

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์	ผลของการฝึกเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟาตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการลดความวิตกกังวลทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่	
ชื่อผู้เขียน	นางสาวนวลพรรณ นิยมคำ	
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต	สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว	
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สวัสดิ์ บรรเทิงสุข	ประธานกรรมการ
	รองศาสตราจารย์ชยันต นาคนุปผา	กรรมการ
	รองศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ ภูวิภาดาวรรณ	กรรมการ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความวิตกกังวลทางการเรียน ระหว่างนักศึกษาที่ได้รับการฝึกอบรมเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟาตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและนักศึกษาที่ไม่ได้รับการฝึกอบรม ทั้งก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้คือ นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 2 เป็นต้นไป ที่สมัครเข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ด้วยจิตวิทยานีโอฮิวแมนนิส ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540 ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง 20 คน กลุ่มควบคุม 20 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกอบรมเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟาจำนวน 8 ครั้งๆ ละ 1 1/2 ชั่วโมง ติดต่อกันเป็นเวลาสองสัปดาห์ครึ่ง โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำในการอบรม ส่วนกลุ่มควบคุมให้ดำเนินชีวิตตามปกติ ทั้งสองกลุ่มได้รับการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) กระบวนการฝึกเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟา 2) แบบวัดความวิตกกังวลขณะเผชิญ 3) แบบบันทึกผลการฝึกในแต่ละครั้ง และแบบสอบถามความรู้สึกลึกและความคิดเห็นที่มีต่อการฝึกเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟาภายหลังการฝึกอบรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที (t-test)

ผลการวิจัยปรากฏดังนี้

1. นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟา มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างจากนักศึกษาที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
2. นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟา มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าก่อนการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟา มีความวิตกกังวลทางการเรียนแตกต่างจากนักศึกษาที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมเทคนิคจิตใจสู่สภาวะอัลฟา มีความวิตกกังวลทางการเรียนน้อยกว่าก่อนการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

Thesis Title	Effects of Neo-Humanist's Alpha State Motivation Technique on Academic Achievement and Learning Anxiety Reduction for Chiang Mai University Students	
Author	Miss Nuanphan Niyomka	
M. Ed.	Educational Psychology and Guidance	
Examining Committee	Asst. Prof. Dr. Sawas Bunturngsook	Chairman
	Assoc. Prof. Chainart Nakbubpha	Member
	Assoc. Prof. Dr. Somsak Phuvipadawat	Member

Abstract

The purpose of this research was to compare the academic achievement and the study-related anxiety of the students who were trained by Neo-Humanist's Alpha State Motivation Technique and those who were not. Two samples, 20 each, were drawn from C.M.U. students who participated in the project "Human Potential Development using Neo-Humanist Approach" during 1st semester, 1997. Experimental group's students were trained using the Alpha State Motivation Technique for eight 1 1/2 hour periods, in two and a half weeks. Data on anxiety and other characteristics of the subjects in each group were collected prior to and after experimental period. The instrument included 1) The Alpha State Motivation program; 2) The State Trait Anxiety Inventory Form X-I; 3) The training reaction form and the interview form. T-test was used to analyze the difference.

Finding were as follows :

1. Post-experiment academic achievement of the experimental and control groups' students did not differ significantly.
2. Academic achievement of experimental group's students increased significantly at the .01 level.

3. Post-experiment anxiety of experimental group's and control group's students differed significantly at the .01 level.

4. Anxiety of experimental group's students decreased significantly at the .01 level.