

ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ

ปริญญานิพนธ์
ของ
ธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
พฤษภาคม 2551

ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพัฒนาชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ

ปริญญานิพนธ์
ของ
ธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

พฤษภาคม 2551

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ

บทคัดย่อ
ของ
ธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
พฤษภาคม 2551

ธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ. (2551). ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียน
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ.

ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุมปริญญาณิพนธ์ : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา
จุลรัตน์ , รองศาสตราจารย์เวชนี กรีทอง.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพูด
หน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2550 ที่มี
พฤติกรรมพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจาก
ประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลอง
ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม กลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา
ได้แก่ โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ และแบบบันทึกพฤติกรรม
การพูดหน้าชั้นเรียน โดยมีแบบแผนการทดลองแบบสลับกลับ ABA (ABA Reversal Design) สถิติ
ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การทดสอบของวิลคอกซัน และการทดสอบของแมน-วิทนี

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรม
การพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม อย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .01

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรม
การพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .01

3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีพฤติกรรมพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสม
มากขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

THE EFFECT OF APPROPRIATE BEHAVIOR TRAINING ON CLASSROOM
PRESENTATION OF PRATHOM SUKSA VI STUDENTS AT
SONGVITHAYA SCHOOL IN SAMUTPRAKARN PROVINCE

AN ABSTRACT
BY
THAMMACHOT AEAMTUSSANA

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Educational Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2008

Thammachot Aeamtussana. (2008). *The Effect of Appropriate Behavior Training on Classroom Presentation of Prathom Suksa VI Students at Songvithaya School in Samutprakarn Province*. Master thesis, M.Ed. (Educational Psychology).
Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee:
Assist. Prof. Dr.Pasana Chularut , Assoc. Prof. Waythanee Greethong.

The purpose of this research was to study the effect of appropriate behavior training on classroom presentation of prathom suksa VI students at Songvithaya School in Samutprakarn province in the academic year 2007. The 16 samples were randomly selected from students whose oral presentation in front of the classroom were inappropriate. Then they were divided into two groups; experimental and control groups. Each group was consisted of 8 students. The experimental group was exposed to appropriate behavior training while the control group was being provided the information. The research instruments were an appropriated behavior training program, an informative providing program and a behavioral recording form of classroom presentation. The experimental design was ABA reversal design. The data was analyzed by the Wilcoxon's Matched Paired Signed-Ranks Test and the Mann-Whitney U Test.

The results were as follows:

1. The classroom presentation of the students who were exposed to appropriate behavior training was significantly increased than before the experiment at .01 level.
2. The classroom presentation of the students who were provided the information was significantly increased than before the experiment at .01 level.
3. The students who were exposed to appropriate behavior training were significantly increased of classroom presentation than the others who were provided the information at .01 level.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพัฒนาชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ

ของ
ธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)
วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2551

คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์)

..... ประธาน
(อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา)

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ เวธนี กรีกทอง)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์)

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ เวธนี กรีกทอง)

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มณี)

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย
จาก
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงแล้วได้ ส่วนสำคัญเป็นเพราะได้รับแนวคิด คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ให้แก้ไขข้อบกพร่องจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์เวชนี กรีทอง กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา และรองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มณี กรรมการสอบปากเปล่าที่แต่งตั้งเพิ่มเติมที่กรุณาให้คำปรึกษา ชี้แนะแนวคิดและข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณของอาจารย์เป็นอย่างยิ่ง ที่ทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้เป็นอย่างดี จึงขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ที่ให้ความกรุณาแก้ไขในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ที่มอบทุนอุดหนุนการวิจัยครั้งนี้ และคณาจารย์ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.สิริสุมาลย์ ลายถมยา ครูใหญ่โรงเรียนทรงวิทยา อาจารย์วรรณวิภา ชติรัตน์ และอาจารย์สุวรรณา พุกเล็ก ที่ให้ความช่วยเหลือ ให้ความร่วมมือและอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลและทำการวิจัยในครั้งนี้ด้วยดีตลอดมา และขอขอบใจนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2550 ของโรงเรียนทรงวิทยา ที่ให้ความร่วมมือเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

ขอขอบคุณรุ่นพี่ๆ และเพื่อนๆ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาทุกคน และคุณสุภา ชูกุล คุณชนินทร์ วิเศษสิทธิกุล คุณนิตยา แดงอ่อน คุณพิชญ์ฉัตรณ์ สพานแก้ว และคุณพัชระ ลิ้มสุขโชค ที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจเสมอมาจนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยดี

ท้ายที่สุดนี้ขอกราบขอบพระคุณบิดามารดา คุณยาย คุณป้า ที่ให้ความรักความเอาใจใส่ ความห่วงใย ให้กำลังใจ รวมทั้งเสียสละทุนทรัพย์เพื่อส่งเสริม สนับสนุนทางด้านการเรียนแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมาตลอดระยะเวลาที่ศึกษาและทำการวิจัย

ผลของความดีและประโยชน์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากการวิจัยครั้งนี้ ขอมอบเป็นคุณความดีของบิดามารดา คุณยาย และคุณป้า รวมทั้งคณาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่าน ที่ได้อบรมสั่งสอนและปลูกฝังคุณธรรมความดี ตลอดจนประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้แก่ผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา พร้อมทั้งให้ความช่วยเหลือในทุกๆ สิ่งทั้งด้านกำลังกายและกำลังใจอย่างมิสามารถหาสิ่งใดมาทดแทนได้

ธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	5
การกำหนดประชากรและการสุ่มตัวอย่าง.....	5
ตัวแปรที่ศึกษา.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
กรอบแนวคิดของการศึกษาค้นคว้า.....	10
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม.....	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม.....	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม.....	29
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน.....	31
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน.....	31
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน.....	42
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต.....	43
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ.....	48
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	51
การกำหนดประชากรและการสุ่มตัวอย่าง.....	51
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	52
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	55
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
ผลการศึกษาค้นคว้า.....	60
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	65
ความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	65
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	67
อภิปรายผล.....	68
ข้อเสนอแนะ.....	71
บรรณานุกรม.....	73
ภาคผนวก.....	81
ภาคผนวก ก.....	82
ภาคผนวก ข.....	85
ภาคผนวก ค.....	161
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	185

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม.....	60
2	แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังได้รับการให้ข้อเสนอแนะ.....	61
3	แสดงการเปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่ม ทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการ การให้ข้อเสนอแนะ.....	62
4	แสดงความถี่ของพฤติกรรมของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็น รายบุคคลในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะเสถียร ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลอง.....	178
5	แสดงความถี่ของพฤติกรรมของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็น รายบุคคลในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะ เสถียร ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลอง.....	179
6	แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่ม ทดลองก่อนและหลังได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม.....	180
7	แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่ม ควบคุมก่อนและหลังได้รับการให้ข้อเสนอแนะ.....	181
8	แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง.....	182
9	แสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายพฤติกรรม ของกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมก่อนและหลังการทดลอง...	183
10	แสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายพฤติกรรม ของกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะก่อนและหลังการทดลอง.....	184

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 แผนภาพแสดงแบบจำลองการพูดของอริสโตเติล.....	32
2 แผนภาพแสดงแบบจำลองการพูดของลาสเวลล์.....	33
3 แผนภาพแสดงแบบจำลองการพูดของเบอร์โล.....	33
4 แผนภาพแสดงองค์ประกอบของทฤษฎี 3 สบาย.....	34
5 แผนภาพแสดงระยะต่างๆ ของการทดลอง.....	56
6 คำมัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุมในแต่ละระยะ ตลอด 3 ระยะ.....	63
7 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 1 ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ.....	162
8 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 2 ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ.....	163
9 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 3 ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ.....	164
10 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 4 ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ.....	165
11 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 5 ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ.....	166
12 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 6 ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ.....	167
13 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 7 ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ.....	168
14 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 8 ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ.....	169
15 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 1 ที่ได้รับการให้ ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ.....	170
16 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 2 ที่ได้รับการให้ ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ.....	171
17 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 3 ที่ได้รับการให้ ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ.....	172

บัญชีภาพประกอบ (ต่อ)

ภาพประกอบ	หน้า
18 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 4 ที่ได้รับการให้ ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ.....	173
19 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 5 ที่ได้รับการให้ ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ.....	174
20 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 6 ที่ได้รับการให้ ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ.....	175
21 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 7 ที่ได้รับการให้ ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ.....	176
22 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 8 ที่ได้รับการให้ ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ.....	177

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ทักษะการพูดเป็นทักษะที่สำคัญทักษะหนึ่งของมนุษย์ เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องอยู่ร่วมกัน และในการอยู่ร่วมกันนั้นจึงมีความจำเป็นต้องคบหาสมาคม ติดต่อสื่อสารกัน การพูดเป็นการสื่อสารที่มนุษย์จำเป็นต้องใช้มากที่สุด เพราะไม่ว่าวัยใด อาชีพใดก็ต้องใช้การพูดเป็นหลัก ทั้งในด้านการพูดเพื่อสื่อความหมายให้เข้าใจตรงกัน เพื่อความรู้ความเข้าใจ เพื่อจูงใจหรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ดังนั้นการพูดจึงมีส่วนสำคัญต่อชีวิตประจำวันของมนุษย์เป็นอย่างยิ่ง ผู้ที่มีการพูดที่ดี จะได้รับความเชื่อถือ ความยอมรับ และศรัทธาจากผู้ฟัง ผู้ที่ต้องการความสำเร็จในชีวิตจึงต้องรู้จักใช้การพูดให้เป็น (วิชัย โสสุวรรณจินดา. 2539 : 91) ซึ่งสอดคล้องกับ ฐานสัจจันธ์วงศ์สุวรรณะ (2547 : 1) ที่ได้กล่าวไว้ว่า การพูดเป็นเครื่องมือสื่อสารที่สำคัญ และเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของคนเรามากที่สุดเพราะการพูดเป็นเครื่องมือสื่อความที่รวดเร็วและได้ผลอย่างยิ่ง ถือเป็นคุณสมบัติพิเศษของมนุษย์ที่สัตว์ชนิดอื่นไม่มี เมื่อมนุษย์อยู่รวมกันเป็นหมู่คณะจำเป็นต้องมีการสื่อสารระหว่างกันเพื่อสร้างความเข้าใจและความสงบสุขร่วมกัน การพูดเป็นการสื่อสารที่มนุษย์ใช้กันอย่างแพร่หลายมากกว่าวิธีอื่นๆ ทั้งการพูดในชีวิตประจำวันเพื่อจุดประสงค์เฉพาะตัว อันจะใช้เป็นสะพานเชื่อมโยงไปสู่ความสำเร็จอื่นๆ การพูดเป็นพฤติกรรมที่ติดตัวมนุษย์มาตั้งแต่เกิด บุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตนั้นมิใช่มีความรู้เพียงอย่างเดียว แต่ต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในการพูด มีบุคลิกภาพที่ดีขณะพูด เพื่อสื่อสารให้ผู้อื่นได้รู้ถึงความรู้สึกนึกคิดของตนซึ่งเป็นการบ่งชี้ถึงพื้นฐานของสติปัญญา ความรู้ ความคิดต่างๆ ประสบการณ์ ทัศนคติ ตลอดจนระดับจิตใจของผู้พูด บางครั้งผู้พูดมีความคิดอันดีแต่ไม่สามารถสื่อสารให้ผู้อื่นได้ทราบได้ตรงตามความคิดของตน นอกจากจะไม่ประสบความสำเร็จในการพูดแล้ว บางครั้งยังก่อให้เกิดความเข้าใจผิดกับผู้ฟังอีกด้วย และนอกจากนี้ สุจริต เพียรชอบ และสายใจ อินทรมพรรย์ (2538 : 123) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้ที่มีทักษะการพูดดีนั้นจะเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดี เป็นที่นิยมยกย่องของบุคคลอื่น จะประกอบกิจการงานใดๆ ก็ประสบความสำเร็จ ผู้ที่มีทักษะในการพูดจึงสามารถติดต่อสื่อสารกับผู้ที่มาเกี่ยวข้องได้เป็นอย่างดี ก่อให้เกิดความเข้าใจอันดีระหว่างกัน ตรงกันข้ามกับผู้ที่มีขาดทักษะในการพูดจะไม่สามารถสื่อความเข้าใจได้ดีเท่าที่ควร บางครั้งยังเป็นสาเหตุก่อให้เกิดความเข้าใจผิดเป็นผลร้ายต่อตัวผู้พูดเอง

การพูดที่ดีและมีประสิทธิภาพนั้นมิใช่ว่าผู้พูดอยากจะพูดอะไรก็ได้ เพราะนั้นอาจส่งผลกระทบต่อในทางลบกับตัวผู้พูดเอง การจะเป็นผู้พูดที่ดีต้องมีการศึกษาและฝึกฝนวิธีการพูดที่ถูกต้อง ซึ่งวิธีการพูดที่ถูกต้องนั้นก็มีหลักเกณฑ์ที่กำหนดไว้เพื่อให้ผู้พูดสามารถจะนำไปศึกษาและฝึกฝนได้ ดังนั้นจึงถือว่าการพูดเป็นทั้งศาสตร์ (Science) อันหมายถึง เป็นวิชาความรู้ และความเชื่อที่กำหนดไว้อย่างมีระบบระเบียบ และสามารถพิสูจน์หรือสามารถหาข้อเท็จจริงได้ และ ศิลป์ (Art) เพราะต้องอาศัยการฝึกฝน โดยใช้เทคนิควิธีการที่จำเป็น ต้องมีการปรับเปลี่ยนวิธีหรือพลิกแพลงในด้านต่างๆ

ให้เหมาะแก่ผู้พูดแต่ละคน เพื่อให้การพูดของเขาในแต่ละครั้งนั้นเป็นการพูดที่ดีมีรสชาติ มีชีวิตชีวา และทำให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจ สนุกสนานเพลิดเพลิน คล้อยตาม หรือประทับใจขึ้นได้ (มหาวิทยาลัย ศรีปทุม. 2546 : ออนไลน์) ซึ่งสอดคล้องกับ ฐนสัจจันท์ วงศ์สุวรรณะ (2547 : 134) ที่ได้กล่าวไว้ว่า ผู้พูดที่มีบุคลิกภาพดีจะมีส่วนดึงดูดผู้ฟังให้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาได้โดยง่าย ผู้พูดจึงควรปรับปรุง เสริมสร้างและพัฒนาบุคลิกภาพของตนเองให้มีบุคลิกภาพดี เพื่อให้ผู้ฟังเกิดความเลื่อมใสศรัทธา ตั้งแต่แรกเริ่มและนำไปสู่ความสำเร็จของการพูดในที่สุด

บุคคลส่วนใหญ่เมื่ออยู่ในห้องประชุมที่มีคนจำนวนมากมักจะหลีกเลี่ยงการใช้คำพูดหรือ การออกไปแสดงความคิดเห็นหน้าห้อง สภาพการณ์ในห้องเรียนก็เช่นเดียวกัน นักเรียน นิสิต นักศึกษาที่ครูอาจารย์มอบหมายให้ออกมาพูดหน้าชั้นเรียน เช่น ออกมารายงาน อภิปราย ได้ว่าที่ เกือบทุกคนไม่กล้าออกมา เพราะเกิดความรู้สึกประหม่าตื่นเต้นในการพูด บางคนประหม่าน้อย บางคนประหม่ามาก ความประหม่าในการพูดหรือตื่นเวที เป็นสภาวะทางจิตใจที่ไม่ปกติ เกิดจากการ ขาดความเชื่อมั่นในตนเองเนื่องจากความวิตกกังวล ควบคุมจิตใจที่แสดงออกทางร่างกายไม่ได้ จึง ทำให้มีอาการต่างๆ เกิดขึ้น ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อประสิทธิภาพของการพูด อาการที่เกิดจากการ ประหม่าในการพูดนั้นมีหลายลักษณะ เช่น ลิ้มเนื้อหาคือจะพูด เกิดความรู้สึกเครียด มือเกร็ง ท้อง เกร็ง มือสั่น ปากสั่น เสียงเบา เหงื่อออกมากผิดปกติ หัวใจเต้นถี่และเร็ว ปวดปัสสาวะ รู้สึกกลัว และ หายใจขัด ไม่กล้าสบตาผู้ฟังเพราะกลัวผู้ฟังจับผิด จึงได้แต่แหงนหน้ามองเพดาน พูดตะกุกตะกัก พูดวกวน หรืออาจจะพูดไม่จบเรื่อง (ลักษณะ สตะเวทิน. 2536 : 33) ซึ่งสอดคล้องกับ สว่างจิตร์ สุวรรณรัตน์ (2545 : 1) ที่กล่าวว่า เหตุการณ์ที่พบอยู่เสมอในโรงเรียน วิทยาลัย มหาวิทยาลัย หรือสถานศึกษาต่างๆ เมื่อนักเรียนหรือนิสิตออกมาพูดหน้าชั้นเรียนจะเนื่องด้วยสาเหตุจากการ ออกมารายงานหน้าชั้น การอภิปราย หรือโต้ว่าที่ก็ตาม ทุกคนจะรู้สึกประหม่า บางคนประหม่ามาก จนถึงกับมีอาการใจสั่น ปากสั่น มือเย็น ขนลุก รู้สึกขาที่ตื้อคอบ มองคนฟังไม่ค่อยเห็น ตาพร่ามัว ไม่ได้ยินเสียงตนเอง ความจำเสื่อม ไม่สามารถจำสิ่งที่เตรียมมาได้ ยืนไม่นิ่ง กระสับกระส่าย ไม่มีที่ เกือบมือ อาการหนักกว่านี้คือ หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม ซึ่งความประหม่าในการพูดนั้นมักจะนำผลเสีย มาสู่ผู้พูดได้ ทำให้ผู้พูดขาดความมั่นใจในตนเอง เป็นการเสียบุคลิกภาพ และประสบความล้มเหลว ในการพูดได้ (ประสงค์ ราชณสุข. 2530 : 145) อย่างไรก็ตาม ยังมีคนอีกส่วนหนึ่งที่มองการพูดเป็น สิ่งผิวเผิน ไม่น่าสนใจ และไร้สาระ แต่ข้อเท็จจริงปรากฏว่าบุคคลผู้มีตำแหน่งยิ่งสูงขึ้นเพียงไร ต่าง หวนกลับมาฝึกฝน ศึกษาหลักและวิธีการพูด จึงถือได้ว่าอุปสรรคอันเกิดจากการพูดเป็นตัวสำคัญที่ จะทำลายอนาคตคน หากคนไม่รู้จักศึกษา ฝึกฝนทบทวนกันใหม่อยู่เสมอ (วิจิตร อาวะกุล. 2542 : 1) ฉะนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการอบรม ศึกษา แนะนำและฝึกทักษะ ทุกคนที่เรียนควรหา ประสบการณ์ด้านการพูดหน้าชั้นเรียนก่อนที่จะออกไปเผชิญเหตุการณ์รอบๆ ตัวในอนาคต (ยุพา สุภากุล. 2521 : 1)

จากการที่ผู้วิจัยเคยไปจัดโครงการเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ให้กับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ สังเกตพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ไม่กล้าออกมาพูดหน้าห้อง ในช่วงการสรุปกิจกรรม เมื่อผู้วิจัยให้นักเรียนออกมาพูดแสดงความคิดเห็น และแสดงความรู้สึก

เกี่ยวกับกิจกรรมที่นักเรียนได้เข้าร่วม ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์อาจารย์ผู้สอน นักเรียนช่วงชั้นที่ 2 จำนวน 2 คน พบว่า นักเรียนมีปัญหาด้านการเรียน คือ นักเรียนไม่กล้าออกมาพูดหน้าชั้นเรียน

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการสำรวจปัญหาเบื้องต้นของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 100 คน โดยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 32 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 33 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 35 คน ตอบแบบสอบถามปลายเปิดจำนวน 2 ข้อถามถึงปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน ดังนี้

คำถามข้อที่ 1 ถามว่า “ขณะนี้นักเรียนมีปัญหาเรื่องใดบ้าง” ผลการสำรวจพบว่า

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 32 คน ระบุว่ามีปัญหา 2 ด้านดังนี้ ปัญหาด้านการเรียน จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 81 ได้แก่ นักเรียนไม่ตั้งใจเรียน เกิดความรู้สึกลายและกลัวเมื่อต้องออกมาพูดหน้าชั้นเรียน ตื่นสายมาเรียนไม่ทัน ไม่อยากมาเรียน เรียนวิชาภาษาอังกฤษไม่เข้าใจ ทำงานไม่ทันเนื่องจากเขียนหนังสือช้า และเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ไม่เข้าใจ และปัญหาด้านส่วนตัว จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 19 ได้แก่ เพื่อนคิดว่านักเรียนขโมยของ ผู้ปกครองตำหนิ และเงินไม่พอใช้

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 33 คน ระบุว่ามีปัญหา 2 ด้านดังนี้ ปัญหาด้านการเรียน จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 88 ได้แก่ ตื่นสายมาเรียนไม่ทัน ไม่ตั้งใจเรียน เกิดความรู้สึกลายและกลัวเมื่อต้องออกมาพูดหน้าชั้นเรียน ไม่อยากมาเรียน เรียนวิชาภาษาอังกฤษไม่เข้าใจ เรียนวิชาคณิตศาสตร์ไม่เข้าใจ และเรียนไม่ทัน และปัญหาด้านส่วนตัว จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 12 ได้แก่ ทะเลาะกับเพื่อน และบิดามารดาทะเลาะกัน

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 35 คน ระบุว่าปัญหาดังนี้ ปัญหาด้านการเรียน จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 86 ได้แก่ เกิดความรู้สึกลายและกลัวเมื่อต้องออกมาพูดหน้าชั้นเรียน ตื่นสายมาเรียนไม่ทัน ไม่ตั้งใจเรียน เรียนวิชาภาษาอังกฤษไม่เข้าใจ และเรียนวิชาคณิตศาสตร์ไม่เข้าใจ ปัญหาด้านส่วนตัว จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 14 ได้แก่ ไม่เข้าใจกันกับเพื่อน กลัวว่าตนเองจะสอบได้คะแนนน้อย เงินไม่พอใช้ และทะเลาะกับผู้ปกครอง

คำถามข้อที่ 2 ถามว่า “จากปัญหาในข้อที่ 1 นักเรียนมีวิธีแก้ปัญหายังไง” ผลการสำรวจพบว่า

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่มีปัญหาการเรียน แก้ไขปัญหาดังนี้ ตั้งใจเรียน ตั้งใจฟังครูสอน ถามครูและเพื่อนเมื่อไม่เข้าใจ พยายามคุยกับเพื่อนให้น้อยลงระหว่างเรียน ไม่หลับในเวลาเรียน พยายามนอนให้เร็วขึ้นจะได้ไม่ตื่นสาย ท่องคำศัพท์ภาษาอังกฤษให้มากขึ้น ทำโจทย์เลขให้มากขึ้น และปัญหาด้านส่วนตัว แก้ไขปัญหาดังนี้ ปรึบความเข้าใจกับเพื่อน เชื้อฟังบิดามารดาและผู้ปกครอง และใช้เงินอย่างประหยัด

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีปัญหาการเรียน แก้ไขปัญหาดังนี้ พยายามนอนให้เร็วขึ้นจะได้ไม่ตื่นสาย ตั้งใจเรียน ตื่นนอนให้ตรงเวลา แบ่งเวลาให้เหมาะสม ตั้งใจฟังครูสอน พยายามคุยกับเพื่อนให้น้อยลง พยายามยกมือตอบคำถามครู พยายามฝึกพูด ท่องคำศัพท์

ภาษาอังกฤษให้มากขึ้น ถามครูและเพื่อนเมื่อไม่เข้าใจ และทำโจทย์เลขให้มากขึ้น และปัญหาด้านส่วนตัว แก้ไขปัญหาดังนี้ ปรับความเข้าใจกับเพื่อน และเชื่อฟังบิดามารดาและผู้ปกครอง

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีปัญหาด้านการเรียน แก้ไขปัญหาดังนี้ พยายามฝึกพูด พยายามนอนให้เร็วขึ้นจะได้ไม่ตื่นสาย ตั้งใจเรียน ตื่นนอนให้ตรงเวลา แบ่งเวลาให้เหมาะสม ตั้งใจฟังครูสอน พยายามคุยกับเพื่อนให้น้อยลงระหว่างเรียน พยายามยกมือตอบคำถามครู ท่องคำศัพท์ ภาษาอังกฤษให้มากขึ้น ทำโจทย์เลขให้มากขึ้น ถามครูและเพื่อนเมื่อไม่เข้าใจในเรื่องที่เรียน และปัญหาด้านส่วนตัว แก้ไขปัญหาดังนี้ เชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ปรับความเข้าใจกับเพื่อน ใช้เงินอย่างประหยัด และไม่เถียงบิดามารดา

จากผลการสำรวจปัญหาเบื้องต้น พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ส่วนใหญ่มีปัญหาการเรียน ซึ่งปัญหาด้านการเรียนที่พบมากที่สุด คือ นักเรียนเกิดความรู้สึกอาย กลัวและประหม่าเมื่อต้องออกมาพูดหน้าชั้นเรียน จำนวนทั้งหมด 25 คน ซึ่งปัญหาดังกล่าวพบมากในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 15 คน ด้วยเหตุนี้จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องหาแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้กับนักเรียนในระดับชั้นดังกล่าว เพื่อให้ให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนที่เหมาะสมมากขึ้น หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าเพื่อให้ให้นักเรียนมีการพูดที่ดีได้ ดังที่ นพดล จันทรพิชญ (2531 : 56) ได้กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมการพูดที่ดี คือ การรู้จักใช้ถ้อยคำ น้ำเสียง และบุคลิกภาพต่างๆ ของผู้พูดได้อย่างเหมาะสม เพื่อสื่อความหมายแก่ผู้ฟังได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดและความต้องการที่เป็นประโยชน์ให้แก่ผู้ฟังตามที่ตั้งจุดประสงค์ไว้อย่างครบถ้วน ซึ่งจะทำให้ผู้พูดนั้นประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิตในสังคม เป็นที่ชื่นชอบของบุคคลแวดล้อม อีกทั้งมีความเจริญก้าวหน้าในอาชีพการงานด้วย ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นสมควรที่จะมีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

การพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียน สามารถทำได้หลายวิธี เช่น การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม การควบคุมตนเอง การใช้สถานการณ์จำลอง การฝึกลดความอ่อนไหวอย่างเป็นระบบ การใช้เทคนิคแม่แบบ และการใช้เทคนิคบทบาทสมมติ เป็นต้น ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาวิธีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม เพราะการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเป็นวิธีการที่ช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะกล้าแสดงออกมากขึ้น และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ โดยนำเทคนิคต่างๆ มาประกอบการฝึก ได้แก่ เทคนิคแม่แบบ บทบาทสมมติ การให้คำแนะนำ การให้ข้อมูลย้อนกลับ การให้แรงเสริมทางบวก การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการมอบหมายให้ไปฝึกเป็นการบ้าน นอกจากนี้บุคคลยังสามารถแสดงความคิดและความรู้สึกที่แท้จริงของตนให้ผู้อื่นรับรู้ได้ ทำให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่น เพิ่มคุณค่า และความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับตนเอง ดังที่ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2527 : 10) ได้กล่าวไว้ว่า การฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเป็นส่วนหนึ่งของการปรับพฤติกรรม ซึ่งช่วยพัฒนาบุคคลให้เรียนรู้ถึงวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ ดังเช่น ผลการวิจัยของ สุรินทร์ นามอยู่ (2545 : 41) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านวังเดือนหงาย อำเภอหันคา จังหวัดชัยนาท ผลการวิจัย

พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อน โดยนักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อนเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนระยะทดลองและระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลองอีกทั้งผลการวิจัยของ อัจฉราภรณ์ สุขุมะ (2546 : 58) ที่ได้ศึกษาถึงการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ วิทยาเขต กำแพงแสน จังหวัดนครปฐม พบว่า นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการก่อนและหลังการได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการก่อนและหลังการให้การให้ข้อเสนอแนะ
3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมกับนักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ จะเป็นแนวทางให้แก่ครูอาจารย์ ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องได้นำวิธีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ไปใช้ในการพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสมต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2550 ที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสมจำนวน 65 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2550 ที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียน ซึ่งแบ่งเป็น 2 วิธี ดังนี้
 - 1.1 การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
 - 1.2 การให้ข้อเสนอแนะ
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การพูดหน้าชั้นเรียน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยจัดสถานการณ์ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน ทั้ง ภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง โดยมีเทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการฝึก คือ การใช้เทคนิคแม่แบบ และการแสดงบทบาทสมมติ การให้ข้อมูลย้อนกลับ การให้แรงเสริมทางบวก การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการมอบหมายให้ไปฝึกเป็นการบ้านควบคู่ไปด้วยในการฝึกแต่ละครั้ง โดยมีลำดับขั้นตอนในการฝึก 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ผู้วิจัยชี้แจงเกี่ยวกับเทคนิคของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน ซึ่งในการฝึกนั้นผู้วิจัยใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ การใช้เทคนิคแม่แบบ การแสดงบทบาทสมมติ การให้ข้อมูลย้อนกลับ การให้แรงเสริมทางบวก การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการมอบหมายให้ไปฝึกเป็นการบ้าน โดยใช้มากกว่า 1 เทคนิค ในแต่ละครั้งของการฝึก ดังรายละเอียดต่อไปนี้

- 1.1 การใช้เทคนิคแม่แบบ หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน เพื่อให้นักเรียนเห็นตัวอย่าง แล้วให้นักเรียนในกลุ่มแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกเกี่ยวกับตัวแบบ และฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับตัวแบบ เพื่อให้นักเรียนได้

นำไปใช้พัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียนต่อไป เทคนิคนี้จะใช้ในการฝึกครั้งที่ 2, 4, 6, 7 และ 9 โดยมีขั้นตอนการฝึก ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นเสนอแม่แบบ

1. ผู้วิจัยเสนอแม่แบบ โดยใช้เวลา 5 นาที และให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับตัวแบบที่แสดงถึงพฤติกรรมด้านบวก และพฤติกรรมด้านลบ และนักเรียนควรจะพูดตามพฤติกรรมใดถึงจะถูกต้อง ในระหว่างที่นักเรียนอภิปรายและแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบ และแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกเกี่ยวกับพฤติกรรมที่นักเรียนเลียนแบบ ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนได้อย่างถูกต้อง ส่วนนักเรียนที่ดูตัวแบบแล้ว แต่ก็ยังแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจึงให้การชี้แนะ และทำการฝึกซ้อมพฤติกรรมที่เลียนแบบอีกครั้ง และให้แรงเสริมทางบวก หลังจากที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมได้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิด และประโยชน์ที่ได้จากการใช้เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก จากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปเพิ่มเติม

1.2 การแสดงบทบาทสมมติ หมายถึง การที่ผู้วิจัยให้นักเรียนได้แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ต่าง ๆ ของการพูดหน้าชั้นเรียนตามที่ผู้วิจัยกำหนด โดยไม่มีการซักซ้อมมาก่อน เทคนิคนี้จะใช้ในการฝึกครั้งที่ 3, 5, 8, 10 และ 11 โดยมีขั้นตอนการฝึก ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยเตรียมบทบาทสมมติตามสถานการณ์ พฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นแสดง

1. การอ่านเครื่อง ผู้วิจัยสนทนาซักถามนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมในการแสดงออกที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง

2. ขั้นเลือกผู้แสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัครเป็นผู้แสดง (ถ้าไม่มีอาสาสมัครจะใช้วิธีสุ่มหยิบชื่อนักเรียนออกมา)

3. การจัดฉากการแสดง ผู้วิจัยแจกเอกสารบทบาทสมมติ ให้นักเรียนอาสาสมัครอ่านเพื่อจัดฉากให้เหมาะสม

4. ขึ้นเตรียมผู้สังเกตการณ์ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์ และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดง และเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

5. การแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทสมมติที่ตนได้รับ

ขั้นตอนที่ 3 ขึ้นวิเคราะห์ และอภิปรายผลการแสดง

หลังจากแสดงจบ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับบทบาทการแสดงของแต่ละคนว่ามีความสำคัญอย่างไร โดยไม่มุ่งเน้นว่าใครแสดงดีหรือไม่ และการแสดงนี้มีประโยชน์กับนักเรียนมากน้อยเพียงใด

ในระหว่างการวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดง ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับ และให้แรงเสริมทางบวกควบคู่ไปด้วย

ขั้นตอนที่ 4 ขึ้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง โดยผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และฝึกซ้อมเพิ่มเติมให้แก่นักเรียนที่ยังแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม

ขั้นตอนที่ 5 ขึ้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สรุปประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

1.3 การให้ข้อมูลย้อนกลับ หมายถึง การที่ผู้วิจัยให้ข้อมูลย้อนกลับแก่นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียนว่าควรปรับปรุงพฤติกรรมให้เหมาะสมอย่างไร หลังจากได้รับการฝึกในแต่ละทักษะ เทคนิคนี้จะใช้ทุกครั้งที่ทำการฝึกควบคู่กับเทคนิคอื่น

1.4 การให้แรงเสริมทางบวก หมายถึง การที่ผู้วิจัยให้คำชมเชย ให้กำลังใจ แก่นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ภายหลังจากที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนที่เหมาะสม เทคนิคนี้จะใช้ทุกครั้งที่ทำการฝึกควบคู่กับเทคนิคอื่น

1.5 การฝึกซ้อมพฤติกรรม หมายถึง การที่ผู้วิจัยให้นักเรียนได้ฝึกซ้อมพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำ ก่อนที่จะไปแสดงพฤติกรรมนั้นจริงในห้องเรียน เทคนิคนี้จะใช้ทุกครั้งที่ทำการฝึกควบคู่กับเทคนิคอื่น

1.6 การมอบหมายให้ไปฝึกเป็นกรบ้าน หมายถึง การที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนนำกิจกรรมและวิธีการที่ได้เรียนรู้จากการฝึกพูดหน้าชั้นเรียนไปฝึกเพิ่มเติมด้วยตนเอง เทคนิคนี้จะใช้ทุกครั้งที่ทำการฝึกควบคู่กับเทคนิคอื่น

ขั้นที่ 3 ขึ้นสรุป ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง เพิ่มเติมเป็นกรบ้าน

วิธีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมใช้กับกลุ่มทดลอง

2. การให้ข้อเสนอแนะ หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยให้นักเรียนเรียนรู้พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนที่เหมาะสมโดยให้นักเรียนอ่านเอกสารข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียน ซึ่งรวบรวมจากหนังสือและบทความต่าง ๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการพูดหน้าชั้นเรียน โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นให้ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

วิธีการให้ข้อเสนอแนะใช้กับกลุ่มควบคุม

3. พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน หมายถึง การแสดงออกที่เหมาะสมของนักเรียนขณะออกไปพูดหน้าชั้นเรียน โดยแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้ชัดเจน ซึ่งแบ่งเป็น 2 ด้าน คือ ภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง ดังรายละเอียดดังนี้

3.1 ภาษาถ้อยคำ ได้แก่

- 3.1.1 ไม่พูดตะกุกตะกัก
- 3.1.2 ไม่หยุดพูดกลางคัน
- 3.1.3 เสียงพูดไม่สั่น
- 3.1.4 จังหวะการพูดเหมาะสม

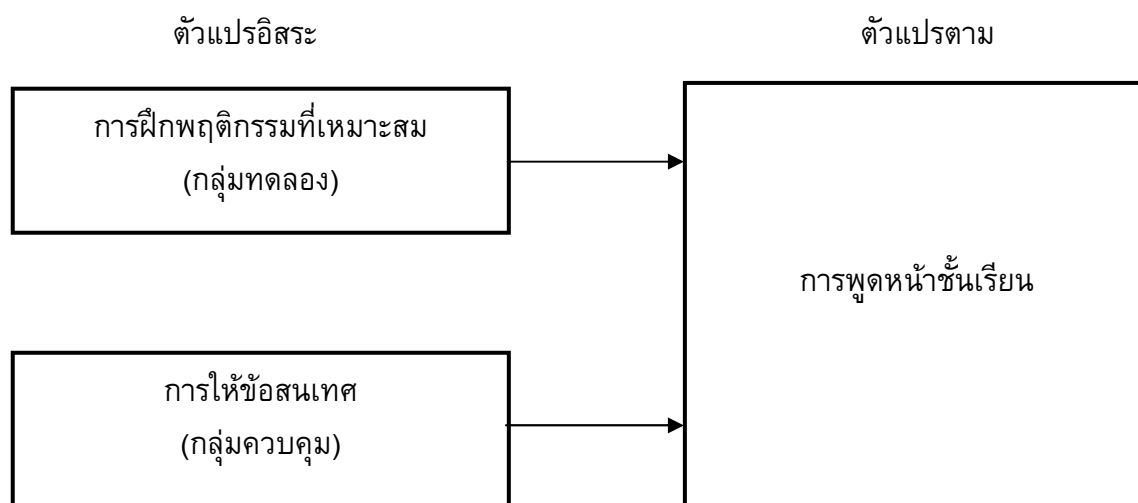
3.2 ภาษาท่าทาง ได้แก่

- 3.2.1 มือไม่สั่น
- 3.2.2 สบสายตาคู่ฟัง
- 3.2.3 ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย
- 3.2.4 ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นช้ากว่าควรจะเป็น

4. กลุ่มทดลอง หมายถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม จำนวน 8 คน

5. กลุ่มควบคุม หมายถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ จำนวน 8 คน

กรอบแนวคิดของการศึกษาค้นคว้า



การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมสามารถพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ได้เหมาะสมมากกว่าการให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานในการวิจัย ดังนี้

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

1.1.1 ความหมายของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นวิธีการของนักพฤติกรรมศาสตร์ที่ช่วยให้บุคคลได้รู้วิธีที่จะทำให้ความวิตกกังวลลดน้อยลง เพราะนักจิตวิทยาด้านพฤติกรรมนิยมมีความเชื่อว่าการที่บุคคลไม่กล้าแสดงออกนั้น เพราะมีความวิตกกังวลหรือรู้สึกกลัวในสิ่งที่ไม่น่าวิตกกังวลหรือน่ากลัว เช่น ไม่กล้าถามครู เพราะกลัวว่าถ้าพูดผิดแล้วจะอายเพื่อน มีความวิตกกังวลไปว่าถ้าถามแล้วเพื่อนอาจจะรำคาญเพราะเสียเวลา ซึ่งถือว่าการกลัวหรือวิตกกังวลเกินกว่าเหตุและถ้าเป็นเช่นนั้นบ่อยๆ ครั้ง ก็จะมีผลเสียต่อร่างกาย

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ได้มีผู้ให้ความหมายของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมไว้ ดังนี้

โวลเป้ (Wolpe. 1973 : 81) ได้ให้ความหมายของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมว่าเป็นการฝึกการแสดงความรู้สึกทั้งหลายนอกเหนือไปจากความรู้สึกวิตกกังวลต่อผู้อื่นอย่างถูกต้องเหมาะสม

ซานส์เบอรี (Sansbury. 1974 : 118) ได้ให้ความหมายของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมว่าเป็นการฝึกลักษณะของการแสดงความคิด และความรู้สึกต่างๆ ออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งด้านภาษาท่าทางและน้ำเสียง

ราทัส และเนวิด (Rathus; & Navid. 1978 : 81) ได้กล่าวถึงความหมายของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมว่าเป็นการฝึกพฤติกรรมที่บุคคลสามารถพูด หรือกระทำในสิ่งที่ตนเห็นว่า

ถูกต้องได้ แต่ถ้าผลออกมาว่าการกระทำนั้นผิดก็สามารถยอมรับได้ และเมื่อถูกเอารัดเอาเปรียบก็สามารถจะปรับสถานการณ์นั้นให้ถูกต้องโดยไม่รู้สึกอะไร สามารถปฏิเสธคำขอร้องที่ไม่มีเหตุผลเพียงพอได้

พรรณราย ทพยะประภา (2524 : 53) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้น เป็นการฝึกให้บุคคลมีความประสงค์ที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาจากไม่กล้าแสดงออก ให้มีการแสดงออกที่ถูกต้องเหมาะสมยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การฝึกดังกล่าวจะเน้นในเรื่องต่อไปนี้

1. การแสดงสิทธิอันพึงได้ของตนที่ไม่เป็นการล่วงละเมิดหรือก้าวท้าวสิทธิของผู้อื่น
2. การกล่าวปฏิเสธที่จะทำตามสั่ง หรือคำขอร้องที่ไร้เหตุผลอันสมควรของผู้อื่น
3. การกล่าวคำขอร้อง หรือออกคำสั่งที่มีเหตุผลอันสมควรแก่ผู้อื่น
4. การแสดงความรู้สึกทั้งทางบวก และทางลบออกมาเพื่อให้ผู้อื่นทราบอย่างถูกต้อง

เหมาะสมแก่กาลเทศะอย่างจริงจัง อย่างตรงไปตรงมา

วัลลภ ปิยมโนธรรม (2528 : 129) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม คือ การฝึกความรู้สึกให้เป็นอิสระเกี่ยวข้องกับการกระทำที่เป็นลักษณะเปิดเผย ตรงไปตรงมา จริงใจ และลงท้ายผลก็คือ เป็นการแสดงความรู้สึกออกมาได้อย่างเหมาะสมถูกกาลเทศะ

หลุยส์ จำปาเทศ (2533 : 136) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม คือ การศึกษาหาความรู้แล้วลงมือกระทำเพื่อหาความชำนาญเกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสมกับคู่สนทนาหรือบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย โดยคำนึงถึงสถานการณ์และบุคคลที่เกี่ยวข้อง ในระยะหลังนี้ได้มีการสร้างแบบฝึกใหม่ๆ ขึ้นมา เพื่อการฝึกที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น จึงทำให้การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลายมากขึ้น

จากความหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม คือ การฝึกทักษะในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นชนิดที่ทำให้ตนเองรู้สึกพอใจ สามารถที่จะแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกมาได้ทั้งทางบวกและทางลบ โดยแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเองออกมาทางคำพูดและท่าทาง ติดต่อกับบุคคลได้ทุกระดับอย่างเปิดเผย จริงใจ ตรงไปตรงมา และมีการวางตัวอย่างเหมาะสม ถูกต้องตามกาลเทศะ สามารถปฏิเสธโต้แย้ง ขอร้อง และรักษาสีทธิของตนเองโดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น

1.1.2 แนวคิดและพื้นฐานทฤษฎีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

พื้นฐานของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ได้พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้ของพาฟลอฟ (Pavlov) นักจิตวิทยาชาวรัสเซียที่ได้ศึกษาและปฏิบัติการในประเทศสหรัฐอเมริกา ในราวต้นคริสต์ศตวรรษที่ 20 พาฟลอฟ (Pavlov) ได้ทำการทดลองที่เรียกว่า “Classical Conditioning” โดยได้ทำการทดลองให้ผงเนื้อแก่สุนัขพร้อมทั้งสั่นกระดิ่งในเวลาเดียวกัน ในระยะแรกสุนัขเห็นผงเนื้อซึ่งเป็นสิ่งเร้าที่ไม่มีเงื่อนไขแล้วจึงเกิดอาการตอบสนอง คือ สุนัขน้ำลายไหล แต่เมื่อได้ให้ผงเนื้อพร้อมกับสั่นกระดิ่งแก่สุนัขต่อไปอีกกระยะหนึ่ง เมื่อถึงเวลาให้ผงเนื้อแก่สุนัขก็แค่เพียงสั่นกระดิ่งอย่างเดียว

ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งเร้าที่ถูกวางเงื่อนไขก็ทำให้สุนัขน้ำลายไหล ซึ่งการตอบสนองของการเรียนรู้ใหม่นี้เรียกว่า การตอบสนองที่ถูกวางเงื่อนไข (Conditioned reflex)

จากแนวคิดที่ได้จากการทดลองนี้เองทำให้พาฟลอฟ (Pavlov) เชื่อว่า บุคคลต้องมีชีวิตอยู่อย่างมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงในระบบประสาทของบุคคลด้วย ดังนั้น พาฟลอฟ (Pavlov) จึงได้ค้นคว้าต่อไปเกี่ยวกับลักษณะของระบบประสาทที่มีคุณสมบัติในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง เงื่อนไขในสิ่งแวดล้อมและได้ค้นพบความสัมพันธ์ระหว่าง Excitation และ Inhibition ซึ่งมีความหมายดังนี้

การตอบสนอง (Excitation) หมายถึง กระบวนการทางสมองที่มีความคล่องตัวสูงในการตอบสนองกับสิ่งเร้าใหม่

การยับยั้ง (Inhibition) หมายถึง กระบวนการทางสมองที่ต้านทานหน่วงเหนี่ยวความคล่องตัวในการเรียนรู้ใหม่

ซอลเตอร์ (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. 2537 : 26-27 ; อ้างอิงจาก Salter. 1961) ได้ประยุกต์หลักการในเรื่องการกระตุ้น (Excitation) และการระงับยับยั้ง (Inhibition) มาเป็นพื้นฐานในการบำบัดรักษาคนไข้โรคประสาท

การกระตุ้น เป็นกระบวนการของสมองที่ทำให้กิจกรรมต่างๆ แข็งแกร่ง เข้มข้น ซึ่งก่อให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองเงื่อนไขหรือสิ่งเร้าใหม่

การระงับยับยั้ง เป็นกระบวนการลดหรือยับยั้งกิจกรรม และการเรียนรู้ใหม่ๆ โดยเชื่อว่า เมื่อแรงกระตุ้นที่มีความเข้มข้นสูง คนจะแสดงพฤติกรรมในเชิงปฏิบัติและมีอิสระทางด้านอารมณ์เป็นตัวของตัวเอง ถ้าหลังยับยั้งมีความเข้มข้นเหนือกว่าทำให้บุคคลนั้นอ่อนแอ ไม่เป็นตัวของตัวเอง ขาดความสามารถในการตอบสนอง และมักจะแสดงพฤติกรรมในสิ่งที่ตนปรารถนาจะทำ จึงเกิดความวิตกกังวล คนที่มีสุขภาพจิตดีจะมีแรงกระตุ้นและแรงระงับยับยั้งสมดุลกัน ส่วนคนที่มีปัญหาสุขภาพจิตเกิดจากการมีแรงระงับยับยั้งมากเกินไป ดังนั้น วิธีการที่จะช่วยบำบัดรักษาคนเหล่านี้ต้องใช้หลักการสะท้อนแบบถูกวางเงื่อนไข (Conditioned Reflex Therapy) ซึ่งกระทำโดยการวางเงื่อนไขซ้ำในสถานการณ์ที่ไม่ก่อให้เกิดความกลัวหรือความวิตกกังวล เพื่อให้พลังกระตุ้นมีความเข้มข้นกว่ายับยั้งซึ่งถูกวางเงื่อนไขมาก่อน

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2526 : 25) กล่าวว่า กระบวนการเกิด การคงอยู่และการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมนั้นอาศัยหลักของทฤษฎีการเรียนรู้ ในหลักการว่าการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมของอินทรีย์นั้น เนื่องมาจากการที่อินทรีย์ได้รับประสบการณ์หรือฝึกฝน ทำให้พฤติกรรมของอินทรีย์เปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่เหมาะสมหรือไม่เหมาะสมก็ได้

ทัศน บุญทอง (2535 : 893) กล่าวถึง พื้นฐานทฤษฎีเกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้เหมาะสมว่าขึ้นกับแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ โดยการสร้างสถานการณ์ให้เกิดการเรียนรู้จากการสร้างสัมพันธ์ที่จะก่อให้เกิดการตอบสนอง หรือหาความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองเพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่ถูกต้องและลด

พฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องเสีย รวมทั้งการเสริมแรงพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างเหมาะสมเพื่อกระตุ้นให้เกิดการปฏิบัติซึ่งจะกลายเป็นนิสัยหรือความประพฤติที่เหมาะสมต่อไป

ละเอียด ชูประยูร (2538 : 11) กล่าวว่า การปรับเปลี่ยนและแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ทำได้โดยการค้นหาพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมที่ถูกวางเงื่อนไขหรือเรียนรู้มา แล้วแทนที่ด้วยพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม โดยใช้หลักการของทฤษฎีการเรียนรู้ คือ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาและสังคมของแบนดูรา ทฤษฎีเชิงอารมณ์และเหตุผลของเอลลิส และทฤษฎีการวางเงื่อนไขและกระบวนการทางพฤติกรรมของสกินเนอร์

พูนทรัพย์ บุษปธำรง (2539 : 188) เสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับรากฐานทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกว่า เกี่ยวข้องกับหลักการของทฤษฎีการเรียนรู้ โดยเฉพาะทฤษฎีของพาฟลอฟ (Pavlov) และสกินเนอร์ (Skinner) โดยจะมุ่งจัดสิ่งแวดล้อม และพฤติกรรมต่างๆ ที่คิดว่ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

จากแนวคิดและพื้นฐานทฤษฎีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่กล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมของบุคคล สามารถเรียนรู้และฝึกฝนได้ โดยอาศัยหลักการของทฤษฎีการเรียนรู้

1.1.3 วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

โบเวอร์ และโบเวอร์ (Bower; & Bower. 1976 : 7) กล่าวว่าวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม คือ

1. ทำให้บุคคลรู้จักการควบคุมตนเองและช่วยลดความอายในการแสดงออก
2. ทำให้บุคคลมีแนวทางในการปฏิบัติต่อผู้ที่ชอบแสดงอิทธิพลหรือปฏิบัติไม่เหมาะสม

เหมาะสม

ฟิชเชอร์ และกอสซอส (วงพัคตร์ ภูพันธ์ศรี. 2523 : 35-36 ; อ้างอิงจาก Fisher and Gochros. 1975) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นกระบวนการที่ใช้สำหรับบุคคลที่เมื่อมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ แล้วมีความวิตกกังวลทำให้ไม่กล้าพูดหรือกล้ากระทำในสิ่งที่ถูกต้องและมีเหตุผลสมควร

กอร์มอลลี และคนอื่นๆ (ยุพิน กองธรรม. 2532 : 18 ; อ้างอิงจาก Gormally and others. 1975) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมว่า เพื่อช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกเพิ่มพูนทักษะและความเชื่อมั่นในการสื่อความหมายอย่างจริงจัง ตรงไปตรงมา และเป็นธรรมชาติ

วิลค์ และคอปแลนด์ (เกศสุตา อินทรโอสธ. 2546 : 53 ; อ้างอิงจาก Wilk; & Coplan. 1977) กล่าวว่า วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม เป็นเทคนิคที่ช่วยให้การฝึกมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น และสามารถรับรู้เกี่ยวกับคำพูด ความรู้สึก สิทธิ เจตนาทั้งของตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นการฝึกทักษะในการพูดและการฟังด้วย

แลงริช (Langrish. 1986 : 72) กล่าวว่า วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม หมายถึง การช่วยให้บุคคลมีการเรียนรู้ มีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วย

ความรู้สึกที่ดีและยอมรับในตนเอง รวมทั้งการเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม เพื่อให้การทำงานสำเร็จ ด้วยดีโดยการพัฒนาความสามารถและทักษะดังนี้

1. ความสามารถในการปฏิบัติต่อบุคคลที่ชอบจัดการ ชอบที่จะวิจารณ์ผู้อื่น โดยไม่มีการตอบโต้ที่รุนแรงหรือหลีกเลี่ยงด้วยความรู้สึกผิดและความรู้สึกอาย

2. ความสามารถในการขอร้อง

3. ความสามารถในการให้ความร่วมมือกับผู้อื่นในการที่จะแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล

พรรณราย ทรัพย์ะประภา (2524 : 53) กล่าวว่า วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้น เป็นการฝึกสำหรับบุคคลที่มีความประสงค์จะเปลี่ยนพฤติกรรมการแสดงออกได้อย่างถูกต้องเหมาะสมขึ้น โดยเฉพาะในเรื่องที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งการฝึกจะเน้นในเรื่องต่อไปนี้

1. การแสดงความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบออกมา เพื่อให้ผู้อื่นทราบอย่างถูกต้องเหมาะสมแก่กาลเทศะอย่างจริงใจและตรงไปตรงมา

2. การกล่าวคำขอร้องหรือออกคำสั่งที่มีเหตุผลสมควรแก่ผู้อื่น

3. การกล่าวคำปฏิเสธที่จะทำตามคำสั่ง หรือขอร้องที่ไร้เหตุผลของผู้อื่น

4. การแสดงสิทธิอันพึงได้ของตน โดยที่ไม่เป็นการล่วงละเมิดหรือก้าวร้าวสิทธิของผู้อื่น

วัลลภ ปิยมโนธรรม (2528 : 76) กล่าวว่า วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม หมายถึง การฝึกความรู้สึกให้เป็นอิสระซึ่งเกี่ยวข้องโดยตรงกับการกระทำที่เป็นลักษณะเปิดเผย ตรงไปตรงมา จริงใจ และลงท้ายผลก็คือเป็นการแสดงความรู้สึกออกมาได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับกาลเทศะ

สุปรียา ตันสกุล (2537 : 54) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมว่า เพื่อให้บุคคลสามารถปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม

ละเอียด ชูประยูร (2538 : 72-73) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมว่า เพื่อช่วยให้บุคคลที่มีความบกพร่องในการแสดงพฤติกรรมหรือมีความลำบากในการติดต่อทางสังคมกับผู้อื่น โดยเฉพาะในผู้ป่วยจิตเวชถ้าได้ฝึกฝนพฤติกรรมที่เป็นปัญหาโดยตรง โดยใช้เทคนิคต่างๆ ที่เหมาะสมจะมีประสิทธิภาพดีกว่าการบำบัดโดยวิธีจิตบำบัดที่ผู้ป่วยต้องทำตามคำแนะนำและประสบการณ์ของผู้รักษาแต่เพียงผู้เดียว

จากวัตถุประสงค์ดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้น เป็นการฝึกให้บุคคลที่มีความประสงค์จะเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองจากบุคคลที่ไม่กล้าแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมออกมา กลายเป็นบุคคลที่กล้าแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถที่จะแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกมาทั้งในทางบวก เช่น ความยินดี ความรักใคร่ และทางลบ เช่น โกรธ ไม่พอใจ ได้อย่างตรงไปตรงมา ในเวลา สถานการณ์ และสถานที่ที่เหมาะสม สามารถบอกปฏิเสธคำขอร้องที่ไม่มีเหตุผลสมควร และสามารถที่จะแสดงการรักษาสิทธิของตนเองโดยมิได้ละเมิดสิทธิของผู้อื่น

1.1.4 หลักการของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

แลงริช (Langrich. 1986 : 72-73) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกนั้นควรจะคำนึงถึงความต้องการของสมาชิกเป็นสำคัญ และในการฝึกฝนควรจะประกอบด้วยหลักดังนี้ คือ

1. ให้สมาชิกได้เรียนรู้และเข้าใจในพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก พฤติกรรมก้าวร้าว และพฤติกรรมที่เหมาะสมทั้งของตนเองและบุคคลอื่น
2. ให้เรียนรู้ถึงพฤติกรรมที่สมาชิกต้องการแสดงออกได้อย่างเหมาะสม
3. การฝึกควรฝึกในพฤติกรรมที่สมาชิกต้องการโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติและโดยการฝึกซ้อมพฤติกรรม
4. ให้กลับไปทบทวนโดยการไปฝึกต่อที่บ้านหรือในสถานการณ์ที่เป็นจริง
5. ประเมินผลจากการนำไปฝึกที่บ้านหรือในสถานการณ์จริง

นอกจากนี้ หลุยส์ จำปาเทศ (2533 : 136-137) ได้สรุปหลักการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมไว้เป็น 4 ประการหลักๆ คือ

1. ฝึกให้เห็นความแตกต่างระหว่างการแสดงออกที่เหมาะสม การแสดงออกแบบก้าวร้าว และการไม่กล้าแสดงออก
2. ฝึกให้เห็นความแตกต่างและยอมรับในสิทธิของตนและของผู้อื่น
3. ฝึกคิดเพื่อช่วยขจัดความคิดที่เป็นอุปสรรคต่อการแสดงออกที่เหมาะสม เช่น ความคิดที่ไร้เหตุผล ความวิตกกังวลมากเกินไปเกินเหตุผล ความรู้สึกผิดที่รุนแรง ความโกรธ ขุนเคี้ยว ฯลฯ

4. ฝึกการพัฒนาทักษะการแสดงออกที่เหมาะสมโดยวิธีการฝึกปฏิบัติ

ทั้ง 4 ประการที่กล่าวมานี้เป็นการฝึกการแสดงออกเชิงปฏิบัติการ ซึ่งจะเป็นการฝึกปฏิบัติทั้งโดยตรงซึ่งเลือกใช้บทบาทสมมติที่เหมาะสมให้เกิดการตอบสนอง หรือโดยอ้อมซึ่งเกิดจากการปฏิบัติโดยการสาธิตจากตัวแบบ แต่อย่างไรก็ตามเกี่ยวกับการฝึก แม้ว่าจะมีโปรแกรมพิเศษที่จะสนับสนุนให้เข้าใจมากขึ้นแค่ไหนก็ตาม ก็ยังหาวิธีหลักที่จะช่วยคนกลายเป็นผู้แสดงออกที่เหมาะสมได้ในทันทีไม่ นอกจากเขาจะได้ฝึกปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอจนเกิดความตระหนักรู้ เกิดความเข้าใจมากขึ้น หรือฝึกปฏิบัติจนเป็นนิสัยเท่านั้น จึงจะทำให้เขาเป็นผู้มีพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมขึ้นได้

1.1.5 องค์ประกอบของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

บัทเลอร์ (พรรณราย ทรัพย์ะประภา. 2527 ; อ้างอิงจาก Bulter. 1976) ได้ให้ข้อคิดเกี่ยวกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมไว้ว่า บุคคลที่แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นควรได้รับการฝึกทั้งการสื่อสารข้อความที่ใช้ภาษาพูด (The verbal message) และการใช้ภาษาท่าทาง (The non-verbal message) ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

1. การใช้ภาษาพูด (The verbal message)

1.1 การพูดอย่างตรงไปตรงมา หมายถึง การพูดให้ตรงกับความรู้และความคิดของตนเอง เป็นการบอกกล่าวให้คนอื่นทราบถึงความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริงของตนอย่างตรงไปตรงมา แทนที่จะแสดงเฉพาะเพียงกิริยาท่าทาง เช่น กระแทกประตูหรือไม่มองหน้าใครเมื่อรู้สึกโกรธ การที่บุคคลไม่พูดแสดงความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมาจะทำให้ไม่แน่ใจตนเอง และที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ บุคคลอื่นอาจจะไม่เข้าใจว่าคุณถึงรู้สึกเช่นนั้น

1.2 การแสดงความจริงใจ หมายถึง การแสดงออกซึ่งความรู้สึกที่แท้จริงของตน (Really feel) ไม่ใช่สิ่งที่ตนคิดว่า “น่าจะรู้สึก” (Should feel) ไม่ใช่สิ่งที่บุคคลอื่นที่ร่วมฟังอยู่ด้วยต้องการให้รู้สึกเช่นนั้น หรือไม่ใช่แม้แต่สิ่งที่ตนเองปรารถนาที่จะรู้สึกเช่นนั้น แต่เป็นความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นเอง

1.3 การแสดงความรู้สึกอย่างเป็นธรรมชาติ หมายถึง การแสดงความรู้สึกของตนออกไปโดยทันทีทันใด ทั้งในสิ่งที่เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยอย่างเหมาะสม

การพูดอย่างตรงไปตรงมา การแสดงความจริงใจ และการแสดงความรู้สึกอย่างเป็นธรรมชาติ มีประโยชน์ดังต่อไปนี้

1. เพื่อป้องกันการเข้าใจผิด ลักษณะของการเข้าใจผิดซึ่งกันและกันนี้ เป็นสิ่งที่พบเห็นได้ในชีวิตประจำวัน แต่ถ้าหากได้มีการพูดอย่างตรงไปตรงมาอย่างจริงใจและอย่างเป็นธรรมชาติ จะทำให้เกิดความเข้าใจกันได้

2. เพื่อหลีกเลี่ยงการหลีกเลี่ยงความรู้สึก โดยทั่วไปแล้วถ้าบุคคลใดบุคคลหนึ่งไม่สามารถจะแสดงออกซึ่งความรู้สึกที่แท้จริงออกไปได้ บุคคลนั้นจะเก็บความรู้สึกไม่สบายใจไว้ในใจ และเมื่อนานๆ เข้า ผลที่ตามมาคือ การหลีกเลี่ยงไม่ยอมเข้าใกล้ และในที่สุดก็หลบเลี่ยงออกไปจากบุคคลอื่น ดังนั้นการแสดงความรู้สึกของตนอย่างจริงใจ และตรงไปตรงมาจะช่วยทำให้บุคคลได้รู้จัก เข้าใจ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

3. เพื่อหลีกเลี่ยงการทำให้บุคคลอื่นได้รับความเจ็บปวดโดยไม่จำเป็น การพูดอย่างตรงไปตรงมา จริงใจและทันทีนั้นดีกว่าการนิ่งเฉย และการแสดงความรู้สึกในทางลบมาทำให้บุคคลอื่นได้ทราบจะเป็นการดีกว่าการยอมรับอย่างเสียไม่ได้ ซึ่งจะทำให้เกิดความไม่สบายใจแก่บุคคลอื่นได้

4. เพื่อหลีกเลี่ยงการสูญเสียพลังงานโดยไม่มีประโยชน์ การพูดแสดงความรู้สึกออกไปโดยทันทีอย่างเหมาะสมและจริงใจ ทำให้เกิดความสบายใจ การที่เก็บกดความรู้สึกไว้ทำให้เกิดความรู้สึกไม่สบายใจ เช่น บุคคลต้องการแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นออกไปแต่ไม่ได้ทำก็มักจะเก็บมาคิดคำนึงว่า “ฉันควรจะพูด.....” ลักษณะเช่นนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่ค้างอยู่ในใจ ทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจ นักบำบัดกลุ่มเกสตัลท์กล่าวว่าสิ่งที่ค้างอยู่ในใจนี้เป็นการรบกวนบุคคลทำให้เกิดความเคร่งเครียด ไม่ผ่อนคลาย

2. การใช้ภาษาท่าทาง (The non-verbal message)

พรรณราย ทริพย์ประภา (2527) ได้กล่าวไว้ว่า การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นนอกจากจะเลือกใช้คำพูดและรูปประโยคที่ถูกต้องเหมาะสมแล้ว ยังมีความจำเป็นที่จะต้องแสดงออกซึ่งภาษาท่าทาง หรือภาษาที่มีคำพูดให้สอดคล้องกันไปด้วย เมื่อไรก็ตามที่ภาษาท่าทางและภาษาพูดมีความขัดแย้งกัน ก็ควรเชื่อถือว่าภาษาท่าทางสามารถสื่อความหมายได้ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงมากกว่า ทั้งนี้ เนื่องจากภาษาท่าทาง เช่น สายตา น้ำเสียง สีหน้า ท่าทางของร่างกาย เป็นพฤติกรรมที่ส่งออกมาจากระบบประสาทอัตโนมัติซึ่งอยู่นอกเหนือจากการควบคุมของตนเอง ภาษาท่าทางดังกล่าวได้แก่พฤติกรรมดังต่อไปนี้

2.1 การสบตา การมองตรงที่อีกฝ่ายหนึ่งในขณะที่กำลังพูดด้วย เป็นวิธีที่จะบอกให้ผู้ฟังได้ทราบถึงความรู้สึกจริงใจเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังพูด การมองไปทางอื่น และการหลบตา ลงมองที่พื้นย่อมทำให้เกิดความรู้สึกขาดความเชื่อมั่น หรือการจ้องมองอย่างประสักร้ายเป็นการแสดงว่าพยายามจะมีอำนาจเหนือผู้อื่น

2.2 ลักษณะท่าทางของร่างกาย เรื่องราวข่าวสารที่พูดจะมีน้ำหนักมากขึ้นถ้าเวลาพูดคอยสามารถหันหน้าไปยังผู้ที่พูดด้วย การยืน หรือนั่งใกล้ชิดในระยะที่เหมาะสม โนมตัวเข้าไปหาและตั้งศีรษะไว้ให้ตรง การโน้มตัวเข้าไปหาผู้อื่นจะแสดงความมั่นคงได้มากกว่าการถอยห่างออกไป และนอกจากนั้นท่าทางที่กระฉับกระเฉง จะช่วยแสดงการสื่อความหมายที่เหมาะสมมากกว่าการยืนตัวงอๆ ห่อเหี่ยว

2.3 การใช้มือประกอบการพูด เรื่องราวที่พูดจะมีความหนักแน่นมากขึ้นถ้าได้ใช้มือประกอบการพูดได้อย่างเหมาะสม ไม่ใช่เคอะเขิน งุ่มง่าม เก้งก้าง เป็นการแสดงให้เห็นว่าเป็นคนไม่กล้าแสดงออก และการแสดงออกควรเป็นธรรมชาติ

2.4 การแสดงออกทางสีหน้า การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกอย่างมีประสิทธิภาพนั้น ต้องแสดงออกทางสีหน้าที่สอดคล้องต้องกันกับข่าวสารที่แสดงออกมา

2.5 น้ำเสียงและระดับเสียง เสียงเป็นสื่อที่สำคัญที่สุดในการสื่อความหมาย การพูดเสียงเรียบๆ กระซิบเบาๆ จะเป็นการยากที่จะชักจูงให้ผู้อื่นเชื่อ เห็นจริงจัง ในทำนองเดียวกันเสียงตะโกนก็จะเป็นอุปสรรคในการสื่อสารกับผู้อื่น ดังนั้นการใช้ระดับเสียงสูงๆ ต่ำๆ ที่เหมาะสมในการสนทนาจะเป็นการชักจูงใจผู้อื่นโดยไม่ต้องใช้การขู่บังคับ

2.6 ความคล่องแคล่วในการพูด การพูดที่น่าสนใจต้องไม่ตะกุกตะกัก หรือพูดเร็วเกินไป การพูดที่ดีจะต้องรู้จักวิพากษ์วิจารณ์อย่างชัดเจนและช้าจะทำให้มีพลังมากกว่า

2.7 โอกาสในการพูด การแสดงออกอย่างตรงไปตรงมาและเป็นธรรมชาตินับว่าเป็นเป้าหมายสำหรับผู้ที่ต้องการจะมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก แต่ผู้แสดงออกควรเลือกโอกาสที่เหมาะสมด้วยจึงจะเกิดประโยชน์อย่างแท้จริง

อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (Alberti; & Emmons. 1978 : 31-32) กล่าวว่าผู้เข้ารับการศึกษาจะต้องได้รับการฝึกเป็นพิเศษในเรื่องต่อไปนี้

1. การประสานสายตา (Eye Contact) การมองบุคคลที่พูดด้วยตรงไปตรงมา เป็นการบอกให้ทราบถึงความจริงใจเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังพูด เมื่อสนทนากับผู้ใด ผู้พูดสามารถที่จะมอง ประสานสายตากับผู้ฟังได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้ผู้ฟังได้ทราบถึงความรู้สึกจริงใจเกี่ยวกับสิ่งที่ กำลังพูดอยู่

2. การวางตัว (Body Posture) เป็นลักษณะของการเผชิญหน้า การยืนหรือนั่งที่ เป็นไปอย่างเหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นระยะทาง การโน้มตัวเข้าหา การวางตัวให้ตรง จะทำให้เรื่องราวที่ พูดกับบุคคลอื่นมีน้ำหนักมากขึ้น

3. การแสดงท่าทาง (Gesture) การแสดงท่าทางที่เหมาะสม จะทำให้เรื่องราวที่พูด มีความหนักแน่นยิ่งขึ้น การแสดงอาการกระตือรือร้นจนเกินไปจะทำให้เกิดความขัดแย้งได้

4. การแสดงออกทางใบหน้า (Facial Expression) ผู้ที่จะแสดงพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสม จะต้องสามารถแสดงสีหน้าได้อย่างสอดคล้องกับเรื่องราวที่จะพูดหรือกำลังพูด เช่น จะแสดงให้ผู้อื่นรู้ว่าตนเองกำลังโกรธ แต่สีหน้าที่แสดงออกกลายเป็นยิ้มแย้มหรือหัวเราะ ก็เป็น การแสดงออกทางสีหน้าที่ไม่ตรงกับเรื่องที่จะพูด ผู้ที่แสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพจะต้องแสดงสี หน้าได้เหมาะสมกับเรื่องและความรู้สึก

5. น้ำเสียงการเปลี่ยนแปลงถ้อยคำและระดับเสียง (Voice Tone, Inflection and Volume) การพูดเสียงเรียบๆ กระชับเบาๆ จะเป็นการยากในการที่จะชักจูงให้ผู้อื่นเชื่อถือเห็นจริงจิง ในทำนองเดียวกัน เสียงตะโกนก็เป็นอุปสรรคในการสื่อสารกับผู้อื่น ดังนั้น การใช้ระดับเสียงสูงๆ ต่ำๆ ปานกลางที่เหมาะสมในการสนทนาจะเป็นการชักจูงใจผู้อื่นได้โดยไม่ต้องใช้การขู่บังคับ

6. จังหวะในการพูด (Timing) การแสดงออกโดยความสมัครใจจะเป็นเป้าหมายของ ผู้ต้องการความกล้าในการแสดงออก แต่บางครั้งการลังเลใจจะสกัดผลที่จะได้จากการแสดงออก แต่ อย่างไรก็ตามการตัดสินใจจังหวะอันเหมาะสมนั้นเป็นสิ่งจำเป็น เช่น กรณีที่เกิดขัดแย้งกัน การพูด กับนายจ้างในห้องทำงานส่วนตัวย่อมดีกว่าการพูดต่อหน้ากลุ่มคนงาน

7. เนื้อหาที่จะพูด (Content) บุคคลมักจะมีกำลังใจอยู่ยาวนาน เพราะว่าจะไม่รู้จะพูด อะไร ซึ่งนับว่าจะต้องมีการฝึกพูดในบางสิ่งบางอย่าง เพื่อจะให้ผู้ฟังได้รู้ถึงความรู้สึกที่แท้จริงของผู้ พูดในขณะนั้น

8. การฟัง (Listening) การแสดงออกให้ผู้พูดทราบถึงความสนใจ ฟังการสะท้อน ความคิดเห็น การแสดงสีหน้าท่าทางที่เหมาะสมในขณะนั้น เช่น การพยักหน้า การพยายามทำ ความเข้าใจในสิ่งที่ผู้พูด พูดให้ชัดเจนเสียก่อนที่จะพูดโต้ตอบ

นอกจากนี้ ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้น หลุย จาปาเทส (2533 : 140-141) ได้ กล่าวถึงองค์ประกอบของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ไว้ดังนี้

1. การประสานสายตากับบุคคลที่จะพูดด้วย (Eye Contact) ซึ่งแสดงออกถึงความ จริงใจ

2. ลักษณะการยืน การนั่ง (Body Posture) ต้องระวังให้เหมาะสม

3. ระยะห่างระหว่างคู่สนทนา (Distance and Physical Contact) ว่าควรใกล้ชิดแค่ไหนอย่างไร จึงจะพอดีและเกิดบรรยากาศที่อบอุ่นและต้องคำนึงถึงวัฒนธรรมในแต่ละแห่งด้วย

4. การแสดงท่าทาง (Gestures) สื่อให้เห็นถึงการเปิดเผยและความอบอุ่น

5. การแสดงออกของสีหน้า (Facial Express) ที่ต้องสัมพันธ์กับคำพูด

6. ระดับเสียง ความเข้มของเสียงสูงต่ำที่ความดังของเสียง (Voice Tone, Inflection Volume) ต้องสัมพันธ์กับข้อความที่ต้องการจะสื่อสาร

7. ความคล่องในการพูด (Fluency) ควรให้เหมาะสม เพราะถ้าเร็วเกินไปจะทำให้จับใจความไม่ได้ เกิดความเบื่อหน่าย ไม่ควรจะเร็วเกินไป

8. จังหวะการพูด (Timing) ควรดูจังหวะในการพูดว่าควรพูดที่ใด กับใคร หรือควรพูดหรือไม่

9. การให้ความสนใจในการรับฟัง (Listening) ด้วยการใช้สายตา ท่าทางที่เหมาะสม เช่น การผงกศีรษะ เป็นการแสดงให้เห็นถึงการฟังที่เข้าใจถึงเนื้อหา และความรู้สึกมากกว่าที่จะตีความจากคำพูด

10. ความคิดที่เหมาะสม (Assertive Thought) ไม่ง่ายต่อการให้คำจำกัดความ ในที่นี้หมายถึง ความคิดที่เหมาะสมกับคนๆ หนึ่งไม่เหมาะสมกับคนอื่น ซึ่งต้องคำนึงถึงในการฝึกเพื่อให้เกิดความระมัดระวัง

11. การเข้าใจเนื้อหา (Content) ที่สำคัญอย่างชัดเจน ในการสื่อความหมายทุกครั้ง อาจมีความหมายได้สองหรือสามอย่างก็ได้

การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนี้ เป็นการฝึกทักษะทั้งทางด้านภาษาถ้อยคำ (Verbal) และภาษาท่าทาง (Non-verbal) โดยส่วนใหญ่แล้วพื้นฐานการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่สำคัญนั้น อยู่ที่ความสามารถที่จะแสดงความรู้สึกออกมาด้วยท่าทาง ได้แก่ การแสดงความรู้สึกออกมาทางสายตา ใบหน้า กิริยาท่าทาง และน้ำเสียง

1.1.6 ขั้นตอนในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

เคลลี (สุมาลี อุดมผล. 2537 : 26 ; อ้างอิงจาก Kelly. 1979) ได้แบ่งขั้นตอนการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมออกเป็น 2 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เป็นการให้ความรู้ทั่วไปเรื่องแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม เนื่องจากพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมเป็นหัวใจสำคัญในการฝึก เพราะจะทำให้ผู้รับการฝึกทราบขอบเขตและเหตุผลในการฝึก รวมทั้งสามารถเลือกทักษะในการแสดงออกอย่างเหมาะสมมาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ที่ตนต้องการได้

ขั้นตอนที่ 2 เป็นการฝึกที่เป็นองค์ประกอบที่จำเป็นของพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ซึ่งแบ่งเป็น 3 ทักษะ ดังนี้

1. ทักษะขั้นเตรียมการ (Preparatory Skills) เป็นการสร้างความเข้าใจและสามารถนำความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมแสดงออกอย่างเหมาะสมไปใช้ในสถานการณ์ต่างๆ มีวัตถุประสงค์

เพื่อมุ่งเน้นให้ผู้รับการฝึกได้เพิ่มพูนทักษะเกี่ยวกับการสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การยอมรับตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง และการสร้างความเชื่อมั่นในสิทธิ ประกอบด้วยทักษะย่อย ดังนี้

1.1 ทักษะการสร้าง ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-Confidence) จัดเป็นทักษะพื้นฐานที่สำคัญที่สุด ที่ประกอบด้วยการพัฒนาระดับความมั่นใจและระบบความเชื่อที่ผู้เรียนได้เรียนรู้มา ถ้าไม่มีความเชื่อและความมั่นใจในคุณค่าของตนและผู้อื่นแล้วก็ยากที่จะเชื่อมั่นในสิทธิของตนและยากต่อการมีพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมได้ ทักษะนี้ทำให้ผู้รับการฝึกสามารถยืนยันgranความเป็นตัวของตัวเอง และแสดงสิทธิของตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสามารถช่วยในการพัฒนาทักษะที่ใช้ระหว่างบุคคลได้

1.2 ทักษะการแสดงสิทธิของตนเอง (Identification of Rights) ประกอบด้วย ความเข้าใจในสิทธิของตน และสามารถแสดงสิทธิของตนในสถานการณ์ต่างๆ ได้ รวมทั้งเป็นการสร้างขอบเขตจิตใจและอารมณ์ที่ช่วยให้สามารถแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมได้

1.3 ทักษะการสร้าง ความเชื่อมั่นในสิทธิ (Confidence in Rights) ประกอบด้วย การเป็นเจ้าของสิทธิและปรารถนาจะมีส่วนร่วมในการกระทำที่อยู่ในสิทธิของตนอย่างเหมาะสม

2. ทักษะขั้นปฏิบัติการ (Core Skills) เป็นการสร้างหรือเพิ่มความตระหนักรู้เกี่ยวกับทักษะที่เป็นองค์ประกอบของพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม ดังนี้

2.1 ทักษะการใช้ภาษาพูดที่เหมาะสม (Verbal Assertion) เน้นการใช้ประโยค คำพูดที่ถูกต้องเหมาะสมในการสื่อสารในสถานการณ์กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม สามารถยืนยัน granในสิทธิของตนเองได้โดยไม่รุกรานสิทธิของผู้อื่น ทักษะการใช้ภาษาพูดที่เหมาะสม สามารถพัฒนาได้โดยการแนะนำคนอื่นและจากตัวแบบ

2.2 ทักษะการใช้ภาษาท่าทางที่เหมาะสม (Nonverbal Assertion) เป็นทักษะที่ใช้ประกอบการพูด หรือบางครั้งยังใช้สื่อความหมายแทนคำพูดได้อีกด้วย การใช้ภาษาท่าทางที่เหมาะสม แบ่งเป็น 2 องค์ประกอบ คือ ทางกรเห็น ได้แก่ การสบตา การแสดงออกทางสีหน้า ท่าทางของร่างกาย การเคลื่อนไหว และทางการได้ยิน ได้แก่ ความดัง ความถี่ จังหวะ ระดับความต่อเนื่องของเสียง รวมทั้งระยะห่างอย่างเหมาะสมด้วยกิริยาที่ผ่อนคลาย ไม่เครียด ซึ่งการใช้ภาษาท่าทางนี้จะเป็นตัวส่งเสริมให้ภาษาพูดมีประสิทธิภาพ

2.3 ทักษะการใช้ปัญญาความคิดที่เหมาะสม (Cognitive Assertion) เป็นความสามารถในการคิดอย่างมีเหตุผลตามความเป็นจริง เหมาะกับสถานการณ์กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม นับเป็นทักษะที่สำคัญควรให้ผู้รับการฝึกหยุดการสร้างความคิดในแง่ที่ไม่ดีต่อตนเอง และส่งเสริมให้เลือกแสดงออกตามความรู้สึก ความคิด และความต้องการที่แท้จริงอย่างถูกต้อง

2.4 ทักษะการผสมผสาน (Integration) เป็นการผสมผสานทักษะย่อยๆ ที่เป็นองค์ประกอบการแสดงออกอย่างเหมาะสมและนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งการฝึกซ้อมและการฝึกแสดงพฤติกรรม เป็นวิธีการแรกที่ถูกนิยมนำใช้มากที่สุดในการฝึกพฤติกรรมแสดงออกอย่าง

เหมาะสม และสิ่งที่จะทำให้พฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมของบุคคลคงอยู่ตลอดไป คือ การให้การเสริมแรงทางบวก

3. ทักษะขั้นพิเศษ (Accessory Skills) เป็นตัวบ่งชี้ถึงประสิทธิภาพของการฝึกทักษะของพฤติกรรมแสดงออกอย่างเหมาะสมที่ผ่านมา หรือเป็นตัววัดความสามารถของบุคคลในการประยุกต์ใช้ทักษะต่างๆ เพื่อแสดงพฤติกรรมแสดงออกอย่างเหมาะสมต่อสถานการณ์ที่กำลังประสบ ซึ่งประกอบด้วย 2 ทักษะ คือ

3.1 การใช้เฉพาะด้าน (Special Application Areas) เป็นส่วนที่บอกกล่าวเป็นพิเศษ พัฒนาทักษะพิเศษ ประกอบด้วยเรื่องของการปฏิสัมพันธ์ การขอร้อง การกล่าวคำยกย่อง การวิพากษ์วิจารณ์และอื่นๆ

3.2 การใช้เมื่อต้องการ (Special Needs) เป็นความต้องการพิเศษของบุคคลเมื่อมีความยากลำบากที่จะแสดงออกอย่างเหมาะสมอันเนื่องมาจากความวิตกกังวล

หลุย จำปาเทศ (2533 : 138-142) ได้แบ่งขั้นตอนการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมออกเป็น 6 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เป็นการฝึกเพื่อให้มีความเข้าใจและสามารถแยกพฤติกรรมแสดงออกทั้ง 3 รูปแบบได้

ก. พฤติกรรมที่เหมาะสม

ข. พฤติกรรมก้าวร้าว

ค. พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก

ขั้นที่ 2 เป็นการฝึกวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองว่ามีลักษณะอย่างไร เพื่อเป็นแนวทางที่จะฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมได้ต่อไป

ขั้นที่ 3 เป็นการฝึกให้พิจารณาถึงเหตุการณ์ที่เป็นปัญหา โดยให้คิดถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาที่ทำให้ไม่สบายใจแล้วให้เขียนแยกเป็นรายหัวข้อ โดยมีเป้าหมายเพื่อที่จะแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

ขั้นที่ 4 เป็นการฝึกการแก้ไขเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เป็นปัญหาด้วยการแสดงออกที่เหมาะสมโดยเขียนเค้าโครงเรื่อง (Script) และวางแผนในการที่จะแก้ไขพฤติกรรมนั้นเป็นขั้นตอนดังนี้

1. สรรวจดู (Look at) ถึงสิทธิที่พึงมีของท่าน

2. กำหนดเวลา (Arrange a time) นัดหมายถึงเวลา สถานที่ที่จะคุยกันถึงปัญหาให้สะดวกทั้งสองฝ่าย

3. กำหนดปัญหา (Define the problem) พิจารณาให้เห็นถึงปัญหาที่เด่นชัดขึ้นมาจากสถานการณ์ที่เป็นปัญหานั้น

4. บอกถึงความรู้สึก (Describe your feelings) โดยใช้คำพูดที่ออกมาจากตนเอง ที่เป็นการบอกถึงความรู้สึกโดยไม่ตำหนิผู้อื่น

5. กล่าวคำขอร้อง (Express your request) ให้สร้างประโยคขอร้องที่ง่ายแก่การเข้าใจและเหมาะสม เพื่อสร้างความมั่นใจที่จะพูดเรื่องที่แก้ไข

6. สนับสนุน (Reinforce) เป็นการให้แรงเสริมการแสดงออกโดยใช้คำพูดในทางบวก ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์ในการติดต่อกับบุคคลอื่น

ขั้นที่ 5 เป็นการฝึกโดยเน้นการแสดงออกด้วยภาษาท่าทางให้เหมาะสม ให้ฝึกปฏิบัติโดยคำนึงถึงองค์ประกอบในการแสดงออกที่เหมาะสม (The Components of Assertive Behavior) ที่แสดงออกถึงความสนใจที่จะพูดกับผู้อื่นหรือคู่สนทนา

ขั้นที่ 6 เป็นการฝึกการแสดงออกเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่จะหลีกเลี่ยงหรือจะต้องเผชิญหน้าได้อย่างเหมาะสม

ละอียด ชูประยูร (2538 : 74-75) ได้กล่าวถึง ขั้นตอนในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม มีดังนี้

1. การประเมินพฤติกรรมเพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับความบกพร่องของพฤติกรรม ซึ่งทำได้โดย

1.1 การสัมภาษณ์

1.2 การประเมินตนเอง (Self-report questionnaires)

1.3 การบันทึกพฤติกรรมตนเอง (Self monitoring)

1.4 การเล่นบทบาทสมมติ (Role Playing)

2. การอธิบาย (Instruction) ถึงพฤติกรรมแสดงออกและอธิบายถึงความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมที่เหมาะสม พฤติกรรมที่ก้าวร้าว และพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก โดยกล่าวถึงสิทธิของบุคคล

3. การฝึกทักษะในการแสดงออก (Skill training)

4. การฝึกการผ่อนคลาย (Anxiety reduction)

5. การเปลี่ยนความคิดของผู้ป่วยที่มีต่อตนเอง (Cognitive restructuring)

6. การฝึกฝนพฤติกรรมที่เหมาะสม การติดตามผลและการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2549 : 142-158) กล่าวถึง ขั้นตอนในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีดังนี้

1. กำหนดสถานการณ์ที่ทำให้บุคคลนั้น มีปัญหาในการแสดงออกให้เฉพาะเจาะจง

2. สอนให้บุคคลสามารถแยกแยะได้ระหว่างพฤติกรรมกล้าแสดงออก พฤติกรรมก้าวร้าว และพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก

3. พัฒนาความเชื่อมั่นพื้นฐานเกี่ยวกับพฤติกรรมการกล้าแสดงออก สิทธิส่วนบุคคล และสิทธิของผู้อื่น

4. พัฒนาทักษะการกล้าแสดงออก

1.1.7 เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

มอริส (Moris. 1975 : 252-256) กล่าวถึงวิธีการและเทคนิคในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่สำคัญ 3 ประการ คือ

1. การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) คือ การกำหนดสถานการณ์ขึ้นตามสถานการณ์ที่เป็นปัญหาแล้วให้ผู้มีปัญหาได้ฝึกซ้อมการแสดงออกที่เหมาะสมในแต่ละสถานการณ์ เช่น เขาควรจะแสดงสีหน้า ท่าทาง คำพูดโต้ตอบอย่างไรกับบุคคลประเภทใด ผู้มีปัญหาจะแสดงความเป็นตัวของตัวเอง ผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้ฝึกจะแสดงตัวเป็นบุคคลซึ่งเป็นปัญหาของผู้รับคำปรึกษา หรือผู้เข้ารับการฝึกในการเกี่ยวข้องสัมพันธ์ด้วย

2. การแสดงตามตัวแบบ (Modeling) หรือการแสดงตัวอย่างให้ดู ใช้เมื่อจะเป็นแบบอย่างในการเสนอสิ่งที่เห็นว่าเหมาะสม และผู้มีปัญหาหรือผู้เข้ารับการฝึกสามารถปฏิบัติตนได้ในสถานการณ์การฝึกโดยผู้ฝึกจะเป็นผู้แสดงแบบหรือหาแบบอย่างมาให้ดู ได้แก่ ผู้ช่วย หรืออุปกรณ์อื่นๆ ภาพยนตร์ ภาพนิ่ง เทปบันทึกเสียง

3. การให้รางวัลและชี้แนะ (Reward and Coaching) เป็นการให้คำชมเชยแก่ผู้ที่มีปัญหาให้มีแรงจูงใจในการเพิ่มความถี่และความเข้มของพฤติกรรมที่ต้องการแก้ไข แต่การชมเชยว่าเขาแสดงได้ดีหรือก้าวหน้าเพียงใดยังไม่เป็นการเพียงพอ ต้องให้ข้อเสนอแนะเชิงจูงใจต่อพฤติกรรมที่ผู้มีปัญหาแสดงออกมาโดยให้เป็นตัวของตัวเองมากที่สุด

โฟเดอร์ (Fodor. 1980 : 517-533) ได้กล่าวถึงหลักการกระบวนการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมแบบกลุ่มไว้อย่างกว้างๆ คือ

1. การเริ่มกลุ่ม (Beginning the Group) ในการเริ่มกลุ่มนั้นสมาชิกต้องนั่งล้อมกันเป็นวงกลม ผู้นำกลุ่มจะขอให้สมาชิกแนะนำตนเองพร้อมกับบอกเหตุผลของการเข้ากลุ่ม จากนั้นให้สมาชิกพูดถึงสถานการณ์เฉพาะที่ตนเองเคยประสบเกี่ยวกับปัญหาของการแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งแต่ละคนใช้เวลาประมาณ 3-5 นาที

2. การแนะนำเกี่ยวกับแนวความคิดที่สำคัญของการแสดงออกที่เหมาะสม (Introduction to the main concepts of Assertiveness) ผู้นำกลุ่มจะบรรยายเกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสมและปัญหาต่างๆ ในการแสดงออกของบุคคล ประมาณ 10-15 นาที เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะแยกแยะระหว่างพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก และพฤติกรรมก้าวร้าว สมาชิกกลุ่มจะได้รับการสาธิตตัวแบบด้วยการแสดงบทบาทสมมติซึ่งจะช่วยให้สมาชิกเห็นภาพที่ชัดเจนยิ่งขึ้น แล้วให้มีการอภิปรายร่วมกันในเรื่องดังกล่าว

3. การนำเสนอปัญหาด้วยการแสดงบทบาทสมมติ (A Presenting Problem : Initial Role-Play) ผู้นำกลุ่มจะเลือกสมาชิกกลุ่มที่เต็มใจนำเสนอปัญหาของเขา (จะเป็นการดีถ้าให้นำเสนอปัญหาทั่วๆ ไปก่อน) สมาชิกจะนำเสนอปัญหาของตนเองอย่างสั้นๆ และแสดงบทบาทสมมติของเหตุการณ์ร่วมกับสมาชิกอื่นที่อาสาสมัครเป็นผู้ร่วมแสดง สมาชิกกลุ่มจะมีการฝึกการแสดงบทบาทสมมติโดยการแนะนำของผู้นำกลุ่ม จากนั้นให้มีการอภิปรายกลุ่มร่วมกัน

4. การประเมินผลการแสดงบทบาทสมมติ (Assessment of Role-Play) ผู้นำกลุ่มจะให้สมาชิกที่แสดงบทบาทสมมติพูดถึงความรู้สึกในขณะแสดงบทบาทสมมติ และจัดลำดับพฤติกรรมที่เหมาะสมของตนว่า มีความชอบอยู่ในระดับใด คำถามที่ใช้ ได้แก่ “อะไรจะเกิดขึ้นต่อไป?” “สิทธิของคุณในสถานการณ์นี้คืออะไร?” “สิ่งที่คุณอยากจะพูดกับเขาคืออะไร?” “คุณบอกกับตัวเองว่าอย่างไร?” และ “คุณคิดว่าคนอื่นได้ให้ประสบการณ์แก่คุณอย่างไร?”

5. การเข้าร่วมในกลุ่มเพื่อให้ข้อมูลย้อนกลับแก่กัน (Involvement of the Group in Giving Feedback) ผู้นำกลุ่มจะให้สมาชิกกลุ่มให้ข้อมูลย้อนกลับทางบวกแก่กัน เพื่อเสริมแรงแก่องค์ประกอบของพฤติกรรมที่ดี เช่น คำพูด ระดับเสียง และท่าทาง เป็นต้น ตลอดจนคำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดังกล่าว ทั้งนี้การให้ข้อมูลย้อนกลับแก่กันต้องไปตรงไปตรงมา

6. การให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้ร่วมแสดงบทบาทสมมติ (Feedback for Role-Play Partner) ผู้ร่วมแสดงบทบาทสมมติจะแสดงรูปแบบของความสัมพันธ์ของเขากับคนอื่นๆ ดังนั้น การให้ข้อมูลย้อนกลับแก่เขาจะช่วยให้เขาเข้าใจพฤติกรรมของตนเองได้ดียิ่งขึ้น

7. การกำหนดเป้าหมาย (Setting Goals) เมื่อผู้แสดงบทบาทสมมติได้รับข้อมูลย้อนกลับอย่างเพียงพอแล้วก็จะกำหนดเป้าหมายของพฤติกรรมที่ต้องการจะแสดงออกใหม่ จากนั้นก็จะให้บทบาทสมมติอีกครั้งหนึ่งตามพฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการ

8. การแสดงบทบาทสมมติครั้งที่สอง (Second Role-Play) ผู้นำกลุ่มขอให้ผู้แสดงบทบาทสมมติคู่เดิมแสดงบทบาทสมมติอีกครั้งหนึ่ง ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกทุกคนใส่ใจต่อการแสดงบทบาทสมมติให้มากที่สุด และระมัดระวังการให้ข้อมูลย้อนกลับทางลบหรือคำแนะนำแก่กันเกินกว่าที่เขาจะรับได้ ทั้งนี้เพราะเป้าหมายคือ ต้องการให้ผู้แสดงปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยตนเองมากที่สุด

9. การกำหนดการบ้าน (Homework Assignments) สมาชิกแต่ละคนจะได้รับการบ้านตามสภาพการณ์เฉพาะที่เป็นปัญหาของตนเอง สมาชิกกลุ่มจะเรียนรู้การสำรวจและสังเกตตนเองเกี่ยวกับปัญหาพฤติกรรมในการแสดงออกที่เหมาะสมที่เฉพาะเจาะจงและตั้งเป้าหมายเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น

10. การติดตามผลการทำการบ้าน (Homework Follow-up) ในการเริ่มกลุ่มครั้งใหม่ ทุกครั้งจะเริ่มด้วยการตรวจสอบการทำการบ้านที่ได้ให้ไว้ ซึ่งจะให้ประสบการณ์ที่กว้างขวางแก่สมาชิกมากยิ่งขึ้น

11. การให้แบบฝึกหัดพิเศษเพิ่มเติม (The Use of Specific Auxiliary Exercises) ในการอภิปรายกลุ่มและการให้ข้อมูลย้อนกลับแก่กันจากการแสดงบทบาทสมมติบ่อยครั้ง สมาชิกอาจมีความคิดเห็นที่ไกลออกไปซึ่งอาจนำมาฝึกหัดเพิ่มเติมอีกได้

12. การให้ข้อมูลย้อนกลับแบบต่อเนื่อง (Continuous Feedback) บางครั้งสมาชิกพยายามที่จะฝึกทักษะให้มีความชัดเจนและถูกต้องมากที่สุด การให้ข้อมูลย้อนกลับแก่กันอย่างต่อเนื่องกันจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องกระทำ

13.หัวข้อในสัปดาห์ต่อไป (Themes in Succeeding Weeks) ในกลุ่มการฝึกอย่างต่อเนื่องกันอาจมีการเสนอแนะให้ฝึกหัดเกี่ยวกับหัวข้อใหม่ๆ หรือเรื่องใหม่ๆ ในแต่ละสัปดาห์

พรรณราย ทรัพย์ะประภา (2524 : 70-75) ได้กล่าวถึงเทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก พอสรุปได้ดังนี้

1. การให้คำแนะนำ (Instructional Coaching) คือผู้นำกลุ่มหรือผู้ฝึกจะเป็นผู้แนะนำให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ทราบว่า เพราะเหตุใดบุคคลจึงไม่กล้าแสดงออก พร้อมทั้งชี้แนะแนวทางให้ผู้เข้ารับการฝึกปฏิบัติเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมการแสดงออก

2. การแสดงตัวอย่าง (Modeling) เป็นเทคนิคที่ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยแสดงแบบหรือตัวอย่างให้ผู้รับการฝึกได้ดู หรืออาจจะดูจากเทปโทรทัศน์

3. การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) เป็นการกำหนดสถานการณ์ที่เป็นปัญหาจริง ๆ แล้วให้ผู้เข้ารับการฝึกซึ่งมีลักษณะไม่กล้าแสดงออกนั้นถึงสถานการณ์นั้นๆ แล้วแสดงเป็นตัวเอง

4. การซ้อมบทบาทของพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) คือ การให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ซ้อมบทบาทพฤติกรรมที่ตนเองมีความต้องการจะแสดงออกต่อผู้อื่น ก่อนที่จะไปแสดงพฤติกรรมนั้นจริงๆ ช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ลดความวิตกกังวล เกิดความมั่นใจในตนเองมากขึ้น

5. การให้สิ่งเสริมแรง (Reinforcement) คือ การที่ผู้นำกลุ่มหรือผู้ฝึกกับผู้เข้ารับการฝึกซึ่งเป็นสมาชิกของกลุ่มให้คำชมเชย ให้กำลังใจแก่กันและกัน ซึ่งจะเป็นสิ่งเสริมแรงให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เข้ารับการฝึกได้รวดเร็วยิ่งขึ้น

6. การทำการบ้าน (Assigning Homework) เป็นการให้ผู้เข้ารับการฝึกมีประสบการณ์มากขึ้น จึงให้ผู้เข้ารับการฝึกไปฝึกต่อที่บ้าน

7. การเขียนบทพูด (Assertive Script) คือ การให้ผู้เข้ารับการฝึกเขียนบทพูดที่สื่อสารตามความต้องการอันแท้จริงของตนเอง เป็นการเตรียมบทพูดมาก่อนช่วยให้ผู้พูดเกิดความมั่นใจในตนเองไม่ต้องกลัวผิด

นอกจากนี้ โวลเป้ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2549 : 162-164 ; อ้างอิงจาก Wolpe. 1982) ได้กล่าวถึงวิธีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมไว้ว่า วิธีการฝึกจะเน้นที่การมีส่วนร่วมในการกระทำ (Active Participation) ของผู้เข้ารับการฝึก วิธีการที่นิยมใช้กันส่วนใหญ่ มีดังนี้

1. การใช้การชักซ้อมพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) และการแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) ซึ่งเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยการชักซ้อมพฤติกรรมนั้น ผู้เข้ารับการบำบัดจะได้รับการบอกและให้ฝึกซ้อมว่าจะทำอะไร ทั้งลักษณะท่าทางที่แสดงออกและคำพูด ในสภาพการณ์ชักซ้อมนั้นจะจำลองสภาพการณ์จริง ผู้บำบัดอาจจะแสดงเป็นบุคคลเป้าหมายที่ผู้เข้ารับการบำบัดจะต้องแสดงออกต่อเขา การชักซ้อมพฤติกรรมนั้นจะต้องทำไปเรื่อยๆ จนกว่าพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นจะเหมาะสม และเกิดความเคยชิน อีกทั้งไม่แสดงออกซึ่งความวิตกกังวลเลย หรือถึงจะมีความวิตกกังวลอยู่บ้างก็มีอยู่ในระดับต่ำ

ส่วนการแสดงบทบาทสมมตินั้นก็คล้ายๆ กับการซักซ้อมพฤติกรรม จะต่างก็ตรงที่ผู้เข้ารับการบำบัดจะแสดงบทบาทของบุคคลอื่น หรือบทบาทสำหรับการแสดงออกทั่วไป ในขณะที่ผู้บำบัดจะเล่นบทบาทของผู้เข้ารับการบำบัด ทั้งนี้เพื่อที่ว่าเขาจะได้มีโอกาสเห็นสภาพการณ์จากมุมมองของคนอื่น ซึ่งจะทำให้เขาเข้าใจสภาพการณ์ได้ดีขึ้น อีกทั้งทำให้บุคคลได้ฝึกแสดงพฤติกรรมที่เขาอาจจะไม่ค่อยแสดงออกอีกด้วย

2. การให้ข้อมูลป้อนกลับ (Feedback) การให้ข้อมูลป้อนกลับนี้เป็นวิธีการที่จะช่วยพัฒนาพฤติกรรมของผู้เข้ารับการบำบัดให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น มักจะใช้ควบคู่กับวิธีการซักซ้อมพฤติกรรมและการแสดงบทบาทสมมติ การให้ข้อมูลป้อนกลับควรจะมีวิธีการทำดังต่อไปนี้

2.1 ให้ข้อมูลป้อนกลับทางบวกก่อน โดยบอกว่าผู้ที่แสดงบทบาทเหล่านั้น ทำอะไรได้ดี เช่น “คุณประสานสายตาได้ดีมาก” เป็นต้น

2.2 ให้ใช้การเสนอแนะในสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้แทนการวิจารณ์ เช่น “คุณสามารถทำเสียงให้ดังขึ้นอีกสักหน่อยได้ไหมครับ” เพื่อที่ว่าผู้เข้ารับการบำบัดจะสามารถปรับปรุงได้ในครั้งต่อไป

2.3 การให้ข้อมูลป้อนกลับควรที่จะเจาะจงที่พฤติกรรมให้ชัดเจน เช่น “การเคลื่อนไหวมือในลักษณะนี้ (แสดงให้ดูด้วย) อาจทำให้รบกวนผู้ฟังได้”

2.4 การให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับคำพูดนั้น อาจจะได้โดยการชี้ให้เห็นคำพูดที่อาจก่อให้เกิดความเข้าใจผิดหรือปัญหาได้ พร้อมทั้งเสนอแนะคำพูดในลักษณะที่แตกต่างออกไปที่เหมาะสมกว่า แต่เป็นความหมายในลักษณะเดียวกัน เช่น บอกว่า “การที่สามีของคุณได้ยืนยันคำว่า ‘ไม่ทำอะไรเลย’ เป็นคำที่ค่อนข้างจะกระแทกโดยตรง มีลักษณะเป็นการโจมตี ซึ่งคุณอาจจะพูดได้ในลักษณะที่ว่า ‘ไม่มีผลงานมากเท่าที่เรายากจะเห็น’ การพูดเช่นนี้ก็ทำให้ความรู้สึกของผู้ฟังดีขึ้น”

3. การใช้ตัวแบบ (Modeling) การใช้ตัวแบบเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่น่าสนใจในการฝึกการกล้าแสดงออก โดยที่ผู้บำบัดจะสร้างตัวแบบที่อาจจะเป็นตัวแบบชีวิตจริง (Live Model) ซึ่งผู้ที่แสดงอาจจะเป็นผู้บำบัดเอง หรือสมาชิกในกลุ่มของผู้เข้ารับการบำบัดก็ได้มาแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้ผู้เข้ารับการบำบัดดู หรืออาจจะเป็นตัวแบบสัญลักษณ์ (Symbolic Model) ก็ได้ ซึ่งอาจทำได้โดยการเสนอตัวแบบในแถบบันทึกภาพ แล้วให้ผู้รับการบำบัดดู ซึ่งการใช้ตัวแบบนี้มีประโยชน์อย่างมาก เพราะทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดสามารถเรียนรู้ได้เร็วขึ้นกว่าการบอกให้แสดงออกโดยไม่เห็นพฤติกรรมที่เป็นจริง อย่างไรก็ตามการใช้ตัวแบบอย่างเดียว อาจจะไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควรจึงควรใช้ควบคู่กับการซักซ้อมพฤติกรรมและการให้ข้อมูลป้อนกลับจะทำให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

4. การฝึกให้จินตนาการถึงสภาพการณ์ และคิดถึงลักษณะของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกในสภาพการณ์นั้น ในกรณีเช่นนี้ผู้บำบัดอาจดำเนินการโดยการให้ผู้เข้ารับการบำบัดนั่งหรือนอนในท่าที่สบายที่สุด หลับตาและจินตนาการตามที่คุณบำบัดบอก การทำเช่นนี้เป็นการให้ผู้เข้ารับการบำบัดซักซ้อมการแสดงพฤติกรรมของตนเองในความคิด ทั้งนี้เพื่อที่จะให้ผู้เข้ารับการบำบัดได้ไปฝึกซ้อมและทบทวนเองที่บ้าน การฝึกซักซ้อมพฤติกรรมในความคิดนั้นจะช่วยให้การฝึกการ

กล้าแสดงออกได้ผลดียิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้ามีการจินตนาการว่าเมื่อแสดงพฤติกรรมดังกล่าวแล้วได้รับการเสริมแรงทางบวก การทำเช่นนี้จะทำให้เขามีกำลังใจในการชักจูงการแสดงพฤติกรรมมากยิ่งขึ้นนั่นเอง

5. ใช้การเสริมแรงในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเสริมแรงทางสังคม เมื่อผู้เข้ารับการบำบัดพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกในระดับที่ดีขึ้น นอกจากนี้ยังควรให้ผู้เข้ารับการบำบัดเสริมแรงตนเองในกระบวนการฝึกโดยใช้การจินตนาการอีกด้วย

จากหลักการและเทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมข้างต้น สรุปได้ว่าพฤติกรรมของบุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ซึ่งในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นมีเทคนิคหลายประการ ได้แก่ การให้คำแนะนำ การให้เสริม การให้ไปฝึกที่บ้าน การฝึกซ้อมพฤติกรรม การแสดงบทบาทสมมติ การแสดงตัวแบบ การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการให้ไปฝึกที่บ้าน

1.1.8 ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

แลนจ์, จาคูโบสกี และบอลตัน (สุมาลี อุดมผล. 2537 : 9-10 ; อ้างอิงจาก Lange; & Jakubowski. 1976) ได้กล่าวถึงผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีผลต่อตนเองดังนี้

1. เพิ่มการยอมรับนับถือตนเอง
2. เพิ่มความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง
3. เพิ่มการควบคุมตนเองโดยมีความรู้สึกในแง่ดี
4. ลดการพึ่งพาความคิดเห็นจากบุคคลอื่น
5. กล้าที่จะเผชิญหน้าและจัดการกับความขัดแย้งอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมา
6. ลดความรู้สึกที่ไม่ปลอดภัยและไม่มั่นคงลงได้
7. ได้รับความพึงพอใจและประสบผลสำเร็จในสิ่งที่ต้องการ
8. ยอมรับในสิทธิส่วนบุคคลของตนเองและของคนอื่น
9. สื่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นด้วยความพึงพอใจมากกว่า

1.1.9 ขนาดของกลุ่มและเวลาที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

ขนาดของกลุ่มและเวลาที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม มีผู้ให้ความเห็นเกี่ยวกับเรื่องขนาดของกลุ่ม และเวลาที่ใช้ในการฝึกไว้หลากหลาย ดังต่อไปนี้

เคนเฟอร์ และโกลสไตน์ (พรทิพย์ ทรัพย์สิน. 2532 : 31; อ้างอิงจาก Kenfer; & Goldstien. 1975) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรม ควรมีสมาชิกตั้งแต่ 8-10 คน ส่วนจำนวนครั้งที่ใช้ในการฝึกควรเป็น 6-8 ครั้ง จะทำให้การฝึกได้ผลดีที่สุด

แลนจ์ และ จาคูโบสกี (Lange; & Jakubowski. 1976 : 197) ได้ให้ความเห็นว่า กลุ่มการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ควรประกอบด้วยสมาชิก 7-10 คน ซึ่งถ้ากลุ่มใหญ่เกินไปจะเป็นการยากที่จะให้สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในขั้นต่างๆ ของการฝึก เช่น ในเรื่องของการสร้างความคิดความเข้าใจใหม่ ตลอดจนการฝึกซ้อมพฤติกรรม เป็นต้น กลุ่มอาจเป็นเพศเดียวกัน หรือชายหญิงปนกันก็

ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเป้าหมายและประเด็นของปัญหาต่างๆที่ได้หยิบยกขึ้นมาในกลุ่ม ส่วนเรื่องระยะเวลานั้น กลุ่มอาจจะมีการเข้ากลุ่มต่อเนื่องกันประมาณ 6-9 ครั้ง ครั้งละประมาณ 2 ชั่วโมง

วิลค์ และคอปแลนด์ (Wilk; & Coplan. 1977 : 461) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมว่า ควรมีสมาชิกจำนวน 8 คน เพื่อให้ทุกคนได้รับการฝึก ได้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น ได้รับการเสริมแรงทางบวกจากกลุ่มโดยทั่วถึง และช่วงเวลาที่เหมาะสม คือ ครั้งละ 1.30 ถึง 2 ชั่วโมง ประมาณ 4-8 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

โฟเดอร์ (Foder. 1980 : 571) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นสามารถทำได้ทั้งเป็นรายบุคคลและรวมกลุ่ม ในการจัดเป็นกลุ่มสามารถจัดเป็นกลุ่มใหญ่หรือกลุ่มที่มีขนาดเล็กก็ได้

ฟลาวเวอร์ และบูแรม (ยุพิน กองธรรม. 2532 : 21 ; อ้างอิงจาก Flower; & Booraem.1980) มีความเห็นว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นสามารถใช้ได้กับบุคคลทุกประเภท ทั้งคนไข้ภายในและคนไข้ภายนอก ผู้ที่มีปัญหาในคลินิกจิตบำบัด ตลอดจนนักเรียน นักศึกษาในสถานศึกษา ขนาดของกลุ่มที่ฝึกได้ผล คือ 8-10 คนจำนวนครั้งที่เหมาะสมคือ 6-12 ครั้ง

อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (Alberti; & Emmons. 1982 : 157) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้น ถ้ากลุ่มมีขนาด 5-12 คน โดยใช้เวลาในการฝึกทั้งหมด 5-6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ก็จะทำให้การฝึกมีประสิทธิภาพใกล้เคียงกับการฝึกที่ใช้ระยะเวลานาน

หลุยส์ จำปาเทศ (2533 : 137) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นอาจทำได้ทั้งเป็นรายบุคคลหรือเป็นกลุ่ม แต่มีความเชื่อว่าการทำเป็นกลุ่มโดยทั่วไปแล้วจะได้รับผลดีกว่าการฝึกเป็นรายบุคคล เช่น การฝึกเป็นกลุ่ม สมาชิกจะได้รับการกระตุ้นหรือการเสริมแรงจากเพื่อนสนิท การฝึกเป็นกลุ่ม สมาชิกจะเรียนรู้ความแตกต่างของสมาชิกในกลุ่ม และสมาชิกในกลุ่มจะยอมรับสิทธิของเพื่อนสมาชิกที่เสนอตามเหตุผลตามสิทธิของเขา

ละเอียด ชูประยูร (2538 : 82-83) การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้น ควรมีสมาชิก 8-10 คน ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกควรอยู่ระหว่าง 4-6 สัปดาห์ ควรฝึกสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า กลุ่มที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้น ขนาดของกลุ่มควรมีสมาชิกจำนวน 8-10 คน และเวลาที่ใช้ในการฝึกประมาณ 4-8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1-2 ชั่วโมง ซึ่งสามารถจะฝึกเป็นรายบุคคลหรือกลุ่มก็ได้

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

1.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

รอตเทอร์ราม อาร์มสตรองและบูแรม (Rotheram, Armstrong; & Booraem. 1982) ได้สร้างโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกกับนักเรียนเกรด 4 และนักเรียนเกรด 5 โดยได้คัดเลือกนักเรียนโดยการสุ่มตัวอย่างแบบไม่เจาะจง จากนักเรียนทั้งหมด 343 คน และคัดเลือกไว้ 3 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม การฝึกใช้

เวลาทั้งหมด 12 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง เครื่องมือที่ใช้คือ The Interpersonal Problem-Solving Test การให้คะแนนการตัดสินใจในระดับกลุ่มและการรายงานจากครูประจำชั้น ผลปรากฏว่า นักเรียนที่เข้ารับการฝึกได้คะแนนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกและได้คะแนนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก และหลังจากการฝึก 1 ปี ได้รับรายงานผลจากครูประจำชั้นว่า นักเรียนที่เข้ารับการฝึกมีความกระตือรือร้น กล้าพูด กล้าซักถามครูมากขึ้น

ฮุย (Huey, 1984 : 95-98) ได้ศึกษาพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นผิวดำ โดยดำเนินการฝึกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มแรกเป็นการฝึกให้คำปรึกษาโดยผู้ให้คำปรึกษา (Professional Counselor) และกลุ่มที่ 2 ดำเนินการฝึกเพื่อนผู้ให้คำปรึกษา (Peer-Counselor) ผลการศึกษาพบว่า การฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมที่ดำเนินการโดยผู้ให้คำปรึกษาและเพื่อนผู้ให้คำปรึกษามีประสิทธิภาพพอๆ กัน และนักเรียนวัยรุ่นผิวดำที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมมีพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างจากวัยรุ่นที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ หลังจากได้รับการฝึก กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง

1.2.2 งานวิจัยในประเทศ

ถนอมศรี อินทรนนท์ (2530 : 127) ได้ทำการศึกษาสุขภาพจิตและพฤติกรรมกล้าแสดงออกของวัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง ทั้งชายและหญิงที่อาศัยอยู่ในวัดสระแก้ว ในสถานสงเคราะห์ พบว่า วัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในครอบครัวจะมีสุขภาพจิตดีกว่าวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์วัดสระแก้ว และวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในวัดสระแก้วมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่าวัยรุ่นที่อาศัยในครอบครัว วัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในวัดสระแก้ว เนื่องจากกำพร้า ถูกทอดทิ้งและยากจนขาดแคลนมีสุขภาพจิตและพฤติกรรมกล้าแสดงออกไม่แตกต่างกับวัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นหญิงมีสุขภาพจิตดีกว่าวัยรุ่นชาย วัยรุ่นชายมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่าวัยรุ่นหญิง สุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

อารีย์ ลิลา (2534: 181-182) ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนน้ำรอบ อำเภอลานสัก จังหวัดอุทัยธานี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีคะแนนการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและกลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่สถิติที่ระดับ .01

กรรณิกา เพ็ชรเหลี่ยม (2540 : 60) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมพูดหน้าชั้นเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน แบ่งเป็น

กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมแสดงออกมีพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ฉัตรชัย บุญสูงคารนนท์ (2540 : 50) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมแสดงออกมีพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พรสวรรค์ ถนอมพุดรา (2547 : 47) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อมารยาทในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสวัสดิวิทยา เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่มีมารยาทในชั้นเรียนไม่เหมาะสมจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม มีมารยาทในชั้นเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเป็นวิธีการที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลในด้านต่างๆ ไปในทางที่ดีขึ้น ช่วยให้ผู้คนมีการแสดงออกได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น เป็นการฝึกทักษะทางสังคมเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน

2.1.1 ความหมายของการพูด

สมปราชญ์ อัมมะพันธ์ (2529 : 3) กล่าวว่า การพูดเป็นพฤติกรรมตามธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์ ซึ่งใช้เป็นเครื่องช่วยในการสื่อความหมายให้เข้าใจซึ่งกันและกันโดยใช้เสียง รหัสหรือสัญลักษณ์ต่างๆ เพื่อถ่ายทอดความรู้ ความรู้สึก ความคิดเห็น และความต้องการจากผู้พูดไปสู่ผู้ฟังให้ได้ผลตรงความมุ่งหมายของผู้พูด เช่น ต้องการให้เกิดความรู้ เกิดความเข้าใจ หรือจงใจให้คล้อยตามความคิดเห็นของผู้พูด

นันทา ชุนภักดี (2529 : 1) กล่าวว่า การพูดเป็นการแสดงออกหรือการถ่ายทอดความคิด ความรู้ ความรู้สึก ความต้องการของผู้พูดออกมาโดยอาศัยถ้อยคำ น้ำเสียง รวมทั้งกิริยาท่าทาง ทำให้ผู้ฟังได้ยินและเข้าใจจุดมุ่งหมายของผู้พูดจนสามารถแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบให้ผู้พูดทราบจนเป็นที่เข้าใจกันได้

นพดล จันท์เพ็ญ (2531 : 55) กล่าวว่า การพูดเป็นพฤติกรรมการสื่อสารของมนุษย์ โดยอาศัยภาษา ถ้อยคำ น้ำเสียง ตลอดจนกิริยา ท่าทางและอื่น ๆ เพื่อถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดของตนแก่ผู้อื่นให้เกิดผลตอบสนองตามที่ต้องการ

สมจิตร์ ชีวปรีชา (2531 : 1) กล่าวว่า การพูดเป็นการติดต่อสื่อสารความหมายระหว่างมนุษย์ โดยใช้เสียง ภาษา แววดา สีหน้า ท่าทางต่าง ๆ เพื่อถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดจากผู้พูดไปยังผู้ฟังให้เป็นทีเข้าใจกัน

สวณิต ยมาภัย และ ถิรพันธ์ อนุวัชรวิวงศ์ (2533 : 27) กล่าวว่า การพูดเป็นการใช้ถ้อยคำ น้ำเสียง รวมทั้งกิริยาอาการถ่ายทอดความคิด ความรู้ ความรู้สึก และความต้องการของ ผู้พูด ให้ผู้ฟังรับรู้ และเกิดการตอบสนอง

นิพนธ์ ทิพย์ศรีนิมิต (2542 : 29) กล่าวว่า การพูด คือ กระบวนการถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์ของผู้พูดไปสู่ผู้ฟัง โดยอาศัยถ้อยคำ น้ำเสียง และอากัปกิริยาในการสื่อความหมาย

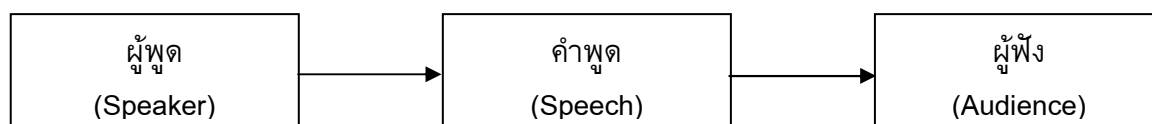
จากความหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การพูด หมายถึง การสื่อสารของมนุษย์ที่อาศัยน้ำเสียง ท่าทาง กิริยา เพื่อถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก ความต้องการของผู้พูดไปยังผู้ฟังเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน

2.1.2 ทฤษฎีของการพูด

จุนสจันท์ วงศ์สุวรรณะ (2549 : 65) กล่าวว่า ทฤษฎีการพูดมีส่วนช่วยให้ผู้พูดประสบผลสำเร็จในเรื่องที่พูด และเป็นปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่งที่มีส่วนช่วยในการพัฒนาบุคลิกภาพของผู้พูด ทฤษฎีการพูดที่น่าสนใจ มีดังต่อไปนี้

1. ทฤษฎีหรือแบบการพูดของอริสโตเติล

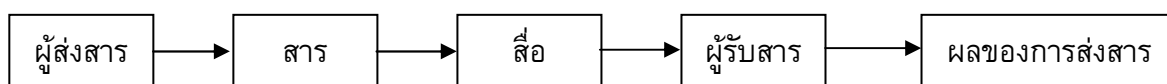
อริสโตเติลเป็นนักปราชญ์ชาวกรีก ได้กำหนดการพูดเพื่อการสื่อสารว่าประกอบด้วยผู้พูด คำพูด และผู้ฟัง โดยมีแนวคิดว่าการพูดจะมีประสิทธิภาพมากขึ้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของผู้พูดว่ามีความรู้ความสามารถ ความน่าเชื่อถือเพียงใด รวมทั้งเนื้อหาสาระของคำพูด การเรียบเรียงคำพูดก็มีผลต่อผู้ฟัง ในส่วนของผู้ฟังจะเชื่อตามคำพูดผู้พูดหรือไม่ขึ้นอยู่กับอารมณ์ของผู้ฟังเป็นสำคัญ แบบการพูดของอริสโตเติลถือเป็นแบบจำลองคลาสสิก ซึ่งแบบจำลองอื่นๆ ในยุคหลังได้ยึดถือแบบอย่างและมีลักษณะใกล้เคียงกัน คือ มีผู้ส่งสาร สาร และผู้รับสารตามลำดับ



ภาพประกอบ 1 แผนภาพแสดงแบบจำลองการพูดของอริสโตเติล

2. ทฤษฎีการพูดของลาสเวลล์

ฮาโรลด์ ลาสเวลล์ ได้ตั้งทฤษฎีการพูด โดยตอบคำถามต่อไปนี้ ใครพูดอะไร ผ่านสื่อใด กับใคร เกิดผลอย่างไร ดังนั้นองค์ประกอบสำคัญของการพูดตามทฤษฎีนี้จึงประกอบไปด้วยผู้ส่งสาร (ใคร) สาร (พูดอะไร) สื่อ (ผ่านสื่อใด) ผู้รับสาร (กับใคร) และผลของการสื่อสาร (เกิดผลอย่างไร)



ภาพประกอบ 2 แผนภาพแสดงแบบจำลองการพูดของลาสเวลล์

3. ทฤษฎีการพูดของเบอร์โล

แนวความคิดของเบอร์โลเกี่ยวกับทฤษฎีการพูดนั้นกล่าวว่า การพูดที่มีประสิทธิภาพต้องมีองค์ประกอบ 6 ประการ ได้แก่ ผู้ส่งสาร ผู้เข้ารหัส สาร สื่อ ผู้ถอดรหัส ผู้รับสาร

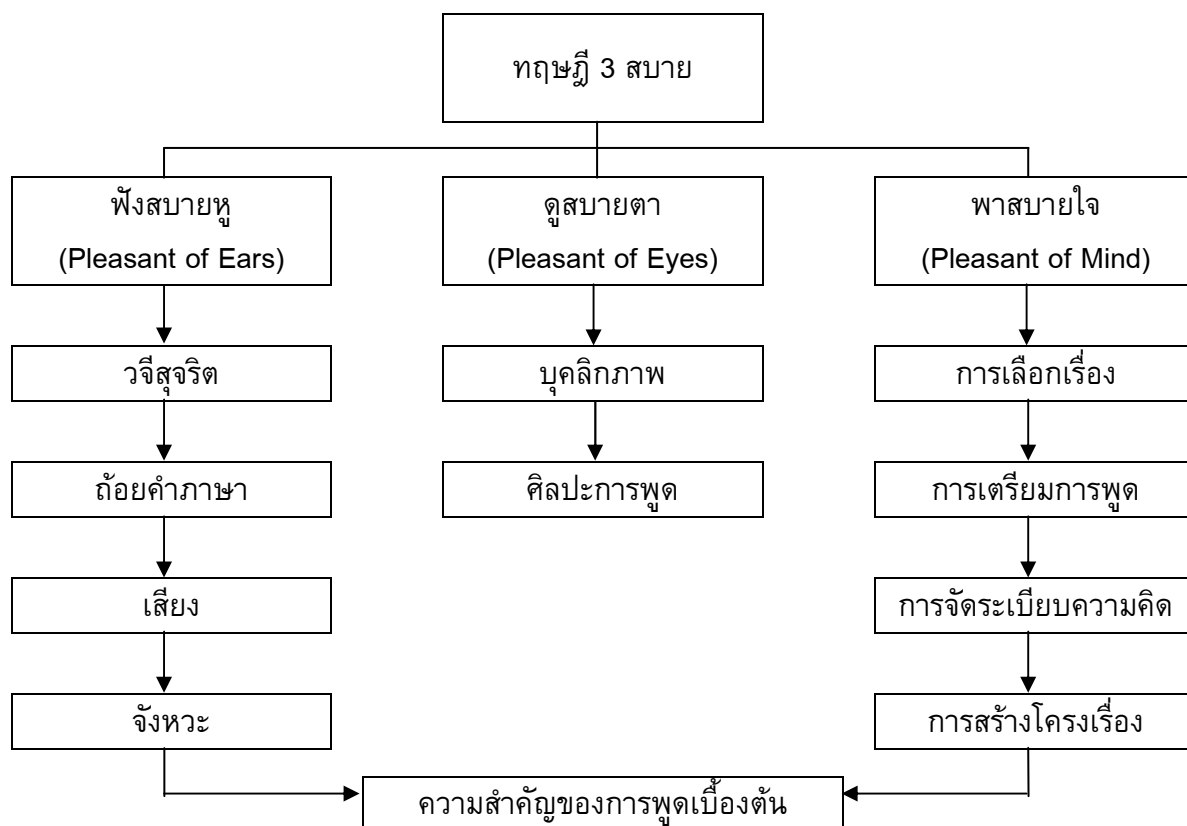
ผู้ทำหน้าที่ส่งสารและผู้เข้ารหัส คือ คนคนเดียวกัน รวมเรียกว่าผู้ส่งสาร หรือผู้พูด ผู้ทำหน้าที่ถอดรหัสและรับสารก็เป็นคนคนเดียวกัน เรียกว่า ผู้รับสาร หรือผู้ฟัง ดังปรากฏในแผนภาพ



ภาพประกอบ 3 แผนภาพแสดงแบบจำลองการพูดของเบอร์โล

4. ทฤษฎี 3 สบาย

จิตต์จำนง สุภาพ (2528 : 46) กล่าวถึง ทฤษฎี 3 สบาย หมายถึง การพูดที่ฟังสบายหู ดูสบายตา พาสบายใจ นั่นคือนักพูดที่ดีนั้นไม่ว่าจะพูดอะไรที่ไหน ถ้าทำให้ผู้ฟังรู้สึกว่าการฟังสบายหู ดูสบายตา พาสบายใจจากการฟังสิ่งที่พูด ถือว่าเป็นการพูดที่ดี



ภาพประกอบ 4 แผนภาพแสดงองค์ประกอบของทฤษฎี 3 สบาย

2.1.3 ความสำคัญของการพูด

พันธุ์เพชร (2523 : 37) กล่าวว่า การพูดเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับทุกคนทั้งชายและหญิง เพราะคำพูดทำให้เกิดความรักได้ เกิดความโกรธได้ เกิดความเคารพนับถือก็ได้ การใช้ถ้อยคำ น้ำเสียงทำให้ผู้ฟังได้ยิน ได้ฟัง ทราบได้ว่าผู้พูดมีความสุภาพหรือไม่สุภาพเป็นคนน่าคบหาสมาคมหรือไม่

ประสงค์ ราชณสุข (2530 : 5) กล่าวว่า ผู้ที่พูดดี หรือรู้จักเลือกใช้คำพูดให้ถูกกาลเทศะ และบุคคล มักจะประสบความสำเร็จในการทำงาน มีผู้นิยมคบหาสมาคมด้วยน้ำใจไมตรี และยินดีให้ความร่วมมือในกิจการทั้งปวงเป็นอย่างดี อันก่อให้เกิดผลดีต่อสังคมโดยรวม ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่พูดไม่ดีย่อมไม่เป็นที่นิยมยินดีของผู้อื่น อาจสร้างศัตรูหรือปราชัยได้ ทำให้ไม่ประสบความสำเร็จในการประกอบกิจการงานอันอาจก่อให้เกิดผลเสียถึงส่วนรวมได้

นพดล จันทรเพ็ญ (2531 : 56) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการพูดไว้ดังนี้

1. ด้านส่วนตัว ผู้ที่มีความสามารถในการพูดจะประสบผลสำเร็จในการดำรงชีวิตในสังคม เป็นที่ชื่นชอบของบุคคลแวดล้อม และมีความเจริญก้าวหน้าในด้านอาชีพการงาน
2. ด้านส่วนรวม สังคมส่วนรวมและความเป็นไปในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านศาสนา การเมือง การค้า การต่างประเทศ และอื่นๆ ล้วนแล้วแต่ต้องอาศัยการพูดเพื่อสร้างความเข้าใจความศรัทธา การประสานประโยชน์ การโน้มน้าวใจให้เห็นความสำคัญ

วรรณิ โสมประยูร (2534 : 129 - 131) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการพูดที่มีผลต่อส่วนตัว และส่วนรวมไว้ว่า

1. ผลดีต่อส่วนตัว คือ ผู้พูดดีย่อมเป็นที่นิยมชมชอบของบุคคลแวดล้อม สามารถทำให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จในชีวิตได้เป็นอย่างดี
2. ผลดีต่อสังคมส่วนรวม คือ เนื่องจากมนุษย์ต้องอยู่รวมกันเป็นกลุ่มจะต้องมีการติดต่อสื่อสารซึ่งกันและกัน การพูดสามารถทำให้สังคมมนุษย์อยู่ได้อย่างเข้าใจกัน

จากความหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความสำคัญของการพูดนั้นสามารถทำให้บุคคลเป็นที่ชื่นชอบของบุคคลอื่นมีความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงาน นอกจากนี้ยังทำให้บุคคลในสังคมมีความเข้าใจที่ดีต่อกันได้อีกด้วย

2.1.4 จุดมุ่งหมายของการพูด

นพดล จันทรเพ็ญ (2531 : 57) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการพูดไว้ ดังนี้

1. เพื่อค้นหาคำตอบ
2. เพื่อบอกกล่าว คือ การแสดงความรู้ ความจริง เป็นขั้นตอน
3. เพื่อโน้มน้าวใจ คือ การพูดชี้ให้เห็นถึงผลประโยชน์
4. เพื่อจรรโลงใจ คือ การชี้ให้เห็นถึงคุณงามความดี คุณค่าอันน่านิยม

นิพนธ์ ทิพย์ศรีนิมิต (2542 : 39) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการพูดไว้ดังนี้

1. เพื่อสอนหรือแจ้งข่าวสารให้ทราบ (To teach or inform audience) เป็นการพูดที่ต้องการให้ผู้ฟังเกิดการเรียนรู้หรือทราบในสิ่งที่ควรทราบ เช่น การสอนหรือบรรยายในชั้นเรียน การฝึกอบรมพนักงาน การแจ้งให้ทราบคำสั่ง เป็นต้น

2. เพื่อเกลี้ยกล่อมหรือจูงใจ (To convince or persuade) เป็นการพูดที่ต้องการให้ผู้ฟังเห็นคล้อยตาม และปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้พูด ซึ่งมักใช้วิธีนี้ให้เห็นประโยชน์ในการปฏิบัติตาม ทำให้เชื่อหรือเห็นด้วยกับความคิด เช่น การพูดเชิญชวนให้ซื้อสินค้า การสัมภาษณ์ผู้สมัครงาน การโต้วาที เป็นต้น

3. เพื่อกระตุ้นหรือสร้างความประทับใจ (To stimulate or impress) เป็นการพูดเพื่อสร้างขวัญกำลังใจ หรือปลุกปั้นจิตใจ เช่น การพูดหาเสียง การพูดให้เกิดการร่วมแรงร่วมใจในการแข่งขันกีฬา การพูดในโอกาสสำเร็จการศึกษา หรือการพูดของวิทยากร ซึ่งมักพูดทิ้งท้ายให้ผู้ฟังกลับไปคิดต่อ เป็นต้น

4. เพื่อเรียกร้องความสนใจ (To interest the audience) เป็นการพูดที่ต้องการให้ผู้ฟังสนใจในตัวผู้พูด หรือเกิดความสนใจในสิ่งที่ผู้พูดกล่าวถึง เช่น การพูดของประธานเพื่อแนะนำผู้มีเกียรติ การประกาศรายชื่อของผู้ได้รับรางวัล การเล่าเรื่องการท่องเที่ยว เรื่องตื่นเต้น เป็นต้น

5. เพื่อความบันเทิง (To amuse the audience) เป็นการพูดที่ต้องการบำรุงจิตใจผู้ฟัง เพื่อให้เกิดความสุขหรือให้ยึดมั่นในความดีงามตามที่ผู้พูดเคยได้รับประสบการณ์มา เช่น การเล่าถึงความสำเร็จของชีวิต การพูดคุยถึงวรรณกรรมหรือบทละคร การเล่านิทานหรือเรื่องตลกขบขัน ประเภทประทีปอารมณ์ เป็นต้น

2.1.5 องค์ประกอบของการพูด

นันทา ขุนภักดี (2529 : 2-4) กล่าวว่า องค์ประกอบที่สำคัญของการพูดมีดังนี้

1. ผู้พูด หมายถึง ผู้ถ่ายทอดความคิด ความรู้ ความรู้สึกและความต้องการต่าง ๆ ไปยังผู้ฟัง ทำให้ผู้ฟังเกิดปฏิกิริยาอย่างใดอย่างหนึ่งตามจุดประสงค์ของตน
2. สาร หมายถึง ถ้อยคำหรือเรื่องราวที่เป็นสาระรวมทั้งน้ำเสียงและกิริยาท่าทางต่าง ๆ ของผู้พูดที่แสดงออกควบคู่กันไปเพื่อใช้เป็นสื่อหรือเครื่องมือถ่ายทอดสู่ผู้ฟังตามความประสงค์ของตน
3. สื่อหรือเครื่องมือที่ใช้พูด หมายถึง สิ่งที่จะช่วยให้การถ่ายทอดความรู้สึนึกคิดหรือความต้องการของผู้พูดไปยังผู้ฟังเป็นไปอย่างสะดวก รวดเร็วและแจ่มแจ้งยิ่งขึ้น ได้แก่ น้ำเสียง การแสดงสีหน้า แววตา กิริยามารยาทและท่าทางของผู้พูด รวมไปถึงโสตทัศนูปกรณ์ต่าง ๆ เช่น รูปภาพ ของจริง หรือเครื่องเสียง เป็นต้น
4. ผู้ฟัง หมายถึง ผู้ได้ยินหรือได้ฟังสารจากผู้พูดแล้วมีการแสดงออกตอบโต้ซึ่งกันและกัน สอดคล้องกับเรื่องที่กำลังพูด
5. ผลการพูด หมายถึง การกระทำตอบโต้ของผู้ฟังที่แสดงให้ผู้พูดทราบว่าจะหวางพูดหรือเมื่อพูดจบแล้วว่าการพูดครั้งนั้นเป็นอย่างไร เป็นต้นว่า ไม่เข้าใจ หรือน่าเบื่อหน่าย
6. ประสบการณ์ร่วม หมายถึง ความชัดเจนที่เกิดจากการกระทำหรือได้พบเห็นมาทั้งผู้พูดและผู้ฟัง เช่น พื้นฐานด้านความรู้ ความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ ทักษะคติ และค่านิยม เป็นต้น ถ้าผู้พูดและผู้ฟังมีประสบการณ์ร่วมที่คล้ายคลึงกัน หรืออยู่ในสิ่งแวดล้อมเดียวกันจะทำให้เข้าใจตรงกันและง่ายขึ้น

นพดล จันทรเพ็ญ (2531 : 56) กล่าวว่า องค์ประกอบที่สำคัญของการพูดมี 5 ประการคือ

1. ผู้พูด คือ ผู้ที่มีสารจะถ่ายทอดไปสู่ผู้อื่น
2. สาร คือ ความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ของผู้พูดที่ต้องการให้ผู้อื่นทราบ
3. สื่อ คือ ถ้อยคำสำนวนภาษา กิริยาท่าทางที่ผู้พูดใช้เป็นเครื่องมือในการถ่ายทอดสาร รวมทั้งอุปกรณ์อื่น ๆ
4. ผู้ฟัง คือ ผู้รับสารด้วยการฟังเรื่องราวจากผู้พูด

5. ผลที่เกิดจากการพูด คือ ผลตอบสนองอันเกิดจากการพูด ผู้ที่ฟังได้รับหรือแสดงออก เช่น ความรู้ ความเข้าใจ การปฏิบัติตาม ได้แย้ง เป็นต้น

กมล การกุศล (วรรณิ โสมประยูร. 2534 : 128 ; อ้างอิงจาก กมล การกุศล. 2521) กล่าวว่า การพูดเป็นการสื่อสารชนิดหนึ่ง ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. สื่อ (ผู้พูดหรือผู้สื่อสาร) ซึ่งแสดงออกด้วยวาจา ท่าทาง ให้ผู้ฟังได้ทราบความรู้สึกนึกคิด และความต้องการของตนเอง
2. การสื่อ (สื่อที่พูดหรือสาร) คือ เนื้อหาที่พูดตามความคิดเห็นของสื่อหรือผู้สื่อสาร
3. ผู้รับสื่อ (ผู้ฟังหรือผู้รับสาร) ในการรับสาร ผู้ฟังหรือผู้รับสารยังมีโอกาสได้ซักถามด้วย
4. เครื่องมือสื่อความหมาย คือ คำพูดหรือภาษาอันเป็นเครื่องโยงความคิด
5. ผลที่เกิดขึ้นตามความมุ่งหมายนั้น ๆ

2.1.6 ปัญหาในการพูด

กรมวิชาการ (2534ก : 7) ได้กล่าวถึงปัญหาในการพูดไว้ว่า ปัญหาที่ครูผู้สอนมักจะพบเกี่ยวกับการสอนพูด คือ

1. นักเรียนไม่กล้าพูด ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ในเวลาครูสอนต้องให้นักเรียนได้พูดบ้าง เป็นต้นว่า ให้ออกมาเล่าเรื่องที่ครูกำหนด เมื่อนักเรียนออกมาหน้าชั้นแล้ว นักเรียนพูดไม่ได้เลย แต่ถ้าเป็นเรื่องเกี่ยวกับคนอื่นนักเรียนบางคนอาจจะพูดแทนเขาได้ ในการสอนบางครั้งครูจะถามความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่นักเรียนอ่าน นักเรียนจะไม่กล้าพูด แต่ถ้าให้นักเรียนเขียนในเรื่องเดียวกันเขาเขียนได้ การที่นักเรียนไม่กล้าพูดเป็นผลเสียต่อตัวเอง เพราะทำให้ครูผู้สอนไม่สามารถทราบได้ว่านักเรียนมีความเข้าใจและมีความคิดเห็นอย่างไร

2. นักเรียนพูดติดอ่าง นักเรียนที่พูดได้แต่ละคำช้าๆ บางทีพูดห่างกัน เด็กลักษณะนี้มักจะ ไม่กล้าพูด เพราะเมื่อพูดเมื่อใดเพื่อนจะล้อจึงทำให้เขายาย ในที่สุดจะเกิดปมด้อย

3. นักเรียนใช้เสียงผิดวิธี คือ เปล่งเสียงออกมาไม่เป็นธรรมชาติ เป็นต้นว่า เสียงต่ำ เสียงสูง เสียงแหบแห้ง นักเรียนที่ใช้เสียงผิดวิธีนี้ทำให้มีปัญหาในการติดต่อสื่อสาร คือ ผู้ฟังไม่เข้าใจ จึงทำให้นักเรียนมีปัญหาเช่นนี้ ไม่สามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นเข้าใจได้

4. พูดสั้น การพูดเช่นนี้นักเรียนคิดว่าเป็นของโก้ๆ บางคนพูดเล่นๆ เลยเคยชินกลายเป็นนิสัยการพูดสั้น คือ พูดตัดคำบางคำออกไป เช่น ผมขอญาติไปห้องน้ำ ถ้าพูดให้ถูก ต้องพูดว่า ผมขออนุญาตไปห้องน้ำ การพูดเช่นนี้อาจจะฟังไม่รู้เรื่อง การพูดในลักษณะนี้ปัจจุบันพบมาก

5. พูดคำหยาบ คำสบถสบาน พูดคำด่าคำ ทำให้ไม่มีใครอยากคุยด้วย

6. ออกเสียงพยัญชนะ สระ หรือคำบางคำไม่ได้ ทำให้ผู้ฟังไม่เข้าใจ เช่น

6.1 นักเรียนที่ออกเสียง ร ไม่ได้ พูดคำว่า โรงเรียน เป็น โลงเรียน

6.2 นักเรียนที่พูดคำควบ ร ล ว ไม่ได้ เช่น ออกเสียงคำว่า กล้วย เป็น ก้วย

6.3 นักเรียนที่พูดด้วยพยัญชนะบางตัวเพี้ยนเป็นตัวอื่น เช่น ค เพี้ยนเป็น ฟ เช่น คำว่า ควาย เป็น ฟาย

6.4 นักเรียนที่ใช้ภาษาถิ่นจนเคยชิน จะออกเสียงสระ พยัญชนะ บางตัวไม่ได้ ออกเสียงคำเพี้ยนไปจากภาษากลางทั้งในด้านการพูดและการอ่าน

7. พูดตกหล่น คือ พูดข้อความยาวๆ ไม่ได้ ถ้าจะต้องพูด คำบางคำในข้อความนั้นๆ จะหายไป

8. พูดคำแสง หรือกลุ่มคำที่ใช้ในกลุ่มตน การพูดคำดังกล่าวเลียนแบบมาจากในภาพยนตร์ ในละครโทรทัศน์ ในหนังสือการ์ตูน เช่น คุณสนไหม สนที่เขาพูดก็คือ สนใจ ชิดไหม ใช้เวลาที่ถูกผู้ใหญ่อุทานจะพูดว่า ชิดไหม แหมโอเวอร์จิง หมายถึง ทำอะไรมากเกินไป หรือแต่งตัวเฮฟวี่ หมายถึง แต่งตัวแปลกๆ เหล่านี้คนฟังไม่รู้เรื่องถ้าไม่เคยทราบมาก่อน

9. ใช้ประโยคคำถามและคำตอบไม่เป็น ทำให้ผู้ฟังไม่สามารถเข้าใจความต้องการของผู้พูดได้ เช่น ครูถามว่า ใครไม่ส่งเลขการบ้าน นักเรียนคนหนึ่งจะตอบว่า ผมไม่สบายครับ แทนที่จะตอบว่า ผมไม่ได้ส่งเลขการบ้าน เพราะผมไม่สบายจึงไม่ได้ทำ

10. ไม่รู้จักลำดับเรื่องในการพูด คือพูดวกวนกลับไปกลับมา นำตอนท้ายเรื่องพูดตอนต้น การพูดเช่นนี้ทำให้คนฟังไม่รู้เรื่อง คนฟังเบื่อ

11. พูดไม่เหมาะสมกับกาลเทศะหรือบุคคล คือ ไม่รู้จักใช้คำพูด เมื่อจะพูดแต่ละวัย และไม่รู้จักเวลาในการพูด เช่นพูดว่า “ครูครับ คุณแม่เรียนถาม” แทนที่จะพูดว่า “ครูครับ คุณแม่จะเรียนถามคุณครู

12. พูดลิ้นรัว นักเรียนที่พูดในลักษณะนี้คนอื่นจะฟังไม่รู้เรื่อง ซึ่งอาจจะเป็นเพราะการวางตำแหน่งของลิ้นไม่ถูกต้อง

13. พูดตะกุกตะกัก คือ พูดได้สองคำก็หยุดคิด เมื่อคิดได้ พูดต่อบางครั้งนำคำเก่ามาพูดต่อคำใหม่อีกทำให้ผู้ฟังไม่รู้เรื่อง

14. พูดเร็ว การพูดเร็ว ผู้อื่นฟังไม่ทัน ถ้าพูดข้อความยาวผู้ฟังเก็บข้อความยาวไม่ได้ การพูดเช่นนี้บางครั้งเกิดจากการพูดเล่นๆ แล้วติดเป็นนิสัย แต่บางคนติดมาจากท้องถิ่นกำเนิด

วิจิตร อวาทะกุล (2542 : 3) กล่าวว่า ปัญหาในการพูดโดยทั่วไปพอประมวลได้ดังนี้

1. บุคลิกภาพและการปรับตัวต่างๆ ไป

1.1 กลัวว่าจะแต่งกายไม่ถูกต้อง ไม่เหมาะสมกับผู้ฟังหรือสถานที่

1.2 ท่วงทีการเดินไม่เป็นไปตามธรรมชาติ

1.3 ไม่ค่อยกระตือรือร้น เพราะความกลัวและประหม่าที่จะต้องมาปรากฏกาย

1.4 ควบคุมกิริยามารยาทและวางตัวในขณะที่พูดไม่ได้เหมาะสม

1.5 ปรับตัวเองเข้ากับบรรยากาศที่ประชุมไม่ได้ ทำให้เกือเขิน

1.6 ขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง

1.7 ใจร้อนและโกรธเมื่อตอบคำถามที่ไม่สบอารมณ์

1.8 หมดกำลังใจเมื่อเห็นผู้ฟังไม่สนใจหรือหลับ

2. เสียง จังหวะ และลีลาในการพูด

- 2.1 ดังหรือค่อยเกินไป
- 2.2 การเว้นจังหวะและวรรคตอนไม่ถูกต้องเหมาะสม
- 2.3 พูดเสียงห้วนหรือกระด้างเกินไป
- 2.4 อัตราเร็วไม่เหมาะสม
- 2.5 มีท่วงทำนองการอ่านมากกว่าการสนทนา
- 2.6 ระดับเสียงเน้นหนักเบาไม่ถูกต้อง
- 2.7 เสียงสั้น ตะกุกตะกัก
- 2.8 น้ำเสียงไม่ดี แห่ลมเล็กหรือห้าวเกินไป
- 2.9 การออกเสียงตัว ร ล และคำควบกล้ำไม่ถูกต้องชัดเจน

3. ภาษาที่ใช้

- 3.1 เกรงว่าจะใช้ภาษาไม่ถูกต้องกับรสนิยมของผู้ฟัง
- 3.2 คลุมเครือ เยิ่นเย้อ
- 3.3 ไม่เกิดภาพพจน์ น่าเบื่อ
- 3.4 พูดวกไปวนมา ซ้ำๆ ซากๆ
- 3.5 ไม่มีอารมณ์ขัน

4. อากัปกิริยาท่าทาง

- 4.1 ยืนไม่ตรง ขาสั่น บางครั้งยืนไม่สง่า
- 4.2 เมื่อขึ้นพูดจะไม่สบตากับผู้ฟัง มักจะมองไปยังจุดใดจุดหนึ่ง หรือมองไปที่อื่น
- 4.3 ผู้ฟังมีวัยหรือระดับการศึกษาสูงกว่าจะประหม่วางสีหน้าไม่ถูก
- 4.4 ไม่ทราบว่าจะวางมืออย่างไรจึงจะถูกต้อง
- 4.5 ออกท่าทางมากเกินไป
- 4.6 ไม่กล้าออกท่าทางเพราะกลัวผู้ฟังจะไม่พอใจ
- 4.7 รู้สึกว่าตัวเองขัดเขิน เมื่อทำท่าทางประกอบ

5. ความคิด เนื้อหา สาร

- 5.1 ไม่แน่ใจว่าเรื่องที่เสนอจะน่าสนใจ มีประโยชน์และสำคัญต่อผู้ฟัง
- 5.2 กลัวว่าเนื้อเรื่องไม่เหมาะกับผู้ฟัง
- 5.3 พูดไม่ตรงเรื่อง
- 5.4 ขยายความไม่เป็น
- 5.5 ยกตัวอย่างประกอบไม่เป็น
- 5.6 บางครั้งเตรียมตัวไว้ดีแล้ว แต่กลัวผู้ฟังจะจับผิดจึงนึกไม่ออก

6. การประมวลเรื่อง

7. ไม่ทราบวิธีการเตรียมเรื่อง

8. ลำดับขั้นตอนไม่เป็น

9. คำนวณเวลาที่ใช้ไม่ถูก บางครั้งจบก่อนเวลามากเกินไป บางครั้งพูดเกินเวลา

10. เมื่อจะเปลี่ยนหัวข้อไม่รู้จักวิธีเชื่อมโยง

11. สรุปไม่เป็น

วิรัช ลภีรัตนกุล (2543 : 106) กล่าวว่า ความประหม่า ตื่นเต้นในการพูด หรือความประหม่าเวทีที่จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเกิดความไม่มั่นใจในตนเอง หรือหวั่นเกรงไปต่างๆ นานา เช่น นักประชาสัมพันธ์เกิดความไม่มั่นใจในตนเอง เกรงว่าตนเองจะพูดกับประชาชนได้ไม่ดีเหมือนใจหวัง หรือเกรงว่าพูดแล้วจะล้มเหลว (Fear of Failure) ตลอดจนเกรงว่าตนจะพูดผิดพลาด เป็นต้น ความรู้สึกเช่นนี้จะทำให้บุคคลเกิดปฏิกิริยาที่ไม่พึงปรารถนาทั้งทางร่างกายและจิตใจหลายอย่าง เช่น ใจเต้นแรง เสียงสั่นเครือ (Quaking Voice) เข่าอ่อน (Trembling Knees) ตื่นเต้นลุกลี้ลุกลน (Erratic) หรือทำให้ผู้พูดพูดด้วยใบหน้าที่เฉยเมยปราศจากชีวิตวิญญาณ (Deadpan Facial Expression) และไม่สามารถประสานสายตาหรือจับตากับผู้ฟังได้ (Lack of Eye Contact)

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ปัญหาการพูดที่พบส่วนใหญ่มีมากมาย และทำให้เกิดผลเสียแก่ตนเอง และผู้ฟังไม่สามารถเข้าใจได้ตรงกับผู้พูด จึงควรรีบแก้ไขเป็นการด่วน

2.1.7 หลักการพูดที่ดี

จิตจำนงค์ สุภาพ (ม.ป.ป. : 101 -118) กล่าวว่า การพูดที่เป็นคำพูดที่ดีจะมีลักษณะเป็นคำจริง เป็นคำพูดสุภาพ และเป็นคำพูดที่มีประโยชน์ ส่วนการพิจารณาการพูดว่าเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม จะพิจารณาจากความเหมาะสมของกาลสมัย เวลา โอกาส สถานที่ และบุคคล การพูดจริง คือเจตนาที่จะพูดไม่ให้คลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง (ที่ตนเข้าใจ) แต่ถ้าความเข้าใจของตนคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริงและกล่าวออกไปโดยมิได้เจตนา ซึ่งอาจจะเกิดความเข้าใจผิดหรือเหตุผลอื่นที่ยังไม่ถึงว่าเป็นการกล่าวเท็จ และการพูดจริงควรให้ถูกกาลเทศะ ถูกสถานที่ และถูกบุคคลด้วย

สนธิ ตั้งทวี (2529 : 4) กล่าวว่า การพูดที่ดี หมายถึง การรู้จักใช้ถ้อยคำ น้ำเสียงและบุคลิกภาพต่าง ๆ ของผู้พูดให้เป็นสื่อความหมายแก่ผู้ฟังอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งผู้รู้จักใช้จรรยา มารยาท และประเพณีอันดีงาม เพื่อถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดและความต้องการที่เป็นประโยชน์ให้แก่ผู้ฟังตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้อย่างครบถ้วน

ทัศนีย์ ทานตวนิช (2529 : 23) กล่าวว่า ผู้พูดที่ดีควรพูดด้วยคำพูดที่สุภาพ เพราะการใช้คำพูดที่สุภาพถือเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ผู้พูดไม่ควรใช้ถ้อยคำทำนองโอ้อวด ก้าวร้าว ยกตนข่มท่าน เสียดสี ดูถูกผู้อื่น หรือแสดงความหยิ่งยโส หากแต่ควรใช้ถ้อยคำที่ไพเราะ อ่อนหวานเหมาะสมแก่กาลเทศะ และฐานะของผู้ฟัง นอกจากนั้นยังควรมีความจริงใจและความปรารถนาดี ซึ่งความจริงใจและความปรารถนาดีนี้จะแสดงออกได้ทางสีหน้า แววตา น้ำเสียง อากัปกริยา ท่าทางและคำพูดของผู้พูด ผู้พูดควรมีความจริงใจในการแสดงออกและใช้คำพูดดังกล่าวแสดงความปรารถนาดี ชื่นชมหรือแสดงความคิดเห็นอย่างพอเหมาะพอควรและตรงกับความรู้สึกที่แท้จริง ไม่ใช่วิเศษเสริม ปาก

อย่างหนึ่งใจอย่างหนึ่ง หรือต่อหน้าพูดอย่างหนึ่ง ลับหลังพูดอีกอย่างหนึ่ง เพียงเพื่อหวังประโยชน์ส่วนตน ผู้ที่มีความจริงใจจึงควรรู้จักพิจารณาสิ่งใดควรพูด พูดเมื่อใด และสิ่งใดไม่ควรพูด

สำเนียง มณีกาญจน์ และ สมบัติ จำปาเงิน (2530 : 19-20) กล่าวว่า การพูดที่ดีต้องมีจิตวิทยาในการพูด ต้องคำนึงถึงผู้ฟัง รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา พูดให้ตรงกับความต้องการของผู้ฟัง รู้จักเปลี่ยนเรื่องพูด เมื่อเห็นว่าผู้ฟังไม่สนใจ หรือเรื่องที่พูดไม่ทำให้เกิดผลดีอะไรและตามหลักจิตวิทยาได้แนะนำเรื่องการพูดที่ดีไว้ข้อหนึ่ง คือ อย่าพูดไปในทางทำลาย เช่น พูดติเตียน นินทา เยาะเย้ย หมิ่นประมาท เป็นต้น

วิจิตร อวระกุล (2542 : 39) ได้กล่าวถึงลักษณะการพูดที่ดีไว้ ดังนี้

1. ผู้ที่จะขึ้นพูดในที่ชุมนุมชน ต้องศึกษาหาความรู้ และวิธีเล่าเรื่องได้คล่องแคล่วให้ผู้ฟังรู้เรื่อง คิดได้ ทำได้ เปลี่ยนแปลงความเชื่อถือ คล้อยตาม ผู้ฟังเข้าใจแจ่มแจ้ง ทั้งนี้ผู้พูดจึงต้องมีความรู้ หลักการพูด หลักการสื่อความหมายและหลักการถ่ายทอด

2. เป็นเรื่องเหมาะสมกับเหตุการณ์ เวลา คือ ผู้ฟังอยากจะรู้ ยอานำเรื่องที่ยังไม่ถึงเวลาที่ควรจะมาพูด หรือเรื่องที่พ้นกาลเวลาหรือเรื่องที่ล้าสมัยไปแล้ว หรือเป็นเรื่องที่เราชอบอยากจะพูดแต่ผู้ฟังไม่ชอบ

3. เรื่องที่พูดให้คนธรรมดาสามัญฟัง ควรเป็นเรื่องที่คนธรรมดาสามัญสนใจ ถ้าเป็นเรื่องที่ค่อนข้างไปทางวิชาการก็ควรจะเอาไว้พูดในการประชุมวิชาการ หรือพูดให้ผู้สนใจวิชาการฟังจะเหมาะสมกว่า

4. ขณะพูดต้องยกตัวอย่างหรืออุทาหรณ์ ประสบการณ์ส่วนตัว เรื่องสั้น ๆ ข้อเท็จจริงเหตุผลที่น่าสนใจ เปรียบเทียบให้เกิดภาพชัดเจนตลอดเวลา แต่ตัวอย่างนั้นต้องเข้าเรื่องตรงกับเรื่อง ไม่ใช่ นอกเรื่องหรือคนละเรื่อง

5. เป็นเรื่องที่เป็นธรรมชาติไม่เอนเอียง มีความสัตย์จริงและสุภาพ ถ้าเป็นเรื่องหยาดกาย สัปดน อย่าได้นำขึ้นไปพูดต่อที่ชุมชนเป็นอันขาด

6. วางแผนการพูด เตรียมการพูด อย่าได้ประมาทและละเลยต่อการฝึกซ้อมแม้จะน้อย หรืออย่างย่อๆก็ยังดีกว่ามิได้กระทำเสียเลย เพราะการซ้อมพูดจะส่งผลต่อการพูดจริงอย่างมาก เป็นโอกาสให้ปรับปรุงแก้ไข ค้นหาวิธีการพูดที่จะทำให้ได้ผลดี ทำให้ผู้ฟังพอใจและสนใจฟังยิ่งขึ้นด้วย

7. ไม่พูดอ้อมอ้อม พูดไปเสียงเบาบางๆ แหบเครือ ต้องพูดอย่างชัดเจน จังหวะวรรคตอนติดต่อกัน ไม่เยิ่นเย้อไปนานๆ บ่อยๆ ให้มีลักษณะกระชับกระเฉง มีชีวิตจิตใจแบ่งจังหวะวรรคตอนให้ดี

8. อย่าใช้ภาษาที่ให้ความหมายคลุมเครือ หลวมๆ เข้าใจยาก หัดพูดให้มีลักษณะตรงไปตรงมา ไม่อ้อมค้อม เรียบง่าย กะทัดรัด ชัดแจ้ง ตรงเป้าหมาย

9. ไม่ควรมีสติติ รายละเอียดที่ไม่สำคัญ ชื่อคนหรือสถาบันที่ไม่จำเป็น ตัวเลขที่เป็นเศษส่วน ทศนิยม ควรใช้เลขเต็มจำนวน

10.วางตัว ท่าที่ท่าทาง รสนิยม และน้ำเสียงในลักษณะการสนทนาให้มีความเป็นกันเอง ไม่มีพิธีรีตองมากเกินไป จริงใจและสนใจผู้ฟัง

11.ไม่ควรกล่าวคำสรรเสริญเยินยอผู้ที่กล่าวถึงเกินสมควร หรือตำหนิติเตียนดูต่ำผู้อื่นหรือนำมายกตัวอย่าง ระวังถ้อยคำที่หมิ่นประมาท

12.วางแผนการพูด เตรียมการพูด ฝึกหัดฝึกซ้อม เพื่อปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแก้ไขการพูดให้ได้ผลดีและเหมาะสมที่สุด

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน

2.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

รอส และ ออสบอร์น (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. 2527 : 19 ; อ้างอิงจาก Ross. 1974 : 91 ; citing Ross; & Osborn. n.d) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวลในวิชาการพูดของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีปัญหาในเรื่องความวิตกกังวล กลัวประหม่าในการพูดหน้าชั้นเรียนร้อยละ 75 และร้อยละ 25 อยากแก้ไขความรู้สึกที่เป็นปัญหานี้

ลอรี (Lowry. 1981 : Online) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมแสดงออกทางคำพูดของนักเรียนที่พูดซ้ำ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 1-4 ชั้นละ 6 คน รวม 24 คน ซึ่งได้จากการสังเกตและคัดเลือกจากครูประจำชั้น ซึ่งคัดเลือกมาจากการเปรียบเทียบคำพูดของนักเรียนกับกลุ่มเพื่อนในห้องเรียน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกโดยใช้เทคนิคแม่แบบและได้รับการบันทึกเสียงที่พูด เมื่อผลการพูดเป็นที่น่าพอใจ ผู้วิจัยจะเปิดแถบบันทึกเสียงให้นักเรียนฟังช่วยให้เขาเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ผลการศึกษาพบว่า กระบวนการฝึกพฤติกรรมแสดงออกทางคำพูดสามารถเพิ่มความถี่ของคำพูดในกลุ่มทดลอง ส่วนกลุ่มควบคุมความถี่ของคำพูดไม่เพิ่มขึ้นแต่อย่างใด นอกจากนี้ยังพบว่าผลการทดลองสามารถขยายผลไปยังสถานการณ์ช่วงรับประทานอาหารกลางวันอีกด้วย

โรส (Rose. 2000 : Online) ได้ศึกษาความวิตกกังวลต่อการพูดที่ครอบคลุมถึงพฤติกรรมด้านการพูด โดยการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรมด้านคำพูดจากการรายงานตนเองเป็นรายบุคคลเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการพูดต่อหน้ากลุ่มผู้ฟังขนาดเล็ก กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคคลที่มีระดับความวิตกกังวลในการพูดต่ำ จำนวน 21 คน และบุคคลที่มีระดับความวิตกกังวลในการพูดสูง จำนวน 25 คน ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างพูดคนละ 5 นาทีต่อครั้ง โดยกลุ่มที่ 1 ให้พูดในหัวข้อที่ตนเองเลือก ส่วนกลุ่มที่ 2 ให้พูดในหัวข้อที่คิดว่าเหมาะสำหรับการพูดต่อหน้ากลุ่มผู้ฟัง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ 1) แบบสำรวจ Spielberger State Trait Anxiety 2) Social Phobia Scale 3) Social Interaction Anxiety Scale ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่มีระดับความวิตกกังวลสูงพูดได้น้อยกว่ากลุ่มที่มีระดับความวิตกกังวลต่ำ นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มที่มีระดับความวิตกกังวลสูงมีคะแนนที่ได้จากการวัดจากเกณฑ์ความกลัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มที่มีระดับความวิตกกังวลต่ำ และเมื่อเปลี่ยนสถานการณ์ที่ปลูกเร้าความวิตกกังวล พบว่า กลุ่มที่มีระดับความวิตก

กังวลสูงแสดงแบบแผนของความคิดที่เกิดภายใต้อารมณ์ที่ถูกครอบงำด้วยความวิตกกังวล โดยมีมักจะพูดเกี่ยวกับความวิตกกังวลล่วงหน้า หรือความกลัวที่จะได้รับการดูถูกจากกลุ่มผู้ฟัง

2.2.2 งานวิจัยในประเทศ

พรเพ็ญ นิรมลพิศาล (2546 : 51) ได้ศึกษาถึงการเปรียบเทียบผลของการลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบและการใช้กรณีตัวอย่างเพื่อลดความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดดิสทังสาราม เขตมักกะสัน กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า 1) นักเรียนมีความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนลดลง หลังจากได้รับการฝึกการลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) นักเรียนมีความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนลดลง หลังจากได้รับการใช้กรณีตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) นักเรียนที่ได้รับการฝึกการลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบกับนักเรียนที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง มีความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนลดลง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กรรณิกา เพ็ชรเหลี่ยม (2540 : 60) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมในการแสดงออกมีพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ฉัฒชญา บุญศุภการนนท์ (2540 : 50) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมในการแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมในการแสดงออกมีพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศตายุ สองจันทร์ (2546 : 78) ได้ศึกษาถึงการฝึกพฤติกรรมในการแสดงออกเพื่อพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนดีขึ้น หลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมในการแสดงออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า นักเรียนและนักศึกษาที่มีความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนเป็นจำนวนมาก และวิธีการที่จะช่วยลดความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนนั้นมีหลายวิธี เช่น วิธีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม วิธีการลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบ วิธีการผ่อนคลายความเครียดแบบจิตคลุมกาย เป็นต้น

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต

3.1 ความหมายของการสังเกต

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2528 : 8-9) กล่าวว่า การสังเกตหมายถึง การเฝ้าดูอย่างมีจุดมุ่งหมาย และได้แบ่งชนิดของการสังเกตโดยใช้เกณฑ์ต่างๆ 3 เกณฑ์ คือ ใช้วิธีการในการสังเกตเป็นเกณฑ์ ใช้ผู้สังเกตเป็นเกณฑ์ และใช้ผู้ถูกสังเกตเป็นเกณฑ์

วิเชียร เกตุสิงห์ (2530 : 96) ให้ความหมายของการสังเกตว่า การสังเกตเป็นวิธีที่ต้องอาศัยหูตา เพื่อฟังและดูเป็นเครื่องมือสำคัญ แต่การดูหรือการฟังนั้นจะต้องมีจุดมุ่งหมายว่าดูอะไร และฟังในสิ่งใดเป็นเรื่องๆ ไป และส่วนใหญ่แล้วจะต้องมีการบันทึกไว้เพื่อป้องกันการหลงลืม การสังเกตมีจุดมุ่งหมายที่จะทราบความจริงเกี่ยวกับคน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 28) กล่าวว่า การสังเกตเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรม ลักษณะของพฤติกรรมที่จะสังเกตจะต้องเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดง กระทำ หรือตอบโต้สิ่งเร้า หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง และจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้ และวัดได้ โดยใช้เครื่องมือหรือใช้การสังเกตโดยใช้อวัยวะสัมผัสของผู้สังเกตได้

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า การสังเกตนั้นเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรม ที่ต้องอาศัยหูและตาเป็นเครื่องมือในการสังเกตพฤติกรรม ซึ่งการสังเกตพฤติกรรมที่บุคคลแสดงหรือกระทำนั้นต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ นับได้ ได้ยินได้ และวัดได้

3.2 จุดมุ่งหมายของการสังเกต

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2524 : 264) กล่าวว่า การสังเกตพฤติกรรมนั้นจะทำให้นักปรับพฤติกรรมได้ข้อมูลพื้นฐานของพฤติกรรมที่ต้องการที่จะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลง ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้นักปรับพฤติกรรมสามารถตัดสินใจอย่างถูกต้องว่าพฤติกรรมใดควรจะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลง

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2527 : 32) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการสังเกตมีดังนี้

1. เพื่อให้ได้ข้อมูลหรือข้อเท็จจริงด้วยตนเอง ข้อเท็จจริงนี้อาจได้เป็นครั้งแรก หรืออาจได้เพื่อเพิ่มเติมข้อมูลรายละเอียดซึ่งเคยได้รับคำบอกเล่าจากผู้อื่น
2. เพื่อเข้าใจพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้ถูกสังเกตว่ามีลักษณะปกติหรือไม่ เพื่อใช้ประกอบการแนะนำบุคคลให้เป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพในสังคมต่อไป
3. เพื่อค้นหาสาเหตุบางประการซึ่งอาจเป็นปัญหาแต่ไม่มีผู้ใดทราบ เพื่อนำมาใช้ในการให้คำปรึกษาและแนะแนวต่อไป
4. เพื่อให้ผู้สังเกตเป็นผู้มีความรอบคอบและไวต่อการมีปฏิกิริยาโต้ตอบจากสิ่งแวดล้อมจนเป็นผู้ที่ปรับตัวได้ดีและรวดเร็วในแต่ละสถานการณ์

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 28) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการสังเกตเพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษาแล้วนำข้อมูลที่รวบรวมไว้นั้นไปวิเคราะห์ต่อไป จะได้ทราบว่าพฤติกรรมที่ประสงค์จะปรับนั้นเปลี่ยนแปลงหรือไม่ หรือเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใด

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการสังเกตนั้นเป็นการรวบรวมข้อมูลพื้นฐานของพฤติกรรมที่ต้องการที่จะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลง แล้วนำข้อมูลดังกล่าวมาวิเคราะห์ต่อไปว่าพฤติกรรมใดควรจะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลง และเพื่อจะได้ทราบสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมนั้น และทำให้เข้าใจพฤติกรรมที่แสดงออกมากยิ่งขึ้น

3.3 หลักการของการสังเกต

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 28-30) กล่าวว่า การสังเกตพฤติกรรมของบุคคลใดบุคคลหนึ่งนั้น ผู้ถูกสังเกตจะต้องไม่รู้ตัวว่าถูกสังเกต โดยผู้สังเกตต้องอยู่ในห้องสังเกตพฤติกรรม หรือนั่งอยู่หลังชั้นเรียนหรือนั่งในที่ที่เหมาะสมที่สุด และไม่ควรจะนั่งใกล้กับนักเรียนคนใดคนหนึ่งจนเกินไป อีกทั้งต้องไม่แสดงความสนใจนักเรียนคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ควรให้นักเรียนเห็นแบบบันทึกพฤติกรรมด้วย

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536 : 63) กล่าวว่า ผู้สังเกตพฤติกรรมควรยึดหลักไว้ดังนี้

1. เลือกและกำหนดพฤติกรรมที่ต้องการสังเกตให้เด่นชัด พฤติกรรมที่ครูควรเลือกเพื่อทำการสังเกตนั้น ควรจะเป็นพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปจากเกณฑ์มาตรฐานของห้องเรียน และครูคิดว่าพฤติกรรมนั้นมีผลกระทบกระเทือนต่อการเรียนการสอนมากที่สุด และพฤติกรรมที่สังเกตควรเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นบ่อยๆ เมื่อครูเลือกพฤติกรรมที่สังเกตได้แล้ว ครูต้องกำหนดพฤติกรรมให้ชัดเจนเพื่อที่ว่าไม่ว่าใครก็ตามหากเข้าใจพฤติกรรมที่กำหนดไว้แล้ว จะสามารถบอกได้ทันทีว่านักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้นหรือไม่ เช่น พฤติกรรมการพูดคุยนในห้องเรียน อาจกำหนดได้ดังนี้ คือ พฤติกรรมการพูดคุยน หมายถึง พฤติกรรมใดก็ตามที่นักเรียนส่งเสียงออกจากปากโดยไม่ได้รับอนุญาตจากครู ครูหรือผู้สังเกตไม่ควรที่จะสังเกตหลายๆ พฤติกรรมในเวลาเดียวกัน นอกจากจะมีประสบการณ์ในการสังเกตเป็นอย่างดีแล้ว เพราะจะทำให้เกิดความสับสนได้

2. เลือกผู้สังเกตพฤติกรรม ผู้สังเกตสามารถแบ่งเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ คือ

- 2.1 นักเรียนสังเกตตนเอง คือ การให้ผู้ที่จะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นผู้สังเกตพฤติกรรมของตนเอง

- 2.2 บุคคลอื่นเป็นผู้สังเกต ซึ่งอาจจะเป็นครู เพื่อนครู หรือเพื่อนนักเรียนด้วยกันเป็นผู้สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนที่จะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม วิธีนี้ค่อนข้างที่จะได้ข้อมูลใกล้เคียงความเป็นจริงมากกว่าวิธีแรก เพราะผู้สังเกตมีแนวโน้มจะลำเอียงน้อยกว่าผู้ที่จะพัฒนาตนเอง อีกทั้งยังตรวจสอบความเที่ยงตรงระหว่างผู้สังเกตได้โดยการใช้ผู้สังเกตมากกว่า 1 คนขึ้นไป สังเกตพฤติกรรมเดียวกันของคนๆ เดียวกัน ซึ่งถ้าผู้สังเกตพฤติกรรมทั้ง 2 คนสังเกตได้ใกล้เคียงกันหรืออย่างน้อยที่สุดเห็นพ้องต้องกันไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 ก็นับได้ว่าข้อมูลที่ได้มีความเที่ยงตรง

3. เลือกสถานที่ทำการสังเกตพฤติกรรม ในการเลือกสถานที่นั้นขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของครูว่าต้องการพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนในสถานที่ใดอาจเป็นห้องเรียน ในห้องสมุด หรือบ้านของนักเรียนก็ได้

4. เลือกเวลาที่จะทำการสังเกตพฤติกรรม การเลือกเวลาควรเลือกที่มีพฤติกรรมที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุด และควรจะใช้วิธีสุ่มเวลา หมายความว่า ผู้สังเกตจะไม่ทำการสังเกตพฤติกรรมหนึ่งในเวลาเดียวกันของวันเดียว แต่จะสังเกตหลายๆ เวลาของวันเดียวได้ เช่น ตอนเช้า ปาย และตอนก่อนเลิกโรงเรียน เป็นต้น ช่วงการสังเกตโดยการสุ่มเวลานั้นจะทำให้ได้ข้อมูลที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด เนื่องจากว่าไม่มีพฤติกรรมใดที่เกิดขึ้นบ่อยในช่วงเวลาเดียวกันตลอดเวลา

5. เลือกบันทึกพฤติกรรมให้เหมาะสม แบบบันทึกกิจกรรมนั้นผู้ทำการสังเกตควรจะเป็นผู้สร้างขึ้นเอง โดยมุ่งสร้างให้สอดคล้องกับลักษณะของพฤติกรรมที่จะศึกษา ดังนั้นจึงแบ่งวิธีการสังเกตแบบบันทึกพฤติกรรมไว้ดังนี้

5.1 การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์ (Event Sampling) เป็นการเลือกสังเกตเฉพาะพฤติกรรมที่ต้องการศึกษาในช่วงเวลาหนึ่งๆ เท่านั้น โดยเน้นความถี่หรือจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษาที่เกิดขึ้นในเวลาสังเกตนั้น ส่วนพฤติกรรมอื่นๆ ที่เกิดในช่วงเวลาดังกล่าวก็ไม่นำมาบันทึก

5.2 การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเวลา (Time Sampling) เป็นการสังเกตที่ผู้สังเกตแบ่งเวลาออกเป็นช่วงๆ แล้วนับเฉพาะจำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมพึงประสงค์ที่จะศึกษา ส่วนเกณฑ์ในการนับช่วงเวลานั้นจะต้องกำหนดให้แน่นอน โดยจะต้องให้สอดคล้องกับลักษณะของพฤติกรรมที่ต้องการจะศึกษาและจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ เช่น สังเกตพฤติกรรม ช่วง 5 นาที ทุกๆ 6 นาที เป็นเวลา 1 ชั่วโมง จะสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนคนนั้นๆ ในช่วงเวลานั้นๆ นอกจากนี้การสังเกตแบบสุ่มเวลาสามารถสังเกตได้ครั้งละหลายๆ คน โดยสลับช่วงเวลาครั้งละ 1 คน ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตสามารถแยกเป็นพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคน นอกจากนี้การสังเกตแบบสุ่มเวลาสามารถสังเกตพฤติกรรมได้หลายประเภทพร้อมๆ กัน โดยจำแนกพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงเวลาเป็นพฤติกรรมใดบ้าง และเพื่อความสะดวกในการบันทึก ควรกำหนดรหัสของพฤติกรรมแต่ละประเภทด้วย หากประเภทของพฤติกรรมที่จะสังเกตและบันทึกนั้นมีหลายประเภท

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า หลักการของการสังเกต มีหลักการดังต่อไปนี้

1. เลือกและกำหนดพฤติกรรมที่ต้องการสังเกตให้ชัดเจน
2. เลือกผู้สังเกตพฤติกรรม ซึ่งมี 2 ประเภท คือ นักเรียนสังเกตตนเอง และให้บุคคลอื่นเป็นผู้สังเกต
3. เลือกสถานที่ทำการสังเกต
4. เลือกเวลาที่จะทำการสังเกตพฤติกรรม
5. เลือกบันทึกพฤติกรรมให้เหมาะสม ซึ่งมี 2 รูปแบบ คือ การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์ และการสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเวลา

ซึ่งการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลใดบุคคลหนึ่งนั้น ผู้ถูกสังเกตจะต้องไม่รู้ตัวว่าถูกสังเกต โดยผู้สังเกตต้องอยู่ในห้องสังเกตพฤติกรรม หรือนั่งอยู่หลังชั้นเรียนหรือนั่งในที่ที่เหมาะสมที่สุด และไม่ควรจะนั่งใกล้กับนักเรียนคนใดคนหนึ่งจนเกินไป

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์

3.4 หลักการของการบันทึกพฤติกรรม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 30-35) กล่าวว่า ขั้นตอนในการบันทึกพฤติกรรมมีดังนี้

1. กำหนดลักษณะพฤติกรรมที่ประสงค์จะสังเกตและบันทึก คือ ก่อนดำเนินการสังเกต และบันทึกพฤติกรรมจำเป็นจะต้องกำหนดลักษณะพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะสังเกตและบันทึกให้ชัดเจน เพื่อจะได้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมนั้นได้ถูกต้อง

2. ลักษณะของการบันทึกพฤติกรรม คือ ผู้สังเกตอาจจะบันทึกความถี่หรือจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่ประสงค์จะสังเกตที่เกิดขึ้นในเวลาที่กำหนด หรือผู้สังเกตอาจจะแบ่งเวลาออกเป็นช่วงๆ แล้วนับจำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษา

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536 : 67-71) กล่าวว่า หลักการบันทึกพฤติกรรมมีดังนี้

1. บันทึกความถี่ของพฤติกรรม หมายถึง การบันทึกจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่กำหนดไว้ เช่น การบันทึกจำนวนครั้งที่เด็กชายสมชายยกมือขึ้นเพื่อถามคำถามและตอบคำถามในชั่วโมงเรียนคณิตศาสตร์ พฤติกรรมที่สามารถบันทึกความถี่ได้นั้นจะต้องเป็นพฤติกรรมที่ต่อเนื่อง เวลาของการแสดงพฤติกรรมแต่ละครั้งใกล้เคียงกัน และจะต้องใช้เวลาบันทึกแต่ละวัน การบันทึกความถี่นั้นเพียงแต่ทำรอยคะแนนจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเท่านั้น

2. บันทึกช่วงเวลาของพฤติกรรม หมายถึง การบันทึกพฤติกรรมตามช่วงเวลาที่เกิดขึ้น ซึ่งสามารถใช้บันทึกพฤติกรรมได้ทุกชนิด ไม่ว่าจะเกิดต่อเนื่องหรือไม่ต่อเนื่องก็ตาม โดยผู้ที่ทำการบันทึกจะต้องกำหนดเวลาที่จะบันทึกให้แน่นอนก่อน เช่น ต้องการจะบันทึกพฤติกรรมการคุยในระยะเวลา 30 นาที ในวิชาคณิตศาสตร์ ก็แบ่งเวลา 30 นาทีออกเป็นช่วงเวลาสั้นๆ เท่าๆ กัน อาจเป็นช่วงเวลา 30 นาที หรือ 20 นาทีตามแต่ความต้องการ ส่วนการบันทึกพฤติกรรมก็พิจารณาว่าพฤติกรรมที่ต้องการบันทึกนั้นเกิดขึ้นในช่วงเวลานั้นหรือไม่ ถ้าไม่เกิดให้ใส่ 0 ลงในช่วงเวลานั้นๆ แต่ถ้าหากพฤติกรรมที่ต้องการบันทึกนั้นเกิดขึ้นแม้จะเกิดมากกว่า 1 ครั้งในช่วงเวลานั้นก็ตามให้นับเพียง 1 ครั้งเท่านั้น โดยเขียนเลข 1 ลงในช่วงเวลาที่เกิดขึ้น

3. บันทึกระยะเวลาของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น หมายถึง การบันทึกพฤติกรรมตามระยะเวลาของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ส่วนใหญ่จะใช้บันทึกพฤติกรรมที่มีความต่อเนื่องเป็นหลัก วิธีการบันทึกนี้เพียงแต่ใช้นาฬิกาจับเวลา แล้วดูว่าพฤติกรรมนั้นใช้เวลาเกิดนานเท่าใด ทำจนหมดเวลา

3.5 การหาค่าดัชนีความเที่ยงตรงของการสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 33) สูตรในการคำนวณดังนี้

$$\text{สัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง} = \frac{\text{จำนวนความถี่ของพฤติกรรมที่สังเกตได้น้อยกว่า}}{\text{จำนวนความถี่ของพฤติกรรมที่สังเกตได้มากกว่า}}$$

3.6 วิธีการนำเสนอข้อมูลที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรม

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536 : 20) กล่าวว่า วิธีการนำเสนอข้อมูลนั้นนิยมเสนอในรูปของกราฟ และนิยมเสนอในรูปของกราฟเส้นตรง ซึ่งในกราฟรูปเดียวนั้นอาจจะเสนอเพียงพฤติกรรมเดียวหรือหลายๆ พฤติกรรมของบุคคลคนเดียว หรือของหลายๆ บุคคลก็ได้ เพื่อที่จะได้เปรียบเทียบระหว่างพฤติกรรมเดียวของหลายๆ บุคคล หรือหลายๆ พฤติกรรมของบุคคลเดียว ในการสร้างโปรแกรมเพื่อที่จะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียน เส้นกราฟนี้จะแสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมได้อย่างชัดเจนอีกด้วย การเสนอข้อมูลด้วยกราฟนั้นจะต้องบอกถึงพฤติกรรมที่สังเกต วันเวลาที่สังเกต อีกทั้งบุคคลที่สังเกตด้วย

3.7 ประโยชน์ของการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 39-40) กล่าวถึงประโยชน์ของการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมไว้ว่า

1. จะช่วยให้ผู้สังเกตสามารถเลือกสังเกตและบันทึกพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะศึกษาได้ถูกต้อง
2. จะช่วยให้ผู้สังเกตสามารถเลือกวิธีปรับพฤติกรรมให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์
3. จะช่วยให้ทราบทิศทางของพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่จะปรับว่าเปลี่ยนแปลงหรือไม่หรือเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใด
4. จะช่วยให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมพื้นฐานที่ได้เปลี่ยนแปลงไปภายหลังการปรับพฤติกรรมแล้ว และสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ

4.1 ประวัติโรงเรียนทรงวิทยา

โรงเรียนทรงวิทยาตั้งอยู่เลขที่ 99 หมู่ที่ 2 ซอยสุขุมวิท 107 (ซอยแบร์ริง) ถนนสุขุมวิท ตำบลสำโรงเหนือ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ 10270 ก่อกำเนิดขึ้นมาจากแรงบันดาลใจของ พล.ร.ต.กล้าหาญ - นางสมทรง ชนะมา ซึ่งมีความมุ่งมั่นที่จะส่งเสริมการศึกษาให้กับเยาวชนของชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนในชุมชนใกล้เคียงที่ยังขาดโอกาสในการศึกษาเล่าเรียน เนื่องจากบริเวณดังกล่าวในขณะนั้นยังเป็นท้องที่ที่ยังไม่ได้รับการพัฒนา และไม่มีสถานศึกษา

สำหรับเยาวชนใดๆ ทั้งสิ้น ด้วยเหตุนี้ โรงเรียนทรงวิทยาจึงถือกำเนิดขึ้นเมื่อวันที่ 17 พฤษภาคม พ.ศ. 2506 สภาพโรงเรียนขณะนั้นเป็นอาคารเรือนไม้ชั้นเดียว มีครู 3 คน และนักเรียน 7 คน โดยเปิดทำการสอนตั้งแต่ชั้นอนุบาลปีที่ 1 ถึง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ในที่จัดสรรของกองทัพเรือ ซึ่งมีเนื้อที่ทั้งสิ้น 6 ไร่ 30 ตารางวา และปัจจุบันนี้ได้จัดให้มีการเรียนการสอนตั้งแต่ชั้นอนุบาลปีที่ 1 ถึง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยมีอาคารเรียนทั้งหมด 6 อาคาร อาคารประกอบ 1 อาคาร มีนักเรียนทั้งสิ้น 1,984 คน ครู 84 คน และครูพี่เลี้ยง 19 คน และคนงาน 24 คน นางสมทรง ชนะมา เป็นผู้รับใบอนุญาต/ผู้จัดการ และ ดร.สิริสุมาลย์ ลายถมยา เป็นครูใหญ่

4.2 วิสัยทัศน์ของโรงเรียนทรงวิทยา

ตามมาตรฐานกระทรวงศึกษาธิการสู่ความเป็นเลิศให้ประจักษ์ว่า โรงเรียนทรงวิทยาจัดการเรียนการสอนให้นักเรียนมีความรู้กว้างขวาง เป็นผู้มีการศึกษารอบด้าน เพื่อมุ่งไปสู่ความสำเร็จ ในการศึกษาเล่าเรียนตามมาตรฐานอาชีพการงานและการดำเนินชีวิต สามารถเติบโตก้าวหน้าอย่างผู้มีการศึกษา เป็นผู้ที่มีโอกาสได้รับการพัฒนาศักยภาพ และบุคลิกภาพอย่างเต็มที่ ทั้งสนับสนุนให้บุคลากรนำเทคโนโลยีสมัยใหม่ และการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เป็นประโยชน์ ส่งเสริมการเรียนการสอนมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ทั้งยังส่งเสริมให้สร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมให้สวยงาม เกื้อกูลสังคมแวดล้อมให้เป็นที่ยอมรับของผู้ปกครองและชุมชน ประการสำคัญคือการสนับสนุนให้โรงเรียนเป็นที่ฝึกอบรมจริยธรรมและคุณธรรมให้เกิดแก่บุคลากร นักเรียนและประชาชนทั่วไปให้เป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จและเป็นทรัพยากรที่มีค่าของชาติบ้านเมืองต่อไป

4.3 การกิจของโรงเรียนทรงวิทยา

โรงเรียนทรงวิทยาดำเนินการให้บริการอย่างมีคุณภาพ ทั้งด้านข้อมูลข่าวสารและการให้คำแนะนำ ตลอดจนจัดหาเครื่องมือเครื่องใช้ที่จำเป็นเพื่อที่จะสามารถอำนวยความสะดวกช่วยเหลือ ส่งเสริมให้นักเรียนได้มีโอกาสตัดสินใจทางการศึกษาเล่าเรียน ทางเลือกของชีวิต ตลอดจนจัดให้มีระบบกระบวนการอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลอันเป็นรากฐานที่มั่นคง และพื้นฐานที่ดีในการศึกษาขั้นต่อไป เพื่อให้เกิดผลตามภารกิจดังกล่าว จึงกำหนดพันธกิจที่ต้องดำเนินการดังต่อไปนี้

- พันธกิจที่ 1 พัฒนาระบบบริหารและการจัดการ
- พันธกิจที่ 2 พัฒนาหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน
- พันธกิจที่ 3 พัฒนาบุคลากร โดยมุ่งเน้นด้านวิชาการ ความรู้ คุณธรรม จริยธรรม และจิตสำนึกความเป็นครู
- พันธกิจที่ 4 ส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนการสอนด้านวิชาการ ศิลปวัฒนธรรม ประเพณี สุขภาพอนามัยและสังคม
- พันธกิจที่ 5 พัฒนาอาคารสถานที่ และสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน

4.4 หลักสูตรของโรงเรียนทรงวิทยา

โรงเรียนทรงวิทยา ได้รับการคัดเลือกให้เป็นโรงเรียนเครือข่าย การใช้หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 และได้เริ่มใช้ในปีพุทธศักราช 2545 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และ

ประถมศึกษาปีที่ 4 ต่อมาปีการศึกษา 2546 ใช้หลักสูตรในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และประถมศึกษาปีที่ 5 ปี 2547 ใช้กับระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 และประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งจะแบ่งเป็น 2 ช่วงชั้น ช่วงชั้นที่ 1 ตั้งแต่ชั้น ป.1 – ป.3 ช่วงชั้นที่ 2 ตั้งแต่ชั้น ป.4 – ป.6 สำหรับหลักสูตรมี 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ ดังนี้

1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย
2. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์
3. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์
4. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และ

วัฒนธรรม

5. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา
6. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ
7. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ และเทคโนโลยี
8. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ได้แก่

1. กิจกรรมแนะแนว
2. กิจกรรมลูกเสือ – เนตรนารี
3. กิจกรรมชมรม

เกณฑ์มาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้นที่ 1 และ 2 (ผ่านเกณฑ์แต่ละช่วงชั้น)

1. ผู้เรียนต้องเรียนรู้ตามกลุ่มสาระการเรียนรู้ทั้ง 8 กลุ่ม และได้รับการตัดสินผลการเรียนให้ได้ตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

2. ผู้เรียนต้องผ่านการประเมินการอ่าน คิด วิเคราะห์ เขียนให้ได้ตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

3. นักเรียนต้องผ่านการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

4. ผู้เรียนต้องเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน และผ่านการประเมินตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2550 ที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม จำนวน 65 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2550 ที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากอาจารย์ผู้สอนประจำวิชาภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2550 ประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน จำนวน 196 คน ตามแบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน เพื่อคัดเลือกนักเรียนเข้ากลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยได้อธิบายความหมายและวิธีการประเมินการพูดหน้าชั้นเรียนแก่อาจารย์ก่อนประเมิน จากนั้น ผู้วิจัยนำผลการประเมินของอาจารย์ผู้สอนมาคัดเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม จาก 3 ใน 4 ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนทั้ง 2 ด้าน คือ ภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง ซึ่งถือว่าเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสมตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ได้ผลดังนี้

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม มีจำนวน 65 คน เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 จำนวน 10 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 จำนวน 12 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/3 จำนวน 14 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/4 จำนวน 18 คน และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/5 จำนวน 11 คน

2. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนที่คัดเลือกไว้ในข้อ 1 อีกครั้งหนึ่งในสภาพการเรียนการสอนปกติวิชาภาษาไทย โดยใช้แบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน เพื่อหาความสอดคล้องของการสังเกตกับการประเมินของอาจารย์ผู้สอนวิชาภาษาไทย

3. ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจของนักเรียนในข้อ 2 ในการเข้าร่วมการทดลอง ปรากฏว่านักเรียนทุกคนสมัครใจเข้าร่วมทดลอง

4. ผู้วิจัยสุ่มอย่างง่ายมาจำนวน 16 คน และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีดังนี้

1. แบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
2. แบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
3. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
4. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

วิธีการดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. แบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ดังนี้

1.1 ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพูดหน้าชั้นเรียน

1.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของศรียาภรณ์ ศรีตนะชัย

(2547 : 68)

1.3 ผู้วิจัยสร้างแบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน โดยใช้แนวคิดที่ได้จากข้อ

1.1 และ 1.2

1.4 ผู้วิจัยนำแบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน ได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภิต ตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า และนิยามศัพท์เฉพาะแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.5 ผู้วิจัยนำแบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขไป ทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุง แก้ไข ก่อนนำไปใช้ในการวิจัย (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

2. แบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต และการบันทึกการสังเกต

2.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของศรียาภรณ์ ศรีตนะชัย

(2547 : 70)

2.3 ผู้วิจัยสร้างแบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน โดยใช้แนวคิดที่ได้จากข้อ

2.1 และ 2.2

2.4 ผู้วิจัยนำแบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ชุมติ ตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า และนิยามศัพท์เฉพาะแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

2.5 ผู้วิจัยนำแบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขไป ทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุง แก้ไข ก่อนนำไปใช้ในการวิจัย (ดังรายละเอียดใน ภาคผนวก)

ขั้นตอนในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

1. ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากผู้ช่วยวิจัย 1 คน โดยเป็นอาจารย์ผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/5 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ

2. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำความเข้าใจจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า ศึกษา นิยาม ศัพท์เฉพาะของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน และแบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยการสังเกตให้เข้าใจตรงกัน และใช้ได้ถูกต้อง โดยหาดัชนีความเชื่อมั่นในการสังเกตให้มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องระหว่างผู้สังเกต 2 คน ตั้งแต่ .80 ขึ้นไป

3. การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย สังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง 2 สัปดาห์ ขณะทำการทดลอง 6 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 2 สัปดาห์

4. ลักษณะและการให้คะแนนของแบบบันทึกพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนจะเป็น การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ (Event Sampling) ที่เกิดขึ้น โดยบันทึกพฤติกรรมคนละ 5 นาที

5. การให้คะแนนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนนั้น ถ้าพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมาย เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่กำหนด ให้บันทึกพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเป็น 1 คะแนน และไม่เกิดพฤติกรรมเป็น 0 คะแนน ลงในแบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน

6. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยนั่งในตำแหน่งที่มองเห็นพฤติกรรม และได้ยินเสียงชัดเจน ไม่รบกวนการเรียนการสอน ไม่ให้ความสนใจผู้รับการทดลองคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้เห็นแบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน

ดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกต

ดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกต สัมประสิทธิ์ความสอดคล้องระหว่างผู้สังเกต 2 คน ซึ่งมีค่าตั้งแต่ .80 ขึ้นไปจึงจะถือว่าการสังเกตนั้นเชื่อถือได้ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536 : 33) ซึ่งมีสูตรในการคำนวณดังนี้

$$\text{สัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง} = \frac{\text{จำนวนความถี่ของพฤติกรรมที่สังเกตได้น้อยกว่า}}{\text{จำนวนความถี่ของพฤติกรรมที่สังเกตได้มากกว่า}}$$

ในการทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย จะสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเพื่อหาความเชื่อมั่นของการสังเกตทั้ง 3 ระยะ ซึ่งจะต้องได้ค่าความเชื่อมั่นของการสังเกตตั้งแต่ .80 ขึ้นไป

3. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ดังนี้

3.1 ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

3.2 ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า และนิยามศัพท์เฉพาะ

3.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่สร้างขึ้น ไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม ตรวจสอบในเรื่องของความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการ และนิยามศัพท์เฉพาะ

3.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่สร้างขึ้นมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการ และเวลาที่ใช้ในการทดลอง

3.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป สำหรับโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ผู้วิจัยดำเนินการทดลองเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที วันจันทร์และวันพุธ เวลา 11.30-12.20 น. รวมทั้งหมด 12 ครั้ง (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

4. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ ดังนี้

4.1 ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้ข้อเสนอแนะ

4.2 ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและนิยามศัพท์เฉพาะ

4.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะที่สร้างขึ้น ไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม ตรวจสอบในเรื่องของความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการ และนิยามศัพท์เฉพาะ

4.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะที่สร้างขึ้นมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของวัตถุประสงค์เนื้อหา วิธีดำเนินการ และเวลาที่ใช้ในการทดลอง

4.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป สำหรับโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยดำเนินการทดลองเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที วันอังคารและวันพฤหัสบดี เวลา 11.30 -12.20 น.รวมทั้งหมด 12 ครั้ง (ตั้งรายละเอียดในภาคผนวก)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบแผนการทดลอง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการทดลองแบบสลับกลับ ABA (ABA Reversal Design) แบ่งการทดลองเป็น 3 ระยะ ดังนี้

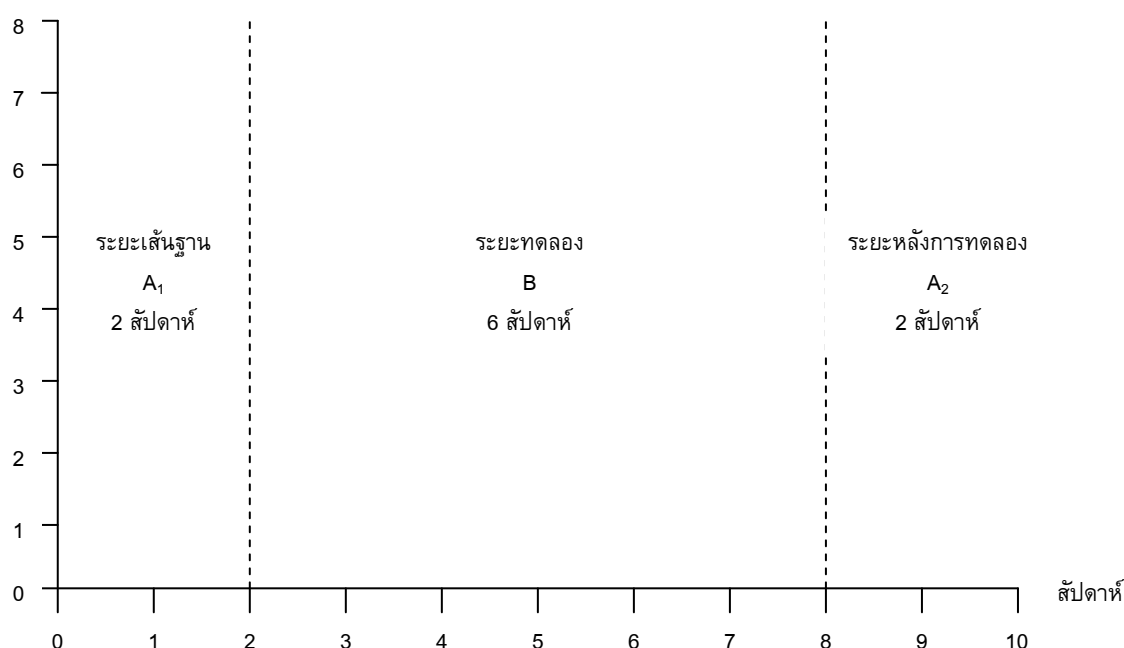
ระยะที่ 1 (A_1) ระยะเส้นฐาน ใช้เวลา 2 สัปดาห์ คือ สัปดาห์ที่ 1-2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในสภาพการเรียนการสอนปกติวิชาภาษาไทย ในระยะเส้นฐานนี้ยังไม่ได้ฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมกับกลุ่มทดลอง และยังไม่ได้ให้ข้อเสนอแนะกับกลุ่มควบคุม

ระยะที่ 2 (B) ระยะทดลองใช้เวลา 6 สัปดาห์ คือ สัปดาห์ที่ 3-8 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนทั้งสองกลุ่ม ในระยะนี้กลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม และกลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

ระยะที่ 3 (A_2) ระยะหลังการทดลอง ใช้เวลา 2 สัปดาห์ คือ สัปดาห์ที่ 9-10 เพื่อเปรียบเทียบผลของการทดลองที่มีต่อพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนทั้งสองกลุ่มในสภาพการเรียนการสอนปกติวิชาภาษาไทย ในระยะหลังการทดลองนี้ไม่ได้มีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมกับกลุ่มทดลอง และการให้ข้อเสนอแนะกับกลุ่มควบคุม

ระยะต่างๆ ของการทดลองแบบ ABA Reversal Design นี้ แสดงในภาพประกอบ 1

จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



ภาพประกอบ 5 แผนภาพแสดงระยะต่างๆ ของการทดลอง

วิธีดำเนินการทดลอง

การทดลองนี้เป็นการทดลองแบบสลับกลับ ABA (ABA Reversal Design) โดยผู้วิจัยแบ่งการทดลองเป็น 3 ระยะ คือ

1. ระยะเส้นฐานพฤติกรรม (A₁) สัปดาห์ที่ 1-2 วันที่ 3-11 มกราคม พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในชั่วโมงเรียนวิชาภาษาไทย โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ .93 และ .90 ตามลำดับ

2. ระยะทดลอง (B) คือ สัปดาห์ที่ 3-8 วันที่ 14 มกราคม - 20 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 รวม 6 สัปดาห์ โดยมีรายละเอียดการทดลองดังต่อไปนี้

กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมกับนักเรียน สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที รวม 12 ครั้ง ในวันจันทร์และวันพุธ ตั้งแต่วันที่ 14 มกราคม - 21 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ .95

กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะกับนักเรียน สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที รวม 12 ครั้ง ในวันอังคารและวันพฤหัสบดี ตั้งแต่วันที่ 15 มกราคม – 21 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมโดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ .93

3. ระยะหลังการทดลอง (A₂) สัปดาห์ที่ 9-10 วันที่ 25 กุมภาพันธ์ – 7 มีนาคม พ.ศ. 2551 เพื่อติดตามผลของการทดลองที่มีต่อพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนทั้งสองกลุ่ม ในระยะนี้ไม่มีการใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมและโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ แต่ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนในชั่วโมงเรียนภาษาไทย ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ .90 และ .90 ตามลำดับ

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการได้รับการให้ข้อเสนอแนะ
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม และนักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ
4. ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการสังเกตทั้ง 3 ระยะ คือ ระยะเสถียรภาพ ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลองมาเขียนกราฟเส้นเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 ค่ามัธยฐาน (Median)
 - 1.2 ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ (Quartile Deviation)
2. สถิติสำหรับหาคุณภาพเครื่องมือ

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ ผู้วิจัยจึงหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต โดยใช้สูตรในการคำนวณ ดังนี้

$$\text{สัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง} = \frac{\text{จำนวนความถี่ของพฤติกรรมที่สังเกตได้น้อยกว่า}}{\text{จำนวนความถี่ของพฤติกรรมที่สังเกตได้มากกว่า}}$$

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนภายในกลุ่มก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched Pairs Signed-Ranks Test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 และ 2

3.2 เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนก่อนและหลังระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1 (n_1 + 1)}{2} - \sum R_1$$

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2 (n_2 + 1)}{2} - \sum R_2$$

เมื่อ	U_1, U_2	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของแมน-วิทนี
	n_1	แทน	จำนวนคนในกลุ่มทดลอง
	n_2	แทน	จำนวนคนในกลุ่มควบคุม
	$\sum R_1$	แทน	ผลรวมของอันดับข้อมูลจากกลุ่มทดลอง
	$\sum R_2$	แทน	ผลรวมของอันดับข้อมูลจากกลุ่มควบคุม

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
Mdn _{diff}	แทน	ค่ามัธยฐานความแตกต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
Q.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
Q.D. _{diff}	แทน	ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ความแตกต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของวิลคอกซัน
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของแมน-วิทนี

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการได้รับการให้ข้อเสนอแนะ
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ
4. ศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษาค้นคว้า

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

กลุ่มทดลอง	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนการทดลอง	8	29	1.00	0**
หลังการทดลอง	8	6	1.25	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 1 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้น หลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1

2. เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

กลุ่มควบคุม	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนการทดลอง	8	29	0.75	0**
หลังการทดลอง	8	22	1.75	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้น หลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การให้ข้อเสนอแนะ ทำให้นักเรียนกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 3

ตาราง 3 แสดงการเปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn _{diff}	Q.D. _{diff}	U
กลุ่มทดลอง	8	23	1.00	0**
กลุ่มควบคุม	8	8.5	2.25	

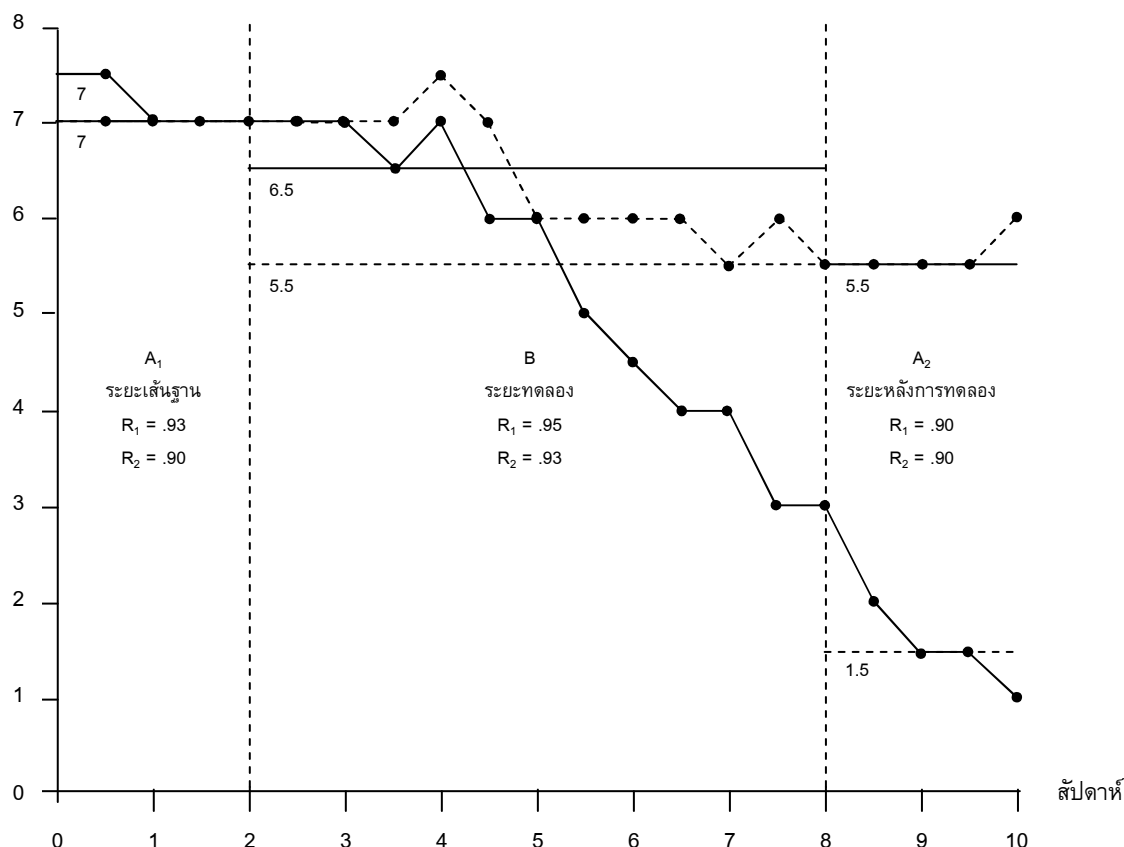
** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

4. ศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

ผลการวิเคราะห์ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมตลอด 3 ระยะ คือ ระยะเสัฐาน (ก่อนการทดลอง) ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลอง ปรากฏผลดังแสดงในภาพประกอบ

จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- - -●- - - จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
- - - - - ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- — — — — ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
- R_1 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง
- R_2 ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 6 ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในแต่ละระยะการทดลอง

จากภาพประกอบ 6 จะเห็นได้ว่า ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในระยะเส้นฐาน (ก่อนทดลอง) และระยะทดลอง ลดลงจาก 7 เป็น 5.5 ตามลำดับ และค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนในระยะทดลอง ลดลงจาก 5.5 เป็น 1.5 ในระยะติดตามผล (หลังการทดลอง) แสดงว่า วิธีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้น

สำหรับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะนั้น ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนในระยะเส้นฐาน (ก่อนทดลอง) และระยะทดลอง ลดลงจาก 7 เป็น 6.5 ตามลำดับ และค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนในระยะทดลอง ลดลงจาก 6.5 เป็น 5.5 ในระยะติดตามผล (หลังการทดลอง) แสดงว่า การให้ข้อเสนอแนะทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้น

เมื่อเปรียบเทียบค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้ง 3 ระยะ ภายหลังจากทดลองของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมกับการให้ข้อเสนอแนะ ปรากฏว่า นักเรียนทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นกว่าระยะเส้นฐาน (ก่อนทดลอง) อย่างไรก็ตาม ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองลดลงมากกว่าค่ามัธยฐานของนักเรียนกลุ่มควบคุม แสดงว่า การได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นกว่าการได้รับข้อเสนอแนะ

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการก่อนและหลังการได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการก่อนและหลังการให้การให้ข้อเสนอแนะ
3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมกับนักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2550 ที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม จำนวน 65 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2550 ที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียน ซึ่งแบ่งเป็น 2 วิธี ดังนี้
 - 1.1 การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
 - 1.2 การให้ข้อเสนอแนะ
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การพูดหน้าชั้นเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
2. แบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
3. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
4. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

วิธีดำเนินการทดลอง

การทดลองนี้เป็นการทดลองแบบสลับกลับ ABA (ABA Reversal Design) โดยผู้วิจัยแบ่งการทดลองเป็น 3 ระยะ คือ

1. ระยะเสถียรภาพพฤติกรรม (A_1) สัปดาห์ที่ 1-2 วันที่ 3-11 มกราคม พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในชั่วโมงเรียนวิชาภาษาไทย โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ .93 และ .90 ตามลำดับ

2. ระยะทดลอง (B) คือ สัปดาห์ที่ 3-8 วันที่ 14 มกราคม - 20 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 รวม 6 สัปดาห์ โดยมีรายละเอียดการทดลองดังต่อไปนี้

กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมกับนักเรียน สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที รวม 12 ครั้ง ในวันจันทร์และวันพุธ ตั้งแต่วันที่ 14 มกราคม - 21 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ .95

กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะกับนักเรียน สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที รวม 12 ครั้ง ในวันอังคารและวันพฤหัสบดี ตั้งแต่วันที่ 15 มกราคม - 21 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุม โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตได้ .93

3. ระยะหลังการทดลอง (A_2) สัปดาห์ที่ 9-10 วันที่ 25 กุมภาพันธ์ – 7 มีนาคม พ.ศ. 2551 เพื่อติดตามผลของการทดลองที่มีต่อพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนทั้งสองกลุ่ม ในระยะนี้ไม่มีการใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมและโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ แต่ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนในชั่วโมงเรียนภาษาไทย ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ .90 และ .90 ตามลำดับ

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากได้คะแนนจากการสังเกตแล้ว ผู้วิจัยนำคะแนนมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติดังต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched Pairs Signed-Ranks Test)
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนก่อนและหลังการได้รับการให้ข้อเสนอแนะ โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched Pairs Signed-Ranks Test)
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม และนักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ โดยใช้การทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)
4. ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการสังเกตทั้ง 3 ระยะ คือ ระยะพื้นฐาน ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลองมาเขียนกราฟเส้นเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า

จากการศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ แสดงว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมสามารถพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนให้มีความเหมาะสมมากขึ้นได้ ทั้งนี้เพราะการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเป็นการส่งเสริมศักยภาพแห่งตนอย่างเต็มที่ทำให้นักเรียนมีความกล้าที่จะแสดงออกมากขึ้น และเป็นการเรียนรู้จากการได้ลงมือกระทำด้วยตนเองกับปัญหาทั้งที่เคยเกิดขึ้นหรืออาจจะเกิดขึ้น เป็นลักษณะของการกล้าเผชิญกับปัญหา รับผิดชอบความรู้สึก ความคิดเห็นของผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่เปิดเผย จริงใจ ตรงไปตรงมา ดังที่ โบเวอร์ และโบเวอร์ (Bower and Bower, 1976 : 4) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเป็นวิธีการที่ช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะทำให้ความวิตกกังวลลดน้อยลง กล้าแสดงออกมากขึ้น โดยสามารถแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองให้ผู้อื่นได้รับรู้เป็นการเลือกจะทำอย่างไร เป็นการแสดงสิทธิของตนเองตามความเหมาะสม ซึ่งจะทำให้นักเรียนลดความวิตกกังวลและเกิดความเชื่อมั่นในการแสดงออกอย่างเหมาะสม ทั้งด้านภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทางตามสิทธิที่ตนมี โดยไม่ก้าวก่ายสิทธิของผู้อื่นและเป็นที่ยอมรับของสังคม และสอดคล้องกับแนวคิดของ หลุย จาปาเทศ (2533 : 136) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม คือ การศึกษาหาความรู้แล้วลงมือกระทำเพื่อหาความชำนาญเกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสมกับคู่สนทนาหรือบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย โดยคำนึงถึงสถานการณ์และบุคคลที่เกี่ยวข้อง

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ สุรินทร์ นามอยู่ (2545 : 41) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านวังเดือหน้า อำเภอนันทา จังหวัดชัยนาท ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อน โดยนักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนระยะทดลองและระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พรสวรรค์ ถนอมพุทรา (2547 : 47) ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อมารยาทในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสวัสดิวิทยา เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม มีมารยาทในชั้นเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการสังเกตพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในขณะที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในระยะทดลอง พบว่า ในช่วงแรกของการฝึก นักเรียนยังไม่ค่อยเข้าใจ

วิธีการต่างๆ และยังไม่คุ้นเคยกับรูปแบบการฝึกแบบใหม่ๆ อีกทั้งยังมีความอาย ก่อเขิน และยังไม่คุ้นเคยกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม จึงทำให้นักเรียนขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าแสดงออก ไม่กล้าซักถาม และไม่กล้าแสดงความคิดเห็น แต่พอนักเรียนเริ่มคุ้นเคยกับเพื่อนๆ และวิธีการฝึกแล้ว นักเรียนจึงเกิดความสนใจ มีความกระตือรือร้นและสนุกกับการฝึกกิจกรรมต่างๆ และให้ความร่วมมือในการฝึกกิจกรรมและฝึกเทคนิคต่างๆ เป็นอย่างดี จึงทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้น

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมสามารถพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนได้

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ แสดงว่า การให้ข้อเสนอแนะสามารถพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนให้มีความเหมาะสมมากขึ้นได้ ทั้งนี้เพราะการให้ข้อเสนอแนะนั้นเป็นวิธีการหนึ่งซึ่งช่วยให้ผู้เรียนได้รับข้อมูลต่างๆ ที่ผู้เรียนยังไม่รู้และเข้าใจชัดเจน ผู้เรียนมีโอกาสศึกษาด้วยตนเอง และยังเปิดโอกาสให้มีการซักถามปัญหาต่างๆ อันจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ ได้รับข้อมูลต่างๆ ถูกต้องมากยิ่งขึ้น ดังที่ คมเพชร จิตรศุภกุล (2521 : 12-13) กล่าวว่าไว้ว่าการให้ข้อเสนอแนะจะทำให้ผู้ที่ได้รับมีโอกาสรับรู้รายละเอียดบางประการที่จำเป็นต่อการตัดสินใจหรือปรับปรุงส่วนที่บกพร่อง และมีส่วนช่วยพัฒนาให้ผู้รับข้อเสนอแนะเกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องว่าจะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างไรจึงจะทำให้ประสบผลสำเร็จในด้านต่างๆ มีความเข้าใจตนเองได้อย่างถูกต้องยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นการเสริมสร้างรากฐานที่ดีในการปรับปรุงลักษณะต่างๆ ของตนเองให้ดียิ่งขึ้นอย่างเต็มที่ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ช่วงระหว่างการทดลองผู้วิจัยได้ให้ข้อเสนอแนะที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ตลอดจนสถานการณ์ต่างๆ ที่ใกล้เคียงกับสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวัน ให้นักเรียนอ่านและซักถามเมื่อมีข้อสงสัย ซึ่งพบว่านักเรียนสนใจซักถามเป็นอย่างมาก ดังนั้นเมื่อนักเรียนได้อ่านข้อเสนอแนะในเรื่องที่เกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ซึ่งเป็นส่วนช่วยทำให้การเรียนรู้ของนักเรียนมีความหมายสำหรับตัวนักเรียนมากยิ่งขึ้น จึงทำให้นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจในการที่จะนำความรู้ไปพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน นอกจากนี้หลังจากให้ข้อเสนอแนะแล้ว นักเรียนได้พูดหน้าชั้นเรียนทุกครั้ง จึงทำให้นักเรียนเกิดทักษะความชำนาญจากการกระทำซ้ำๆ กันบ่อยครั้ง จนเกิดความเคยชินกับการออกมาพูดหน้าชั้นเรียน และทำให้ลดความตื่นเต้น ประหม่าได้ อีกทั้งนักเรียนมีความตั้งใจที่จะปรับปรุง พัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของตนให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น ดังนั้นเมื่อนักเรียนเกิดการเรียนรู้จากการอ่านข้อเสนอแนะ และได้พูดหน้าชั้นเรียนซ้ำๆ กันบ่อยครั้ง จึงเป็นผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนมีความเหมาะสมมากขึ้นหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ วศินี มุกตอกไม้ (2541 : 86) ที่ได้ทำการศึกษาการเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่

มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบึงบา อำเภอหนองเสือ จังหวัดปทุมธานี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีสัมพันธภาพกับเพื่อนดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับข้อเสนอแนะ และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ บุรณา ไตรรัตน์ (2545 : 45) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการชี้แนะโดยการจินตภาพที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลวัดหนองม่วง อำเภอหนองม่วง จังหวัดลพบุรี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการสังเกตพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในขณะที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ พบว่า นักเรียนมีความสนใจ ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ในการอ่านเอกสารการให้ข้อเสนอแนะที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน จากนั้นจึงเปิดโอกาสให้ซักถามเมื่อมีข้อสงสัย และให้นักเรียนทุกคนสรุปข้อมูลที่ได้จากการอ่านเอกสารนั้นเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้กระตุ้นให้นักเรียนได้ซักถาม แสดงความคิดเห็น และสรุปผลที่ได้จากการอ่านข้อเสนอแนะ นอกจากนี้หลังจากที่ผู้วิจัยได้มอบหมายงานให้นักเรียนนั้น นักเรียนมีความสนใจที่จะศึกษาค้นคว้าและมีการเตรียมตัวในการออกมาพูดหน้าชั้นเรียนทุกครั้ง จึงทำให้นักเรียนเกิดการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า การให้ข้อเสนอแนะสามารถพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนได้

3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ตั้งไว้ แสดงว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมสามารถพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนได้มากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ทั้งนี้เพราะการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีเทคนิคทางจิตวิทยาที่หลากหลาย ได้แก่ การใช้เทคนิคแม่แบบ การแสดงบทบาทสมมติ การให้แรงเสริมทางบวก การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการมอบหมายให้ไปฝึกเป็นบ้าน ซึ่งเป็นเทคนิคที่ทำให้นักเรียนสนใจ กระตือรือร้น มากกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ซึ่งแม้ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นเช่นเดียวกับนักเรียนกลุ่มทดลอง แต่เมื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนทั้งสองกลุ่มแล้ว พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม ทั้งนี้ จากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า ในช่วงแรกของการฝึก นักเรียนยังไม่ค่อยเข้าใจวิธีการต่างๆ และยังไม่คุ้นเคยกับรูปแบบการฝึกแบบใหม่ๆ อีกทั้งยังมีความอาย ก่อเขิน และยังไม่คุ้นเคยกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม จึงทำให้นักเรียนขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าแสดงออก ไม่กล้าซักถาม และไม่กล้าแสดงความคิดเห็น แต่พอนักเรียนเริ่มคุ้นเคยกับเพื่อนๆ และวิธีการฝึกแล้ว จึงเกิดความสนใจ มีความกระตือรือร้นและสนุกกับการฝึกกิจกรรมต่างๆ จึงให้ความร่วมมือในการฝึกกิจกรรมและฝึกเทคนิคต่างๆ เป็นอย่างดี อีกทั้งนักเรียนมีความกระตือรือร้นและสนุกสนานในการเข้าร่วมกิจกรรม และเล็งเห็นถึงประโยชน์ถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึก ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้เรียนรู้วิธีการในการปรับปรุงและพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนได้

เหมาะสมมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมนั้นก็มีความพยายามและตั้งใจที่จะพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้เหมาะสมยิ่งขึ้น แต่เนื่องจากการให้ข้อเสนอแนะไม่มีกิจกรรมแปลกใหม่และเทคนิคที่หลากหลาย จึงไม่มีความรู้ทางด้านเทคนิคต่างๆ ต้องลองผิดลองถูกด้วยตนเอง ขาดผู้ชี้แนะวิธีการที่ถูกต้องเหมาะสม และขาดแนวทางปฏิบัติที่เป็นลำดับขั้นตอน จึงทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้นกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม ดังที่ คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2521 : 170-172) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมสามารถนำมาใช้ได้ ดีกว่าการให้ข้อเสนอแนะ เพราะการเรียนรู้โดยการทำกิจกรรมต่างๆ บุคคลจะได้รับประสบการณ์ตรง นอกจากได้ปฏิบัติแล้วยังเกิดความรู้สึกต่างๆ ขึ้นด้วย ผลจากการปฏิบัติกิจกรรมจะทำให้บุคคลซาบซึ้ง ประทับใจมากกว่าที่จะสอนให้มีการพัฒนาตนเองโดยการให้ความรู้เพียงอย่างเดียว ซึ่ง สอดคล้องกับคำกล่าวของทิสนา แคมมณี และ เยาวภา เตชะคุปต์ (2522 : 7) ที่กล่าวว่า ประสบการณ์การเรียนรู้จากการมีส่วนร่วมกระทำกิจกรรม ส่งเสริมการวิเคราะห์ ความรู้สึก ความต้องการ ตลอดจนพฤติกรรม และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งการฝึกเช่นนี้จะทำให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาบุคลิกภาพของตนได้เป็นอย่างดี

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ณรงค์เดช ชัยเนตร (2545 : 53) ที่ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดชัยชนะสงคราม เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมสามารถพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนได้เหมาะสมมากขึ้นกว่าการให้ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผู้ที่จะดำเนินการใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ควรศึกษาวัตถุประสงค์ ลำดับขั้นตอน และเทคนิคต่างๆ ให้เข้าใจ พร้อมทั้งควรมีประสบการณ์ และทักษะก่อนที่จะนำวิธีการดังกล่าวไปใช้ นอกจากนี้ควรมีบุคลิกภาพที่คล่องแคล่ว กระฉับกระเฉง ว่องไว สามารถที่จะโน้มน้าวหรือกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการทดลองสามารถแสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมา ตลอดจนมีความสามารถในการสังเกตพฤติกรรมของผู้เข้ารับการทดลองด้วยว่า พฤติกรรมต่างๆ ของผู้เข้ารับการทดลองพัฒนามากขึ้นมากน้อยเพียงใด

2. การวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมีผลทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสมมากขึ้น ดังนั้น ครู อาจารย์ที่เกี่ยวข้องสามารถนำวิธีการดังกล่าวไปใช้เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

3. ควรมีการติดตามผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในระยะยาว ภายหลังจากการทดลองสิ้นสุดแล้วทุก 1 เดือน หรือ 3 เดือน เพื่อศึกษาว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นมีความคงทนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนมากน้อยเพียงใด และมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาเทคนิคทางจิตวิทยาอื่นๆ ที่สามารถพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนได้ เช่น การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การลดความรู้สึกลังเลอย่างเป็นระบบ เป็นต้น

2. ควรศึกษาการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อนำไปพัฒนาพฤติกรรมการพูดด้านอื่นๆ เช่น พฤติกรรมการพูดในที่ชุมชน เป็นต้น

3. ควรนำวิธีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมไปใช้กับนักเรียนชั้นอื่น เช่น นักเรียนช่วงชั้นที่ 2 นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 และนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 ที่มีพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรรณิกา เพ็ชรเหลี่ยม. (2540). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) กรุงเทพมหานคร. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กมลรัตน์ หล้าสูงส์. (2527). การศึกษาบุคคลเป็นรายกรณี. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- (2528). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2534).. หลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2533). กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.
- เกศสุตา อินทรโอสธ. (2546). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านคลอง 3 (ดรุณศึกษา) จังหวัดนครนายก. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- คมเพชร จัตรสุกุล. (2521). บริการสนเทศ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- (2521). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จันทร์ฉาย พัทธ์ศรีกุล. (2532). ผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- จิตรจำนงค์ สุภาพ. (2528). การพูดระบบพูด. กรุงเทพฯ: สุทธิสารการพิมพ์.
- (ม.ป.ป.) กัลยาณวาทะ. กรุงเทพฯ: ยูไนเต็ดโปรดักชั่น.
- ชัยชญา บุญตฤณการนนท์. (2540). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ กรุงเทพมหานคร. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จูนสจันทร์ วงศ์สุวรรณะ. (2547). การพูดเพื่อการพัฒนาบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ณรงค์เดช ชัยเนตร. (2545). ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดชัยชนะสงคราม เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ณอมศรี อินทนนท์. (2530). การศึกษาสุขภาพจิตและพฤติกรรมกล้าแสดงออกของวัยรุ่นที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมแตกต่างกัน. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ทัศนาศ บุญทอง. (2535). แนวคิดและหลักการของการพยาบาลจิตเวช. ในเอกสารการสอน มสธ. หน่วยที่ 8-15. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ทัศนีย์ ทานตวนิช. (2529). วาบทการ: เอกสารคำสอนวิชาภาษาไทย 103. ชลบุรี : คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน.
- ทศนา แหมมณี; และเยาวภา เดชะคุปต์. (2522). คู่มือการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นพดล จันท์เพ็ญ. (2531). การใช้ภาษาไทย. อุบลราชธานี: คณะวิชามนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ วิทยาลัยครูอุบลราชธานี.
- นิพนธ์ ทิพย์ศรีนิมิต. (2542). หลักการพูด. สงขลา : ภาควิชาภาษาไทยและภาษาตะวันออก มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- บุรณา ไตรรัตน์. (2545). ผลของการชี้แนะโดยการจินตภาพที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลวัดหนองม่วง อำเภอหนองม่วง จังหวัดลพบุรี. ปรินุญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประสงค์ ราชณสุข. (2528). การพูดเพื่อประสิทธิผล. กรุงเทพฯ: คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- (2530). การพูดเพื่อประสิทธิผล. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ประเสริฐ บุญเสริม. (ม.ป.ป.). ศิลปะการพูดเพื่อการสื่อสาร. (เอกสารประกอบคำสอน). สืบค้นเมื่อวันที่ 2 ตุลาคม 2550, จาก <http://www.doe.go.th/vgnew/images/file.asp?FileID=1717>.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2527, มิถุนายน-กันยายน). การปรับพฤติกรรมเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน. ศึกษาศาสตร์. มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 3(8): 10.
- (2536). การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: ทบวงมหาวิทยาลัย.
- พรสวรรค์ ณอมพุทรา. (2547). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อมารยาทในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสวัสดีวิทยา เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- พรทิพย์ ททรัพย์สิน. (2532). การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมด่านสำโรง จังหวัดสมุทรปราการ. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรเพ็ญ นิรมลพิศาล. (2546). การเปรียบเทียบผลของการลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบและการใช้กรณีตัวอย่างเพื่อลดความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดดิสหงสาราม เขตมวกะสัน กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรรณราย ททรัพย์ประภา. (2524, สิงหาคม-กันยายน). การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก. วารสารแนะแนว 15(76) : 9-30.
- (2527). จิตวิทยาการบริหาร. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.
- พันธุ์เพชร. (2523). มารยาทสังคม. กรุงเทพฯ: สำนักหอสมุดกลาง.
- พูนทรัพย์ บุษปราชญ์. (2539, เมษายน-มิถุนายน). พฤติกรรมบำบัด. สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 11(2) : 187-198.
- เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. (2528). การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพื่อลดความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญสมุทรปราการ จังหวัดชยนาท. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มหาวิทยาลัยศรีปทุม. (2546). การเตรียมตัวและการฝึกฝนการพูดเบื้องต้น. (เอกสารประกอบคำสอน) สืบค้นเมื่อวันที่ 2 ตุลาคม 2550, จาก <http://komut.spu.ac.th/somkiart/talk2.html>.
- ยุพา สุภากุล. (2521). การสื่อความ. เชียงใหม่: โครงการตำราคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ยุพิน กองธรรม. (2532). ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมในการแสดงออกเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). พิษณุโลก: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. ถ่ายเอกสาร.
- รุ่งฤดี จินฉนวนโส; และ ภัทราพร พูลสวัสดิ์. (2550). การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียด. สืบค้นเมื่อ 18 พฤศจิกายน 2550, จาก <http://www.ramaclinic.com/healthcare/H2025-0708-01/index.asp>.
- ละเอียด ชูประยูร. (2538). เทคนิคพฤติกรรมบำบัด. กรุงเทพฯ: ศูนย์ผลิตเอกสาร โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา.

- ลักษณ์ สตะเวทิน. (2536). หลักการพูด. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- วงพัทตร์ ภูพันธ์ศรี. (2523). ผลของการศึกษาพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและบุคลิกภาพของนักศึกษาหญิง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วรรณ โสมประยูร. (2534). การสอนภาษาไทยระดับประถมศึกษา. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วศิณี มุกตอกไม้. (2541). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบึงบา อำเภอหนองเสือ จังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วัลลภ ปิยมโนธรรม. (2528). เทคนิคการรักษาโรคประสาทด้วยตนเอง. กรุงเทพฯ: บริษัท เยียร์บุ๊คพับลิชเชอร์ จำกัด.
- วิจิตร อวະกุล. (2542). เพื่อการพูด การฟังและการประชุมที่ดี. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช
- วิชัย โสสุวรรณจินดา. (2539, มีนาคม-เมษายน). การพูดต่อหน้าชุมนุมชน. สามิตสาร. 52(2): 91-96.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2530). หลักการสร้างและวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- วิรัช ลภีรัตนกุล. (2543). วาหนิเทศและวาทศิลป์. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิไล ไชยปรกรณ์. (2532). ผลของการฝึกอบรมพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยครูพิบูลสงคราม จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). พิษณุโลก: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. ถ่ายเอกสาร.
- ศตายุ สองจันทร์. (2546). การฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยการศึกษา). มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- ศรียาภรณ์ ศรีตัญชัย. (2547). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมต่อการพูดหน้าชั้นเรียนของนักศึกษาระบบการศึกษานอกโรงเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หลักสูตรการศึกษาสายสามัญ วิธีเรียนทางไกล ศูนย์บริการการศึกษานอกโรงเรียน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สนิห ตั้งทวี. (2529). การใช้ภาษาไทยภาคปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

- สมจิตร์ ชีวปรีชา. (2531). วาทยิทยาสำหรับครู. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมปราชญ์ อัมมะพันธ์. (2529). การพูด. ปัตตานี: คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2526). การปรับปรุงพฤติกรรม. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- (2536). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับปรุงพฤติกรรม. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- (2549). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับปรุงพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สวณิต ยมาภัย; และถิรนนท์ อนวัชศิริวงศ์. (2533). หลักการพูดขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพฯ: ภาควิชา วาทยิทยา คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สวณิต ยมาภัย. (2524). หลักการพูดขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สว่างจิตร์ สุวรรณรัตน์. (2545). ผลของการใช้วิธีการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนา พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- สำเนียง มณีกาญจน์; และสมบัติ จำปาเงิน. (2530). หลักนักพูด. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เมดิคัล มีเดีย.
- สุจรีต เพียรชอบ; และสายใจ อินทร์พรชัย. (2538). วิธีการสอนภาษาไทยระดับมัธยมศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุปรียา ดันสกุล. (2537, มกราคม-มิถุนายน). การฝึกการกล้าแสดงออก : เทคนิคที่น่าสนใจ. สุขศึกษา 17(65-66) : 54-68.
- สุมาลี อุดมผล. (2537). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมตามโปรแกรมของ เคลลี่ต่อพฤติกรรมแสดงออกอย่างเหมาะสมของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุรินทร์ นามอยู่. (2545). ผลของการฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน บ้านวังเดือยหน้า อำเภอนาคู จังหวัดชัยนาท. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุวรรณี เครือฟุ้ง. (ม.ป.ป.). พูดอย่างไรไม่ให้ประหม่า. (บทพูด) สืบค้นเมื่อวันที่ 9 พฤศจิกายน 2550, จาก <http://www.human.cmu.ac.th/~thai/sompong/suwannee.htm>.
- หลุย จำปาเทศ. (2533). จิตวิทยาสัมพันธ์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- อัจฉราภรณ์ สุขุมะ. (2546). ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาริตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อารีย์ ลีลา. (2535). ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านน้ำรอบ จังหวัดอุทัยธานี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Alberti, Robert E.; & Emmons, Meihall L. (1982). *A Guide to Asserting Living : Your Perfect Right*. 4th ed. California: St. Louis Obispo Impact Publisher.
- (1978). *Your Perfect Right*. California: Impact Publisher.
- Bower, Sharon Anthony; & Bower, Gordon H. (1976). *Asserting Yourself : A Practical Guide for Positive Change*. Massachusetts : Addison Wesley Publishing Company.
- Fodor, I.G. (1980). *The Treatment of Communication Problems with Assertive Training*. In A Goldstien, and E.B.foa (eds). *Handbook of Behavioral Intervention : A Clinical Guide*. New York: John Wiley & Son, Inc.
- Huey, Wayn C. (1984). Effect of Counselor-Led and Peer-Led Group Assertive Training on Aggression in black Adolescents Aggression. *Journal of Counseling Psychology*.
- Lange, A.J.; & Jakubowski. P. (1976). *Responsible Assertive Behavior*. Cognitive Behavior Procedures Trainer. Illinois: Research Press.
- Langlish, S.V. (1986). *Assertive Training*. In C.L. Cooper (Ed.), *Improving Interpersonal Relations*. P. 69-80. England: Wildwood House Limited.
- Lowry, David M. (2000). Verbal Assertive Training with Low Verbally Active Grade-School Children. *Dissertation Abstracts Online*.
- Morris, J. (1975). *Fear Reduction Methods*. Helping People Change. F. Kanfer and A. Goldstien ed. New York: Pergamon Press.
- Rathus, Spencer A.; & Jeffery S. Nevid. (1978). *Behavior Therapy*. New York: New American Library.
- Rose, Raphael D. (2000). Speech Anxiety and Covert Verbal Behavior. *Dissertation Abstracts Online*.
- Rotheram, M.J, Armstrong, Mi.; & Booraem, C. (1982, October). Assertiveness training in fourth and fifth grade children. *Community Psychology*. 10 : 567-582.
- Sansbury. David L. (1974, October). Assertive Training in Group. *The Personnel and Guidance Journal*. 53(2) : 117-122.

Smalley, Kalley A. (2000). Power in Speech : The Moderating Effect of Implicit Theories.

Dissertation Abstracts Online.

Wilk, Carole; & Virginia Coplan. (1977, April). Assertive Training as Confidence

BuildingTechnique. *The Personnel and Guidance Journal.* 55.

Wolpe, Joseph. (1973). *The Practice of Behavior Therapy.* 2nd ed. New York: Pergamon Press.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5646 , 5731

ที่ ศธ 0519.12/ 7467

วันที่ 7 ธันวาคม 2550

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นายธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ” โดยมี อาจารย์พาสณา จุลรัตน์ ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์และรองศาสตราจารย์เวณิ กรีทอง กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา , ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน , แบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน , โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมและโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(Signature)

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ที่ ศธ 0519.12/๕/๕๔

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

4 มกราคม 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ครูใหญ่โรงเรียนทรงวิทยา

เนื่องด้วย นายธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนทรงวิทยา จังหวัดสมุทรปราการ” โดยมี อาจารย์พาสนา จุลรัตน์ ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์เวชณี กริทอง กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำแบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน , แบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน , โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม และ โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ ขอเก็บข้อมูลจำนวน 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 ขอเก็บข้อมูลกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 16 คน ครั้งที่ 2 ขอเก็บข้อมูลกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 16 คน ในระหว่างเดือนมกราคม 2551 – เดือนมีนาคม 2551

จึงเรียนมาเพื่อขอบความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นายธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ ได้ทำการเก็บข้อมูลซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จีระเชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-6495063 , 02-6641000 ต่อ 5731 , 5646

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต มือถือ 081-550-9001

ภาคผนวก ข

1. แบบประเมินพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
2. แบบบันทึกพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
3. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
4. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

แบบประเมินพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียน

ผู้ประเมิน.....วันที่.....
ผู้ถูกประเมิน.....ชั้น.....เวลา.....

พฤติกรรม.การพูดหน้าชั้นเรียน หมายถึง พฤติกรรมที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียนขณะออกไปพูดหน้าชั้นเรียน โดยแสดงออกเป็นพฤติกรรม ที่สังเกตได้ชัดเจนซึ่งแบ่งเป็น 2 ด้าน คือ ภาษาถ้อยคำ และ ภาษาท่าทาง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ภาษาถ้อยคำ (Verbal Language) ได้แก่
 - 1.1 ไม่พูดตะกุกตะกัก
 - 1.2 ไม่หยุดพูดกลางคัน
 - 1.3 เสียงพูดไม่สั่น
 - 1.4 จังหวะการพูดเหมาะสม
2. ภาษาท่าทาง (Non- verbal Language) ได้แก่
 - 2.1 มือไม่สั่น
 - 2.2 สบสายตาคู่ฟัง
 - 2.3 ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย
 - 2.4 ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น

โปรด กาเครื่องหมาย ✓ เพื่อระบุให้นักพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนแต่ละคนในช่องที่มีพฤติกรรมแต่ละด้านกำกับอยู่ สำหรับความหมายของแต่ละด้านมีดังนี้

- 5 หมายถึง แสดงพฤติกรรมมากที่สุด
- 4 หมายถึง แสดงพฤติกรรมมาก
- 3 หมายถึง แสดงพฤติกรรมปานกลาง
- 2 หมายถึง แสดงพฤติกรรมน้อย
- 1 หมายถึง แสดงพฤติกรรมน้อยที่สุด

แบบประเมินพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียน

ผู้ประเมิน.....วันที่.....

ผู้ถูกประเมิน.....ชั้น.....เวลา.....

พฤติกรรมที่ต้องการสังเกต	พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกมา	ความถี่ของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น				
		5	4	3	2	1
1. ภาษาถ้อยคำ	พูดตะกุกตะกัก					
	หยุดพูดกลางคัน					
	พูดเสียงสั่น					
	จังหวะการพูดไม่เหมาะสม					
2. ภาษาท่าทาง	มือสั่น					
	ไม่สบสายตาผู้ฟัง					
	กระวนกระวาย เดินไปเดินมา					
	ออกไปพูดหน้าชั้นช้ากว่าที่ควรจะเป็น					
รวม						

แบบบันทึกพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน

ครั้งที่..... วันที่.....
 ผู้สังเกต..... เวลา.....

พฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน หมายถึง พฤติกรรม การพูดที่เหมาะสมที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียนขณะออกไปพูดหน้าชั้นเรียน โดยแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้ชัดเจน ซึ่งแบ่งเป็น 2 ด้าน คือ ภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ภาษาถ้อยคำ (Verbal Language) ได้แก่
 - 1.1 ไม่พูดตะกุกตะกัก
 - 1.2 ไม่หยุดพูดกลางคัน
 - 1.3 เสียงพูดไม่สั่น
 - 1.4 จังหวะการพูดเหมาะสม
2. ภาษาท่าทาง (Non-Verbal Language) ได้แก่
 - 2.1 มือไม่สั่น
 - 2.2 สบสายตาสื่อผู้ฟัง
 - 2.3 ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย
 - 2.4 ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น

หมายเหตุ : การสังเกตใช้เวลา 50 นาที โดยแบ่งสังเกตคนละ 5 นาที มีเกณฑ์การบันทึก ดังนี้

- 0 หมายถึง นักเรียนมีพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียนเหมาะสม
- 1 หมายถึง นักเรียนมีพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียนไม่เหมาะสม

แบบบันทึกพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน

ครั้งที่..... วันที่.....
 ผู้สังเกต..... เวลา.....

นักเรียน คนที่	เวลา (นาที)	พฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน								รวม
		ภาษาถ้อยคำ				ภาษาท่าทาง				
		ไม่พูดตะกุกตะกัก	ไม่หยุดพูดกลางคัน	เสียงพูดไม่สั้น	จังหวะการพูดเหมาะสม	มือไม่สั่น	สบสายตาคู่ฟัง	ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย	ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										

- หมายเหตุ
1. พูดคนละ 5 นาที
 2. จับฉลากในการออกไปพูดหน้าชั้นเรียน

.....ผู้สังเกต

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

ตารางสรุปโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

(สำหรับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน และระหว่างนักเรียนที่เข้าร่วมการทดลอง 2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์วิธีการและเทคนิคต่างๆ ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียน รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนักเรียนทุกคนที่ต้องปฏิบัติภายในกลุ่ม 3. เพื่อเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม 4. เพื่อให้นักเรียนรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้ารับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้นักเรียนแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยโดยใช้กิจกรรม “ดวงดาวของเรา” 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม อธิบายวิธีการ และเทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการฝึก รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนักเรียนทุกคนที่ต้องปฏิบัติ คือ การร่วมปฏิบัติกิจกรรมในแต่ละครั้งให้เต็มที่ และเข้ากลุ่มครบจำนวน 12 ครั้ง 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 5. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามพร้อมทั้งนัดหมายสถานที่ วัน เวลาที่จะทำการฝึก ตั้งแต่ครั้งที่ 2 จนถึงครั้งสุดท้าย
2	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก	1. เพื่อทบทวนบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก	ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ครั้งที่ 2-11 ผู้วิจัยใช้เทคนิคแม่แบบและใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ โดยมีรายละเอียดดังนี้ ก. การใช้เทคนิคแม่แบบ ผู้วิจัยใช้ในการฝึกครั้งที่ 2, 4, 6, 7 และ 9 โดยมีขั้นตอนและวิธีดำเนินการดังนี้

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
3	พฤติกรรมกรร พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูด กลางคัน	1. เพื่อติดตามผลการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสมในการ พูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษา ถ้อยคำ คือ ไม่พูด ตะกุกตะกัก ที่ผู้วิจัย มอบหมายให้นักเรียนไปฝึก เพิ่มเติม 2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรม ที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้น เรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน	ขั้นที่ 1 ขั้นนำ 1. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการ ฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูด หน้าชั้นเรียนที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการ แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูด หน้าชั้นเรียน ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูล ย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และ การให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้ 2.1 ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับ พฤติกรรมกรรพูดหน้าชั้นเรียน 2.2 ขั้นเสนอแม่แบบ 2.2.1 ผู้วิจัยเสนอแม่แบบ และให้ นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ 2.2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกัน อภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับ ตัวแบบที่แสดงถึงพฤติกรรมด้านบวก และพฤติกรรมด้านลบ ว่าเป็นอย่างไ และนักเรียนควรจะพูดตามพฤติกรรมใด ถึงจะถูกต้อง ในระหว่างที่นักเรียน อภิปรายและแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัย ใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ 2.2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบ พฤติกรรมของตัวแบบและแสดงควา มคิดเห็น ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่
4	พฤติกรรมกรร พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่ สั้น	1. เพื่อติดตามผลการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสมในการ พูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษา ถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูด กลางคัน ที่ผู้วิจัยมอบหมาย ให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม 2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรม ที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้น เรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น	2.1 ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับ พฤติกรรมกรรพูดหน้าชั้นเรียน 2.2 ขั้นเสนอแม่แบบ 2.2.1 ผู้วิจัยเสนอแม่แบบ และให้ นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ 2.2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกัน อภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับ ตัวแบบที่แสดงถึงพฤติกรรมด้านบวก และพฤติกรรมด้านลบ ว่าเป็นอย่างไ และนักเรียนควรจะพูดตามพฤติกรรมใด ถึงจะถูกต้อง ในระหว่างที่นักเรียน อภิปรายและแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัย ใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ 2.2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบ พฤติกรรมของตัวแบบและแสดงควา มคิดเห็น ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่
5	พฤติกรรมกรร พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการ พูดเหมาะสม	1. เพื่อติดตามผลการฝึก พฤติกรรมที่เหมาะสมในการ พูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษา ถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น ที่ ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียน ไปฝึกเพิ่มเติม 2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรม ที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้น เรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม	2.1 ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับ พฤติกรรมกรรพูดหน้าชั้นเรียน 2.2 ขั้นเสนอแม่แบบ 2.2.1 ผู้วิจัยเสนอแม่แบบ และให้ นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ 2.2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกัน อภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับ ตัวแบบที่แสดงถึงพฤติกรรมด้านบวก และพฤติกรรมด้านลบ ว่าเป็นอย่างไ และนักเรียนควรจะพูดตามพฤติกรรมใด ถึงจะถูกต้อง ในระหว่างที่นักเรียน อภิปรายและแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัย ใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ 2.2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบ พฤติกรรมของตัวแบบและแสดงควา มคิดเห็น ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6	พฤติกรรมกรรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพุดเหมาะสม	1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพุดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพุดเหมาะสม ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม 2. เพื่อให้ให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพุดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพุดเหมาะสม	นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมในการพุดหน้าชั้นเรียนได้อย่างถูกต้อง ส่วนนักเรียนที่ยังแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจึงให้ข้อมูลย้อนกลับและทำการฝึกซ่อมพฤติกรรมอีกครั้ง และให้แรงเสริมทางบวก หลังจากที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมได้ดีขึ้น 2.3 ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิด และประโยชน์ที่ได้จากการใช้เทคนิคแม่แบบเทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ่อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก จากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปเพิ่มเติม
7	พฤติกรรมกรรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น	1. เพื่อทบทวนบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกรรพุดหน้าชั้นเรียน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพุดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น	ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมและให้นักเรียนฝึก เพิ่มเติมเป็นที่บ้าน
8	พฤติกรรมกรรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง	1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพุดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม 2. เพื่อให้ให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพุดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง	ข. การใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ ผู้วิจัยใช้ในการฝึกครั้งที่ 3, 5, 8, 10 และ 11 โดยมีขั้นตอนและวิธีดำเนินการดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นนำ 1. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพุดหน้าชั้นเรียน ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น
9	พฤติกรรมกรรพุดหน้าชั้นเรียน	1. เพื่อให้ให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพุดหน้าชั้นเรียน	

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
9 (ต่อ)	เรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาคู่ฟัง	เรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาคู่ฟัง	ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับการฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้
10	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย	1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาคู่ฟัง ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม 2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย	2.1 ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยเตรียมบทบาทสมมติตามสถานการณ์ พฤติกรรมที่เหมาะสม 2.2 ขั้นแสดง 2.2.1 การอุ่นเครื่อง ผู้วิจัยสนทนาซักถามนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน
11	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น	1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม 2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น	2.2.2 ขั้นเลือกผู้แสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัครเป็นผู้แสดง (ถ้าไม่มีอาสาสมัครจะใช้วิธีสุ่มหยิบชื่อนักเรียนออกมา) 2.2.3 การจัดฉากการแสดง ผู้วิจัยแจกเอกสารบทบาทสมมติ ให้นักเรียนอาสาสมัครอ่านเพื่อจัดฉากให้เหมาะสม 2.2.4 ขั้นเตรียมผู้สังเกตการณ์ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์ และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดง และเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง 2.2.5 การแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทสมมติที่ตนได้รับ

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			2.3 ชั้นวิเคราะห์ และอภิปราย ผลการแสดง หลังจากแสดงจบ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์ อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับบทบาทการแสดงของแต่ละคน โดยไม่มุ่งเน้นว่าใครแสดงดีหรือไม่ และการแสดงนี้มีประโยชน์กับนักเรียนมากน้อยเพียงใด ในระหว่างการวิเคราะห์และ อภิปรายผลการแสดง ผู้วิจัยใช้เทคนิค การฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับและให้แรงเสริมทางบวกควบคู่ไปด้วย 2.4 ชั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน โดยผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และฝึกซ้อมเพิ่มเติมให้แก่นักเรียนที่ยังแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม 2.5 ชั้นแลกเปลี่ยน ประสบการณ์และสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สรุป ประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม และให้นักเรียนฝึก เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อติดตามผลงานที่ผู้วิจัยมอบหมายให้ไปฝึกเพิ่มเติม 2. เพื่อสรุปผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีการพูดหน้าชั้นเรียนที่ถูกต้องและเหมาะสมทั้งด้านภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง 4. เพื่อให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	ขั้นตอนมีดังนี้ 1. ผู้วิจัยทบทวนวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน 2. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม และผู้วิจัยให้การชี้แนะ 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนบอกวิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนที่ถูกต้องและเหมาะสมทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง 5. ผู้วิจัยซักถามนักเรียนว่าได้นำสิ่งที่เรียนรู้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนไปใช้ในชีวิตประจำวันหรือไม่ ใช้ในลักษณะใด มีผลอย่างไรบ้าง 6. ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่ได้รับจากการฝึกครั้งนี้ 7. ผู้วิจัยกล่าวขอขอบคุณนักเรียนที่เข้าร่วมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียน และกล่าวปิดโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

หมายเหตุ การทดลองในแต่ละครั้งใช้เวลาครั้งละ 50 นาที

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

การฝึกครั้งที่ 1

เรื่อง	ปฐมนิเทศ
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนที่เข้าร่วมการทดลอง 2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์วิธีการและเทคนิคต่างๆ ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียน รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนักเรียนทุกคนที่ต้องปฏิบัติภายในกลุ่ม 3. เพื่อเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม 4. เพื่อให้นักเรียนรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้ารับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
อุปกรณ์	1. กระดาษสีรูปดาว 2. กระดาษบันทึกการสัมภาษณ์ 3. แผนภูมิวัตถุประสงค์ในการพูด 4. แผนภูมิเทคนิคการพูด
วิธีดำเนินการ	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้นักเรียนแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยโดยใช้กิจกรรม “ดวงดาวของเรา” มีขั้นตอนดังนี้ 2.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม 2.2 ผู้วิจัยแจกชิ้นส่วน “ดวงดาว” ให้นักเรียนแต่ละคน 2.3 ผู้วิจัยให้สัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนนำชิ้นส่วนของตนเองไปประกอบกับเพื่อนคนอื่นๆ ให้เป็นดาวดวงเดียวกัน 2.4 เมื่อนักเรียนแต่ละคนได้คู่ของตนแล้ว ให้แต่ละคนซักถามกันในหัวข้อต่อไปนี้ 2.4.1 ชื่อ-นามสกุลและชื่อเล่น 2.4.2 ชอบอะไร ไม่ชอบอะไร 2.4.3 วิชาที่ชอบเรียน วิชาที่ไม่ชอบเรียน 2.4.4 เวลาว่างชอบทำอะไร 2.4.5 อาหารที่ชอบทานมากที่สุด

2.4.6 อนาคตอยากเป็นอะไร

2.5 ให้นักเรียนแต่ละคู่ออกมารายงานผล โดยเล่ารายละเอียดเกี่ยวกับคู่ของตนให้สมาชิกทราบ

2.6 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจากกิจกรรม “ดวงดาวของเรา”

2.7 ผู้วิจัยสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมว่า เพื่อให้ นักเรียนที่ไม่รู้จักกันมาก่อน ได้ทำความรู้จักกัน และเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้วิจัยและนักเรียนในกลุ่ม

3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม อธิบายวิธีการ และเทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการฝึก รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนักเรียนทุกคนที่จะต้องปฏิบัติ คือ การร่วมปฏิบัติกิจกรรมในแต่ละครั้งให้เต็มที่ และเข้ากลุ่มครบจำนวน 12 ครั้ง

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

5. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม พร้อมทั้งนัดหมายสถานที่ วัน เวลา ที่ จะทำการฝึก ตั้งแต่ครั้งที่ 2 จนถึงครั้งสุดท้าย

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

การฝึกครั้งที่ 2

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อทบทวนบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก

อุปกรณ์ เอกสาร เรื่อง อารมณ์ขันในการพูด

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว เพื่อทบทวนบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก ว่ามีความสำคัญอย่างไร

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นเสนอแม่แบบ

2.1 ผู้วิจัยเสนอแม่แบบ เรื่องที่แม่แบบใช้ในการพูดครั้งนี้คือ อารมณ์ขันในการพูด โดยใช้เวลา 5 นาที และให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับตัวแบบที่แสดงถึงพฤติกรรมด้านบวก ได้แก่ การพูดไม่ตะกุกตะกัก และพฤติกรรมด้านลบ ได้แก่ การพูดตะกุกตะกัก ว่าเป็นอย่างไร และนักเรียนควรจะพูดตามพฤติกรรมใดถึงจะถูกต้อง ในระหว่างที่นักเรียนอภิปรายและแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ

2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบ และแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกเกี่ยวกับพฤติกรรมที่นักเรียนเลียนแบบ ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนได้อย่างถูกต้อง ส่วนนักเรียนที่ดูตัวแบบแล้ว แต่ก็ยังแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจึงให้ข้อมูลย้อนกลับ และทำการฝึกซ้อมพฤติกรรมที่เลียนแบบอีกครั้ง และให้แรงเสริมทางบวก หลังจากที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมได้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิด และประโยชน์ที่ได้จากการใช้เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก จากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสาร เรื่อง อารมณ์ขันในการพูด

มีความเชื่อกันว่าอารมณ์ขันขึ้นอยู่กับนิสัยของคนบางคน คนที่เกิดมามีอารมณ์ขันจะพูดอะไรทำอะไรก็มีอารมณ์ขันแฝงอยู่ด้วยเสมอ ดาวตลกบางคนพอเห็น เราก็หัวเราะแล้ว ทั้งๆ ที่ยังไม่ได้แสดงอะไรตลกๆ ให้เราดูเลย

ส่วนคนที่ไม่มีอารมณ์ขัน จะพยายามสร้างอารมณ์ขันขึ้นมานั้นยากมาก เป็นการฝึนความรู้สึกเหลือเกิน แต่เราจะปฏิเสธความจริงข้อหนึ่งไม่ได้ คือ มนุษย์ทุกคนต่างก็มีอารมณ์ขันด้วยกันทั้งนั้น ไม่มากก็น้อย ทุกคนจะหัวเราะหรือไม่ก็ยิ้ม เมื่อเห็นใครกำลังเขียนป้ายข้อความประหลาดๆ แอบแขวนไว้ที่หูกางเกงด้านหลังของใครสักคน ทุกคนจะหัวเราะ เมื่อเห็นใครสักคนเหยียบเปลือกกล้วยหอมลื่นหกล้ม และทุกคนจะชอบใจ เมื่อเห็นใครกำลังทำให้คนบ้าจี้ตกใจและพูดอะไรๆ ซอบกลๆ ออกมา

คนที่ขี้นกที่สุดก็จะมีอารมณ์ขัน ถ้าอยู่ระหว่างเพื่อนฝูงที่สนิทกันจริงๆ แต่ถ้าอยู่ท่ามกลางคนแปลกหน้าเขาจะปิดปากเงียบ ไม่ยอมพูดจาเล่นหัวกับใครเลย

วิธีสร้างอารมณ์ขัน

1. คนที่ปรารถนาจะเป็นผู้พูดที่ดี ก็มีทางจะทะนุถนอมปลูกฝังอารมณ์ขันของตนเองให้เจริญงอกงามได้โดยไม่ต้องอาศัยพรสวรรค์อะไรเลย ลองลงมือปฏิบัติตามนี้
2. อ่านหนังสือประเภทฮาขันโดยเฉพาะ
3. สังเกตวิธีการวิพากษ์วิจารณ์ของนักเขียนและนักหนังสือพิมพ์ที่มีอารมณ์ขัน
4. มองโลกในแง่ดี มองเรื่องร้ายในมุมกลับดูบ้าง
5. จดจำวิธีการพูดของนักพูดบางคนที่มีอารมณ์ขัน
6. หัดสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้อื่น พยายามหาตัวอย่างแปลกๆ ขำๆ มาเล่าสู่กันฟังอย่าเป็นคนเคร่งเครียดจนเกินไป
7. เมื่อมีโอกาสพูดต่อที่ประชุม หาตัวอย่างเหมาะๆ แทรกเข้าไปบ้าง ให้เกิดอารมณ์ขัน ถ้าผู้ฟังไม่ขัน จงสำรวจว่าจังหวะและวิธีการเล่าอาจผิดพลาดตรงไหนบ้าง แล้วพยายามปรับปรุงในโอกาสต่อไป
8. พยายามสร้างจิตใจให้เป็นกันเองกับผู้ฟังและคนทุกคน

เอกสารอ้างอิง

ประเสริฐ บุญเสริม. (2550.). ศิลปะการพูดเพื่อการสื่อสาร. (เอกสารประกอบคำสอน). สืบค้นเมื่อวันที่ 2 ตุลาคม 2550, จาก <http://www.doe.go.th/vgnew/images/file.asp?FileID=1717>.

การฝึกครั้งที่ 3

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน

อุปกรณ์ เอกสารบทบาทสมมติ

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเป็นการบ้าน โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะ
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยเตรียมบทบาทสมมติตามสถานการณ์ พฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นแสดง

2.1 การอุ่นเครื่อง ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน ว่ามีความสำคัญอย่างไร

2.2 ขั้นเลือกผู้แสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัครเป็นผู้แสดง (ถ้าไม่มีอาสาสมัครจะใช้วิธีสุ่มหยิบชื่อนักเรียนออกมา)

2.3 การจัดฉากการแสดง ผู้วิจัยแจกเอกสารบทบาทสมมติ ให้นักเรียนอาสาสมัครอ่านเพื่อจัดฉากให้เหมาะสม

2.4 ขั้นเตรียมผู้สังเกตการณ์ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์ และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดง และเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

2.5 การแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทสมมติที่ตนได้รับ

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นวิเคราะห์ และอภิปรายผลการแสดง

หลังจากแสดงจบ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับบทบาทการแสดงของแต่ละคนว่ามีความสำคัญอย่างไร โดยไม่มุ่งเน้นว่าใครแสดงดีหรือไม่ และการแสดงนี้มีประโยชน์กับนักเรียนมากน้อยเพียงใด

ในระหว่างการวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดง ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับ และให้แรงเสริมทางบวกควบคู่ไปด้วย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน โดยผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และฝึกซ้อมเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สรุปประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ : ไม่หยุดพูดกลางคัน

สถานการณ์สมมติ

ในช่วงโม่งภาษาไทย ครูให้นักเรียน 3 คน คือ เด็กหญิงกุลนัตตา เด็กชายภัทรพล และเด็กชาย กวี ออกมาเล่านิทานที่ได้รับมอบหมายให้ไปเตรียมตัวมา โดยมีการนัดหมายล่วงหน้าไว้แล้ว และ เด็กหญิงกุลนัตตาออกมาเล่าเรื่องเป็นคนแรกด้วยอาการปกติ และเล่าเรื่องราวได้น่าฟังและน่าติดตาม ทำให้เพื่อนๆ ให้ความสนใจดี ต่อมาเด็กชายภัทรพลก็ออกมาเล่าเรื่องที่เตรียมมาเป็นอย่างดี ทำให้บรรยากาศในห้องเรียนสนุกสนาน และคนสุดท้าย คือ เด็กชายกวี ซึ่งเตรียมการพูดมาไม่ดีเท่าที่ควร ก็ออกมาเล่าเรื่อง โดยที่จำเรื่องที่เล่าไม่ค่อยได้ จึงพูดแล้วหยุดพูดเป็นช่วงๆ ใช้เวลานานกว่าจะคิดออก เพื่อนในห้องจึงนั่งเงียบ และก็มีเสียงเด็กชายวรเวชแซวมาว่า คิดออกเมื่อไหร่โทรมาบอกด้วยนะ จึงมีเสียงหัวเราะเฮฮามากจากเพื่อนๆ ในห้อง เมื่อเด็กชายกวีเล่าเรื่องจบ ครูจึงแนะนำว่า ควรเตรียมตัวให้พร้อมกว่านี้ เพราะถ้าจำเรื่องที่พูดไม่ได้ ก็จะต้องหยุดพูดกลางคัน ทำให้คนฟังเบื่อได้ และชมเด็กหญิงกุลนัตตา กับเด็กชายภัทรพลว่ามีความตั้งใจดี เล่าเรื่องได้น่าสนใจ น่าฟัง และขอให้ทำได้แบบนี้ทุกครั้ง

บทบาทของครู

ให้นักเรียนมาเล่านิทานที่ได้รับมอบหมายไป และแนะนำให้เด็กชายกวีฝึกพูดให้มากขึ้น และชมเชยเด็กหญิงกุลนัตตา กับเด็กชายภัทรพลว่าตั้งใจทำได้ดีแล้ว ขอให้รักษาความดีไว้ต่อไป

บทบาทของเด็กหญิงกุลนัตตา

ออกไปเล่านิทานที่ได้รับมอบหมายให้เตรียมมาพูดหน้าห้องเรียนที่ได้เตรียมตัวมาอย่างดี และเล่าเรื่องราวได้น่าฟังและน่าติดตาม

บทบาทของเด็กชายภัทรพล

ออกไปเล่านิทานที่ได้รับมอบหมายให้เตรียมมาพูดหน้าห้องเรียนที่ได้เตรียมตัวมาอย่างดี

บทบาทของเด็กชายกวี

ออกไปเล่าเรื่องนิทานที่ได้รับมอบหมายให้เตรียมมาพูดหน้าห้องเรียนแบบติดขัด ลืมเนื้อเรื่องก็หยุดพูดไปเฉยๆ เพราะขาดการเตรียมตัวที่ดี

บทบาทของเพื่อน

นั่งฟังเพื่อนพูดและมีอารมณ์คล้อยตาม

บทบาทของเด็กชายวรเวช

พูดแซวเด็กชายกวีว่า “คิดออกเมื่อไหร่โทรมาบอกด้วยนะ”

การฝึกครั้งที่ 4

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น

อุปกรณ์ เอกสาร เรื่อง พูดอย่างไรไม่ให้ประหม่า

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเป็นการบ้าน โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะ
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น ว่ามีความสำคัญอย่างไร

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นเสนอแม่แบบ

2.1 ผู้วิจัยเสนอแม่แบบ เรื่องที่แม่แบบใช้ในการพูดครั้งนี้คือ พูดอย่างไรไม่ให้ประหม่า โดยใช้เวลา 5 นาที และให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับตัวแบบที่แสดงถึงพฤติกรรมด้านบวก ได้แก่ เสียงพูดไม่สั่น และพฤติกรรมด้านลบ ได้แก่ เสียงพูดสั่น ว่าเป็นอย่างไร และนักเรียนควรจะพูดตามพฤติกรรมใดถึงจะถูกต้อง ในระหว่างที่นักเรียนอภิปรายและแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัยใช้เทคนิคการชี้แนะ

2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบ และแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกเกี่ยวกับพฤติกรรมที่นักเรียนเลียนแบบ ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนได้อย่างถูกต้อง ส่วนนักเรียนที่ดูตัวแบบแล้ว แต่ก็ยังแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจึงให้ข้อมูลย้อนกลับ และทำการฝึกซ้อมพฤติกรรมที่เลียนแบบอีกครั้ง และให้แรงเสริมทางบวก หลังจากที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมได้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิด และประโยชน์ที่ได้จากการใช้เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก จากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั่น และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั่น เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสาร เรื่อง พูดอย่างไรไม่ให้ประหม่า

เชื่อว่าหลายๆ คนในห้องนี้คงจะเคยเป็นเหยื่อแห่งความสนใจในสายตาและความรู้สึกในหมู่ผู้ฟัง ด้วยเหตุที่เกิดมาจากความประหม่าของตัวเอง ทำให้ขาดความเชื่อมั่นในขณะที่พูดไปเลย และประโยคหรือคำพูดที่เรามักคุ้นหูกันเวลาที่เรากำลังฟังคนที่มีอาการประหม่าขึ้นพูดก็คือ “คล้ายๆ กับว่า...เอ้อ” “แบบว่า...” “อะไรทำนองนี้” “คือยังไงดีหะ” คู่หูกันจริงๆ เลยใช่ไหม มันเป็นคำพูดที่แสดงถึงความไม่มั่นใจในการออกความเห็น หรือการอธิบายความเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ความน่าเชื่อถือในคำพูดเหล่านี้จะน้อยลง เพราะเป็นการแสดงว่าคนพูดอาจไม่รู้จริง หรือพูดแบบครึ่งๆ กลางๆ ไม่กล้าฟันธงอย่างตรงไปตรงมา

ถึงตรงนี้จะเกิดคำถามขึ้นในใจกันบ้างแล้วใช่ไหมว่า อะไรที่ทำให้เป็นเช่นนั้น และจะมีวิธีการใดบ้างที่จะแก้ไขไม่ให้เราเกิดอาการประหม่าเมื่อถึงคราวที่ต้องออกไปพูดในหมู่ชุมชน

เริ่มแรกเรามารับรู้สาเหตุสำคัญๆ ที่ทำให้คนพูดเกิดความประหม่า มีความวิตกกังวล ก่อความวุ่นวายใจในขณะที่พูดที่พอจะสรุปได้ดังนี้ คือ **ตื่นเวที** **หนีผู้ฟัง** **ระวังตัวแฉ** **วอแววุ่นวาย** **เนื้อหาเตรียมน้อย**

ข้อแรก ตื่นเวที เป็นความกลัวที่ต้องยืนพูดต่อหน้าคนอื่น ตัวเองต้องเป็นเป้าให้คนฟังมองและปะทะกับความรู้สึกที่ผู้ฟังสาดส่งขึ้นมา หรือแม้แต่ความไม่คุ้นเคยกับการพูดที่ต้องใช้ไมโครโฟนก็ทำให้เกิดอาการตื่นเวทีได้

ข้อสอง หนีผู้ฟัง เป็นอาการเกรงกลัวผู้ฟัง คิดว่าผู้ฟังมีความรู้เหนือกว่า ผู้พูดกลัวผู้ฟังจะไม่ประทับใจ เกิดความรู้สึก “ถอยหนีไม่กล้าสู้”

ข้อสาม ระวังตัวแฉ เป็นอาการเกร็งไม่กล้าใช้ท่าทาง กลัวจะไม่เหมาะสมไม่ควร ผลที่สุดความเป็นธรรมชาติในการพูดก็ลดลง ผู้ฟังรู้สึกอึดอัด ดังนั้น ผู้พูดที่มีอาการเขิน หน้าซีด มือไม้สั่น ก็เพราะสาเหตุข้อนี้

ข้อสี่ วอแว วุ่นวาย เป็นสภาพบรรยากาศของการพูดการฟังที่ไม่สงบเรียบร้อย เช่น สถานที่พูดร้อนอบอ้าวเกินไป เสียงอึกที่กกรึกโครม ผู้ฟังคุยกันจ๊อกแจ๊กจ๊อแจ หยอกล้อ อ่านหนังสือพิมพ์ นั่งกันระเกะระกะ ล้วนแล้วแต่ให้ผู้พูดลดความเชื่อมั่น เพิ่มความประหม่าทั้งสิ้น

ข้อสุดท้าย เนื้อหาเตรียมน้อย เป็นลักษณะของผู้พูดที่เตรียมตัวไม่พร้อมและเกิดความวิตกกังวลตั้งแต่ก่อนขึ้นเวทีแล้ว เพราะฉะนั้น เมื่อพบกับสถานการณ์บนเวที ก็ยิ่งทำให้เกิดความประหม่ามากยิ่งขึ้น

พอเรารู้แล้วว่าสาเหตุของความประหม่าเกิดมาจากอะไร ต่อไปเรารู้ถึงเคล็ดลับจากนักพูดคนหนึ่งที่ว่าอาจจะไม่ใช่ที่รู้จักกันมากนัก แต่ข้อคิดดีๆ ที่จะได้จากนักพูดคนนี้มีประโยชน์มากเลย

ที่เดียว เขาค้นพบคือ “ การรู้ ภาวใหญ่ ” ซึ่งได้แนะนำวิธีการพิชิตความประมาทได้เป็นอย่างดี โดยมียุทธวิธี 4ก ก็คือ ปองกัน - แกไข - กล้าสู้ - กระตือรือร้น โดยมีแนวทางง่าย ๆ ดังนี้

เริ่มจาก 1. **เตรียมตัวดี** นับแต่การแต่งกายที่สมบุคลิก เหมาะกับผู้ฟังและโอกาส มีรูปร่างหน้าตาสะอาดสะอ้าน ไม่ขัดกับความรูสึกของผู้ฟังที่ได้พบเห็น ตั้งแต่วินาทีแรกๆ ซึ่งเป็นการทำลายความสนใจของผู้ฟังอย่างน่าเสียดาย

2. **มี “เสปียงกรัง”** โดยการเตรียมเนื้อหาการพูดให้พร้อมตั้งแต่ข้อมูลที่ต้องการ ภาษาที่กระชับ ตัวอย่างที่กลมกลืนและขั้นตอนการพูดที่ชัดเจน

3. **วิเคราะห์ผู้ฟัง** โดยผู้พูดควรจะต้องรู้ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ฟังได้ดีที่สุดก่อนขึ้นเวที ทั้งในด้านอายุ เพศ ระดับการศึกษา จำนวน ความสนใจ ความเชื่อ และความชอบไม่ชอบของผู้ฟัง รวมทั้งความรูสึก ความศรัทธาที่ผู้ฟังมีต่อผู้พูดด้วยจะดีมาก เพราะจะทำให้ผู้พูดสามารถเตรียมแนวการพูดและบุคลิกท่าทีของตนให้เหมาะสมกับสภาพของผู้ฟัง

4. **สร้างความเบิกบานในหัวใจ** คือ สร้างความรูสึกกล้าหาญ ความกระตือรือร้นให้เกิดขึ้นในใจตั้งแต่ก่อนขึ้นเวที โดยพยายามปรับปรุงสภาพแวดล้อมรอบตัวให้โชนำนำใจตนเองในทางที่ดี เช่น คบเพื่อนที่เข้มแข็ง กล้าหาญ อ่านหนังสือที่ให้กำลังใจ กล้าต่อสู้ รู้จักร้องเพลงที่ทำให้ความสุขในจิตใจ จัดบ้านช่องห้องนอนให้สะอาดสวยงาม เป็นต้น บรรยากาศรอบตัวเช่นนี้ จะชักจูงใจให้เกิดความกล้าหาญเบิกบาน มีบุคลิกที่สดชื่น กระปรี้กระเปร่าเป็นที่สนใจของผู้ฟัง

5. **“ไม่เป็นไร” เสียบ้าง** ขณะที่พูดหากพบผู้ฟังหลับบ้าง นั่งคุยกันบ้าง หรือมีที่ทำไม่สนใจอยู่บ้าง “จงอย่าให้สภาพของผู้ฟังเช่นนั้นมามีอิทธิพลต่อจิตใจของท่าน จงบอกกับตัวเองว่า -ไม่เป็นไร- แล้วจงเบนความสนใจไปสู่ผู้ฟังที่ดี” ทำได้เช่นนี้ความวิตกกังวล ความประมาทจะไม่เกิดขึ้น แต่จะคงความเชื่อมั่นและความกระตือรือร้นต่อไป

เอกสารอ้างอิง

สุวรรณณี เครือฟุ้ง. (2550). พูดอย่างไรไม่ให้ประมาท. (บทพูด) สืบค้นเมื่อวันที่ 9 พฤศจิกายน 2550, จาก <http://www.human.cmu.ac.th/~thai/sompong/suwannee.htm>.

การฝึกครั้งที่ 5

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม

อุปกรณ์ เอกสารบทบาทสมมติ

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเป็นการบ้าน โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะ
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยเตรียมบทบาทสมมติตามสถานการณ์ พฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นแสดง

2.1 การอุ่นเครื่อง ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม ว่าจะมีความสำคัญอย่างไร

2.2 ขั้นเลือกผู้แสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัครเป็นผู้แสดง (ถ้าไม่มีอาสาสมัครจะใช้วิธีสุ่มหยิบชื่อนักเรียนออกมา)

2.3 การจัดฉากการแสดง ผู้วิจัยแจกเอกสารบทบาทสมมติ ให้นักเรียนอาสาสมัครอ่านเพื่อจัดฉากให้เหมาะสม

2.4 ขั้นเตรียมผู้สังเกตการณ์ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์ และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดง และเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

2.5 การแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทสมมติที่ตนได้รับ

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นวิเคราะห์ และอภิปรายผลการแสดง

หลังจากแสดงจบ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับบทบาทการแสดงของแต่ละคนว่ามีความสำคัญอย่างไร โดยไม่มุ่งเน้นว่าใครแสดงดีหรือไม่ และการแสดงนี้มีประโยชน์กับนักเรียนมากน้อยเพียงใด

ในระหว่างการวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดง ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับ และให้แรงเสริมทางบวกควบคู่ไปด้วย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม โดยผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และฝึกซ้อมเพิ่มเติมให้นักเรียนที่ยังแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สรุปประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ : จังหวะการพูดเหมาะสม

สถานการณ์สมมติ

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน โดยให้เวลาไม่เกินคนละ 5 นาที โดยเรียงตามลำดับเลขที่ 1-8 และครั้งนี้นักเรียนเลขที่ 1 ออกไปพูดเสร็จเรียบร้อยแล้ว และคนต่อไปเป็นนักเรียนเลขที่ 2 คือ เด็กชายพิทยา เมื่อเด็กชายพิทยาออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน เด็กชายพิทยาก็พูดโดยนึกไปพูดไป เงยหน้ามองเพดานเมื่อนึกเรื่องราวไม่ออก จังหวะการพูดขาดความต่อเนื่อง ไม่น่าฟัง จึงทำให้เพื่อนในห้องไม่สนใจฟังเท่าใดนัก และนักเรียนเลขที่ 3 คือ เด็กหญิงพัชราออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน ด้วยการท่องจำจากสิ่งที่ได้บันทึกเอาไว้ในกระดาษ พยายามพูดให้มีจังหวะที่เหมาะสม แต่ก็ยังมีจังหวะการพูดที่ซ้ำเกินไป ต่อมานักเรียนคนที่ 4 คือ เด็กหญิงอลิษา ออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน ได้ดีมาก คือ การพูดมีจังหวะที่เหมาะสม พูดไม่ซ้ำหรือไม่เร็วจนเกินไป ทำให้เรื่องที่พูดนั้นน่าฟังและไม่น่าเบื่อ

บทบาทของครู

ในชั่วโมงภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน โดยออกมาพูดเรียงตามเลขที่ 1-8

บทบาทของเด็กชายพิทยา

เมื่อเด็กชายพิทยาออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน เด็กชายพิทยาก็พูดโดยนึกไปพูดไป เงยหน้ามองเพดานเมื่อนึกเรื่องราวไม่ออก จังหวะการพูดขาดความต่อเนื่อง ไม่น่าฟัง

บทบาทของเด็กหญิงพัชรา

ออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน ด้วยการท่องจำจากสิ่งที่ได้บันทึกเอาไว้ในกระดาษ พยายามพูดให้มีจังหวะที่เหมาะสม แต่ก็ยังมีจังหวะการพูดที่ซ้ำเกินไป

บทบาทของเด็กหญิงอลิษา

ออกพูดเรื่อง อาชีพในฝัน ได้ดีมาก คือ การพูดมีจังหวะที่เหมาะสม พูดไม่ซ้ำหรือไม่เร็วจนเกินไป ทำให้เรื่องที่พูดนั้นน่าฟังและไม่น่าเบื่อ

การฝึกครั้งที่ 6

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม

อุปกรณ์ เอกสาร เรื่อง พูดให้เป็นจังหวะพอเหมาะ

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเป็นการบ้าน โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะ
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม ว่ามีความสำคัญอย่างไร

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นเสนอแม่แบบ

2.1 ผู้วิจัยเสนอแม่แบบ เรื่องที่แม่แบบใช้ในการพูดครั้งนี้คือ พูดให้เป็นจังหวะพอเหมาะ โดยใช้เวลา 5 นาที และให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับตัวแบบที่แสดงถึงพฤติกรรมด้านบวก ได้แก่ จังหวะการพูดเหมาะสม และพฤติกรรมด้านลบ ได้แก่ จังหวะ

การพูดไม่เหมาะสม ว่าเป็นอย่างไร และนักเรียนควรจะพูดตามพฤติกรรมใดถึงจะถูกต้อง ในระหว่างที่นักเรียนอภิปรายและแสดงความคิดเห็น ผู้วิจัยใช้เทคนิคการชี้แนะ

2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบ และแสดงความคิดเห็นความรู้สึกเกี่ยวกับพฤติกรรมที่นักเรียนเลียนแบบ ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนได้อย่างถูกต้อง ส่วนนักเรียนที่ดูตัวแบบแล้ว แต่ก็ยังแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ผู้วิจัยจึงให้ข้อมูลย้อนกลับ และทำการฝึกซ้อมพฤติกรรมที่เลียนแบบอีกครั้ง และให้แรงเสริมทางบวก หลังจากที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมได้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิด และประโยชน์ที่ได้จากการใช้เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก จากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสาร เรื่อง พูดให้เป็นจังหวะพอเหมาะ

จังหวะการพูดจะต้องพอเหมาะ ไม่ช้าหรือเร็วเกินไป การพูดเร็วเกินไป ผู้ฟังอาจตามไม่ทัน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การพูดเกี่ยวกับวิชาการหรือพูดให้ความรู้ เพราะผู้ฟังต้องการช่วงเวลาสำหรับคิดตามไปด้วย แต่ถ้าพูดช้ามาก จนดูเหมือนลากเสียงพูด จะทำให้ผู้ฟังเกิดการเบื่อหน่าย ง่วงเหงาหาวนอน การจะพูดให้ช้าหรือเร็วอยู่ที่การบังคับสติให้ผ่านกลองเสียงออกมาเร็ว หรือช้านั่นเอง

วิธีพูดให้ได้จังหวะพอดี อยู่ที่การหัดพูด หรือหัดอ่านเป็นประโยคๆ ฝึกการเว้นวรรคตอนให้ถูกต้อง พูดให้ชัดเจน อย่าให้ขาดคำเป็นห่วงๆ อย่าลืกลีลาจนผู้ฟังรู้สึกเหนื่อยแทน การหยุดระหว่างคำบางคำ หรือวลีบางวลีอย่างตั้งใจ หรือที่เรียกว่าเป็นการหยุดเพื่อให้ความหมาย จะทำให้การพูดมีลีลาที่น่าฟัง และชวนติดตาม ดังนั้นการฝึกพูดเช่นนี้จึงต้องอาศัยการฝึกพูดโดยมีผู้ให้คำแนะนำและคอยติชม จะทำให้เกิดความชำนาญในการเปล่งเสียงได้จังหวะที่เหมาะสม

เอกสารอ้างอิง

สมจิตร ชิวปรีชา. (2531). วาทวิทยาสำหรับครู. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

การฝึกครั้งที่ 7

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อทบทวนบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น

อุปกรณ์ เอกสาร เรื่อง การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียด

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเป็นการบ้าน โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะ
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่นที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่นซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยเตรียมแม่แบบเกี่ยวกับการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ซึ่งจะเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้ให้นักเรียนมือไม่สั่น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นเสนอแม่แบบ

2.1 การอุ่นเครื่อง โดยผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น ว่าเป็นอย่างไร

2.2 ผู้วิจัยบรรยายเกี่ยวกับวิธีผอนคลายกล้ามเนื้อก่อนที่จะออกไปพูดหน้าชั้นเรียน จากนั้นจึงให้แม่แบบสาธิตให้นักเรียนดูพร้อมทั้งให้นักเรียนปฏิบัติตาม โดยผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ และการให้แรงเสริมทางบวกควบคู่ไปด้วย

2.3 ให้นักเรียนฝึกวิธีการผอนคลายกล้ามเนื้อที่จะต้องออกไปพูดหน้าชั้นเรียน

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิด และประโยชน์ที่ได้จากการใช้เทคนิคแม่แบบเทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก จากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการใช้วิธีผอนคลายกล้ามเนื้อก่อนที่จะออกไปพูดหน้าชั้นเรียน

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษา ถ้อยคำ คือ มือไม่สั่น เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสาร

เรื่อง การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียด

วิธีการฝึก

เลือกสถานที่ที่สงบ นั่งในท่าที่สบาย คลายเสื้อผ้าให้หลวม ถอดรองเท้า หลับตา ทำใจให้ว่าง ตั้งสมาธิอยู่ที่ส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยฝึกเกร็งและคลายกล้ามเนื้อสลับกันไปประมาณ 10 ครั้ง ระยะเวลาที่เกร็งให้นับ 1 – 5 และระยะเวลาที่ผ่อนคลายนับ 1 – 10 ทำดังนี้

1. มือและแขนขวา : กำมือ เกร็งแขน แล้วคลาย
2. มือและแขนซ้าย : ทำเช่นเดียวกันกับข้อ 1 และขณะกำมือระวังอย่าให้เล็บจิกเนื้อตัวเอง
3. หน้าผาก : เลิกคิ้วสูงแล้วคลาย ขมวดคิ้วแล้วคลาย
4. ตา แก้ม จมูก : หลับตาแน่น ย่นจมูกแล้วคลาย
5. ขากรรไกร ลิ้น ริมฝีปาก : กัดฟัน ใช้ลิ้นดันเพดานปากแล้วคลาย เม้มปากแน่นแล้วคลาย
6. คอ : ก้มหน้าให้คางจรดคอแล้วคลาย เงยหน้าจนสุดแล้วคลาย
7. ออก ไหล่ และหลัง : หายใจเข้าลึกๆ กลั้นไว้แล้วคลาย ยกไหล่สูงแล้วคลาย
8. หน้าท้อง : แอ้มท้องแล้วคลาย
9. ก้น : ขมิบก้นแล้วคลาย
10. เท้าและขาขวา :เหยียดขาขวานี้เท้าแล้วคลาย เหยียดขากระดูก ปลายเท้าแล้วคลาย
11. เท้าและขาซ้าย : เหยียดขาขวานี้เท้าแล้วคลาย เหยียดขากระดูก ปลายเท้าแล้วคลาย

เอกสารอ้างอิง

รุ่งฤดี จิณณวาโส; และ ภัทราพร พูลสวัสดิ์. (2550). การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียด. สืบค้นเมื่อ 18 พฤศจิกายน 2550, จาก <http://www.ramaclinic.com/healthcare/H2025-0708-01/index.asp>

การฝึกครั้งที่ 8

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง

อุปกรณ์ เอกสารบทบาทสมมติ

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเป็นการบ้าน โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะ
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยเตรียมบทบาทสมมติตามสถานการณ์ พฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นแสดง

2.1 การอุ่นเครื่อง ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง ว่ามีความสำคัญอย่างไร

2.2 ขั้นเลือกผู้แสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัครเป็นผู้แสดง (ถ้าไม่มีอาสาสมัครจะใช้วิธีสุ่มหยิบชื่อนักเรียนออกมา)

2.3 การจัดฉากการแสดง ผู้วิจัยแจกเอกสารบทบาทสมมติ ให้นักเรียนอาสาสมัครอ่านเพื่อจัดฉากให้เหมาะสม

2.4 ขั้นเตรียมผู้สังเกตการณ์ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์ และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดง และเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

2.5 การแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทสมมติที่ตนได้รับ

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นวิเคราะห์ และอภิปรายผลการแสดง

หลังจากแสดงจบ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับบทบาทการแสดงของแต่ละคนว่ามีความสำคัญอย่างไร โดยไม่มุ่งเน้นว่าใครแสดงดีหรือไม่ และการแสดงนี้มีประโยชน์กับนักเรียนมากน้อยเพียงใด

ในระหว่างการวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดง ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับ และให้แรงเสริมทางบวกควบคู่ไปด้วย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง โดยผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และฝึกซ้อมเพิ่มเติมให้แก่นักเรียนที่ยังแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สรุปประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียน

ด้านภาษาท่าทาง : สบสายตาผู้ฟัง

สถานการณ์สมมติ

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมาเล่าเรื่อง “สถานที่ท่องเที่ยวที่นักเรียนประทับใจ” คนละ 1 เรื่อง โดยใช้เวลาไม่เกินคนละ 5 นาที โดยเรียงลำดับเลขที่ 1-8 และครั้งนี้ นักเรียนตั้งแต่เลขที่ 1-5 ออกไปพูดเสร็จเรียบร้อยแล้ว และคนต่อไปเป็นเลขที่ 6 คือ เด็กหญิงพียดา แต่เมื่อ เด็กหญิงพียดา ออกมาเล่าเรื่องสถานที่ท่องเที่ยวที่ประทับใจ เด็กหญิงพียดาจะไม่มองสบสายตากับเพื่อนคนใดเลย และแสดงอาการกระวนกระวาย ปากสั่น แกว่งมือไปมา ยืนไม่อยู่กับที่ จนเมื่อ เด็กหญิงพียดาพูดจบ เด็กชายวิวิศน์จึงแซวว่า คุณครูให้ออกไปพูดนะ ไม่ได้ให้ออกไปเดินเพื่อนในห้องพากันหัวเราะอย่างสนุกสนาน และเมื่อถึงเลขที่ 7 ซึ่งเป็นเด็กชายณัฐออกมาเล่าเรื่องสถานที่ท่องเที่ยวที่ประทับใจได้ดีมาก คือ กล้าสบสายตากับเพื่อนๆ ในห้องเรียนและไม่มีอาการกระวนกระวายใดๆ เลย

บทบาทของครู

ในชั่วโมงภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมาเล่าเรื่อง สถานที่ท่องเที่ยวที่นักเรียนประทับใจ โดยออกมาพูดเรียงตามเลขที่ ซึ่งวันนี้เป็นเลขที่ 1-8

บทบาทของเด็กหญิงพียดา

สวัสดีค่ะ หนูชื่อ เด็กหญิงพียดา หนูเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วันนี้หนูจะออกมาเล่าเรื่องสถานที่ท่องเที่ยวที่หนูประทับใจ ซึ่งพฤติกรรมของเด็กหญิงพียดา คือไม่สบสายตาผู้ฟัง โดยมองไปทางอื่นตลอดเวลา และมีอาการกระวนกระวาย คือ ปากสั่น แกว่งมือไปมา ยืนไม่อยู่กับที่ ขยับเท้าไปมา

บทบาทของเด็กชายวิวิศน์

เด็กชายวิวิศน์ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จะพูดแซวเด็กหญิงพียดา เมื่อเด็กหญิงพียดาพูดจบว่า “คุณครูให้ออกไปพูดนะ ไม่ได้ให้ออกไปเดิน”

บทบาทของเด็กชายณัฐ

สวัสดีครับ ผมชื่อ เด็กชายณัฐ ผมเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วันนี้ผมจะออกมาเล่าเรื่องสถานที่ท่องเที่ยวที่ผมประทับใจ ซึ่งพฤติกรรมของเด็กชายณัฐ คือ ขณะที่พูดจะสบสายตาผู้ฟัง ไม่มองไปทางใดทางหนึ่งตลอดเวลา และไม่แสดงอาการกระวนกระวายใดๆ เลย

การฝึกครั้งที่ 9

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง

อุปกรณ์ แผนภูมิการฝึกบังคับสายตา

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้แรงเสริมทางบวก และการให้ไปฝึกเป็นการบ้าน โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยทบทวนวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้แรงเสริมทางบวก และการให้ไปฝึกเป็นการบ้าน ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยเตรียมแผนภูมิเกี่ยวกับตำแหน่งการบังคับสายตา คือ

บน → กลาง, ล่าง → กลาง

ซ้าย → กลาง, ขวา → กลาง

ขวาบน → กลาง, ขวาล่าง → กลาง

ซ้ายบน → กลาง, ซ้ายล่าง → กลาง

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นเสนอแม่แบบ

2.1 ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง ว่ามีความสำคัญอย่างไร

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกมองตามแม่แบบ

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป

3.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนบอกความคิดเห็นเกี่ยวกับการฝึกมองตามแม่แบบ

3.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิด และประโยชน์ที่ได้จากการใช้เทคนิคแม่แบบ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก จากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาผู้ฟัง เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสาร

เรื่อง การสบสายตาผู้ฟัง

แผนภูมิเกี่ยวกับตำแหน่งการบังคับสายตา คือ

บน	→	กลาง, ล่าง	→	กลาง
ซ้าย	→	กลาง, ขวา	→	กลาง
ขวาบน	→	กลาง, ขวาล่าง	→	กลาง
ซ้ายบน	→	กลาง, ซ้ายล่าง	→	กลาง

การฝึกครั้งที่ 10

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการ
กระวนกระวาย

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตาคู่ฟัง ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย

อุปกรณ์ เอกสารบทบาทสมมติ

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเป็นการบ้าน โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะ
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยเตรียมบทบาทสมมติตามสถานการณ์ พฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นแสดง

2.1 การอุ่นเครื่อง ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย ว่ามีความสำคัญอย่างไร

2.2 ขั้นเลือกผู้แสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัครเป็นผู้แสดง (ถ้าไม่มีอาสาสมัครจะใช้วิธีสุ่มหยิบชื่อนักเรียนออกมา)

2.3 การจัดฉากการแสดง ผู้วิจัยแจกเอกสารบทบาทสมมติ ให้นักเรียนอาสาสมัครอ่านเพื่อจัดฉากให้เหมาะสม

2.4 ขั้นเตรียมผู้สังเกตการณ์ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์ และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดง และเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

2.5 การแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทสมมติที่ตนได้รับ

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นวิเคราะห์ และอภิปรายผลการแสดง

หลังจากแสดงจบ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับบทบาทการแสดงของแต่ละคนว่ามีความสำคัญอย่างไร โดยไม่มุ่งเน้นว่าใครแสดงดีหรือไม่ และการแสดงนี้มีประโยชน์กับนักเรียนมากน้อยเพียงใด

ในระหว่างการวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดง ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับ และให้แรงเสริมทางบวกควบคู่ไปด้วย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย โดยผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และฝึกซ้อมเพิ่มเติมให้แก่นักเรียนที่ยังแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สรุปประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง : ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย

สถานการณ์สมมติ

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครูให้นักเรียนออกมาเล่าเรื่อง พ่อของฉัน โดยให้จับฉลากเลือกเพื่อนมา 2 คน ผู้ที่ต้องออกมาเล่าเรื่อง พ่อของฉัน คือ เด็กชายวีรภาพ และเด็กหญิงสุจิรา ตามลำดับ

คนที่ 1 เมื่อเด็กชายวีรภาพออกไปเล่าเรื่อง พ่อของฉัน ก็แสดงอาการกระวนกระวาย ตื่นตระหนก มือเกาะกระดาษที่ถืออยู่ เกาไปตามลำตัว แขน คอ และบิดไปบิดมา และเขย่าขา จนเล่าจบ

คนที่ 2 เมื่อเด็กหญิงสุจิรา ออกไปเล่าเรื่องพ่อของฉัน ก็เล่าด้วยท่าทางที่มั่นใจ และเหมาะสม ไม่แสดงอาการกระวนกระวายใดๆ จนเล่าจบ ครูจึงชมเชยเด็กหญิงสุจิรา

บทบาทของครู

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทยครูให้นักเรียนทำฉลาก เพื่อจับฉลาก เลือกเพื่อนออกมาเล่าเรื่องพ่อของฉัน และให้คำชมเชยแก่นักเรียนคนที่ออกไปเล่าเรื่องพ่อของฉัน ด้วยท่าทางมั่นใจและเหมาะสม ไม่แสดงอาการกระวนกระวายใดๆ

บทบาทของเด็กชายวีรภาพ

ออกไปเล่าเรื่องพ่อของฉันด้วยอาการกระวนกระวาย ไม่อยู่นิ่ง บิดตัวไปมา เขย่าขา เกาไปตามลำตัว แขน คอ จนเล่าจบ

บทบาทของเด็กหญิงสุจิรา

ออกไปเล่าเรื่องพ่อของฉันด้วยความมั่นใจ และเหมาะสม ไม่แสดงอาการกระวนกระวายใดๆ จนเล่าจบ

บทบาทของเพื่อน

ช่วยกันทำฉลากและจับฉลาก

การฝึกครั้งที่ 11

เรื่อง พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้น
ซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย ที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนเพิ่มเติม ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น

อุปกรณ์ เอกสารบทบาทสมมติ

วิธีดำเนินการ

ผู้วิจัยใช้เทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเป็นการบ้าน โดยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น และผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะ
2. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น ที่นักเรียนเคยประสบมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น ซึ่งเทคนิคในการฝึกครั้งนี้ คือ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ การฝึกซ้อมพฤติกรรม และการให้แรงเสริมทางบวก ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยเตรียมบทบาทสมมติตามสถานการณ์ พฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นแสดง

2.1 การอุ่นเครื่อง ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น ว่ามีความสำคัญอย่างไร

2.2 ขั้นเลือกผู้แสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัครเป็นผู้แสดง (ถ้าไม่มีอาสาสมัครจะใช้วิธีสุ่มหยิบชื่อนักเรียนออกมา)

2.3 การจัดฉากการแสดง ผู้วิจัยแจกเอกสารบทบาทสมมติ ให้นักเรียนอาสาสมัครอ่านเพื่อจัดฉากให้เหมาะสม

2.4 ขั้นเตรียมผู้สังเกตการณ์ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์ และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดง และเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

2.5 การแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทสมมติที่ตนได้รับ

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นวิเคราะห์ และอภิปรายผลการแสดง

หลังจากแสดงจบ ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับบทบาทการแสดงของแต่ละคนว่ามีความสำคัญอย่างไร โดยไม่มุ่งเน้นว่าใครแสดงดีหรือไม่ และการแสดงนี้มีประโยชน์กับนักเรียนมากน้อยเพียงใด

ในระหว่างการวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดง ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับ และให้แรงเสริมทางบวกควบคู่ไปด้วย

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น โดยผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวกแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และฝึกซ้อมเพิ่มเติมให้แก่นักเรียนที่ยังแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สรุปประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดเห็นจากการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น เพิ่มเติมเป็นการบ้าน

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง : ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นช้ากว่าที่ควรจะเป็น

สถานการณ์สมมติ

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมารายงานหน้าชั้นเรียนในเรื่องที่ครูมอบหมายให้ไปค้นคว้ามา โดยมีเด็กชายภูริออกมาพูดเป็นคนแรก แต่ใช้เวลานานกว่าจะออกมา จนครูต้องเรียกช้า เปรียบเทียบกับ เด็กหญิงอรจิรา ซึ่งออกมาพูดทันทีที่ครูเรียก ทำให้เพื่อนปรบมือให้ และครูชมเชย

บทบาทของครู

ในชั่วโมงภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมารายงานหน้าชั้นเรียนซึ่งได้มอบหมายให้ไปค้นคว้ามาในครั้งที่แล้ว เมื่อนักเรียนรายงานเสร็จ ครูจึงให้คำชมเชยกับ เด็กหญิงอรจิราที่ออกมาพูดหน้าชั้นเรียนทันทีที่ครูเรียก มีความพร้อม ไม่ต้องให้เพื่อนรอนาน

บทบาทของเด็กชายภูริ

ออกไปรายงานหน้าชั้นเรียนช้า โดยต้องให้ครูเรียกซ้ำถึง 2 ครั้ง

บทบาทของเด็กหญิงอรจิรา

รีบออกไปรายงานหน้าชั้นเรียนทันทีที่ครูเรียก

บทบาทของเพื่อน

ปรบมือให้ขณะที่ เด็กหญิงอรจิรา รีบออกมารายงานทันทีที่ครูเรียก

การฝึกครั้งที่ 12

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลงานที่ผู้วิจัยมอบหมายให้ไปฝึกเพิ่มเติม
2. เพื่อสรุปผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีการพูดหน้าชั้นเรียนที่ถูกต้องและเหมาะสมทั้ง

ด้านภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง

4. เพื่อให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยทบทวนวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน
2. ผู้วิจัยติดตามผลงานที่มอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติม และผู้วิจัยให้การชี้แนะ
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนบอกวิธีการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนที่ถูกต้องและเหมาะสม ทั้งด้านภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง
4. ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยซักถามนักเรียนว่าได้นำสิ่งที่เรียนรู้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการพูดหน้าชั้นเรียนไปใช้ในชีวิตประจำวันหรือไม่ ใช้ในลักษณะใด มีผลอย่างไรบ้าง
6. ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่ได้รับจากการฝึกครั้งนี้
7. ผู้วิจัยกล่าวขอขอบคุณนักเรียนที่เข้าร่วมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาการพูดหน้าชั้นเรียน และกล่าวปิดโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

การประเมินผล

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

ตารางสรุปโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

(สำหรับกลุ่มควบคุม)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน และระหว่างนักเรียนที่เข้าร่วมการทดลอง 2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ ลักษณะ และประโยชน์ของการให้ข้อเสนอแนะ รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติภายในกลุ่ม ตลอดจนทำการนัดหมาย วัน เวลา จำนวน ครั้ง และ สถานที่ในการให้ข้อเสนอแนะ 3. เพื่อเป็นการเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะเข้าร่วมการให้ข้อเสนอแนะ	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้นักเรียนแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยโดยใช้กิจกรรม “ดวงดาวของเรา” 3. เมื่อบรรยายภาคภายในกลุ่มมีความอบอุ่น เป็นกันเอง และทุกคนรู้จักกันมากขึ้น ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ ลักษณะการให้ข้อเสนอแนะ รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่จะต้องปฏิบัติภายในกลุ่ม 4. ผู้วิจัยชี้แจงถึงประโยชน์ที่จะได้รับในการเข้าร่วมโปรแกรม และนัดหมายวัน เวลา สถานที่ในการให้ข้อเสนอแนะ
2	พฤติกรรมการณ์พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการณ์พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำในเรื่องการไม่พูดตะกุกตะกัก 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการณ์พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องการไม่พูดตะกุกตะกักไปใช้	ตั้งแต่ครั้งที่ 2-11 ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ดังนี้ ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการณ์พูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการณ์พูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
3	พฤติกรรมกร พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูด กลางคัน	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธี พัฒนาพฤติกรรมกรพูดหน้า ชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องการไม่หยุดพูด กลางคัน 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำ วิธีการพัฒนาพฤติกรรมกร พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษา ถ้อยคำ ในเรื่องการไม่หยุด พูดกลางคันไปใช้	
4	พฤติกรรมกร พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่ สั้น	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธี พัฒนาพฤติกรรมกรพูดหน้า ชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องเสียงพูดไม่สั้น 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำ วิธีการพัฒนาพฤติกรรมกร พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษา ถ้อยคำ ในเรื่องเสียงพูดไม่ สั้นไปใช้	
5	พฤติกรรมกร พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการ พูดเหมาะสม	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธี พัฒนาพฤติกรรมกรพูดหน้า ชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องจังหวะการพูด เหมาะสม 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำ วิธีการพัฒนาพฤติกรรมกร พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษา ถ้อยคำ ในเรื่องจังหวะการ พูดเหมาะสมไปใช้	
6	พฤติกรรมกร พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธี พัฒนาพฤติกรรมกรพูดหน้า ชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ	

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6 (ต่อ)	ภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการ พูดเหมาะสม	ในเรื่องจังหวะการพูด เหมาะสม 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำ วิธีการพัฒนาพฤติกรรมการ พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษา ถ้อยคำ ในเรื่องจังหวะการ พูดเหมาะสมไปใช้	
7	พฤติกรรมการ พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธี พัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้า ชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องมือไม่สั่น 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำ วิธีการพัฒนาพฤติกรรมการ พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษา ท่าทาง ในเรื่องมือไม่สั่นไป ใช้	
8	พฤติกรรมการ พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาท่าทาง คือ สบสายตา ผู้ฟัง	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธี พัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้า ชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการสบสายตาผู้ฟัง 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำ วิธีการพัฒนาพฤติกรรมการ พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษา ท่าทาง ในเรื่องการสบสายตา ผู้ฟังไปใช้	
9	พฤติกรรมการ พูดหน้าชั้น เรียน ด้าน ภาษาท่าทาง คือ สบสายตา ผู้ฟัง	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธี พัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้า ชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการสบสายตาผู้ฟัง 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำ วิธีการพัฒนาพฤติกรรมการ พูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษา	

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
9 (ต่อ)		ทำทาง ในเรื่องการสบสายตาผู้ฟังไปใช้	
10 (ต่อ)	พฤติกรรมกรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาทำทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย	1. เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมกรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาทำทาง ในเรื่องการไม่แสดงอาการกระวนกระวาย 2. เพื่อให้ให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมกรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาทำทาง ในเรื่องการไม่แสดงอาการกระวนกระวายไปใช้	
11	พฤติกรรมกรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาทำทาง คือ ไม่ออกไปพุดหน้าชั้นช้ากว่าที่ควรจะเป็น	3. เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมกรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาทำทาง ในเรื่องการไม่ออกไปพุดหน้าชั้นช้ากว่าที่ควรจะเป็น 4. เพื่อให้ให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมกรพุดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาทำทาง ในเรื่องการไม่ออกไปพุดหน้าชั้นช้ากว่าที่ควรจะเป็นไปใช้	
12	ปัจจัยนิเทศ	1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับพฤติกรรมกรพุดหน้าชั้นเรียนที่เหมาะสม 2. เพื่อให้ให้นักเรียนได้แสดงความรู้สึกเกี่ยวกับการเข้าร่วมโปรแกรมการให้ข้อเสนอเทศ	ขั้นตอนมีดังนี้ 1. ผู้วิจัยและนักเรียนหนึ่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน 2. ผู้วิจัยและนักเรียนอภิปรายและสรุปร่วมกันถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมการให้ข้อเสนอเทศที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมกรพุดหน้าชั้นเรียน 3. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนและ

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12 (ต่อ)			กล่าวปิดการเข้าร่วมโปรแกรม การให้ข้อเสนอแนะ

หมายเหตุ การทดลองในแต่ละครั้งใช้เวลาครั้งละ 50 นาที

โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมนิเทศ

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนที่เข้าร่วมการทดลอง

2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ ลักษณะการให้ข้อเสนอแนะ รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติภายในกลุ่ม ตลอดจนทำความเข้าใจ วัน เวลา จำนวน ครั้งและสถานที่ในการให้ข้อเสนอแนะ

3. เพื่อเป็นการเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะเข้าร่วมการให้ข้อเสนอแนะ

อุปกรณ์ กระดาษสีรูปดาว

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้นักเรียนแนะนำตนเอง
2. ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยโดยใช้กิจกรรม “ดวงดาวของเรา” มีขั้นตอนดังนี้
 - 2.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม
 - 2.2 ผู้วิจัยแจกชิ้นส่วน “ดวงดาว” ให้นักเรียนแต่ละคน
 - 2.3 ผู้วิจัยให้สัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนนำชิ้นส่วนของตนเองไปประกอบกับเพื่อนคนอื่นๆ ให้เป็นดาวดวงเดียวกัน

2.4 เมื่อนักเรียนแต่ละคนได้คู่ของตนแล้ว ให้แต่ละคนซักถามกันในหัวข้อต่อไปนี้

- 2.4.1 ชื่อ-นามสกุลและชื่อเล่น
- 2.4.2 ชอบอะไร ไม่ชอบอะไร
- 2.4.3 วิชาที่ชอบเรียน วิชาที่ไม่ชอบเรียน
- 2.4.4 เวลาว่างชอบทำอะไร
- 2.4.5 อาหารที่ชอบทานมากที่สุด
- 2.4.6 อนาคตอยากเป็นอะไร

2.5 ให้นักเรียนแต่ละคู่ออกมารายงานผล โดยเล่ารายละเอียดเกี่ยวกับคู่ของตนให้สมาชิกทราบ

2.6 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจากกิจกรรม “ดวงดาวของเรา”

2.7 ผู้วิจัยสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมว่า เพื่อให้นักเรียนที่ไม่รู้จักกันมาก่อนได้ทำความรู้จักกัน และเพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยและนักเรียนในกลุ่ม

3. เมื่อบรรยายภาคภายในกลุ่มมีความอบอุ่น เป็นกันเอง และทุกคนรู้จักกันมากขึ้น ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ ลักษณะการให้ข้อเสนอแนะ รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนักเรียนที่จะต้องปฏิบัติภายในกลุ่ม

4. ผู้วิจัยชี้แจงถึงประโยชน์ที่จะได้รับในการเข้าร่วมโปรแกรม และนัดหมายวัน เวลา สถานที่ในการให้ข้อเสนอแนะ

การประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทในการเข้าร่วมกิจกรรม
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ชักถามและการสรุปของนักเรียน

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 2

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่พูดตะกุกตะกัก
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องการไม่พูดตะกุกตะกัก 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องการไม่พูดตะกุกตะกักไปใช้
อุปกรณ์	เอกสาร เรื่อง อารมณ์ขันในการพูด
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสาร อารมณ์ขันในการพูด

มีความเชื่อกันว่าอารมณ์ขันขึ้นอยู่กับนิสัยของคนบางคน คนที่เกิดมามีอารมณ์ขันจะพูดอะไรทำอะไรก็มีอารมณ์ขันแฝงอยู่ด้วยเสมอ ดาวตลกบางคนพอเห็น เราก็อหวัหระแล้ว ทั้งๆ ที่ยังไม่ได้แสดงอะไรตลก ๆ ให้เราดูเลย

ส่วนคนที่ไม่มีอารมณ์ขัน จะพยายามสร้างอารมณ์ขันขึ้นมานั้นยากมาก เป็นการฝึนความรู้สึกเหลือเกิน แต่เราจะปฏิเสธความจริงข้อหนึ่งไม่ได้ คือ มนุษย์ทุกคนต่างก็มีอารมณ์ขันด้วยกันทั้งนั้น ไม่มากก็น้อย ทุกคนจะอหวัหระหรือไม่ก็ยิ้ม เมื่อเห็นใครแก้งเขียนป้ายข้อความประหลาดๆ แอบแขวนไว้ที่หูกางเกงด้านหลังของใครสักคน ทุกคนจะอหวัหระเมื่อเห็นใครสักคนเหยียบเปลือกกล้วยหอมลื่นหกล้มและทุกคนจะชอบใจ เมื่อเห็นใครแก้งทำให้คนบ้าจี้ตกใจและพูดอะไรๆ ซอบกลๆ ออกมา

คนที่ขริ้มที่สุดก็จะมีอารมณ์ขัน ถ้าอยู่ระหว่างเพื่อนฝูงที่สนิทกันจริงๆ แต่ถ้าอยู่ท่ามกลางคนแปลกหน้าเขาจะปิดปากเงียบ ไม่ยอมมพูดจาเล่นหัวกับใครเลย

วิธีสร้างอารมณ์ขัน

1. คนที่ปรารถนาจะเป็นผู้พูดที่ดี ก็มีทางจะทะนุถนอมปลูกฝังอารมณ์ขันของตนเองให้เจริญงอกงามได้โดยไม่ต้องอาศัยพรสวรรค์อะไรเลย ลองลงมือปฏิบัติตามนี้
2. อ่านหนังสือประเภทฮาขันโดยเฉพาะ
3. สังเกตวิธีการวิพากษ์วิจารณ์ของนักเขียนและนักหนังสือพิมพ์ที่มีอารมณ์ขัน
4. มองโลกในแง่ดี มองเรื่องร้ายในมุมกลับดูบ้าง
5. จดจำวิธีการพูดของนักพูดบางคนที่มีอารมณ์ขัน
6. หัดสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้อื่น พยายามหาตัวอย่างแปลกๆ ขำๆ มาเล่าสู่กันฟังอย่าเป็นคนเคร่งเครียดจนเกินไป
7. เมื่อมีโอกาสพูดต่อที่ประชุม หาตัวอย่างเหมาะๆ แทรกเข้าไปบ้าง ให้เกิดอารมณ์ขัน ถ้าผู้ฟังไม่ขัน จงสำรวจว่าจังหวะและวิธีการเล่าอาจผิดพลาดตรงไหนบ้าง แล้วพยายามปรับปรุงในโอกาสต่อไป
8. พยายามสร้างจิตใจให้เป็นกันเองกับผู้ฟังและคนทุกคน

เอกสารอ้างอิง

ประเสริฐ บุญเสริม. (2550). *ศิลปะการพูดเพื่อการสื่อสาร*. (เอกสารประกอบคำสอน). สืบค้น

เมื่อวันที่ 2 ตุลาคม 2550, จาก <http://www.doe.go.th/vgnew/images/file.asp?FileID=1717>.

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 3

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ ไม่หยุดพูดกลางคัน
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องการไม่หยุดพูดกลางคัน 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องการไม่หยุดพูดกลางคันไปใช้
อุปกรณ์	เอกสารบทบาทสมมติ
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ : ไม่หยุดพูดกลางคัน

สถานการณ์สมมติ

ในช่วงโม่งภาษาไทย ครูให้นักเรียน 3 คน คือ เด็กหญิงกุลนัดดา เด็กชายภัทรพล และเด็กชาย กวี ออกมาเล่านิทานที่ได้รับมอบหมายให้ไปเตรียมตัวมา โดยมีการนัดหมายล่วงหน้าไว้แล้ว และ เด็กหญิงกุลนัดดาออกมาเล่าเรื่องเป็นคนแรกด้วยอาการปกติ และเล่าเรื่องราวได้น่าฟังและน่าติดตาม ทำให้เพื่อนๆ ให้ความสนใจดี ต่อมาเด็กชายภัทรพลก็ออกมาเล่าเรื่องที่เตรียมมาเป็นอย่างดี ทำให้บรรยากาศในห้องเรียนสนุกสนาน และคนสุดท้าย คือ เด็กชายกวี ซึ่งเตรียมการพูดมาไม่ดีเท่าที่ควร ก็ออกมาเล่าเรื่อง โดยที่จำเรื่องที่เล่าไม่ค่อยได้ จึงพูดแล้วหยุดพูดเป็นช่วงๆ ใช้เวลานานกว่าจะคิดออก เพื่อนในห้องจึงนั่งเงียบ และก็มีเสียงเด็กชายวรเวชแซวมาว่า คิดออกเมื่อไหร่โทรมาบอกด้วยนะ จึงมีเสียงหัวเราะเฮฮามากจากเพื่อนๆ ในห้อง เมื่อเด็กชายกวีเล่าเรื่องจบ ครูจึงแนะนำว่า ควรเตรียมตัวให้พร้อมกว่านี้ เพราะถ้าจำเรื่องที่พูดไม่ได้ ก็จะต้องหยุดพูดกลางคัน ทำให้คนฟังเบื่อได้ และชมเด็กหญิงกุลนัดดา กับเด็กชายภัทรพลว่ามีความตั้งใจดี เล่าเรื่องได้น่าสนใจ น่าฟัง และขอให้ทำได้แบบนี้ทุกครั้ง

บทบาทของครู

ให้นักเรียนมาเล่านิทานที่ได้รับมอบหมายไป และแนะนำให้เด็กชายกวีฝึกพูดให้มากขึ้น และชมเชยเด็กหญิงกุลนัดดา กับเด็กชายภัทรพลว่าตั้งใจทำได้ดีแล้ว ขอให้รักษาความดีไว้ต่อไป

บทบาทของเด็กหญิงกุลนัดดา

ออกไปเล่านิทานที่ได้รับมอบหมายให้เตรียมมาพูดหน้าห้องเรียนที่ได้เตรียมตัวมาอย่างดี และเล่าเรื่องราวได้น่าฟังและน่าติดตาม

บทบาทของเด็กชายภัทรพล

ออกไปเล่านิทานที่ได้รับมอบหมายให้เตรียมมาพูดหน้าห้องเรียนที่ได้เตรียมตัวมาอย่างดี

บทบาทของเด็กชายกวี

ออกไปเล่าเรื่องนิทานที่ได้รับมอบหมายให้เตรียมมาพูดหน้าห้องเรียนแบบติดขัด ลืมเนื้อเรื่องก็หยุดพูดไปเฉยๆ เพราะขาดการเตรียมตัวที่ดี

บทบาทของเพื่อน

นั่งฟังเพื่อนพูดและมีอารมณ์คล้อยตาม

บทบาทของเด็กชายวรเวช

พูดแซวเด็กชายกวีว่า “คิดออกเมื่อไหร่โทรมาบอกด้วยนะ”

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 4

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ เสียงพูดไม่สั้น
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องเสียงพูดไม่สั้น 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องเสียงพูดไม่สั้นไปใช้
อุปกรณ์	เอกสาร เรื่อง พูดอย่างไรไม่ให้ประหม่า
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสาร พูดอย่างไรไม่ให้ประหม่า

เชื่อว่าหลายๆ คนในห้องนี้คงจะเคยเป็นเหยื่อแห่งความสนใจในสายตาและความรู้สึกในหมู่ผู้ฟัง ด้วยเหตุที่เกิดมาจากความประหม่าของตัวเอง ทำให้ขาดความเชื่อมั่นในขณะที่พูดไปเลย และประโยคหรือคำพูดที่เรามักคุ้นหูกันเวลาที่เรากำลังฟังคนที่มีอาการประหม่าขึ้นพูดก็คือ “คล้าย ๆ กับว่า...เอ้อ” “แบบว่า...” “อะไรทำนองนี้” “คือยังงี้ดีหะ” ค่อนข้างจริง ๆ เลยใช่ไหม มันเป็นคำพูดที่แสดงถึงความไม่มั่นใจในการออกความเห็น หรือการอธิบายความเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ความน่าเชื่อถือในคำพูดเหล่านี้จะน้อยลงเพราะเป็นการแสดงว่าคนพูดอาจไม่รู้จริงหรือพูดแบบครึ่ง ๆ กลาง ๆ ไม่กล้าฟันธงอย่างตรงไปตรงมา

ถึงตรงนี้จะเกิดคำถามขึ้นในใจกันบ้างแล้วใช่ไหมว่า อะไรที่ทำให้เป็นเช่นนั้น และจะมีวิธีการใดบ้างที่จะแก้ไขไม่ให้เราเกิดอาการประหม่าเมื่อถึงคราวที่ต้องออกไปพูดในหมู่ชุมชน

เริ่มแรกเรามารับรู้สาเหตุสำคัญๆ ที่ทำให้คนพูดเกิดความประหม่า มีความวิตกกังวล ก่อความวุ่นวายใจในขณะที่พูดที่พอจะสรุปได้ดังนี้ คือ **ตื่นเวที** **หนีผู้ฟัง** **ระวังตัวแฉ** **วอแววุ่นวาย** **เนื้อหาเตรียมน้อย**

ข้อแรก ตื่นเวที เป็นความกลัวที่ต้องยืนพูดต่อหน้าคนอื่น ตัวเองต้องเป็นเป้ามาให้คนฟังมองและปะทะกับความรู้สึกที่ผู้ฟังสาดส่งขึ้นมา หรือแม้แต่ความไม่คุ้นเคยกับการพูดที่ต้องใช้ไมโครโฟนก็ทำให้เกิดอาการตื่นเวทีได้

ข้อสอง หนีผู้ฟัง เป็นอาการเกรงกลัวผู้ฟัง คิดว่าผู้ฟังมีความรู้เหนือกว่า ผู้พูดกลัวผู้ฟังจะไม่ประทับใจ เกิดความรู้สึก “ถอยหนีไม่กล้าสู้”

ข้อสาม ระวังตัวแฉ เป็นอาการเกร็งไม่กล้าใช้ท่าทาง กลัวจะไม่เหมาะสมไม่ควร ผลที่สุดความเป็นธรรมชาติในการพูดก็ลดลง ผู้ฟังรู้สึกอึดอัด ดังนั้น ผู้พูดที่มีอาการเขิน หน้าซีด มือไม้สั่น ก็เพราะสาเหตุข้อนี้

ข้อสี่ วอแว วุ่นวาย เป็นสภาพบรรยากาศของการพูดการฟังที่ไม่สงบเรียบร้อย เช่น สถานที่พูดร้อนอบอ้าวเกินไป เสียงอึกที่กกรึกโครม ผู้ฟังคุยกันจ๊อกแจ๊กจ๊อแจ หยอกล้อ อ่านหนังสือพิมพ์ นั่งกันระเกะระกะ ล้วนแล้วแต่ให้ผู้พูดลดความเชื่อมั่น เพิ่มความประหม่าทั้งสิ้น

ข้อสุดท้าย เนื้อหาเตรียมน้อย เป็นลักษณะของผู้พูดที่เตรียมตัวไม่พร้อมและเกิดความวิตกกังวลตั้งแต่ก่อนขึ้นเวทีแล้ว เพราะฉะนั้น เมื่อพบกับสถานการณ์บนเวที ก็ยิ่งทำให้เกิดความประหม่ามากยิ่งขึ้น

พอเรารู้แล้วว่าสาเหตุของความประหม่าเกิดมาจากอะไร ต่อไปเรารู้ถึงเคล็ดลับจากนักพูดคนหนึ่งที่จะไม่เป็นที่รู้จักกันมากนัก แต่ข้อคิดดีๆ ที่จะได้จากนักพูดคนนี้มีประโยชน์มากเลย

ที่เดียว เขาค้นพบคือ “ การรู้ ภาวใหญ่ ” ซึ่งได้แนะนำวิธีการพิชิตความประมาทได้เป็นอย่างดี โดยมียุทธวิธี 4ก ก็คือ ปองกัน - แกไข - กล้าสู้ - กระตือรือร้น โดยมีแนวทางง่าย ๆ ดังนี้

เริ่มจาก 1. **เตรียมตัวดี** นับแต่การแต่งกายที่สมบุคลิก เหมาะกับผู้ฟังและโอกาส มีรูปร่างหน้าตาสะอาดสะอ้าน ไม่ขัดกับความรู้สึกของผู้ฟังที่ได้พบเห็น ตั้งแต่วินาทีแรกๆ ซึ่งเป็นการทำลายความสนใจของผู้ฟังอย่างน่าเสียดาย

2. **มี “เสปียงกรัง”** โดยการเตรียมเนื้อหาการพูดให้พร้อมตั้งแต่ข้อมูลที่ถูกต้อง ภาษาที่กระชับ ตัวอย่างที่กลมกลืนและขั้นตอนการพูดที่ชัดเจน

3. **วิเคราะห์ผู้ฟัง** โดยผู้พูดควรจะต้องรู้ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ฟังได้ดีที่สุดก่อนขึ้นเวที ทั้งในด้านอายุ เพศ ระดับการศึกษา จำนวน ความสนใจ ความเชื่อ และความชอบไม่ชอบของผู้ฟัง รวมทั้งความรู้สึก ความศรัทธาที่ผู้ฟังมีต่อผู้พูดด้วยจะดีมาก เพราะจะทำให้ผู้พูดสามารถเตรียมแนวการพูดและบุคลิกท่าทีของตนให้เหมาะสมกับสภาพของผู้ฟัง

4. **สร้างความเบิกบานในหัวใจ** คือ สร้างความรู้สึกกล้าหาญ ความกระตือรือร้นให้เกิดขึ้นในใจตั้งแต่ก่อนขึ้นเวที โดยพยายามปรับปรุงสภาพแวดล้อมรอบตัวให้น่าสนใจตนเองในทางที่ดี เช่น คบเพื่อนที่เข้มแข็ง กล้าหาญ อ่านหนังสือที่ให้กำลังใจ กล้าต่อสู้ รู้จักร้องเพลงที่ให้ความสุขในจิตใจ จัดบ้านช่องห้องนอนให้สะอาดสวยงาม เป็นต้น บรรยากาศรอบตัวเช่นนี้ จะชักจูงใจให้เกิดความกล้าหาญเบิกบาน มีบุคลิกที่สดชื่น กระปรี้กระเปร่าเป็นที่สนใจของผู้ฟัง

5. **“ไม่เป็นไร” เสียบ้าง** ขณะที่พูดหากพบผู้ฟังหลับบ้าง นั่งคุยกันบ้าง หรือมีที่ทำไม่สนใจอยู่บ้าง “จงอย่าให้สภาพของผู้ฟังเช่นนั้นมามีอิทธิพลต่อจิตใจของท่าน จงบอกกับตัวเองว่า - ไม่เป็นไร- แล้วจงเบนความสนใจไปสู่ผู้ฟังที่ดี” ทำได้เช่นนี้ความวิตกกังวล ความประมาทจะไม่เกิดขึ้น แต่จะคงความเชื่อมั่นและความกระตือรือร้นต่อไป

เอกสารอ้างอิง

สุวรรณณี เครือฟุ้ง. (2550). พูดอย่างไรไม่ให้ประมาท. (บทพูด) สืบค้นเมื่อวันที่ 9 พฤศจิกายน 2550, จาก <http://www.human.cmu.ac.th/~thai/sompong/suwannee.htm>.

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 5

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องจังหวะการพูดเหมาะสม 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องจังหวะการพูดเหมาะสมไปใช้
อุปกรณ์	เอกสารบทบาทสมมติ
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ : จังหวะการพูดเหมาะสม

สถานการณ์สมมติ

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน โดยให้เวลาไม่เกินคนละ 5 นาที โดยเรียงตามลำดับเลขที่ 1-8 และครั้งนี้นักเรียนเลขที่ 1 ออกไปพูดเสร็จเรียบร้อยแล้ว และคนต่อไปเป็นนักเรียนเลขที่ 2 คือ เด็กชายพิทยา เมื่อเด็กชายพิทยาออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน เด็กชายพิทยาก็พูดโดยนึกไปพูดไป เงยหน้ามองเพดานเมื่อนึกเรื่องราวไม่ออก จังหวะการพูดขาดความต่อเนื่อง ไม่น่าฟัง จึงทำให้เพื่อนในห้องไม่สนใจฟังเท่าใดนัก และนักเรียนเลขที่ 3 คือ เด็กหญิงพัชราออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน ด้วยการท่องจำจากสิ่งที่ได้บันทึกเอาไว้ในกระดาษ พยายามพูดให้มีจังหวะที่เหมาะสม แต่ก็ยังมีจังหวะการพูดที่ซ้ำเกินไป ต่อมานักเรียนคนที่ 4 คือ เด็กหญิงอลิษา ออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน ได้ดีมาก คือ การพูดมีจังหวะที่เหมาะสม พูดไม่ซ้ำหรือไม่เร็วจนเกินไป ทำให้เรื่องที่พูดนั้นน่าฟังและไม่น่าเบื่อ

บทบาทของครู

ในชั่วโมงภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน โดยออกมาพูดเรียงตามเลขที่ 1-8

บทบาทของเด็กชายพิทยา

เมื่อเด็กชายพิทยาออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน เด็กชายพิทยาก็พูดโดยนึกไปพูดไป เงยหน้ามองเพดานเมื่อนึกเรื่องราวไม่ออก จังหวะการพูดขาดความต่อเนื่อง ไม่น่าฟัง

บทบาทของเด็กหญิงพัชรา

ออกมาพูดเรื่อง อาชีพในฝัน ด้วยการท่องจำจากสิ่งที่ได้บันทึกเอาไว้ในกระดาษ พยายามพูดให้มีจังหวะที่เหมาะสม แต่ก็ยังมีจังหวะการพูดที่ซ้ำเกินไป

บทบาทของเด็กหญิงอลิษา

ออกพูดเรื่อง อาชีพในฝัน ได้ดีมาก คือ การพูดมีจังหวะที่เหมาะสม พูดไม่ซ้ำหรือไม่เร็วจนเกินไป ทำให้เรื่องที่พูดนั้นน่าฟังและไม่น่าเบื่อ

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 6

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ คือ จังหวะการพูดเหมาะสม
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องจังหวะการพูดเหมาะสม 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาถ้อยคำ ในเรื่องจังหวะการพูดเหมาะสมไปใช้
อุปกรณ์	เอกสาร เรื่อง พูดให้เป็นจังหวะพอเหมาะ
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสาร เรื่อง พูดให้เป็นจังหวะพอเหมาะ

จังหวะการพูดจะต้องพอเหมาะ ไม่ช้าหรือเร็วเกินไป การพูดเร็วเกินไป ผู้ฟังอาจตามไม่ทัน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การพูดเกี่ยวกับวิชาการหรือพูดให้ความรู้ เพราะผู้ฟังต้องการช่วงเวลาสำหรับคิดตามไปด้วย แต่ถ้าพูดช้ามาก จนดูเหมือนลากเสียงพูด จะทำให้ผู้ฟังเกิดการเบื่อหน่าย ง่วงเหงาหาวนอน การจะพูดให้ช้าหรือเร็วอยู่ที่การบังคับลมหายใจให้ผ่านกล่องเสียงออกมาเร็ว หรือช้านั่นเอง

วิธีพูดให้ได้จังหวะพอดี อยู่กับการหยุดพูด หรือหยุดอ่านเป็นประโยคๆ ฝึกการเว้นวรรคตอนให้ถูกต้อง พูดให้ชัดเจน อย่าให้ขาดคำเป็นห่วงๆ อย่าลืกลีลาจนผู้ฟังรู้สึกเหนื่อยแทน การหยุดระหว่างคำบางคำ หรือวลีบางวลีอย่างตั้งใจ หรือที่เรียกว่าเป็นการหยุดเพื่อให้ความหมาย จะทำให้การพูดมีลีลาที่น่าฟัง และชวนติดตาม ดังนั้นการฝึกพูดเช่นนี้จึงต้องอาศัยการฝึกพูดโดยมีผู้ให้คำแนะนำและคอยติชม จะทำให้เกิดความชำนาญในการเปล่งเสียงได้จังหวะที่เหมาะสม

เอกสารอ้างอิง

สมจิตร ชิวปรีชา. (2531). วาทวิทยาสำหรับครู. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 7

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ มือไม่สั่น
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องมือไม่สั่น 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องมือไม่สั่นไปใช้
อุปกรณ์	เอกสาร เรื่อง การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียด
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสาร

เรื่อง การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียด

วิธีการฝึก

เลือกสถานที่ที่สงบ นั่งในท่าที่สบาย คลายเสื้อผ้าให้หลวม ถอดรองเท้า หลับตา ทำใจให้ว่าง ตั้งสมาธิอยู่ที่ส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยฝึกเกร็งและคลายกล้ามเนื้อสลับกันไปประมาณ 10 ครั้ง ระยะเวลาที่เกร็งให้นับ 1 – 5 และระยะเวลาที่ผ่อนคลายนับ 1 – 10 ทำดังนี้

1. มือและแขนขวา : กำมือ เกร็งแขน แล้วคลาย
2. มือและแขนซ้าย : ทำเช่นเดียวกันกับข้อ 1 และขณะกำมือระวังอย่าให้เล็บจิกเนื้อตัวเอง
3. หน้าผาก : เลิกคิ้วสูงแล้วคลาย ขมวดคิ้วแล้วคลาย
4. ตา แก้ม จมูก : หลับตาแน่น ย่นจมูกแล้วคลาย
5. ขากรรไกร ลิ้น ริมฝีปาก : กัดฟัน ใช้ลิ้นดันเพดานปากแล้วคลาย เม้มปากแน่นแล้วคลาย
6. คอ : ก้มหน้าให้คางจรดคอแล้วคลาย เงยหน้าจนสุดแล้วคลาย
7. ออก ไหล่ และหลัง : หายใจเข้าลึกๆ กลั้นไว้แล้วคลาย ยกไหล่สูงแล้วคลาย
8. หน้าท้อง : แอ้มท้องแล้วคลาย
9. ก้น : ขมิบก้นแล้วคลาย
10. เท้าและขาขวา : เขยียดขาขวานี้ไว้แล้วคลาย เขยียดขากระดก ปลายเท้าแล้วคลาย
11. เท้าและขาซ้าย : เขยียดขาขวานี้ไว้แล้วคลาย เขยียดขากระดก ปลายเท้าแล้วคลาย

เอกสารอ้างอิง

รุ่งฤดี จิณณวาโส; และ ภัทราพร พูลสวัสดิ์. (2550). การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียด. สืบค้นเมื่อ 18 พฤศจิกายน 2550, จาก <http://www.ramaclinic.com/healthcare/H2025-0708-01/index.asp>.

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 8

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตามู้ฟัง
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการสบสายตามู้ฟัง 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการสบสายตามู้ฟังไปใช้
อุปกรณ์	เอกสารบทบาทสมมติ
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง : สบสายตาผู้ฟัง

สถานการณ์สมมติ

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมาเล่าเรื่อง “สถานที่ท่องเที่ยวที่นักเรียนประทับใจ” คนละ 1 เรื่อง โดยใช้เวลาไม่เกินคนละ 5 นาที โดยเรียงลำดับเลขที่ 1-8 และครั้งนี้ นักเรียนตั้งแต่เลขที่ 1-5 ออกไปพูดเสร็จเรียบร้อยแล้ว และคนต่อไปเป็นเลขที่ 6 คือ เด็กหญิงพิตดา แต่เมื่อ เด็กหญิงพิตดา ออกมาเล่าเรื่องสถานที่ท่องเที่ยวที่ประทับใจ เด็กหญิงพิตดาจะไม่มองสบสายตากับเพื่อนคนใดเลย และแสดงอาการกระวนกระวาย ปากสั่น แกว่งมือไปมา ยืนไม่อยู่กับที่ จนเมื่อ เด็กหญิงพิตดาพูดจบ เด็กชายวิวิศน์จึงแซวว่า คุณครูให้ออกไปพูดนะ ไม่ได้ให้ออกไปเดินเพื่อนในห้องพากันหัวเราะอย่างสนุกสนาน และเมื่อถึงเลขที่ 7 ซึ่งเป็นเด็กชายณัฐออกมาเล่าเรื่องสถานที่ท่องเที่ยวที่ประทับใจได้ดีมาก คือ กล้าสบสายตากับเพื่อนๆ ในห้องเรียนและไม่มีอาการกระวนกระวายใดๆ เลย

บทบาทของครู

ในชั่วโมงภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมาเล่าเรื่อง สถานที่ท่องเที่ยวที่นักเรียนประทับใจ โดยออกมาพูดเรียงตามเลขที่ ซึ่งวันนี้เป็นเลขที่ 1-8

บทบาทของเด็กหญิงพิตดา

สวัสดีค่ะ หนูชื่อ เด็กหญิงพิตดา หนูเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วันนี้หนูจะออกมาเล่าเรื่องสถานที่ท่องเที่ยวที่หนูประทับใจ ซึ่งพฤติกรรมของเด็กหญิงพิตดา คือไม่สบสายตาผู้ฟัง โดยมองไปทางอื่นตลอดเวลา และมีอาการกระวนกระวาย คือ ปากสั่น แกว่งมือไปมา ยืนไม่อยู่กับที่ ขยับเท้าไปมา

บทบาทของเด็กชายวิวิศน์

เด็กชายวิวิศน์ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จะพูดแซวเด็กหญิงพิตดา เมื่อเด็กหญิงพิตดาพูดจบว่า “คุณครูให้ออกไปพูดนะ ไม่ได้ให้ออกไปเดิน”

บทบาทของเด็กชายณัฐ

สวัสดีครับ ผมชื่อ เด็กชายณัฐ ผมเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วันนี้ผมจะออกมาเล่าเรื่องสถานที่ท่องเที่ยวที่ผมประทับใจ ซึ่งพฤติกรรมของเด็กชายณัฐ คือ ขณะที่พูดจะสบสายตาผู้ฟัง ไม่มองไปทางใดทางหนึ่งตลอดเวลา และไม่แสดงอาการกระวนกระวายใดๆ เลย

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 9

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ สบสายตามู้ฟัง
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการสบสายตามู้ฟัง 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการสบสายตามู้ฟังไปใช้
อุปกรณ์	เอกสาร แผนภูมิการบังคับสายตา
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสาร

เรื่อง การสบสายตาผู้ฟัง

แผนภูมิเกี่ยวกับตำแหน่งการบังคับสายตา คือ

บน	→	กลาง, ล่าง	→	กลาง
ซ้าย	→	กลาง, ขวา	→	กลาง
ขวาบน	→	กลาง, ขวาล่าง	→	กลาง
ซ้ายบน	→	กลาง, ซ้ายล่าง	→	กลาง

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 10

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการไม่แสดงอาการกระวนกระวาย 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการไม่แสดงอาการกระวนกระวายไปใช้
อุปกรณ์	เอกสารบทบาทสมมติ
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง : ไม่แสดงอาการกระวนกระวาย

สถานการณ์สมมติ

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครูให้นักเรียนออกมาเล่าเรื่อง พ่อของฉัน โดยให้จับฉลากเลือกเพื่อนมา 2 คน ผู้ที่ต้องออกมาเล่าเรื่อง พ่อของฉัน คือ เด็กชายวีรภาพ และเด็กหญิงสุจิรา ตามลำดับ

คนที่ 1 เมื่อเด็กชายวีรภาพออกไปเล่าเรื่อง พ่อของฉัน ก็แสดงอาการกระวนกระวาย ตื่นตระหนก มือเกาะกระดาษที่ถืออยู่ เกาไปตามลำตัว แขน คอ และบิดไปบิดมา และเขย่าขา จนเล่าจบ

คนที่ 2 เมื่อเด็กหญิงสุจิรา ออกไปเล่าเรื่องพ่อของฉัน ก็เล่าด้วยท่าทางที่มั่นใจ และเหมาะสม ไม่แสดงอาการกระวนกระวายใดๆ จนเล่าจบ ครูจึงชมเชยเด็กหญิงสุจิรา

บทบาทของครู

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทยครูให้นักเรียนทำฉลาก เพื่อจับฉลาก เลือกเพื่อนออกมาเล่าเรื่องพ่อของฉัน และให้คำชมเชยแก่นักเรียนคนที่ออกไปเล่าเรื่องพ่อของฉัน ด้วยท่าทางมั่นใจและเหมาะสม ไม่แสดงอาการกระวนกระวายใดๆ

บทบาทของเด็กชายวีรภาพ

ออกไปเล่าเรื่องพ่อของฉันด้วยอาการกระวนกระวาย ไม่อยู่นิ่ง บิดตัวไปมา เขย่าขา เกาไปตามลำตัว แขน คอ จนเล่าจบ

บทบาทของเด็กหญิงสุจิรา

ออกไปเล่าเรื่องพ่อของฉันด้วยความมั่นใจ และเหมาะสม ไม่แสดงอาการกระวนกระวายใดๆ จนเล่าจบ

บทบาทของเพื่อน

ช่วยกันทำฉลากและจับฉลาก

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 11

เรื่อง	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง คือ ไม่ออกไปพูดหน้าชั้น ซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น
เวลา	50 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจวิธีพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็น 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำวิธีการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง ในเรื่องการไม่ออกไปพูดหน้าชั้นซ้ำกว่าที่ควรจะเป็นไปใช้
อุปกรณ์	เอกสารบทบาทสมมติ
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน ของนักเรียน 2. ขั้นให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยแจกเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่างซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนให้นักเรียนอ่าน แล้วให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการอ่านเอกสาร และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
การประเมินผล	1. สังเกตจากการสนใจอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารบทบาทสมมติพฤติกรรมกาพูดหน้าชั้นเรียน ด้านภาษาท่าทาง : ไม่ออกไปพูดหน้าชั้นช้ากว่าที่ควรจะเป็น

สถานการณ์สมมติ

ในชั่วโมงวิชาภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมารายงานหน้าชั้นเรียนในเรื่องที่ครูมอบหมายให้ไปค้นคว้ามา โดยมีเด็กชายภูริออกมาพูดเป็นคนแรก แต่ใช้เวลานานกว่าจะออกมา จนครูต้องเรียกช้า เปรียบเทียบกับ เด็กหญิงอรจิรา ซึ่งออกมาพูดทันทีที่ครูเรียก ทำให้เพื่อนปรบมือให้ และครูชมเชย

บทบาทของครู

ในชั่วโมงภาษาไทย ครูให้นักเรียนออกมารายงานหน้าชั้นเรียนซึ่งได้มอบหมายให้ไปค้นคว้ามาในครั้งที่แล้ว เมื่อนักเรียนรายงานเสร็จ ครูจึงให้คำชมเชยกับ เด็กหญิงอรจิราที่ออกมาพูดหน้าชั้นเรียนทันทีที่ครูเรียก มีความพร้อม ไม่ต้องให้เพื่อนรอนาน

บทบาทของเด็กชายภูริ

ออกไปรายงานหน้าชั้นเรียนช้า โดยต้องให้ครูเรียกซ้ำถึง 2 ครั้ง

บทบาทของเด็กหญิงอรจิรา

รีบออกไปรายงานหน้าชั้นเรียนทันทีที่ครูเรียก

บทบาทของเพื่อน

ปรบมือให้ขณะที่ เด็กหญิงอรจิรา รีบออกมารายงานทันทีที่ครูเรียก

การให้ข้อเสนอแนะ ครั้งที่ 12

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงความรู้สึกเกี่ยวกับการเข้าร่วมโปรแกรมการให้

ข้อเสนอแนะ

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยและนักเรียนนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน
2. ผู้วิจัยและนักเรียนอภิปรายและสรุปร่วมกันถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน

3. ผู้วิจัยกล่าวขอขอบคุณนักเรียนและกล่าวปิดการเข้าร่วมโปรแกรมการให้

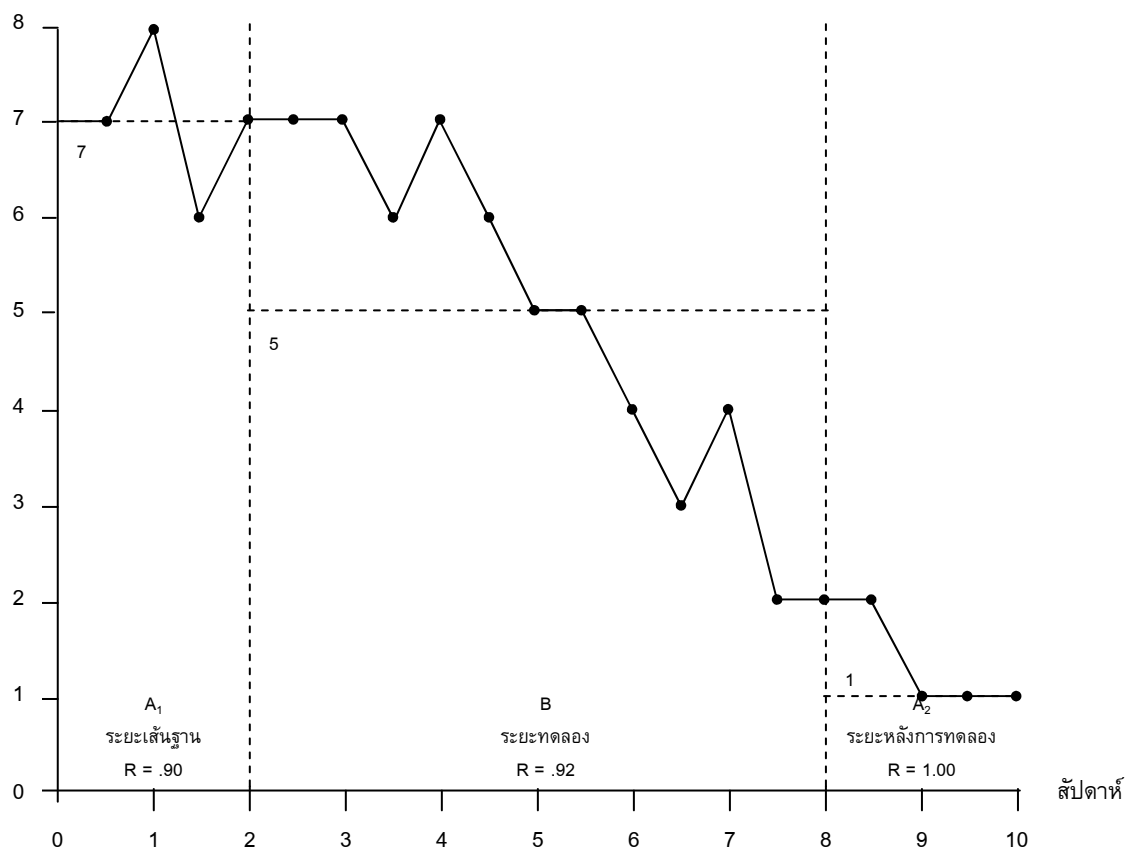
ข้อเสนอแนะ

การประเมินผล สังเกตจากการเข้าร่วมกิจกรรม และการสรุปของนักเรียน

ภาคผนวก ค

1. กราฟแสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตลอด 3 ระยะ
2. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคลในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ
3. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคลในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ
4. ตารางการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม
5. ตารางการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะ
6. ตารางการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง
7. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นพฤติกรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมก่อนและหลังการทดลอง
8. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นพฤติกรรมของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะก่อนและหลังการทดลอง

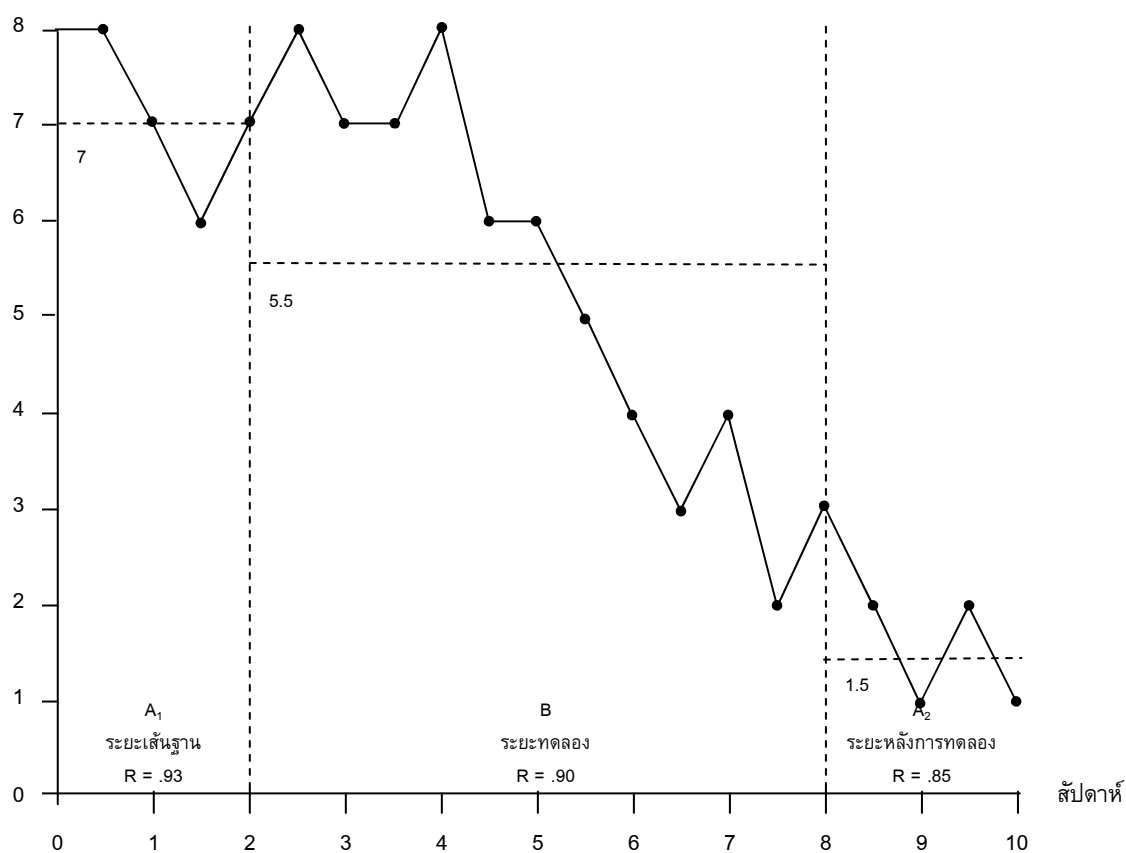
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 7 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 1 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ

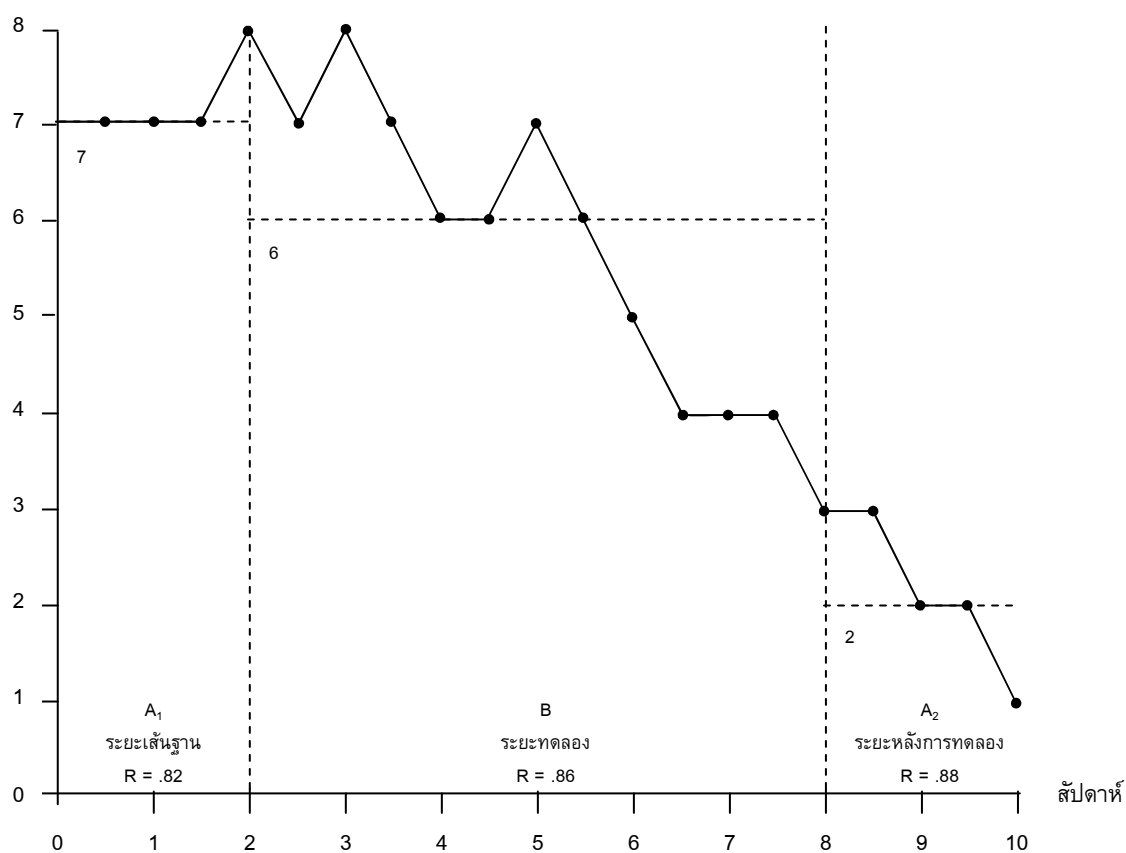
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
 ----- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 8 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 2 ที่ได้รับการฝึก
 พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ

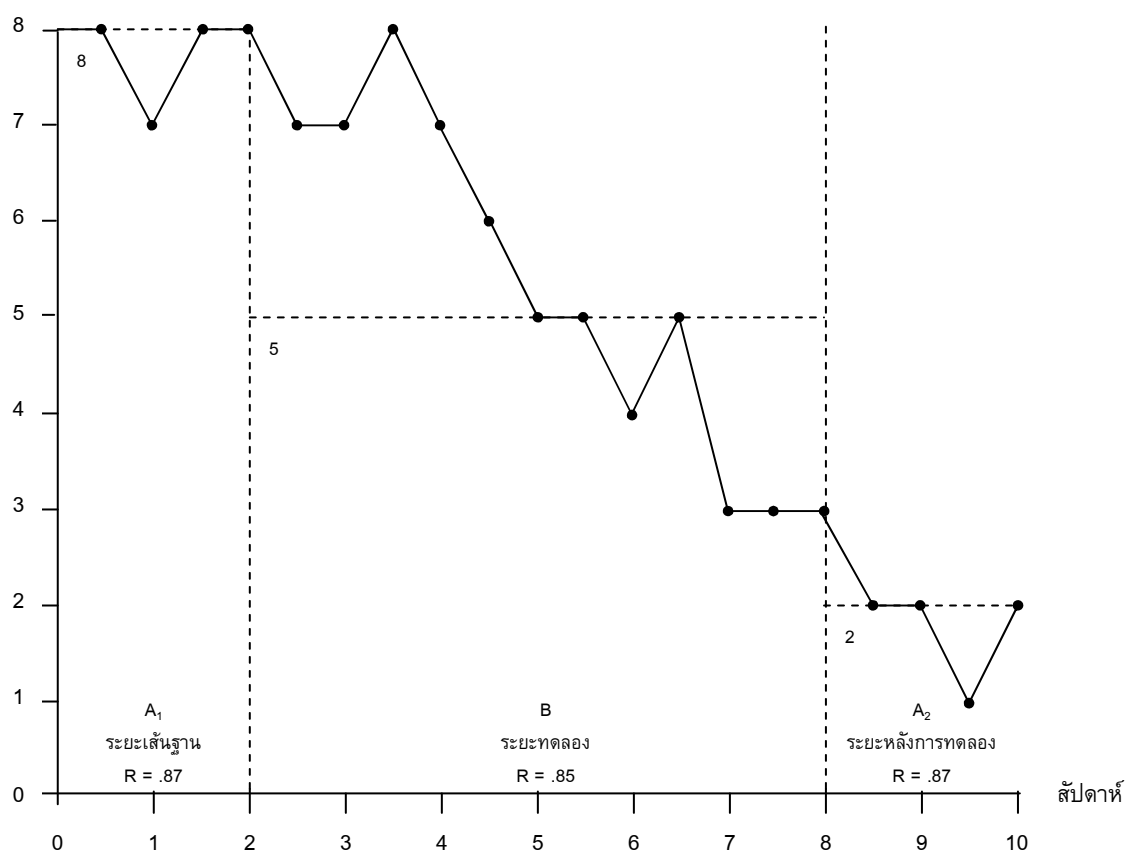
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 9 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 3 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ

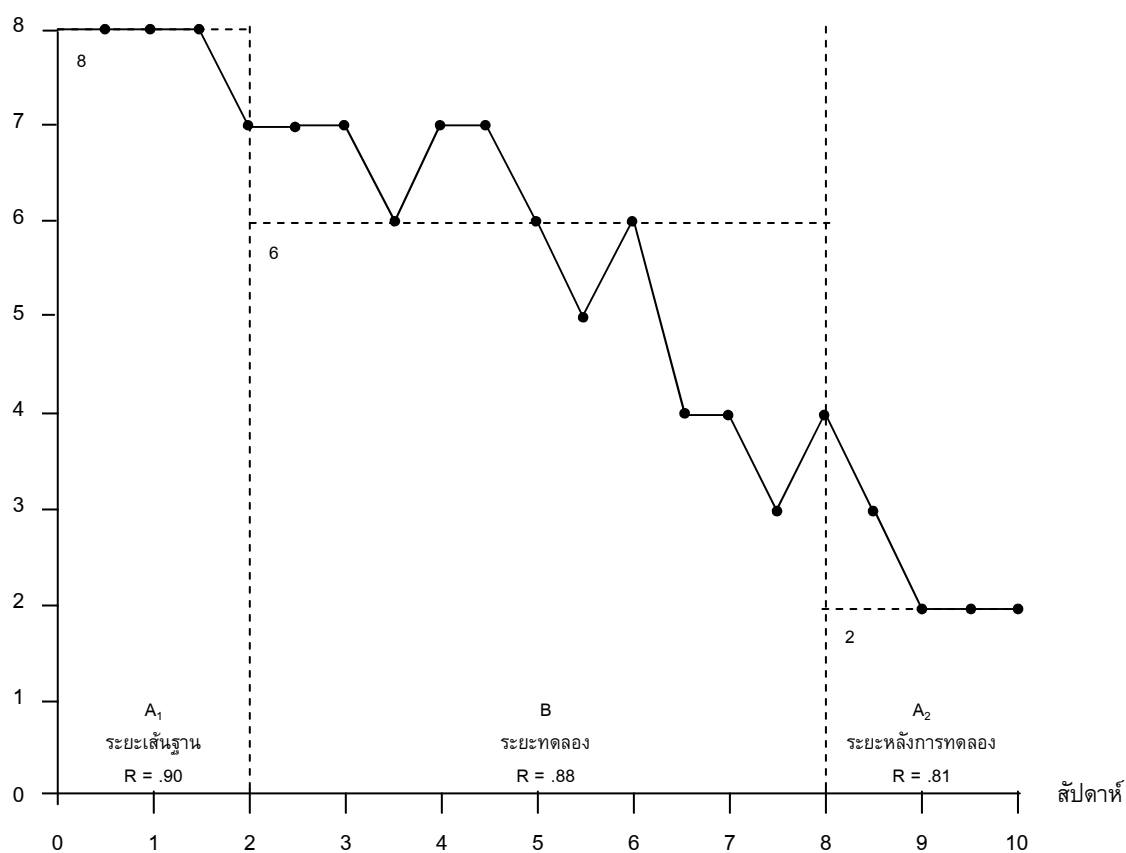
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
 ----- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 10 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 4 ที่ได้รับการฝึก
 พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ

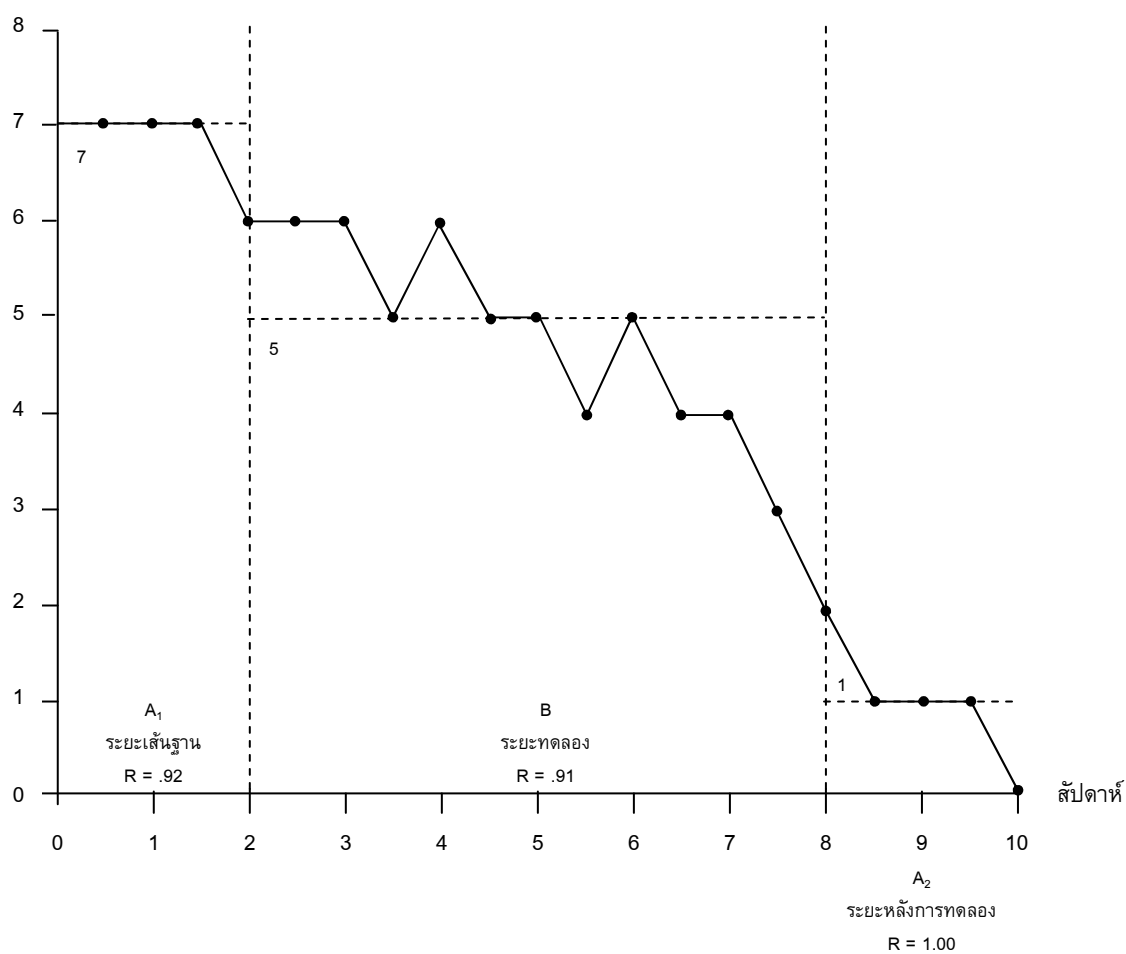
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
 ----- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 11 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 5 ที่ได้รับการฝึก
 พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ

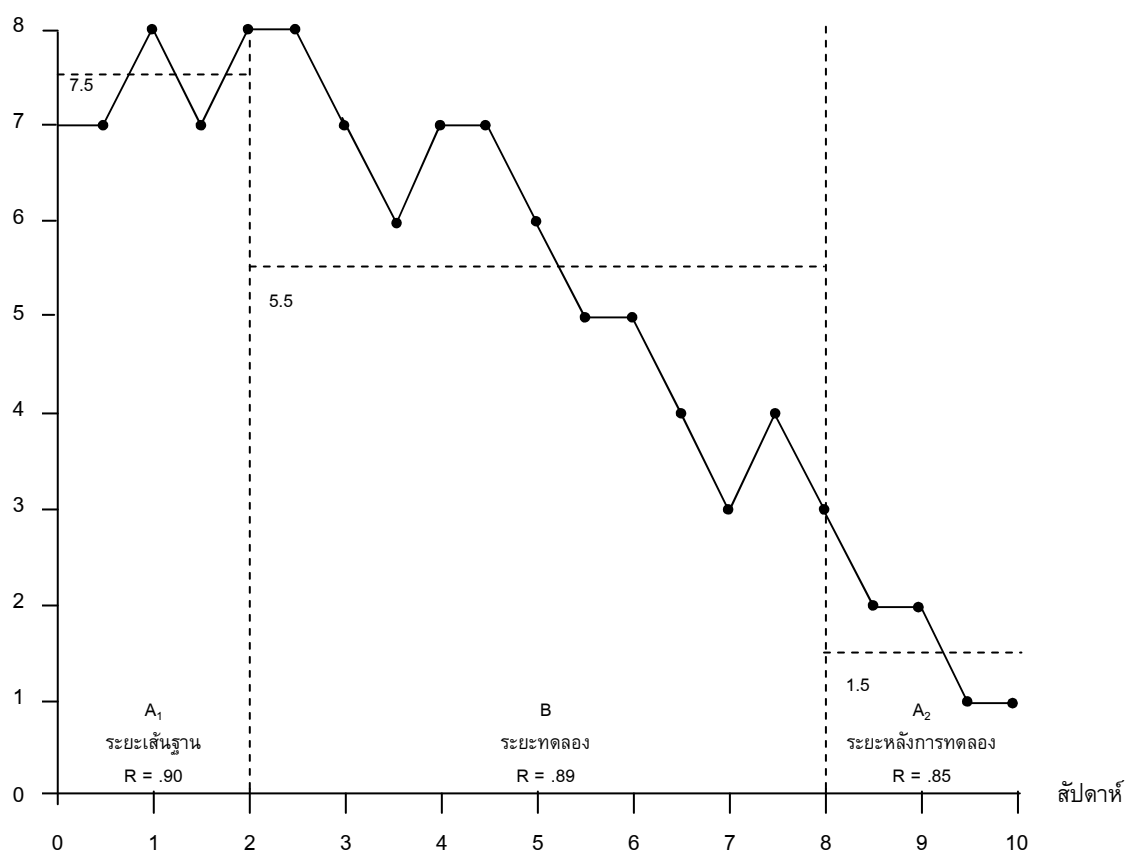
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 12 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 6 ที่ได้รับการฝึก
พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ

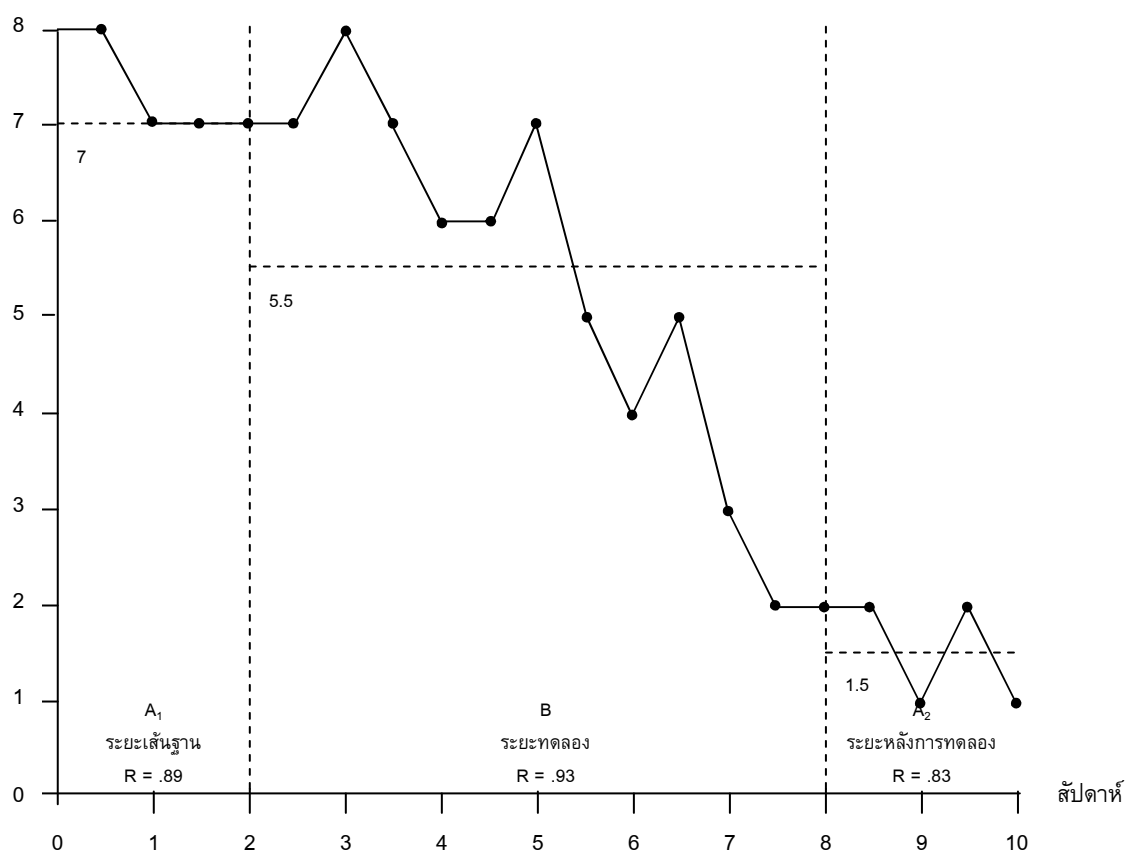
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
 ----- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 13 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 7 ที่ได้รับการฝึก
 พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ

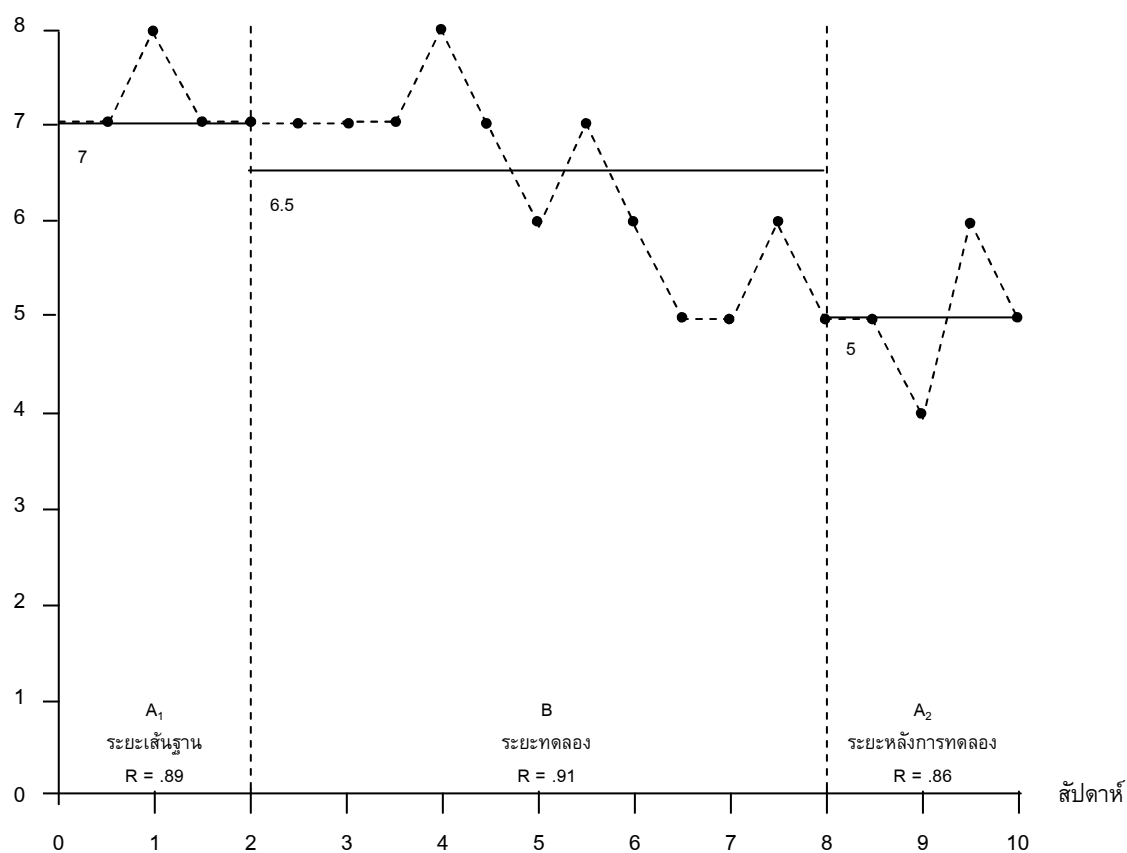
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 14 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 8 ที่ได้รับการฝึก
พฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ

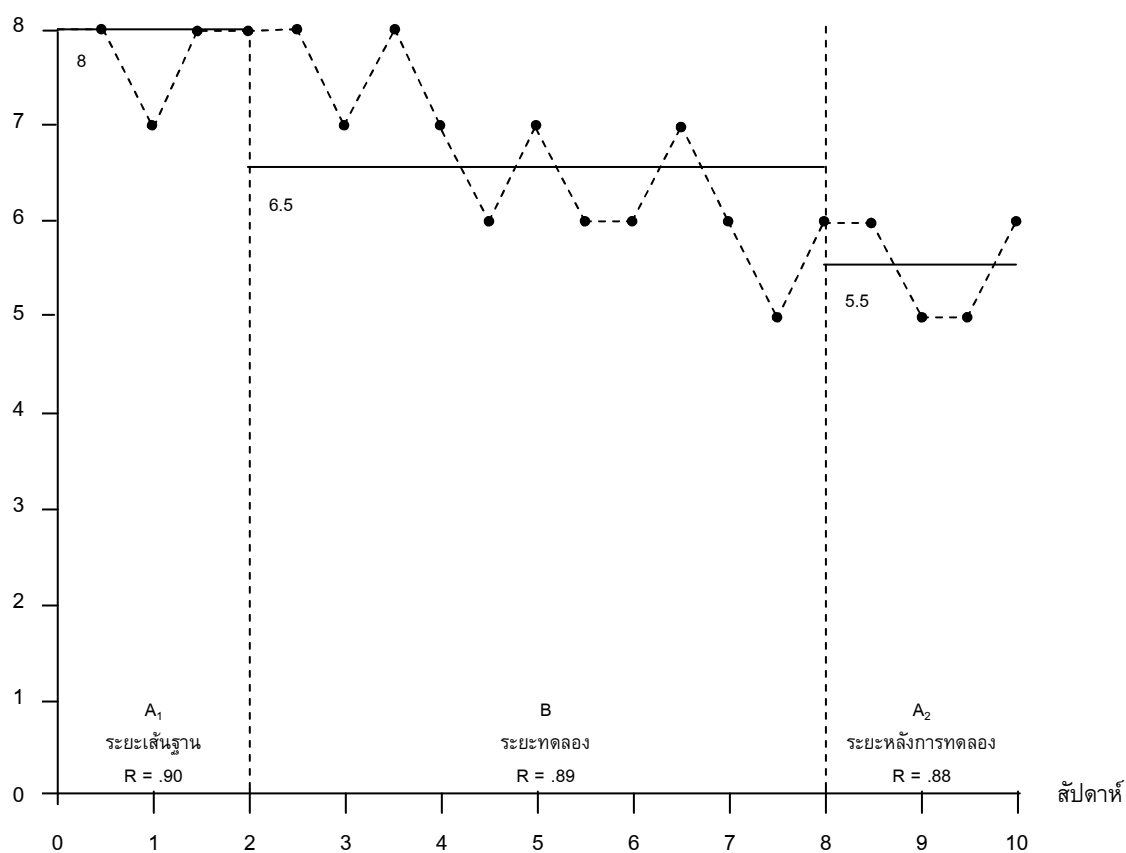
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 15 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 1 ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ

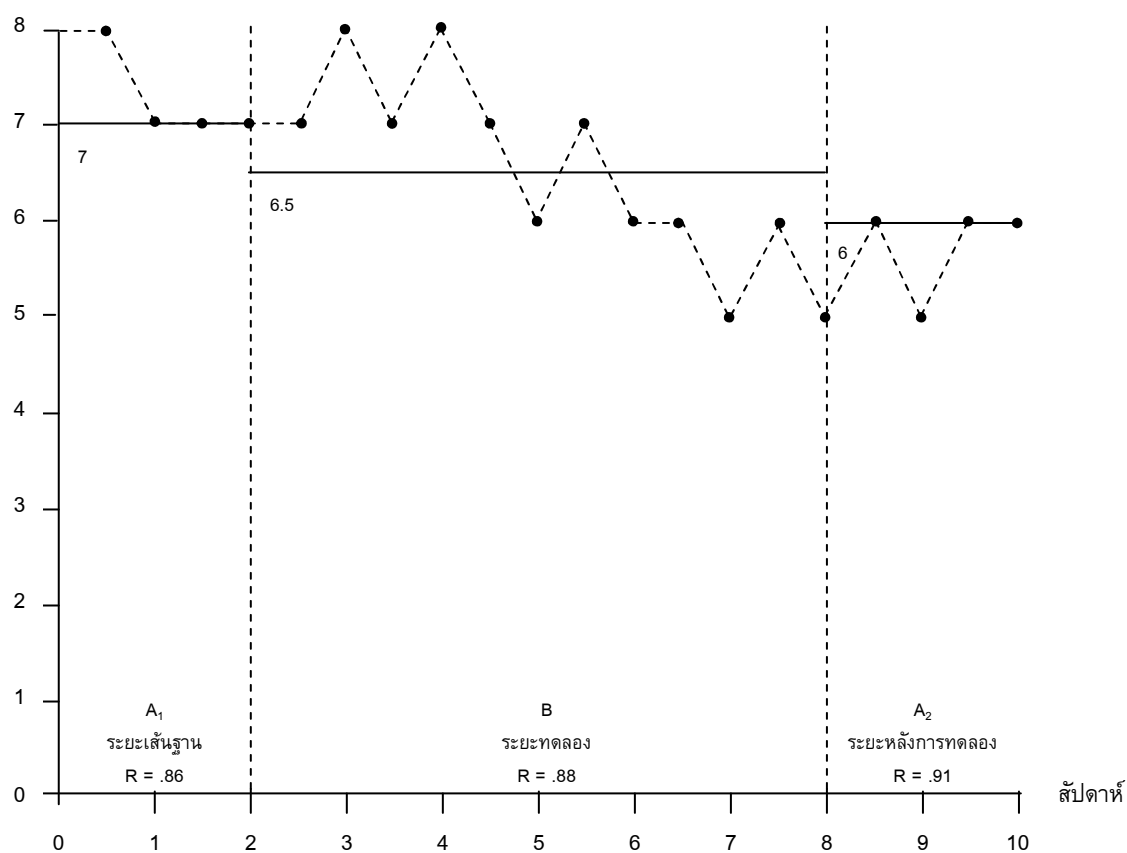
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 16 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 2 ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ

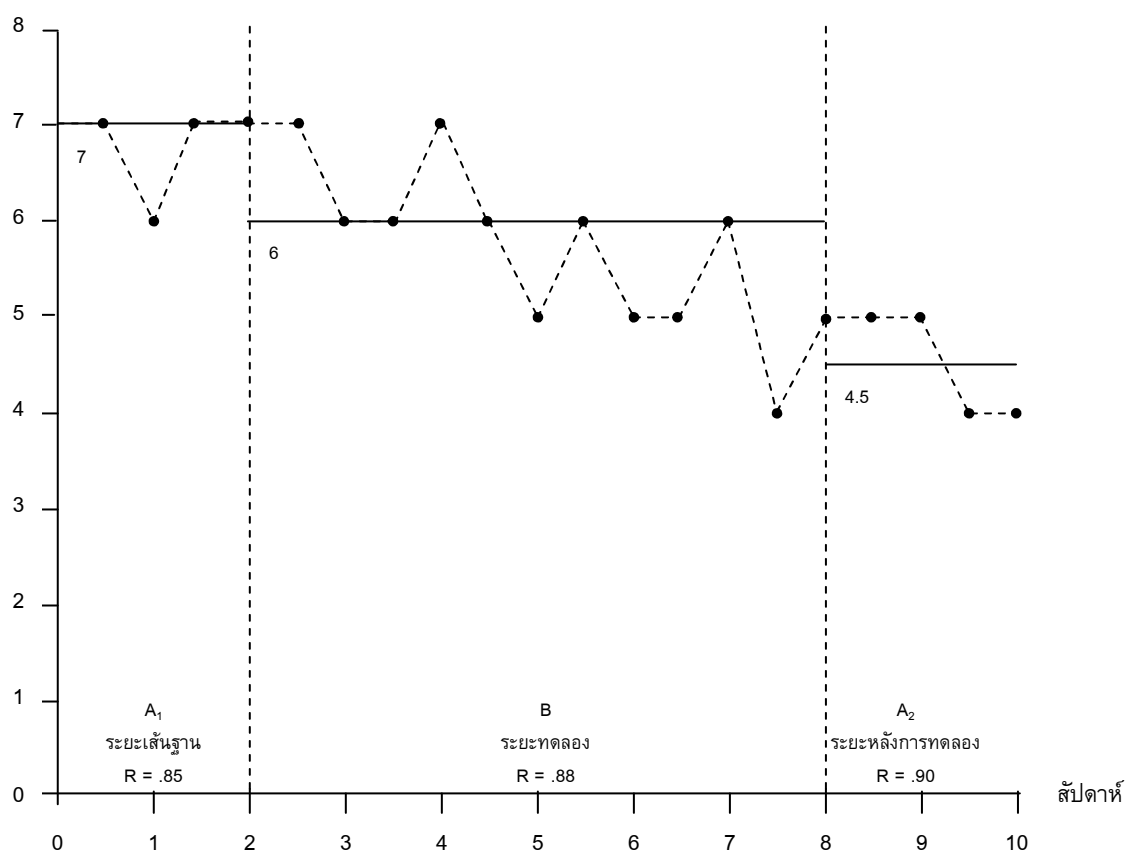
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 17 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 3 ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ

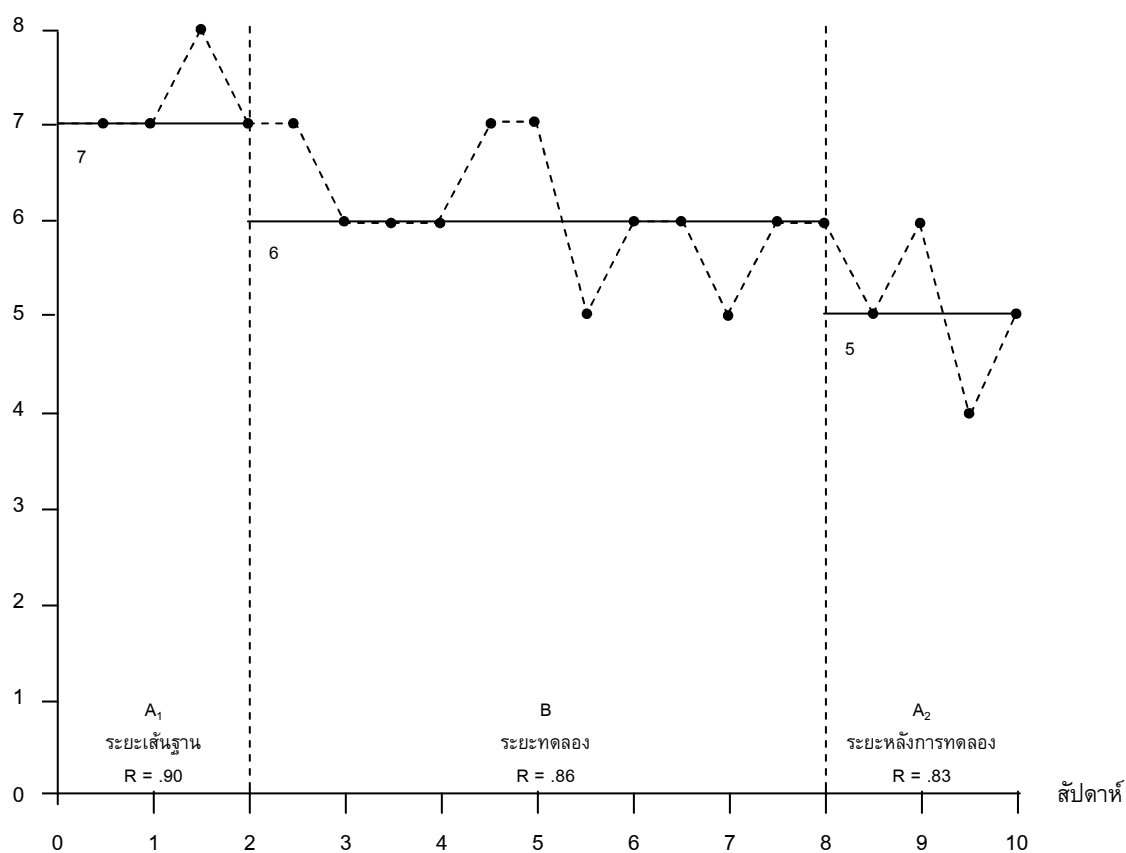
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 18 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 4 ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ

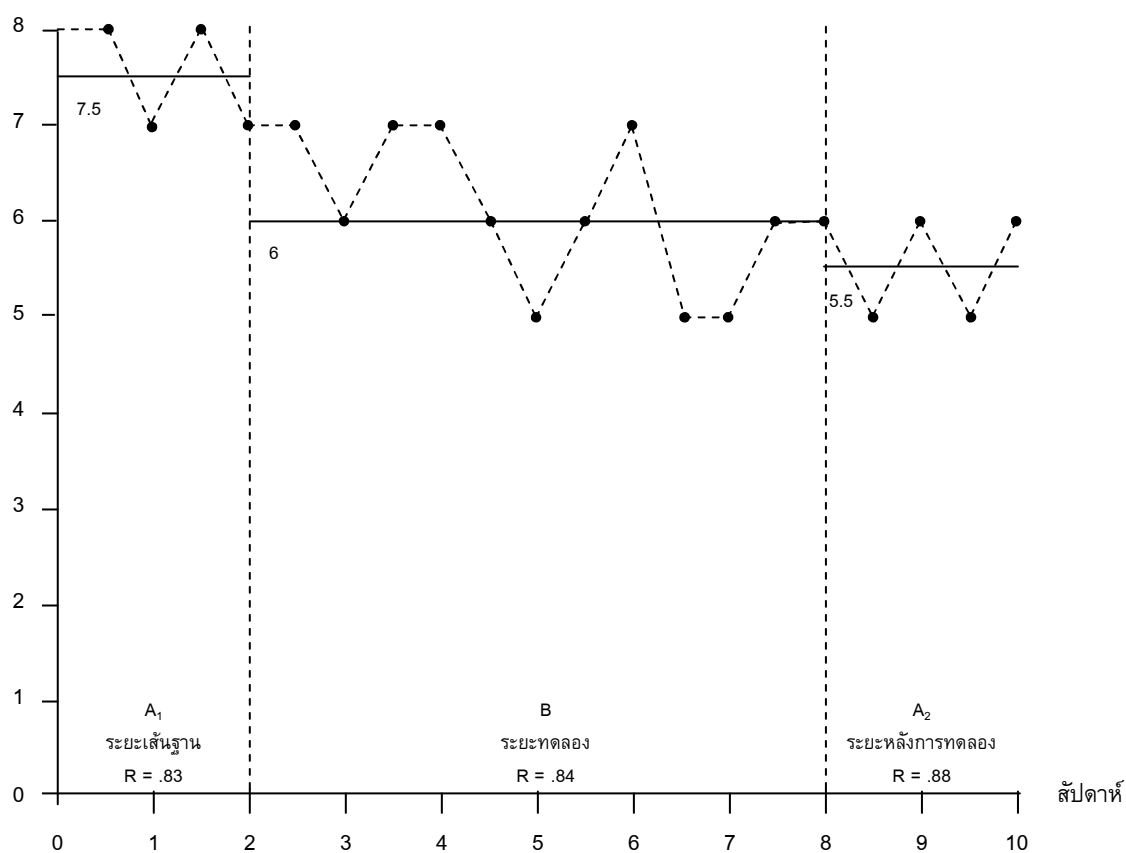
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 19 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 5 ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ

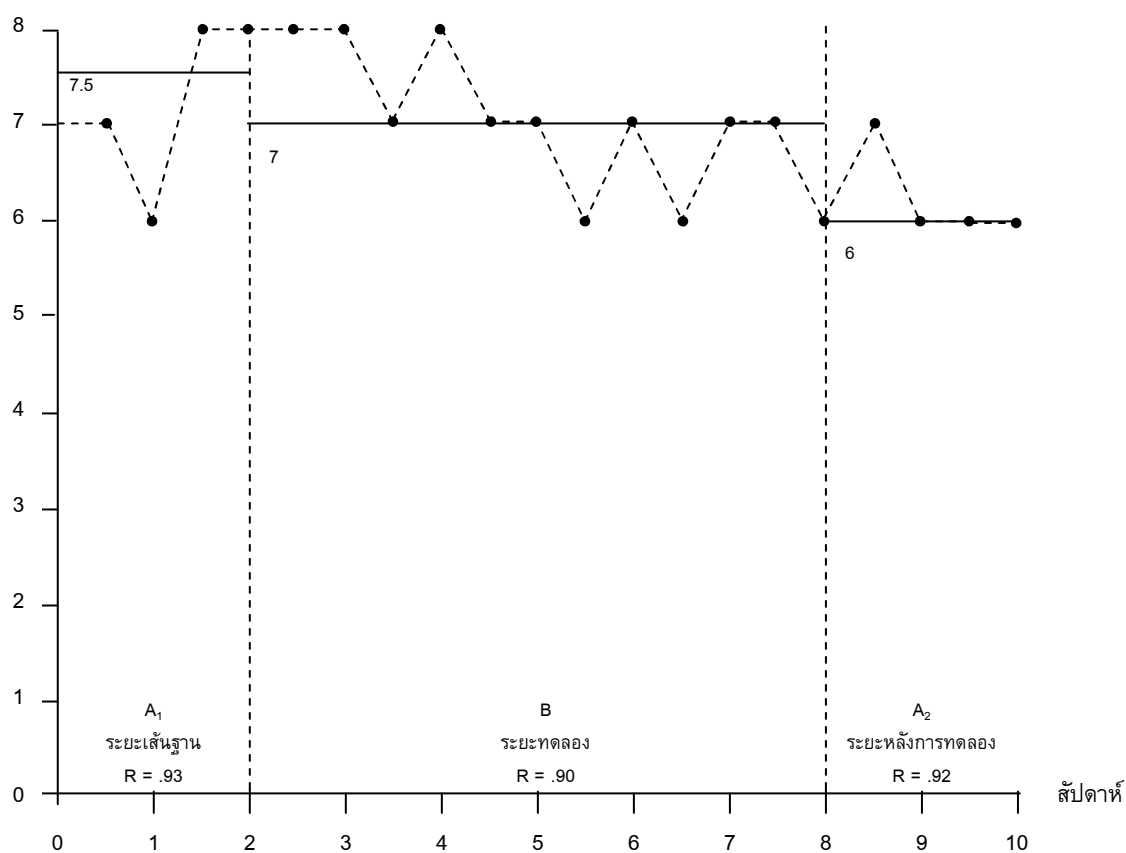
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 20 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 6 ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ

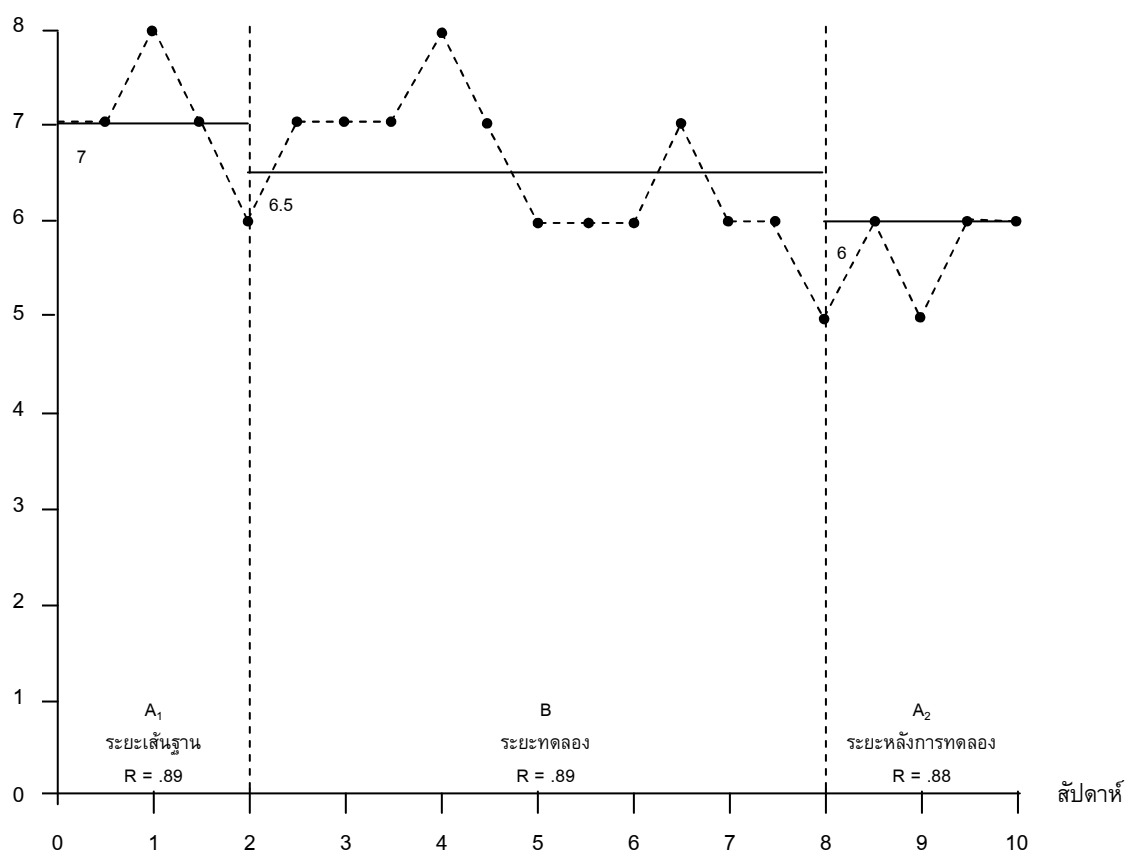
จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 21 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 7 ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ

จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



- จำนวนพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 22 ความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนคนที่ 8 ที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ

ตาราง 4 แสดงความถี่ของพฤติกรรมของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคล
ในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะพื้นฐาน ระยะ
ทดลอง และระยะหลังการทดลอง

ระยะที่	สัปดาห์ที่	ครั้งที่	นักเรียนคนที่								ค่าเฉลี่ย
			1	2	3	4	5	6	7	8	
ระยะ พื้นฐาน A_1	1	1	7	8	7	8	8	7	7	8	7.5
		2	8	7	7	7	8	7	8	7	7
	2	3	6	6	7	8	8	7	7	7	7
		4	7	7	8	8	7	6	8	7	7
		มัธยฐาน	7	7	7	8	8	7	7.5	7	7
ระยะ ทดลอง B	3	5	7	8	7	7	7	6	8	7	7
		6	7	7	8	7	7	6	7	8	7
	4	7	6	7	7	8	6	5	6	7	6.5
		8	7	8	6	7	7	6	7	6	7
	5	9	6	6	6	6	7	5	7	6	6
		10	5	6	7	5	6	5	6	7	6
	6	11	5	5	6	5	5	4	5	5	5
		12	4	4	5	4	6	5	5	4	4.5
	7	13	3	3	4	5	4	4	4	5	4
		14	4	4	4	3	4	4	3	3	4
	8	15	2	2	4	3	3	3	4	2	3
		16	2	3	3	3	4	2	3	2	3
		มัธยฐาน	5	5.5	6	5	6	5	5.5	5.5	5.5
ระยะ หลังการ ทดลอง A_2	9	17	2	2	3	2	3	1	2	2	2
		18	1	1	2	2	2	1	2	1	1.5
	10	19	1	2	2	1	2	1	1	2	1.5
		20	1	1	1	2	2	0	1	1	1
		มัธยฐาน	1	1.5	2	2	2	1	1.5	1.5	1.5

ตาราง 5 แสดงความถี่ของพฤติกรรมของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคล
ในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะเส้นฐาน ระยะทดลอง และ
ระยะหลังการทดลอง

ระยะที่	สัปดาห์ที่	ครั้งที่	นักเรียนคนที่								ค่าเฉลี่ย
			1	2	3	4	5	6	7	8	
ระยะ เส้นฐาน A_1	1	1	7	8	8	7	7	8	7	7	7
		2	8	7	7	6	7	7	6	8	7
	2	3	7	8	7	7	8	8	8	7	7
		4	7	8	7	7	7	7	8	6	7
		มัธยฐาน	7	8	7	7	7	7.5	7.5	7	7
ระยะ ทดลอง B	3	5	7	8	7	7	7	7	8	7	7
		6	7	7	8	6	6	6	8	7	7
	4	7	7	8	7	6	6	7	7	7	7
		8	8	7	8	7	6	7	8	8	7.5
	5	9	7	6	7	6	7	6	7	7	7
		10	6	7	6	5	7	5	7	6	6
	6	11	7	6	7	6	5	6	6	6	6
		12	6	6	6	5	6	7	7	6	6
	7	13	5	7	6	5	6	5	6	7	6
		14	5	6	5	6	5	5	7	6	5.5
	8	15	6	5	6	4	6	6	7	6	6
		16	5	6	5	5	6	6	6	5	5.5
		มัธยฐาน	6.5	6.5	6.5	6	6	6	7	6.5	6.5
ระยะ หลังการ ทดลอง A_2	9	17	5	6	6	5	5	5	7	6	5.5
		18	4	5	5	5	6	6	6	6	5.5
	10	19	6	5	6	4	4	5	6	5	5.5
		20	5	6	6	4	5	6	6	6	6
		มัธยฐาน	5	5.5	6	4.5	5	5.5	6	6	5.5

ตาราง 6 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม

คนที่	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน โดยรวมของนักเรียน		ผลต่างของพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน โดยรวมของนักเรียน	อันดับ	R^-	R^+
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	28	5	23	4.5	0	4.5
2	28	6	22	2.5	0	2.5
3	29	8	21	1.0	0	1.0
4	31	7	24	7.0	0	7.0
5	31	9	22	2.5	0	2.5
6	27	3	24	7.0	0	7.0
7	30	6	24	7.0	0	7.0
8	29	6	23	4.5	0	4.5
Mdn	29	6	23		$\sum R^- = 0$	$\sum R^+ = 36$
Q.D.	1.00	1.25	1.00			

$$T = 0^{**}$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 7 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังได้รับการให้ข้อเสนอแนะ

คนที่	พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน โดยรวมของนักเรียน		ผลต่างของพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน โดยรวมของนักเรียน	อันดับ	R^-	R^+
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	29	20	9	6.5	0	6.5
2	31	22	9	6.5	0	6.5
3	29	23	6	3.0	0	3.0
4	27	18	9	6.5	0	6.5
5	29	20	9	6.5	0	6.5
6	30	22	8	4.0	0	4.0
7	29	25	4	1.0	0	1.0
8	28	23	5	2.0	0	2.0
Mdn	29	22	8.5		$\sum R^- = 0$	$\sum R^+ = 36$
Q.D.	0.75	1.25	2.25			

$$T = 0^{**}$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 8 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

คนที่	กลุ่มทดลอง		ผลต่าง	อันดับ	กลุ่มควบคุม		ผลต่าง	อันดับ
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง			ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง		
1	28	5	23	12.5	29	20	9	6.5
2	28	6	22	10.5	31	22	9	6.5
3	29	8	21	9.0	29	23	6	3.0
4	31	7	24	15.0	27	18	9	6.5
5	31	9	22	10.5	29	20	9	6.5
6	27	3	24	15.0	30	22	8	4.0
7	30	6	24	15.0	29	25	4	1.0
8	29	6	23	12.5	28	23	5	2.0

$$\sum R_1 = 100$$

$$\sum R_2 = 36$$

$$U = 0^{**}$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

$$\begin{aligned}
 U_1 &= n_1 n_2 + \frac{n_1 (n_1 + 1)}{2} - \sum R_1 \\
 &= (8 \times 8) + \frac{8 (8 + 1)}{2} - 100 \\
 &= \left(64 + \frac{72}{2} \right) - 100 \\
 &= 100 - 100
 \end{aligned}$$

$$U_1 = 0$$

$$\begin{aligned}
 U_2 &= n_1 n_2 + \frac{n_2 (n_2 + 1)}{2} - \sum R_2 \\
 &= (8 \times 8) + \frac{8 (8 + 1)}{2} - 36 \\
 &= \left(64 + \frac{72}{2} \right) - 36 \\
 &= 100 - 36
 \end{aligned}$$

$$U_2 = 64$$

ตาราง 9 แสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายพฤติกรรมของกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมก่อนและหลังการทดลอง

พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ผลต่าง
1. ภาษาถ้อยคำ			
- พูดตะกุกตะกัก	32	12	20
- หยุดพูดกลางคัน	30	6	24
- พูดเสียงสั่น	28	2	26
- จังหวะการพูดไม่เหมาะสม	31	9	22
2. ภาษาท่าทาง			
- มือสั่น	27	4	23
- ไม่สบสายตาผู้ฟัง	32	13	19
- แสดงอาการกระวนกระวาย	28	3	25
- ออกไปพูดหน้าชั้นช้ากว่าที่ควรจะเป็น	25	1	24
รวม	233	50	183

ตาราง 10 แสดงความถี่ของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนเป็นรายพฤติกรรมของกลุ่ม
ควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะก่อนและหลังการทดลอง

พฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ผลต่าง
1. ภาษาถ้อยคำ			
- พูดตะกุกตะกัก	31	30	1
- หยุดพูดกลางคัน	32	26	6
- พูดเสียงสั่น	30	21	9
- จังหวะการพูดไม่เหมาะสม	32	24	8
2. ภาษาท่าทาง			
- มือสั่น	25	18	7
- ไม่สบสายตาผู้ฟัง	32	23	9
- แสดงอาการกระวนกระวาย	32	21	11
- ออกไปพูดหน้าชั้นช้ากว่าที่ควรจะเป็น	18	10	8
รวม	232	173	59

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	ธรรมโชติ เอี่ยมทัศนะ
วันเดือนปีเกิด	31 พฤษภาคม พ.ศ. 2526
สถานที่เกิด	สมุทรปราการ
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	86 หมู่ 9 ซอยสัมพันธ์ 2 ถนนสุขุมวิท ตำบลสำโรงเหนือ อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ 10270 โทร 0-2749-6001
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2532	อนุบาล 1 จาก โรงเรียนอัมพรไพศาลอนุสรณ์ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2539	อนุบาล 2 – ประถมศึกษาปีที่ 6 จาก โรงเรียนดรุณรัตน์
พ.ศ. 2544	มัธยมศึกษาปีที่ 1-6 (ภาษาอังกฤษ - ภาษาญี่ปุ่น) จาก โรงเรียนราชวินิตบางแก้ว
พ.ศ. 2549	การศึกษาระดับบัณฑิต (สาขาวิชาการแนะแนว) จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2551	การศึกษามหาบัณฑิต (สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา) จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ