

อิทธิพลของการใช้อินเทอร์เน็ตต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน โดยมีการรับรู้ความสามารถ
ของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน เป็นตัวแปรกำกับ

นายตฤภัทร	มงคลสิริจันทร์	เลขประจำตัวนิสิต	5437427338
นางสาวเมธาวี	ศรีวิลาศลักษณ์	เลขประจำตัวนิสิต	5437467438
นางสาวเวรณี	คงปลื้มจิตต์	เลขประจำตัวนิสิต	5437482838

โครงการทางจิตวิทยาเล่มนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2557

THE EFFECT OF INTERNET USAGE ON ACADEMIC DELAY OF GRATIFICATION,
WITH ABILITY SELF-PERCEPTIONS AND SUBJECTIVE TASK VALUES AS A MODERATOR

Mister Tanuphat	Mongkolsirijan	ID 5437427338
Miss Mathawee	Sriwilasluk	ID 5437467438
Miss Wetanee	Kongplumchit	ID 5437482838

A Senior Project Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Bachelor of Science in Psychology
Faculty of Psychology Chulalongkorn University
Academic Year 2014

หัวข้อโครงการทางจิตวิทยา

อิทธิพลของการใช้อินเทอร์เน็ตต่อการอดทนอดกลั้นในการ
เรียน โดยมีการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้
ความสำคัญของงานเป็นตัวแปรกำกับ

โดย

นายตฤภัทร มงคลสิริจันทร์
นางสาวเมธาวี ศรีวิลาศลักษณ์
นางสาวเวธนี คงปลื้มจิตต์

สาขาวิชา

จิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก อาจารย์ศักดิ์พัฒน์ งามเอก

คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยอนุมัติให้นำโครงการทางจิตวิทยาฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต

.....คณบดีคณะจิตวิทยา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คัดนางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบโครงการทางจิตวิทยา

.....อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยา
(อาจารย์ศักดิ์พัฒน์ งามเอก)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.สุภลักษณ์ ลวดลาย)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.ทิพย์นภา หวนสุริยา)

ตฤภัทร มงคลสิริจันทร์ เมธาวิ ศรีวิลาศลักษณ์ เวชนี คงปลื้มจิตต์: อิทธิพลของการใช้อินเทอร์เน็ตต่อการอดทนนอดกลั้นในการเรียน โดยมีการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงานเป็นตัวแปรกำกับ(THE EFFECT OF INTERNET USAGE ON ACADEMIC DELAY OF GRATIFICATION, WITH ABILITY SELF-PERCEPTIONS AND SUBJECTIVE TASK VALUES AS A MODERATOR). อาจารย์ที่ปรึกษา: อาจารย์ศักดิ์พัฒน์ งามเอก, 47 หน้า.

งานวิจัยนี้ศึกษาผลของการใช้อินเทอร์เน็ตที่มีต่อการอดทนนอดกลั้นในการเรียน และศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงานว่ามีผลต่อความสัมพันธ์ของอินเทอร์เน็ตต่อการอดทนนอดกลั้นในการเรียน ในรูปแบบตัวแปรกำกับ โดยศึกษากับนิสิตมหาวิทยาลัย จำนวน 343 คนผลการวิจัยพบความสัมพันธ์ทางลบระหว่างระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตกับการอดทนนอดกลั้นในการเรียน พบว่าการรับรู้ความพยายาม (Required Effort) เป็นตัวแปรกำกับในความสัมพันธ์ของอินเทอร์เน็ตและการอดทนนอดกลั้นในการเรียนเพียงตัวเดียว กล่าวคือ ในกลุ่มที่รับรู้ความพยายามสูงและใช้อินเทอร์เน็ตน้อย จะมีการอดทนนอดกลั้นในการเรียนสูง แต่ทั้งนี้พบอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงานต่อการอดทนนอดกลั้นในการเรียน ยกเว้นการรับรู้ความของงาน (Task Difficulty) ผู้วิจัยได้อภิปรายถึงผลการวิจัยและข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ในการเรียนให้ประสบความสำเร็จ

หลักสูตร...ปริญญาบัณฑิต...จิตวิทยา...

ลายมือชื่อผู้คิด.....

ลายมือชื่อผู้คิด.....

ลายมือชื่อผู้คิด.....

ปีการศึกษา.....2557.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

TANUPHAT MONGKOLSIRIJAN, MATHAWEE SRIWILASLUK, WETANEE
KONGPLUMCHIT: THE EFFECT OF INTERNET USAGE ON ACADEMIC DELAY OF
GRATIFICATION, WITH ABILITY SELF-PERCEPTIONS AND SUBJECTIVE TASK VALUES AS
A MODERATOR: MR. SAKKAPHAT NGAMAKE, 47 PAGES.

This study aims to examine the detrimental negative relation between internet usage and academic delay of gratification and to examine whether ability self-perceptions and subjective task values can buffer this relationship. The study was conducted on 343 undergraduate students. The findings have revealed a negative correlation between internet usage and academic delay of gratification. Required effort, one of the six subcomponents of ability self-perceptions and subjective task values, has been found to be a significant moderator. However, the direction of moderating effect was not as expected; the group of students with high levels of required effort and low levels of internet usage tended to have high levels of academic delay of gratification. Moreover, five out of six subcomponents (excluding task difficulty) of ability self-perceptions and subjective task values have demonstrated positive relationships with academic delay of gratification. Applications to academic achievement were discussed.

Keywords: Academic delay of gratification, internet usage, ability self-perceptions, subjective task values

Field of Study :Bs.c. in Psychology.....

Student's Signature.....

Student's Signature.....

Student's Signature

Academic Year :.....2014.....

Advisor's Signature

Abstract

This study aims to examine the detrimental negative relation between internet usage and academic delay of gratification and to examine whether ability self-perceptions and subjective task values can buffer this relationship. The study was conducted on 343 undergraduate students. The findings have revealed a negative correlation between internet usage and academic delay of gratification. Required effort, one of the six subcomponents of ability self-perceptions and subjective task values, has been found to be a significant moderator. However, the direction of moderating effect was not as expected; the group of students with high levels of required effort and low levels of internet usage tended to have high levels of academic delay of gratification. Moreover, five out of six subcomponents (excluding task difficulty) of ability self-perceptions and subjective task values have demonstrated positive relationships with academic delay of gratification. Applications to academic achievement were discussed.

Keywords: Academic delay of gratification, internet usage, ability self-perceptions, subjective task values

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้ศึกษาผลของการใช้อินเทอร์เน็ตที่มีต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน และศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงานว่ามีผลต่อความสัมพันธ์ของอินเทอร์เน็ตต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน ในรูปแบบตัวแปรกำกับ โดยศึกษากับนิสิตมหาวิทยาลัย จำนวน 343 คนผลการวิจัยพบความสัมพันธ์ทางลบระหว่างระยะเวลาที่ใช้อินเทอร์เน็ตกับการอดทนอดกลั้นในการเรียน พบว่าการรับรู้ความพยายาม (Required Effort) เป็นตัวแปรกำกับในความสัมพันธ์ของอินเทอร์เน็ตและการอดทนอดกลั้นในการเรียนเพียงตัวเดียว กล่าวคือ ในกลุ่มที่รับรู้ความพยายามสูงและใช้อินเทอร์เน็ตน้อย จะมีการอดทนอดกลั้นในการเรียนสูง แต่ทั้งนี้พบอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงานต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน ยกเว้นการรับรู้ความของงาน (Task Difficulty) ผู้วิจัยได้อภิปรายถึงผลการวิจัยและข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ในการเรียนให้ประสบความสำเร็จ

คำสำคัญ: การอดทนอดกลั้นในการเรียน การใช้อินเทอร์เน็ต การรับรู้ความสามารถของตน การรับรู้ความสำคัญของงาน

อิทธิพลของการใช้อินเทอร์เน็ตต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน โดยมีการรับรู้ความสามารถของ

ตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน เป็นตัวแปรกำกับ

ปัจจุบันเทคโนโลยีก้าวหน้าขึ้นอย่างมากและเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ โดยเฉพาะอินเทอร์เน็ตที่ถือเป็นสิ่งสำคัญและแทบจะขาดไม่ได้ ในที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่สามารถเข้าถึง อินเทอร์เน็ต รวมถึงร้านค้าที่เริ่มเสนอจุดเชื่อมต่อสัญญาณไร้สาย ให้ลูกค้าสามารถนำคอมพิวเตอร์แล็ปท็อปมา ที่ร้านและใช้งานอินเทอร์เน็ตกับทางร้าน ขณะรับประทานอาหาร หรืออ่านหนังสือได้ (Rodman, 2010)

ตั้งแต่อดีตกาลชีวิตการเรียนของนักเรียนหรือนักศึกษามีจุดมุ่งหมายเพื่อเรียนรู้และเข้าใจบทเรียน เพื่อให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาซึ่งสามารถนำไปต่อยอดในการเรียนลำดับต่อไปหรือได้ทำงานตามที่ ตั้งเป้าหมายไว้ในอนาคต สภาพแวดล้อมของนักศึกษาจึงเต็มไปด้วยแรงสนับสนุนให้ไปสู่จุดมุ่งหมายนั้น แต่ เมื่อยุคสมัยเปลี่ยนไป สิ่งหนึ่งที่เข้ามามีบทบาทในชีวิตของมนุษย์ แม้กระทั่งชีวิตการเรียนและมีอิทธิพลต่อการ เปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมเดิม นั่นคือเทคโนโลยี โดยเฉพาะการใช้อินเทอร์เน็ต

ประโยชน์ที่วัยเรียนได้รับจากการใช้อินเทอร์เน็ตมีอยู่มากมาย เช่น การสืบค้นข้อมูลทำรายงาน การศึกษาทางออนไลน์ เป็นต้น หากแต่ผลกระทบทางลบจากการใช้อินเทอร์เน็ตอย่างไม่เหมาะสมก็ได้เกิดขึ้น เช่นกัน Abraham (2014) พบว่า นักศึกษามักจะทำการบ้านหรือทบทวนบทเรียนท่ามกลางการปรากฏของ สิ่งรบกวน ซึ่งคืออินเทอร์เน็ตและเกม และนักศึกษาก็จะถูกรบกวนในช่วงการเรียนหรือการทำงานโดย

สิ่งรบกวนนั้นๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยก่อนหน้านี้พบว่า การปรากฏของสิ่งรบกวนจะทำให้นักศึกษาใช้เวลาทำการบ้านมากขึ้นและลดเวลาการทบทวนบทเรียนลง อีกทั้งยังพบผลทางลบของการสิ่งรบกวนที่มีต่อเกรดเฉลี่ย เวลาทำการบ้าน ประสิทธิภาพของการบ้าน และความสามารถในการเรียน (Bembenutty & White, 2013; Fries & Dietz, 2007; Junco & Cotton, 2012).

นอกจากนี้การใช้เทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ตสร้างความสะดวกและทำให้การดำเนินกิจกรรมต่างๆ ล้วนดำเนินไปอย่างรวดเร็ว บุคคลจึงได้รับการตอบสนองทันที ซึ่งเปลี่ยนวิถีการดำเนินชีวิตของคนในปัจจุบันให้ไม่สามารถรอเป็นเวลานานได้ การปรากฏของเป้าหมายหรือรางวัลส่งผลให้การอดทนอดกลั้นลดลง อินเทอร์เน็ตจึงเปรียบเสมือนรางวัลที่ทำให้ได้ตามความต้องการทุกที่และทุกเมื่อโดยไม่ต้องรอ เช่น โทรศัพท์หาเพื่อน หาข้อมูล หาความบันเทิง ล้วนเป็นตัวเลือกที่ได้รับการตอบสนองความต้องการอย่างทันทีทันใด (Instant gratification; Mischel & Moore, 1973; Green & Brock, 2008)

ทั้งนี้การใช้งานอินเทอร์เน็ตส่งผลในทางลบต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Meade, 2012) และการอดทนอดกลั้น (Delay of Gratification) เป็นตัวแปรสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในการเรียนและความสำเร็จในอนาคต (Bembenutty & Karabenick, 2004; Mischel, 1996) ดังนั้นการใช้งานอินเทอร์เน็ตมากเกินไปอาจมีผลกระทบต่อความสำเร็จในอนาคตของคุณบุคคล อย่างไรก็ตามงานวิจัยของ Mischel (1996) พบว่าหนึ่งในปัจจัยที่ทำให้นักเรียนเลือกที่จะอดทนอดกลั้น คือการให้คุณค่าและแนวโน้มที่จะประสบ

ความสำเร็จตามที่คาดหวัง จากการทุ่มเทเวลาให้กับเป้าหมายทางการศึกษาแทนที่จะได้ทำอย่างอื่นที่ได้รับการตอบสนองอย่างทันทีทันใด (Immediate Reward) เช่นเดียวกันกับ Bembenutty (2008) ที่พบว่าถ้าหากนักเรียนพิจารณาว่า ตัวเลือกทางการศึกษาที่ต้องรอการตอบสนองในอนาคตว่ามีคุณค่ามากกว่า นักเรียนมีแนวโน้มที่จะอดทนอดกลั้นในการเรียนมากกว่าและประสบความสำเร็จด้านการศึกษามากกว่า ดังนั้นการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) จึงอาจเป็นตัวแปรที่จะทำให้บุคคลเลือกที่จะอดทนอดกลั้นแทนการตอบสนองอย่างทันที งานวิจัยนี้จึงต้องการศึกษาว่าการใช้งานอินเทอร์เน็ตส่งผลทางลบต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียนจริงหรือไม่ และถ้าหากพบความสัมพันธ์ทางลบ คณะผู้วิจัยต้องการหาคำตอบเพิ่มเติมเกี่ยวกับตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) ถึงความสามารถในการลดอิทธิพลของอินเทอร์เน็ตที่มีต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน

การใช้งานอินเทอร์เน็ต (Internet Use) กับการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification)

ในปัจจุบันด้วยความก้าวหน้าของเทคโนโลยี ทำให้คนสามารถใช้อินเทอร์เน็ตได้ตลอดเวลาและทุกที่ที่ต้องการ เพื่อรับข่าวสารหรือรับความบันเทิง ดังที่เห็นได้ชัดเจนในงานวิจัยของ Green และ Brock (2008) ที่พบว่าผู้ที่ใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ (Media User) ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อตอบสนองความต้องการได้ตามเวลาที่

ต้องการทันที (Instant Gratification) และตอบสนองได้เร็วกว่าการรอพบหน้า ดังนั้นอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์จึงสามารถอำนวยความสะดวกและทำให้ผู้คนหันมาใช้เป็นจำนวนมาก รวมไปถึงการใช้อินเทอร์เน็ตกลับเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตแม้กระทั่งการเรียน ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาเพิ่มเติมถึงผลกระทบของการใช้อินเทอร์เน็ตต่อด้านการเรียน

งานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าการใช้เทคโนโลยีที่ไม่เหมาะสมส่งผลต่อความสำเร็จทางการศึกษา Mishra (2014) พบความสัมพันธ์ทางลบระหว่างเกรดเฉลี่ยและระดับการเสพติดการใช้อินเทอร์เน็ต โดยในกลุ่มที่มีเกรดเฉลี่ยสูงจะใช้เวลากับอินเทอร์เน็ตน้อย และมักจะใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อการศึกษา นอกจากนี้งานวิจัยอื่นๆ พบว่า การอดทนอดกลั้นในการเรียนเป็นส่วนหนึ่งที่ส่งผลต่อผลสำเร็จทางการเรียน (Bembenutty & Karabenick, 2004; Mischel, 1996) Bembenutty และ Karabenick (2004) นิยามการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification) ไว้ว่าเป็นการเลื่อนโอกาสการตอบสนองความต้องการทันทีของนักเรียนนักศึกษาออกไป เพื่อตอบสนองความต้องการในการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาซึ่งเป็นเป้าหมายระยะยาว หรือเป้าหมายที่ไกลออก แต่เห็นได้อย่างชัดเจนว่าเป็นเป้าหมายที่มีคุณค่ามากกว่า ส่วนการใช้งานอินเทอร์เน็ต (Internet Use) ในงานวิจัยชิ้นนี้ หมายถึงระยะเวลาทั้งหมดที่บุคคลใช้งานอินเทอร์เน็ต โดยไม่ได้รวมระยะเวลาที่เชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตไว้โดยไม่ได้ใช้งาน

ในงานวิจัยกับผู้เข้าร่วมการวิจัยตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่นผู้ใหญ่ตอนต้นของ Meade (2012) พบว่าการใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ (Media) มีความสัมพันธ์ทางลบกับการอดทนอดกลั้นในการเรียน กลุ่มที่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตสูง ซึ่งหมายถึงกลุ่มที่สามารถใช้งานอินเทอร์เน็ตได้ทั้งที่บ้าน โรงเรียน หรือห้องสมุด เป็นต้น จะเลือกการตอบสนองอย่างทันทีทันใด กล่าวคือกลุ่มที่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตสูงจะเลือกไปสังสรรค์กับเพื่อนแทนที่จะทำงานหรืออ่านหนังสือ และเลือกให้คุณค่ากับการใช้ชีวิตที่สนุกสนานมากกว่าการได้เกรดที่ดี ในทางกลับกันกลุ่มที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตต่ำจะเลือกตัวเลือกที่ต้องรอเพื่อให้ได้รางวัลที่มีคุณค่ามากกว่าในอนาคต เช่น ได้เกรดเฉลี่ยที่ดีในสิ้นเทอม หรือได้เกียรติยศในตอนรับปริญญา เป็นต้น กล่าวคือ กลุ่มที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตต่ำเลือกที่จะทำงาน หรืออ่านหนังสือทบทวนบทเรียนก่อนไปสังสรรค์กับเพื่อน เพราะฉะนั้นจะเห็นได้ว่า การใช้อินเทอร์เน็ตสูงหรือต่ำ จะส่งผลต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียนงานวิจัยนี้จึงต้องการศึกษาความสัมพันธ์ของการใช้อินเทอร์เน็ตกับการอดทนอดกลั้นในการเรียน

การรับรู้ความสามารถของตน และการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) กับการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification)

Eccles และคณะ (1983) คิดค้นโมเดลซึ่งแยกแยะระหว่าง อัตมโนทัศน์ (Self-Concept) ของคนๆหนึ่งในด้านทักษะความสามารถเฉพาะของตน และการรับรู้ความยากของงาน (Perceived Task Difficulty) พวกเขาเชื่อว่าโมเดลนี้สามารถทำนายความคาดหวังความสำเร็จ (Expectations of Success) ได้ในวิชาเฉพาะของ

โรงเรียน โดยที่อัตมโนทัศน์ (Self-Concept) ของทักษะเฉพาะจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความคาดหวัง
ในขณะที่การรับรู้ความยากของงานจะมีความสัมพันธ์ทางลบ กล่าวคือ เมื่อเชื่อว่าตนเองมีความสามารถจะมี
ความคาดหวังว่าจะทำได้สำเร็จ แต่หากรับรู้ว่างานยากความคาดหวังความสำเร็จจะลดลง แต่ในปี 1995
Eccles และ Wigfield พบว่าตัวแปรทั้ง 2 ตัวนี้สามารถเรียกได้ว่าเป็นโครงสร้าง (Construct) เดียวกัน ดังนั้นจึง
รวมเป็นตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Ability Self-Perception) อย่างไรก็ตามในการพัฒนามาตร
วัดการรับรู้ความสามารถของตน (Ability Self-Perception) ก็ยังคงแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การ
รับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน (Ability/Expectancy) การรับรู้ความยากของงาน (Task
Difficulty) และการรับรู้ความพยายาม (Required Effort); (Eccles และคณะ, 2005)

การรับรู้คุณค่าหรือความสำคัญของงาน (Subjective Task Values) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการ
เลือกทางเลือกที่สามารถนำไปสู่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Achievement-related Choices; Eccles และคณะ
, 1983) ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบย่อย ได้แก่ การเห็นคุณค่าภายในของงาน (Intrinsic Interest Value)
การเห็นความคุ้มค่าและความสำคัญของงาน (Attainment Value/Importance) และการเห็นคุณค่าภายนอก
ของงาน (Extrinsic Utility Value) ความหมายของแต่ละตัวแปรมีดังนี้

การเห็นคุณค่าภายในของงาน (Intrinsic Interest Value) คือ การให้คุณค่าจากความเพลิดเพลินและ
ความพึงพอใจของแต่ละบุคคลที่ได้รับจากการปฏิบัติกิจกรรม หรือความสนใจส่วนตัวของแต่ละบุคคล เป็นตัว

แปรที่คล้ายกับ แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) เช่น การเรียนในเนื้อหาวิชาที่ตนเองสนใจ ทำให้ตั้งใจเรียนมากขึ้น เป็นต้น

การเห็นความคุ้มค่าและความสำคัญของงาน (Attainment Value/Importance) หมายถึง บุคคลจะให้คุณค่ากับกิจกรรมนั้นก็ต่อเมื่อกิจกรรมสอดคล้องกับมุมมองต่อตนเอง (Self-Image) และความคิดว่าตนเองจะสามารถทำกิจกรรมนั้นได้ดี Cornell และ Wellborn (1991) และ Deci และ Ryan (1985) อธิบายเพิ่มเติมว่า กิจกรรมนั้นจะสามารถเติมเต็มความต้องการเบื้องต้นของบุคคลในด้านความเป็นอิสระ (Autonomy) สมรรถนะ (Competence) และความสัมพันธ์ (Relatedness) นอกจากนี้ Harter (1983) ยังกล่าวว่า แรงจูงใจในการทำกิจกรรมนั้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์ ว่าเคยล้มเหลวหรือประสบความสำเร็จ หากเคยประสบความสำเร็จในกิจกรรมนั้น บุคคลจะรู้สึกดีที่จะมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น เพื่อเป็นโอกาสพิสูจน์ความสามารถของตนเอง ในทางกลับกัน หากบุคคลเคยล้มเหลวในกิจกรรมนั้น บุคคลมีแนวโน้มจะไม่ให้ความสำคัญกับความสามารถในกิจกรรมนั้น

การเห็นคุณค่าภายนอกของงาน (Extrinsic Utility Value) คือสิ่งที่ให้นั้นมีคุณประโยชน์ต่อแผนในอนาคต มีความเกี่ยวข้องกับเป้าหมายส่วนตัว สามารถช่วยส่งเสริมให้ไปถึงเป้าหมายนั้นได้ ตัวอย่างเช่น การเข้าชั้นเรียนในมหาวิทยาลัยเพื่อให้ได้ปริญญาที่ต้องการ

งานวิจัยในอดีตที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้หรือการให้คุณค่าในด้านต่างๆ และการอดทนอด

กลั่นทางการเรียนค่อนข้างครอบคลุมถึงองค์ประกอบย่อยทั้ง 6 องค์ประกอบในด้านการรับรู้ความสามารถของ
ตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) ในการศึกษา
ความสัมพันธ์ระหว่างการอดทนอดกลั้นของนักเรียนและการรับรู้ความมีประโยชน์ (Utility) ของงานที่เกี่ยวข้อง
กับการศึกษา เช่น การทบทวนบทเรียน เปรียบเทียบกับงานที่ไม่เกี่ยวข้องกับการศึกษา เช่น การไปเที่ยวสังสรรค์
พบว่าผู้เข้าร่วมงานวิจัยที่รับรู้ความมีประโยชน์ของงานที่เกี่ยวข้องกับการศึกษามากกว่างานที่ไม่เกี่ยวข้องกับ
การศึกษา จะมีการอดทนอดกลั้นในการเรียนสูง ดังนั้นการเพิ่มการรับรู้ความมีประโยชน์ในการทำพฤติกรรม
ของนักเรียนในปัจจุบันขณะจะมีส่วนให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา และ
เลื่อนกิจกรรมที่ไม่เกี่ยวข้องกับการศึกษาออกไป (Bembenutty, 1999; Karabenick & Bembenutty, 1998)
Kim และคณะ (2001) พบผลการวิจัยที่ผลใกล้เคียงกันในประเทศเกาหลี ว่าการให้คุณค่าของงาน (Task
Value) ด้านความมีประโยชน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการอดทนอดกลั้น (Delay of Gratification) ซึ่งการ
รับรู้ความมีประโยชน์เปรียบเสมือนกับตัวแปรการเห็นคุณค่าภายนอกของงาน (Extrinsic Utility Value) ใน
งานวิจัยชิ้นนี้รวมไปถึง Mischel (1996) พบว่าความยินดีที่จะอดทนอดกลั้นของนักเรียนขึ้นอยู่กับความ
คาดหวังในการประสบความสำเร็จของพวกเขา จากการศึกษาเวลาที่เขาอุทิศเวลาให้กับเป้าหมายทางการศึกษา แทนที่จะ
เลือกกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการอย่างทันทีทันใด (Immediate Reward) ซึ่งความคาดหวังในการ
ประสบความสำเร็จ อาจเปรียบได้กับการรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน

(Ability/Expectancy) การรับรู้ความยากของงาน (Task Difficulty) และการรับรู้ความพยายาม (Required Effort) ซึ่งเป็นตัวแปรในงานวิจัยชิ้นนี้

งานวิจัยพบความสัมพันธ์ระหว่างการอดทนอดกลั้นในการเรียนกับการให้คุณค่ากับงานโดย Bembenutty (2008) พบว่าโดยทั่วไปนักเรียนมักจะเลือกการตอบสนองแบบทันทีทันใด (Immediate Alternative) มากกว่าเลือกการรอการตอบสนองในอนาคต (Delay Alternative) แต่ถ้าหากนักเรียนพิจารณาว่าตัวเลือกทางการศึกษาที่ต้องรอการตอบสนองในอนาคตว่ามีคุณค่ามากกว่า นักเรียนมีแนวโน้มที่จะอดทนอดกลั้นในการเรียนมากกว่าและประสบความสำเร็จด้านการศึกษามากกว่า นอกจากนี้งานวิจัยที่ผ่านมายังพบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างการอดทนอดกลั้นและการให้คุณค่าของงาน (Value Determinants) ซึ่งประกอบด้วย 6 องค์ประกอบย่อย ได้แก่ ความชอบ (liking) ความมีประโยชน์ (Utility) การให้ความสำคัญ (importance) ความคาดหวัง (Expectancy) ผลลัพธ์ (Consequence) และการใช้ความพยายาม (Effort) ซึ่งทุกตัวมีความสัมพันธ์กับการอดทนอดกลั้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ยกเว้นการใช้ความพยายาม (Effort) และเมื่อคำนวณด้วยวิธีการวิเคราะห์ความถดถอยแบบพหุเชิงชั้น (Hierarchical Regression) นั้น ความชอบ (Liking) การให้ความสำคัญ (Importance) และการใช้ความพยายาม (Effort) สามารถทำนายการอดทนอดกลั้นทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อควบคุมตัวแปรเพศ (Bembenutty, 2009) เมื่อเปรียบเทียบกับตัวแปรงานวิจัยชิ้นนี้ ตัวแปรด้านการใช้คุณค่า (Value Determinants) 6 องค์ประกอบย่อยนี้ อาจเปรียบได้กับ

การเห็นคุณค่าภายในของงาน (Intrinsic Interest Value) การเห็นคุณค่าภายนอกของงาน (Extrinsic Utility Value) การเห็นความคุ้มค่าและความสำคัญของงาน (Attainment Value/Importance) การรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน (Ability/Expectancy) และการรับรู้ความพยายาม (Required Effort) ของงานวิจัยชิ้นนี้ตามลำดับ

จากงานวิจัยในอดีตทั้งหมดแสดงให้เห็นว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) มีผลโดยตรงต่อการเพิ่มการอดทนอดกลั้นในการเรียน ผู้วิจัยจึงนำตัวแปรมาศึกษาในบริบทที่เทคโนโลยีเข้ามาเกี่ยวข้องในการเรียนอย่างมาก ซึ่งอาจมีความเป็นไปได้ที่การรับรู้ความสามารถของตนเองและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) จะมีส่วนช่วยในการลดอิทธิพลระหว่างการใช้งานอินเทอร์เน็ตและการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification) ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นนี้

สมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 การใช้อินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์ทางลบกับการอดทนอดกลั้นในการเรียน

สมมติฐานที่ 2 การรับรู้ความสามารถของตนเอง และการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) สามารถลดอิทธิพลของอินเทอร์เน็ตต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียนได้

วิธีการดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยแปลมาตรและปรับให้เหมาะกับบริบทคนไทย มาตรทั้งหมดประกอบด้วย 3 มาตร จากงานวิจัย

ก่อนหน้า ได้แก่

1. *มาตรวัดการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification Scale)* โดย Bembenutty และ Karabenick (1998) จำนวน 10 ข้อ เป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 1 ถึง 6 โดย 1 หมายถึง ทำข้อ A แน่ใจ และ 6 หมายถึง ทำข้อ B แน่ใจ โดยที่การเลือกทำข้อ A หรือข้อ B เป็นการสะท้อนให้เห็นระดับความอดทนอดกลั้นในการเรียนของผู้เข้าร่วมการวิจัย กลุ่มผู้วิจัยได้ปรับและเพิ่มเติมข้อกระทงอีก 2 ข้อให้เข้ากับบริบทการใช้งานอินเทอร์เน็ต ได้แก่ “ในช่วงสอบคุณจะทำอะไร ระหว่าง A คุณเลือกที่จะเล่นเกมก่อนอ่านหนังสือเตรียมตัวสอบทุกๆ ที่คุณกำลังจะสอบ (แสดงให้เห็นถึงการไม่อดทนอดกลั้นในการเรียน) หรือ B คุณเลือกที่จะอ่านหนังสือเตรียมตัวสำหรับการสอบที่จะมาถึงก่อน แล้วค่อยเล่นเกมหลังจากเตรียมตัวเสร็จ (แสดงให้เห็นถึงการอดทนอดกลั้นในการเรียน)” และ “ในช่วงสอบจะทำอะไร ระหว่าง A ทั้งๆที่คุณกำลังจะสอบแต่คุณยังคงใช้เวลาส่วนใหญ่กับ Internet เพื่อสร้างความบันเทิงให้กับตัวเองเช่นคุยกับเพื่อนเล่นเกมดูหนังฟังเพลงมากกว่าการเตรียมตัวสอบ (แสดงให้เห็นถึงการไม่อดทนอดกลั้นในการเรียน) หรือ

B คุณจะหลีกเลี่ยงการใช้ Internet เพื่อสร้างความบันเทิงให้กับตัวเอง แต่จะใช้เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่กำลังจะสอบเท่านั้น (แสดงให้เห็นถึงการอดทนอดกลั้นในการเรียน)”

ในมาตรวัดเดิมของ Bembenutty และ Karabenick (1998) มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .77 นอกจากนี้ยังพบความตรงของการวัด (Construct Validity) จากหลักฐานเชิงประจักษ์ที่แสดงให้เห็นความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างความอดทนอดกลั้นในการเรียนและแรงจูงใจในการเรียน (Intrinsic and extrinsic goal orientation) รวมทั้งความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างความอดทนอดกลั้นในการเรียนและการใช้กลยุทธ์ต่างๆ ในการเรียน เช่น การทบทวนบทเรียน ส่วนในการวิจัยนี้ ข้อกระทั้ง 12 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .74

2. *มาตรการรับรู้ความสามารถของตน และมาตรการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values)* โดย Eccles (2005) จำนวน 19 ข้อ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบย่อย เป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) ในช่วง 1 ถึง 7 ดังนี้

(1) การรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน (Ability/Expectancy) เช่น “ในเทอมนี้ คุณคิดว่า คุณจะเรียนได้ดีเพียงใด” โดยที่ 1 หมายถึงไม่เก่งเลย และ 7 หมายถึงเก่งมาก

(2) การรับรู้ความยากของงาน (Task Difficult) เช่น “โดยทั่วไปสำหรับคุณแล้ว วิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้มีความยากเพียงใด” โดยที่ 1 หมายถึงง่ายมาก และ 7 หมายถึงยากมาก

(3) การรับรู้ความพยายาม (Required Effort) เช่น “คุณจะต้องพยายามมากเพียงใด เพื่อที่จะทำได้ดีสำหรับวิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้” โดยที่ 1 หมายถึงพยายามเพียงเล็กน้อย และ 7 หมายถึงพยายามอย่างหนักมาก

(4) การเห็นคุณค่าภายในของงาน (Intrinsic Value) เช่น “คุณชอบที่จะอ่านหนังสือ/หาความรู้เพิ่มเติมในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้มากเพียงใด” โดยที่ 1 หมายถึงไม่ชอบเลย และ 7 หมายถึงชอบมาก

(5) การเห็นความคุ้มค่าและความสำคัญของงาน (Attainment Value/Importance) เช่น “การได้เกรดที่ดีในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้นั้นสำคัญเพียงใด” โดยที่ 1 หมายถึงไม่มีความสำคัญเลย และ 7 หมายถึงมีความสำคัญมาก

(6) การเห็นคุณค่าภายนอกของงาน (Extrinsic Utility Value) เช่น “คุณคิดว่าวิชาที่คุณได้เรียนเทอมนี้จะมีประโยชน์เพียงใดในชีวิตประจำวัน” โดยที่ 1 หมายถึงไม่มีประโยชน์เลย และ 7 หมายถึงมีประโยชน์มาก

ก่อนการพัฒนามาตร มาตรวัดนี้ในทุกมิติได้รับการทดสอบเพื่อหาความเที่ยงโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งผลของ Eccles (2005) สรุปได้ว่าในแต่ละมิติมีค่าความเชื่อมั่นอยู่ในระดับตั้งแต่ .62 ถึง .92 รวมถึงด้านความตรง (Validity) พบความตรงเฉพาะหน้า (Face Validity) และความตรงตามพยากรณ์ (Predictive Validity) โดยการพัฒนามาตรนี้มีการเก็บข้อมูลในระยะเวลา 2 ปี และพบผลว่ามาตรวัดนี้มีความสามารถในการทำนายการรับรู้ความสามารถของตน และ

มาตรการรับรู้ความสำคัญของงานได้แม้เวลาจะผ่านไปแล้ว 2 ปี ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำมาตรวัดดังกล่าวมาพัฒนา โดยผ่านการแปลมาตรวัดทั้งหมดเพื่อให้เข้ากับบริบทของสังคมไทย ส่วนในงานวิจัยนี้ ข้อกระทงทั้ง 19 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .74 โดยในแต่ละองค์ประกอบมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) ดังนี้

- (1) การรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน (Ability/Expectancy) ($\alpha=.74$)
- (2) การรับรู้ความยากของงาน (Task Difficult) ($\alpha=.85$)
- (3) การรับรู้ความพยายาม (Required Effort) ($\alpha=.88$)
- (4) การเห็นคุณค่าภายในของงาน (Intrinsic Value) ($\alpha=.62$)
- (5) การเห็นความคุ้มค่าและความสำคัญของงาน (Attainment Value/Importance) ($\alpha=.74$)
- (6) การเห็นคุณค่าภายนอกของงาน (Extrinsic Utility Value) ($\alpha=.83$)

3. แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการใช้อินเทอร์เน็ตคือ จำนวนชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตใน 1 วันโดย

เฉลี่ย โดยให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยเขียนตอบเป็นหน่วยชั่วโมง

ผู้เข้าร่วมการวิจัย

ผู้เข้าร่วมการวิจัยคือ นักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 343 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 214 คน (ร้อยละ 62.40) ประมาณครึ่งหนึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1 (ร้อยละ 53.60) ประมาณ 1 ใน 3 มีเกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ในช่วง 3.01-3.50 (ร้อยละ 38.50) รายละเอียดอื่นๆ เพิ่มเติมดูได้ที่ตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ตารางแสดงค่าความถี่และเปอร์เซ็นต์ของเพศ ชั้นปี และเกรดเฉลี่ยสะสมของผู้เข้าร่วมการวิจัย (N=343)

ตัวแปร	f	%
เพศ		
ชาย	129	37.6
หญิง	214	62.4
ชั้นปี		
ชั้นปีที่ 1	184	53.6
ชั้นปีที่ 2	73	21.3
ชั้นปีที่ 3	42	12.2
ชั้นปีที่ 4	40	11.7
ชั้นปีที่ 5	2	0.6
ชั้นปีที่ 6	2	0.6
เกรดเฉลี่ยสะสม		
น้อยกว่า 2.00	5	1.5
2.01 – 2.50	25	7.3
2.51 – 3.00	82	23.9
3.01 – 3.50	132	38.5
3.51 – 4.00	92	27.1

การเก็บรวบรวมข้อมูล

กลุ่มผู้วิจัยใช้การสำรวจแบบให้เขียนตอบ (Paper and Pencil test) ผู้เข้าร่วมการวิจัยส่วนใหญ่เก็บในชั้นเรียนซึ่งวิชานี้มีนักศึกษาประมาณ 300 คนโดยขออนุญาตอาจารย์ผู้สอนเก็บในเวลา 15 ถึง 20 นาทีแรกของการสอน และมีการอธิบายวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ผู้เข้าร่วมการวิจัยเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ สามารถเลิกทำและออกจากกรวิจัยได้โดยไม่มีการสูญเสียผลประโยชน์ และไม่มีการลงโทษใดๆ อีกทั้งถ้าผู้เข้าร่วมการวิจัยทำแบบสอบถามจนเสร็จจะมีการให้คะแนนพิเศษ (Extra Credit) จากอาจารย์ประจำวิชา ซึ่งผู้วิจัยจะเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับโดยจะนำเสนอข้อมูลผลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้นไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวตนคำตอบของผู้เข้าร่วมการวิจัย และไม่มีผลกระทบต่อกรดำเนินชีวิตประจำวันของผู้เข้าร่วมการวิจัยแต่ประการใด

การวิเคราะห์ข้อมูล

กลุ่มผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการคำนวณและวิเคราะห์หาค่าสถิติ ได้แก่ การศึกษาความสัมพันธ์โดยหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Correlation) ทุกตัวในการวิจัย และการศึกษาการทำนายตัวแปรตามซึ่งคือการถอดทอนอดกลั่นในการเรียน โดยการใช้การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงเส้น (Linear Regression)

ผลการวิจัย

ตารางที่ 2 ตารางแสดงค่าระดับความสัมพันธ์ (Correlation) ในแต่ละตัวแปร

ตัวแปร	1	2	3	4	5	6	7	8
1. การอดทนอดกลั้นในการเรียน	-							
การรับรู้ความสามารถของตน และ การรับรู้ ความสำคัญของงาน								
2. การรับรู้ความสามารถ และ ความ คาดหวังในการเรียน	.24**	-						
3. การรับรู้ความยากของงาน	.05	-.07	-					
4. การรับรู้ความพยายาม	.19**	-.09	.63**	-				
5. การเห็นคุณค่าภายในของงาน	.22**	.28**	.00	.05	-			
6. การเห็นความคุ้มค่า และ ความสำคัญ ของงาน	.26**	.23**	.23**	.46**	.25**	-		
7. การเห็นคุณค่าภายนอกของงาน	.25**	.12*	.23**	.34**	.31**	.52**	-	
8. การใช้งานอินเทอร์เน็ต	-.26**	-.15**	.13	.07	-.09	-.01	-.00	-
<i>M</i>	3.91	4.27	4.80	5.34	3.93	5.44	5.08	5.47
<i>SD</i>	0.69	0.83	1.09	0.95	1.12	0.98	1.26	3.29
ช่วงคะแนนต่ำสุด ถึงสูงสุดที่เป็นไปได้ ของผู้เข้าร่วมงานวิจัยที่ตอบในแต่ละตัวแปร	1-6	1-7	1-7	1-7	1-7	1-7	1-7	1-17
α	.74	.74	.85	.88	.62	.74	.83	-

หมายเหตุ ตัวแปรที่มีเครื่องหมาย ** คือตัวแปรที่มีค่านัยสำคัญอยู่ที่ $p < .01$ และ ตัวแปรที่มีเครื่องหมาย * คือตัวแปรที่มีค่า
นัยสำคัญอยู่ที่ $p < .05$

จากตารางที่ 2 แสดงถึงค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Correlations) พบว่า ตัวแปรในด้านความ
อดทนอดกลั้นในการเรียน มีความสัมพันธ์ทางลบกับตัวแปรระยะเวลาในการใช้งานอินเทอร์เน็ต ($r = -.26, p <$
.05) รวมไปถึงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับตัวแปรในด้านระดับของการรับรู้ความสามารถของตน และการรับรู้

ความสำคัญของงาน 5 มิติ ได้แก่ การรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน($r = .24, p < .05$) การรับรู้ความพยายาม ($r = .19, p < .05$) การเห็นคุณค่าภายในของงาน ($r = .22, p < .05$) การเห็นความคุ้มค่าและความสำคัญของงาน และ การเห็นคุณค่าภายนอกของงาน ($r = .25, p < .05$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีเพียงมิติเดียวที่ไม่พบถึงค่าของความสัมพันธ์คือ มิติด้านการรับรู้ความยากของงาน ($r = .05, p = .35$)

นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบถึงค่าความสัมพันธ์ระหว่าง 6 มิติภายในตัวแปรด้านระดับของการรับรู้ความสามารถของตน และการรับรู้ความสำคัญของงาน โดยที่มิติในด้านการเห็นคุณค่าภายนอกของงานมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับทุกมิติที่อยู่ในตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตน และ การรับรู้ความสำคัญของงาน ซึ่งระดับของความสัมพันธ์มีค่าตั้งแต่ช่วง .12 ถึง .52 ยิ่งไปกว่านั้น มิติในด้านการเห็นความคุ้มค่า และความสำคัญของงานก็ยังมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับทุกตัวแปรในมิติ ซึ่งมีค่าของระดับความสัมพันธ์ตั้งแต่ช่วง .23 จนถึง .46 อีกทั้ง มิติในด้านการรับรู้ความพยายาม และ ด้าน การเห็นความคุ้มค่าภายในของงานก็ยังมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นภายในมิติ แต่พบแค่มิติเดียวเท่านั้น โดยที่มิติด้านการรับรู้ความพยายามมีความสัมพันธ์ทางบวกกับมิติด้านการรับรู้ความยากของงาน ($r = .63, p < .05$) และ มิติในด้านการเห็นคุณค่าภายในของงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับมิติในด้านการรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน ($r = .28, p < .05$)และในประเด็นสุดท้ายของการสรุปผลค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ผู้วิจัยยังได้พบถึงค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในด้านการใช้งานอินเทอร์เน็ต และ ตัวแปรด้านระดับของการรับรู้ความสามารถ

ของตน และการรับรู้ความสำคัญของงาน แต่ถึงกระนั้น มิติของตัวแปรดังกล่าวที่มีความสัมพันธ์กับการใช้

อินเทอร์เน็ตมีเพียงมิติเดียวคือ การรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน($r = -.15, p < .05$)

ตารางที่ 3 ตารางแสดงค่าอิทธิพลหลักของตัวแปรกำกับในแต่ละโมเดล และ ค่าปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในด้านการใช้งานอินเทอร์เน็ต และ ตัวแปรกำกับของแต่ละโมเดล

	1.การรับรู้ ความสามารถ และความ คาดหวังใน การเรียน	2. การรับรู้ ความยากของ งาน	3. การรับรู้ ความพยายาม	4. การเห็น คุณค่าภายใน ของงาน	5. การเห็น ความคุ้มค่า และ ความสำคัญของ งาน	6. การเห็น คุณค่า ภายนอก ของงาน						
	R ²	β	R ²	β	R ²	β	R ²	β	R ²	β	R ²	β
การใช้งาน อินเทอร์เน็ต	.109		.075		.130		.109		.143		.133	
“ตัวแปรกำกับ”		-.23**		-.27**		-.27**		-.25**		-.26**		-.27**
ปฏิสัมพันธ์ของ การใช้งาน อินเทอร์เน็ต และ ตัวแปรกำกับ		.20**		.08		.22**		.20**		.26**		.25**
		-.01		.00		-.13**		-.01		-.08		-.03

หมายเหตุ ตัวแปรที่มีเครื่องหมาย ** คือตัวแปรที่มีค่านัยสำคัญอยู่ที่ $p < .01$ และ ตัวแปรที่มีเครื่องหมาย * คือตัวแปรที่มีค่านัยสำคัญอยู่ที่ $p < .05$

จากตารางที่ 3 จะเห็นได้ว่า โมเดลที่ 3 เป็นโมเดลเดียวจากทั้ง 6 โมเดลที่ผู้วิจัยได้พบถึงอิทธิพลในทางลบระหว่างตัวแปรกำกับคือ การรับรู้ความพยายาม และ ตัวแปรทำนายหลัก คือ การใช้อินเทอร์เน็ตที่อาจมีอิทธิพลต่อการรอดถอนออกน้นทางการเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = -.13, p < .05$) โดยภายในโมเดลนี้มีตัวแปรที่สามารถอธิบายการเกิดความแปรปรวนของตัวแปรได้ถึง 13 เปอร์เซ็นต์อีกทั้งยังพบถึงค่าอิทธิพลหลักของการรับรู้ความพยายาม($\beta = .22, p < .05$)และ การใช้งานอินเทอร์เน็ต ($\beta = -.27, p < .05$)ที่

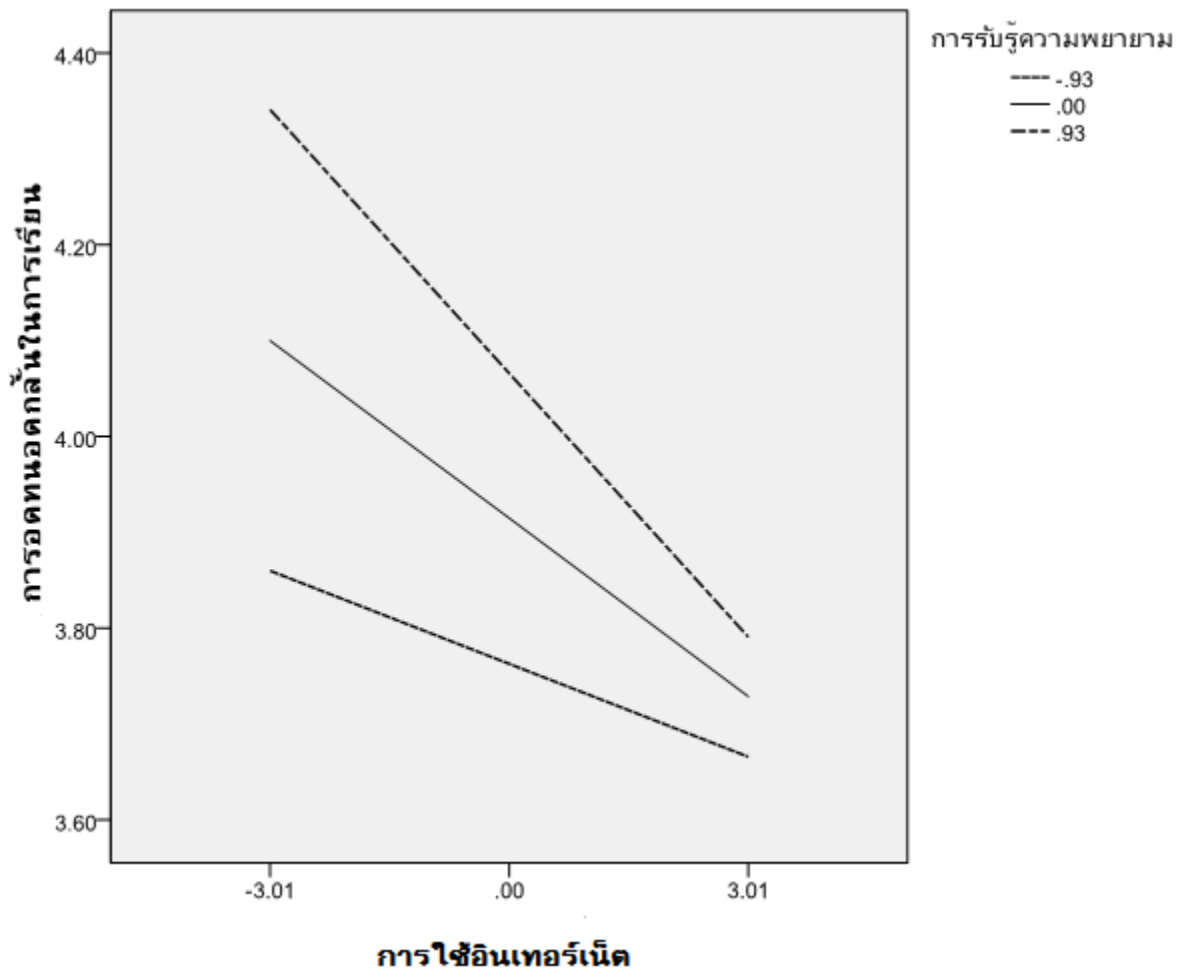
สามารถทำนายการอดทนอดกลั้นทางการเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความสัมพันธ์ระหว่าง

ตัวแปรภายในโมเดลนี้ ได้ถูกแสดงให้เห็ндังกราฟที่ 1

ในประเด็นต่อมา แม้ว่าโมเดลที่ 3 เป็นเพียงโมเดลเดียวที่ผู้วิจัยพบถึงค่าปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร
กำกับ และ ตัวแปรด้านการใช้งานอินเทอร์เน็ต แต่ก็ยังมีอีก 4 โมเดลที่ผู้วิจัยได้พบถึงอิทธิพลของตัวแปรภายใน
โมเดลนั้นๆที่สามารถทำนายการอดทนอดกลั้นทางการเรียนได้ คือ โมเดลที่ 1 ด้านการรับรู้
ความสามารถ และ ความคาดหวังในการเรียน ($\beta = .20, p < .05$)โมเดลที่ 4 ด้านการเห็นคุณค่าภายในงาน
($\beta = .20, p < .05$)โมเดลที่ 5 ด้านการเห็นความคุ้มค่า และ ความสำคัญของงาน ($\beta = .26, p < .05$)และ
โมเดลที่ 6 คือ ด้านการเห็นความคุ้มค่าภายนอก($\beta = .25, p < .05$)โดยในแต่ละโมเดลนั้นได้มีตัวแปรที่
สามารถอธิบายการเกิดความแปรปรวนของตัวแปรได้ตั้งแต่ช่วง 10.9 ถึง 14.3 เปอร์เซ็นต์

นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่า โมเดลที่ 2 ซึ่งเป็นโมเดลที่มีตัวแปรที่สามารถอธิบายการเกิดความแปรปรวน
ของตัวแปรได้ 7.5 เปอร์เซ็นต์ และ เป็นเพียงโมเดลเดียวที่ไม่พบทั้งค่าปฏิสัมพันธ์ และ ค่าอิทธิพลของตัวแปร
กำกับ คือ การรับรู้ความยากของงานที่จะนำมาทำนายความอดทนอดกลั้นในการเรียน แต่ภายใน
โมเดลนี้ ตัวแปรทำนายหลัก คือ การใช้งานอินเทอร์เน็ตสามารถทำนายการเกิดความอดทนอดกลั้นในการเรียน
ได้ในทางลบ ($\beta = -.27, p < .05$)

กราฟที่ 1 กราฟแสดงระดับของการปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในด้านการใช้อินเทอร์เน็ต และการรับรู้ความพยายามที่สามารถทำนายการเกิดตัวแปรในด้านความอดทนอดกลั้นในการเรียน



จากกราฟที่ 1 สรุปได้ว่า ไม่ว่าผู้เข้าร่วมงานวิจัยจะมีระดับในการรับรู้ความพยายามมากหรือน้อยเท่าใด การใช้งานอินเทอร์เน็ตก็จะมีความสัมพันธ์ทางลบกับการอดทนอดกลั้นในการเรียน โดยที่ระดับในการรับรู้ความพยายามมากจะทำให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ต และการอดทนอดกลั้นในการเรียน

มีทิศทางไปในทางลบมากที่สุด ($\beta = -.39$, $p < .05$) ในขณะที่ระดับในการรับรู้ความพยายามปานกลาง ($\beta = -.27$, $p < .05$) และ ระดับในการรับรู้ความพยายามน้อย ($\beta = -.14$, $p < .05$) ก็จะทำให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ต และ การอดทนอดกลั้นในการเรียนไปในทิศทางลบมากรองจากการรับรู้ความพยายามมากตามลำดับหากมองอีกมุมหนึ่ง ถ้าผู้เข้าร่วมงานวิจัยมีการใช้งานอินเทอร์เน็ตน้อย แต่มีการรับรู้ความพยายามมากก็จะทำให้เกิดการอดทนอดกลั้นในการเรียนมาก แต่ถ้าผู้เข้าร่วมงานวิจัยมีการใช้อินเทอร์เน็ตมาก ไม่ว่าจะรับรู้ความพยายามจะมากหรือน้อยเท่าใดก็จะมีเกิดการอดทนอดกลั้นในการเรียนน้อยไม่ต่างกัน

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าผู้ที่มีระยะเวลาการใช้งานอินเทอร์เน็ตมากจะยังมีการอดทนอดกลั้นในการเรียน น้อยลง ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานงานวิจัยข้อที่ 1 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Meade และคณะ (2012) ที่พบว่าการใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ (Media) มีความสัมพันธ์ทางลบกับการอดทนอดกลั้นในการเรียน กล่าวคือ กลุ่มที่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตสูงมักจะเลือกตัวเลือกที่ตอบสนองอย่างทันทีทันใด ส่วนกลุ่มที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตต่ำจะเลือกตัวเลือกที่ต้องรอเพื่อให้ได้รางวัลที่มีคุณค่ามากกว่าในอนาคต เมื่อพบผลเช่นนี้แล้ว ผู้วิจัยจึงศึกษาต่อไปถึงการลดอิทธิพลของความสัมพันธ์ระหว่างการใช้งานอินเทอร์เน็ตและการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification) นี้ โดยใช้ตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) เป็นตัวแปรกำกับ

เมื่อพบความสัมพันธ์ระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ตและการอดทนอดกลั้นในการเรียนแล้ว ผู้วิจัยจึงศึกษาตัวแปรที่อาจจะสามารถลดอิทธิพลของความสัมพันธ์นี้ โดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้น และพบว่า การรับรู้ความพยายามเป็นตัวแปรกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ตและการอดทนอดกลั้นในการเรียน อย่างไรก็ตาม ทิศทางของอิทธิพลกำกับไม่ได้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ยิ่งผู้เข้าร่วมการวิจัยมีการรับรู้ความพยายามของตนเองมาก ความสัมพันธ์ทางลบระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ตและการอดทนอดกลั้นในการเรียนก็จะยิ่งมากขึ้นเท่านั้น และจากกราฟที่ 1 แสดงให้เห็นว่า การรับรู้ความพยายามส่งผลให้การ

อดทนอดกลั้นในการเรียนมากขึ้นได้ แต่พบเพียงในกลุ่มที่ใช้อินเทอร์เน็ตน้อยเท่านั้น ส่วนในกลุ่มที่ใช้งานอินเทอร์เน็ตมากจะมีแนวโน้มอดทนอดกลั้นในการเรียนต่ำ ไม่ว่าจะมีการรับรู้ความพยายามมากหรือน้อยก็ตาม

นอกเหนือจากการทดสอบสมมติฐานแล้ว กลุ่มผู้วิจัยยังพบความสัมพันธ์ระหว่างการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification) และการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) และพบอิทธิพลหลักของการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) องค์ประกอบอื่นๆ นอกเหนือจากการรับรู้ความพยายามที่มีต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification) โดยพบผลการวิจัยดังนี้

จากศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอดทนอดกลั้นในการเรียนและการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน พบว่า 5 องค์ประกอบย่อยมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน ยกเว้นองค์ประกอบการรับรู้ความยากของงาน (Task Difficulty) ที่ไม่พบความสัมพันธ์ ซึ่งอาจมีความเป็นไปได้ที่ความยากของงานไม่ได้สัมพันธ์กับการอดทนอดกลั้นในการเรียนโดยตรง ดังโมเดลความกล้าเสี่ยง (Risk-Taking Model) ของ Atkinson (1957) ที่พบความสัมพันธ์ระหว่างความหวัง (Hope) และความยากของงาน (Task-Difficulty) คือ บุคคลที่มีความหวังว่าจะทำงานสำเร็จ มักจะชอบงานที่มีความยากในระดับปาน

กลาง แต่บุคคลที่มีความกลัวความล้มเหลวสูง มักจะหลีกเลี่ยงงานนั้นๆ ซึ่งต่อมา Eisenberger และคณะ (2005), Engeser และ Rheinberg (2008) ได้อธิบายเพิ่มเติมว่าบุคคลที่มีความหวังที่จะสำเร็จสูงและกลัวความล้มเหลวต่ำ มักจะทำงานนั้นๆ อย่างเต็มที่ (Flow) เมื่องานมีความท้าทายพอเหมาะกับความสามารถที่มี เพราะฉะนั้นความหวัง (Hope) จึงอาจเป็นตัวแปรที่เข้ามาเกี่ยวข้องในการอธิบายความสัมพันธ์ของความยากของงานและการอดทนอดกลั้นในการเรียน กล่าวคือ เมื่อบุคคลรับรู้ว่างานมีความยากสูง หากบุคคลมียังความหวังว่าจะทำงานนั้นสำเร็จได้ บุคคลจะมีความอดทนอดกลั้นในการเรียนมากขึ้น ในทางกลับกันเมื่อบุคคลรับรู้ว่างานมีความยากแต่ไม่มีความหวังว่าจะสำเร็จ บุคคลจะมีความอดทนอดกลั้นในการเรียนลดลง ซึ่งความสัมพันธ์นี้ยังไม่เป็นที่แน่ชัด จึงอาจเป็นประเด็นที่ต้องศึกษาต่อไป

จากการวิเคราะห์ผลทางสถิติโดยวิธีการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้น แม้ว่าองค์ประกอบ 4 จาก 6 องค์ประกอบของการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน ได้แก่ (1) การรับรู้ความสามารถและความคาดหวังในการเรียน (2) การเห็นคุณค่าภายในของงาน (3) การเห็นความคุ้มค่าและความสำคัญของงาน และ(4) การเห็นคุณค่าภายนอกของงาน จะไม่สามารถเป็นตัวแปรกำกับหรือลดอิทธิพลของการใช้อินเทอร์เน็ตต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียนได้ แต่ก็พบอิทธิพลทางตรงขององค์ประกอบเหล่านี้ต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียนโดยตรง ซึ่งบางส่วนสอดคล้องกับงานวิจัยของ Bembenutty (2009) ที่พบว่าเมื่อควบคุมตัวแปรเพศแล้ว ตัวแปรความชอบ (Liking) การให้ความสำคัญ (Importance) และการใช้ความ

พยายาม (Effort) สามารถทำนายการอดทนอดกลั้นทางการเรียนได้ ดังนั้นอาจสรุปได้ว่าองค์ประกอบทั้ง 4 องค์ประกอบนี้สามารถส่งผลให้การอดทนอดกลั้นในการเรียนเพิ่มขึ้นได้ และเป็นอิสระต่อปริมาณการใช้ อินเทอร์เน็ต

ผลการวิจัยจึงสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้เพียงสมมติฐานข้อที่ 1 เท่านั้นคือ การใช้อินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์ทางลบกับการอดทนอดกลั้นในการเรียน ซึ่งเป็นการเน้นย้ำที่สอดคล้องกับงานวิจัยก่อนหน้านี้ว่าการใช้อินเทอร์เน็ตจะส่งผลต่อการเรียน ซึ่งเป็นแนวโน้มที่ไม่ดีต่อด้านการศึกษาในอนาคตต่อไป แต่อย่างไรก็ตามงานวิจัยนี้พบว่าการรับรู้ความพยายามเป็นตัวแปรกำกับในความสัมพันธ์ของการใช้อินเทอร์เน็ตต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน ซึ่งจะช่วยเพิ่มการอดทนอดกลั้นในการเรียนก็ต่อเมื่อบุคคลใช้อินเทอร์เน็ตน้อยเท่านั้น ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาต่อไปในการหาตัวแปรที่อาจจะสามารถลดอิทธิพลของการใช้งานอินเทอร์เน็ตที่ส่งผลต่อการเรียนโดยงานวิจัยชิ้นนี้สามารถเป็นพื้นฐานในการต่อยอดการศึกษาต่อไปในอนาคตได้

ข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้ยังไม่พบตัวแปรที่สามารถลดอิทธิพลของการใช้อินเทอร์เน็ตต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียน จึงควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆ ดังเช่นการใช้งานวิจัยของ Arabzadeh และคณะ (2012) ที่พบว่าการสอนการควบคุมตนเองในการใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ (Self-Regulated Learning Strategy) สามารถเพิ่มการอดทนอดกลั้นในการเรียนของนักเรียน จากการที่ผู้คุมมุ่งมั่นให้นักเรียนประเมินคุณค่า ทำความเข้าใจ และ

ประเมินผลระบบความเชื่อ ค่านิยม และทิศทางของเป้าหมายส่วนตนของนักเรียน ซึ่งเป็นที่น่าสนใจว่า หากนำตัวแปรด้านการควบคุมตนเองในการเรียน (Self-Regulation of Learning) มาศึกษาในบริบทที่เทคโนโลยีเข้ามาบูรณาการในห้องเรียน ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ตและการอดทนอดกลั้นจะลดลงหรือไม่

นอกจากนี้แม้ว่าการลดปริมาณการใช้อินเทอร์เน็ตจะเป็นไปได้ยาก แต่บุคคลก็สามารถใช้อินเทอร์เน็ตให้เหมาะสมได้ จากงานวิจัยของ Abraham (2014) ผู้เข้าร่วมการวิจัยรายงานว่ากลยุทธ์ต่างๆในการกำกับตนเอง (Self-Regulation Strategies) ที่สามารถลดผลเสียของสิ่งรบกวน ซึ่งคืออินเทอร์เน็ตและเกมได้นั้น ประกอบด้วย จัดการสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการทำการบ้านหรือการเรียน การวางเป้าหมายเพื่อกระตุ้นให้บุคคลจดจ่ออยู่กับงาน การนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ออกจากตนเองขณะทำงานซึ่งกลยุทธ์เหล่านี้สอดคล้องกับโมเดลการกำกับตนเองในบริบทการเรียน (Model of Self-Regulated Learning) ของ Zimmerman (2000) ที่สามารถเพิ่มประสิทธิผลของการบ้านและความเชื่อมั่นในความสามารถทางการเรียนของตนเอง (Junco & Cotton, 2012) เพราะสังคมปัจจุบันยังต้องดำเนินต่อไปด้วยการมีอินเทอร์เน็ตเป็นส่วนประกอบ หากสามารถหาตัวแปรที่สามารถลดอิทธิพลได้ ผู้วิจัยคิดว่าจะเป็นประโยชน์ในด้านการเรียนและความสำเร็จในการเรียนอย่างยิ่ง

อีกทั้งลักษณะของแต่ละบุคคล หรือตัวแปรทางด้านบุคลิกภาพ (Personality) ก็อาจส่งผลกระทบต่อการอดทนอดกลั้นในการเรียนด้วยเช่นกัน โดยที่บุคคลที่มีระดับบุคลิกภาพแบบหุนหันพลันแล่นต่ำ และมีความกล้า

เสี่ยงต่ำ อาจมีความอดทนอดกลั้นในการเรียนสูง จากงานวิจัยของ Romer และคณะ (2010) เกี่ยวกับการอดทนอดกลั้นในบริบทของการขับรถที่ศึกษากับกลุ่มวัยรุ่น พบว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหุนหันพลันแล่น (Impulsiveness) หรือ มีความกล้าเสี่ยงสูง (High Risk-Taking) จะต้องการได้รับรางวัล ณ ขณะนั้น ซึ่งก็คือการขับรถเร็วเพื่อให้ได้ไปถึงที่หมายได้อย่างรวดเร็ว คนๆ นั้นจะมีความอดทนอดกลั้น (Delay of Gratification) ต่ำ อีกทั้งยังได้รับผลเสียต่างๆ มากมายจากการกระทำ เช่น การเกิดอุบัติเหตุ เป็นต้น ในทางกลับกัน ผู้ที่มีบุคลิกภาพที่มีความกล้าได้กล้าเสี่ยงที่ต่ำ (Low Risk-Taking) ผู้นั้นจะมีความอดทนอดกลั้นสูง กล่าวคือ บุคคลนั้นมีความสามารถในการเลื่อนการได้รับรางวัลออกไป โดยไม่จำเป็นที่จะต้องรับรางวัล ณ ขณะนั้น อีกทั้งในงานวิจัยนี้ยังพบว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบกล้าได้กล้าเสี่ยงต่ำ จะมีความสามารถในการควบคุมตนเอง (Self-Control) ในด้านต่างๆ ที่สูงตามมา โดยเฉพาะในด้านของการเรียนของบุคคลที่มีความกล้าเสี่ยงต่ำ ดังนั้น จึงควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพและการอดทนอดกลั้นเพิ่มเติมในบริบทของการเรียน การศึกษาด้วยเช่นกัน

นอกจากนี้งานวิจัยในอนาคตควรใช้ผู้เข้าร่วมการวิจัยที่หลากหลายและสามารถเป็นตัวแทนประชากรได้ดีมากขึ้น รวมถึงทำการศึกษาเพิ่มเติมกับผู้เข้าร่วมการวิจัยซึ่งเป็นเด็กยุคใหม่ที่เกิดมาและเติบโตขึ้นมาพร้อมกับเทคโนโลยีใหม่ๆ และอินเทอร์เน็ต เนื่องด้วยประเทศไทยได้มีการแจกแท็บเล็ต (Tablet) ให้กับเด็กประถม จึงควรมีการไปศึกษากับเด็กๆ กลุ่มนี้ด้วยเช่นกันซึ่งนั่นอาจแสดงให้เห็นว่าการใช้งานอินเทอร์เน็ตในปัจจุบันมี

แนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และไม่มีแนวโน้มที่จะลดการใช้งานแต่อย่างใด เพราะอินเทอร์เน็ตกลายเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิต ดังนั้นเราจึงจำเป็นต้องหาตัวแปรที่แม้ชั่วคราวการใช้อินเทอร์เน็ตสูง แต่การอดทนอดกลั้นในการเรียนก็จะไม่ลดลงไป ซึ่งมีแนวโน้มให้ประสบความสำเร็จในการเรียน

แหล่งอ้างอิง

- Abraham, E. (2014). Combating the Motivational Interference Potential of Technological Distractions During Academic Tasks: The Role of Academic Delay of Gratification. *Education and Human Sciences, College of (CEHS), 12*, 23-30.
- Arabzadeh, M., Kadivar, P., & Dlavar, A. (2012). The effects of teaching self-regulated learning strategy on students' academic delay of gratification. *Institute of Interdisciplinary Business Research, 4*, 580-585.
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review, 64*, 359-372.
- Bembenutty, H., & Karabenick, S. A. (1998). Academic delay of gratification. *Learning and Individual Differences, 10(4)*, 329-246.

Bembenutty, H. (1999). Sustaining motivation and academic goals: The role of academic delay of gratification. *Learning and Individual Differences*, 11(3), 233–257.

Bembenutty, H., & Karabenick, S. A. (2004). Inherent Association Between Academic Delay of Gratification, Future Time Perspective, and Self-Regulated Learning. *Educational Psychology Review*, 16(1), 35-40.

Bembenutty, H. (2008). Academic delay of gratification and expectancy–value. *Personality and Individual Differences*. 44(1), 193-202.

Bembenutty, H. (2009). Academic delay of gratification, self-regulation of learning, gender differences, and expectancy-value. *Personality and Individual Differences*. 46(3), 347-352.

Bembenutty, H. & White, M. (2013). Academic performance and satisfaction with homework completion among college students. *Learning and Individual Differences*, 24, 83-88.

Cornell, J. P., & Wellborn, J. (1991). Competence, autonomy, and relatedness: A motivational analysis of self-system processes. *Self processes and Development*, 23, 43-77.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior.

New York: Plenum Press.

Eccles, J., Adler, T. F., Futterman, R., Goff, S. B., Kaczala, C. M., & Meece, J. L. (1983).

Achievement and Achievement Motivation. In J. T. Spence (Eds.), *Expectancies, values, and academic behaviors* (pp. 75-146). York: Maple Press.

Eccles, J. S., & Wigfield, A. (1995). In the mind of the actor: The structure of adolescents'

achievement values and expectancy-related beliefs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 215-225.

Eccles, J. S., O'Neill, S. A., & Wigfield, A. (2005). Ability Self-Perceptions and Subjective Task

Values in Adolescents and Children. In K. A. Moore & L. H. Lippman (Eds.), *What do children need to flourish?: Conceptualizing and measuring indicators of positive development* (pp. 101-137). New York: Springer Science Business Media.

Eisenberger, R., Jones, J. R., Stinglhamber, F., Shanock, L., & Randall, A. T. (2005). Flow

experience at work: For high need achievers alone?. *Journal of Organizational Behavior*, 26(7), 755- 775.

Engeser, S., & Rheinberg, F. (2008). Flow, performance and moderators of challenge-skill balance.

Motivation and Emotion, 32, 158-172.

Fries, S. & Dietz, F. (2007). Learning in the face of temptation: The case of motivational

interference. *The Journal of Experimental Education*, 76(1), 93-112.

Green, M. C., & Brock, T. C. (2008). Antecedents and civic consequences of choosing real versus

ersatz social activities. *Media Psychology*, 11, 566-592.

Harter, S. (1983). Developmental perspectives on the self-system. *Handbook of child psychology*,

4,275-385.

Junco, R. & Cotton, S.R. (2012). No A 4 U: The relationship between multitasking and academic

performance. *Computers & Education*, 59, 505-514.

Karabenick, S. A., & Bembenuddy, H. (1998). *Motivational Determinants of Academic Delay of*

Gratification. Retrieved from ERIC database. (ED422792)

Kim, B., Chung, W., Lee, K., & Kwon, Y. (2001). *Self-Regulated Strategies in Science Learning: The*

Role of Prefrontal Lobe Function. Retrieved from ERIC database. (ED454089)

Meade, T. L., Zhou, S., Bissell, K., Ki, E., Pasadeos, Y., & Leeper, J. (2012). *I want it now: Do new*

media affect ability to delay gratification? (Doctoral dissertation, The University of

Alabama). Retrieved from <http://gradworks.umi.com/35/11/3511055.html>

Mischel, W., & Moore, B. (1973). Effects of attention to symbolically presented rewards on

self-control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28, 172-179.

Mischel, W. (1981). Metacognition and the rules of delay. In J. H. Flavell & L. Ross (Eds.), *Social*

cognitive development: Frontiers and possible futures (pp. 240-271). Cambridge:

Cambridge University Press.

Mischel, W. (1996). From good intentions to willpower. In P. M. Gollwitzer & J. A. Bargh (Eds.), *The*

psychology of action: Linking cognitions and motivation to behavior (pp. 197-218). New

York: The Guilford Press.

Mishra, S., Draus, P., Goreva, N., Leone, G., & Caputo, D. (2014). The Impact of Internet Addiction on University Students and Its Effect on Subsequent Academic Success: A Survey Based Study. *Issues in Information Systems*, 15(1), 344-352.

Rodman, G. R. (2010). *Mass media in a changing world*. Boston: McGraw-Hill Higher Education.

Romer, D., Duckworth, A. L., Sznitman, S., & Park, S. (2010). Can Adolescents Learn Self-control? Delay of Gratification in the Development of Control over Risk Taking. *Prevention Science*, 11(3), 319-330. doi:10.1007/s11121-010-0171-8

Schüler, J. (2007). Arousal of Flow Experience in a Learning Setting and Its Effects on Exam Performance and Affect. *Zeitschrift Fur Padagogische Psychologie*, 21(3/4), 217-227. doi:10.1024/1010-0652.21.3.217

Zimmerman, B.J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P.R. Pintrich & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13- 39). San Diego: Academic Press.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก. ขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

ในช่วงพัฒนามาตรวัด ผู้วิจัยได้มีการเก็บข้อมูลเบื้องต้น (Pilot) กับนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 จำนวน 60 คนเพื่อหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัด เพื่อนำไปพัฒนาตัวแปรในมิติต่างๆ และ นำไปใช้เก็บข้อมูลจริงในลำดับขั้นต่อไป

ผลที่ได้จากการหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยผ่านการวิเคราะห์ค่า CITC (Corrected Item Total Correlation) พบว่า ตัวแปรในด้านการอดทนอดกลั้นในการเรียน (Academic Delay of Gratification) มีค่าความเที่ยงเท่ากับร้อยละ 74 ($\alpha = .74$) ตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตนและการรับรู้ความสำคัญของงาน (Ability Self-Perceptions and Subjective Task Values) ซึ่งแบ่งออกเป็น 6 มิติ ได้แก่ การรับรู้ความสามารถ และ ความคาดหวังในการเรียน (Ability/ Expectancy) มีค่าความเที่ยงเท่ากับร้อยละ 74 ($\alpha = .74$) การรับรู้ระดับความยากของงาน (Task Difficulty) มีค่าความเที่ยงเท่ากับร้อยละ 85 ($\alpha = .85$) การรับรู้ความพยายาม (Required Effort) มีค่าความเที่ยงเท่ากับร้อยละ 88 ($\alpha = 0.88$) ซึ่งเป็นตัวแปรที่มีค่าความเที่ยงสูงสุด ด้านการเห็นคุณค่าภายในของงาน (Intrinsic Interest Value) มีค่าความเที่ยงเท่ากับร้อยละ 62 ($\alpha = .62$) ด้านการเห็นความคุ้มค่า และ ความสำคัญของงาน (Attainment value/ Importance) มีค่าความเที่ยงเท่ากับร้อยละ 74 ($\alpha = .74$) และ มิติในด้านการเห็นคุณค่าภายนอกของงาน (Extrinsic Utility Value) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ

ร้อยละ 83 ($\alpha = .83$)

ทั้งนี้ เหตุผลที่ตัวแปรในด้านการเห็นคุณค่าภายในของงาน (Intrinsic Interest Value) มีค่าความ

เที่ยงเท่ากับร้อยละ 62 ($\alpha = .62$) ซึ่งถือเป็นตัวแปรที่มีค่าความเที่ยงน้อยที่สุดเพราะมาตรวัดในตัวแปรนี้มีเพียง

แค่ 2 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 13 และข้อ 14 ซึ่งมีค่า CITC อยู่ในระดับที่เท่ากัน คือ .45 แต่อย่างไรก็ตาม โดยภาพรวม

แล้วผลที่ได้จากการหาค่าความเที่ยง (Reliability) ทั้งหมดสามารถนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลจริงต่อไปได้

เนื่องจากมีค่าความเที่ยงอยู่ในระดับสูง

ตาราง แสดงค่า CITC ในแต่ละข้อของตัวแปรในด้านการอดทนอดกลั้นทางการเรียน

ข้อคำถาม	ค่า CITC
1. ในช่วงสอบ	.186
A. คุณไปชมคอนเสิร์ตดูละครหรือเชียร์กีฬาและใช้เวลาทบทวนบทเรียนน้อยถึงแม้ว่าอาจจะทำให้คุณสอบได้คะแนนน้อย	
B. คุณอยู่บ้านทบทวนบทเรียนเพื่อที่จะสอบได้คะแนนมาก	
2. ในเทอมที่ผ่านมา	.118
A. คุณเที่ยวเล่นกับเพื่อนน้อยและใช้เวลาวันละเล็กน้อยทบทวนบทเรียนเพื่อสอบ	
B. คุณเที่ยวเล่นกับเพื่อนมาก และคร่ำเคร่งกับบทเรียนเฉพาะก่อนสอบ	
3. เมื่อเพื่อนชวนไปเที่ยวต่างจังหวัด/ค้างคืน แต่คุณมีเรียนใกล้กำหนดส่งงาน	.274
A. คุณไม่เข้าเรียนหรือเลื่อนการทำการบ้าน/รายงานเพื่อที่จะไปเที่ยวกับเพื่อน	
B. คุณขอให้เพื่อนเลื่อนการเที่ยวไปก่อนจนกว่าคุณจะมีช่วงว่างหรือส่งงานครบทุกชิ้น	
4. ในช่วงสอบ	.376
A. คุณไปสังสรรค์กับเพื่อนและทบทวนบทเรียนถ้ามีคุณมีเวลาเหลือ	
B. คุณทบทวนบทเรียนก่อน และไปสังสรรค์กับเพื่อนถ้าคุณมีเวลาเหลือ	
5. ในเทอมที่ผ่านมา	.302
A. คุณเข้าเรียนเฉพาะเรื่องที่คุณสนใจในแต่ละวิชา ถึงแม้ว่าการทำเช่นนั้นอาจจะทำให้คุณได้เกรดไม่ดีก็ตาม	
B. คุณเข้าเรียนทุกครั้ง แม้แต่เรื่องที่ไม่น่าสนใจ เพื่อเพิ่มโอกาสที่จะได้เกรดที่ดี	

6. เมื่อสภาพอากาศไม่เป็นใจ เช่น ฝนตกหนัก	.448
A. คุณไม่เข้าเรียนและพยายามขอยืมลอคโน้ตของเพื่อนที่หลัง	
B. คุณมาเข้าเรียนเพื่อจะได้มั่นใจว่าคุณจะไม่พลาดอะไรไป	
7. เมื่อใกล้วันส่งการบ้าน/รายงาน/โครงการ	.478
A. คุณจะใช้เวลาส่วนใหญ่ทำการบ้าน/รายงาน/โครงการให้เสร็จ	
B. คุณจะออกไปเที่ยวเล่นกับเพื่อนก่อนแล้วค่อยกลับมาทำการบ้าน/รายงาน/โครงการในภายหลัง	
8. เวลาอ่านหนังสือเรียน	.547
A. คุณอ่านหนังสือเรียนโดยที่รอบตัวคุณเต็มไปด้วยสิ่งที่คุณสนใจของคุณเช่น Line Facebook หรือเกมต่างๆ	
B. คุณอ่านหนังสือเรียนในที่ที่มีสิ่งดึงดูดใจของคุณจำนวนน้อย เพื่อที่จะเข้าใจเนื้อหาบทเรียนมากขึ้น	
9. เมื่ออาจารย์สอนเสร็จ	.368
A. ถึงแม้ว่าคุณจะไม่เข้าใจเนื้อหาบางส่วนก็ตามแต่คุณก็จะออกจากห้องเรียนไปทำกิจกรรมอื่นๆที่คุณอยากจะทำทันที	
B. ถ้าคุณไม่เข้าใจเนื้อหาบางส่วน คุณจะอยู่รอดถามอาจารย์หลังจากนั้น	
10. เมื่อคุณเลือกวิชาเรียน	.243
A. คุณเลือกเรียนกับอาจารย์ที่สอนสนุกถึงแม้ว่าอาจารย์คนนั้นจะสอนเนื้อหาไม่ค่อยเข้าใจก็ตาม	
B. คุณเลือกเรียนกับอาจารย์ที่สอนเนื้อหาให้เข้าใจง่าย ถึงแม้ว่าอาจารย์คนนั้นจะสอนไม่สนุกก็ตาม	
11. ในช่วงสอบ	.585
A. คุณเลือกที่จะเล่นเกมก่อนอ่านหนังสือเตรียมตัวสอบทั้งๆที่คุณกำลังจะสอบ	
B. คุณเลือกที่จะอ่านหนังสือเตรียมตัวสำหรับการสอบที่จะมาถึงก่อน แล้วค่อยเล่นเกมหลังจากเตรียมตัวเสร็จ	
12. ในช่วงสอบ	.579
A. ทั้งๆที่คุณกำลังจะสอบแต่คุณยังคงใช้เวลาส่วนใหญ่กับ Internet เพื่อสร้างความบันเทิงให้กับตัวเอง เช่นคุยกับเพื่อนเล่นเกมดูหนังฟังเพลงมากกว่าการเตรียม ตัวสอบ	
B. คุณจะหลีกเลี่ยงการใช้ Internet เพื่อสร้างความบันเทิงให้กับตัวเอง แต่จะใช้เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่กำลังจะสอบเท่านั้น	

ตาราง ขตารางแสดงค่า CITC ในแต่ละข้อของตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตน และ การรับรู้ความสำคัญของตัวงานในมิติด้านการรับรู้ความสามารถ และ ความคาดหวังในการเรียน

ข้อคำถาม	ค่า CITC
1. เมื่อเปรียบเทียบกับนิสิตคนอื่นคุณคิดว่าคุณสามารถทำได้ดีเพียงใดในการเรียนเทอมนี้	.567
2. ในเทอมนี้ คุณคิดว่าคุณสามารถเรียนได้ดีเพียงใด	.379

3. คุณคิดว่าคุณเก่งในวิชาต่างๆ ที่คุณเรียนในเทอมนี้มากเพียงใด	.548
4. ถ้าให้เรียงลำดับนิสัยในรุ่น/ภาควิชาจากคนที่เรียนอ่อนที่สุดไปจนถึงคนที่เรียนเก่งที่สุด คุณจะจัดอันดับให้ตัวเองอยู่ที่เท่าไร	.471
5. ในเทอมนี้ คุณคิดว่าคุณสามารถทำได้ดีเพียงใดในวิชาที่คุณเรียน	.563

ตาราง คตารางแสดงค่า CITC ในแต่ละข้อของตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตน และ การรับรู้ความสำคัญของตัวงานในมิติด้านการรับรู้ความยากของงาน

ข้อคำถาม	ค่า CITC
6. โดยทั่วไปสำหรับคุณแล้ว วิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้มีความยากเพียงใด	.761
7. เมื่อเปรียบเทียบกับนิสัยส่วนใหญ่ในรุ่น/ภาควิชา คุณคิดว่าสำหรับคุณแล้ววิชาต่างๆที่คุณเรียนในเทอมนี้มีความยากเพียงใด	.774
8. คุณคิดว่าวิชาต่างๆ ที่คุณเรียนในเทอมนี้มีความยากเพียงใดเมื่อเทียบกับวิชาที่คุณเรียนเทอมที่ผ่านมา	.668

ตาราง งตารางแสดงค่า CITC ในแต่ละข้อของตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตน และ การรับรู้ความสำคัญของตัวงานในมิติด้านการรับรู้ความพยายาม

ข้อคำถาม	ค่า CITC
9. คุณจะต้องพยายามมากเพียงใด เพื่อที่จะทำได้ดีสำหรับวิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้	.815
10. คุณจะต้องพยายามมากเพียงใดเพื่อที่จะได้เกรดที่ดีสำหรับวิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้	.851
11. คุณจะต้องพยายามมากเพียงใดในการเตรียมตัวสอบเพื่อที่จะได้เกรดที่ดีสำหรับวิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้	.813
12. เพื่อที่จะทำได้ดีในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้ คุณจะต้องทุ่มเทวิชาที่คุณเรียนเทอมที่ผ่านมา	.546

ตาราง จตารางแสดงค่า CITC ในแต่ละข้อของตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตน และ การรับรู้ความสำคัญของตัวงานในมิติด้านการเห็นคุณค่าภายในของงาน

ข้อคำถาม	ค่า CITC
13. โดยทั่วไป คุณคิดว่าการทำงานบ้าน/รายงาน/โครงการวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้	.459
14. คุณชอบที่จะอ่านหนังสือ/หาความรู้เพิ่มเติมในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้มากเพียงใด	.459

ตาราง ฉตารางแสดงค่า CITC ในแต่ละข้อของตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตน และ การรับรู้ความสำคัญของตัวงานในมิติด้านการเห็นความคุ้มค่า และ ความสำคัญของงาน

ข้อคำถาม	ค่า CITC
----------	----------

15. คุณคิดว่าความพยายามที่คุณกำลังทุ่มเทลงไปในการเรียนเทอมนี้มันจะคุ้มค่าเพียงใด	.448
16. สำหรับคุณแล้ว คุณรู้สึกว่าการทำได้ดีในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้มัน	.642
17. การได้เกรดที่ดีในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้มันสำคัญเพียงใด	.657

ตาราง แสดงค่า CITC ในแต่ละข้อของตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตน และ การรับรู้ความสำคัญของตัวงานใน มิติด้านการเห็นคุณค่าภายนอกของงาน

ข้อคำถาม	ค่า CITC
18. หลังจากที่คุณเรียนจบและเริ่มทำงาน คุณคิดว่าวิชาที่คุณได้เรียนเทอมนี้มันจะมีประโยชน์เพียงใด	.711
19. คุณคิดว่าวิชาที่คุณได้เรียนเทอมนี้จะมีประโยชน์เพียงใดในชีวิตประจำวัน	.711

ภาคผนวก ข แบบสอบถามในงานวิจัยที่ผู้วิจัยใช้เก็บกับกลุ่มตัวอย่างนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบสอบถามเพื่อการศึกษาคณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คำชี้แจงสำหรับผู้ตอบแบบสอบถาม

- 1) แบบสอบถามฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยคณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยประจำปีการศึกษา2557
- 2) แบบสอบถามมีทั้งหมด6 ส่วนจำนวนทั้งหมด62 ข้อ
- 3) ผู้วิจัยจะเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับโดยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้นไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวตนคำตอบของท่านไม่มีผลกระทบต่อกรดำเนินชีวิตประจำวันของท่านแต่ประการใดทั้งยังเป็นประโยชน์ต่อการศึกษา

คณะผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือ

นิสิตคณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. เพศ ชาย หญิง
2. อายุ.....ปี
3. คณะ.....
4. กำลังศึกษาชั้นปีที่.....
- 5.เกรดเฉลี่ยรวมของทุกภาคเรียน น้อยกว่า 2.00 2.01 – 2.50 2.51 – 3.00 3.01 – 3.50 3.51 – 4.00

ส่วนที่ 2 ข้อมูลการใช้อินเทอร์เน็ต

คุณใช้งานอินเทอร์เน็ตโดยเฉลี่ยเป็นเวลา.....ชั่วโมง/วัน

ส่วนที่ 3

คำชี้แจงข้อคำถามต่อไปนี้ถามเกี่ยวกับสิ่งที่คุณน่าจะเลือกทำเมื่อเผชิญกับในสถานการณ์ต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการเรียนกรุณาตอบคำถามแต่ละข้อโดยคิดว่าคุณมีแนวโน้มที่จะเลือกทำ A หรือ B มากกว่ากันขอให้นักถึงสิ่งที่คุณ

“น่าจะ” ทำมากกว่าสิ่งที่คุณ**“ควร”** ทำ

1. ในช่วงสอบ...

A. คุณไปชมคอนเสิร์ตดูละครหรือเชียร์กีฬาและใช้เวลาทบทวนบทเรียนน้อยถึงแม้ว่าอาจจะทำให้คุณสอบได้คะแนนน้อย							
B. คุณอยู่บ้านทบทวนบทเรียนเพื่อที่จะสอบได้คะแนนมาก							
ทำข้อ A แน่ใจ	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่ใจ

2. ในเทอมที่ผ่านมา...

A. คุณเที่ยวเล่นกับเพื่อนน้อยและใช้เวลาวันละเล็กน้อยทบทวนบทเรียนเพื่อสอบ							
B. คุณเที่ยวเล่นกับเพื่อนมาก และคร่ำเคร่งกับบทเรียนเฉพาะก่อนสอบ							
ทำข้อ A แน่ใจ	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่ใจ

3. เมื่อเพื่อนชวนไปเที่ยวต่างจังหวัด/ค้างคืนแต่คุณมีเรียน/ใกล้กำหนดส่งงาน...

A. คุณไม่เข้าเรียนหรือเลื่อนการทำงานบ้าน/รายงานเพื่อที่จะไปเที่ยวกับเพื่อน							
B. คุณขอให้เพื่อนเลื่อนการเที่ยวไปก่อนจนกว่าคุณจะมีช่วงว่างหรือส่งงานครบทุกชิ้น							
ทำข้อ A แน่ใจ	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่ใจ

4. ในช่วงสอบ...

A. คุณไปสังสรรค์กับเพื่อนและทบทวนบทเรียนถ้ามีคุณมีเวลาเหลือ							
B. คุณทบทวนบทเรียนก่อน และไปสังสรรค์กับเพื่อนถ้าคุณมีเวลาเหลือ							
ทำข้อ A แน่ใจ	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่ใจ

5. ในเทอมที่ผ่านมา...

A. คุณเข้าเรียนเฉพาะเรื่องที่คุณสนใจในแต่ละวิชาถึงแม้ว่าการทำเช่นนั้นอาจจะทำให้คุณได้เกรดไม่ดีก็ตาม							
B. คุณเข้าเรียนทุกครั้ง แม้แต่เรื่องที่ไม่น่าสนใจ เพื่อเพิ่มโอกาสที่จะได้เกรดที่ดี							
ทำข้อ A แน่ใจ	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่ใจ

6. เมื่อสภาพอากาศไม่เป็นใจเช่นฝนตกหนัก...

A. คุณไม่เข้าเรียนและพยายามขอยืมลอคโน้ตของเพื่อนที่หลัง							
B. คุณมาเข้าเรียนเพื่อจะได้มั่นใจว่าคุณจะไม่พลาดอะไรไป							
ทำข้อ A แน่นนอน	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่นนอน

7. เมื่อใกล้วันส่งการบ้าน/รายงาน/โครงการ...

A. คุณจะใช้เวลาส่วนใหญ่ทำการบ้าน/รายงาน/โครงการให้เสร็จ							
B. คุณจะออกไปเที่ยวเล่นกับเพื่อนก่อน แล้วค่อยกลับมาทำการบ้าน/รายงาน/โครงการในภายหลัง							
ทำข้อ A แน่นนอน	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่นนอน

8. เวลาอ่านหนังสือเรียน...

A. คุณอ่านหนังสือเรียนโดยที่รอบตัวคุณเต็มไปด้วยสิ่งที่คุณอยุ่ใจความสนใจของคุณเช่น Line Facebook หรือเกมต่างๆ							
B. คุณอ่านหนังสือเรียนในที่ที่มีสิ่งดึงดูดความสนใจของคุณจำนวนน้อย เพื่อที่จะเข้าใจเนื้อหาบทเรียนมากขึ้น							
ทำข้อ A แน่นนอน	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่นนอน

9. เมื่ออาจารย์สอนเสร็จ...

A. ถึงแม้ว่าคุณจะไม่เข้าใจเนื้อหาบางส่วนก็ตามแต่คุณก็จะออกจากห้องเรียนไปทำกิจกรรมอื่นๆที่คุณอยากจะทำทันที							
B. ถ้าคุณไม่เข้าใจเนื้อหาบางส่วน คุณจะอยู่รอดถามอาจารย์หลังจากนั้น							
ทำข้อ A แน่นนอน	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่นนอน

10. เมื่อคุณเลือกวิชาเรียน...

A. คุณเลือกเรียนกับอาจารย์ที่สอนสนุกถึงแม้ว่าอาจารย์คนนั้นจะสอนเนื้อหาไม่ค่อยเข้าใจก็ตาม							
B. คุณเลือกเรียนกับอาจารย์ที่สอนเนื้อหาให้เข้าใจง่าย ถึงแม้ว่าอาจารย์คนนั้นจะสอนไม่สนุกก็ตาม							
ทำข้อ A แน่นนอน	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่นนอน

11. ในช่วงสอบ...

A. คุณเลือกที่จะเล่นเกมก่อนอ่านหนังสือเตรียมตัวสอบต่างๆที่คุณกำลังจะสอบ							
B. คุณเลือกที่จะอ่านหนังสือเตรียมตัวสำหรับการสอบที่จะมาถึงก่อน แล้วค่อยเล่นเกมหลังจากเตรียมตัวเสร็จ							
ทำข้อ A แน่นอน	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่นอน

12. ในช่วงสอบ...

A. ทั่วๆที่คุณกำลังจะสอบแต่คุณยังคงใช้เวลาส่วนใหญ่กับ Internet เพื่อสร้างความบันเทิงให้กับตัวเองเช่นคุยกับเพื่อนเล่นเกม ดูหนังฟังเพลงมากกว่าการเตรียมตัวสอบ							
B. คุณจะหลีกเลี่ยงการใช้ Internet เพื่อสร้างความบันเทิงให้กับตัวเอง แต่จะใช้เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่กำลังจะสอบเท่านั้น							
ทำข้อ A แน่นอน	1	2	3	4	5	6	ทำข้อ B แน่นอน

ส่วนที่ 4

คำชี้แจง ข้อคำถามต่อไปนี้ถามเกี่ยวกับการเรียนในเทอมนี้ของคุณ กรุณาตอบคำถามโดยเลือกหมายเลขตามเกณฑ์ที่ตรงกับความคิดความรู้สึกและประสบการณ์ของคุณมากที่สุด

1. เมื่อเปรียบเทียบกับนิสิตคนอื่นคุณคิดว่าคุณสามารถทำได้ดีเพียงใดในการเรียนเทอมนี้								
แยกว่านิสิตคนอื่นมาก	1	2	3	4	5	6	7	ดีกว่านิสิตคนอื่นมาก
2. ในเทอมนี้ คุณคิดว่าคุณจะเรียนได้ดีเพียงใด								
แย่มาก	1	2	3	4	5	6	7	ดีมาก
3. คุณคิดว่าคุณเก่งในวิชาต่างๆ ที่คุณเรียนในเทอมนี้มากเพียงใด								
ไม่เก่งเลย	1	2	3	4	5	6	7	เก่งมาก
4. ถ้าให้เรียงลำดับนิสิตในรุ่น/ภาควิชาจากคนที่เรียนอ่อนที่สุดไปจนถึงคนที่เรียนเก่งที่สุด คุณจะจัดอันดับให้ตัวเองอยู่ที่เท่าไร								
เรียนอ่อนที่สุด	1	2	3	4	5	6	7	เรียนเก่งที่สุด
5. ในเทอมนี้ คุณคิดว่าคุณสามารถทำได้ดีเพียงใดในวิชาที่คุณเรียน								
แย่มาก	1	2	3	4	5	6	7	ดีมาก
6. โดยทั่วไปสำหรับคุณแล้ว วิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้มีความยากเพียงใด								
ง่ายมาก	1	2	3	4	5	6	7	ยากมาก

7. เมื่อเปรียบเทียบกับชนิดส่วนใหญ่ในรุ่น/ภาควิชา คุณคิดว่าสำหรับคุณแล้ววิชาต่างๆ ที่คุณเรียนในเทอมนี้มีความยากเพียงใด									
ง่ายมากสำหรับคุณ	1	2	3	4	5	6	7	ยากมากสำหรับคุณ	
8. คุณคิดว่าวิชาต่างๆ ที่คุณเรียนในเทอมนี้มีความยากเพียงใด เมื่อเทียบกับวิชาที่คุณเรียนเทอมที่ผ่านมา									
ง่ายกว่ามาก	1	2	3	4	5	6	7	ยากกว่ามาก	
9. คุณจะต้องพยายามมากเพียงใด เพื่อที่จะทำได้ดีสำหรับวิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้									
พยายามเพียงเล็กน้อย	1	2	3	4	5	6	7	พยายามอย่างหนักมาก	
10. คุณจะต้องพยายามมากเพียงใด เพื่อที่จะได้เกรดที่ดีสำหรับวิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้									
พยายามเพียงเล็กน้อย	1	2	3	4	5	6	7	พยายามอย่างหนักมาก	
11. คุณจะต้องพยายามมากเพียงใดในการเตรียมตัวสอบ เพื่อที่จะได้เกรดที่ดีสำหรับวิชาที่คุณเรียนในเทอมนี้									
พยายามเพียงเล็กน้อย	1	2	3	4	5	6	7	พยายามอย่างหนักมาก	
12. เพื่อที่จะทำได้ดีในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้ คุณจะต้องทุ่มเท ... วิชาที่คุณเรียนเทอมที่ผ่านมา									
น้อยกว่า ... มาก	1	2	3	4	5	6	7	มากกว่า ... มาก	
13. โดยทั่วไป คุณคิดว่าการทำงานบ้าน/รายงาน/โครงการวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้ ...									
น่าเบื่อมาก	1	2	3	4	5	6	7	น่าสนใจมาก	
14. คุณชอบที่จะอ่านหนังสือ/หาความรู้เพิ่มเติมในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้มากเพียงใด									
ไม่ชอบเลย	1	2	3	4	5	6	7	ชอบมาก	
15. คุณคิดว่าความพยายามที่คุณกำลังทุ่มเทลงไปในการเรียนเทอมนี้นั้นจะคุ้มค่าเพียงใด									
ไม่คุ้มค่าเลย	1	2	3	4	5	6	7	คุ้มค่ามาก	
16. สำหรับคุณแล้ว คุณรู้สึกว่าการทำได้ดีในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้นั้น ...									
ไม่มีความสำคัญเลย	1	2	3	4	5	6	7	มีความสำคัญมาก	
17. การได้เกรดที่ดีในวิชาที่คุณเรียนเทอมนี้นั้นสำคัญเพียงใด									
ไม่มีความสำคัญเลย	1	2	3	4	5	6	7	มีความสำคัญมาก	

18. หลังจากที่คุณเรียนจบและเริ่มทำงาน คุณคิดว่าวิชาที่คุณได้เรียนเทอมนี้จะมีประโยชน์เพียงใด

ไม่มีประโยชน์เลย	1	2	3	4	5	6	7	มีประโยชน์มาก
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---------------

19. คุณคิดว่าวิชาที่คุณได้เรียนเทอมนี้จะมีประโยชน์เพียงใดในชีวิตประจำวัน

ไม่มีประโยชน์เลย	1	2	3	4	5	6	7	มีประโยชน์มาก
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---------------