

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	i
บทคัดย่อ	li
Abstract	iii
บทที่	
1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 โจทย์การวิจัย	3
1.3 คำถามการวิจัย	3
1.4 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
1.5 กรอบแนวความคิดของโครงการวิจัย	4
1.6 ขอบเขตของการวิจัย	5
1.7 นิยามศัพท์เฉพาะ	5
1.8 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	6
1.9 หน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์	7
2 แนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ภาษาอังกฤษและการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง	9
2.2 การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning)	12
2.3 การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy)	14
2.4 เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ	18
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	20
3 วิธีดำเนินการวิจัย	23
3.1 ประชากรและกลุ่มเป้าหมาย	23
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	23
3.3 ขั้นตอนการดำเนินการและการเก็บรวบรวมข้อมูล	23
4 ผลการวิจัย	35
5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	48

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
บรรณานุกรม	58
ประวัติผู้วิจัย	64

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความอนุเคราะห์และการสนับสนุนจากหลายฝ่าย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย ที่ได้ให้การสนับสนุนทุนวิจัย ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่เอื้ออำนวยให้การดำเนินการวิจัยเป็นไปอย่างราบรื่นและสามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย ที่ให้การสนับสนุนและส่งเสริมด้านวิชาการ รวมถึงอำนวยความสะดวกในการดำเนินการวิจัยในด้านต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการพัฒนางานวิจัยฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์และมีคุณภาพ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการสนับสนุนและส่งเสริมการทำวิจัยในครั้งนี้มา ณ โอกาสนี้เป็นอย่างสูง

สิริกัญญา ดาวิไล

มกราคม 2569

ชื่อเรื่อง : ผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้

ความสามารถของตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

ชื่อผู้วิจัย : นางสาว สิริกันยา ดาวิไล

สาขาวิชา/คณะ : โปรแกรมวิชาภาษาตะวันตก คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยประจำปีงบประมาณ : 2568

ระยะเวลาที่ดำเนินการวิจัยปี : มกราคม 2568 ถึง มกราคม 2569

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ภาษาอังกฤษ การกำกับตนเองในการเรียนรู้ และรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่เรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร (GEN2001) จำนวน 130 คน ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษก่อนและหลังการเรียนรู้ แบบสอบถามการกำกับตนเองในการเรียนรู้ และแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และร้อยละ รวมทั้งสถิติ Paired Sample t-test เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ก่อนและหลังการเรียนรู้

ผลการวิจัยพบว่า (1) คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษของนักศึกษาหลังการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษสูงกว่าก่อนการเรียนรู้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) นักศึกษามีการกำกับตนเองในการเรียนรู้โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก โดยมีความเข้มแข็งในด้านการปฏิบัติและการไตร่ตรองตนเอง ขณะที่ด้านการคิดล่วงหน้า เช่น การวางแผน และการจัดการเวลา ยังเป็นประเด็นที่ควรได้รับการส่งเสริมเพิ่มเติม และ (3) นักศึกษามีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนภาษาอังกฤษอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง โดยเฉพาะด้านคำชักนำและการสนับสนุนจากผู้อื่น และประสบการณ์เชิงสังเกต ผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่า การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษสามารถช่วยส่งเสริมทั้งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทักษะการกำกับตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ : เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ การกำกับตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษ

Research Title : The Impact of Technology-Assisted Language Learning on Self-Regulation and Self-Efficacy of Students at Chiang Rai Rajabhat University

Author : Sirikanya Dawilai

Faculty : Western Languages Program, Faculty of Humanities and Social Sciences

Fiscal Year : 2024

Year of Research : January 2024 to January 2025

Abstract

This research aimed to investigate English learning achievement, self-regulation, and self-efficacy of students at Chiang Rai Rajabhat University who learned English through technology-assisted language learning. The participants were 130 undergraduate students enrolled in the English for Communication course (GEN2001), selected through purposive sampling. The research instruments consisted of an English achievement pre-test and post-test, a self-regulation questionnaire, and a self-efficacy questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics, including mean, standard deviation, and percentage, as well as a paired sample t-test to compare pre-test and post-test scores.

The findings revealed that (1) students' English learning achievement after learning through technology-assisted language learning was significantly higher than before learning at the .05 level. (2) Overall self-regulation in learning was at a moderate to high level, with strengths observed in the performance and self-reflection phases, while the forethought phase, particularly planning and time management, required further development. (3) Students' self-efficacy in learning English was at a moderately high level, especially in terms of verbal persuasion and vicarious experiences. The results indicate that technology-assisted language learning effectively enhances students' English achievement, self-regulation, and self-efficacy in the context of higher education.

Keywords : Technology-Assisted Language Learning, Self-Regulation, Self-Efficacy, English Learning Achievement

บทที่ 1

บทนำ

บทนี้นำเสนอความเป็นมาและความสำคัญของการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษในระดับอุดมศึกษา โดยมุ่งเน้นบทบาทของการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเองของผู้เรียน นอกจากนี้ยังกล่าวถึงปัญหา วัตถุประสงค์ คำถามการวิจัย และกรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำเนินการวิจัยอย่างเป็นระบบ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในยุคปัจจุบัน เทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทสำคัญในทุกด้านของการดำเนินชีวิตรวมถึงด้านการศึกษาโดยเฉพาะการเรียนการสอนภาษาอังกฤษ ซึ่งเป็นภาษาสากลที่มีความสำคัญในระดับโลก การใช้เทคโนโลยีช่วยการเรียนการสอนส่งผลให้รูปแบบการเรียนรู้ที่หลากหลายและยืดหยุ่นมากขึ้น หนึ่งในแนวคิดสำคัญที่ได้รับความสนใจในการศึกษายุคดิจิทัลคือ การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Regulation) และการรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) การเรียนรู้รูปแบบนี้ให้นักเรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ กำหนดเป้าหมายและแนวทางในการเรียนรู้ของตนเอง พร้อมทั้งปรับวิธีการเรียนรู้ตามความต้องการและความเหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมของแต่ละสถาบันการศึกษา รวมถึงระดับมหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย (CRRU) เป็นสถาบันที่มีบทบาทสำคัญในการผลิตบัณฑิตที่มีความสามารถทางภาษาอังกฤษเพื่อรองรับความต้องการของตลาดแรงงานและการศึกษาต่อ อย่างไรก็ตามสภาพแวดล้อมการเรียนภาษาอังกฤษในระดับมหาวิทยาลัยยังคงมีข้อจำกัดหลายประการที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Regulation) และการรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) ของนักศึกษา โดยความท้าทายหลักในการเรียนภาษาอังกฤษรายวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร (GEN2001) มาจากนักศึกษาหลายคนยังไม่สามารถกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนภาษาอังกฤษได้อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากการขาดแรงจูงใจ นักศึกษาจำนวนมากเรียนภาษาอังกฤษเพราะเป็นวิชา

บังคับ ไม่ใช่เพราะต้องการพัฒนาตนเอง ทำให้ขาดความตั้งใจในการเรียน ประกอบกับปัญหาด้านการจัดการเวลา โดยมีสาเหตุมาจากนักศึกษาส่วนใหญ่ไม่มีการวางแผนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษด้วยตนเอง และมักจะเรียนเมื่อถึงช่วงสอบเท่านั้น และที่สำคัญนักศึกษากขาดเทคนิคในการเรียนรู้ ไม่รู้วิธีการเรียนรู้ภาษาอังกฤษด้วยตนเอง ทำให้นักศึกษาไม่มั่นใจในการใช้ภาษาอังกฤษในสถานการณ์จริง

การเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยใช้เทคนิคการเรียนรู้ด้วยตนเอง หรืออีกชื่อหนึ่งว่า Self-regulation คือการควบคุมการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผู้เรียนกระตุ้นความสนใจ สร้างแรงจูงใจทั้งเชิงพฤติกรรมและอารมณ์ของตนเองอย่างเป็นระบบในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งที่อยากเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อบรรลุเป้าหมายในการเรียนภาษาอังกฤษ (Greene, 2021) วิธีการนี้ส่งผลให้เกิดความสำเร็จของผู้เรียนที่แตกต่างกัน และเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียน ดังนั้นการเรียนรู้ด้วยวิธีนี้จึงมีนัยสำคัญอย่างมากต่อการเรียนและการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) การรับรู้ความสามารถของตนเองเน้นที่การประเมินความสามารถของตนในการทำบางสิ่งบางอย่างให้ประสบความสำเร็จในสถานการณ์ที่กำหนด ผู้เรียนตัดสินใจความสามารถของพวกเขา (Bandura, 2006) แนวคิดนี้เกี่ยวข้องกับความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถ หรือความไร้ความสามารถที่รับรู้ของผู้เรียนในการทำงานให้สำเร็จ และจากงานวิจัยแสดงให้เห็นว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองนั้นมีอิทธิพลต่อแรงจูงใจในการเรียนรู้เชิงวิชาการ และความสำเร็จในการเรียนรู้ (Waddington, 2023; Irie, 2021; Jaekel, 2020) อย่างไรก็ตาม ทั้งการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Regulation) และการรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการเรียนการสอนเพื่อเป็นแนวทางในการเรียนรู้ ส่งเสริมสภาพแวดล้อมทางการศึกษาภาษาอังกฤษให้เกิดความคล่องตัว เข้าถึงง่ายและทันสมัย การใช้เทคโนโลยีในการเรียนการสอนภาษาจำเป็นต้องเป็นสิ่งหนึ่งที่ผู้เรียนต้องการ

การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนการสอนภาษา หรือ Technology-Assisted Language Learning (TALL) เป็นอีกหนึ่งแนวทางที่ได้รับการยอมรับและแพร่หลายในหลายๆ ประเทศ รวมถึงประเทศไทย เทคโนโลยีและความก้าวหน้าของสื่อดิจิทัลไม่เพียงแต่มีศักยภาพในการเปลี่ยนแปลงวิธีการเรียนรู้ภาษาเท่านั้น แต่ยังรวมถึงวิธีที่ผู้สอนภาษาอังกฤษเรียนรู้วิธีการสอน (Melkonyan & Matevosyan, 2020) เทคโนโลยี เข้ามาช่วยด้านการศึกษาด้านเครือ ่องมี อดิ จิ ทัต

และแอปพลิเคชันต่างๆที่ออกแบบมาเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ ไม่ว่าจะเป็นโปรแกรมการสอนภาษาอังกฤษออนไลน์ เครื่องมือส่งเสริมทักษะการฟัง การพูด การอ่าน และการเขียน หรือแม้แต่เกมและกิจกรรมที่ใช้ในการฝึกฝนภาษา ทั้งนี้ผู้เรียนสามารถเรียนภาษาอังกฤษผ่านคอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต มือถือ ในสถานที่ที่ตนชื่นชอบ และเหมาะสมกับการเรียน ในเวลาที่เหมาะสมกับตนเองอีกด้วย

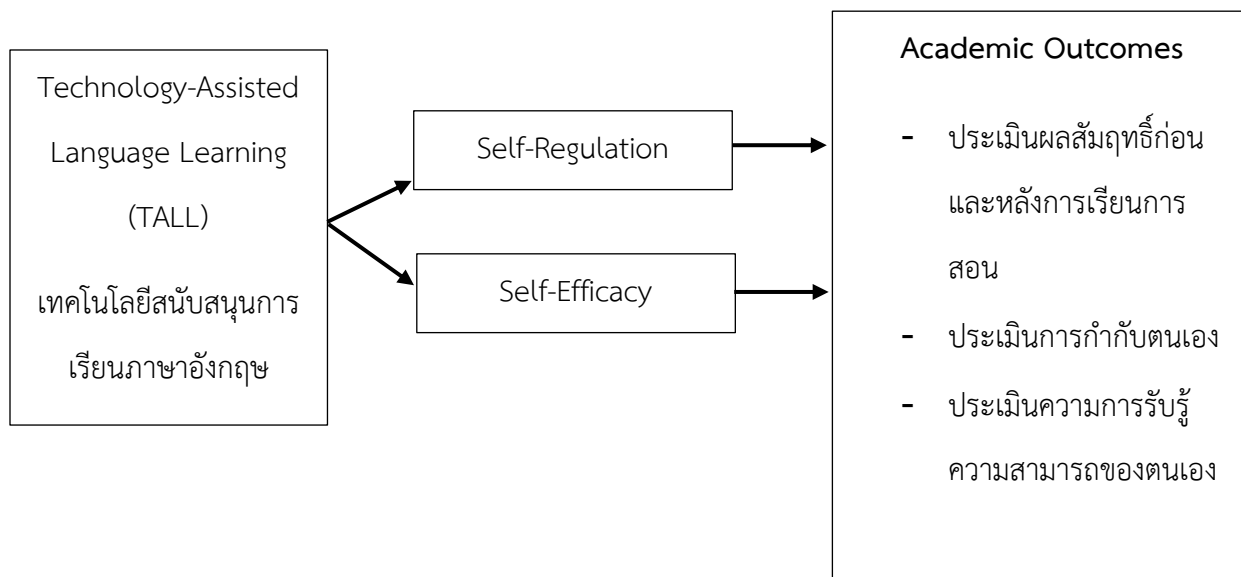
อย่างไรก็ตาม การเรียนรู้ที่ประสบความสำเร็จภายใต้การใช้เทคโนโลยีในการสอนภาษาอังกฤษนั้น ผู้สอนต้องมีความเข้าใจกระบวนการสอนและการวางแผนการเรียนที่เหมาะสม และผู้เรียนต้องมีระเบียบวินัยในการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างเพียงพอ ผู้เรียนต้องสามารถควบคุมและจัดการการเรียนรู้ของตนเอง ทั้งการวางแผนการเรียน การกำกับตนเอง การตรวจสอบความก้าวหน้า ซึ่งเป็นหนึ่งในกระบวนการสร้างความรับผิดชอบในการพัฒนาตนเองต่อไป

วิจัยเรื่องผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย มีความสำคัญในการทำความเข้าใจถึงปัจจัยที่มีผลกระทบของการใช้เทคโนโลยีดังกล่าวต่อการกำกับตนเองในการเรียนรู้และการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษาในบริบทของการเรียนการสอนภาษาอังกฤษ โดยมุ่งเน้นไปที่การวิเคราะห์ความเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรมการเรียนรู้และความมั่นใจในความสามารถทางภาษาอังกฤษของนักศึกษา ผลการวิจัยนี้คาดว่าจะช่วยให้ครูผู้สอนและผู้พัฒนาหลักสูตรได้เห็นถึงความสำคัญของการส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองในกระบวนการเรียนการสอน รวมถึงพัฒนาวิธีการและเครื่องมือในการสนับสนุนการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านเทคโนโลยีในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1 เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ การเรียนภาษาอังกฤษของนักศึกษาที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ
- 2 เพื่อศึกษาการกำกับตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ
- 3 เพื่อศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ

กรอบแนวความคิดของโครงการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

- 1) เนื้อหาที่ใช้ในการพัฒนาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร หรือวิชา GEN2001
- 2) รูปแบบการจัดการการเรียนการสอนทั้งในชั้นเรียนและระบบออนไลน์โดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

ขอบเขตด้านประชากรที่ศึกษา

- 1) ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่ลงทะเบียนเรียนวิชา GEN2001 จำนวน 2 ห้องเรียน

2) กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่ลงทะเบียนเรียนวิชา GEN2001 โดยได้จากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection)

ขอบเขตด้านสถานที่ศึกษา

มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

นิยามศัพท์เฉพาะ

เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ

เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ (Technology-Assisted Language Learning: TALL) คือ เครื่องมือหรือแพลตฟอร์มดิจิทัลที่ถูกออกแบบมาเพื่อช่วยเสริมสร้างและเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนรู้ภาษาอังกฤษในรายวิชา GEN2001 ผ่านระบบอินเทอร์เน็ต รวมถึง แอปพลิเคชันเรียนภาษาและซอฟต์แวร์ที่สนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษทั้งทักษะการฟัง พูด อ่าน และเขียน เทคโนโลยีนี้อำนวยความสะดวกในการเข้าถึงเนื้อหา และให้ข้อเสนอแนะเฉพาะบุคคลเพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีการกำกับตนเองที่ดีขึ้น เพิ่มพูนความสามารถ และความมั่นใจในการใช้ภาษาอังกฤษผ่านการเรียนรู้ด้วยตนเอง

การกำกับตนเอง

การกำกับตนเองในการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ (Self-Regulation) หมายถึง กระบวนการที่ผู้เรียนมีการควบคุม ดูแล และประเมินการเรียนรู้ของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษที่เรียนในรายวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร หรือ GEN2001 ด้านการฟัง พูด อ่าน และเขียน โดยผู้เรียนจะตั้งเป้าหมาย วางแผนการเรียนรู้ ใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ที่เหมาะสม และติดตามความก้าวหน้าของตนเองอย่างต่อเนื่อง การกำกับตนเองช่วยให้ผู้เรียนมีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตน เพิ่มความมุ่งมั่นและแรงจูงใจในการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษ ตลอดจนสามารถปรับเปลี่ยนกลยุทธ์เมื่อพบปัญหาเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

การรับรู้ความสามารถของตน

การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) ในการเรียนภาษาอังกฤษในงานวิจัยนี้ มุ่งเน้นความเชื่อมั่นของผู้เรียนว่าตนเองมีความสามารถเพียงพอที่จะทำกิจกรรมหรือภาระงานที่เกี่ยวข้องกับการเรียนภาษาอังกฤษได้สำเร็จ ความเชื่อนี้มีบทบาทสำคัญในการผลักดันให้ผู้เรียนเปิดรับการเรียนรู้ด้านภาษา ทำให้เกิดความพยายามและแรงจูงใจในการเรียนรู้ และมุ่งมั่นพัฒนาทักษะทางภาษาให้ดียิ่งขึ้น ผู้ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนในระดับสูงมักจะมีทัศนคติเชิงบวกและความอดทนต่อการเรียนภาษาอังกฤษ ส่งผลให้เกิดการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษอย่างต่อเนื่องและประสบความสำเร็จในการเรียน

1.8 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัยเรื่อง การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย มีดังนี้:

ด้านวิชาการ

1. ผลการวิจัยจะช่วยให้อาจารย์ที่สอนรายวิชา GEN2001 ผู้สอนภาษาอังกฤษ และผู้บริหารด้านการศึกษามีข้อมูลในการเลือกและพัฒนาเทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนที่เหมาะสม เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ภาษาอังกฤษของนักศึกษา
2. การวิจัยนี้ดีผลของการใช้เทคโนโลยีสามารถช่วยพัฒนาทักษะการกำกับตนเองในการเรียนรู้ ซึ่งเป็นทักษะสำคัญที่นักศึกษาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตการเรียนและการทำงาน
3. ผลการวิจัยจะให้ข้อมูลที่สามารถใช้ในการพัฒนาหลักสูตรหรือแนวทางการสอนที่ผสมผสานเทคโนโลยีเพื่อเสริมสร้างความพร้อมของนักศึกษาในการใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือการเรียนรู้
4. การวิจัยนี้สามารถเป็นแนวทางพื้นฐานสำหรับการศึกษาเพิ่มเติมในด้านการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาในบริบทอื่น ๆ และเป็นต้นแบบสำหรับการประยุกต์ใช้ในมหาวิทยาลัยอื่นๆ ได้

1.9 หน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายและสถานศึกษาอื่นๆ ที่มีการพัฒนาหลักสูตรและเทคนิคการสอนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการสอนภาษา ทั้งนี้ สถาบันวิจัยและกระทรวงอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (อว.) สามารถนำข้อมูลที่ได้ไปใช้เพื่อส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีในมหาวิทยาลัยอื่นๆ ได้

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วิจัยในบทนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร งานวิจัย แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมข้อมูลเพื่อนำไปประกอบการทำวิจัยฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น โดยนำเสนอข้อมูลตามลำดับดังต่อไปนี้

2.1 แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ภาษาอังกฤษและการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง

2.1.1 ความสำคัญของการเรียนรู้ภาษาอังกฤษในระดับอุดมศึกษา

2.1.2 ความหมายและองค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยตนเอง

2.2 การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning)

2.2.1 แนวคิดและความหมายของการกำกับตนเองในการเรียนรู้

2.2.2 รูปแบบการกำกับตนเองในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ภาษา

2.2.3 บทบาทของการกำกับตนเองในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ภาษา

2.3 การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy)

2.3.1 แนวคิดและความหมายของการรับรู้ความสามารถของตน

2.3.2 ปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตน

2.3.3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนและผลการเรียนรู้

2.4 เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ

2.4.1 บทบาทของเทคโนโลยีในการสนับสนุนการเรียนการสอนภาษาอังกฤษ

2.4.2 ความสำคัญของเทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ในด้านการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตน

2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.5.1 ผลการใช้เทคโนโลยีในการสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษในระดับอุดมศึกษา

2.5.2 ผลการวิจัยเกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีที่ส่งผลต่อการกำกับตนเองในการเรียนรู้และการรับรู้ความสามารถของตนเอง

2.1 แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ภาษาอังกฤษและการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง

2.1.1 ความสำคัญของการเรียนรู้ภาษาอังกฤษในระดับอุดมศึกษา

การเรียนรู้ภาษาอังกฤษในระดับอุดมศึกษามีความสำคัญอย่างยิ่งในโลกที่มีการติดต่อและแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างรวดเร็ว ภาษาอังกฤษเป็นภาษากลางที่ใช้ในการเข้าถึงข้อมูลและองค์ความรู้ที่หลากหลายจากทั่วโลก โดยเฉพาะงานวิจัยและบทความวิชาการที่มักจะเผยแพร่ในภาษาอังกฤษ นักศึกษาที่มีทักษะภาษาอังกฤษดีสามารถเข้าถึงแหล่งข้อมูลเหล่านี้ได้ง่ายขึ้น ทำให้พวกเขาสามารถพัฒนาความรู้และเสริมสร้างศักยภาพทางการศึกษาให้เท่าทันกับมาตรฐานสากล (Martirosyan et al., 2015)

การเรียนรู้ภาษาอังกฤษยังมีบทบาทสำคัญในการเพิ่มโอกาสทางอาชีพให้กับนักศึกษาในอนาคต หลายองค์กรในปัจจุบันต้องการบุคลากรที่สามารถสื่อสารได้ในสภาพแวดล้อมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมและภาษา การมีทักษะภาษาอังกฤษจึงช่วยให้นักศึกษาสามารถแข่งขันในตลาดแรงงานได้ดีขึ้น และอาจมีโอกาสในการทำงานกับองค์กรต่างชาติ หรือองค์กรที่ทำธุรกิจกับประเทศอื่นๆ (Graddol, 2006) ทักษะด้านภาษาอังกฤษไม่เพียงเพิ่มโอกาสในการเข้าถึงตำแหน่งงาน แต่ยังเสริมสร้างศักยภาพให้กับการทำงานในอนาคต นอกจากการพัฒนาในด้านการศึกษาและอาชีพแล้ว การเรียนรู้ภาษาอังกฤษยังส่งเสริมทักษะการคิดวิเคราะห์และการเข้าใจวัฒนธรรมที่แตกต่าง นักศึกษาที่เรียนภาษาอังกฤษสามารถพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิพากษ์ การแก้ปัญหา และการปรับตัวในสังคมที่หลากหลาย การเข้าใจภาษาและวัฒนธรรมที่แตกต่างกันเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างความเชื่อมโยงและความเข้าใจระหว่างบุคคลจากประเทศต่างๆ ทำให้นักศึกษาสามารถสร้างสรรค์และประยุกต์ความรู้ในบริบทที่กว้างขึ้นได้ (Sari et al., 2023) การเรียนรู้ภาษาอังกฤษในระดับอุดมศึกษาจึงมีผลสำคัญทั้งในด้านการพัฒนาตนเองและการสร้างรากฐานสำหรับการดำเนินชีวิตในสังคมสมัยใหม่

การเรียนรู้ภาษาอังกฤษในระดับมหาวิทยาลัยสำหรับนักศึกษาที่ใช้ภาษาอังกฤษเป็นภาษาต่างประเทศ (EFL) มีความสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาทักษะการสื่อสารระหว่างประเทศและการเข้าถึงแหล่งข้อมูลระดับสากล ภาษาอังกฤษมักเป็นภาษากลางในสื่อการสอนและงานวิจัยในหลายสาขาวิชา การที่นักศึกษา EFL มีทักษะภาษาอังกฤษที่ดีจึงช่วยให้พวกเขาสามารถเข้าถึงองค์ความรู้และนำข้อมูลเหล่านั้นมาประยุกต์ใช้ในการศึกษาและพัฒนาความรู้ในสาขาวิชาของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Le Menestrel & Takanishi, 2017) ซึ่งนับเป็นการเสริมสร้างศักยภาพในการศึกษาของนักศึกษาให้เท่าทันกับมาตรฐานวิชาการในระดับนานาชาติ

นอกจากนี้ การเรียนภาษาอังกฤษยังช่วยพัฒนาทักษะที่จำเป็นในการทำงานในโลกยุคโลกาภิวัตน์ที่มีการเชื่อมโยงกันระหว่างประเทศมากขึ้น นักศึกษาที่มีทักษะภาษาอังกฤษสามารถเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่ตลาดแรงงานที่ต้องการความสามารถในการทำงานกับบุคคลจากประเทศต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Dawilai et al., 2021) ทักษะภาษาอังกฤษจึงไม่เพียงแต่เป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนเองในเชิงวิชาการ แต่ยังเป็นปัจจัยสำคัญในการเพิ่มโอกาสทางอาชีพและการสร้างเครือข่ายความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ ซึ่งถือเป็นทรัพยากรที่มีค่าอย่างยิ่งสำหรับนักศึกษา EFL

การเรียนรู้ภาษาอังกฤษกลายเป็นสิ่งที่สำคัญมาก โดยเฉพาะในบริบทของการศึกษาในระดับอุดมศึกษา เนื่องจากภาษาอังกฤษเป็นสะพานเชื่อมในการเข้าถึงแหล่งความรู้มากมาย ความเชี่ยวชาญในภาษาอังกฤษไม่เพียงแต่มีความสำคัญต่อความสำเร็จทางการศึกษา แต่ยังช่วยเพิ่มโอกาสในการพัฒนาอาชีพในโลกที่เชื่อมต่อกันมากขึ้น (Dawilai et al., 2021) ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้การเรียนรู้ภาษาอังกฤษมีประสิทธิภาพคือการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Regulation) ซึ่งเป็นกระบวนการที่ผู้เรียนเข้ามาควบคุมประสบการณ์การเรียนรู้ของตนเอง กำหนดเป้าหมาย และเลือกกลยุทธ์ที่สอดคล้องกับความต้องการและวัตถุประสงค์ของตน การเรียนรู้ด้วยตนเองช่วยให้ผู้เรียนสามารถติดตามความก้าวหน้าปรับเปลี่ยนเมื่อจำเป็น และสะท้อนผลการเรียนรู้ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการเรียนรู้ภาษาที่สองอย่างภาษาอังกฤษ (David et al, 2024)

2.1.2 ความหมายและองค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยตนเอง

การกำกับตนเองเป็นแง่มุมที่สำคัญของการเรียนรู้ภาษาที่มีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในบริบทของการเรียนภาษาอังกฤษ แนวคิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งหมายถึงกระบวนการที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้นและรอบคอบในการตรวจสอบและควบคุมการคิด แรงจูงใจ และพฤติกรรมของตนเอง เพื่อบรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเองนั้น ได้รับความสนใจอย่างมากในวงการศึกษา (Pas et al., 2021) ผู้เรียนที่สามารถกำกับการเรียนรู้ด้วยตนเองมักมีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ภาษา เนื่องจากพวกเขาสามารถตั้งเป้าหมายของตนเอง วางแผนและนำกลยุทธ์การเรียนรู้ไปปฏิบัติ รวมถึงตรวจสอบความก้าวหน้าของตนเองได้ การพัฒนาทักษะการเรียนรู้แบบกำกับตนเองเป็นสิ่งสำคัญในการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างประสบความสำเร็จ เนื่องจากช่วยให้ผู้เรียนสามารถจัดการกับแรงจูงใจ พฤติกรรม และการคิดของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับเป้าหมายการเรียนรู้ภาษา (Schunk et al., 2012) การเรียนรู้ด้วยตนเองประกอบด้วย การตั้งเป้าหมายที่เป็นจริง การนำกลยุทธ์การเรียนรู้ที่เหมาะสมมาใช้ และการประเมินผลลัพธ์ ซึ่งช่วยให้นักเรียนมีบทบาทที่กระตือรือร้นในกระบวนการเรียนรู้ของตนเอง (Chiu, 2024) นอกจากนี้ ครูยังมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมทักษะ SRL โดยให้คำแนะนำเชิงโครงสร้าง ข้อเสนอแนะ และการสนับสนุน ซึ่งช่วยให้นักเรียนมีความมั่นใจในความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ในระดับอุดมศึกษา ซึ่งผู้เรียนต้องเผชิญกับความท้าทายที่หลากหลายในกระบวนการเรียนรู้ภาษา การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเองและทักษะการกำกับตนเองเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งในการเตรียมความพร้อมให้นักเรียนมีความยืดหยุ่นและปรับตัวได้ดีเพื่อความสำเร็จ บทบาทของครูในการส่งเสริมทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเองก็มีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากครูสามารถให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ และการสนับสนุนแก่ผู้เรียนตลอดกระบวนการเรียนรู้ (Huang, 2022)

การเรียนรู้ด้วยตนเอง หมายถึง กระบวนการที่ผู้เรียนมีบทบาทหลักในการกำหนดเป้าหมายและวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง โดยการเลือกวิธีการและทรัพยากรที่เหมาะสมในการศึกษา (Schunk & Zimmerman, 2012) ผู้เรียนที่มีทักษะในการเรียนรู้ด้วยตนเองจะสามารถประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองได้ และปรับปรุงกระบวนการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับความต้องการและเป้าหมายที่ตั้งไว้ ทักษะนี้มีความสำคัญเพราะช่วยส่งเสริมความรับผิดชอบ ความมุ่งมั่น และความสามารถในการพัฒนาตนเอง ซึ่ง

เป็นปัจจัยสำคัญในโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและต้องการการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง (Yan, 2020)

องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยตนเองประกอบด้วยหลายด้านขึ้นอยู่กับบริบทที่ใช้ อาทิเช่น การกำหนดเป้าหมาย (goal-setting) การวางแผนการเรียนรู้ (planning) การเลือกใช้ทรัพยากรที่เหมาะสม (resource selection) และการประเมินผลการเรียนรู้ (self-assessment) การกำหนดเป้าหมายเป็นขั้นตอนแรกที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีทิศทางในการเรียนรู้ ส่วนการวางแผนและเลือกทรัพยากรช่วยให้ผู้เรียนสามารถใช้วิธีการที่มีประสิทธิภาพในการบรรลุเป้าหมาย การประเมินผลการเรียนรู้ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจถึงความก้าวหน้าและสามารถปรับปรุงการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Chung, 2021) องค์ประกอบเหล่านี้ช่วยสร้างการเรียนรู้ที่มีความหมายและส่งเสริมการพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน

2.2 การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)

2.2.1 แนวคิดและความหมายของการกำกับตนเองในการเรียนรู้

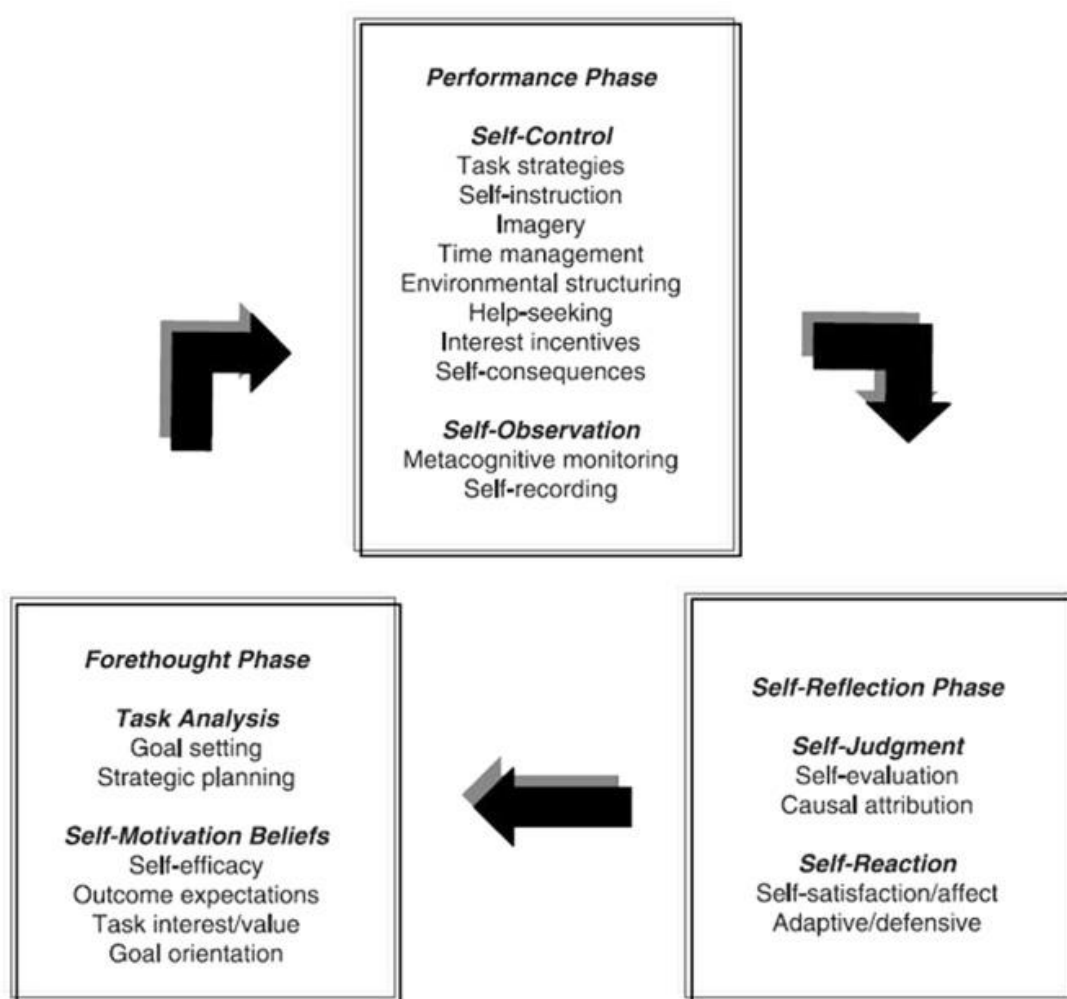
แนวทางการกำกับตนเองช่วยพัฒนาความรู้เชิงอภิปัญญา แรงจูงใจ และการดำเนินการเชิงกลยุทธ์ของผู้เรียน ความสามารถในการเรียนรู้พื้นฐานเหล่านี้ช่วยปรับปรุงผลลัพธ์ทางวิชาการ สังคม อารมณ์ และอาชีพของผู้เรียน ทฤษฎีการกำกับตนเองในการเรียนรู้ Self-regulation หรือ Self-regulated learning: SRL มุ่งเน้นการพัฒนากระบวนการเรียนรู้สามประการ ได้แก่ 1) การรู้คิดเชิงอภิปัญญา 2) แรงจูงใจ และ 3) การกระทำเชิงกลยุทธ์ (Schunk & Zimmerman, 2012) ผู้เรียนที่รู้คิดเชิงอภิปัญญาจะตระหนักถึงจุดแข็งและข้อดีในการเรียนรู้ของตนเอง ผ่านความรู้ที่ได้รับ สร้างกลวิธีการเรียน และปรับตัวตามเนื้อหาที่เรียนและความสนใจในการเรียน ผู้เรียนที่มีแรงจูงใจจะเต็มใจลงมือปฏิบัติและลงมือทำด้วยความพากเพียร ทำให้ประสบความสำเร็จในการเรียนในที่สุด ผู้เรียนเชิงกลยุทธ์จะมีกลยุทธ์การเรียนรู้มากมาย พวกเขาปรับตัวและปรับกลยุทธ์เพื่อตอบสนองการทำงานให้สำเร็จลุล่วงไป

SRL เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่กระตือรือร้นและเป็นระบบ ซึ่งผู้เรียนกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเองก่อน จากนั้นจึงปรับเปลี่ยนตามเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงเพื่อควบคุมและตรวจสอบความรู้ แรงจูงใจ และพฤติกรรมของตน การศึกษามากมายแสดงให้เห็นว่าการควบคุมการเรียนรู้มีประสิทธิภาพ ประสิทธิภาพมีความจำเป็นต่อความสำเร็จ (Zhang & Zhang, 2019) SRL เป็นกระบวนการที่ผู้เรียนกำหนดด้วยตนเองเพื่อเปลี่ยนความสามารถทางจิตใจของตนให้เป็นทักษะทางวิชาการ กล่าวอีกนัยหนึ่ง

SRL คือกระบวนการช่วยให้นักเรียนจัดการความคิด พฤติกรรม และอารมณ์ของตนเอง เพื่อที่จะกำหนดทิศทางการประสบการณ์การเรียนรู้ของตนได้อย่างประสบความสำเร็จ (An et al., 2021)

2.2.2 รูปแบบการกำกับตนเองในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ภาษา

Zimmerman's Cyclical Phases Model เป็นรูปแบบของการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Regulated Learning) ดังรูปภาพต่อไปนี้



ภาพที่ 2 Zimmerman's Cyclical Phases Model (2002)

(ที่มา : Zimmerman, 2002)

โมเดล SRL ของ Zimmerman (2002) แบ่งออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่ 1) การคิดล่วงหน้า (forethought phase) (รูปภาพที่ 2.1: Zimmerman's Cyclical Phases Model) ในช่วงของการคิดล่วงหน้า ผู้เรียนจะวิเคราะห์งาน กำหนดเป้าหมาย วางแผนว่าจะบรรลุเป้าหมายอย่างไร และความเชื่อที่สร้างแรงบันดาลใจหลายประการจะขับเคลื่อนกระบวนการและมีอิทธิพลต่อการกระตุ้นกลยุทธ์การเรียนรู้ 2) ในช่วงการแสดง (Performance phase) ผู้เรียนปฏิบัติภารกิจจริง ในขณะที่ติดตามความคืบหน้า และใช้กลยุทธ์การควบคุมตนเองหลายอย่างเพื่อให้ตนเองมีการรับรู้และมีแรงบันดาลใจที่จะทำภารกิจให้สำเร็จ สุดท้ายนี้ ในระยะการไตร่ตรองตนเอง (Self-reflection phase) ผู้เรียนจะประเมินว่าพวกเขาทำงานอย่างไร โดยระบุถึงความสำเร็จหรือความล้มเหลว การระบุแหล่งที่มาเหล่านี้สร้างปฏิกิริยาตอบสนองของตนเองซึ่งอาจส่งผลเชิงบวกหรือเชิงลบต่อวิธีที่นักเรียนเข้าทำงานในการแสดงในภายหลัง (Zimmerman, 2002)

2.2.3 บทบาทของการกำกับตนเองในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ภาษา

การกำกับตนเองมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ภาษาของผู้เรียน โดยเฉพาะในกระบวนการเรียนภาษาต่างประเทศที่ต้องการความตั้งใจและความต่อเนื่องในการฝึกฝน การกำกับตนเองช่วยให้ผู้เรียนสามารถตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ที่ชัดเจน วางแผนการฝึกฝนที่สอดคล้องกับเป้าหมาย และเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสม เช่น การฝึกฟัง การฝึกพูด การอ่าน และการเขียน (Oxford, 2016) การจัดการเวลาที่ดีและการติดตามผลการเรียนรู้ของตนเองทำให้ผู้เรียนสามารถปรับปรุงและพัฒนาทักษะภาษาได้อย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างความก้าวหน้าในทักษะภาษาอย่างมีประสิทธิภาพ (Zimmerman, 2002)

นอกจากนี้ การกำกับตนเองยังช่วยสร้างแรงจูงใจและความรับผิดชอบในการเรียนภาษา ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการบรรลุเป้าหมายทางภาษาของผู้เรียน (Thomas & Rose, 2019) ผู้เรียนที่มีทักษะการกำกับตนเองในการเรียนภาษาสามารถปรับเปลี่ยนกลยุทธ์การเรียนรู้ตามสถานการณ์และความจำเป็น ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่นและเหมาะสมกับระดับทักษะของตนเอง การมีความสามารถในการประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเองยังช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจจุดอ่อนและจุดแข็งในทักษะภาษา และนำข้อมูลเหล่านี้ไปปรับปรุงการเรียนรู้ต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพ

2.3 การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy)

2.3.1 แนวคิดและความหมายของการรับรู้ความสามารถของตน

แนวคิดเรื่องการรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) พัฒนาโดย Albert Bandura ซึ่งเป็นแนวคิดที่อยู่ภายใต้ทฤษฎีสังคมเชิงสังเกต (Social Cognitive Theory) ของเขา Bandura นิยามการรับรู้ความสามารถของตนเองว่าเป็นการรับรู้และเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองในการประสบความสำเร็จในการกระทำหรือบรรลุเป้าหมายที่กำหนด ความเชื่อเชิงบวกนี้จะเป็นตัวกระตุ้นที่สำคัญในการทำให้บุคคลมีความมั่นใจในการกระทำสิ่งต่างๆ และสามารถเผชิญหน้ากับความท้าทายได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Bandura 2014)

แนวคิดเรื่องการรับรู้ความสามารถของตนมีความเชื่อมโยงกับกระบวนการพัฒนาตนเองหลายประการ เช่น การตั้งเป้าหมาย การควบคุมอารมณ์ การเผชิญหน้ากับความเครียด และการประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ Bandura ระบุว่า การรับรู้ความสามารถของตนมีบทบาทสำคัญในหลายแง่มุม ทั้งด้านการเรียนรู้ การปรับตัวทางสังคม และการทำงาน โดย Self-Efficacy ส่งผลต่อวิธีการที่บุคคลจะรับมือกับความยากลำบากและการท้าทายในการใช้ชีวิต

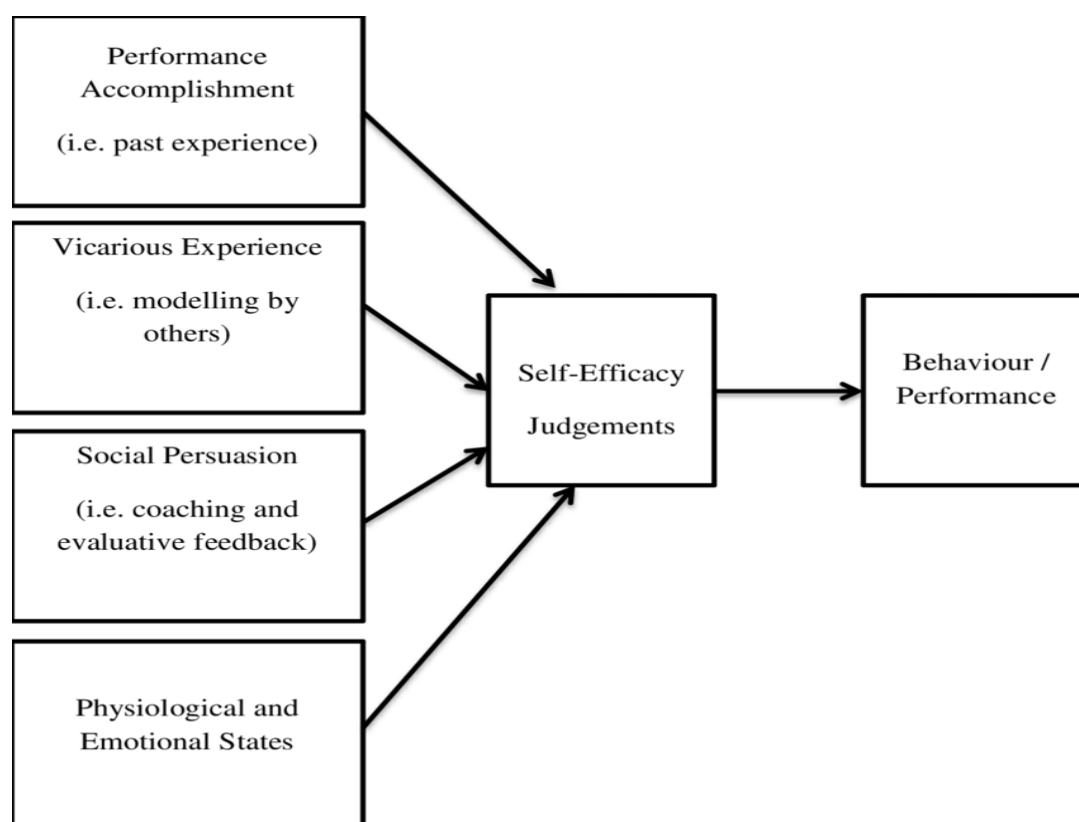
การรับรู้ความสามารถของตนเอง หรือ Self-Efficacy คือความเชื่อมั่นที่บุคคลมีต่อตนเองในความสามารถที่จะกระทำการใดให้สำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ แนวคิดนี้ได้รับการพัฒนาโดย Albert Bandura ซึ่งระบุว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองไม่ได้หมายถึงความสามารถจริง ๆ ของบุคคล แต่เป็นความเชื่อในความสามารถของตนเอง การมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงทำให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะพยายามมากขึ้น แม้จะเผชิญกับอุปสรรคหรือสถานการณ์ที่ท้าทาย บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองจะมีความเพียรพยายามและมีความสามารถในการปรับตัวเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเอง (Bandura, 2006)

การรับรู้ความสามารถของตนมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล โดยเฉพาะการตั้งเป้าหมายที่สูงขึ้น การทุ่มเทความพยายาม การเผชิญหน้ากับความท้าทายและอุปสรรค และการฟื้นตัวจากความล้มเหลว ทั้งนี้

การรับรู้ความสามารถของตน กลายเป็นแนวคิดที่สำคัญในด้านจิตวิทยาการศึกษา จิตวิทยาการทำงาน และจิตวิทยาพัฒนาการ

2.3.2 ปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตน

การสร้างการรับรู้ความสามารถของตน Bandura (Bandura, 2006) กล่าวถึงปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ความสามารถของตน 4 ประการ ดังรูปภาพนี้:



ภาพที่ 3 Self-Efficacy Theory

(ที่มา : Bandura, 2006)

1. ประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเอง (Mastery Experiences): ความสำเร็จที่ได้ทำสำเร็จด้วยตัวเองจะช่วยสร้างความมั่นใจและความเชื่อมั่นในการกระทำครั้งต่อไป ขณะที่ความล้มเหลวอาจลดทอนการรับรู้ความสามารถของตน ได้
2. ประสบการณ์เชิงสังเกต (Vicarious Experiences): การเห็นคนอื่นที่มีลักษณะคล้ายกับตน ประสบความสำเร็จสามารถช่วยเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถของตนได้ เพราะทำให้เชื่อว่าตนก็สามารถทำได้เช่นเดียวกัน
3. คำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่น (Verbal Persuasion): คำพูดและการสนับสนุนจากบุคคลอื่น เช่น คำชมเชยหรือการให้กำลังใจ สามารถเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนได้
4. สถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ (Physiological and Affective States): สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสภาพร่างกายและอารมณ์ เช่น ความตื่นเต้น ความเครียด หรือความเหนื่อยล้า มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตน

2.3.3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนและผลการเรียนรู้

การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) เป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อผลการเรียนรู้ของบุคคล การรับรู้ความสามารถของตนเองที่สูง ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจและเชื่อมั่นในการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและยังทำให้เกิดแรงจูงใจในการพัฒนาความรู้และทักษะในเนื้อหาวิชาที่ศึกษา (Rorimpandey & Midun, 2021) นักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองจะมีแนวโน้มที่จะพยายามแก้ไขปัญหและไม่ยอมแพ้เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรค นอกจากนี้ ยังพบว่า Self-Efficacy มีความเกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายทางการเรียนที่มีความท้าทายมากขึ้นและความเพียรในการบรรลุเป้าหมายเหล่านั้น (Kuo et al., 2021)

นอกจากนี้ การรับรู้ความสามารถของตนเองยังมีบทบาทสำคัญในการกำหนดแนวทางและกลยุทธ์การเรียนรู้ ผู้เรียนที่มการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะมีการเลือกใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น การจดบันทึก การจัดการเวลา และการทบทวนเนื้อหาที่เป็นประโยชน์ ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาความสามารถทางการเรียน กลยุทธ์เหล่านี้เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถควบคุมกระบวนการเรียนรู้ของตนเองและมีผลการเรียนที่ดีกว่า ขณะที่ผู้เรียนที่มี การรับรู้ความสามารถ

ของตนเองต่ำเกินไปไม่กล้าลองใช้กลยุทธ์ใหม่ๆ และอาจเผชิญกับปัญหาความกังวลในระหว่างการเรียนรู้ (Maddux, 2016)

งานวิจัยหลากหลายยืนยันว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสำคัญในกระบวนการเรียนรู้ในทุกระดับการศึกษาและมีผลต่อความสำเร็จทางการศึกษาในระยะยาว จากการศึกษาของ Stajkovic และ Luthans (1998) พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ผลการเรียนรู้และความสำเร็จในการศึกษาได้ โดยช่วยให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและสามารถบรรลุผลการเรียนที่ดีขึ้นในอนาคต การมีการรับรู้ความสามารถของตนเองที่สูงจึงถือเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างและส่งเสริมการเรียนรู้ที่ยั่งยืนและมีประสิทธิภาพ

2.4 เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ

2.4.1 บทบาทของเทคโนโลยีในการสนับสนุนการเรียนการสอนภาษาอังกฤษ

เทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนการเรียนการสอนภาษาอังกฤษในยุคปัจจุบัน โดยเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถเข้าถึงแหล่งข้อมูลและทรัพยากรการเรียนรู้ได้อย่างหลากหลายและไม่จำกัดสถานที่และเวลา ตัวอย่างเช่น การใช้แอปพลิเคชันการเรียนภาษาอังกฤษบนมือถือ ช่วยให้ผู้เรียนสามารถฝึกทักษะการฟัง การพูด การอ่าน และการเขียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้ เทคโนโลยียังสนับสนุนการใช้โปรแกรมฝึกภาษาที่มีการประเมินผลแบบเรียลไทม์ (real-time assessment) และการตอบสนองเชิงทันที ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษ (Godwin-Jones, 2018)

การใช้เทคโนโลยียังช่วยให้การเรียนการสอนภาษาอังกฤษมีความยืดหยุ่นและปรับให้เหมาะกับแต่ละบุคคลมากขึ้น ผ่านการเรียนรู้แบบส่วนบุคคลที่ผู้เรียนสามารถเลือกเนื้อหาและรูปแบบการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับระดับความสามารถของตนเอง เช่น การใช้แพลตฟอร์มออนไลน์ที่มีเนื้อหาและแบบฝึกหัดที่ปรับให้เหมาะกับระดับภาษาและความสนใจของผู้เรียน เทคโนโลยียังช่วยให้ครูผู้สอนสามารถติดตามและประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียนได้อย่างแม่นยำและมีประสิทธิภาพ ทำให้การวางแผนการสอนและการปรับปรุงเนื้อหาเกิดขึ้นได้อย่างต่อเนื่อง (Bahari, 2022)

นอกจากนี้ เทคโนโลยียังเปิดโอกาสให้ผู้เรียนภาษาอังกฤษได้ฝึกทักษะการสื่อสารในสถานการณ์จริงผ่านการใช้แพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย การสื่อสารผ่านวิดีโอคอล หรือการทำกิจกรรมร่วมกับผู้เรียนจากต่างประเทศ เทคโนโลยีเหล่านี้ช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในการใช้ภาษาอังกฤษและพัฒนาทักษะการสื่อสารในบริบทที่หลากหลาย โดยเฉพาะการสื่อสารข้ามวัฒนธรรมที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษเพื่อการใช้ในชีวิตจริง (Shadiev et al., 2020; Shadiev & Yu, 2024)

2.4.2 ความสำคัญของเทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ในด้านการกำกับตนเองและการรับรู้

ความสามารถของตน

ความสำคัญของเทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ในด้านการกำกับตนเอง (Self-Regulated Learning) และการรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) นั้นส่งผลโดยตรงต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพและเตรียมความพร้อมให้ผู้เรียนเผชิญหน้ากับความท้าทายในสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว

เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ในด้านการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ที่ยั่งยืนและเตรียมผู้เรียนให้พร้อมสำหรับสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เทคโนโลยี เช่น แพลตฟอร์มการเรียนรู้ออนไลน์ แอปพลิเคชันการจัดการเวลา และระบบการประเมินผลด้วยข้อมูลย้อนกลับแบบทันที ช่วยให้ผู้เรียนสามารถกำหนดเป้าหมาย วางแผนการเรียนรู้ และติดตามความก้าวหน้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ การสนับสนุนการกำกับตนเองนี้ช่วยให้ผู้เรียนปรับปรุงการเรียนรู้ของตนเองได้ทันเวลาและสร้างความรู้สึกเป็นเจ้าของในการเรียนรู้ ซึ่งส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องและมีวินัย

เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ในด้านการกำกับตนเองเป็นทักษะสำคัญที่ทำให้ผู้เรียนสามารถควบคุมและปรับปรุงกระบวนการเรียนรู้ของตนเองได้ เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ เช่น ระบบจัดการการเรียนรู้ออนไลน์ (Learning Management Systems) และเครื่องมือการจัดการเวลาที่ช่วยผู้เรียนวางแผน ควบคุม และตรวจสอบกระบวนการเรียนรู้ ช่วยเสริมสร้างทักษะนี้ได้อย่างมาก (Zimmerman,

2002) โดยเทคโนโลยีเหล่านี้เปิดโอกาสให้ผู้เรียนวางแผนเป้าหมายที่ชัดเจน ประเมินผลได้ง่าย และสามารถปรับปรุงตนเองได้อย่างทันที (Yang, 2020)

เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ในด้านความสามารถของตนส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนผ่านการให้ข้อมูลย้อนกลับที่ทันทีและเป็นมิตร ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนประเมินผลการเรียนรู้ของตนอย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้เกิดความมั่นใจในความสามารถของตนและเชื่อมั่นว่าเป้าหมายสามารถบรรลุได้ (Bandura, 1997) การได้รับข้อมูลย้อนกลับแบบทันทีช่วยเสริมสร้างทัศนคติเชิงบวกต่อการเรียนรู้ และสร้างแรงจูงใจที่สำคัญต่อการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง (Schunk & Zimmerman, 2012)

ดังนั้นเทคโนโลยีที่ปรับตามความต้องการของผู้เรียนได้ออกแบบมาเพื่อตอบสนองความต้องการเฉพาะบุคคล เช่น การใช้ AI ในระบบการเรียนรู้ หรือแอปพลิเคชันที่ปรับรูปแบบการเรียนรู้ตามความต้องการของผู้เรียนแต่ละคน ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามจังหวะและรูปแบบที่เหมาะสมกับตน (Li & Wong, 2023)

โดยสรุปแล้วการพัฒนาเทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้เหล่านี้ช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะการกำกับตนเองที่เข้มแข็ง และสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองให้แข็งแกร่งยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่สนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิตในศตวรรษที่ 21 และเพิ่มความพร้อมในการปรับตัวกับโลกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ

2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.5.1 ผลการใช้เทคโนโลยีในการสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ

ปัจจุบันเทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษในระดับอุดมศึกษา โดยเฉพาะในยุคที่การเข้าถึงสื่อดิจิทัลและการใช้งานแพลตฟอร์มออนไลน์กลายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของผู้เรียน การวิจัยหลายชิ้นได้แสดงให้เห็นถึงประโยชน์ ของการใช้เทคโนโลยีในการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษ เช่น ทักษะการฟัง พูด อ่าน และเขียน ผ่านการใช้แอปพลิเคชันการเรียนรู้ภาษา แพลตฟอร์มออนไลน์ และเกมการเรียนรู้ ซึ่งไม่เพียงแต่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้อย่างยืดหยุ่นตาม

ความต้องการและสไตล์ของตนเอง แต่ยังช่วยเสริมสร้างแรงจูงใจและความสนุกสนานในการเรียนรู้ ส่งผลให้การเรียนภาษา มีประสิทธิภาพและเกิดการพัฒนาทักษะอย่างต่อเนื่อง

จากงานวิจัย Technology-assisted self-regulated English language learning: Associations with English language self-efficacy, English enjoyment, and learning outcomes โดย An และคณะ (2021) งานวิจัยนี้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนภาษาอังกฤษด้วยเทคโนโลยีกับการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเอง พบว่าแอปพลิเคชันช่วยเสริมสร้างความมั่นใจและความคล่องแคล่วในการสนทนาของนักศึกษา โดยเฉพาะในสถานการณ์ที่ต้องฝึกซ้อมทักษะในชีวิตประจำวัน (An et al., 2021)

งานวิจัยเรื่อง Technology-based self-regulated learning strategies and English self-efficacy in online learning environments โดย Karan Aynagoz และ Varol (2023) งานวิจัยนี้ศึกษากลยุทธ์การกำกับตนเองด้วยเทคโนโลยีและการรับรู้ความสามารถของตนในการเรียนภาษาอังกฤษผ่านสภาพแวดล้อมออนไลน์ พบว่าแพลตฟอร์มออนไลน์ช่วยให้ผู้เรียนเข้าถึงบทเรียนได้ง่ายขึ้น มีการโต้ตอบที่มากขึ้น และสามารถรับข้อมูลย้อนกลับเพื่อปรับปรุงทักษะการเขียนได้อย่างทันที

ผลวิจัยเรื่อง The impact of mobile-assisted language learning on English as a foreign language learners' vocabulary learning attitudes and self-regulatory capacity โดย Lei และคณะ (2022) งานวิจัยนี้สำรวจผลของ MALL ต่อทัศนคติในการเรียนคำศัพท์และความสามารถในการกำกับตนเองของผู้เรียน EFL พบว่าการใช้เกมเพิ่มความสนุกสนานและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ ทำให้ผู้เรียนมีความตั้งใจและสามารถจดจำคำศัพท์ใหม่ได้ดียิ่งขึ้น

2.5.2 ผลการวิจัยเกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีที่ส่งผลต่อการกำกับตนเองในการเรียนรู้และการรับรู้ความสามารถของตนเอง

งานวิจัยเรื่อง Self-regulated learning strategies & academic achievement in online higher education learning environments: A systematic review โดย Broadbent และ Poon (2015) งานวิจัยนี้ศึกษาผลของการใช้แอปพลิเคชันการจัดการเวลา เช่น MyStudyLife และ Focus

Booster เพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองในการเรียนของนักศึกษา พบว่าการใช้แอปพลิเคชันช่วยให้นักศึกษาสามารถวางแผนการเรียนรู้ กำหนดเป้าหมายที่ชัดเจน และติดตามความก้าวหน้าได้ ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่เป็นระบบและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น (Broadbent & Poon, 2015)

อีกหนึ่งงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีช่วยสอนกับการกำกับตนเองเรื่อง Situational interest, computer self-efficacy and self-regulation: Their impact on student engagement in distance education งานวิจัยนี้สำรวจการใช้แพลตฟอร์มการเรียนรู้ออนไลน์ เช่น Blackboard และ Canvas ที่มีฟังก์ชันติดตามความก้าวหน้าและข้อมูลย้อนกลับ พบว่าแพลตฟอร์มเหล่านี้ช่วยให้นักศึกษามีความสามารถในการกำกับตนเองได้ดีขึ้น โดยเฉพาะในด้านการจัดการเวลาและการปรับปรุงแผนการเรียนรู้ตามผลการเรียน ทำให้นักศึกษามีความรู้สึกเป็นเจ้าของในการเรียนรู้ของตนเอง (Sun & Rueda, 2012)

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายมีขั้นตอนและวิธีการในการดำเนินการวิจัย ดังนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มเป้าหมาย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่ลงทะเบียนเรียนวิชา GEN2001 ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร เป็นระยะเวลา 45 ชั่วโมง

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อศึกษาผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายมีทั้งหมด 3 เครื่องมือ

- 1) แบบประเมินการกำกับตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ
- 2) แบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ
- 3) แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ภาษาอังกฤษของนักศึกษาที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษก่อนและหลังเรียน

3.3 ขั้นตอนการดำเนินการและการเก็บรวบรวมข้อมูล

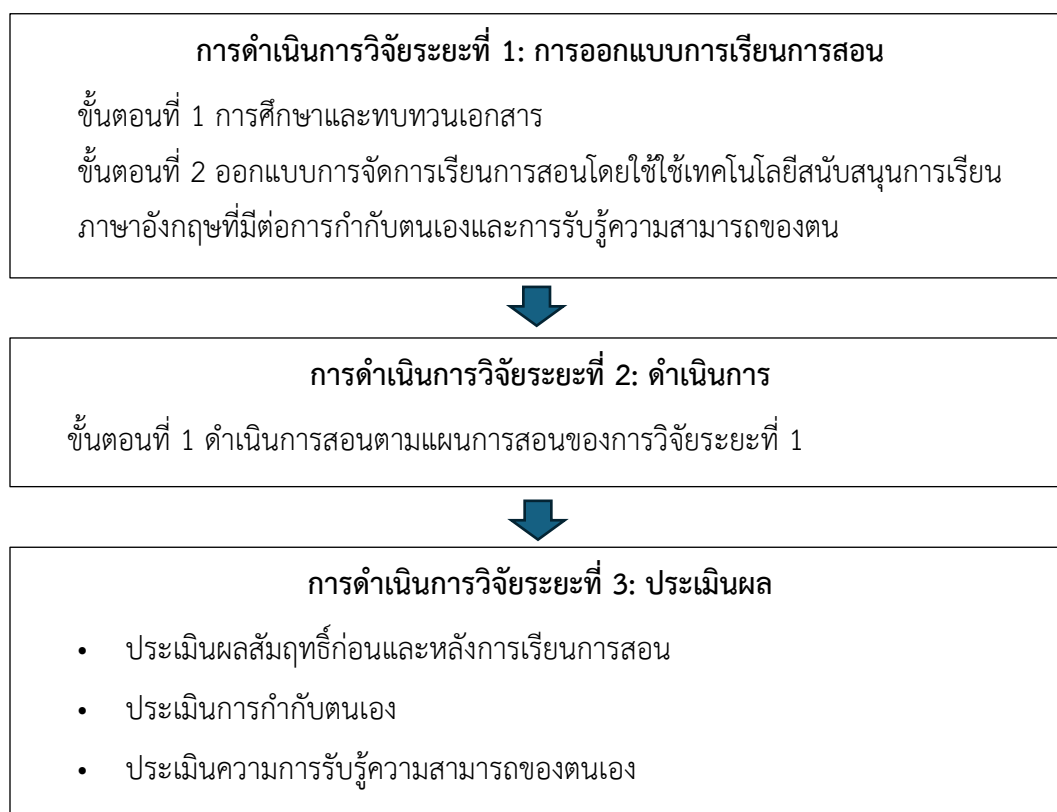
วิธีดำเนินการวิจัยเรื่องผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายโดยการแบ่งวิธีการดำเนินวิจัยออกเป็น 3 ระยะ ตามวัตถุประสงค์ทั้ง 3 ข้อประกอบด้วย

ระยะที่ 1 ออกแบบการจัดการเรียนการสอนโดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย สำหรับรายวิชา GEN2001

ระยะที่ 2 ดำเนินการเรียนการสอนและศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

และระยะที่ 3 ประเมินผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

ดังมีรายละเอียดการดำเนินงานวิจัยดังต่อไปนี้



ภาพที่ 4 ขั้นตอนในการดำเนินงานวิจัย

3.3.1 การดำเนินการวิจัยระยะที่ 1 การออกแบบการจัดการเรียนการสอน

การดำเนินการวิจัยในระยะที่ 1 นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อออกแบบการจัดการเรียนการสอนโดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตน

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาและทบทวนเอกสาร

การศึกษาข้อมูลพื้นฐานสำหรับออกแบบการจัดการเรียนการสอนโดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตน โดยการวิเคราะห์เอกสาร (Documentary Analysis)

การวิเคราะห์เอกสาร (Documentary Analysis)

การศึกษาและทบทวนเอกสารโดยใช้การวิเคราะห์เอกสาร (Documentary Analysis) เป็นหนึ่งในวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพที่เน้นการตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารและแหล่งข้อมูลที่มีอยู่แล้ว เช่น บทความวิชาการ รายงานประจำปี เอกสารทางราชการ และบันทึกสถิติ เพื่อสังเคราะห์ข้อมูลที่มีอยู่และสร้างความเข้าใจที่ลึกซึ้งในบริบทของหัวข้อที่ศึกษา (Gorsky & Mold, 2020) วิธีการนี้ช่วยให้นักวิจัยสามารถวิเคราะห์แนวโน้มที่เกิดขึ้นในข้อมูล เปรียบเทียบแนวคิดที่มีอยู่ในแหล่งข้อมูลต่าง ๆ และสรุปสาระสำคัญที่เป็นประโยชน์ต่อการตอบคำถามการวิจัย การวิเคราะห์เอกสารยังมีประโยชน์ในแง่การยืนยันหรือขยายผลจากการศึกษาข้อมูลในอดีต (Morgan, 2022) โดยสามารถใช้เป็นแหล่งข้อมูลพื้นฐานที่ช่วยให้เข้าใจปรากฏการณ์ที่ซับซ้อนได้อย่างรอบด้านและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

อย่างไรก็ตาม การได้ข้อมูลคุณภาพสำหรับงานวิจัยต้องผ่านการวิเคราะห์และประเมินเอกสารทั้งปฐมภูมิและทุติยภูมิโดยใช้หลัก 4 ประการ (Scott, 2014):

- 1) ความจริง (Authenticity) ซึ่งเกี่ยวกับการตรวจสอบว่าแหล่งข้อมูลนั้นเป็นจริงและเชื่อถือได้
- 2) ความถูกต้องน่าเชื่อถือ (Credibility) ที่รับรองว่าเอกสารไม่บิดเบือนจากความจริงและมีความแม่นยำ

3) การเป็นตัวแทน (Representativeness) ซึ่งพิจารณาว่าเอกสารสามารถสะท้อนกลุ่มประชากรหรือเอกสารอื่นในประเภทเดียวกันได้

4) ความหมาย (Meaning) ที่วัดความถูกต้องของเนื้อหาที่ตีความจากเอกสารว่าตรงตามข้อมูลปฐมภูมิและไม่คลาดเคลื่อน

การวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis)

การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เป็นวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพที่ใช้ในการถอดรหัสและวิเคราะห์ข้อมูลในเชิงลึกผ่านการสังเกตและจำแนกเนื้อหาในรูปแบบที่เป็นระบบและเป็นขั้นตอน การวิเคราะห์เนื้อหาช่วยให้นักวิจัยสามารถตีความและจับประเด็นที่ซ่อนอยู่ในข้อมูล เช่น ข้อความ การสนทนา และสื่อ โดยการจัดกลุ่มเนื้อหาตามหมวดหมู่ที่มีความหมายเฉพาะ การวิเคราะห์นี้สามารถทำได้ทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพเพื่อค้นหาความถี่ของคำหรือแนวโน้มที่แสดงออกในเนื้อหานั้น (Drisko & Maschi, 2016) ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการทำความเข้าใจความคิดเห็น ทศนคติ และพฤติกรรมที่ปรากฏในเนื้อหาจากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

ขั้นตอนที่ 2 ออกแบบการจัดการเรียนการสอน

การออกแบบการจัดการเรียนการสอนที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ เพื่อส่งเสริมการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย มีจุดมุ่งหมายให้ผู้เรียนมีทักษะในการจัดการเวลา วางแผนการเรียน และประเมินผลการเรียนของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ ในรายวิชา GEN2001 เพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความสนใจและเข้าถึงการเรียนรู้ได้สะดวกขึ้น การสนับสนุนการกำกับตนเองผ่านเทคโนโลยียังช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาทักษะการเรียนรู้ที่เป็นอิสระ เสริมสร้างการรับรู้ความสามารถและความมั่นใจในทักษะภาษาอังกฤษ ทำให้เกิดความพร้อมในการเรียนรู้ที่ยั่งยืน

การจัดการเรียนการสอนประกอบด้วย 2 เครื่องมือเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนสอนดังนี้

1. แผนการจัดการเรียนรู้วิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร (GEN2001)
2. รูปแบบการจัดการเรียนการสอน

รูปแบบการจัดการเรียนการสอนใช้หลักการของกระบวนการพัฒนารูปแบบการสอน หรือ ADDIE Model ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอนคือ การวิเคราะห์ (Analysis) การออกแบบ (Design) การพัฒนา

(Development) การนำไปใช้ (Implementation) และการประเมินผล (Evaluation) (Budoya, Kissaka, & Mtebe, 2019)



ภาพที่ 5 ADDIE Model

(ที่มา : Budoya, Kissaka, & Mtebe, 2019)

การสร้างรูปแบบการจัดการเรียนการสอนเพื่อใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่ส่งเสริมการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย สามารถวิเคราะห์และออกแบบโดยใช้ทฤษฎี ADDIE Model ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้:

1. การวิเคราะห์ (Analysis) ในขั้นแรก การวิเคราะห์ความต้องการของผู้เรียนทั้งในด้านทักษะภาษาอังกฤษที่ต้องการพัฒนา ระดับความสามารถที่มีอยู่ และเทคโนโลยีที่สามารถช่วยเสริมการเรียนรู้ เช่น การใช้แอปพลิเคชันภาษาอังกฤษเพื่อเสริมการฟังหรือการพูด เพื่อกำหนดเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของการจัดการเรียนการสอน

2. การออกแบบ (Design) ขั้นตอนนี้คือการออกแบบโครงสร้างการเรียนการสอน โดยจัดวางเนื้อหา กิจกรรม และเทคโนโลยีที่ใช้สนับสนุนการเรียนรู้ ให้สอดคล้องกับเป้าหมายการส่งเสริมการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของผู้เรียน อาจรวมถึงการออกแบบสื่อการสอนออนไลน์หรือแบบฝึกหัดที่ผู้เรียนสามารถใช้ฝึกทักษะภาษาได้ด้วยตนเอง

3. การพัฒนา (Development) ในขั้นตอนนี้จะพัฒนาสื่อการสอนและสื่อดิจิทัลตามแผนที่ได้ออกแบบไว้ ประกอบด้วยการสร้างวิดีโอการสอน การจัดทำแบบทดสอบออนไลน์ และการพัฒนาโมดูลการเรียนรู้แบบโต้ตอบที่ผู้เรียนสามารถเข้าถึงได้ทุกที่ทุกเวลา

4. การนำไปใช้ (Implementation) เป็นการนำสื่อและรูปแบบการสอนไปใช้จริงในห้องเรียน โดยให้ผู้เรียนได้ทดลองใช้งานสื่อการเรียนรู้และเครื่องมือเทคโนโลยีต่างๆ พร้อมทั้งสนับสนุนให้ผู้เรียนวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง

5. การประเมินผล (Evaluation) ขั้นตอนสุดท้ายจะเป็นการประเมินผลการสอนทั้งในระยะสั้นและระยะยาว โดยวัดจากการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษ การกำกับตนเอง และการรับรู้ความสามารถของผู้เรียน อาจใช้แบบสอบถาม สัมภาษณ์ หรือการวิเคราะห์ผลการเรียนเพื่อนำไปปรับปรุงรูปแบบการสอนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

เพื่อตรวจสอบความชัดเจนและความสอดคล้องของรูปแบบจัดการเรียนการสอน งานวิจัยนี้จึงมีผู้เชี่ยวชาญที่จบระดับปริญญาเอกด้านการสอนภาษาอังกฤษและ/หรือเทคโนโลยีการศึกษา หรือสาขาที่เกี่ยวข้อง และมีประสบการณ์ด้านการสอนภาษาอังกฤษเป็นเวลาอย่างน้อย 10 ปี จำนวน 3 คน เป็นผู้ตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการเรียนการสอน และแผนการสอน โดยมีการใช้ IOC (Index of item objective congruence) เป็นเครื่องมือในการหาความเที่ยงตรงหรือความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ ในการตรวจสอบจะใช้เกณฑ์พิจารณาดังนี้

ให้คะแนน +1 ถ้าแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์

ให้คะแนน 0 ถ้าไม่แน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์

ให้คะแนน -1 ถ้าแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ไม่ตรงตามวัตถุประสงค์

หาค่า IOC ตั้งแต่ 0.50-1.00 หมายถึงกิจกรรมมีความสอดคล้องและตรงกับวัตถุประสงค์ สามารถนำไปใช้ได้ แต่หาก ค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 หมายถึงชุดกิจกรรมยังต้องปรับปรุง ยังใช้ไม่ได้

3.3.2 การดำเนินการวิจัยระยะที่ 2: ดำเนินการ

การดำเนินการวิจัยในระยะที่ 2 นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อดำเนินการเรียนการสอนในรายวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร (GEN2001) การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย กระบวน การดำเนินการวิจัยประกอบด้วย 3 ขั้นตอนคือ 1) ก่อนเริ่มใช้เทคโนโลยี 2) ดำเนินการเรียนรู้ 3) หลังสิ้นสุดระยะเวลา 17 สัปดาห์ ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1 การดำเนินการวิจัยระยะที่ 2: ดำเนินการ

ลำดับขั้นตอน	การดำเนินการวิจัย
ขั้นตอนที่ 1 ก่อนเริ่มใช้เทคโนโลยี:	ดำเนินการเก็บข้อมูล Pre-test ด้วยข้อสอบวัดความรู้ภาษาอังกฤษ และแบบสอบถามที่วัดระดับ self-regulation และ self-efficacy
ขั้นตอนที่ 2 ดำเนินการเรียนรู้	การดำเนินการเป็นระยะเวลา 17 สัปดาห์ โดยการเรียนรู้ในชั้นเรียนพร้อมการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ เช่น การใช้โปรแกรม English Discoveries Online (EDO), E-learning tools, Pronunciation Checker Apps, ChatGPT, Kahoot
ขั้นตอนที่ 3: หลังสิ้นสุดระยะเวลา 17 สัปดาห์	เก็บข้อมูล Post-test ด้วยเครื่องมือชุดเดียวกัน

การใช้แบบทดสอบก่อนเรียน (Pre-test) และหลังเรียน (Post-test) ถือเป็นเครื่องมือสำคัญในการประเมินผลของการทดลองทางการศึกษา โดยเฉพาะในช่วงระยะเวลาที่ยาวนานถึง 17 สัปดาห์ การใช้ Pre-test ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถวัดระดับเริ่มต้นของผู้เรียนในด้านต่าง ๆ เช่น การกำกับตนเองและความเชื่อมั่นในความสามารถ ก่อนเริ่มต้นกระบวนการเรียนรู้ด้วยเทคโนโลยีสนับสนุน ในขณะที่ Post-test ใช้เพื่อวัดการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังการเรียนรู้ ทำให้สามารถประเมินประสิทธิผลของเทคโนโลยีที่ใช้ในการส่งเสริมพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างเป็นระบบได้อย่างชัดเจน ทั้งยังช่วยสะท้อนให้เห็นว่าผู้เรียนมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องหรือไม่ตลอดระยะเวลา 17 สัปดาห์

โดยใช้สถิติ Paired Sample t-test เพื่อพิจารณาความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ Paired Sample t-test เป็นวิธีทางสถิติที่เหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลแบบช่วง (interval) หรืออัตราส่วน (ratio) โดยเฉพาะในกรณีที่มีการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเดียวกันทั้งก่อน (Pre-test) และหลัง (Post-test) การทดลองหรือการเรียนรู้เพื่อเปรียบเทียบว่าคะแนนเฉลี่ยของก่อนและหลังเรียนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหรือไม่ การวิเคราะห์นี้ช่วยให้สามารถประเมินผลของการใช้เทคโนโลยีต่อการพัฒนาทักษะหรือความรู้ของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะเป็นข้อมูลสำคัญในการปรับปรุงกระบวนการเรียนการสอนในอนาคต

แผนการสอนดังตารางที่ 2 โดยใช้ระยะเวลาดำเนินงานทำวิจัยจำนวน 17 อาทิตย์ รวมการสอบระหว่างภาคและปลายภาค

ตารางที่ 2 แผนการสอน

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน/สื่อที่ใช้
1	แนะนำโครงสร้างรายวิชา / Pretest / อบรมการใช้ English Discoveries Online (EDO)	3	Pretest (ใช้ EDO/ PPT/ Textbook)
2-3	Textbook Unit 1: My Family	6	บรรยายสด (ใช้ EDO/ PPT/ Text book)
4-5	Textbook Unit 2: Daily Life	6	บรรยายสด (ใช้ EDO/ Pronunciation Checker Application/ PPT/ Text book)
6-7	Textbook Unit 3: Eating Out	6	บรรยายสด (ใช้ EDO/ Pronunciation Checker Application/ PPT/ Text book)

8	ทบทวนบทที่ 1-3 คำศัพท์ ไวยากรณ์ และฝึกอ่าน	3	Kahoot Application
9	สอบกลางภาค (Midterm)	3	-
10-11	Textbook Unit 4: Going Shopping	6	บรรยายสด (ใช้ EDO/ ChatGPT สำหรับฝึกพูด/PPT/ Text book)
12-13	Textbook Unit 5: Giving Direction	6	บรรยายสด (ใช้ EDO/ ChatGPT สำหรับฝึกพูด/PPT/ Text book)
14-15	Textbook Unit 6: Planning a Vacation	6	บรรยายสด (ใช้ EDO/ PPT/ Text book)
16	ทบทวนบทที่ 4-6 คำศัพท์ ไวยากรณ์ บทสนทนา และฝึกอ่าน Post-test	3	Kahoot Application and ChatGPT สำหรับฝึกพูด
17	สอบปลายภาค (Final Examination)	3	

3.3.3 การดำเนินการวิจัยระยะที่ 3: ประเมินผล

การดำเนินการวิจัยในระยะที่ 3 นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ

เชิงราย แบบประเมินประกอบด้วย 2 ประเภท คือ 1) ประเมินผลสัมฤทธิ์ก่อนและหลังการเรียนการสอน
2) ประเมินการกำกับตนเองและความรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) แบบประเมินผลสัมฤทธิ์ก่อนและหลังการเรียนการสอน

การวิจัยนี้ใช้แบบประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพื่อวัดความรู้และทักษะของผู้เรียนก่อนและหลังการจัดการเรียนการสอน โดยใช้แบบทดสอบจำนวน 60 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยคำถามที่ครอบคลุมเนื้อหาสำคัญที่เกี่ยวข้องกับบทเรียน การทดสอบก่อนเรียน (Pre-test) จะใช้เพื่อวัดความรู้และความเข้าใจเริ่มต้นของผู้เรียน ขณะที่การทดสอบหลังเรียน (Post-test) เพื่อประเมินความก้าวหน้าและพัฒนาการของผู้เรียนหลังการเรียนการสอน แบบประเมินนี้ไม่เพียงวัดระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แต่ยังช่วยชี้ให้เห็นถึงประสิทธิภาพของกระบวนการสอนและผลที่ได้จากการเรียนรู้

สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเห็นผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาก่อนและหลังเรียน

วิธีการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือคือค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item Objective Congruence) โดยผู้เชี่ยวชาญที่จบระดับปริญญาเอกด้านการสอนภาษาอังกฤษและ/หรือเทคโนโลยีการศึกษา หรือสาขาที่เกี่ยวข้อง และมีประสบการณ์ด้านการสอนภาษาอังกฤษเป็นเวลอย่างน้อย 10 ปี จำนวน 3 คน เป็นผู้ตรวจสอบคุณภาพของประเมินผลสัมฤทธิ์ก่อนและหลังการเรียนการสอน

กำหนดเกณฑ์การประเมิน

คะแนน = +1 หมายถึง เหมาะสม สอดคล้องตรงกับวัตถุประสงค์

คะแนน = 0 หมายถึง ไม่แน่ใจ มีความสอดคล้องวัตถุประสงค์

คะแนน = -1 หมายถึง ไม่สอดคล้อง ไม่ตรงกับวัตถุประสงค์

เกณฑ์คัดเลือก ค่า IOC (Item Objective Congruence Index)

ค่า IOC = 1.00 เลือกลงใช้

ค่า IOC = 0.50-0.99 พิจารณาปรับปรุงเนื้อหา

ค่า IOC = ต่ำกว่า 0.50 ตัดทิ้ง

2) แบบประเมินการกำกับตนเองและความการรับรู้ความสามารถของตนเอง

การวิจัยนี้ใช้แบบประเมินการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อวัดทักษะการจัดการและการประเมินตนเองของผู้เรียน ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จทางการเรียนรู้ โดยแบบประเมินการกำกับตนเองจะครอบคลุมด้านการวางแผน การจัดการเวลา และความสามารถในการควบคุมการเรียนรู้ของตนเอง ส่วนแบบประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเองจะวัดความเชื่อมั่นและการรับรู้ความสำเร็จในทักษะต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ ซึ่งทั้งสองแบบประเมินนี้ช่วยให้สามารถวิเคราะห์ถึงความสัมพันธ์ระหว่างการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และช่วยชี้ให้เห็นถึงการพัฒนาศักยภาพของผู้เรียนในระยะยาว

สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพแบบประเมินคือค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item Objective Congruence) โดยผู้เชี่ยวชาญด้านการสอนภาษาอังกฤษจำนวนสามท่าน ซึ่งผู้เชี่ยวชาญมีประสบการณ์การสอนภาษาอังกฤษมากกว่า 10 ปี ร่วมพิจารณาข้อคำถามเพื่อหาค่าความเที่ยงตรงของคำถามและเนื้อหาที่ถาม (Validity) และได้้นำข้อแนะนำมาปรับปรุงและแก้ไขเนื้อหาให้เกิดความเที่ยงตรงและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของแบบสอบถาม

กำหนดเกณฑ์การประเมิน

คะแนน = +1 หมายถึง เหมาะสม สอดคล้องตรงกับวัตถุประสงค์

คะแนน = 0 หมายถึง ไม่แน่ใจ มีความสอดคล้องวัตถุประสงค์

คะแนน = -1 หมายถึง ไม่สอดคล้อง ไม่ตรงกับวัตถุประสงค์

เกณฑ์คัดเลือก ค่า IOC (Item Objective Congruence Index)

ค่า IOC = 1.00 เลือกใช้

ค่า IOC = 0.50-0.99 พิจารณาปรับปรุงเนื้อหา

ค่า IOC = ต่ำกว่า 0.50 ตัดทิ้ง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป แบบประเมินการกำกับตนเองและ การรับรู้ความสามารถของตนเอง มีการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย

1. ร้อยละ (Percentage)
2. ค่าเฉลี่ย (Mean)
3. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

วิเคราะห์การประเมินการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเอง ใช้ค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ตามเกณฑ์ดังนี้

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 4.51-5.00 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.51-4.50 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.51-3.50 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.51-2.50 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00-1.50 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด

บทที่ 4

ผลการวิจัย

บทนี้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร (GEN2001) ซึ่งได้รับการจัดการเรียนการสอนโดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษตลอดระยะเวลา 17 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูลในบทนี้ครอบคลุมผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษก่อนและหลังการเรียนรู้ การกำกับตนเองในการเรียนรู้ และการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษา โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน รวมทั้งการเปรียบเทียบผลคะแนนก่อนและหลังการเรียนรู้ด้วยสถิติ Paired Sample t-test ทั้งนี้ การนำเสนอผลการวิจัยจะเรียงลำดับตามวัตถุประสงค์และคำถามการวิจัย เพื่อสะท้อนให้เห็นถึงประสิทธิผลของการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษต่อการพัฒนาการเรียนรู้ของนักศึกษาอย่างเป็นระบบและชัดเจนโดยการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นไปตามวัตถุประสงค์และคำถามการวิจัยที่กำหนดไว้ในบทที่ 1 และใช้เครื่องมือและสถิติที่อธิบายไว้ในบทที่ 3 การนำเสนอผลการวิจัยในบทนี้แบ่งออกเป็น 4 ตาราง ได้แก่

ตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 4 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษของนักศึกษา ก่อนและหลังการเรียนรู้

ตารางที่ 5 ผลการกำกับตนเองของนักศึกษา: ด้านการใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนภาษาอังกฤษ

ตารางที่ 6 ผลการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)

ตารางที่ 7 ผลรวมการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)

ตารางที่ 8 การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy)

ตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ	เพศชาย	66	50.77
	เพศหญิง	64	49.23
รวม		130	100.00
ชั้นปี	ปี 1	124	95.38
	ปี 2	2	1.54
	ปี 3	3	2.31
	ปี 4	1	0.77
รวม		130	100.00
ประสบการณ์ในการเรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยี	ไม่ใช้เลย	5	3.85
	ไม่ค่อยใช้	52	40.00
	บ่อยปานกลาง	62	47.69
	บ่อยมาก	11	8.46
รวม		130	100.00
อุปกรณ์หลักที่ใช้ในการเรียนภาษาอังกฤษ	สมาร์ทโฟน	88	67.69
	แท็บเล็ต	26	20.00
	คอมพิวเตอร์/โน้ตบุ๊ก	16	12.31
	อื่น ๆ เช่น เครื่องแปลภาษาพกพา	0	0.00
รวม		130	100.00

จากตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 130 คน เป็นเพศชายจำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 50.77 และเพศหญิงจำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 49.23 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีสัดส่วนเพศชายและเพศหญิงใกล้เคียงกัน

เมื่อพิจารณาตามชั้นปี พบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีจำนวนมากที่สุด คือ 124 คน คิดเป็นร้อยละ 95.38 รองลงมาคือชั้นปีที่ 3 จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 2.31 ชั้นปีที่ 2 จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ

1.54 และชั้นปีที่ 4 จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.77 ตามลำดับ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับชั้นปีที่ 1

สำหรับประสบการณ์ในการเรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยี พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการใช้เทคโนโลยีในระดับบ่่อยปานกลาง จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 47.69 รองลงมาคือระดับไม่ค่อยใช้ จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 40.00 ระดับบ่่อยมาก จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 8.46 และระดับไม่ใช้เลย จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 3.85

ด้านอุปกรณ์หลักที่ใช้ในการเรียนภาษาอังกฤษ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้อุปกรณ์สมาร์ตโฟน จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 67.69 รองลงมาคือแท็บเล็ต จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 20.00 และคอมพิวเตอร์หรือโน้ตบุ๊ก จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 12.31 ขณะที่ไม่มีผู้เลือกใช้อุปกรณ์อื่น ๆ แสดงให้เห็นว่าสมาร์ตโฟนเป็นอุปกรณ์หลักที่นักศึกษาใช้ในการเรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยีมากที่สุด

ตารางที่ 4 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษของนักศึกษา ก่อนและหลังการเรียน

การทดสอบ	<i>n</i>	คะแนนเต็ม	Mean (<i>M</i>)	S.D.	<i>t</i>	<i>p</i>
ก่อนเรียน (Pre-test)	130	60	30.25	9.48	29.84	.000
หลังเรียน (Post-test)	130	60	43.62	7.54		

จากตารางที่ 4 พบว่า ผลการเปรียบเทียบคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 130 คน ก่อนและหลังการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยหลังเรียน ($M = 43.62$, $S.D. = 7.54$) มีค่าสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียน ($M = 30.25$, $S.D. = 9.48$) เมื่อพิจารณาค่าสถิติทดสอบ t (t-test for Dependent Samples) เท่ากับ 29.84 และมีค่านัยสำคัญทางสถิติ (p-value) เท่ากับ .000 ซึ่งมีค่าน้อยกว่าระดับนัยสำคัญที่กำหนดไว้ (.05) จึงปฏิเสธสมมติฐานหลัก และยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ทำให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ตารางที่ 5 ผลการกำกับตนเองของนักศึกษา: ด้านการใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนภาษาอังกฤษ

	ด้านการใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนภาษาอังกฤษ	Mean (M)	S.D	ระดับความ พึงพอใจ
1	ฉันใช้แอปพลิเคชันหรือแพลตฟอร์มออนไลน์เพื่อเรียนภาษาอังกฤษเป็นประจำ	3.33	0.75	ปานกลาง
2	ฉันใช้เทคโนโลยีช่วยฝึกทักษะฟังภาษาอังกฤษ	3.52	0.77	มาก
3	ฉันใช้เทคโนโลยีช่วยฝึกทักษะพูดภาษาอังกฤษ	3.35	0.82	ปานกลาง
4	ฉันใช้เทคโนโลยีช่วยฝึกทักษะอ่านภาษาอังกฤษ	3.50	0.75	มาก
5	ฉันใช้เทคโนโลยีช่วยฝึกทักษะเขียนภาษาอังกฤษ	3.34	0.77	ปานกลาง
6	ฉันใช้โปรแกรมแปลภาษาในการช่วยทำความเข้าใจคำศัพท์	3.88	0.86	มาก
7	ฉันใช้อุปกรณ์พกพา เช่น สมาร์ทโฟนหรือแท็บเล็ต ในการเรียนภาษาอังกฤษ	3.78	0.84	มาก
8	ฉันรู้สึกว่าการใช้เทคโนโลยีช่วยให้ฉันเข้าใจบทเรียนภาษาอังกฤษได้ดีขึ้น	3.66	0.83	มาก
9	ฉันรู้จักเลือกใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมกับรูปแบบการเรียนรู้ของตนเอง	3.55	0.80	มาก
10	ฉันสามารถเรียนรู้ภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยีได้โดยไม่ต้องมีครูคอยควบคุมตลอดเวลา	3.20	0.92	ปานกลาง
	รวม	3.51	0.81	มาก

จากตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ระดับการใช้เทคโนโลยีในการเรียนภาษาอังกฤษของนักศึกษาพบว่า โดยภาพรวมนักศึกษามีการใช้เทคโนโลยีในการเรียนภาษาอังกฤษอยู่ในระดับค่อนข้างสูง โดยรายการที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ได้แก่ การใช้โปรแกรมแปลภาษาในการช่วยทำความเข้าใจคำศัพท์ ($M =$

3.88, S.D. = 0.86) การใช้อุปกรณ์พกพา เช่น สมาร์ทโฟนหรือแท็บเล็ตในการเรียนภาษาอังกฤษ ($M = 3.78$, S.D. = 0.84) และความรู้สึกว่าสื่อเทคโนโลยีช่วยให้เข้าใจบทเรียนภาษาอังกฤษได้ดีขึ้น ($M = 3.66$, S.D. = 0.83)

นอกจากนี้ การใช้เทคโนโลยีช่วยฝึกทักษะฟังภาษาอังกฤษ ($M = 3.52$, S.D. = 0.77) การใช้เทคโนโลยีช่วยฝึกทักษะอ่านภาษาอังกฤษ ($M = 3.50$, S.D. = 0.75) และความสามารถในการเลือกใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมกับรูปแบบการเรียนรู้ของตนเอง ($M = 3.55$, S.D. = 0.80) ล้วนมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงเช่นกัน

ส่วนรายการที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ การใช้แอปพลิเคชันหรือแพลตฟอร์มออนไลน์เพื่อเรียนภาษาอังกฤษเป็นประจำ ($M = 3.33$, S.D. = 0.75) การใช้เทคโนโลยีช่วยฝึกทักษะพูดภาษาอังกฤษ ($M = 3.35$, S.D. = 0.82) การใช้เทคโนโลยีช่วยฝึกทักษะเขียนภาษาอังกฤษ ($M = 3.34$, S.D. = 0.77) และความสามารถในการเรียนรู้ภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยีได้โดยไม่ต้องมีครูคอยควบคุมตลอดเวลา ($M = 3.20$, S.D. = 0.92)

ผลการวิเคราะห์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่านักศึกษามีการใช้เทคโนโลยีในการสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษในหลายด้าน โดยเฉพาะด้านการทำความเข้าใจบทเรียนและการใช้เครื่องมือดิจิทัลเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ด้วยตนเอง

ตารางที่ 6 ผลการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)

การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)		Mean (M)	S.D	ระดับ ความพึง พอใจ
ส่วนที่ 1: ระยะการคิดล่วงหน้า (Forethought Phase)				
11	ฉันตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนก่อนเริ่มเรียนภาษาอังกฤษแต่ละครั้ง	3.27	0.90	ปานกลาง
12	ฉันวางแผนล่วงหน้าว่าจะเรียนอะไรและเรียนอย่างไรเมื่อใช้เทคโนโลยี	3.28	0.85	ปานกลาง
13	ฉันประเมินความสามารถของตนเองก่อนเริ่มเรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยี	3.37	0.85	ปานกลาง

ตารางที่ 6 ผลการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation) (ต่อ)

การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)		Mean (M)	S.D	ระดับ ความพึง พอใจ
14	ฉันตั้งแรงจูงใจให้ตนเอง เช่น รางวัล หรือการบรรลุเป้าหมาย เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ	3.29	0.90	ปานกลาง
15	ฉันเชื่อว่าการใช้เทคโนโลยีช่วยให้ฉันบรรลุเป้าหมายในการ เรียนภาษาอังกฤษได้	3.57	0.80	มาก
รวม		3.36	0.86	ปานกลาง
ส่วนที่ 2: ระยะเวลาแสดง (Performance Phase)				
16	ขณะเรียนภาษาอังกฤษ ฉันติดตามความก้าวหน้าของตนเอง อย่างสม่ำเสมอ	3.42	0.83	ปานกลาง
17	ฉันใช้กลยุทธ์ที่เหมาะสม เช่น การจดโน้ต การสรุป หรือการ ตั้งคำถาม เพื่อช่วยให้เข้าใจเนื้อหา	3.42	0.76	ปานกลาง
18	ฉันสามารถจัดการกับสิ่งรบกวน (เช่น โทรศัพท์หรือโซเชียล มีเดีย) ระหว่างการเรียนรู้ได้	3.48	0.87	ปานกลาง
19	ฉันสามารถควบคุมเวลาเรียนภาษาอังกฤษของตนเองได้อย่าง มีประสิทธิภาพ	3.18	0.88	ปานกลาง
20	เมื่อพบปัญหาระหว่างเรียน ฉันพยายามหาวิธีแก้ไขด้วย ตนเองก่อน	3.55	0.73	มาก
รวม		3.41	0.81	ปานกลาง
ส่วนที่ 3: ระยะเวลาไตร่ตรองตนเอง (Self-Reflection Phase)				
21	ฉันประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองหลังจากเรียน ภาษาอังกฤษแต่ละครั้ง	3.18	0.85	ปานกลาง
22	ฉันวิเคราะห์ว่าเหตุใดฉันจึงสำเร็จหรือล้มเหลวในการเรียน ภาษาอังกฤษ	3.44	0.76	ปานกลาง
23	ฉันนำข้อผิดพลาดหรือข้อบกพร่องจากการเรียนครั้งก่อนมา ใช้ปรับปรุงการเรียนครั้งต่อไป	3.50	0.80	มาก

ตารางที่ 6 ผลการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation) (ต่อ)

การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)	Mean (M)	S.D	ระดับ ความพึง พอใจ
24 ฉันรู้สึกพึงพอใจเมื่อตนเองสามารถเรียนรู้และเข้าใจ ภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีได้ด้วยตนเอง	3.57	0.88	มาก
25 ประสบการณ์จากการเรียนรู้ด้วยเทคโนโลยีทำให้ฉันปรับ วิธีการเรียนให้เหมาะสมมากขึ้น	3.50	0.77	มาก
รวม	3.44	0.81	ปานกลาง
รวมทั้งหมด	3.40	0.83	ปานกลาง

ตารางที่ 6 แสดงผลการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation) ของผู้เรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยี แบ่งออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่ ระยะการคิดล่วงหน้า ระยะการแสดง และระยะการไตร่ตรองตนเอง โดยภาพรวมของแต่ละข้อคำถามอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก แสดงว่าผู้เรียนมีพฤติกรรมการกำกับตนเองอยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างดี แต่ยังมีช่องว่างให้พัฒนาในบางด้าน

ในส่วนที่ 1 ระยะการคิดล่วงหน้า (Forethought Phase) รายการคำถามส่วนใหญ่ เช่น การตั้งเป้าหมาย การวางแผนล่วงหน้า การประเมินความสามารถ และการตั้งแรงจูงใจ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง (M ประมาณ 3.27–3.37) สะท้อนว่าผู้เรียนมีการเตรียมตัวก่อนเรียนพอสมควร แต่ยังไม่โดดเด่นมากนัก ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดในส่วนนี้คือ “ฉันเชื่อว่าการใช้เทคโนโลยีช่วยให้ฉันบรรลุเป้าหมายในการเรียนภาษาอังกฤษได้” (M = 3.57 ระดับมาก) แสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่ดีต่อการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้

ในส่วนที่ 2 ระยะการแสดง (Performance Phase) พบว่าผู้เรียนมีการติดตามความก้าวหน้า ใช้กลยุทธ์การเรียน เช่น การจดโน้ตและการสรุป รวมถึงการจัดการสิ่งรบกวน และการควบคุมเวลา อยู่ในระดับปานกลาง (M ประมาณ 3.18–3.48) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือการควบคุมเวลาเรียนภาษาอังกฤษ

($M = 3.18$) แสดงถึงจุดที่ยังควรพัฒนา ขณะที่ข้อ “เมื่อพบปัญหาระหว่างเรียน ฉันพยายามหาวิธีแก้ไขด้วยตนเองก่อน” มีค่าเฉลี่ยสูง ($M = 3.55$ ระดับมาก) สะท้อนความสามารถในการแก้ปัญหาด้วยตนเองของผู้เรียน

ในส่วนที่ 3 ระยะการไตร่ตรองตนเอง (Self-Reflection Phase) พบว่าผู้เรียนมีการประเมินผลการเรียนของตนเองหลังเรียน การวิเคราะห์เหตุผลของความสำเร็จหรือความล้มเหลว และการนำข้อผิดพลาดไปปรับปรุง อยู่ในระดับปานกลางถึงมาก (M ประมาณ 3.18–3.50) โดยข้อที่โดดเด่นคือ “ฉันรู้สึกพึงพอใจเมื่อตนเองสามารถเรียนรู้และเข้าใจภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีได้ด้วยตนเอง” ($M = 3.57$ ระดับมาก) และ “ประสบการณ์จากการเรียนรู้ด้วยเทคโนโลยีทำให้ฉันปรับวิธีการเรียนให้เหมาะสมมากขึ้น” ($M = 3.50$ ระดับมาก) แสดงว่าผู้เรียนสามารถสะท้อนคิดและนำประสบการณ์มาปรับใช้ในการเรียนได้ดี

เมื่อพิจารณาร่วมกันทั้งสามส่วน จะเห็นว่าผู้เรียนมีความเข้มแข็งมากที่สุดในด้านทัศนคติเชิงบวกต่อเทคโนโลยี การแก้ปัญหาด้วยตนเอง และการไตร่ตรองปรับปรุงการเรียน ขณะที่ด้านที่ยังอ่อนกว่าคือการวางแผน การตั้งเป้าหมาย การประเมินผลหลังเรียน และการควบคุมเวลา สะท้อนว่าผู้เรียนมีศักยภาพในการกำกับตนเอง แต่ยังต้องเสริมทักษะการจัดการก่อนและระหว่างการเรียนรู้เพื่อให้การใช้เทคโนโลยีเกิดประสิทธิภาพสูงสุด

ตารางที่ 7 ผลรวมการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)

การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)		Mean (M)	S.D	ระดับความ พึงพอใจ
1	ส่วนที่ 1: ระยะการคิดล่วงหน้า (Forethought Phase)	3.36	0.86	ปานกลาง
2	ส่วนที่ 2: ระยะการแสดง (Performance Phase)	3.41	0.81	ปานกลาง
3	ส่วนที่ 3: ระยะการไตร่ตรองตนเอง (Self-Reflection Phase)	3.44	0.81	ปานกลาง
ผลรวมการกำกับตนเองในการเรียนรู้ทั้ง 3 ส่วน		3.40	0.83	ปานกลาง

จากตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์การกำกับตนเองในการเรียนรู้ของนักศึกษา พบว่า โดยภาพรวม นักศึกษามีการกำกับตนเองในการเรียนรู้ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.40$, S.D. = 0.83) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านระยะการไตร่ตรองตนเอง (Self-Reflection Phase) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{x} = 3.44$, S.D. = 0.81) รองลงมาคือด้านระยะการแสดง (Performance Phase) ($\bar{x} = 3.41$, S.D. = 0.81) และด้านระยะการคิดล่วงหน้า (Forethought Phase) ($\bar{x} = 3.36$, S.D. = 0.86) ตามลำดับ

ผลการวิเคราะห์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่านักศึกษามีความสามารถในการกำกับตนเองในการเรียนรู้ในทั้งสามระยะอยู่ในระดับใกล้เคียงกัน โดยทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักศึกษามีการวางแผน การปฏิบัติ และการประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองในระดับหนึ่ง

ตารางที่ 8 การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy)

การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)	Mean (M)	S.D	ระดับความ พึงพอใจ
กลุ่มที่ 1: ประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเอง (Mastery Experiences)			
26 ฉันมั่นใจในการเรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีช่วย	3.45	0.85	ปานกลาง
27 จากประสบการณ์ ฉันรู้สึกว่าคุณสามารถเรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีให้ดีขึ้น	3.49	0.80	ปานกลาง
28 ความล้มเหลวในการเรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีในอดีตทำให้ฉันไม่เชื่อมั่นในตนเอง	3.18	0.95	ปานกลาง
29 ารที่ฉันเคยทำกิจกรรมเกี่ยวกับภาษาอังกฤษสำเร็จด้วยตนเอง ช่วยเพิ่มความมั่นใจในการเรียน	3.43	0.90	ปานกลาง
30 ฉันเคยฝึกภาษาอังกฤษด้วยเทคโนโลยีช่วยในการสื่อสาร ซึ่งทำให้ฉันมั่นใจในตนเองมากขึ้น	3.33	0.79	ปานกลาง
รวม	3.38	0.86	ปานกลาง

ตารางที่ 8 การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) (ต่อ)

	การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)	Mean (M)	S.D	ระดับ ความพึง พอใจ
กลุ่มที่ 2: ประสบการณ์เชิงสังเกต (Vicarious Experiences)				
31	เมื่อเห็นเพื่อนที่มีทักษะใกล้เคียงกันประสบความสำเร็จฉันเชื่อว่าฉันก็ทำได้	3.52	0.81	มาก
32	ฉันเรียนรู้เทคนิคการเรียนรู้ภาษาอังกฤษจากการดูเพื่อนหรือคนอื่นทำเป็นตัวอย่าง	3.51	0.83	มาก
33	การเห็นนักศึกษาคณะอื่นพัฒนาได้ดีในการใช้เทคโนโลยีเรียนภาษาอังกฤษ ช่วยให้ฉันเชื่อมั่นในตนเอง	3.52	0.81	มาก
34	ฉันมักใช้ตัวอย่างจากผู้เรียนที่ประสบความสำเร็จมาเป็นแรงบันดาลใจในการเรียน	3.48	0.86	ปานกลาง
รวม		3.51	0.83	มาก
กลุ่มที่ 3: คำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่น (Verbal Persuasion)				
35	คำแนะนำจากครูหรืออาจารย์ทำให้ฉันเชื่อมั่นว่าฉันสามารถเรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีได้	3.62	0.91	มาก
36	เพื่อนร่วมชั้นส่งเสริมและให้กำลังใจฉันในการเรียนภาษาอังกฤษด้วยเทคโนโลยี	3.40	0.87	ปานกลาง
37	เมื่อได้รับคำชมในเรื่องภาษาอังกฤษ ฉันจะรู้สึกเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากขึ้น	3.59	0.93	มาก
รวม		3.54	0.90	มาก
กลุ่มที่ 4: สถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ (Physiological and Affective States)				
38	ฉันสามารถจัดการความเครียดหรือความวิตกกังวลของตนเองได้เมื่อเรียนภาษาอังกฤษด้วยเทคโนโลยี	3.38	0.89	ปานกลาง

ตารางที่ 8 การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) (ต่อ)

	การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)	Mean (M)	S.D	ระดับความ พึงพอใจ
39	เมื่อฉันมีอารมณ์ดี ฉันสามารถควบคุมตนเองและเรียน ภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพมาก ขึ้น	3.62	0.87	มาก
40	ฉันรู้สึกสงบและผ่อนคลายเมื่อได้ใช้เทคโนโลยีช่วยใน การเรียนภาษาอังกฤษ	3.54	0.88	มาก
	รวม	3.51	0.88	มาก
	ค่าเฉลี่ยรวมทั้ง 4 กลุ่ม	3.49	0.87	ปานกลาง

ตารางที่ 8 แสดงผลการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ของผู้เรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยี แบ่งออกเป็น 4 กลุ่มตามแนวคิดของ Bandura ได้แก่ กลุ่มประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเอง กลุ่มประสบการณ์เชิงสังเกต กลุ่มคำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่น และกลุ่มสถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ โดยค่าคะแนนเฉลี่ยในทุกกลุ่มอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง สะท้อนว่าผู้เรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับที่ดีพอสมควรเมื่อต้องเรียนภาษาอังกฤษด้วยเทคโนโลยี

ในกลุ่มที่ 1 ประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเอง (Mastery Experiences) พบว่าผู้เรียนมีความมั่นใจจากประสบการณ์ตรงของตนเองในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ยรวม $M = 3.38$, $S.D = 0.86$) โดยข้อที่เด่นคือ “จากประสบการณ์ ฉันรู้สึกว่าฉันสามารถเรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีให้ดีขึ้น” ($M = 3.49$) และ “การทำกิจกรรมภาษาอังกฤษสำเร็จด้วยตนเองช่วยเพิ่มความมั่นใจ” ($M = 3.43$) แสดงว่าความสำเร็จที่ผ่านมาเป็นฐานสำคัญที่เสริมสร้างความเชื่อมั่น ขณะที่ข้อเกี่ยวกับผลของความล้มเหลว ($M = 3.18$) สะท้อนว่าบางส่วนของผู้เรียนยังได้รับผลกระทบจากประสบการณ์ที่ไม่สำเร็จ

กลุ่มที่ 2 ประสบการณ์เชิงสังเกต (Vicarious Experiences) มีค่าเฉลี่ยรวมสูงกว่ากลุ่มแรก ($M = 3.51$, $S.D = 0.83$) ผู้เรียนมีแนวโน้มเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นเมื่อเห็นเพื่อนหรือนักศึกษาคนอื่นที่มีทักษะใกล้เคียงกันประสบความสำเร็จ ($M = 3.52$) รวมทั้งเรียนรู้เทคนิคจากการสังเกตผู้อื่นและใช้ตัวอย่างของผู้เรียนที่ประสบความสำเร็จเป็นแรงบันดาลใจ (M ประมาณ 3.48–3.52) สะท้อนว่าบทบาทของแบบอย่าง (model) มีอิทธิพลสำคัญต่อการรับรู้ความสามารถของตน

กลุ่มที่ 3 คำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่น (Verbal Persuasion) มีค่าเฉลี่ยรวมสูงสุดในทั้งสี่กลุ่ม ($M = 3.54$, $S.D = 0.90$) แสดงว่าคำแนะนำและกำลังใจจากครู เพื่อน และคำชมในเรื่องภาษาอังกฤษมีส่วนช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นของผู้เรียนอย่างชัดเจน โดยเฉพาะข้อ “คำแนะนำจากครูหรืออาจารย์ทำให้ฉันเชื่อมั่นว่าฉันสามารถเรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีได้” ($M = 3.62$) และ “เมื่อได้รับคำชมในเรื่องภาษาอังกฤษ ฉันจะรู้สึกเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากขึ้น” ($M = 3.59$) แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการเสริมแรงทางบวกจากบุคคลรอบข้าง

กลุ่มที่ 4 สถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ (Physiological and Affective States) มีค่าเฉลี่ยรวม ($M = 3.51$, $S.D = 0.88$) ในระดับใกล้เคียงกับกลุ่มที่ 2 โดยผู้เรียนสามารถจัดการความเครียดและความวิตกกังวลได้ในระดับปานกลาง ($M = 3.38$) แต่เมื่ออยู่ในภาวะอารมณ์ที่ดี จะสามารถควบคุมตนเองและเรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ($M = 3.62$) อีกทั้งรู้สึกสงบและผ่อนคลายเมื่อใช้เทคโนโลยีช่วยการเรียนรู้ ($M = 3.54$) ซึ่งบ่งชี้ว่าสภาพอารมณ์ที่ดีช่วยส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนภาษาอังกฤษ

โดยสรุป ตารางนี้ชี้ให้เห็นว่าผู้เรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับปานกลางค่อนข้างสูงในทุกมิติ โดยเฉพาะมิติคำชักนำและการสนับสนุนจากผู้อื่น และประสบการณ์เชิงสังเกต ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นในการเรียนภาษาอังกฤษด้วยเทคโนโลยี ขณะที่ประสบการณ์ตรงจากความสำเร็จ-ความล้มเหลวยังอยู่ในระดับไม่สูงมากนัก สะท้อนโอกาสในการออกแบบกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จด้วยตนเองบ่อยขึ้น เพื่อยกระดับการรับรู้ความสามารถของตนในระยะยาว

ตารางที่ 9 ผลรวมการรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy)

	การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation)	Mean (M)	S.D	ระดับความ พึงพอใจ
1	กลุ่มที่ 1: ประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลว ของตนเอง (Mastery Experiences)	3.38	0.86	ปานกลาง
2	กลุ่มที่ 2: ประสบการณ์เชิงสังเกต (Vicarious Experiences)	3.51	0.83	มาก
3	กลุ่มที่ 3: คำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่น (Verbal Persuasion)	3.54	0.90	มาก
4	กลุ่มที่ 4: สถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ (Physiological and Affective States)	3.51	0.88	มาก
	รวม	3.49	0.87	ปานกลาง

ตารางที่ 9 แสดงผลการรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) ของผู้เรียนในการกำกับตนเองในการเรียนรู้ พบว่าภาพรวมของการรับรู้ความสามารถของตนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.49 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.87 อยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่าผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการเรียนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีในระดับค่อนข้างดี แต่ยังไม่ถึงระดับสูงมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายกลุ่ม พบว่า กลุ่มที่ 3 คำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่น (Verbal Persuasion) มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ($M = 3.54$, $S.D = 0.90$) อยู่ในระดับมาก สะท้อนให้เห็นว่าคำแนะนำ กำลังใจ และคำชมจากครูหรือเพื่อนมีบทบาทสำคัญต่อการเสริมสร้างความเชื่อมั่นของผู้เรียน รองลงมาคือกลุ่มที่ 2 ประสบการณ์เชิงสังเกต (Vicarious Experiences) และกลุ่มที่ 4 สถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ (Physiological and Affective States) ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ $M = 3.51$ ($S.D = 0.83$ และ 0.88 ตามลำดับ) อยู่ในระดับมากเช่นกัน แสดงว่าการเห็นแบบอย่างทีประสบความสำเร็จและการมีสภาวะอารมณ์ที่ดีช่วยส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองของผู้เรียน

สำหรับกลุ่มที่ 1 ประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเอง (Mastery Experiences) มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับกลุ่มอื่น ($M = 3.38$, $S.D = 0.86$) อยู่ในระดับปานกลาง สะท้อนว่าผู้เรียนยังมีประสบการณ์ตรงจากความสำเร็จในการใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้ภาษาอังกฤษไม่มากนัก หรือยังได้รับผลกระทบบางส่วนจากประสบการณ์ความล้มเหลวที่ผ่านมา ทำให้การรับรู้ความสามารถของตนในมิตินี้ยังไม่สูงเท่าที่ควร

โดยรวมสรุปบทที่ 4 แสดงให้เห็นว่าผู้เรียนภาษาอังกฤษด้วยเทคโนโลยีมีระดับการกำกับตนเองในการเรียนรู้และการรับรู้ความสามารถของตนอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง โดยการกำกับตนเองทั้งสามระยะ ได้แก่ ระยะการคิดล่วงหน้า ระยะการแสดง และระยะการไตร่ตรองตนเอง มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ประมาณ 3.40 สะท้อนว่าผู้เรียนสามารถวางแผน ติดตาม ควบคุม และประเมินการเรียนรู้ของตนเองได้พอสมควร แม้ด้านการวางแผน การตั้งเป้าหมาย และการควบคุมเวลาจะยังต่ำกว่าด้านการแก้ปัญหาและการไตร่ตรองตนเองเล็กน้อย ขณะที่การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) จากทั้ง 4 แหล่ง ได้แก่ ประสบการณ์ตรง ประสบการณ์เชิงสังเกต คำชักนำจากผู้อื่น และสภาวะทางกาย-อารมณ์ มีค่าเฉลี่ยรวม 3.49 อยู่ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะมิติคำชักนำจากผู้อื่นและสภาวะด้านอารมณ์ที่มีค่าเฉลี่ยสูงกว่ามิติอื่น แสดงให้เห็นว่ากำลังใจ คำชม และบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนมีบทบาทสำคัญต่อความเชื่อมั่นของผู้เรียนในการใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

บทที่ 5 มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอภาพรวมของผลการวิจัยจากการศึกษาผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองในการเรียนรู้และการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษา โดยผู้วิจัยจะสังเคราะห์ผลลัพธ์จากบทที่ 4 มาสรุปให้เห็นแนวโน้มและระดับของตัวแปรสำคัญทั้งด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การกำกับตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเอง พร้อมทั้งเชื่อมโยงผลการวิจัยเข้ากับกรอบแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่ออภิปรายให้เห็นความสอดคล้องหรือความแตกต่างอย่างมีเหตุผลในบริบทของการเรียนภาษาอังกฤษด้วยเทคโนโลยี นอกจากนี้ บทนี้ยังมุ่งเสนอข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติสำหรับผู้สอน ผู้เรียน และผู้พัฒนาหลักสูตร ตลอดจนข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต อันอาจนำไปสู่การพัฒนาการจัดการเรียนการสอนภาษาอังกฤษที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองและเสริมสร้างความเชื่อมั่นในความสามารถของผู้เรียนได้อย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์ที่ 1: ศึกษาผลสัมฤทธิ์การเรียนภาษาอังกฤษของนักศึกษาที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ

สรุปผลและอภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ด้วยสถิติ Paired Sample t-test พบว่า คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษหลังการเรียนสูงกว่าก่อนการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 29.84$, $p = .000$) แสดงให้เห็นว่าการจัดการเรียนการสอนโดยใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ผลการวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษมีประสิทธิภาพในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาอย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Technology-Assisted Language Learning (TALL) ที่ระบุว่าเทคโนโลยีช่วยเพิ่มโอกาสในการฝึกทักษะภาษาอย่างหลากหลาย เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ซ้ำ ฝึกฝนด้วยตนเอง และได้รับข้อมูลย้อนกลับอย่าง

ต่อเนื่อง ส่งผลให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น (Godwin-Jones, 2018; Melkonyan & Matevosyan, 2020; Bahari, 2022)

การที่คะแนนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญ อาจเนื่องมาจากผู้เรียนได้มีโอกาสใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการฝึกทักษะภาษาอังกฤษทั้งการฟัง การพูด การอ่าน และการเขียนอย่างต่อเนื่อง ทั้งในและนอกชั้นเรียน ซึ่งช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองและการควบคุมการเรียนรู้ของตนเองตามแนวทางการกำกับตนเอง (Self-Regulated Learning) (Zimmerman, 2002; Schunk & Zimmerman, 2012)

นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังสามารถอธิบายได้จากแนวทางการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ซึ่งระบุว่าผู้เรียนที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้และเห็นพัฒนาการของตนเองอย่างชัดเจน จะเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากขึ้น และส่งผลให้เกิดความพยายามและแรงจูงใจในการเรียนรู้ที่สูงขึ้น (Bandura, 1997) การใช้เทคโนโลยีที่เอื้อต่อการฝึกซ้ำและการประเมินผลอย่างต่อเนื่องจึงช่วยเสริมสร้างทั้งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความเชื่อมั่นของผู้เรียนไปพร้อมกัน

ผลการวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยก่อนหน้านี้พบว่า การนำเทคโนโลยีมาใช้ในการเรียนภาษาอังกฤษสามารถช่วยยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญ (An et al., 2021; Althewini, 2025) โดยเฉพาะเมื่อเทคโนโลยีถูกออกแบบให้สอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้และความต้องการของผู้เรียน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษา พบว่าการบูรณาการเทคโนโลยีในการจัดการเรียนการสอนมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียน ทั้งในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทักษะการกำกับตนเอง และความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ดังนั้น เพื่อให้ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาการจัดการเรียนการสอนและการบริหารจัดการด้านการศึกษาได้อย่างเหมาะสม ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะข้อเสนอนี้ที่ได้จากผลการศึกษา เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้สอน ผู้บริหาร

สถานศึกษา และผู้พัฒนาหลักสูตรในการนำไปประยุกต์ใช้และพัฒนาการเรียนการสอนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีอย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืนต่อไป

จากผลการวิจัย ผู้สอนควรให้ความสำคัญกับการออกแบบแผนการจัดการเรียนการสอนที่บูรณาการเทคโนโลยีอย่างเป็นระบบ โดยเลือกใช้เครื่องมือที่เหมาะสม เช่น ระบบบริหารจัดการการเรียนรู้ (Learning Management System: LMS) แอปพลิเคชันฝึกทักษะภาษาอังกฤษ หรือสื่อมัลติมีเดียที่หลากหลาย ทั้งนี้ควรกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกใช้ภาษาอังกฤษอย่างต่อเนื่องทั้งในและนอกชั้นเรียน เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองและพัฒนาทักษะทางภาษาอย่างสม่ำเสมอ

นอกจากนี้ การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ควรมีความท้าทายในระดับที่เหมาะสมกับความสามารถของผู้เรียน และมีเป้าหมายการเรียนรู้ที่ชัดเจน เพื่อให้ผู้เรียนสามารถรับรู้ถึงความก้าวหน้าของตนเองอย่างเป็นรูปธรรม การเห็นพัฒนาการของตนเองจะช่วยเสริมสร้างแรงจูงใจ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตน และส่งผลเชิงบวกต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษในระยะยาว

ในระดับนโยบาย ผู้บริหารสถานศึกษาและผู้พัฒนาหลักสูตรควรให้การสนับสนุนทรัพยากรด้านเทคโนโลยีและโครงสร้างพื้นฐานอย่างเพียงพอ เช่น ระบบอินเทอร์เน็ตที่มีเสถียรภาพ อุปกรณ์การเรียนรู้ดิจิทัล และระบบสนับสนุนทางเทคนิค เพื่อเอื้อให้การนำเทคโนโลยีมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนภาษาอังกฤษเป็นไปอย่างต่อเนื่อง มีประสิทธิภาพ และเกิดความยั่งยืนในระยะยาว

วัตถุประสงค์ที่ 2: ศึกษาการกำกับตนเองของนักศึกษาที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ สรุปผลและอภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยด้านการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation) พบว่าค่าเฉลี่ยรวมของการกำกับตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.40$, $S.D. = 0.83$) โดยระยะการไตร่ตรองตนเองมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ($M = 3.44$) รองลงมาคือระยะการแสดง ($M = 3.41$) และระยะการคิดล่วงหน้า ($M = 3.36$) ในระดับรายข้อ ผู้เรียนมีคะแนนค่อนข้างสูงในด้านการเชื่อว่าเทคโนโลยีช่วยบรรลุเป้าหมาย การแก้ปัญหาด้วยตนเอง และการนำข้อผิดพลาดไปปรับปรุงการเรียนรู้ ขณะที่ด้านการตั้งเป้าหมาย การวางแผนล่วงหน้า การควบคุมเวลา และการประเมินผลหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยต่ำกว่าแต่ยังอยู่ในระดับปานกลาง

จากผลการวิเคราะห์การกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulation) ของผู้เรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยี พบว่า ผู้เรียนมีพฤติกรรมการกำกับตนเองโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก แสดงให้เห็นว่าผู้เรียนมีศักยภาพในการควบคุมและจัดการการเรียนรู้ของตนเองในระดับที่ค่อนข้างดี อย่างไรก็ตาม ยังมีบางด้านที่สามารถพัฒนาเพิ่มเติมได้เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการเรียนรู้ผ่านเทคโนโลยีให้สูงขึ้น

เมื่อพิจารณาเป็นรายระยะ พบว่า ระยะการคิดล่วงหน้า (Forethought Phase) ผู้เรียนมีการตั้งเป้าหมาย วางแผน และประเมินความสามารถของตนเองอยู่ในระดับปานกลาง สะท้อนว่าผู้เรียนมีการเตรียมตัวก่อนเรียนในระดับหนึ่ง แต่ยังขาดความชัดเจนและความสม่ำเสมอในการวางแผนการเรียนอย่างเป็นระบบ ขณะที่ระยะการแสดง (Performance Phase) ผู้เรียนมีพฤติกรรมการใช้กลยุทธ์การเรียนและการแก้ปัญหาด้วยตนเองอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก โดยเฉพาะความพยายามในการแก้ปัญหาด้วยตนเองเมื่อพบอุปสรรค แสดงถึงความสามารถในการควบคุมการเรียนรู้ระหว่างการเรียนได้ในระดับที่น่าพอใจ ส่วนระยะการไตร่ตรองตนเอง (Self-Reflection Phase) ผู้เรียนมีการประเมินผลและสะท้อนการเรียนรู้อาชีพของตนเองอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก และมีความพึงพอใจต่อการเรียนรู้ด้วยเทคโนโลยี ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการเรียนรู้จากประสบการณ์และนำไปปรับปรุงการเรียนของตนเอง

ผลการวิจัยดังกล่าวสามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีการกำกับตนเองในการเรียนรู้ของ Zimmerman (2002) ซึ่งระบุว่าการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นกระบวนการเชิงวัฏจักรที่ประกอบด้วยระยะการคิดล่วงหน้า ระยะการแสดง และระยะการไตร่ตรองตนเอง ผลการศึกษานี้พบว่าผู้เรียนมีความเข้มแข็งมากในระยะการแสดงและระยะการไตร่ตรองตนเอง โดยเฉพาะด้านทัศนคติเชิงบวกต่อเทคโนโลยีความสามารถในการแก้ปัญหาด้วยตนเอง และการสะท้อนคิดเพื่อปรับปรุงการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดที่ว่าประสบการณ์การเรียนรู้ที่เอื้อต่อการฝึกฝนและการประเมินตนเองอย่างต่อเนื่องจะช่วยเสริมสร้างพฤติกรรมการกำกับตนเอง (Schunk & Zimmerman, 2012)

อย่างไรก็ตาม การที่ผู้เรียนมีคะแนนอยู่ในระดับปานกลางในด้านการวางแผน การตั้งเป้าหมาย และการควบคุมเวลา สะท้อนว่าผู้เรียนยังขาดทักษะการจัดการการเรียนรู้ในระยะเริ่มต้น ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของการกำกับตนเองในระยะการคิดล่วงหน้า (Zimmerman, 2002) ประเด็นดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยที่ระบุว่า ผู้เรียนจำนวนมากสามารถใช้เทคโนโลยีได้ดีในระหว่างการเรียน แต่

ต้องการการสนับสนุนด้านการตั้งเป้าหมายและการวางแผนการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ (Broadbent & Poon, 2015)

นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังสะท้อนบทบาทของเทคโนโลยีในการเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) เนื่องจากผู้เรียนที่สามารถเรียนรู้และแก้ปัญหาด้วยตนเองผ่านเทคโนโลยีได้ มักเกิดความพึงพอใจและความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Bandura (1997) ที่ชี้ให้เห็นว่าประสบการณ์ความสำเร็จจากการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองเป็นปัจจัยสำคัญในการเสริมสร้างความเชื่อมั่นและแรงจูงใจในการเรียนรู้

โดยสรุป ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า ผู้เรียนมีพื้นฐานการกำกับตนเองในการเรียนรู้ผ่านเทคโนโลยีในระดับที่ดี โดยเฉพาะด้านการปฏิบัติและการสะท้อนคิด อย่างไรก็ตาม การพัฒนาทักษะการวางแผน การตั้งเป้าหมาย และการจัดการเวลาอย่างเป็นระบบจะช่วยยกระดับการกำกับตนเองของผู้เรียนให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น และทำให้การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษเกิดประสิทธิภาพสูงสุด

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย พบว่าผู้เรียนมีศักยภาพด้านการกำกับตนเองในการเรียนรู้ผ่านเทคโนโลยีในระดับหนึ่ง ดังนั้น ผู้สอนควรบูรณาการการพัฒนาทักษะการกำกับตนเองเข้าไปในกิจกรรมการเรียนรู้ที่ใช้เทคโนโลยีอย่างเป็นระบบ โดยออกแบบกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถตั้งเป้าหมายและวางแผนการเรียนรู้ของตนเองได้อย่างชัดเจน เช่น การให้ผู้เรียนกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้รายสัปดาห์ การจัดทำแผนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษส่วนบุคคล และการใช้เครื่องมือดิจิทัล เช่น checklist หรือ learning log ออนไลน์ เพื่อใช้ติดตามความก้าวหน้าและสะท้อนผลการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง

นอกจากนี้ ควรจัดกิจกรรมสะท้อนคิด (reflection) อย่างมีโครงสร้างเพื่อส่งเสริมการไตร่ตรองตนเองของผู้เรียน ซึ่งเป็นทักษะที่ผู้เรียนมีศักยภาพอยู่แล้ว โดยอาจใช้รูปแบบการเขียนบันทึกหลังการเรียนรู้ การทำแบบประเมินตนเองภายหลังการใช้แพลตฟอร์มการเรียนรู้ หรือการจัดกิจกรรมสนทนากลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนและสะท้อนผลการเรียนรู้ ทั้งนี้ กิจกรรมดังกล่าวจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถเชื่อมโยงประสบการณ์การเรียนรู้กับการปรับปรุงกลยุทธ์การเรียนรู้ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

อีกประการหนึ่ง ผู้สอนและผู้พัฒนารายวิชาควรพัฒนาสื่อหรือเครื่องมือที่ช่วยสนับสนุนการจัดการเวลาในการเรียนรู้ผ่านเทคโนโลยี เช่น ปฏิทินการเรียนออนไลน์ ระบบแจ้งเตือนงาน และแผนผังการเรียน เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมองเห็นภาพรวมของภาระงาน เข้าใจลำดับความสำคัญของกิจกรรมการเรียน และสามารถบริหารจัดการเวลาได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาการกำกับตนเองและการเรียนรู้ภาษาอังกฤษอย่างมีประสิทธิภาพในระยะยาว

วัตถุประสงค์ที่ 3: ศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษาที่ใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ

สรุปผลและอภิปรายผลการวิจัย

การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) โดยรวมมีค่าเฉลี่ย 3.49 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.87 จัดอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายมิติ พบว่ามีมิติคำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่น (Verbal Persuasion) มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ($M = 3.54$) ขณะที่มิติประสบการณ์เชิงสังเกต (Vicarious Experiences) และมิติสถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ (Physiological and Affective States) มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ $M = 3.51$ ส่วนมิติประสบการณ์ตรงของตนเอง (Mastery Experiences) มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ($M = 3.38$) แต่ยังคงอยู่ในระดับปานกลาง

จากผลการวิเคราะห์การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) ของผู้เรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยี พบว่า ผู้เรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูงในทุกมิติ ตามแนวคิดของ Bandura ได้แก่ ประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเอง ประสบการณ์เชิงสังเกต คำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่น และสถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ ซึ่งสะท้อนว่าผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในระดับที่ดีพอสมควรเมื่อต้องเรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยี

เมื่อพิจารณาเป็นรายมิติ พบว่า มิติคำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด แสดงให้เห็นว่าคำแนะนำและกำลังใจจากครู อาจารย์ และเพื่อน มีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความเชื่อมั่นของผู้เรียน รองลงมาคือมิติประสบการณ์เชิงสังเกต ซึ่งผู้เรียนมีแนวโน้มเกิดความเชื่อมั่นมากขึ้นเมื่อได้เห็น

แบบอย่างหรือเพื่อนที่มีความสามารถใกล้เคียงกันประสบความสำเร็จ ส่วนมิติสถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ ผู้เรียนสามารถควบคุมอารมณ์และลดความวิตกกังวลได้ในระดับหนึ่ง โดยเฉพาะเมื่ออยู่ในสภาวะอารมณ์ที่ดีจะส่งผลให้การเรียนรู้ผ่านเทคโนโลยีมีประสิทธิภาพมากขึ้น ขณะที่มิติประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเองมีค่าเฉลี่ยต่ำกว่ามิติอื่นเล็กน้อย สะท้อนว่าผู้เรียนบางส่วนยังได้รับผลกระทบจากประสบการณ์ที่ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียนภาษาอังกฤษ

ผลการวิจัยนี้สามารถอธิบายได้ตามทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura (1997) ซึ่งระบุว่า การรับรู้ความสามารถของบุคคลได้รับอิทธิพลจากแหล่งกำเนิดหลัก 4 ประการ โดยผลการศึกษาพบว่ามิติคำชักนำและสนับสนุนจากผู้อื่นมีอิทธิพลสูงที่สุดต่อการรับรู้ความสามารถของผู้เรียน สะท้อนว่าการได้รับคำแนะนำ คำชมเชย และกำลังใจจากครูและเพื่อนมีส่วนช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นของผู้เรียนอย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ชี้ให้เห็นว่าการเสริมแรงทางบวกและการให้ข้อมูลย้อนกลับเชิงสนับสนุนช่วยเพิ่มแรงจูงใจและความเชื่อมั่นในการเรียนรู้ภาษา (Schunk & Zimmerman, 2012)

นอกจากนี้ มิติประสบการณ์เชิงสังเกตที่มีค่าเฉลี่ยค่อนข้างสูง แสดงให้เห็นถึงบทบาทของแบบอย่าง (modeling) ในการเรียนรู้ผ่านเทคโนโลยี ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Bandura (1997) ที่ระบุว่า การเห็นผู้อื่นที่มีลักษณะหรือความสามารถใกล้เคียงกับตนเองประสบความสำเร็จ จะช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นว่าตนเองก็สามารถประสบความสำเร็จได้เช่นเดียวกัน โดยเฉพาะในบริบทการเรียนรู้ภาษาอังกฤษที่ผู้เรียนสามารถเรียนรู้จากเพื่อนหรือสื่อออนไลน์ได้อย่างหลากหลาย

ในขณะที่มิติประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเองมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง สะท้อนว่าผู้เรียนยังมีโอกาสได้รับประสบการณ์ความสำเร็จจากการเรียนภาษาอังกฤษด้วยตนเองไม่มากนักเพียงพอ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ระบุว่า mastery experiences เป็นแหล่งกำเนิดของ self-efficacy ที่ทรงพลังที่สุด แต่ต้องอาศัยการออกแบบกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จอย่างต่อเนื่องและเป็นรูปธรรม (Bandura, 1997; Zimmerman, 2002)

สำหรับมิติสถานการณ์ทางร่างกายและอารมณ์ ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าอารมณ์เชิงบวกและความรู้สึกผ่อนคลายจากการใช้เทคโนโลยีช่วยสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ ส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในทางบวก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่พบว่าสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ลดความวิตกกังวลและสร้างความรู้สึกปลอดภัยทางอารมณ์จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ภาษาและความเชื่อมั่นของผู้เรียน (Dörnyei & Ushioda, 2021)

โดยสรุป ผลการวิจัยนี้สะท้อนให้เห็นว่า แม้ผู้เรียนจะมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับปานกลางค่อนข้างสูงในทุกมิติ แต่การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ประสบความสำเร็จด้วยตนเองมากขึ้น ควบคู่กับการให้การสนับสนุนเชิงบวกและการใช้แบบอย่างที่เหมาะสม จะช่วยยกระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยีได้อย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยี พบว่าการเสริมสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ที่เหมาะสมมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นของผู้เรียน ดังนั้น ผู้สอนควรออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่สร้าง “ประสบการณ์ความสำเร็จแบบเป็นขั้นตอน” ให้แก่ผู้เรียน โดยการแบ่งเป้าหมายการใช้ภาษาอังกฤษออกเป็นภาระงานย่อยที่ผู้เรียนสามารถบรรลุได้จริง และให้การยอมรับความสำเร็จในแต่ละขั้นอย่างเหมาะสม แนวทางดังกล่าวจะช่วยเสริมสร้างมิติประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเอง (Mastery Experiences) ให้เข้มแข็งยิ่งขึ้น และช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองมากขึ้น

นอกจากนี้ ผู้สอนควรใช้คำชักนำเชิงบวกและคำชมเชยอย่างมีคุณภาพ โดยมุ่งเน้นการสะท้อนถึงความพยายาม กลยุทธ์การเรียนรู้ และพัฒนาการของผู้เรียน มากกว่าการให้ความสำคัญกับผลลัพธ์ของการเรียนเพียงอย่างเดียว ทั้งนี้ การให้ข้อมูลย้อนกลับในลักษณะดังกล่าวจะช่วยให้การรับรู้ความสามารถของตนเองเกิดจากความเข้าใจในศักยภาพที่แท้จริงของผู้เรียน และส่งเสริมแรงจูงใจในการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษอย่างต่อเนื่อง

อีกประการหนึ่ง ผู้สอนสามารถนำตัวอย่างของผู้เรียนที่ประสบความสำเร็จในการใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนภาษาอังกฤษมาเป็นแบบอย่างในการเรียนรู้ โดยอาจเชิญรุ่นพี่หรือเพื่อนที่มีพัฒนาการด้านภาษาอังกฤษชัดเจนมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์และแนวทางการเรียนรู้ในชั้นเรียน แนวทางนี้จะช่วยเสริมสร้างมิติประสบการณ์เชิงสังเกต (Vicarious Experiences) และทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถประสบความสำเร็จได้เช่นเดียวกัน

สุดท้าย ผู้สอนควรให้ความสำคัญกับสภาวะทางอารมณ์ของผู้เรียนระหว่างการใช้เทคโนโลยีในการเรียนภาษาอังกฤษ โดยลดบรรยากาศความกดดัน เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ทดลองและเรียนรู้จากความสำเร็จผิดพลาดอย่างปลอดภัย และจัดกิจกรรมที่ช่วยลดความวิตกกังวลด้านภาษา ทั้งนี้ สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เอื้อต่อความผ่อนคลายจะช่วยส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองของผู้เรียนในภาพรวม และสนับสนุนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษผ่านเทคโนโลยีให้เกิดประสิทธิภาพอย่างยั่งยืน

สรุปบทที่ 5

บทที่ 5 นี้ได้นำเสนอการสรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะจากการศึกษาผลการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษที่มีต่อการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา ผลการวิจัยโดยภาพรวมสะท้อนให้เห็นว่า การบูรณาการเทคโนโลยีในการจัดการเรียนการสอนภาษาอังกฤษมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทักษะการกำกับตนเองในการเรียนรู้ และการรับรู้ความสามารถของตนเองของผู้เรียนอย่างมีนัยสำคัญ

ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษพบว่า คะแนนหลังการเรียนของผู้เรียนสูงกว่าก่อนการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นว่าการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษสามารถช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ของผู้เรียนได้อย่างชัดเจน ขณะเดียวกัน ผลการศึกษาด้านการกำกับตนเองในการเรียนรู้พบว่าผู้เรียนมีพฤติกรรมการกำกับตนเองโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก โดยมีความเข้มแข็งในด้านการปฏิบัติและการไตร่ตรองตนเอง ขณะที่ด้านการคิด

ล่วงหน้า เช่น การวางแผน การตั้งเป้าหมาย และการจัดการเวลา ยังเป็นประเด็นที่ควรได้รับการส่งเสริมเพิ่มเติม

ในด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าผู้เรียนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูงในทุกมิติ โดยเฉพาะมิติคำชักนำและการสนับสนุนจากผู้อื่น รวมถึงประสบการณ์เชิงสังเกต ซึ่งสะท้อนบทบาทสำคัญของครู เพื่อน และแบบอย่างในการเสริมสร้างความเชื่อมั่นของผู้เรียน อย่างไรก็ตาม มิติประสบการณ์จากความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเองยังอยู่ในระดับไม่สูงมากนัก แสดงให้เห็นถึงความจำเป็นในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่ช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง

จากผลการอภิปรายและข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยเห็นว่าการพัฒนาการเรียนการสอนภาษาอังกฤษโดยใช้เทคโนโลยีควรมุ่งเน้นการส่งเสริมทักษะการกำกับตนเองและการรับรู้ความสามารถของตนเองควบคู่ไปกับการพัฒนาทักษะภาษา โดยการออกแบบกิจกรรมที่มีเป้าหมายชัดเจน สร้างประสบการณ์ความสำเร็จแบบเป็นขั้นตอน ใช้การเสริมแรงเชิงบวกอย่างมีคุณภาพ และสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เอื้อต่อความผ่อนคลายและการเรียนรู้จากความผิดพลาด ทั้งนี้ แนวทางดังกล่าวจะช่วยยกระดับประสิทธิภาพการใช้เทคโนโลยีสนับสนุนการเรียนภาษาอังกฤษ และส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียนให้เกิดความยั่งยืนในระยะยาว

บรรณานุกรม

- Althewini, A. (2025). Navigating online language learning: The impact of self-efficacy and self-regulation on student success. *Arab World English Journal*, 11(23).
<https://doi.org/10.24093/awej/call11.23>
- An, Z., Wang, C., Li, S., Gan, Z., & Li, H. (2021). Technology-assisted self-regulated English language learning: Associations with English language self-efficacy, English enjoyment, and learning outcomes. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 558466.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.558466>
- Bahari, A. (2022). Teacher identity in technology-assisted language learning: Challenges and affordances. *E-Learning and Digital Media*, 19(4), 396–420.
<https://doi.org/10.1177/20427530221092855>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents*, 5(1), 307–337.
- Bandura, A. (2014). Self-efficacy mechanism in psychobiologic functioning. In *Self-efficacy* (pp. 355–394). Taylor & Francis.
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2015). Self-regulated learning strategies & academic achievement in online higher education learning environments: A systematic review. *The Internet and Higher Education*, 27, 1–13.
<https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2015.04.007>

- Budoya, C. M., Kissaka, M. M., & Mtebe, J. S. (2019). Towards developing interactive content for enhancing life skills education in Tanzania: Possibilities and pitfalls. In *International Conference on Social Implications of Computers in Developing Countries* (pp. 374–385). Springer International Publishing. Retrieved from https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-19115-3_31
- Chiu, T. K. (2024). A classification tool to foster self-regulated learning with generative artificial intelligence by applying self-determination theory: A case of ChatGPT. *Educational Technology Research and Development*, 72(4), 2401–2416. Retrieved from <https://link.springer.com/article/10.1007/s11423-024-10366-w>
- Chung, H. Q., Chen, V., & Olson, C. B. (2021). The impact of self-assessment, planning and goal setting, and reflection before and after revision on student self-efficacy and writing performance. *Reading and Writing*, 34(7), 1885–1913.
- David, L., Biwer, F., Crutzen, R., & De Bruin, A. (2024). The challenge of change: Understanding the role of habits in university students' self-regulated learning. *Higher Education*, 1–19. Retrieved from <https://link.springer.com/article/10.1007/s10734-024-01199-w>
- Dawilai, S., Kamyod, C., & Prasad, R. (2021). Effectiveness comparison of the traditional problem-based learning and the proposed problem-based blended learning in creative writing: A case study in Thailand. *Wireless Personal Communications*, 118, 1853–1867.
- Dörnyei, Z., & Ushioda, E. (2021). *Teaching and researching motivation*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781351006743>
- Drisko, J. W., & Maschi, T. (2016). *Content analysis*. Oxford University Press.

- Godwin-Jones, R. (2018). Chasing the butterfly effect: Informal language learning online as a complex system. *Language Learning & Technology*, 22(2), 8–27.
<https://doi.org/10.125/44643>
- Gorsky, M., & Mold, A. (2020). Documentary analysis. In *Qualitative research in health care* (pp. 83–96). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781119410867.ch7>
- Graddol, D. (2006). *English next* (Vol. 62). British Council.
- Greene, J. A. (2021). Teacher support for metacognition and self-regulated learning: A compelling story and a prototypical model. *Metacognition and Learning*, 16(3), 651–666.
- Huang, Q. (2022). Influence of EFL teachers' self-assessment on their self-regulation and self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 891839.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.891839>
- Irie, K. (2021). Self-efficacy. In *The Routledge handbook of the psychology of language learning and teaching* (pp. 100–111). Routledge.
- Jaekel, N. (2020). Language learning strategy use in context: The effects of self-efficacy and CLIL on language proficiency. *International Review of Applied Linguistics in Language Teaching*, 58(2), 195–220.
- Karan Aynagoz, E., & Varol, B. (2023). Technology-based self-regulated learning strategies and English self-efficacy in online learning environments. *The Turkish Online Journal of Distance Education*, 24(4), 117–135.
<https://doi.org/10.17718/tojde.1186230>

- Kuo, T. M., Tsai, C. C., & Wang, J. C. (2021). Linking web-based learning self-efficacy and learning engagement in MOOCs: The role of online academic hardiness. *The Internet and Higher Education*, 51, Article 100819.
- Le Menestrel, S., & Takanishi, R. (Eds.). (2017). *Promoting the educational success of children and youth learning English: Promising futures*. National Academies Press.
- Lei, X., Fathi, J., Noorbakhsh, S., & Rahimi, M. (2022). The impact of mobile-assisted language learning on English as a foreign language learners' vocabulary learning attitudes and self-regulatory capacity. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 872922.
- Li, K. C., & Wong, B. T. M. (2023). Artificial intelligence in personalised learning: A bibliometric analysis. *Interactive Technology and Smart Education*, 20(3), 422–445.
- Maddux, J. E. (2016). Self-efficacy. In *Interpersonal and intrapersonal expectancies* (pp. 41–46). Routledge.
- Martirosyan, N. M., Hwang, E., & Wanjohi, R. (2015). Impact of English proficiency on academic performance of international students. *Journal of International Students*, 5(1), 60–71.
- Melkonyan, A., & Matevosyan, A. (2020). Technology-assisted foreign language learning (TALL) in the digital age. *SHS Web of Conferences*, 88, Article 02005. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20208802005>
- Morgan, H. (2022). Conducting a qualitative document analysis. *The Qualitative Report*, 27(1), 64–77.
- Oxford, R. L. (2016). *Teaching and researching language learning strategies: Self-regulation in context*. Routledge.

- Pas, P., Pol, H. H., Raemaekers, M., & Vink, M. (2021). Self-regulation in the pre-adolescent brain. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 51, Article 101012.
- Rorimpandey, W. H., & Midun, H. (2021). Effect of hybrid learning strategy and self-efficacy on learning outcomes. *Journal of Hunan University Natural Sciences*, 48(8).
- Sari, E. D. P., Trisnawati, R. K., Agustina, M. F., Adiarti, D., & Noorashid, N. (2023). Assessment of students' creative thinking skill on the implementation of project-based learning. *International Journal of Language Education*, 7(3), 414–428.
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (2012). Self-regulation and learning. *Handbook of Psychology, Second Edition*, 7.
- Shadiev, R., Liu, T., & Hwang, W. Y. (2020). Review of research on mobile-assisted language learning in familiar, authentic environments. *British Journal of Educational Technology*, 51(3), 709–720.
- Shadiev, R., & Yu, J. (2024). Review of research on computer-assisted language learning with a focus on intercultural education. *Computer Assisted Language Learning*, 37(4), 841–871.
- Stajkovic, A. D., & Luthans, F. (1998). Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 124(2), 240–261.
- Sun, J. C. Y., & Rueda, R. (2012). Situational interest, computer self-efficacy and self-regulation: Their impact on student engagement in distance education. *British Journal of Educational Technology*, 43(2), 191–204.

- Thomas, N., & Rose, H. (2019). Do language learning strategies need to be self-directed? Disentangling strategies from self-regulated learning. *TESOL Quarterly*, 53(1), 248–257.
- Waddington, J. (2023). Self-efficacy. *ELT Journal*, 77(2), 237–240.
- Yan, Z. (2020). Self-assessment in the process of self-regulated learning and its relationship with academic achievement. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 45(2), 224–238.
- Yang, Z. (2020). A study on self-efficacy and its role in mobile-assisted language learning. *Theory and Practice in Language Studies*, 10(4), 439–444.
- Zhang, D., & Zhang, L. J. (2019). Metacognition and self-regulated learning (SRL) in second/foreign language teaching. In *Second handbook of English language teaching* (pp. 883–897). Springer International Publishing.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2

ประวัติคณะผู้วิจัย

- ชื่อ - นามสกุล (ภาษาไทย) ดร.สิริกัญญา ดาวิลไล
ชื่อ - นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Dr. Sirikanya Dawilai
- เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน 3 5799 00272 935
- ตำแหน่งปัจจุบัน อาจารย์โปรแกรมวิชาภาษาตะวันตก
- หน่วยงานและสถานที่อยู่ติดต่อได้สะดวก พร้อมหมายเลขโทรศัพท์ โทรศัพท์มือถือ โทรสาร และ e-mail
สถานที่ติดต่อ โปรแกรมวิชาภาษาตะวันตก
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย 57100
โทรศัพท์ 053-776013 โทรสาร 053-776025
E-mail Sirikanya.daw@crru.ac.th
- ประวัติการศึกษา
ปริญญาตรี ศิลปศาสตรบัณฑิต เอกภาษาอังกฤษ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 2545
ปริญญาโท Master of Arts in International Human Resources Management,
The University of Greenwich, London, UK 2549
ปริญญาเอก การศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาภาษาอังกฤษเพื่อการพัฒนาวิชาชีพ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง 2561
- ประวัติการทำงาน
2549 – ปัจจุบัน อาจารย์ผู้สอนภาษาอังกฤษ สังกัดคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายเชียงราย

- 2558 - ปัจจุบัน ผู้ช่วยผู้อำนวยการ วิเทศสัมพันธ์
- 2560 - ปัจจุบัน วิทยาการภาษาอังกฤษ มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย
- 2556-2562 ผู้ช่วยคณบดี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

7. ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารงานวิจัยทั้งภายในและภายนอกประเทศ (โดยระบุสถานภาพในการทำการวิจัยว่าเป็นผู้อำนวยการแผนงานวิจัย หัวหน้าโครงการวิจัย หรือ ผู้ร่วมวิจัยในแต่ละข้อเสนอการวิจัย)

Dawilai, S., Santhi, N., & Wetspichetkosol, B. (2024). Online Task-Based Language Learning to Enhance Thai Monks' Speaking Performance. *Journal of Mobile Multimedia*, 307-334.

Dawilai, S., Kamyod, C., & Prasad, R. (2021). Effectiveness comparison of the traditional problem-based learning and the proposed problem-based blended learning in creative writing: A case study in Thailand. *Wireless Personal Communications*, 118, 1853-1867.

Dawilai, S., Kamyod, C., & Champakaew, W. (2018). Proposed Problem-based Blended Learning in Creative Writing: Self-Regulated Learning in EFL Learners. *International Journal of Applied Engineering Research*, 13(7), 4834-4841.

การพัฒนาสื่ออิเล็กทรอนิกส์เพื่อพัฒนาสมรรถนะสากลให้กับประชาชนในเขตเศรษฐกิจพิเศษชายแดน จังหวัดเชียงราย เพื่อเตรียมความพร้อมเข้าสู่ประชาคมอาเซียน 2559 ทุนจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

การพัฒนาคู่มือการสอนภาษาอังกฤษสำหรับครูในภาคเหนือตอนบนโดยใช้วิธีการสอนภาษาเพื่อการสื่อสาร 2563 ทุนจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

การพัฒนาสื่ออิเล็กทรอนิกส์เพื่อพัฒนาสมรรถนะสากลให้กับประชาชนในเขตเศรษฐกิจพิเศษชายแดน
จังหวัดเชียงราย เพื่อเตรียมความพร้อมเข้าสู่ประชาคมอาเซียน The 13th Inter-University
Cooperation Program. ASIAN Community Knowledge Networks for the Economy,
Society, Culture, and Environmental Stability, Miyazaki, Japan, 2017