 12. ฉันมักใจลอยขณะทำงาน | 3.69 | .63 | มาก |
| ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | | | |
| 13. ฉันถ่วงเวลาการทำการบ้านหรืองานบ้านจนถึงวินาทีสุดท้าย | 3.69 | .94 | มาก |
| 14. มันยากสำหรับฉันที่จะทิ้งกิจกรรมสนุกสนานเพื่อเริ่มทำการบ้าน | 3.38 | .76 | ปานกลาง |
| 15. ฉันต้องมีคนคอยเตือนให้ลงมือทำงาน | 3.85 | .98 | มาก |
| ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | | | |
| 16. ฉันมีปัญหาในการวางแผนการทำงานในด้านการเรียงลำดับ ความสำคัญของงาน | 3.92 | 1.11 | มาก |
| 17. ถ้ามีงานที่ต้องทำหลายอย่าง ฉันไม่สามารถเรียงลำดับของงานได้ | 3.92 | .95 | มาก |
| 18. ถ้าต้องทำโครงการที่ใช้เวลานาน ฉันรู้สึกว่าเป็นงานหนักสำหรับฉัน | 3.46 | .96 | ปานกลาง |
| ด้านการบริหารจัดการ | | | |
| 19. กระเป๋าและสมุดบันทึกของฉัน ไม่เป็นระเบียบ | 3.85 | .89 | มาก |
| 20. โต๊ะทำงานของฉันไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย | 3.62 | 1.04 | มาก |
| 21. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดห้องให้สะอาดเรียบร้อย | 4.08 | .76 | มาก |

ตารางที่ 9 (ต่อ)

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการเห็น | นักศึกษาพิการ | | |
|--|---------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| ด้านการจัดการเวลา | | | |
| 22. ฉันมีความยากลำบากในการกำหนดเวลาในการทำงานแต่ละชั้น | 4.00 | .70 | มาก |
| 23. ฉันมักจะทำการบ้านไม่เสร็จและรีบทำงานให้เสร็จมหาวิทยาลัย ที่ก่อนเข้าเรียน | 4.00 | 1.22 | มาก |
| 24. ฉันใช้เวลา นานกว่าจะพร้อมในการทำสิ่งต่างๆ | 3.85 | .68 | มาก |
| ด้านความยืดหยุ่น | | | |
| 25. ถ้าฉันแก้ปัญหาในครั้งแรกไม่สำเร็จ ฉันไม่สามารถคิดหาวิธีการอื่นได้ | 3.85 | .80 | มาก |
| 26. ฉันมีความยากลำบากในการปรับเปลี่ยนแผนหรือกิจวัตรประจำวัน | 4.31 | .63 | มาก |
| 27. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการตอบคำถามปลายเปิดที่ให้แสดงความคิดเห็น (ไม่รู้ว่าจะเขียนอะไรที่จะตอบได้ตรงคำถาม) | 3.92 | 1.03 | มาก |
| ด้านเมตตาอกนิษฐ์ | | | |
| 28. ฉันไม่มีวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ | 4.08 | .76 | มาก |
| 29. ฉันไม่ตรวจสอบข้อผิดพลาดของงาน แม้ว่า จะส่งผลต่อการเรียน | 4.15 | .80 | มาก |
| 30. ฉันไม่ประเมินการปฏิบัติงานของตนเองหรือเปลี่ยนแปลงวิธีปฏิบัติ เพื่อให้ฉันประสบความสำเร็จมากขึ้น | 4.15 | .89 | มาก |
| ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | | | |
| 31. ฉันไม่สามารถเก็บเงิน เพื่อที่จะซื้อสิ่งของที่ฉันต้องการ | 4.38 | .65 | ปานกลาง |
| 32. ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จ ในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว | 4.38 | .76 | ปานกลาง |
| 33. ถ้ามีสิ่งที่คุณสนใจในเวลาที่คุณต้องทำการบ้านฉันไม่สามารถกำกับ ตนเองให้สามารถทำการบ้านได้ | 4.08 | .86 | มาก |
| ภาพรวม | 3.83 | .57 | มาก |

จากตารางที่ 9 พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.83$, S.D. = .57) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 32 ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว ($\bar{X} = 4.38$, S.D. = .76) และข้อ 31 ฉันไม่สามารถเก็บเงินเพื่อที่จะซื้อสิ่งของที่ฉันต้องการ ($\bar{X} = 4.38$, S.D. = .65) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 9 ฉันรู้สึกหงุดหงิดเมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ ($\bar{X} = 3.31$, S.D. = .75)

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา
 พิจารณาเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนกตามประเภทความพิการทางร่างกายหรือ
 การเคลื่อนไหว โดยภาพรวม

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว | นักศึกษาพิการ | | |
|---|---------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| 1. ด้านการยับยั้งชั่งใจ | 3.90 | .42 | มาก |
| 2. ด้านความจำขณะทำงาน | 3.84 | .67 | มาก |
| 3. ด้านการควบคุมอารมณ์ | 4.21 | .60 | มาก |
| 4. ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | 4.09 | .83 | มาก |
| 5. ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | 3.93 | .81 | มาก |
| 6. ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | 4.03 | .84 | มาก |
| 7. ด้านการบริหารจัดการ | 3.63 | .94 | มาก |
| 8. ด้านการจัดการเวลา | 3.87 | 1.03 | มาก |
| 9. ด้านความยืดหยุ่น | 4.21 | .68 | มาก |
| 10. ด้านเมตตาคอกนิจัน | 4.15 | 1.03 | มาก |
| 11. ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | 4.12 | .96 | มาก |
| ภาพรวม | 4.00 | .61 | มาก |

จากตารางที่ 10 พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวมีทักษะ
 การบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.00$, S.D. = .61) เมื่อพิจารณาเป็น
 รายด้าน พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวมีทักษะการบริหาร
 จัดการตนเองมากทุกด้าน โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ
 ด้านการควบคุมอารมณ์ ($\bar{X} = 4.21$, S.D. = .60) และด้านความยืดหยุ่น ($\bar{X} = 4.21$, S.D. = .68)
 ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการบริหารจัดการ
 ($\bar{X} = 3.63$, S.D. = .94)

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการ
เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา ประเภทความพิการทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว
โดยจำแนกตามรายชื่อ

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการเคลื่อนไหว | นักศึกษาพิการ | | |
|--|---------------|------|-----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| ด้านการยับยั้งชั่งใจ | | | |
| 1. ฉันลงมือทำโดยไม่คิดก่อน | 3.91 | .53 | มาก |
| 2. ฉันพูดคุยมักเกินไปในชั้นเรียน | 4.00 | .89 | มาก |
| 3. ฉันพูดโดยไม่คิด | 3.82 | .40 | มาก |
| ด้านความจำขณะทำงาน | | | |
| 4. ฉันพูดว่าเดี๋ยวค่อยทำทีหลัง แล้วก็ลืมทำสิ่งนั้น | 3.73 | .64 | มาก |
| 5. ฉันลืมทำงานที่เป็นการบ้านหรือลืมนเอกสารที่ใช้กลับบ้าน | 3.82 | .98 | มาก |
| 6. ฉันวางของผิดที่หรือทำของหาย เช่น สมุด เสื้อคลุม เป็นต้น | 4.00 | .89 | มาก |
| ด้านการควบคุมอารมณ์ | | | |
| 7. ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายเมื่อการบ้านยากเกินไป ต้องใช้เวลานานในการทำ | 4.09 | .70 | มาก |
| 8. ฉันรู้สึกโกรธง่ายและรู้สึกท้อถอยได้ง่าย | 4.55 | .52 | มากที่สุด |
| 9. ฉันรู้สึกหงุดหงิดเมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ | 4.00 | .89 | มาก |
| ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | | | |
| 10. ฉันไม่ค่อยมีสมาธิ และวอกแวกง่าย | 4.00 | .89 | มาก |
| 11. ฉันรู้สึกหมดแรงก่อนที่จะทำการบ้านเสร็จ | 4.18 | .87 | มาก |
| 12. ฉันมักใจลอยขณะทำงาน | 4.09 | .94 | มาก |
| ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | | | |
| 13. ฉันถ่วงเวลาการทำงานที่บ้านหรืองานบ้านจนถึงวินาทีสุดท้าย | 4.18 | .98 | มาก |
| 14. มันยากสำหรับฉันที่จะทิ้งกิจกรรมสนุกสนานเพื่อเริ่มทำการบ้าน | 3.82 | .75 | มาก |
| 15. ฉันต้องมีคนคอยเตือนให้ลงมือทำงาน | 3.82 | .98 | มาก |
| ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | | | |
| 16. ฉันมีปัญหาในการวางแผนการทำงานในด้านการเรียงลำดับ ความสำคัญของงาน | 3.91 | .83 | มาก |
| 17. ถ้ามีงานที่ต้องทำหลายอย่าง ฉันไม่สามารถเรียงลำดับของงานได้ | 4.27 | .78 | มาก |
| 18. ถ้าต้องทำโครงการที่ใช้เวลานาน ฉันรู้สึกว่าเป็นงานหนักสำหรับฉัน | 3.91 | 1.13 | มาก |
| ด้านการบริหารจัดการ | | | |
| 19. กระเป๋าและสมุดบันทึกของฉัน ไม่เป็นระเบียบ | 3.82 | .60 | มาก |
| 20. โต๊ะทำงานของฉันไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย | 3.36 | 1.28 | ปานกลาง |
| 21. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดห้องให้สะอาดเรียบร้อย | 3.73 | 1.19 | มาก |

ตารางที่ 11 (ต่อ)

| ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการเคลื่อนไหว | นักศึกษาพิการ | | |
|---|---------------|------|----------|
| | \bar{X} | S.D. | ความหมาย |
| ด้านการจัดการเวลา | | | |
| 22. ฉันมีความยากลำบากในการกำหนดเวลาในการทำงานแต่ละชิ้น | 4.00 | .89 | มาก |
| 23. ฉันมักจะทำการบ้านไม่เสร็จและรีบทำงานให้เสร็จมหาวิทยาลัย ที่ก่อนเข้าเรียน | 4.09 | 1.13 | มาก |
| 24. ฉันใช้เวลา นานกว่าจะพร้อมในการทำสิ่งต่างๆ | 3.55 | 1.36 | มาก |
| ด้านความยืดหยุ่น | | | |
| 25. ถ้าฉันแก้ปัญหาในครั้งแรกไม่สำเร็จฉันไม่สามารถคิดหาวิธีการอื่นได้ | 4.36 | .80 | มาก |
| 26. ฉันมีความยากลำบากในการปรับเปลี่ยนแผนหรือกิจวัตรประจำวัน | 4.00 | 1.00 | มาก |
| 27. ฉันมีปัญหากับการตอบคำถามปลายเปิดที่ให้แสดงความคิดเห็น (ไม่ว่าจะเขียนอะไรที่จะตอบได้ตรงคำถาม) | 4.27 | .78 | มาก |
| ด้านเมตตาคอกนิชัน | | | |
| 28. ฉันไม่มีวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ | 4.18 | .87 | มาก |
| 29. ฉันไม่ตรวจสอบข้อผิดพลาดของงาน แม้ว่าจะส่งผลต่อการเรียน | 4.09 | 1.44 | มาก |
| 30. ฉันไม่ประเมินการปฏิบัติงานของตนเองหรือเปลี่ยนแปลงวิธีปฏิบัติ เพื่อให้ฉันประสบความสำเร็จมากขึ้น | 4.18 | .98 | มาก |
| ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | | | |
| 31. ฉันไม่สามารถเก็บเงิน เพื่อที่จะซื้อสิ่งของที่ฉันต้องการ | 3.73 | 1.34 | มาก |
| 32. ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จ ในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว | 4.27 | 1.27 | มาก |
| 33. ถ้ามีสิ่งที่น่าสนใจในเวลาที่ต้องทำการบ้านฉันไม่สามารถกำกับ ตนเองให้สามารถทำการบ้านได้ | 4.36 | .80 | มาก |
| ภาพรวม | 4.00 | .61 | มาก |

จากตารางที่ 11 พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.00$, S.D. = .61) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 8 ฉันรู้สึกโกรธง่าย และรู้สึกท้อถอยได้ง่าย ($\bar{X} = 4.55$, S.D. = .52) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 20 โຕ้ะทำงานของฉันท้ไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ($\bar{X} = 3.36$, S.D. = 1.28)

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการ เรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา โดยศึกษาการสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษา ฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษาฝึกการ 11 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านการยับยั้งชั่งใจ 2. ด้านการ ควบคุมอารมณ์ 3. ด้านความยืดหยุ่น 4. ด้านความจำขณะทำงาน 5. ด้านการเริ่มต้นลงมือ ทำงาน 6. ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน 7. ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ 8. ด้านการบริหารจัดการ 9. ด้านการจัดการเวลา 10. ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย 11. ด้านเมตา คอกนิชัน

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน นักศึกษา ที่มีความบกพร่องทางการมองเห็น และนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว ที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จำนวน 48 คน โดยทำการศึกษากลุ่มเป้าหมาย ทั้งหมด ซึ่งจากการวิจัยครั้งนี้มีผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 100 เครื่องมือ ที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยได้เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบวัด ทักษะการบริหารจัดการตนเองของ Dawson, Peg & Guare Richard (2018 : 27-30) สถิติที่ใช้ ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วม ในระดับอุดมศึกษา สรุปได้ดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามซึ่งเป็นนักศึกษาฝึกการ มหาวิทยาลัยราชภัฏ นครราชสีมา จำนวน 48 คน ซึ่งจากการวิจัยครั้งนี้มีผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 48 คน คิดเป็น ร้อยละ 100 ของกลุ่มเป้าหมายทั้งหมด พบว่า ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็น นักศึกษาฝึกการที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 54.20) เพศชาย (ร้อยละ 45.80) ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาที่มีความบกพร่อง ทาง

การได้ยิน (ร้อยละ 50.11) รองลงมาเป็นนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น (ร้อยละ 27.10) และนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 22.90) ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = .67) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า

1. ด้านการยับยั้งชั่งใจ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.40$, S.D. = .70) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาฝึกการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 1 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 2 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการ ตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 1 ฉันทลงมือทำโดยไม่คิดก่อน ($\bar{X} = 3.54$, S.D. = .84) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ย ทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 2 ฉันทพูดคุยกินไป ($\bar{X} = 3.25$, S.D. = .76)

2. ด้านความจำขณะทำงาน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.57, S.D. = .82$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาพิการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 2 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 1 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 6 ฉันทวางของผิดที่หรือทำของหาย เช่น สมุด เสื้อคลุม เป็นต้น ($\bar{X} = 3.79, S.D. = .98$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 4 ฉันทพูดคุยมกเกินไป ($\bar{X} = 3.27, S.D. = .93$)

3. ด้านการควบคุมอารมณ์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.53, S.D. = .72$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาพิการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 2 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 1 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 8 ฉันทรู้สึกโกรธง่ายและรู้สึกท้อถอยได้ ($\bar{X} = 3.71, S.D. = .94$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 7 ฉันทรู้สึกเบื่อหน่ายเมื่อการบ้านยากเกินไป ต้องใช้เวลานานในการทำ ($\bar{X} = 3.97, S.D. = 1.01$)

4. ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.47, S.D. = .92$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาพิการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับปานกลางทุกข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 10 ฉันทไม่ค่อยมีสมาธิ และวอกแวกง่าย ($\bar{X} = 3.50, S.D. = 1.07$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 11 ฉันทรู้สึกหมดแรงก่อนที่จะทำการบ้านเสร็จ ($\bar{X} = 3.44, S.D. = 1.02$)

5. ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.38, S.D. = .88$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาพิการมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง อยู่ในระดับมาก จำนวน 1 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 2 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด แต่อยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 13 ฉันท่วงเวลาการทำงานที่บ้านหรืองานบ้านจนถึงวินาทีสุดท้าย ($\bar{X} = 3.54, S.D. = 1.12$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 15 ฉันทต้องมีคนคอยเตือนให้ลงมือทำงาน ($\bar{X} = 3.27, S.D. = 1.16$)

6. ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.47, S.D. = .87$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาพิการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 2 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 1 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 17 ถ้ามีงานที่ต้องทำหลายอย่างฉันทไม่สามารถเรียงลำดับของได้ ($\bar{X} = 3.69, S.D. = .92$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด แต่อยู่ในระดับปานกลาง คือ ข้อ 16 ฉันทมีปัญหาในการวางแผนการทำงานในด้านการเรียงลำดับความสำคัญของงาน ($\bar{X} = 3.38, S.D. = 1.02$)

7. ด้านการบริหารจัดการ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.64, S.D. = .77$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาพิการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 2 ข้อ จำนวน 1 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 21 ฉันทมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดห้องให้สะอาดเรียบร้อย ($\bar{X} = 3.54, S.D. = 1.12$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ย

ทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด แต่อยู่ในระดับปานกลาง คือ ข้อ 20 โต้ทำงานของฉัน ไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ($\bar{X} = 3.34, S.D. = 1.09$)

8. ด้านการจัดการเวลา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.34, S.D. = .97$)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาฝึกการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 1 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 2 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 22 ฉันมีความยากลำบากในการกำหนดเวลาในการทำงานแต่ละชิ้น ($\bar{X} = 3.52, S.D. = .92$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 24 ฉันใช้เวลา นานกว่าจะพร้อมในการทำสิ่งต่างๆ ($\bar{X} = 3.34, S.D. = 1.09$)

9. ด้านความยืดหยุ่น โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.54, S.D. = .90$)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาฝึกการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 2 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 1 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 26 ฉันมีความยากลำบากในการปรับเปลี่ยนแผนหรือกิจวัตรประจำวัน ($\bar{X} = 3.75, S.D. = .91$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 27 ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการตอบคำถามปลายเปิดที่แสดงความคิดเห็น (ไม่รู้ว่าจะเขียนอะไรที่จะตอบได้ ตรงคำถาม) ($\bar{X} = 3.23, S.D. = 1.29$)

10. ด้านเมตาคอกนิชัน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.52, S.D. = .95$)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาฝึกการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 2 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 1 ข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 30 ฉันไม่ประเมินการปฏิบัติงานของตนเองหรือเปลี่ยนแปลงวิธีปฏิบัติ เพื่อให้ฉันประสบความสำเร็จมากขึ้น ($\bar{X} = 3.63, S.D. = .98$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 29 ฉันไม่ตรวจสอบข้อผิดพลาดของงานแม้ว่าจะส่งผลการเรียน ($\bar{X} = 3.44, S.D. = 1.18$)

11. ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.93, S.D. = .71$)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักศึกษาฝึกการมีทักษะการบริหารจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก ทุกข้อ โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ข้อ 32 ฉันไม่เห็นคุณค่า ในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว ($\bar{X} = 4.12, S.D. = .98$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ข้อ 33 ถ้ามีสิ่ง ที่สนุกสนานในเวลาที่ต้องการทำงานบ้านฉันไม่สามารถกำกับตนเองให้สามารถทำการบ้านได้ ($\bar{X} = 3.75, S.D. = .95$)

ทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา จำแนก ตามประเภทความพิการ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.53, S.D. = .67$) เมื่อพิจารณาเป็น รายด้าน พบว่า

1. นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยินมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง

โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.15, S.D. = .51$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้าน ที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ($\bar{X} = 3.66,$

S.D. = .52) รองลงมา คือ ด้านการบริหารจัดการ ($\bar{X} = 3.54$, S.D. = .73) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = 2.77$, S.D. = .73)

2. นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.83$, S.D. = .57) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ($\bar{X} = 4.28$, S.D. = .62) รองลงมา คือ ด้านเมตตาตาคอกนิชัน ($\bar{X} = 4.12$, S.D. = .70) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการควบคุมอารมณ์ ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = .57)

3. นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวมีทักษะการบริหารจัดการตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.00$, S.D. = .61) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวมีทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุดทุกด้าน โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองมากที่สุด คือ ด้านการควบคุมอารมณ์ ($\bar{X} = 4.21$, S.D. = .60) และด้านความยืดหยุ่น ($\bar{X} = 4.21$, S.D. = .68) รองลงมา คือ ด้านเมตตาตาคอกนิชัน ($\bar{X} = 4.15$, S.D. = 1.03) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยทักษะการบริหารจัดการตนเองน้อยที่สุด คือ ด้านการบริหารจัดการ ($\bar{X} = 3.63$, S.D. = .94)

อภิปรายผล

จากการศึกษาสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา มีข้อค้นพบที่น่าสนใจและนำมาอภิปรายผล ดังนี้

1. ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยินและนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น มีค่าเฉลี่ยทักษะด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมายมากที่สุด อาจเนื่องมาจากการเรียนในระดับอุดมศึกษาไม่ว่าจะเป็นนักศึกษาพิการหรือนักศึกษาทั่วไป ทุกคนย่อมมีเป้าหมายในการศึกษาคือคล้ายคลึงกัน คือ เพื่อสำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรี เพื่อการทำงานทำในอนาคต จึงจำเป็นต้องกำหนดเป้าหมายในการเรียน ซึ่งเรื่องนี้อาจทำได้ในเบื้องต้นก่อน เช่น เรียนให้ผ่านทุกวิชา การทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อูร์ปริย์ เกิดในมงคล และคณะ (2556 : 61-62) ได้ทำการศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น พบว่า ด้านเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่านักเรียนวัยรุ่นมีเป้าหมายทางการศึกษาสูง ทั้งนี้จากการเก็บข้อมูลเบื้องต้นโดยการสอบถามและสัมภาษณ์นักเรียนเกี่ยวกับเป้าหมายในการเรียนของตนนั้น ส่วนใหญ่นักเรียนกล่าวถึงการสอบผ่าน การมีผลการเรียนที่ดี การเรียนจบตามเวลาที่กำหนด การได้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น ได้ประกอบอาชีพตามที่ถนัดหรือต้องการซึ่งเป้าหมายต่างๆ ตามที่นักเรียนได้กล่าวมานี้ สะท้อนให้เห็นว่านักเรียนวัยรุ่นมีทั้งเป้าหมายและสอดคล้องกับการศึกษาของ อุทุมพร กอบแก้ว (2558 : 138-139) พบว่า การให้บริการสนับสนุนนักศึกษาพิการในระยะเปลี่ยนผ่านจากโรงเรียนสู่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ได้มีการเตรียมความพร้อมทางด้านวิชาการ โดยส่วนที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาในกระบวนการวางแผน การจัดประชุมร่วมกับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ พ่อแม่ของเด็กที่มีความต้องการพิเศษและทีมของระบบโรงเรียน รวมถึงทักษะที่เด็กจำเป็นต้องมีก่อนเข้าสู่ระบบโรงเรียน

2. ด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านความยืดหยุ่น พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว มีค่าเฉลี่ยด้านการควบคุมอารมณ์ และด้านความยืดหยุ่นมากที่สุด อาจเนื่องมาจากนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายเป็นกลุ่มที่สามารถเข้าถึงการเรียนการสอนได้ดี แต่มักประสบปัญหาที่เกิดจากข้อจำกัดทางกายภาพ การเคลื่อนไหว อาคารสถานที่ห้องเรียน หรือแหล่งเรียนรู้ และต่อมารัฐบาลได้มีการออกกฎกระทรวง กำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา พ.ศ. 2548 ขึ้น เหตุผลในการประกาศใช้กฎกระทรวงฉบับนี้ คือ โดยที่เป็นการสมควรกำหนดให้อาคารบางประเภทต้องมีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา เพื่อให้บุคคลดังกล่าวมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมได้ ประกอบกับมาตรา 55 และมาตรา 80 วรรคสองของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ได้บัญญัติว่าบุคคลดังกล่าวมีสิทธิได้รับสิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะ ความช่วยเหลืออื่น และการสงเคราะห์จากรัฐ จึงจำเป็นต้องออกกฎกระทรวงนี้ (เล่ม 122 ตอนที่ 52 ก ราชกิจจานุเบกษา 2 กรกฎาคม 2548) ทำให้หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนต้องปฏิบัติตามและให้ความสำคัญในการออกแบบอาคาร สถานที่เพื่อเอื้อต่อผู้พิการ และผู้สูงอายุ ซึ่งอาจทำให้นักศึกษาที่รู้สึกมีความยืดหยุ่นและผ่อนคลายสามารถปรับเปลี่ยนมุมมองที่จะทำให้คิดแตกต่างไปจากเดิม สามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์อาคารสถานที่ได้มากขึ้น สามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป สอดคล้องกับแนวคิดของ Burgstahler (2009) เกี่ยวกับการประยุกต์หลักการของ Universal Design for Instruction (UDI) มาใช้ในการเรียนการสอน ตัวอย่างเช่น การสร้างบรรยากาศในห้องเรียนให้เป็นบรรยากาศที่เคารพในความเป็นอัตบุคคลของผู้เรียน คำนึงถึงสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สื่อ กิจกรรมให้สะดวกปลอดภัยสำหรับผู้เรียนทุกคน ข้อมูลสารสนเทศและสื่อเทคโนโลยี เช่น เอกสารประกอบการสอน สื่อการสอนและข้อมูลอื่นๆ มีความยืดหยุ่นพอสำหรับนักศึกษาทุกคน วิธีการประเมินผลการเรียนที่หลากหลาย ปรับสื่อ สิ่งอำนวยความสะดวกให้เหมาะสมสำหรับนักศึกษาพิการในห้องเรียน เป็นต้น ประกอบกับสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาในฐานะที่เป็นหน่วยงานกลางระดับนโยบายได้ให้ความสำคัญและพยายามขับเคลื่อนนโยบายต่างๆ เกี่ยวกับการจัดการศึกษาสำหรับคนพิการ ส่งผลทำให้มหาวิทยาลัยต่างๆ ที่มีนักศึกษาพิการเรียนร่วมเริ่มให้ความสำคัญกับการจัดการศึกษาสำหรับคนพิการ และมีการใช้เทคโนโลยีเพื่อมาสนับสนุนการเรียนรู้ การทำงาน และการดำรงชีวิตสำหรับนักศึกษาพิการมากขึ้น

3. ด้านการจัดการเวลา พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยินมีค่าเฉลี่ยด้านการจัดการเวลาน้อยที่สุด อาจเนื่องมาจากลักษณะทางกายภาพของนักศึกษาพิการที่ทำให้เกิดข้อจำกัดในการเรียนรู้ ต้องใช้เวลาในการเรียนรู้มากกว่านักศึกษาทั่วไป จึงทำให้บริหารเวลาอย่างไม่เหมาะสม ไม่สามารถที่จะคาดการณ์ว่าต้องใช้เวลาเท่าไรในการทำงาน เช่น การจัดตารางเวลาการทำงานเองไม่ได้ ทำงานไม่เสร็จตามระยะเวลาที่กำหนด ทำให้ไม่อยากส่งงานหรือไม่มีงานส่ง รู้สึกว่าไม่มีเวลาไม่เพียงพอ จึงทำให้การจัดการเรียนการสอนไม่บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ สอดคล้องกับการศึกษาของ พิมพ์ โหลคำ (2550 : 59) พบว่า นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความสามารถในการบริหารเวลาอยู่ในระดับปานกลาง ทำให้สามารถบอกถึงลักษณะของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒว่ายังมีการใช้เวลาไม่เหมาะสมเท่าใดเพราะว่านิสิต

เป็นวัยที่ต้องใช้เวลาในการเรียนให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ควรต้องศึกษาหาความรู้ให้ทันเทคโนโลยี ข้อมูลข่าวสารการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้น และเพื่อการนำความรู้ไปประกอบอาชีพในอนาคต จึงควรบริหารเวลาในด้านการเรียนและการใช้ชีวิตประจำวันให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น และสอดคล้องกับการศึกษาของ กิตติมาพร โลกาวิทย์ (2554 : 31) พบว่า ความสามารถในการบริหารเวลา ของนักศึกษาพยาบาล โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง นักศึกษาทำงานที่อาจารย์มอบหมาย เสร็จไม่ทันตามกำหนด นอกจากนี้ยังพบว่า นักศึกษาพิจารณาการทำงานไม่เสร็จตามกำหนดเวลา เนื่องจากไม่สามารถวางแผนด้านเวลาได้อย่างเหมาะสม ซึ่งอาจหมายถึงการใช้เวลาไปกับเทคโนโลยี และสื่อออนไลน์ สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ งามพันธ์ สัยศรี (2554) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีปัญหาด้านการทำงานไม่เสร็จตามเวลา เนื่องจากใช้เวลาในการเล่นอินเทอร์เน็ต ดังนั้น การที่ผู้เรียนจะประสบความสำเร็จได้ ผู้เรียนต้องอาศัยความสามารถในการบริหารเวลา เพื่อที่จะใช้เวลาอย่างคุ้มค่าต่อการทำงานและเรียนควบคู่กันไป

4. ด้านการควบคุมอารมณ์ พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีค่าเฉลี่ย ด้านการควบคุมอารมณ์น้อยที่สุด อาจเนื่องมาจากลักษณะทางสภาพข้อจำกัดทางด้านการมองเห็น นักศึกษากลุ่มนี้มักมีปัญหาในการเดินทางในบางครั้งต้องอาศัยผู้นำทางไปยังสถานที่ต่างๆ หรือแม้แต่ในการเรียนการสอนบางกิจกรรมไม่สามารถทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนได้ อาจทำให้เกิดความคับข้องใจในตนเอง สอดคล้องกับ พรพรรณ ชินณพงษ์ (2551) พบว่า ผู้พิการทางสายตามี ปัญหาในการเดินทางเท้าและภายในอาคารสถานที่ต่าง ๆ ในระดับมาก โดยหากเป็นสถานที่ใหม่ ๆ จะเกิดการเดินชนสิ่งของอยู่บ่อยครั้ง จำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง ซึ่งมีบ่อยครั้งที่ได้รับการปฏิบัติที่ทำให้ตนเองรู้สึกน้อยใจที่เป็นภาระของผู้อื่น จึงอยากให้มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกเพื่อให้การเดินทางง่ายขึ้น และไม่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่นมากนัก สอดคล้องกับ นงพงา ลิ้มสุวรรณ (มปป) กล่าวว่า ความบกพร่องของสภาพร่างกายของเด็กมีผลอย่างมากต่อ พัฒนาการ เช่น เด็กตาบอดโดยกำเนิดอาจเกิดจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่ทำให้เด็กเติบโตมาอย่าง เจ็บเหงาขาดการกระตุ้นมักจะมีอาการเคลื่อนไหวช้าๆ เพื่อกระตุ้นตัวเอง เช่น โยกหัว โยกตัว และก้พูดช้า ไม่สามารถสร้างความผูกพันกับคนอื่นได้ และสอดคล้องกับสำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ พบว่า สัญญาณบ่งชี้ว่าเด็กมีปัญหาความบกพร่องของ EF เกี่ยวกับปัญหา ด้านการควบคุมอารมณ์ เช่น ระเบิดอารมณ์โกรธอย่างรุนแรง โกรธฉุนเฉียวด้วยเหตุผลเพียง เล็กน้อย และเมื่อผิดหวังจะเสียใจเป็นเวลานานกว่าเด็กคนอื่น เป็นต้น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ ศรีเรือน แก้วกังวาน (2548 : 25-27) กล่าวว่า ความบกพร่องทางอารมณ์หรือพฤติกรรมนั้นมี ผลกระทบต่อการเรียนและพัฒนาการในด้านต่างๆ เช่น ด้านสังคม ด้านฝึกอาชีพ ด้านฝึกทักษะ ที่สำคัญและอารมณ์ที่แตกต่างจากภาวะปกติเหล่านั้น นอกจากนี้แล้วแม้ว่าผู้สอนอาจไม่มีความรู้ โดยตรงในเรื่องลักษณะความบกพร่องทางอารมณ์ แต่อาจใช้วิธีสังเกตเบื้องต้นจากนักศึกษาที่คุ้นเคย เคยเป็นคนดูมีความสุขกลับมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลง ขาดความสนใจในสิ่งต่างๆ ขาดเรียนบ่อยๆ อารมณ์แปรปรวน โกรธง่าย เศร้าง่าย พุดมากหรือน้อยเกินไป หลีกเลี้ยงสังคม เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จะเป็นเครื่องเตือนภัยให้หาวิธีหรือแนวทางในการช่วยเหลืออย่างเหมาะสมต่อไป

5. ด้านการบริหารจัดการ พบว่า นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือ การเคลื่อนไหว มีค่าเฉลี่ยด้านการบริหารจัดการน้อยที่สุด อาจเนื่องมาจากนักศึกษาที่มีความ บกพร่องทางร่างกายมีข้อจำกัดทางกายภาพมีความยากลำบากในการเคลื่อนไหว อาจทำให้ไม่ สามารถบริหารจัดการข้อมูล และมีปัญหาในการจัดการสิ่งของและเครื่องใช้ให้เป็นหมวดหมู่เดียวกัน ให้เป็นระเบียบได้ เช่น กระเป๋าและสมุดบันทึกของไม่เป็นระเบียบ, โต๊ะทำงานไม่เป็นระเบียบ เรียบร้อย มีปัญหากับการจัดห้องให้สะอาดเรียบร้อยตามมา ซึ่งนักศึกษาพิการแต่ละคนล้วนมี ความแตกต่างกัน ทั้งด้านกายภาพความแข็งแรงของร่างกาย สภาพความเจ็บป่วยทำให้การบริหาร จัดการตนเองของแต่ละบุคคลย่อมมีความแตกต่างกันไป ซึ่งสอดคล้องกับสำนักงานคณะกรรมการ การอุดมศึกษา. (2560 : 32) ที่ได้กล่าวถึง แนวทางการปฏิบัติงานร่วมกับนักศึกษาพิการ ทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวว่านักศึกษาพิการทางร่างกายและการเคลื่อนไหวส่วนใหญ่จะมีปัญหา ในการเดินทาง และประสบปัญหาที่เกิดจากข้อจำกัดทางกายภาพ โดยเฉพาะมีความยากลำบาก ในการเคลื่อนไหว การปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม จะต้องมีบริหารจัดการและดำเนินการให้ สามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยเรื่องสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วม ในระดับอุดมศึกษา ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

จากการวิจัยครั้งนี้ทำให้ได้ข้อมูลพื้นฐานให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอาจารย์ผู้สอน เพื่อฝึกทักษะการบริหารจัดการตนเอง ด้านการจัดการเวลาให้กับนักศึกษาพิการให้มีความสามารถ ในการบริหารจัดการเวลาที่มีประสิทธิภาพ และมีการใช้เวลาอย่างเหมาะสม ส่งเสริมให้นักศึกษา พิจารณาการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเอง เช่น การประมาณการเวลาที่ใช้ในการทำงานให้ทันเวลา ที่กำหนด รวมทั้งรับรู้ว่าเวลาที่มีความสำคัญ

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ศึกษาทักษะการบริหารจัดการตนเอง ด้านการจัดการเวลาของนักศึกษาพิการ ในลักษณะอื่นๆ เช่น การสังเกตโดยตรง หรือมีการศึกษาเชิงทดลองในการฝึกทักษะการบริหาร จัดเวลาของนักศึกษาพิการเรียนร่วม

2.2 ควรศึกษาตัวแปรอื่นๆ ที่สามารถทำนายความสามารถในการบริหารเวลาของ นักศึกษาพิการได้

2.3 ควรมีการจัดประชุมร่วมกันระหว่างครูของโรงเรียนที่ส่งต่อนักเรียนพิการมาแล้ว ซึ่งเป็นอีกหนึ่งขั้นตอนที่มีความสำคัญ เป็นการเตรียมความพร้อมของนักเรียนพิการในการวางแผน เรื่องการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ซึ่งส่งผลต่อด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมายของนักศึกษาพิการเรียน ร่วมในมหาวิทยาลัย

2.4 ควรมีการให้คำปรึกษา ให้ความรู้และแนะนำการบริหารเวลาเพื่อให้นักศึกษา พิจารณาระหนักถึงการจัดสรรเวลาให้ถูกต้อง เพราะมหาวิทยาลัยมีกฎระเบียบกำหนดเวลาในการพ้น จากสภาพนักศึกษา ดังนั้น ควรมีการให้คำปรึกษาและความรู้แก่นักศึกษาพิจารณาเพื่อ นิสิตเห็นคุณค่า ของเวลาจะได้ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อไป

2.5 ผู้สอนหรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องอาจทำตารางเวลา (Timeline) ของการทำงาน แต่ละชั้น โดยผู้สอนและนักศึกษาพิจารณาต้องคิดร่วมกันเพื่อหาวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมหรือ อาจมีการปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่จะช่วยสนับสนุนให้นักศึกษาพิจารณาสามารถปฏิบัติงานได้ อย่างประสบความสำเร็จ เช่น การให้เวลาในการสอบเพิ่ม (Extra time) ช่วยเสริมในรายวิชา ที่เรียนไม่ทันเพื่อน กระตุ้นเตือนให้ส่งงานตามเวลา

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

บรรณานุกรม

- กิตติมาพร โลกาวิทย์. (มกราคม-เมษายน 2554). ความสามารถในการบริหารเวลาของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยปทุมธานี. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี. 3(1) : 27-36.
- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2546). ระบุเรื่องคนพิการ. กรุงเทพฯ : เทพพิญวานิสัย.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2552). ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง กำหนดประเภทและหลักเกณฑ์ของคนพิการทางการศึกษา พ.ศ. 2552.
- _____. (2555). ระเบียบกระทรวงศึกษาธิการ ว่าด้วยรางวัลพระราชทานแก่นักเรียนนักศึกษา และสถานศึกษา พ.ศ. 2555.
- เกยูร วงศ์ก้อม. (2548). ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการศึกษาพิเศษ. กรุงเทพฯ : เพทายการพิมพ์.
- งามพันธ์ สัยศรี. (2554). การพัฒนาแบบตรวจสอบรายการประเมินทักษะการจัดการเวลาและเทคนิคการจัดการเวลาสำหรับนักเรียน. คุรุศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิธีวิทยา.
- ดุสิตา ทินมาลา. (2553). เอกสารประกอบการสอนรายวิชาเด็กที่มีความต้องการพิเศษ. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ฐาปนี แสงสว่าง และคณะ. (2557). การพัฒนาตัวบ่งชี้ทักษะการบริหารการรู้คิด อารมณ์ และพฤติกรรมสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ดุขฎิบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ฐาปนี แสงสว่าง. (2560). คู่มือการใช้แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นางพงา ลิ้มสุวรรณ. (มปป). พัฒนาการทางจิต. ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <https://med.mahidol.ac.th/ramamental/generalknowledge> [13 มกราคม 2563]
- นวรรตน์ อนันตบุษย์ และ สิริลักษณ์ โปร่งสันเทียะ. (มกราคม-มิถุนายน 2562). กรณีศึกษาการส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาเรียนร่วมที่มีภาวะออทิซึมในระดับอุดมศึกษา. วารสารวิจัยและพัฒนาศึกษาพิเศษ. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 8(1) : 27-37.
- นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล. (2560). เอกสารประกอบการอบรมหลักสูตรการพัฒนาความรู้ด้านการให้ความช่วยเหลือแก่นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเรียนรู้และออทิซึมในระดับอุดมศึกษา. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2543). การวิจัยเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง กำหนดประเภทและหลักเกณฑ์ของคนพิการทางการศึกษา พ.ศ. 2552. (8 มิถุนายน 2552). ราชกิจจานุเบกษา. เล่ม 126 ตอนพิเศษ 80 ง.

- ประยูทธ ไทยธานี. (2560). ประสบการณ์ความเครียดที่สัมพันธ์กับการทำหน้าที่บริหารสมอง
บกพร่องของนักศึกษาปริญญาตรี (รายงานผลการวิจัย). นครราชสีมา : มหาวิทยาลัย
ราชภัฏนครราชสีมา.
- ผดุง อารยะวิญญู. (2542). การศึกษาสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ. กรุงเทพฯ : แวนแก้ว.
- พรพรรณ ชินณพงษ์. (2551). การออกแบบสภาพแวดล้อม เพื่อการเข้าถึงของคนตาบอด.
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง : กรุงเทพฯ.
- พระราชบัญญัติการจัดการศึกษาสำหรับคนพิการ พ.ศ. 2551. (27 มกราคม 2551).
ราชกิจจานุเบกษา. ฉบับกฤษฎีกา. เล่ม 125 ตอนที่ 28 ก (5 กุมภาพันธ์ 2551) หน้า 4.
- พิมพ์ โหล่คำ. (2550). ความสามารถในการบริหารเวลาของนิสิตมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการอุดมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พัชรี จิวพัฒนกุล. (2559). การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ.
พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.
- วารี ธิระจิตร. (2545). การศึกษาสำหรับบุคคลพิการ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- วิไลวรรณ ซึ่งปรีดา. (2558). การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ.
พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2548). จิตวิทยาเด็กที่มีลักษณะพิเศษ. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ :
หมอชาวบ้าน.
- สิริลักษณ์ โปร่งสันเทียะ. (2561). เอกสารประกอบการอบรมหลักสูตรการพัฒนาศักยภาพ
บุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาสำหรับคนพิการในระดับอุดมศึกษา
(หลักสูตรภายในประเทศ). กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.
- สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติ. (2553). คู่มือการตรวจประเมินและ
วินิจฉัยความพิการตาม พ.ร.บ. ส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ พ.ศ. 2550.
กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2560). การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเอง
ของนักศึกษาพิการ. กรุงเทพฯ : สำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษา.
- _____. (2560). การช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกอย่างสมเหตุสมผลและเทคโนโลยี
สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับนักศึกษาพิการ. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการ
การอุดมศึกษา.
- _____. (2558). การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ.
พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.
- _____. (2557). การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ.
พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.

- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2555). คู่มือหลักเกณฑ์และแนวทางปฏิบัติในการขอรับการสนับสนุนเงินอุดหนุนทางการศึกษาสำหรับคนพิการในระดับอุดมศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษา.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2560). สัญญาณบ่งชี้ว่าเด็กมีปัญหาความบกพร่องของ EF. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : [https://www.thaihealth.or.th/Content/\[15 มกราคม 2563\]](https://www.thaihealth.or.th/Content/[15 มกราคม 2563]).
- สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ. (2551). พระราชบัญญัติการจัดการศึกษาสำหรับคนพิการ พ.ศ. 2551. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สุวิมล ตีรภานันท์. (2548). ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์ : แนวทางสู่การปฏิบัติ. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- หน่วยบริการสนับสนุนสำหรับนักศึกษาพิการ. (2562). รายงานผลการดำเนินงานหน่วยบริการสนับสนุนนักศึกษาพิการ ปีการศึกษา 2561. นครราชสีมา : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- อุทุมพร กอบแก้ว. (2558). การให้บริการสนับสนุนนักศึกษาพิการในระยะเปลี่ยนผ่านจากโรงเรียนสู่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อุรปริย เกิดในมงคล และคณะ. (กรกฎาคม-ธันวาคม 2556). “การศึกษาและพัฒนาารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น”. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์. 39(2) : 54-65.
- Barkley, R. (2011). Deficits in executive functioning scale. NY : The Guilford Press. อ้างถึงใน ประยุทธ์ ไทยธานี. (2560). ประสบการณ์ความเครียดที่สัมพันธ์กับการทำหน้าที่บริหารสมองบกพร่องของนักศึกษาปริญญาตรี (รายงานผลการวิจัย). นครราชสีมา : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- Burgstahler, S. (2009). Universal design of instruction (UDI) : Definition, principles, and examples. Wa : DO-IT. อ้างถึงใน สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2558). การออกแบบการเรียนรู้ที่เป็นสากล. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษา.
- Bonnie D. Singer and Anthony S. Bashir. (July 1999). What Are Executive Functions and Self-Regulation and What Do They Have to Do With Language-Learning Disorders. Language, Speech, and Hearing Research (JSLHR). (3) : 265-273. อ้างถึงใน วิไลวรรณ ซึ่งปริดา. (2558). การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.
- Cooper-Kahn and Foster. (2013). Boosting Executive Skills in the Classroom : A Practical Guide for Educators. Jossey-Bass. Pages192.

- Dawson, P. & Guare, R. (2018). **Executive skills in children and adolescents : A practical guide to assessment and intervention.** New York : The Guilford Press.
- _____. (2014). **Intervention to promote executive development in children and adolescents.** In Handbook of Executive Functioning. pp.427-443. New York : The Guilford Press.
- Fuster, J. M. (1997). **The Prefrontal Cortex : Anatomy, Physiology, and Neuropsychology of the Frontal Lobe.** (3rd edn). LippincottRaven.
- อ้างถึงใน ประยูทธ ไทยธานี. (2560). **ประสบการณ์ความเครียดที่สัมพันธ์กับการทำหน้าที่บริหารสมองบกพร่องของนักศึกษาปริญญาตรี (รายงานผลการวิจัย).** นครราชสีมา : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- Gioia. et al. (2002). **Confirmatory factor analysis of the behavior rating inventory of executive function (BRIEF) in a clinical sample.** Child Neuropsychology. (8) : 249-257.
- Gay Trainin and H. Lee Swanson. (October 2016). **Teachers' knowledge, attitudes, and supportive behaviors toward LGBT students: Relationship to Gay-Straight Alliances, antibullying policy, and teacher training.** Journal of LGBT Youth. 13(4) : 326-351. . อ้างถึงใน สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2560). **การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ.** กรุงเทพฯ : สำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษา.
- Hayes, et al. (1996). **Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment.** Journal of Consulting and Clinical Psychology. 64(6) : 1152-1168. อ้างถึงใน ประยูทธ ไทยธานี. (2560). **ประสบการณ์ความเครียดที่สัมพันธ์กับการทำหน้าที่บริหารสมองบกพร่องของนักศึกษาปริญญาตรี (รายงานผลการวิจัย).** นครราชสีมา : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- Isquith et al. (2005). August. **Assessment of executive function in preschool-aged children.** Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews. 11(3) : 209-15.
- McDermott, D., & Snyder, C. R. (1999). **Making hope happen.** Oakland, CA : New Harbinger.
- National Center for Learning Disabilities. (2017). **Executive Function.** Retrieved from : <https://www.understood.org>.

Primary Psychiatry. (2009). August 1, Biologic Commonalities between Mental Illness and Addiction. Published in final edited form as : Prim psychiatry. 16(8) : 33-39.

Rebecca Petersen, Ellen Lavelle and A.J. Guarino. Spring. (2006). The Relationship Between College Students' Executive Functioning and Study Strategies. *Journal of College Reading and Learning*. 36(2) : 59-67. อ้างถึงใน สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2560). การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ. กรุงเทพฯ : สำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษา.

Seana, M. & Howard. G. (2007). Hill, Skill, and Will Executive Function from a Multiple-intelligences Perspective. In Meltzer, L. (Ed), Executive Function in Education from Theory to Praction (pp. 22-23). New York : The Guilford Press.

Stuss D. T. & Benson D. F. (1986). *The frontal lobes*. Raven Press. New York. อ้างถึงใน ประยุทธ์ ไทยธานี. (2560). ประสบการณ์ความเครียดที่สัมพันธ์กับการทำหน้าที่บริหารสมองบกพร่องของนักศึกษาปริญญาตรี (รายงานผลการวิจัย). นครราชสีมา : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ภาคผนวก ก
หนังสือขอความอนุเคราะห์

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา



ที่ อว ๐๖๒๓.๑/ว ๕๔๖

คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
๓๔๐ ถนนสุรนารายณ์
อำเภอเมืองนครราชสีมา
จังหวัดนครราชสีมา ๓๐๐๐๐

๑๗ กันยายน ๒๕๖๒

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธวัชฉัตร ธิติธนานันท์

ตามที่นางสาวเอื้องทิพย์ ไตรบำรุง นักวิชาการศึกษาพิเศษ หน่วยบริการสนับสนุนนักศึกษาพิการ ศูนย์การศึกษาพิเศษ คณะครุศาสตร์ กำลังดำเนินการทำโครงการวิจัย เรื่อง การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา ซึ่งอยู่ในขั้นตอนของการสร้างเครื่องมือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล นั้น

ทั้งนี้ ขอความอนุเคราะห์ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยของนางสาวเอื้องทิพย์ ไตรบำรุง หวังเป็นอย่างยิ่งจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาต

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัฐกรณ์ คิตการ)
คณบดีคณะครุศาสตร์

ศูนย์การศึกษาพิเศษ

โทร. (๐๔๔) ๒๗๒๙๔๒

โทรสาร (๐๔๔) ๒๗๒๙๔๒



ที่ อว ๐๖๒๓.๑/ว ๕๔๖

คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
๓๔๐ ถนนสุรนารายณ์
อำเภอเมืองนครราชสีมา
จังหวัดนครราชสีมา ๓๐๐๐๐

๑๗ กันยายน ๒๕๖๒

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วาระดี ชาญวิรัตน์

ตามที่นางสาวเอื้องทิพย์ ไตรบำรุง นักวิชาการศึกษาพิเศษ หน่วยบริการสนับสนุนนักศึกษาพิการ ศูนย์การศึกษาพิเศษ คณะครุศาสตร์ กำลังดำเนินการทำโครงการวิจัย เรื่อง การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา ซึ่งอยู่ในขั้นตอนของการสร้างเครื่องมือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล นั้น

ทั้งนี้ ขอความอนุเคราะห์ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยของนางสาวเอื้องทิพย์ ไตรบำรุง หวังเป็นอย่างยิ่งจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาต

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัฐกรณ์ คิตการ)
คณบดีคณะครุศาสตร์

ศูนย์การศึกษาพิเศษ

โทร. (๐๔๔) ๒๗๒๙๔๒

โทรสาร (๐๔๔) ๒๗๒๙๔๒



ที่ อว ๐๖๒๓.๑/๖๗๑

คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
๓๔๐ ถนนสุรนารายณ์
อำเภอเมืองนครราชสีมา
จังหวัดนครราชสีมา ๓๐๐๐๐

๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์ ดร.สุภาวดี วิสุวรรณ

ตามที่นางสาวเอื้องทิพย์ ไตรบำรุง นักวิชาการศึกษาพิเศษ หน่วยบริการสนับสนุนนักศึกษาพิการ ศูนย์การศึกษาพิเศษ คณะครุศาสตร์ กำลังดำเนินการทำโครงการวิจัย เรื่อง การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา ซึ่งอยู่ในขั้นตอนของการสร้างเครื่องมือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล นั้น

ทั้งนี้ ขอความอนุเคราะห์ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยของนางสาวเอื้องทิพย์ ไตรบำรุง หวังเป็นอย่างยิ่งจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาต

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัฐกรณ์ คีตการ)
คณบดีคณะครุศาสตร์

ศูนย์การศึกษาพิเศษ

โทร. (๐๔๔) ๒๗๒๙๔๒

โทรสาร (๐๔๔) ๒๗๒๙๔๒

ภาคผนวก ข
แบบสอบถาม

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ลำดับที่.....

รหัส □□□

แบบสอบถาม

เรื่อง การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วม
ในระดับอุดมศึกษา

คำชี้แจง สำหรับผู้ตอบแบบสอบถาม

แบบสัมภาษณ์มี 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการเรียนร่วม
ในระดับอุดมศึกษา

ขั้นตอนการสัมภาษณ์

1. กล่าวคำแนะนำตัวกับนักศึกษาพิการที่ทำการตอบแบบสอบถาม
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยให้นักศึกษาพิการเข้าใจก่อนการตอบแบบสอบถาม
3. แบบสอบถามใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายเหมาะสมกับนักศึกษาพิการ ซึ่งอาจใช้ภาษามือ ประกอบในการอธิบายเพิ่มเติม (กรณีนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน) เพื่อความเข้าใจที่ชัดเจนขึ้น แต่ความหมายของแบบสอบถามยังคงเดิม
4. การตอบแบบสอบถามไม่ควรเร่งรัดคำตอบจากนักศึกษาพิการ หรือมีการถามแบบชี้นำเพื่อให้ได้คำตอบตามที่ต้องการ
5. ตรวจสอบคำตอบให้ครบทุกข้อ และหากสงสัยในข้อใดให้สอบถามนักศึกษาพิการอีกครั้ง
6. กล่าวขอบคุณและกล่าวลา นักศึกษาพิการเมื่อสิ้นสุดการตอบแบบสอบถามทุกราย

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ.....ปี
3. ประเภทความพิการ
() ทางการเห็น () ทางการได้ยิน () ทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว
4. สาขาวิชา.....ชั้นปี.....
สังกัดคณะ.....

คำชี้แจง : ให้นักศึกษาอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องว่างระดับของปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวนักศึกษาให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

- 1 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อยมาก
- 2 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อย
- 3 หมายถึง เกิดขึ้นบางครั้ง
- 4 หมายถึง เกิดขึ้นน้อยมาก
- 5 หมายถึง ไม่เคยเกิดขึ้น

| รายการ | ระดับปัญหา | | | | |
|---|--------------------|-------------------------|----------------------|------------------|-------------------------|
| | ไม่เคย เกิดขึ้น | เกิดขึ้น น้อย มาก | เกิดขึ้น บางครั้ง | เกิดขึ้น บ่อย | เกิดขึ้น บ่อย มาก |
| ด้านการยับยั้งชั่งใจ | | | | | |
| 1. ฉันลงมือทำโดยไม่คิดก่อน | | | | | |
| 2. ฉันมีพูดคุยมกเกินไปในชั้นเรียน | | | | | |
| 3. ฉันพูดโดยไม่คิด | | | | | |
| ด้านความจำขณะทำงาน | | | | | |
| 4. ฉันพูดว่าเดี๋ยวค่อยทำทีหลัง แล้วก็ลืมทำสิ่งนั้น | | | | | |
| 5. ฉันลืมทำงานที่เป็นการบ้านหรือลืมเอกสารที่ใช้กลับบ้าน | | | | | |
| 6. ฉันวางของผิดที่หรือทำของหาย เช่น สมุด เสื้อคลุม เป็นต้น | | | | | |
| ด้านการควบคุมอารมณ์ | | | | | |
| 7. ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายเมื่อการบ้านยากเกินไป ต้องใช้เวลานานในการทำ | | | | | |
| 8. ฉันรู้สึกโกรธง่ายและรู้สึกท้อถอยได้ง่าย | | | | | |
| 9. ฉันรู้สึกหงุดหงิดเมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ | | | | | |
| ด้านการจัดจ้ต่อการทำงาน | | | | | |
| 10. ฉันไม่ค่อยมีสมาธิ และวอกแวกง่าย | | | | | |

| รายการ | ระดับปัญหา | | | | |
|--|--------------------|-------------------------|----------------------|------------------|-------------------------|
| | ไม่เคย เกิดขึ้น | เกิดขึ้น น้อย มาก | เกิดขึ้น บางครั้ง | เกิดขึ้น บ่อย | เกิดขึ้น บ่อย มาก |
| 11. ฉันรู้สึกหมดแรงก่อนที่จะทำการบ้านเสร็จ | | | | | |
| 12. ฉันมักใจลอยขณะทำงาน | | | | | |
| ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | | | | | |
| 13. ฉันถ่วงเวลาการทำงานที่บ้านหรืองานบ้านจนถึง วินาทีสุดท้าย | | | | | |
| 14. มันท้าทายสำหรับฉันที่จะทิ้งกิจกรรมสนุกสนาน เพื่อเริ่มทำการบ้าน | | | | | |
| 15. ฉันต้องมีคนคอยเตือนให้ลงมือทำงาน | | | | | |
| ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | | | | | |
| 16. ฉันมีปัญหาในการวางแผนการทำงานในด้านการ เรียงลำดับความสำคัญของงาน | | | | | |
| 17. ถ้ามีงานที่ต้องทำหลายอย่าง ฉันไม่สามารถ เรียงลำดับของงานได้ | | | | | |
| 18. ถ้าต้องทำโครงการที่ใช้เวลานานฉันรู้สึกว่าเป็นงาน หนักสำหรับฉัน | | | | | |
| ด้านการบริหารจัดการ | | | | | |
| 19. กระเป๋าและสมุดบันทึกของฉัน ไม่เป็นระเบียบ | | | | | |
| 20. โต๊ะทำงานของฉันไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย | | | | | |
| 21. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดห้องให้สะอาดเรียบร้อย | | | | | |
| ด้านการจัดการเวลา | | | | | |
| 22. ฉันมีความยากลำบากในการกำหนดเวลาในการ ทำงานแต่ละชิ้น | | | | | |
| 23. ฉันมักจะทำที่บ้านไม่เสร็จ และทำให้ต้องรีบ ทำงานให้เสร็จที่มหาวิทยาลัย ก่อนเข้าเรียน | | | | | |
| 24. ฉันใช้เวลานานกว่าจะพร้อมในการทำสิ่งต่างๆ | | | | | |
| ด้านความยืดหยุ่น | | | | | |
| 25. ถ้าฉันแก้ปัญหาในครั้งแรกไม่สำเร็จ ฉันไม่สามารถ คิดหาวิธีการอื่นได้ | | | | | |
| 26. ฉันมีความยากลำบากในการปรับเปลี่ยนแผน หรือกิจวัตรประจำวัน | | | | | |
| 27. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการตอบคำถามปลายเปิดที่แสดง ความคิดเห็น (ไม่รู้ว่าจะเขียนอะไรที่จะตอบได้ตรง คำถาม) | | | | | |

| รายการ | ระดับปัญหา | | | | |
|---|--------------------|-------------------------|----------------------|------------------|-------------------------|
| | ไม่เคย เกิดขึ้น | เกิดขึ้น น้อย มาก | เกิดขึ้น บางครั้ง | เกิดขึ้น บ่อย | เกิดขึ้น บ่อย มาก |
| ด้านเมตตาอกนิษฐ์ | | | | | |
| 28. ฉันไม่มีวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ | | | | | |
| 29. ฉันไม่ตรวจสอบข้อผิดพลาดของงานแม้ว่าจะส่งผลต่อการเรียน | | | | | |
| 30. ฉันไม่ประเมินการปฏิบัติงานของตนเองหรือเปลี่ยนแปลงวิธีปฏิบัติเพื่อให้ฉันประสบความสำเร็จมากขึ้น | | | | | |
| ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | | | | | |
| 31. ฉันไม่สามารถเก็บเงิน เพื่อที่จะซื้อสิ่งของที่ฉันต้องการ | | | | | |
| 32. ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว | | | | | |
| 33. ถ้ามีสิ่งที่คุณสนใจในเวลาที่ฉันต้องทำการบ้านฉันไม่สามารถกำกับตนเองให้สามารถทำการบ้านได้ | | | | | |

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ภาคผนวก ค
ค่าดัชนีความสอดคล้อง

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ตรวจสอบเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญ

แบบสอบถาม

การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา

ตอนที่ 2 การสำรวจทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาฝึกการเรียนร่วมในระดับอุดมศึกษา

| รายการขอความคิดเห็น | ประมาณค่าความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ | | | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|----|----|---------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | | |
| ด้านการยับยั้งชั่งใจ | | | | | |
| 1. ฉันลงมือทำโดยไม่คิดก่อน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. ฉันมีพุดคุยมากเกินไปในชั้นเรียน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 3. ฉันพุดโดยไม่คิด | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| ด้านความจำขณะทำงาน | | | | | |
| 4. ฉันพุดว่าเดี๋ยวค่อยทำทีหลัง แล้วก็ลืมทำสิ่งนั้น | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 5. ฉันลืมทำงานที่เป็นการบ้านหรือลิสเอกสารที่ใช้กลับบ้าน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 6. ฉันวางของผิดที่หรือทำของหาย เช่น สมุด เลือคลุม เป็นต้น | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| ด้านการควบคุมอารมณ์ | | | | | |
| 7. ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายเมื่อการบ้านยากเกินไป ต้องใช้เวลานานในการทำ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 8. ฉันรู้สึกโกรธง่ายและรู้สึกท้อถอยได้ง่าย | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 9. ฉันรู้สึกหงุดหงิดเมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| ด้านการจดจ่อต่อการทำงาน | | | | | |
| 10. ฉันไม่ค่อยมีสมาธิ และวอกแวกง่าย | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 11. ฉันรู้สึกหมดแรงก่อนที่จะทำการบ้านเสร็จ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 12. ฉันมักใจลอยขณะทำงาน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| ด้านการเริ่มต้นลงมือทำงาน | | | | | |
| 13. ฉันฉ่วงเวลาการทำงานที่บ้านหรืองานบ้านจนถึงวินาทีสุดท้าย | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 14. มันยากสำหรับฉันที่จะทิ้งกิจกรรมสนุกสนานเพื่อเริ่มทำการบ้าน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 15. ฉันต้องมีคนคอยเตือนให้ลงมือทำงาน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| ด้านการวางแผนและการจัดลำดับความสำคัญ | | | | | |
| 16. ฉันมีปัญหาในการวางแผนการทำงานในด้านการเรียงลำดับความสำคัญของงาน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 17. ถ้ามีงานที่ต้องทำหลายอย่าง ฉันไม่สามารถเรียงลำดับของงานได้ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 18. ถ้าต้องทำโครงการที่ใช้เวลานาน ฉันรู้สึกว่าเป็นงานหนักสำหรับฉัน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |

| รายการขอความคิดเห็น | ประมาณค่าความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ | | | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|----|----|---------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | | |
| ด้านการบริหารจัดการ | | | | | |
| 19. กระเป๋าและสมุดบันทึกของฉัน ไม่เป็นระเบียบ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 20. โต๊ะทำงานของฉันไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 21. ฉันมีปัญหากับการจัดห้องให้สะอาดเรียบร้อย | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| ด้านการจัดการเวลา | | | | | |
| 22. ฉันมีความยากลำบากในการกำหนดเวลาในการทำงานแต่ละชั้น | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 23. ฉันมักจะทำการบ้านไม่เสร็จ และทำให้ต้องรีบทำงานให้เสร็จที่มหาวิทยาลัย ก่อนเข้าเรียน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 24. ฉันใช้เวลาเกินกว่าจะพร้อมในการทำสิ่งต่างๆ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| ด้านความยืดหยุ่น | | | | | |
| 25. ถ้าฉันแก้ปัญหาในครั้งแรกไม่สำเร็จ ฉันไม่สามารถคิดหาวิธีการอื่นได้ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 26. ฉันมีความยากลำบากในการปรับเปลี่ยนแผนหรือกิจวัตรประจำวัน | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 27. ฉันมีปัญหากับการตอบคำถามปลายเปิดที่แสดงความคิดเห็น (ไม่ว่าจะเขียนอะไรที่จะตอบได้ตรงคำถาม) | +1 | +1 | 0 | 0.66 | ใช้ได้ |
| ด้านเมตตากอนิชั่น | | | | | |
| 28. ฉันไม่มีวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 29. ฉันไม่ตรวจสอบข้อผิดพลาดของงาน แม้ว่าจะส่งผลต่อการเรียน | +1 | +1 | 0 | 0.66 | ใช้ได้ |
| 30. ฉันไม่ประเมินการปฏิบัติงานของตนเองหรือเปลี่ยนแปลงวิธีปฏิบัติเพื่อให้ฉันประสบความสำเร็จมากขึ้น | +1 | +1 | 0 | 0.66 | ใช้ได้ |
| ด้านการมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย | | | | | |
| 31. ฉันไม่สามารถเก็บเงิน เพื่อที่จะซื้อสิ่งของที่ฉันต้องการ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 32. ฉันไม่เห็นคุณค่าในการทำเกรดให้ดีเพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนตามเป้าหมายระยะยาว | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 33. ถ้ามีสิ่งรบกวนในเวลาที่ฉันต้องทำการบ้านฉันไม่สามารถทำกับตนเองให้สามารถทำการบ้านได้ | +1 | +1 | +1 | 1.00 | ใช้ได้ |

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแบบสอบถาม

1. ผศ. วาระดี ชาญวิรัตน์
วุฒิ ปริญญาเอก
ตำแหน่ง ผู้อำนวยการศูนย์การศึกษาพิเศษ
สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
2. ผศ. ธนวัฒน์ ธิติธำมรงค์
วุฒิ ปริญญาโท
ตำแหน่ง อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาพิเศษ
การประเมินผลการศึกษา
สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
3. ดร. สุภาวดี วิสุวรรณ
วุฒิ ปริญญาเอก
ตำแหน่ง อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาพิเศษ
สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา