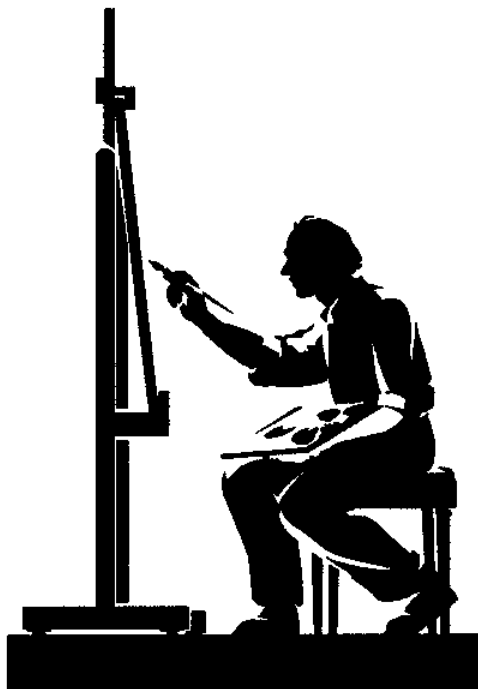


## บทสรุป

การสังเกตและการบันทึกพฤติกรรม เป็นการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่สนใจหรือปัญหา ข้อมูลที่ได้มีความสำคัญต่อการวางแผนดำเนินการและประเมินผลการปรับพฤติกรรม ในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมจะต้องมีการกำหนดลักษณะของพฤติกรรมที่สังเกตและบันทึกให้ชัดเจน มีการกำหนดเวลาและสถานที่เลือกวิธีการบันทึกที่เหมาะสม และใช้ผู้สังเกตมากกว่า 1 คนขึ้นไป เพื่อให้ได้เป็นข้อมูลที่น่าเชื่อถือ

การปรับพฤติกรรม เป็นการนำเอาแนวความคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้ หลักการแห่งพฤติกรรมและแนวคิดทางจิตวิทยาต่าง ๆ ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์มาประยุกต์เพื่อใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ ลักษณะของการปรับพฤติกรรมจะต้องมุ่งที่พฤติกรรมโดยตรง ไม่ใช่คำคิดหรือนั่นกระบวนการเรียนรู้ เน้นการใช้วิธีทางบวกในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม มี 9 ขั้นตอน คือ การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย การเลือกพฤติกรรมเป้าหมาย การกำหนดสถานที่ การรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน การเลือกเทคนิคการปรับพฤติกรรม การเลือกตัวเสริมแรงทางบวก การดำเนินการ การสังเกตและบันทึกผล และการประเมินผล

บทเรียงนแบบรับอย่างมีความหมาย  
เรื่องที่ ๒  
เทคนิคที่ใช้ในการเพิ่มพุดักรรรม



**บทเรียนแบบรับอย่างมีความหมาย**  
**เรื่องที่ 2 : เทคนิคที่ใช้ในการเพิ่มพฤติกรรม**

---

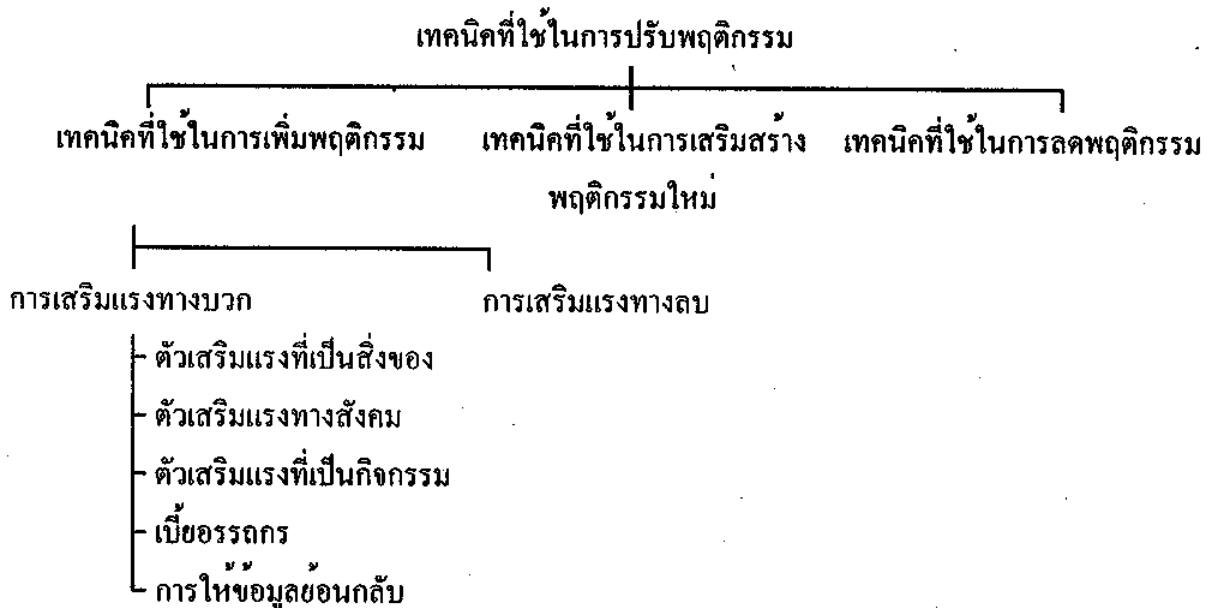
เวลาเรียน : 50 นาที

- หัวข้อเนื้อหา : 1. การเสริมแรงทางบวก
- 1.1 ประเภทของตัวเสริมแรง
  - 1.2 หลักการใช้การเสริมทางบวกอย่างมีประสิทธิภาพ
  - 1.3 ปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมแรง
  - 1.4 หลักการใช้ตัวเสริมแรง
    - ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ
    - ตัวเสริมแรงทางสังคม
    - ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม
    - เบี้ยอรอดกร
    - การให้ข้อมูลย้อนกลับ
2. การเสริมแรงทางลบ

จุดประสงค์ในการเรียน : หลังจากเรียนเรื่องเทคนิคที่ใช้ในการเพิ่มพฤติกรรมแล้ว นักเรียนสามารถ

1. อธิบายความหมายและลักษณะของการเสริมแรงทางบวกและการเสริมแรงทางลบที่ใช้ในการปรับพฤติกรรมได้
2. บอกประเภทของตัวเสริมแรงได้
3. บอกหลักการใช้การเสริมแรงทางบวกและปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมแรงได้
4. บอกหลักการดำเนินการใช้เทคนิคในการปรับพฤติกรรมแต่ละประเภทได้
5. นำเทคนิคต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ที่กำหนดให้ได้
6. วิเคราะห์และสังเคราะห์สถานการณ์ตัวอย่างที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคนิคในการเพิ่มพฤติกรรมแต่ละประเภทได้
7. ประเมินสถานการณ์ตัวอย่างที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคนิคในการเพิ่มพฤติกรรมแต่ละประเภทได้ว่ามีความถูกต้องเหมาะสมหรือไม่

## แผนภูมิแสดงโครงสร้างเนื้อหา



## การเสริมแรงทางบวก

การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้นอันเป็นผลเนื่องมาจากพฤติกรรมที่ตามมาหลังจากการเกิดพฤติกรรมนั้น ซึ่งอาจเป็นผลเนื่องมาจากบุคคลได้สิ่งเร้าที่พึงพอใจหลังแสดงพฤติกรรมนั้น หรืออาจเนื่องมาจากสามารถหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจได้ สิ่งเร้าที่บุคคลพึงพอใจ เรียกว่า ตัวเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcer)

การเสริมแรง ( Reinforcement ) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้นอันเป็นผลเนื่องมาจากพฤติกรรมที่ตามมาหลังจากการเกิดพฤติกรรมนั้น ซึ่งอาจเป็นผลเนื่องมาจากบุคคลได้สิ่งเร้าที่พึงพอใจหลังแสดงพฤติกรรมนั้น หรืออาจเนื่องมาจากสามารถหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจได้ สิ่งเร้าที่บุคคลพึงพอใจ เรียกว่า ตัวเสริมแรงทางบวก ( Positive Reinforcer )

### ประเภทของตัวเสริมแรง

ตัวเสริมแรงทางบวกสามารถแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ 1. ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ (Material Reinforcer) 2. ตัวเสริมแรงทางสังคม (Social Reinforcer) 3. ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม (Activity Reinforcer) หรือหลักฟรีแม็ค (Premack Principle)

ตัวเสริมแรงทางบวกที่นิยมใช้กันโดยทั่วไปมี 5 ประเภท คือ

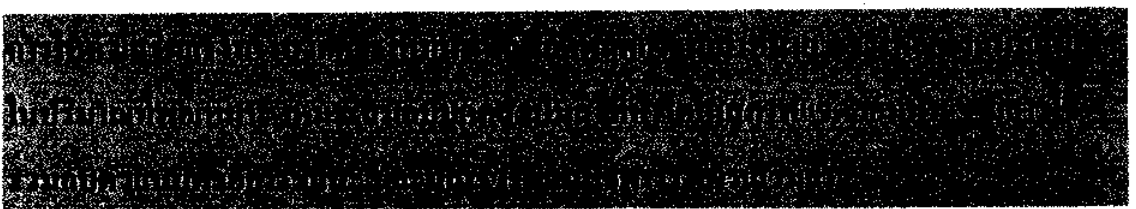
1. ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ (Material Reinforcer) เป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพมาก โดยเฉพาะการใช้กับเด็ก ประกอบด้วยอาหาร และสิ่งของต่าง ๆ เช่น ขนม ของเล่น เสื้อผ้า เป็นต้น
2. ตัวเสริมแรงทางสังคม ( Social Reinforcer ) มี 2 ลักษณะ คือ การใช้คำพูด เช่น คำยกย่อง การชมเชย เป็นต้น และการแสดงออกทางท่าทาง เช่น การกอด การยิ้ม เป็นต้น เป็นตัวเสริมแรงที่มีในสภาพแวดล้อมตามธรรมชาติ ไม่ต้องลงทุน สามารถใช้ได้ง่าย และใช้ได้ทันทีที่พฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดขึ้น
3. ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม ( Activity Reinforcer ) หรือหลักฟรีแม็ค ( Premack Principle ) เป็นการนำกิจกรรมหรือพฤติกรรมที่มีความถี่สูงมาใช้เสริมแรงกิจกรรมหรือพฤติกรรมที่มีความถี่ต่ำ เช่น การใช้การเล่นในโรงยิมเป็นตัวเสริมแรงให้นักเรียนที่ทำแบบฝึกหัดเสร็จก่อนเวลา การให้ดูโทรทัศน์เป็นตัวเสริมแรงให้ลูกอ่านหนังสือ เป็นต้น

4. ตัวเสริมแรงที่เป็นเบี้ยอรรถกร (Token Reinforcer) เบี้ยอรรถกรมักอยู่ในรูปการใช้ดาว แต้ม คะแนน เป็นต้น เบี้ยอรรถกรจะมีคุณค่าของการเสริมแรงได้ ซึ่งอาจสามารถแลกได้มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป มีคุณสมบัติเป็นตัวเสริมแรงแผ่ขยายที่มีประสิทธิภาพสูง ใช้ได้สะดวก ไม่รบกวนต่อกิจกรรมที่กำลังทำอยู่ และมีโอกาสหมดสภาพเป็นตัวเสริมแรงน้อยมาก สามารถใช้ได้ทันทีที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์

5. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) เป็นการบอกผลว่าสิ่งที่บุคคลทำอยู่ว่าเป็นอย่างไร ถูกต้องหรือไม่ เพื่อเป็นการจูงใจให้ทำกิจกรรมต่อไป และเป็นข้อมูลให้บุคคลได้ปรับปรุงตนเอง ควรใช้ร่วมกับตัวเสริมแรงอื่น เช่น ตัวเสริมแรงทางสังคม หรือเบี้ยอรรถกร เป็นต้น

กิจกรรมที่ 1 : 1) ตัวเสริมแรงทางบวกที่นิยมใช้กันมีกี่ประเภท อะไรบ้าง  
 2) การนำตัวเสริมแรงต่าง ๆ มาใช้ในการปรับพฤติกรรม ตัวเสริมแรงใดมีประสิทธิภาพมากที่สุด เพราะเหตุใด  
 3) “ครูณี การบ้านที่หนูทำมาส่งถูกทุกข้อ” เป็นการใช้ตัวเสริมแรงใด

### หลักการให้การเสริมแรงทางบวกอย่างมีประสิทธิภาพ



หลักการให้การเสริมแรงทางบวกอย่างมีประสิทธิภาพนั้น มีหลักการทั่วไป ดังนี้

1. การเสริมแรงทางบวกจะต้องให้หลังจากการเกิดพฤติกรรมเป้าหมายเท่านั้น
2. การเสริมแรงจะต้องกระทำทันทีที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น
3. ควรให้การเสริมแรงอย่างสม่ำเสมอ และให้การเสริมแรงทุกครั้งหรือแทบทุกครั้ง ที่พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้น
4. ควรมีการบอกถึงเงื่อนไขการเสริมแรง โดยบอกให้ผู้ถูกปรับพฤติกรรมทราบว่าควรแสดงพฤติกรรมอะไรในสภาพการณ์ใด แล้วจะ ได้รับอะไรเป็นการเสริมแรง

5. ควรมีปริมาณตัวเสริมแรงพอเหมาะที่จะเสริมแรงพฤติกรรมโดยไม่ก่อให้เกิดการ  
หมดสภาพการเป็นตัวเสริมแรง

6. จะต้องเลือกใช้ตัวเสริมแรงให้เหมาะสมกับแต่ละบุคคล

7. ควรใช้ตัวเสริมแรงที่มีอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ เช่น การใช้ตัวเสริมแรงทาง  
สังคม หรือการใช้กิจกรรมที่ชอบทำมากที่สุด เป็นต้น

8. ควรใช้ตัวแบบหรือการชี้แนะควบคู่ไปกับการเสริมแรง เพราะจะช่วยให้บุคคล  
เรียนรู้ได้เร็วว่าควรกระทำพฤติกรรมใด จึงจะได้รับการเสริมแรง

9. ควรมีการวางแผนการเสริมแรง หรือขีดเวลาการเสริมแรง เมื่อพฤติกรรม  
เป้าหมายเกิดขึ้นสม่ำเสมอแล้ว ควรมีการเปลี่ยนแปลงวิธีการเสริมแรงใหม่ เพื่อให้พฤติกรรม  
ที่เปลี่ยนแปลงไปคงอยู่นาน แม้จะไม่ได้รับการเสริมแรงอีกในอนาคต

**กิจกรรมที่ 2 :** 1) เพราะเหตุใดจึงใช้ตัวแบบควบคู่กับการเสริมแรงทางบวก  
2) เมื่อใดที่ผู้ปรับพฤติกรรมสามารถขีดเวลาการเสริมแรงได้

### ปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมแรง



การทำให้การเสริมแรงมีประสิทธิภาพสูงสุด ขึ้นกับปัจจัย 4 ประการ ได้แก่

1. การขีดเวลาการเสริมแรง การเสริมแรงทันที ทำให้บุคคลเรียนรู้ที่จะแสดง  
พฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ดียิ่งขึ้น และมีความสำคัญต่อการเริ่มต้นปรับพฤติกรรม เพราะถ้าขีด  
เวลาการเสริมแรงในระยะแรกของการปรับ อาจทำให้ไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เมื่อ  
พฤติกรรมเกิดขึ้นคงที่ สม่ำเสมอแล้ว ควรมีการขีดเวลาการเสริมแรงออกไป ซึ่งจะทำให้  
สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันที่พฤติกรรมจำนวนมากต้องเวลาการได้รับการเสริม  
แรง เช่น ในการสอบต้องถึงเวลาที่กำหนดจึงจะรู้เกรด เป็นต้น

2. ขนาดหรือจำนวนของการเสริมแรง ได้แก่ ปริมาณของอาหาร จำนวนเงิน  
เป็นต้น ซึ่งมีผลต่อการตอบสนอง ถ้าการตอบสนองที่เกิดขึ้นได้รับการเสริมแรงที่มีจำนวน  
มาก จะทำให้การตอบสนองนั้นมีโอกาสจะเกิดเพิ่มขึ้น

3. คุณภาพหรือชนิดของตัวเสริมแรง ตัวเสริมแรงที่บุคคลพึงพอใจมากกว่าจะมีประสิทธิภาพมากกว่าตัวเสริมแรงที่บุคคลพึงพอใจน้อยกว่า

4. ตารางการเสริมแรง ในการเสริมแรงควรให้ทุกครั้งที่เกิดพฤติกรรม เพราะทำให้ความถี่ของการเกิดพฤติกรรมเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะช่วงต้นของการพัฒนาพฤติกรรมใหม่ เมื่อพฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นคงที่สม่ำเสมอ จึงใช้การเสริมแรงแบบตาราง ซึ่งอาจให้ตามช่วงเวลาหรือตามจำนวนครั้งของการแสดงพฤติกรรม ทั้งนี้ขึ้นกับพฤติกรรมเป้าหมาย เพราะได้ผลดีกว่า ทำให้พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นสม่ำเสมอ และลดลงช้ามากเมื่อไม่ได้รับการเสริมแรง

**กิจกรรมที่ 8 :** เพราะเหตุใด จึงไม่ควรยืดเวลาการเสริมแรงในระยะแรกของการปรับพฤติกรรม

### หลักการใช้ตัวเสริมแรง

ตัวเสริมแรงที่นำมาใช้แต่ละลักษณะมีวิธีการที่เฉพาะแตกต่างกันออกไป ซึ่งแต่ละลักษณะมีหลักในการดำเนินการ ดังนี้

#### ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ

ความถี่ของการใช้ของเสริมแรงเป็นสิ่งสำคัญในการใช้ของเสริมแรงที่เป็นการให้ของเสริมแรงที่เป็นสิ่งของหรือสิ่งของเสริมแรง

ในการใช้ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ โดยเฉพาะอาหารและสิ่งเสพติด มีข้อพิจารณาดังนี้

1. ควรใช้เมื่อบุคคลอยู่ในสภาพที่ต้องการ
2. การใช้ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของอาจก่อให้เกิดปัญหาการหมดสภาพการเป็นตัวเสริมแรงได้ ถ้าให้มากเกินไปหรือให้ในเวลาที่ไม่เหมาะสม
3. ควรมีสิ่งของหรืออาหารให้เลือกมากมาย เพราะยิ่งมากเท่าใดก็จะมีประสิทธิภาพมากขึ้นเท่านั้น
4. แต่ละบุคคลจะชอบอาหารหรือสิ่งของแตกต่างกัน อาจเกิดความยุ่งยากในการจัดเตรียมตัวเสริมแรง



5. บุคคลอาจมีการเปลี่ยนใจได้ตลอดเวลา ดังนั้นผู้ดำเนินการจะต้องเตรียมพร้อมกับการเปลี่ยนแปลงของความต้องการของบุคคล
6. อาจเกิดปัญหาได้ หากไม่สามารถให้การเสริมแรงได้ทันที โดยเฉพาะอาหารหากไม่สามารถเตรียมได้ทันที
7. การให้อาหารเป็นตัวเสริมแรงอาจทำให้เกิดการรวมควมถึงกรรมที่บุคคลกำลังทำ

**กิจกรรมที่ 4 :** ขณะเรียนครูเสริมแรงพฤติกรรมการยกมือตอบคำถามของนักเรียน โดยให้ขนมทันทีที่นักเรียนยกมือตอบคำถาม อาจทำให้เกิดผลเสียอะไรตามมา

### ตัวเสริมแรงทางสังคม

ตัวเสริมแรงทางสังคมเป็นตัวเสริมแรงที่บุคคลอื่นให้ ทั้งอาจถูกกับตัวเสริมแรงกับตัวเสริมแรงที่บุคคลอื่นให้

การใช้ตัวเสริมแรงทางสังคมให้มีประสิทธิภาพมากที่สุด ผู้ใช้ต้องใช้ด้วยความจริงใจ โดยมีข้อพิจารณา ดังนี้

1. สามารถใช้ได้ง่ายและสะดวก ใครก็สามารถใช้ได้ เพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ
2. สามารถให้ได้ทันทีและผู้รับการเสริมแรงยังคงสามารถดำเนินพฤติกรรมที่กำลังดำเนินอยู่ต่อไปได้
3. สามารถใช้ตัวเสริมแรงทางสังคมเป็นตัวเสริมแรงแผ่ขยายได้ โดยนำสัมพันธ์กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป
4. แรงเสริมทางสังคมถือว่าเป็นสิ่งที่เกิดตามธรรมชาติ เมื่อใช้ในการปรับพฤติกรรมจึงไม่จำเป็นต้องถอดถอน โปรแกรม เพราะสิ่งที่ทำอยู่นั้นเกิดขึ้นอยู่ทุกวัน

เนื่องจากแรงเสริมทางสังคมเป็นตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข ไม่สามารถเสริมแรงได้กับทุกคน ผู้ใช้ควรจัดประสบการณ์ให้แรงเสริมทางสังคมคู่กับแรงเสริมตัวอื่น ๆ เสียก่อน เพื่อว่าผู้ที่ได้รับการเสริมแรงจะได้มีประสบการณ์และเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพของตัวเสริมแรงทางสังคม

**กิจกรรมที่ 5 :** 1) ทุกครั้งที่พ้อเห็นเด็กหญิงแบ่งอ่านหนังสือ จะกล่าวว่า “เก่งมากถูกพ้อ  
ขยันจัง” ผลที่ตามมา คือ เด็กหญิงแบ่งอ่านหนังสือทุกวัน เหตุใดจึงเป็น  
เช่นนั้น

2) จากข้อ 1 เป็นการปรับพฤติกรรมโดยวิธีใด

### ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม

ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม เป็นกรณีกิจกรรมที่บุคคลของมีพฤติกรรมเฉพาะใดแรงกิจกรรมที่  
รวมเอาทุกสิ่งทุกอย่างกับพฤติกรรมที่ไม่สามารถให้สิ่งใดแก่บุคคลที่มีกิจกรรมเฉพาะบุคคล  
ใดได้

หลักการใช้ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพ ได้แก่

1. ควรใช้กับพฤติกรรมที่ไม่สามารถให้การเสริมแรงได้ทันทีที่พฤติกรรมที่พึง  
ประสงค์เกิดขึ้น ซึ่งจะต้องมีการให้การเสริมแรงออกไป
2. กิจกรรมที่นำมาใช้ในโปรแกรม จะต้องพิจารณาใน 2 ด้าน คือ ให้ง่ายไม่ให้อ  
3. ต้องจัดกิจกรรมหลาย ๆ กิจกรรมให้บุคคลได้เลือก
4. กิจกรรมที่จัดขึ้นไว้เป็นตัวเสริมแรงนั้น จะต้องจัดไว้ให้บุคคลได้กระทำตลอด  
เวลาที่ต้องการ
5. ผู้ดำเนินการต้องควบคุมเวลาการให้ทำกิจกรรมให้เป็นไปตามเงื่อนไขที่กำหนด

**กิจกรรมที่ 6 :** ให้นักศึกษาช่วยกันตัวอย่างตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม

### เบี้ยอรรถกร

เบี้ยอรรถกรเป็นค่าเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพสูงและใช้คนง่ายกว่าการเสริมแรงโดย  
บุคคลอื่น (เช่น การชมเชย) เพราะการให้เบี้ยอรรถกรเป็นการเสริมแรงที่บุคคลอื่น  
ได้ทันที การให้เบี้ยอรรถกรมีดังนี้

- หลักการใช้เบี้ยอรรถกรให้มีประสิทธิภาพ มีดังนี้
1. กำหนดเงื่อนไขในการให้เบี้ยอรรถกรให้ชัดเจน

2. วิธีแลกเปลี่ยนเบียร์รูดกร ไม่ควรซับซ้อนจนเกินไป
3. ควรกำหนดอัตราในการแลกเปลี่ยนเบียร์รูดกรให้ชัดเจน
4. ควรให้เบียร์รูดกรทันทีที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์
5. ควรเตรียมสิ่งแลกเปลี่ยนหลาย ๆ ชนิด เพื่อให้บุคคลแลกเปลี่ยนได้ตามความต้องการที่แท้จริง

**กิจกรรมที่ 7 : ตัวเสริมแรงใดที่สามารถนำมาเป็นตัวเชื่อมโยงกับตัวเสริมแรงที่ไม่สามารถให้ได้ทันที**

### การให้ข้อมูลย้อนกลับ

การให้ข้อมูลย้อนกลับเป็นการให้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่บุคคลแสดงไว้ ซึ่งจะเป็นการเสริมแรงให้บุคคลทำพฤติกรรมที่พึงประสงค์ต่อไป หรือเป็นการลดแรงจูงใจให้บุคคลเลิกทำพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ การให้ข้อมูลย้อนกลับสามารถทำได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม

- หลักการให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างมีประสิทธิภาพ มีดังนี้
1. ควรให้ข้อมูลย้อนกลับในทางบวก
  2. ให้ข้อมูลย้อนกลับที่ชัดเจนและเป็นข้อมูลที่แท้จริงของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น
  3. ควรให้ข้อมูลย้อนกลับที่เกี่ยวกับความก้าวหน้าในการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์
  4. การให้ข้อมูลย้อนกลับในระยะเริ่มแรกต้องให้ข้อมูลย้อนกลับทันที เมื่อเกิดการเรียนรู้แล้ว จึงให้ข้อมูลย้อนกลับแบบยี่เวลา
  5. ควรมีการบันทึกข้อมูลย้อนกลับไว้อย่างชัดเจนทุกครั้ง
  6. ผู้ให้ข้อมูลย้อนกลับต้องเป็นบุคคลที่ถูกปรับพฤติกรรมเช็ดือ และได้รับการยอมรับว่ามีความตั้งใจในการให้ข้อมูลย้อนกลับ
  7. ควรอธิบายให้บุคคลเห็นความสำคัญของข้อมูลย้อนกลับ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองให้ดีขึ้น
  8. ให้ผู้ที่ได้รับข้อมูลย้อนกลับ กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการจะปรับปรุง
  9. พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงหลังจากให้ข้อมูลย้อนกลับควรจะเป็นพฤติกรรมที่

สังเกตเห็น ได้ชัดเจน

10. การให้ข้อมูลย้อนกลับ ควรใช้ควบคู่กับการเสริมแรงทางบวกอื่น ๆ

**กิจกรรมที่ 8 :** ในระยะแรกของการปรับพฤติกรรม หากใช้วิธีการให้ข้อมูลย้อนกลับ ควรดำเนินการอย่างไร

### การเสริมแรงทางลบ

การเสริมแรงทางลบ เป็นการทำให้คนไม่ชอบพฤติกรรม จึงเป็นเครื่องมือทางพฤติกรรมบำบัด  
ที่ควรใช้อย่างระมัดระวังเป็นพิเศษ

การเสริมแรงทางลบ หมายถึง การเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมอันเป็นผลเนื่องมาจากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกนั้น สามารถถอดถอนสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ เรียกว่า ตัวเสริมแรงทางลบ

หลักของการเสริมแรงทางลบ คือ การแสดงพฤติกรรมเพื่อการหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ การใช้สิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจนั้น ผู้ใช้จะต้องมีสัญญาณล่วงหน้าว่า ถ้าเกิดสัญญาณนี้แล้วไม่ทำพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ก็จะได้รับสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ การเสริมแรงทางลบนั้น สิ่งที่ไม่พึงพอใจเกิดก่อนที่เกิดพฤติกรรมจะเกิดขึ้น เช่น การกลัวถูกจราจรปรับ ทำให้ไม่ขับรถฝ่าไฟแดง หรือกลัวสอบตก จึงอ่านหนังสือทุกวันเป็นการทำให้พฤติกรรมนั้นเกิดเพิ่มขึ้น หรือจากตัวอย่างข้างต้น หากขับรถฝ่าไฟแดงและถูกปรับเงินแล้วผลก็จะทำให้บุคคลลดพฤติกรรมที่เกิดขึ้นได้ ในการปรับพฤติกรรมมักไม่ค่อยนิยมใช้การเสริมแรงทางลบจากสาเหตุ ดังนี้

1. ในการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์สามารถทำได้โดยการ ใช้การเสริมแรงทางบวกอยู่แล้ว
2. การเสริมแรงทางลบนั้นจะต้องให้สิ่งไม่พึงพอใจตลอดเวลาและจะยุติเมื่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดขึ้น เป็นเรื่องที่ทำได้อย่างมาก และอาจทำให้มีผลเสีย คือ ก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ หรือบุคคลเกิดความเครียด
3. ในสภาพที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงนี้จะต้องควบคุมให้ดี ถ้าไม่ระวังจะทำให้บุคคลหลีกเลี่ยงไปในลักษณะอื่น และอาจทำให้เกิดปัญหามากขึ้นได้

**กิจกรรมที่ ๑ : มานะกลัวสอบตก จึงหลีกเลี่ยงการสอบตกโดยการอ่านหนังสือทุกวัน  
แสดงว่าพฤติกรรมกรรมการอ่านหนังสือของมานะได้รับการเสริมแรงแบบใด**

### บทสรุป

การเสริมแรงทางบวก เป็นการให้สิ่งทีุ่บุคคลพึงพอใจหลังจากแสดงพฤติกรรมใด ๆ เป็นผลให้ความถี่ของการเกิดพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เป็นเทคนิคที่ใช้ในการเพิ่มพฤติกรรม ตัวเสริมแรงทางบวกที่ใช้กันมาก มี 5 ประเภท คือ ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ ตัวเสริมแรงทางสังคม ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม ตัวเสริมแรงที่เป็นเบียร์รถกร และการให้ข้อมูลย้อนกลับ ในการเสริมแรงทางบวก ควรให้หลังจากเกิดพฤติกรรมเป้าหมายทันที และมีความสม่ำเสมอ ซึ่งอาจใช้วิธีการเสริมแรงทุกครั้ง หรือเป็นครั้งคราวก็ได้ โดยให้ในปริมาณที่พอเหมาะ มีความเหมาะสมกับแต่ละบุคคล ตัวเสริมแรงที่ใช้ควรหาได้ง่ายในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ นอกจากนี้ควรมีการใช้ร่วมกับตัวแบบ หรือการชี้แนะ เพื่อช่วยในการเรียนรู้ของบุคคล อีกทั้งมีการวางแผนใช้ตารางเสริมแรงตามความเหมาะสม และต้องคำนึงถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมแรง เพื่อให้สามารถใช้การเสริมแรงทางบวกได้อย่างมีประสิทธิภาพ

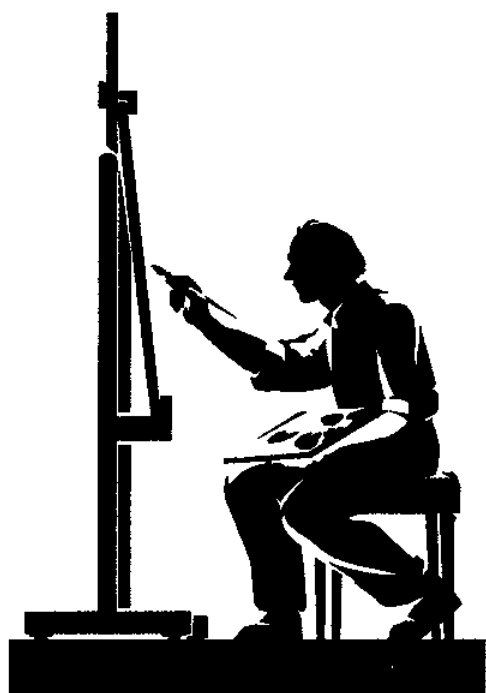
ส่วนการเสริมแรงทางลบ เป็นการเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมอันเป็นผลเนื่องมาจากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกนั้นสามารถถอดถอนสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจออกได้ ในการปรับพฤติกรรมมักไม่ค่อยนิยมใช้ เพราะอาจก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์หรือบุคคลที่ได้รับเกิดความเครียด และอาจทำให้เกิดพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงหนีได้

# บทเรียงนแบบรับอย่างมีความหมาย

## เรื่องที่ 3

เทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่

และเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรม



## บทเรียนแบบรับอย่างมีความหมาย

### เรื่องที่ 3

#### เทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่และเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรม

เวลาเรียน : 50 นาที

หัวข้อเนื้อหา : 1. การแต่งพฤติกรรม

2. การเลียนแบบ

3. การลงโทษ

3.1 การลงโทษโดยการทำให้เกิดความเจ็บปวดทางร่างกาย

3.2 การดำเนิน

3.3 การปรับสินไหม

- หลักในการใช้การลงโทษ

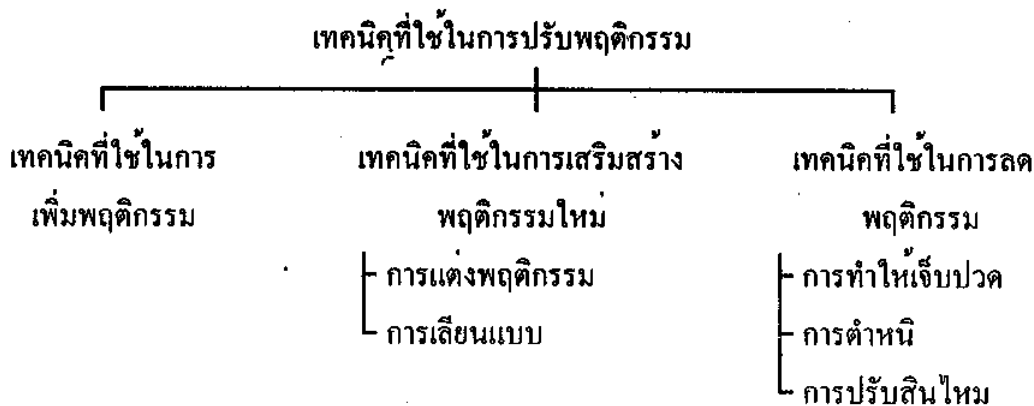
- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการลงโทษ

- ผลกระทบจากการใช้การลงโทษ

จุดประสงค์ในการเรียน : หลักจากเรื่องเทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่และเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรมแล้ว นักศึกษาสามารถ

- อธิบายความหมายและลักษณะของเทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่และเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรมแต่ละประเภทได้
- บอกหลักในการดำเนินการและปัจจัยที่มีผลต่อการใช้เทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่และเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรมได้
- นำเทคนิคต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ที่กำหนดให้ได้
- วิเคราะห์และสังเคราะห์สถานการณ์ตัวอย่างที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่และเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรมแต่ละประเภทได้
- ประเมินสถานการณ์ตัวอย่างที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่และเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรมแต่ละประเภทได้ว่ามีความถูกต้องเหมาะสมหรือไม่

## แผนภูมิแสดงโครงร่างเนื้อหา





## การแต่งพฤติกรรม

การแต่งพฤติกรรมใหม่เป็นการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ โดยวิธีให้การเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่คาดหวังว่าจะนำไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการ วิธีการแต่งพฤติกรรมจัดเป็นวิธีที่ส่ววิธีหนึ่งในการสร้างพฤติกรรมใหม่ให้เกิดขึ้นกับบุคคลที่ไม่เคยมีพฤติกรรมดังกล่าวมาก่อน การที่จะใช้การแต่งพฤติกรรมให้มีประสิทธิภาพสามารถทำได้ดังนี้

1. ผู้ดำเนินการจะต้องตระหนักถึงเป้าหมายอยู่ตลอดเวลา
  2. เริ่มจากพฤติกรรมที่บุคคลนั้นแสดงออกอยู่ตลอดเวลาแล้ว
  3. ให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่มีแนวโน้มที่จะทำให้บุคคลนั้นมีโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมเป้าหมายในอนาคตได้
  4. เลือกขั้นตอนของพฤติกรรมที่นำไปสู่พฤติกรรมเป้าหมาย โดยพฤติกรรมนั้นจะต้องไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป
  5. คงพฤติกรรมที่บุคคลนั้นแสดงไว้แต่ละขั้นตอนให้นานพอสมควร แล้วจึงค่อยเคลื่อนไปสู่ขั้นตอนที่สูงขึ้นไปอีก
  6. ถ้าบุคคลนั้นยังทำในขั้นตอนที่ต้องการให้กระทำไม่ได้ให้ถอนขั้นตอนลงมาถึงขั้นตอนที่บุคคลนั้นทำได้
  7. ควรใช้ร่วมกับการให้ดูตัวแบบและการชี้แนะ จากนั้นเมื่อบุคคลกระทำพฤติกรรมได้แล้ว จึงค่อย ๆ ถอดตัวแบบและการชี้แนะออก
  8. ให้การเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพตลอดกระบวนการ
  9. ให้พฤติกรรมที่สร้างเสริมเกิดขึ้นสม่ำเสมอแล้วจึงค่อย ๆ ถอดตัวเสริมแรง
- ปัญหาที่นักปรับพฤติกรรมส่วนใหญ่จะพบในการใช้วิธีการแต่งพฤติกรรม คือ การแบ่งพฤติกรรมที่กระทำอยู่ไปสู่พฤติกรรมเป้าหมาย ถ้าแบ่งกว้างเกินไปจะทำให้การแต่งพฤติกรรมสำเร็จได้ยาก นักปรับพฤติกรรมจะต้องค่อยเป็นค่อยไป โดยต้องแน่ใจว่าพฤติกรรมในขั้นต่อไป ทั้งนี้ตัวเสริมแรงที่ใช้จะต้องมีประสิทธิภาพสูงด้วย

**กิจกรรมที่ 1 :** 1) ปัญหาที่มักพบจากการใช้เทคนิคการแต่งพฤติกรรมมีอะไรบ้าง  
2) ในการถอดถอนตัวเสริมแรงควรกระทำในระยะใด

### การเลียนแบบ

**การเลียนแบบเป็นการสังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบที่ผู้สังเกตสนใจ องค์ประกอบของการเรียนรู้ประเภทนี้ประกอบด้วย ความสนใจ การจดจำ การแสดงออก และการงู้อัง**

การเลียนแบบเป็นกระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตพฤติกรรมตัวแบบ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ การเรียนรู้จากการสังเกตพฤติกรรมตัวแบบถือเป็นวิธีที่เกิดตามธรรมชาติ แบบครุา ได้แบ่งองค์ประกอบในการเรียนรู้ออกเป็น 4 องค์ประกอบ คือ

1. ความสนใจ ผู้สังเกตจะต้องเกิดความสนใจในตัวแบบเสียก่อน ตัวแบบที่สังเกตจะต้องมีความสำคัญต่อตัวผู้สังเกต
2. การจดจำ การเลียนแบบนั้นขึ้นกับความสามารถในจดจำของบุคคล ซึ่งแต่ละคนมีความสามารถในจดจำต่างกัน นอกจากนี้ยังขึ้นกับยากง่ายและความซับซ้อนของพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดง
3. การแสดงออก เมื่อสังเกตและจดจำแล้วจะต้องมีการแสดงออก เพื่อเป็นการแสดงให้รู้ว่าการเลียนแบบพฤติกรรมเกิดขึ้นแล้ว
4. การงู้อังทั้งนี้ผู้สังเกตจะต้องเห็นคุณค่าและมีความสนใจในตัวแบบเสียก่อน ข้อดีของการใช้การเลียนแบบ ได้แก่ การสามารถจะสร้างพฤติกรรมใหม่หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้เร็วกว่าวิธีอื่น ๆ สามารถใช้ได้ง่ายกว่าวิธีการแต่งพฤติกรรม และตัวแบบที่ใช้สามารถนำเสนอได้ทั้งในรูปแบบที่เป็นจริง หรือลักษณะภาพยนตร์ ทำให้มีความสะดวกในการใช้ หลักการใช้โปรแกรมการเลียนแบบให้มีประสิทธิภาพ สามารถทำได้ ดังนี้
  1. เลือกตัวแบบที่มีความสำคัญต่อผู้สังเกต เพื่อให้เกิดความสนใจ
  2. เมื่อตัวแบบแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ควรให้การเสริมแรงต่อพฤติกรรมนั้นทันที เพื่อให้ผู้สังเกตอยากเลียนแบบมากขึ้น
  3. ให้เสริมทันทีที่ผู้สังเกตเลียนแบบพฤติกรรมจากตัวแบบ
  4. ควรใช้ตัวแบบหลาย ๆ คน



และการใช้ไฟฟ้าช็อต การเขียนดินน้ำมันไว้กันแพร่หลายในครอบครัวและโรงเรียน ส่วนการใช้ไฟฟ้าช็อตเป็นการลงโทษที่ใช้ไม่บ่อย มักใช้ในสถาบันหรือโรงพยาบาลเป็นหลัก ทั้งสองวิธีเป็นวิธีที่ทำให้ร่างกายเกิดความเจ็บปวด จึงไม่ควรใช้ จะพิจารณาเมื่อใช้วิธีการอื่นไม่ได้ผล

### การตำหนิ

เป็นการใช้คำหรือประโยคกับบุคคลเพื่อให้ยุติพฤติกรรมบางอย่าง เป็นการลงโทษทางบวก หลักการใช้วิธีการตำหนิให้มีประสิทธิภาพควรดำเนินการ ดังนี้

1. ควรเข้าใกล้ผู้ถูกตำหนิให้มากที่สุด
2. ถ้าไม่สามารถเข้าใกล้ได้ให้ใช้สัญญาณบางอย่าง เช่น เรียกชื่อก่อนตำหนิ
3. ขณะที่ตำหนิควรมองไปยังผู้ที่ถูกตำหนิ
4. คำพูดที่ใช้ควรสั้นมากที่สุด
5. ใช้คำพูดที่เข้าใจง่าย เป็นรูปธรรมมากที่สุด
6. เจาะจงเฉพาะพฤติกรรมที่ต้องการให้หยุดกระทำ
7. ไม่ควรใช้คำในลักษณะการเสียดสี
8. ใช้ประโยค "ถ้า...ดังนั้น..." เมื่อตำหนิ โดยบอกว่าต้องการให้เขาทำอะไร และ

บอกถึงผลกรรมให้ชัดเจนถ้าเขาไม่ทำ

9. ควรตำหนิด้วยระดับเสียงที่ปกติ
10. ถ้าต้องตำหนิมากกว่า 1 คนในเวลาเดียวกัน ควรตำหนิเป็นคนๆ ให้ความสนใจ

เฉพาะคนที่กำลังตำหนิ

11. ควรระวังการแสดงออกทางภาษาท่าทาง และพยายามควบคุมอารมณ์ให้สงบ
12. ไม่พูดซ้ำคำตำหนิ นอกจากแน่ใจว่าผู้ที่ถูกตำหนิไม่ได้ยินคำที่ตำหนิจริง ๆ
13. ถ้าบุคคลที่ถูกตำหนิทำตามทีบอกในเวลาที่เหมาะสม ควรให้การชมเชย

### การปรับสินไหม

การปรับสินไหมเป็นการลงโทษทางลบ เป็นการถอดถอนสิ่งที่คุณคาดหวังหลังจากแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น รัตนานีเรียน แม่จึงตัดเงินค่าใช้จ่ายรายเดือน 100 บาท หรือ การปรับเงินของตำรวจเมื่อทำผิดกฎจราจร เป็นต้น ข้อดีของการใช้วิธีการนี้ คือ

สามารถใช้ได้สะดวก มีผลเร็วต่อการลดพฤติกรรม และผลของการใช้จะคงอยู่นานกว่าการลงโทษวิธีอื่น ๆ

**กิจกรรมที่ 8 :** 1) “เด็กชายสันต์เตะน้องร้องไห้ แม่จึงตัดเงินค่าขนมจำนวน 20 บาท” จากตัวอย่างนี้เป็นการปรับพฤติกรรมโดยใช้เทคนิคใด

2) สถานการณ์ต่อไปนี้เป็นกรณีของการลงโทษทางบวก

ก. การถูกปรับเงินเมื่อทำผิดกฎจราจร

ข. การตีด้วยไม้เรียว

ค. การดูคำต่อหน้าเพื่อนทั้งชั้น

### หลักในการใช้การลงโทษ

ในการลงโทษที่มิได้มีประสิทธิภาพจะลงโทษด้วยความรุนแรง จะคงลงโทษกับที่ ทุกครั้ง ไม่ทำเป็นขั้นตอน ควรเริ่มลงโทษครั้งใด สิ่งใดก็ทำพฤติกรรมความประพฤติจะเปลี่ยนการลงโทษแบบรุนแรงด้วย

1. จะต้องลงโทษด้วยความรุนแรง ตามการรับรู้ของผู้ที่ถูกลงโทษ ทั้งนี้ขึ้นกับประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ยิ่งรุนแรงมากก็จะทำให้พฤติกรรมนั้นยุติเร็วขึ้น
2. ไม่ควรทำเป็นขั้นตอน เพราะทำให้ผู้ที่ถูกลงโทษปรับตัวได้ และทำให้การลงโทษไม่ได้ผล
3. จะต้องลงโทษทันทีที่เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ไม่ควรยืดเวลา เพราะทำให้ผู้ที่ถูกลงโทษไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ระหว่างการลงโทษกับพฤติกรรมที่กระทำผิดได้
4. จะต้องลงโทษทุกครั้งที่เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น การลงโทษที่กระทำไม่สม่ำเสมอ จะทำให้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์คงอยู่เพิ่มขึ้น
5. การลงโทษทุกครั้งจะต้องรู้แหล่งของตัวเสริมแรงและต้องควบคุมให้ได้ หากทำไม่ได้ อาจทำให้การลงโทษไม่ได้ผล
6. ในการลงโทษควรเริ่มลงโทษที่พฤติกรรมต้นเหตุ เช่น นักศึกษาหนีเรียนไปดูหนัง แล้วไปมีเรื่องตีกันที่โรงภาพยนตร์ ไม่ควรลงโทษพฤติกรรมการตีกัน ควรลงโทษพฤติกรรมการหนีเรียนจะได้ผลกว่า

7. ควรมีการเสริมแรงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ควบคู่กับการใช้วิธีการลงโทษ เพื่อช่วยให้ผู้ที่ถูกลงโทษรู้ว่าควรแสดงพฤติกรรมอะไร

**กิจกรรมที่ 4 : การใช้วิธีการลงโทษ หากผู้ใช้ลงโทษไม่สม่ำเสมอ จะเกิดผลอย่างไร**

### ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการลงโทษ

การลงโทษที่ไม่สม่ำเสมอ เป็นอีกปัจจัยที่มีผลต่อการลงโทษที่ไม่ได้ผล ผู้ใช้วิธีการลงโทษที่ปรารถนาดี อาจประสบกับข้อจำกัด ความหนักแน่นของการลงโทษ การใช้เงื่อนไขการลงโทษ เวลาที่เสนอการลงโทษ และความสม่ำเสมอของการลงโทษเป็นต้น ปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อการลงโทษ

ในการที่จะทำให้การลงโทษมีประสิทธิภาพ ควรพิจารณาปัจจัยต่อไปนี้

1. วิธีการให้การลงโทษ ประกอบด้วยเงื่อนไข ดังนี้

1.1 ความหนักแน่นของการลงโทษ ยิ่งหนักแน่นเท่าใด จะทำให้ระงับพฤติกรรมได้มากเท่านั้น

1.2 การหลีกเลี่ยงจากการลงโทษ จะต้องทำให้ผู้ที่แสดงพฤติกรรมไม่สามารถหลีกเลี่ยงจากการลงโทษได้

1.3 เวลาที่เสนอการลงโทษ เพื่อให้ได้ผลจะต้องลงโทษทันทีที่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น

1.4 ความสม่ำเสมอของการลงโทษ ต้องลงโทษทุกครั้งที่มีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

2. ความสม่ำเสมอของการลงโทษ ผู้ที่ใช้การลงโทษจะต้องตระหนักถึงเงื่อนไขที่ส่งผลต่อประสิทธิภาพของการลงโทษ ดังนี้

2.1 มีการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่ไม่ได้รับการลงโทษ

2.2 มีการควบคุมการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่ถูกลงโทษ โดยผู้ใช้จะต้องรู้ว่าพฤติกรรมดังกล่าวได้รับการเสริมแรงจากที่ใด จะต้องควบคุมให้ได้

2.3 ควรให้การลงโทษก่อนที่จะมีการเสริมแรง จะทำให้การลงโทษได้ผลดีกว่าให้หลังการเสริมแรง

**กิจกรรมที่ 5 :** 1) ปัจจัยที่มีผลต่อการลงโทษมีอะไรบ้าง  
 2) ระหว่างที่ใช้วิธีการลงโทษ หากพฤติกรรมที่ถูกลงโทษได้รับการเสริมแรง  
 ร่วมด้วย ผู้ปรับพฤติกรรมควรดำเนินการอย่างไร

### ผลกระทบจากการใช้การลงโทษ

การลงโทษเป็นเทคนิคที่มีประสิทธิภาพสูงในการยุติพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ในการนำมาใช้จะต้องระวังผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นได้ เช่น ปัญหาทางอารมณ์ การหลีกเลี่ยงหนี การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว

1. เกิดปัญหาทางอารมณ์ อาจเกิดการคับแค้นใจภายหลังถูกลงโทษ และอาจสร้างพฤติกรรมแยกตัวจากสังคม
2. เกิดการหลีกเลี่ยงหนี ผู้ถูกลงโทษจะพยายามหลีกเลี่ยงหนีจากสภาพการณ์ที่ไม่พึงพอใจ อาจเป็นผลให้หนีออกจากโรงเรียนได้
3. ผู้ที่ถูกลงโทษอาจแสดงออกด้วยลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น ขว้างปาสิ่งของ
4. เป็นแบบอย่างให้ทำตามในอนาคต อาจนำวิธีการลงโทษที่ได้รับไปใช้กับบุคคลที่ ทำให้ตนเองไม่พึงพอใจ

แม้ว่าการลงโทษจะก่อให้เกิดผลกระทบต่อบุคคลมาก แต่การลงโทษก็ยังเป็นเทคนิคที่มีประสิทธิภาพสูงในการยุติพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ จึงทำให้เป็นที่นิยมกันมาก ดังนั้นในการนำมาใช้ควรพิจารณาใช้ในกรณี ต่อไปนี้

1. พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพของตนเองหรือผู้อื่น เช่น การทำร้ายตนเอง การเล่นของเล่นที่อันตราย เป็นต้น
2. ไม่มีวิธีการอื่นที่สามารถนำมาใช้ในสภาพการณ์นั้นได้แล้ว
3. ผู้ใช้รู้ว่าต้องการที่จะสร้างพฤติกรรมใด และเตรียมเสริมแรงพฤติกรรมนั้นอยู่แล้ว เช่น ต้องเสริมแรงพฤติกรรมการนั่งกับที่ ขณะเดียวกันก็ใช้การลงโทษยุติการลุกจากที่นั่ง

**กิจกรรมที่ 6 :** ผลกระทบที่เกิดจากการใช้วิธีการลงโทษมีอะไรบ้าง

## บทสรุป

เทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ ได้แก่ การแต่งพฤติกรรม เป็นการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่คาดว่าจะนำไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการ โดยจะดำเนินการแบบค่อยเป็นค่อยไป มีการแบ่งพฤติกรรมเป็นขั้นตอน ทั้งนี้ต้องรอให้พฤติกรรมแต่ละขั้นเกิดขึ้นสม่ำเสมอ ก่อน จึงจะเปลี่ยนไปเสริมแรงพฤติกรรมในขั้นต่อไป และการเลียนแบบ เป็นการให้บุคคลสังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบที่สนใจ เป็นเทคนิคที่ใช้ได้ง่าย สามารถสร้างพฤติกรรมใหม่ได้เร็ว ทั้งนี้ตัวแบบที่ไรจะต้องมีหลายตัวแบบ เป็นตัวแบบที่มีความสำคัญต่อผู้สังเกต และพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงจะต้องชัดเจน

ส่วนการลงโทษ เป็นเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เนื่องจากการลงโทษอาจก่อให้เกิดผลกระทบต่อบุคคลมาก ในการพิจารณาใช้ควรใช้ในกรณีที่พฤติกรรมนั้นก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น ไม่มีวิธีการอื่นที่เหมาะสม และจะต้องมีการเตรียมเสริมแรงพฤติกรรมที่จะสร้างความคุ้นเคยไปด้วย



แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน  
เรื่อง การปรับพฤติกรรม

---

คำชี้แจงในการทำแบบทดสอบ

1. แบบทดสอบนี้เป็นแบบทดสอบวัดความรู้ความจำ ความเข้าใจ การนำไปใช้ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ และการประเมินค่า ซึ่งเป็นแบบปรนัยชนิดเลือกตอบ 5 ตัวเลือกจำนวน 50 ข้อ ให้อเวลาในการทำแบบทดสอบ 50 นาที
2. การทำข้อสอบแต่ละข้อ ให้นักศึกษาอ่านคำถามให้เข้าใจ และเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว โดยการทำเครื่องหมายกากบาท (×) ลงในกระดาษคำตอบให้ตรงกับช่องคำตอบในข้อนั้น ๆ
3. ถ้าต้องการเปลี่ยนคำตอบใหม่ ให้ทำเครื่องหมาย (=) ทับคำตอบเดิม แล้วจึงทำเครื่องหมายกากบาท (×) ในช่องคำตอบที่เลือกใหม่
4. ห้ามขีดเขียนใด ๆ ลงในแบบทดสอบ
5. เมื่อหมดเวลาในการทำแบบทดสอบ ให้นักศึกษาหยุดทำข้อสอบและวางปากกา ผู้คุมสอบจะเก็บแบบทดสอบและกระดาษคำตอบคืนทันที

- 1) ลักษณะข้อใดที่ไม่ใช่ พฤติกรรม ( 2.00 )
  - ก. สมใจกระพริบตาเมื่อลมพัดเข้าหน้า
  - ข. สมศรีใส่เสื้อสีแดงไปลอยกระทง
  - ค. สมจิตเป็นคนสวยมีชายหนุ่มหลายคนสนใจ
  - ง. สมพรมักป่าเข้าของทุกครั้งที่เขาไม่ได้สิ่งที่ต้องการ
  - จ. หลังเลิกเรียนสมชายใช้เวลาส่วนใหญ่ในการดูโทรทัศน์
  
- 2) ข้อใดที่กล่าวเกี่ยวกับ “ การปรับพฤติกรรม ” ได้ถูกต้อง ( 1.00 )
  - ก. การนำเอาแนวคิดทางจิตวิทยาทั่วไปมาใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
  - ข. การนำเอาแนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้มาใช้ในการอธิบายและพยากรณ์พฤติกรรม
  - ค. การนำแนวคิดจากจิตวิทยาพัฒนาการและหลักการแห่งพฤติกรรมมาใช้อย่างเป็นระบบ
  - ง. การนำเอาแนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้มาใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ
  - จ. การนำเอาแนวคิดจากจิตวิทยาสังคมมาใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ
  
- 3) ข้อใดถูกต้องเกี่ยวกับการใช้คำติตรา ( 1.00 )
  - ก. เข้าใจและรับรู้ได้ตรงกัน
  - ข. เปลี่ยนพฤติกรรมโดยการเรียนรู้
  - ค. อธิบายพฤติกรรมของบุคคลได้ชัดเจน
  - ง. ปรับพฤติกรรมบรรเทาให้เป้าหมายได้ง่าย
  - จ. กระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมตามที่ถูกติตรา
  
- 4) ข้อใดต่อไปนี้ที่ไม่ใช่ การใช้คำติตรา ( 2.00 )
  - ก. ขวัญมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี
  - ข. ขวัญรับผิดชอบในการทำงานสูง
  - ค. ขวัญเรียนขาดความเชื่อมั่นในตนเอง
  - ง. ขวัญทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จ
  - จ. ขวัญใจว่านอนสอนง่ายไม่เอาแต่ใจตนเอง

- 5) เด็กหญิงแจ้วอายุ 5 ขวบ ไม่สามารถอาบน้ำด้วยตนเองได้ควรเลือกใช้เทคนิคใดในการสร้างพฤติกรรมอาบน้ำของเด็กหญิงแจ้ว ( 3.00 )
- การปรับสีน้ำใหม่
  - การลงโทษทางบวก
  - การลงโทษทางลบ
  - การแต่งพฤติกรรม
  - การเสริมแรงทางลบ
- 6) “ครูต้องการให้นักเรียนฝึกไหว้อย่างถูกต้อง จึงให้นักเรียนสังเกตวิธีไหว้จากที่ครูและจากนักเรียนรุ่นพี่แสดงให้ดู” เหตุใดครูจึงต้องเสนอตัวแบบหลาย ๆ ตัวให้แก่นักเรียน ( 3.00 )
- เพื่อทำให้การเสนอตัวแบบมีประสิทธิภาพมากขึ้น
  - เพื่อให้ผู้สังเกตมีโอกาสเรียนรู้การแสดงพฤติกรรมหลาย ๆ อย่าง
  - เพื่อให้ผู้สังเกตเลือกแสดงพฤติกรรมตามตัวแบบที่มีลักษณะคล้ายตนเอง
  - เพื่อให้ผู้สังเกตมีความสนใจมากขึ้น
  - ถูกทุกข้อ
- 7) พฤติกรรมและวิธีการบันทึกพฤติกรรมข้อใดมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด ( 4.00 )
- การตีเพื่อน / การบันทึกความดี
  - การสูบบุหรี่ / การบันทึกระยะเวลา
  - การแปร่งฟัน / การบันทึกชนิดของพฤติกรรม
  - การตีเทนนิส / การบันทึกปริมาณและคุณภาพ
  - การกินอาหารด้วย / การบันทึกช่วงเวลา
- 8) พ่อให้เงินลูกทุกครั้งที่ช่วยพ่อปลูกต้นไม้พ่อเห็นว่าพฤติกรรมของลูกเกิดก่อนข้างสม่ำเสมอ จึงทดลองขอให้เงินหลังจากลูกช่วยทำงาน ปรากฏว่ามีแนวโน้มที่ลูกจะกลับไปสู่พฤติกรรมเดิม ข้อใดเป็นการเตรียมแผนการที่ดีในการทำให้พฤติกรรมนั้นคงอยู่ ( 5.00 )
- ปรับช่วงเวลาในการเสริมแรงให้มีความถี่มากขึ้น
  - กลับมาใช้ตัวเสริมแรงทันทีที่พบแนวโน้ม
  - หลังถอนตัวเสริมแรงให้คนอื่น ๆ ในบ้านช่วยควบคุมพฤติกรรมต่อทันที
  - ใช้ตารางการเสริมแรงมาโดยค่อย ๆ เปลี่ยนจากให้ทุกครั้งมาเป็นบางครั้งก่อนถอนตัวเสริมแรง

- 9) “ครูใหญ่มอบหมายให้อาจารย์ทุกท่านที่สอนสังเกตพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 เหตุใดครูใหญ่จึงทำเช่นนั้น ( 2.00 )
- (ก) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความเที่ยงและความตรง
    - ข. เพื่อให้ได้ข้อมูลที่แตกต่างกันจำนวนมาก
    - ค. เพื่อเลือกวิธีบันทึกพฤติกรรมได้เหมาะสม
    - ง. เพื่อบันทึกพฤติกรรมได้ละเอียดขึ้น
    - จ. เพื่อความสะดวกในการประเมินและติดตามผลการปรับพฤติกรรม
- 10) อะไรคือสาเหตุสำคัญที่ทำให้การสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมขาดความเที่ยง ( 1.00 )
- ก. สังเกตครั้งละพฤติกรรมเดียว
  - (ข) กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายไม่ชัดเจน
  - ค. ไม่มีแบบฟอร์มที่ใช้ในการบันทึก
  - ง. จำนวนผู้สังเกตน้อยเกินไป
  - จ. ใช้เวลาในการสังเกตนานเกินไป

ใช้ตัวเลือกต่อไปนี้ ตอบคำถามข้อ 11-13 ( 2.00 )

- ก. กาญจนาเธอเป็นเด็กดีมาก
  - ข. วัลลภาในการสอบครั้งนี้เธอได้ 85 คะแนน
  - ค. จริยตั้งใจเรียนเวลาเรียนมักยกมือตอบคำถามเสมอ
  - ง. สิ้นจ่ายทำงานเสร็จก่อนเวลาจึงได้ถูกองสะสมไว้แลกอาหาร
  - จ. ถ้าลูกจ้างรถให้พ่อเสร็จ พ่อจะให้ไปเตะฟุตบอลกับเพื่อนได้
- 11) ข้อใดเป็นการให้ข้อมูลย้อนกลับ (ข)
- 12) ข้อใดเป็นการใช้เบี่ยงรรรถกร (ง)
- 13) ข้อใดเป็นการให้ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม (ข)

- 14) เกณฑ์ในการพิจารณาเลือกพฤติกรรมเป้าหมายในการปรับพฤติกรรม ข้อใดที่มีความสำคัญน้อยที่สุด ( 4.00 )
- ความยากในการปรับพฤติกรรม
  - ความสำคัญที่มีต่อชีวิตของบุคคล
  - การพัฒนาทักษะที่สำคัญในอนาคต
  - ค่าใช้จ่ายในการปรับพฤติกรรม
  - ความบ่อยครั้งของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา
- 15) “ครูมอบหมายให้เด็กชายคำตั้งเกิดพฤติกรรมการนั่งอยู่กับโต๊ะของเพื่อน ๆ ในชั่วโมงวิชาพลศึกษา” ข้อความนี้มีความไม่เหมาะสมในเรื่องใด ( 3.00 )
- ผู้สังเกตและบันทึกพฤติกรรม
  - ลักษณะการบันทึกพฤติกรรม
  - การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย
  - ระยะเวลาในการบันทึกพฤติกรรม
  - จุดมุ่งหมายในการบันทึกพฤติกรรม
- 16) ข้อใดเป็นข้อจำกัดในการใช้เบียร์รถกร ( 1.00 )
- ไม่สามารถใช้ได้กับทุกคน
  - หมดสภาพการเป็นตัวเสริมแรงได้ง่าย
  - ขาดประสิทธิภาพในการเพิ่มพฤติกรรม
  - มีคุณค่าน้อยเมื่อใช้ร่วมกับตัวเสริมแรงอื่น
  - เมื่อหยุดใช้พฤติกรรมจะลดลงอย่างรวดเร็ว
- 17) ครูใช้วิธีการดำหนีกับเด็กที่มีพฤติกรรมถูกรูจากที่นั่ง โดยพูดว่า “นั่งลง” ในการสั่งให้เด็กนั่งลง ปรากฏว่า เด็กมีพฤติกรรมถูกรูจากที่นั่ง ที่เป็นเช่นนี้อาจมีสาเหตุจากอะไร ( 4.00 )
- ไม่ได้ใช้คู่กับการลงโทษหรือตัวเสริมแรงอื่น ๆ
  - อาจได้รับการเสริมแรงจากที่อื่น
  - ใช้คำพูดสั้นเกินไป
  - ใช้คำพูดเข้าใจยาก
  - ผู้ที่ถูกดำหนิอาจไม่ได้ยินที่ครูพูด

18) การที่นักเรียน 2 คน คุยกัน และครูไม่ให้ความสนใจต่อพฤติกรรมการคุยกันของเด็กทั้งสอง ปรากฏว่า เด็กยังไม่หยุดคุยกัน เพราะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น ( 4.00 )

- (ก) มีการเสริมแรงในตัวพฤติกรรมเอง
- ข. ไม่ได้ใช้คู่กับการเสริมแรงทางลบ
- ค. ไม่ได้ใช้ตัวเสริมแรงทางบวกร่วมด้วย
- ง. วิธีการที่ใช้ไม่เหมาะกับพฤติกรรมนี้
- จ. เป็นเทคนิคที่ดำเนินการง่ายแต่ประสบผลสำเร็จยาก

19) จากพฤติกรรมต่อไปนี้

1. การเข้าไปนั่งใกล้กลุ่มเพื่อน
2. การมองไปยังกลุ่มเพื่อน
3. การร่วมทำงานกับเพื่อน
4. การพูดกับเพื่อน

ข้อใดเป็นการจัดเรียงลำดับพฤติกรรมตามขั้นตอนการใช้เทคนิคการแต่งพฤติกรรมได้ถูกต้อง ( 5.00 )

ก. 1-2-4-3

(ข) 2-1-4-3

ค. 2-4-1-3

ง. 3-4-1-2

จ. 3-4-2-1

20) ข้อใดเป็นการวางแผนการปรับพฤติกรรมที่ดี ( 5.00 )

- ก. ดิสรวางแผนกำหนดทุกขั้นตอนอย่างกว้าง ๆ ก่อนดำเนินการ
- ข. สารีกำหนดจุดมุ่งหมายในการปรับพฤติกรรมเป็นลำดับแรก
- (ค) นารีได้กำหนดและเลือกพฤติกรรมเป้าหมายที่ชัดเจน
- ง. รัตนวางแผนป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นระหว่างดำเนินการ
- จ. สายใจจัดเตรียมอุปกรณ์เครื่องมือและตัวเสริมแรงไว้อย่างเพียงพอ

21) ข้อใดถูกต้องที่สุด ( 1.00 )

- ก. การแต่งพฤติกรรมเป็นเทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรม
- (ข) ตัวแบบที่ใช้ในการเลียนแบบควรสำคัญต่อผู้ที่สังเกตตัวแบบ
- ค. การปรับสินไหมเป็นการถอดถอนสิ่งที่บุคคลไม่พึงพอใจ
- ง. การลงโทษควรทำเป็นขั้นตอนเพื่อช่วยให้ผู้ถูกลงโทษมีการเรียนรู้
- จ. การดำเนินถ้าไม่จำเป็นไม่ควรเข้าไปใกล้ผู้ถูกดำเนินจนเกินไป

22) พฤติกรรมใดต่อไปนี้จะควรใช้วิธีการบันทึกความถี่ ( 3.00 )

- ก. พฤติกรรมก้าวร้าว
- ข. พฤติกรรมตั้งใจเรียน
- ค. พฤติกรรมทำการบ้าน
- (ง) พฤติกรรมการตื่นนอน
- จ. พฤติกรรมรับประทานอาหาร

23) พฤติกรรมใดต่อไปนี้จะควรใช้การเสริมแรงทางบวก ( 2.00 )

- ก. พฤติกรรมการดูแลตนเอง
- ข. พฤติกรรมการตื่นนอนเช้า
- (ค) พฤติกรรมที่พึงประสงค์ทั้งหมด
- ง. พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ทั้งหมด
- จ. พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะ

24) “การนำมาใช้ควรมีให้เลือกหลายชนิดและควรให้เมื่อบุคคลอยู่ในสภาพที่ต้องการมากที่สุด”

ข้อความนี้เกี่ยวข้องกับ การใช้ตัวเสริมแรงใด ( 1.00 )

- ก. เบี้ยอรรถร
- ข. ตัวเสริมแรงทางสังคม
- ค. การให้ข้อมูลย้อนกลับ
- (ง) ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ
- จ. ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม

25) ข้อใดเป็นการใช้ตัวเสริมแรงทางบวกที่ไม่เหมาะสม ( 4.00 )

- ก. ครูชมเชยนักเรียนที่กล้าออกมาร้องเพลงหน้าชั้นเรียน
  - ข. ครูเสริมแรงนักเรียนที่ทำแบบฝึกหัด โดยกำหนดว่าใครทำเสร็จก่อน จะได้กลับบ้านก่อนเวลา
  - ค. แม่ให้การเสริมแรงทางสังคมต่อพฤติกรรมการทำงานบ้านของลูก โดยบอกว่า “ลูกเป็นเด็กดีที่ช่วยแม่ทำงานบ้าน”
  - ง. ครูไม่สามารถหาตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของได้ทันที จึงใช้เบี้ยorrดกรเสริมแรงแทน
- (จ) เมื่อเห็นลูกชักเสื้อผ้าด้วยตนเอง บางครั้งแม่กล่าวคำชมทันที บางครั้งแม่แสดงท่าทีเฉย ๆ

26) “แม่กำลังทำครัว ลูกช่วยแม่ทำขนม หลังทำเสร็จ แม่จึงเอามือลูบศีรษะ แล้วจึงหยิบขนมให้ลูก 1 ชิ้น” เป็นการเสริมแรงแบบใด ( 2.00 )

- ก. เบี้ยorrดกร/การให้ข้อมูลย้อนกลับ
  - ข. ตัวเสริมแรงทางสังคม/เบี้ยorrดกร
  - ค. ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ/เบี้ยorrดกร
- (ง) ตัวเสริมแรงทางสังคม/ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ
- จ. ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม/ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ

27) พ่อเห็นลูกกำลังทำการบ้าน และเป็นช่วงเวลาก่อนอาหารเย็นจึงเอาขนมที่ซื้อมาให้ลูกรับประทานทันที การเสริมแรงของพ่อเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด ( 4.00 )

- ก. เหมาะสม เพราะเป็นการให้ทันทีที่แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์
  - ข. เหมาะสม เพราะช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้
  - ค. เหมาะสม เพราะเป็นช่วงเวลาที่เด็กต้องการ
- (ง) ไม่เหมาะสม เพราะรบกวนกิจกรรมที่เด็กกำลังทำ
- จ. ไม่เหมาะสม เพราะไม่ได้เป็นเงื่อนไขที่ตกลงกัน



28) ข้อใดเป็นอุปสรรคทำให้การลงโทษไม่ได้ผล ( 1.00 )

- (ก) มีการเสริมแรงพฤติกรรมที่ได้รับการลงโทษ
- ข. มีการเสริมแรงพฤติกรรมที่ไม่ได้รับการลงโทษ
- ค. มีการลงโทษทันทีที่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น
- ง. มีการลงโทษทุกครั้งที่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น
- จ. มีการควบคุมการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

29) เด็กชายโดนัทไม่ค่อยทำการบ้านมาส่ง บางครั้งครูตำหนิ บางครั้งครูตี บางครั้งครูทำเฉย หากครูยังคงทำเช่นนี้ต่อไป ผลจะเป็นอย่างไร ( 5.00 )

- ก. เด็กไม่กลัวการลงโทษ
- ข. ระวังพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้ง่าย
- ค. เด็กมีทัศนคติไม่ที่ดีต่อการลงโทษ
- ง. การลงโทษมีประสิทธิภาพมากขึ้น
- (จ) พฤติกรรมที่เป็นปัญหาคงทนและแก้ไขได้ยาก

30) เด็กคนหนึ่งทุกครั้งที่ยืมเงินแล้วแม่ไม่ให้จะร้องเสียงดัง แม่จึงเฉยไม่ให้ความสนใจ และจะให้เมื่อหยุดร้องเท่านั้น เมื่อพ่ออยู่บ้านและเห็นลูกร้องจะรีบให้เงินตามที่ลูกต้องการเพื่อให้หยุดร้อง การกระทำของพ่อเป็นสิ่งสมควรหรือไม่ ( 6.00 )

- ก. สมควร เพราะทำให้เด็กหยุดร้อง
- ข. สมควร เพราะไม่ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์แก่เด็ก
- ค. สมควร เพราะทำให้เด็กเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเร็วขึ้น
- ง. ไม่สมควร เพราะทำให้เสียนิสัยและมีพฤติกรรมเหมือนเดิม
- (จ) ไม่สมควร เพราะทำให้การปรับพฤติกรรมของแม่ไม่ได้ผล

- 31) อาจารย์หลายท่านได้รายงานอาจารย์ประภค ซึ่งประจำชั้น ม. 5/4 ว่านักเรียนชายในชั้น  
ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ครูประภคจึงกำหนดพฤติกรรมก้าวร้าวว่าได้แก่ การชกต่อย  
กับเพื่อนนอกชั้น การพูดคำไม่สุภาพ และการรังแกนักเรียนหญิง เหตุใดครูประภคจึงต้อง  
กำหนดพฤติกรรมให้ชัดเจน ( 3.00 )
- เพื่อให้ผู้สังเกตเข้าใจตรงกัน
  - เพื่อประเมินการใช้โปรแกรมได้ง่าย
  - เพื่อรวบรวมข้อมูลได้อย่างเป็นระบบ
  - เพื่อกำหนดเวลาในการบันทึกได้เหมาะสม
  - เพื่อกำหนดสถานที่ในการบันทึกได้เหมาะสม
- 32) การบันทึกพฤติกรรมใด มีลักษณะเดียวกับการบันทึกพฤติกรรมการพูดโทรศัพท์ ( 3.00 )
- การสูบบุหรี่
  - การอ่านหนังสือ
  - การตะโกนเสียงดัง
  - การยกมือตอบคำถาม
  - การกลับบ้านตรงเวลา
- 33) ทุกข้อต่อไปนี้ เป็นเทคนิคการเพิ่มพฤติกรรม ยกเว้นข้อใด ( 1.00 )
- กิจกรรม
  - เบียร์รถกร
  - การแต่งพฤติกรรม
  - การเสริมแรงทางลบ
  - การให้ข้อมูลย้อนกลับ
- 34) การปฏิบัติของครูข้อใดที่นักเรียนรู้ว่า ตนเองกำลังถูกสังเกตมากที่สุด ( 2.00)
- ใช้วิธีสอนที่ไม่เคยใช้มาก่อน
  - ครูประจำชั้นเป็นผู้สังเกตและบันทึกพฤติกรรม
  - ให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของเพื่อนในชั้น
  - ให้ครูประจำแต่ละวิชาสังเกตขณะที่มีการเรียนการสอน
  - สังเกตและบันทึกขณะที่นักเรียนกำลังทำงานที่ได้รับมอบหมาย

35) ข้อใดเป็นการลงโทษทางลบ ( 2.00 )

- ก. สมศรีมาสาย จึงถูกหัวหน้าตำหนิ
- ข. สมพรเห็นตำรวจอยู่ข้างทางจึงขับรถให้ช้าลง
- ค. สมคิดกลัวถูกครูตีหน้าชั้น จึงทำการบ้านมาส่ง
- ง. สมใจหนีเที่ยวกลางคืน แม่จึงลงโทษโดยการตี
- (จ) สมศักดิ์ขับรถเร็วเกินกำหนด จึงถูกตำรวจจับและปรับเงิน 500 บาท

36) เด็กหญิงปิ่นชอบพูดคำหยาบ แม่ควรใช้เทคนิคใดในการลดพฤติกรรมดังกล่าว ( 3.00 )

- ก. การเลียนแบบ
- (ข) การปรับสินไหม
- ค. การแต่งพฤติกรรม
- ง. การเสริมแรงทางลบ
- จ. การเสริมแรงทางบวก

37) จันทร์เพ็ญกลัวว่าตัวเองจะสอบไม่ผ่านจึงอ่านหนังสือทุกวัน การแสดงพฤติกรรมของจันทร์เพ็ญ เป็นผลมาจากสาเหตุใด ( 4.00 )

- ก. การได้รับสิ่งเร้าที่พึงพอใจ
- ข. การได้รับสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ
- ค. การกลัวถูกถอดถอนสิ่งที่พึงพอใจ
- (ง) การกลัวจะได้รับสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ
- จ. การกลัวจะไม่ได้รับสิ่งเร้าที่พึงพอใจ

38) จากข้อ 37 เป็นการทำให้เปลี่ยนแปลง พฤติกรรมโดยวิธีการใด ( 3.00 )

- ก. การลงโทษทางลบ
- ข. การลงโทษทางบวก
- (ค) การเสริมแรงทางลบ
- ง. การเสริมแรงทางบวก
- จ. การให้ข้อมูลย้อนกลับ

- 39) ครูใช้วิธีการลงโทษโดยการเขียนติดกับเด็กที่เล่นไม้ขีดไฟ นักศึกษาเห็นด้วยกับการปรับพฤติกรรมวิธีนี้ของครูหรือไม่ เพราะเหตุใด ( 6.00 )
- เห็นด้วย เพราะเป็นพฤติกรรมที่ทำให้เกิดอันตราย
  - เห็นด้วย เพราะเป็นเทคนิคที่ใช้ลดพฤติกรรมที่ใช้ได้ทันที
  - ไม่เห็นด้วย เพราะเลือกใช้วิธีอื่นได้อีก ควรพิจารณาเป็นลำดับสุดท้าย
  - ไม่เห็นด้วย เพราะเป็นวิธีที่รุนแรงเกินไป ทำให้เด็กได้รับความเจ็บปวด
  - ไม่เห็นด้วย เพราะทำให้เด็กอับอายและอาจมีพฤติกรรมแยกตัวจากสังคม
- 40) นักเรียนทำการบ้านมาส่ง เมื่อครูตรวจ การบ้านแล้ว หันมายิ้มพร้อมส่งสายตาไปที่เด็ก และพูดว่า “ครูภูมิใจที่หนูรับผิดชอบดีมาก” สิ่งที่ไม่เหมาะสมในการเสริมแรงของครูคือข้อใด ( 5.00 )
- ใช้คำพูดที่ห่างเหินไม่เป็นส่วนตัว
  - ไม่มีการเสริมแรงทางบวกพร้อมด้วย
  - ไม่มีการสัมผัสตัวเด็กทำให้ขาดจริงใจ
  - ใช้คำพูดไม่เน้นพฤติกรรมที่เด็กกระทำ
  - การกระทำของครูมีความเหมาะสมดีแล้ว
- 41) การใช้เทคนิคการเขียนแบบให้มีประสิทธิภาพ ควรทำอย่างไร ( 1.00 )
- ใช้ตัวแบบเพียงคนเดียว
  - ให้ข้อมูลย้อนกลับต่อเนื่องทุกชั้น ตอน
  - กำหนดชั้นตอนกว้าง ๆ ให้ตัวแบบแสดง
  - หลังดูเสร็จทุกชั้นตอน จึงให้ผู้สังเกตแสดงพฤติกรรมตามทั้งหมด
  - หากผู้สังเกตไม่แสดงพฤติกรรมเขียนแบบ ควรให้การเสริมแรงทันที
- 42) “นักศึกษาพยาบาลกลัวถูกงคออกจาก วิทยาลัยในวันเสาร์-อาทิตย์ จึงกลับเข้าหอพักก่อนเวลา 18.00 น.” เป็นการใช้เทคนิคใดในการปรับพฤติกรรม ( 3.00 )
- การลงโทษ
  - การปรับสินไหม
  - การควบคุมสิ่งเร้า
  - การเสริมแรงทางลบ
  - การทำสัญญาเงื่อนไข

- 43) “การใช้เทคนิคการแต่งพฤติกรรมทันทีที่บุคคลแสดงพฤติกรรมขั้นแรกได้แล้ว สามารถเคลื่อนไปสู่ขั้นสูงขึ้นไปได้ทันที” นักศึกษาเห็นด้วยกับคำกล่าวนี้หรือไม่ ( 5.00 )
- เห็นด้วย เพราะไม่เสียเวลาในการนำไปสู่พฤติกรรมเป้าหมาย
  - เห็นด้วย เพราะพฤติกรรมขั้นแรกมักไม่ยากเกินไปที่จะกระทำ
  - เห็นด้วย เพราะเมื่อผ่านขั้นแรกแล้วขั้นต่อไปสามารถทำได้ง่ายขึ้น
  - ไม่เห็นด้วย เพราะพฤติกรรมขั้นแรกยังแสดงไม่สม่ำเสมอ อาจเปลี่ยนแปลงได้
  - ไม่เห็นด้วย เพราะพฤติกรรมแต่ละขั้นจะเกิดได้ต้องรอความพร้อมของบุคคลเสียก่อน
- 44) เหตุใดหลังจากนักเรียนยกมือและถูกขึ้นตอบคำถาม ครูจึงกล่าวชมทันที ( 4.00 )
- เพราะทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดีที่สุด
  - เพราะจะทำให้นักเรียนรู้สึกว่าได้ได้รับความสนใจ
  - เพราะทำให้การปรับพฤติกรรมประสบความสำเร็จได้ง่าย
  - เพราะทำให้เห็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ชัดเจน
  - เพราะหากให้ช้าเกินไปอาจทำให้พฤติกรรมคงอยู่ได้ไม่นาน
- 45) ข้อใดทำให้การใช้หลักฟรีแม็คไม่ได้ผล ( 3.00 )
- ครูกำหนดกิจกรรมหลายกิจกรรมให้เลือก
  - ลูกทำการบ้านยังไม่เสร็จ แต่ขอให้พ่อดูโทรทัศน์ให้ดูก่อน พ่อไม่ยอมเพราะผิดข้อตกลง
  - ครูสำรวจโดยใช้แบบสอบถามตามความต้องการของเด็กในชั้น พบว่าไม่มีกิจกรรมใดที่เด็กหญิงแก้วชอบ
  - หลังจากเด็กทำงานเสร็จ แทนที่จะเสริมแรงทันที ครูกลับยึดเวลาให้เด็กไปเล่นบิงปองหลังเลิกเรียนแทน
  - ถูกทุกข้อ
- 46) ครูใช้วิธีการบันทึกความถี่บันทึกพฤติกรรมการเข้าห้องเรียนสายของนักศึกษา วิธีดังกล่าวเหมาะสมกับพฤติกรรมหรือไม่ เพราะเหตุใด ( 6.00 )
- เหมาะสม เพราะเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นและยุติในเวลาที่ไม่แน่นอน
  - เหมาะสม เพราะเป็นพฤติกรรมที่มีลักษณะการแสดงออกอย่างต่อเนื่อง
  - ไม่เหมาะสม เพราะเป็นพฤติกรรมที่มีจุดเริ่มต้นในการเกิดไม่แน่นอน
  - ไม่เหมาะสม เพราะเป็นพฤติกรรมที่มีลักษณะการแสดงออกอย่างต่อเนื่อง
  - ไม่เหมาะสม เพราะการแสดงออกแต่ละครั้งของพฤติกรรมเวลาไม่เท่ากัน

- 47) การไม่ให้เที่ยวในวันหยุด เนื่องจากสัปดาห์ที่แล้วกลับบ้านคิดเวลา เป็นการใช้เทคนิคใดในการปรับพฤติกรรม ( 3.00 )
- การลงโทษ
  - การปรับสินไหม
  - การควบคุมสิ่งเร้า
  - การเสริมแรงทางลบ
  - การแก้ไขเกินกว่าเหตุ
- 48) เด็กคนหนึ่งชอบพูดจ่าก่อกวนครูในชั้นเรียน ทุกครั้งที่พูดก่อกวน เพื่อนในชั้นจะหัวเราะชอบใจ ครูจึงทำท่าทางไม่สนใจ แต่พฤติกรรมการพูดก่อกวนกลับเพิ่มสูงขึ้น ครูจึงหยุดใช้วิธีนี้เพราะคิดว่าไม่ได้ผล จากเหตุการณ์ข้างต้นอะไรเป็นสาเหตุให้เป็นเช่นนั้น ( 4.00 )
- ท่าทางของครูอาจดูไม่จริงจัง
  - วิธีการที่ใช้ไม่เหมาะสมกับพฤติกรรม
  - ดำเนินการปรับพฤติกรรมไม่ต่อเนื่อง
  - ไม่สามารถควบคุมแหล่งของแรงเสริมได้
  - ไม่ได้ใช้คู่กับตัวเสริมแรงทางบวกอื่น ๆ
- 49) ตอนเย็นขณะที่แม่กลับมาถึงบ้านเห็นลูกกำลังอ่านหนังสือ รอนงค์เมื่อลูกเตรียมเข้านอน แม่จึงเข้าไปหาและชมเชยลูกที่ขยันอ่านหนังสือ การกระทำของแม่ถูกต้องหรือไม่ เพราะเหตุใด ( 6.00 )
- ถูกต้อง เพราะหากเข้าไปทันทีจะรบกวนการอ่านหนังสือของลูก
  - ถูกต้อง เพราะการยืดเวลาออกไปไม่ทำให้ตัวเสริมแรงทางสังคมหมดประสิทธิภาพ
  - ไม่ถูกต้อง เพราะใช้วิธีการเสริมแรงไม่เหมาะสม
  - ไม่ถูกต้อง เพราะการเรียนรู้การตอบสนองจะมีประสิทธิภาพถ้ามีการเสริมแรงทันที
  - ไม่ถูกต้อง เพราะหลักการเสริมแรงจะต้องให้ทันทีที่เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

50) พฤติกรรมที่ครูสังเกตเห็นในชั้นเรียนได้แก่ พฤติกรรมการเล่นของมีคม พฤติกรรมการตะโกนเสียงดัง และพฤติกรรมการไม่ทำการบ้านมาส่ง หากครูต้องการปรับพฤติกรรมควรดำเนินการอย่างไร ( 3.00 )

- ก. ควรเลือกพฤติกรรมที่มีโอกาสสำเร็จได้ง่าย
- ข. ควรปรับพร้อม ๆ กัน เพื่อไม่เป็นการเสียเวลา
- ค. ควรเลือกพฤติกรรมที่เกิดบ่อย แม้จะมีความรุนแรงน้อยกว่า
- ง. ควรเลือกพฤติกรรมที่ช่วยให้บุคคลอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
- จ. ควรเลือกพฤติกรรมที่ใช้ระยะเวลาสั้น ๆ ในการปรับเป็นลำดับแรก

ตาราง 22 ตารางวิเคราะห์เนื้อหา เรื่องการปรับปรุงพฤติกรรม

เนื้อหา	พฤติกรรมสูงสุดที่วัด	ระดับพฤติกรรมที่ต้องการวัด						รวม
		จำ	เข้าใจ	นำไปใช้	วิเคราะห์	สังเคราะห์	ประเมินค่า	
<p>เรื่องที่ 1 : พฤติกรรมและการสังเกตพฤติกรรม</p> <p>1. การสังเกตและบันทึกพฤติกรรม</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความหมายของพฤติกรรม</li> <li>- การใช้คำศัพท์</li> <li>- จุดมุ่งหมายในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม</li> <li>- หลักที่ควรพิจารณา ก่อนการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม</li> </ul>	<p>ความเข้าใจ</p> <p>ความเข้าใจ</p> <p>ความเข้าใจ</p>	-	1	-	-	-	1	
<p>พฤติกรรม</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ลักษณะการบันทึกพฤติกรรม</li> </ul>	<p>การนำไปใช้</p> <p>การประเมินค่า</p>	1	1	1	-	-	3	
<p>2. การปรับปรุงพฤติกรรม</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความหมายของลักษณะการปรับปรุงพฤติกรรม</li> <li>- ขั้นตอนในการดำเนินการปรับปรุงพฤติกรรม</li> </ul>	<p>ความรู้ความเข้าใจ</p> <p>การสังเคราะห์</p>	1	-	-	-	-	1	
<p>เรื่องที่ 2 : เทคนิคที่ใช้ในการเพิ่มพฤติกรรม</p> <p>1. การเสริมแรงทางบวก</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ</li> <li>- ตัวเสริมแรงทางสังคม</li> <li>- ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม</li> <li>- เมื่อยอดการ</li> <li>- การให้ข้อมูลย้อนกลับ</li> </ul> <p>2. การเสริมแรงทางลบ</p>	<p>การประเมินค่า</p> <p>การวิเคราะห์</p>	2	5	1	3	1	13	
		-	1	2	1	-	4	



ตาราง 22 ตารางวิเคราะห์เนื้อหา เรื่องการปรับปรุงพฤติกรรม ( ต่อ )

เนื้อหา	พฤติกรรมสูงสุดที่วัด	ระดับพฤติกรรมที่ต้องการวัด							รวม
		จำ	เข้าใจ	นำไปใช้	วิเคราะห์	สังเคราะห์	ประเมินค่า		
เรื่องที่ 3 : เทคนิคที่ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรม									
1. การแต่งพฤติกรรม	การสังเคราะห์	-	-	1	-	2	-	3	
2. การเขียนแบบ	การนำไปใช้	2	-	1	-	-	-	3	
3. การลงโทษ	การประเมินค่า	1	-	2	3	1	2	9	
รวม		9	10	12	9	6	4	50	

## ภาคผนวก 3

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญและหนังสือติดต่อราชการ

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยา :

1. รองศาสตราจารย์นิรันดร์ จุลทรัพย์  
ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยทักษิณ
2. อาจารย์วรณี ลิ้มอักษร  
ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยทักษิณ
3. อาจารย์แพ จันทร์สุข  
รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา
4. อาจารย์นันทอนงค์ ไทยเจริญ  
ภาควิชาการพยาบาลจิตเวชศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญทางการวัดผลและประเมินผลการศึกษา :

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คร.สนั่น สิทธิวิง  
รองอธิการบดีฝ่ายวิจัย วิทยาลัยเมืองหาดใหญ่ และอาจารย์ประจำภาควิชา  
วัดผลและวิจัยทางการศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์เสริม ทิศศรี  
ภาควิชาวัดผลและวิจัยทางการศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ
3. อาจารย์ศุภชัย เอื้ออิสระวิมล  
ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ โรงเรียนวิเชียรมาตุ จังหวัดตรัง



ที่ ทม 1213.04/277

ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
อ. เมือง จ. ปัตตานี 94000

21 สิงหาคม 2541

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เรียน

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. เอกสารประกอบการสอน จำนวน 3 ชุด  
2. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 3 ฉบับ

ด้วย นางสาวศิริวรรณ สุขสว่างผล นักศึกษาระดับปริญญาโท หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา) วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ได้รับอนุมัติให้ทำ วิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของวิธีเสนอให้เรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความคงทนของการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลที่มีรูปแบบการคิดต่างกัน” ในความควบคุมดูแลของ รองศาสตราจารย์ ดร. วัน เชนพิชัย ประธานกรรมการ และ ดร. สุมาลี พงศ์ดิยะไพบูลย์ กรรมการ มีความประสงค์จะขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนวหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

( ผศ.ดร. อัจฉรา ชรรมาภรณ์ )

หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว



ที่ ทม 1213.04/278

ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
อ. เมือง จ. ปัตตานี 94000

29 สิงหาคม 2541

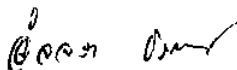
เรื่อง ขออนุญาตผ่อนผันในการตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาและการจัดกิจกรรมในแผน  
การสอน เอกสารประกอบการเรียน บทเรียนแบบแก้ปัญหา บทเรียนแบบรับอย่างมีความ  
หมาย และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
1. แผนการสอน จำนวน 3 แผน
  2. เอกสารประกอบการสอน จำนวน 3 ชุด
  3. บทเรียนแบบแก้ปัญหา จำนวน 3 บทเรียน
  4. บทเรียนแบบรับอย่างมีความหมาย จำนวน 3 บทเรียน
  5. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 3 ฉบับ

ด้วย นางสาวศิริวรรณ สุขสว่างผล นักศึกษาระดับปริญญาโท หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา) วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ได้รับอนุมัติให้ทำ วิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของวิธีเสนอให้เรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความคงทนของการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลที่มีรูปแบบการคิดต่างกัน” ในความควบคุมดูแลของรองศาสตราจารย์ ดร. วัน เชนพิชัย ประธานกรรมการ และ ดร. สุมาลี พงศ์ติยะไพบูลย์ กรรมการ มีความประสงค์จะขออนุญาตผ่อนผันจากท่านในการตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาและการจัดกิจกรรมของแผนการสอนเอกสารประกอบการสอน บทเรียนแบบแก้ปัญหา บทเรียนแบบรับอย่างมีความหมาย และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนวหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะ  
ได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



( ผศ.ดร. อัจฉรา ธรรมาภรณ์ )

หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว