

การพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร



ปริญาณิพนธ์
ของ
วรัญญู ปิ่นน้ำ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปะการแสดงศึกษา

พฤษภาคม 2558

การพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปะการแสดงศึกษา

พฤษภาคม 2558

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร



บทคัดย่อ
ของ
วรัญญู ปิ่นน้ำ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปะการแสดงศึกษา

พฤษภาคม 2558

วรัญญู ปิ่นนำ . (2558). การพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร . ปรินญาณิพนธ์ กศ .ม.

(ศิลปศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม:

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระวีวรรณ วรรณวิไชย, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กิตติกรณ นพอดมพันธ์.

พฤติกรรมความกล้าแสดงออกในตัวเองของเด็กนั้น เป็นสิ่งที่จำเป็นมากในสังคมปัจจุบัน เนื่องจากเป็นปัจจัยที่สามารถทำให้เด็กเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม เสริมสร้างให้เด็กมีบุคลิกภาพในตนเองที่ดีขึ้น สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนวัยเดียวกัน สร้างความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออกทางความคิดของตน ความมุ่งหมายของการวิจัยเพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร ก่อนและหลังทำกิจกรรม กลุ่มตัวอย่าง ในการศึกษาได้จาก นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรีทั้งหมด ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จำนวน 45 คน และสร้าง เครื่องมือในงานวิจัยคือ โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร และ แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร มาเป็นตัววัดผลการทดลอง ถ้าหากเด็กคนใดมีความบกพร่องเกี่ยวกับความกล้าแสดงออก เด็กคนนั้นก็มักจะพบกับปัญหาในการดำรงชีวิต การติดต่อสื่อสาร และมีบุคลิกภาพที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งจะทำให้เกิดความยากลำบากทั้งในการทำงาน รวมไปถึงการเรียนและเกิดความวิตกกังวลต่าง ๆ ตามมา สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ใช้เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูลจากพฤติกรรมกล้าแสดงออกแสดงถึงความไฝ่ฝันอาชีพในอนาคตและค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูลจากแบบสอบถามพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละครของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ส่วน และการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่ากลางของสองประชากรที่มีการกระจายแบบปกติ แต่ไม่อิสระต่อกัน Paired t-Test

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. หลังการฝึกกิจกรรมการละคร นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกอยู่ในระดับมากโดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 ซึ่งมากกว่าหลังการฝึกกิจกรรมการละคร ที่นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 ตามลำดับ
2. การเปรียบเทียบการฝึกกิจกรรมการละครก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละครโดยใช้การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของข้อมูลสองชุดที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยภาพรวมพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

THE DEVELOPMENT OF ASSERTIVE BEHAVIORS OF MATTAYOMSUKSA SIX STUDENTS
AT BENCHAMATHEPUTHIT PHETCHABURI SCHOOL ,USING DRAMA ACTIVITIES.



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education degree in Art Educational
at Srinakharinwirot University

May 2015

Warunyoo Pinchum. (2015). *The Development of Assertive Behaviors of Mattayomsuksa six students at Benchamatheputhit Phetchaburi school , Using Drama activities.*

Masterthesis, M.Ed. (Art Educational). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Assoc. Prof. Dr. Rawiwan wanwichai, Asst. Prof. Dr. Kittikorn Nopudomphan.

Assertive behavior in their own children. It is very necessary in today's society. Because the factors that can make a child confronted with various situations appropriately. Reinforce the child's own personality in a better way. Can adapt to their peers. Build self-confidence Brave expression of their ideas. The aim of this research was to compare the results of the development of assertive behavior of students at six schools Benchamatheputhit Phetchaburi. Using Drama Activities Before and after the event sample In this study, the Students at six schools, five of Phetchaburi Province. Which is derived from a simple random sampling (Simple Random Sampling) for 45 people and is research tools. Assertive training program developed by the dramatic events and assertive behavior before and after the training event drama. As an experimental measure If a child has a disability about assertiveness. The child is often met with problems in living. Communications And an unpleasant personality. This will cause difficulties in the workplace. Including learning and anxiety in the aftermath. The statistics for the City Council against the data included percentage (Percentage) used to describe data from Assertive shows the career aspirations of the future and the Average (Mean) is used to describe the nature of the query Assertive. before and after the training activities of students performing at grade 6 and tests the difference between the mean value of the population has a normal distribution but not independent Paired t-Test.

The results were as follows:

1. After performing a training activity. Assertive students at a high level. The average Equal to 3.92, which is over the training theater activities. The students are assertive behavior at a high level. Mean of 3.51, respectively
2. Comparison of training activities before and after training events, theater, theater using. Comparison of two data sets are not independent of each other. Overall, the Different significance level. 05.

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยคามอนุเคราะห์กรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระวีวรรณ วรรณวิไชย ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กิตติกรณ์ นพอดมพันธ์ คณะกรรมการควบคุม และที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ของผู้วิจัย ที่ได้สละเวลาอย่างมากในการให้ความรู้ คำแนะนำ และตรวจแก้ไขทุกขั้นตอนของการทำวิจัยอย่างใกล้ชิด ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกทราบบ้างในความกรุณาอย่างยิ่ง ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณมา ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.พรรัตน์ ดำรง อาจารย์ประจำคณะอักษรศาสตร์ ภาควิชาการละคร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , ดร. กุสุมา เทพรักษ อาจารย์ประจำภาควิชาศิลปะการละคร คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ผศ.ดร.สามมิติ-สุขบรรจง อาจารย์ประจำวิทยาลัยนวัตกรรมการสื่อสารสังคม ภาควิชาการแสดงและกำกับการแสดง ผ่านสื่อ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ให้คำแนะนำและรับเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี และ คุณครูรัตนภรณ์ ลัธธนันท์ คุณครูที่น่ารักและเปรียบเสมือนแม่คนที่ 2 ของผู้วิจัยที่ได้ให้ความกรุณาและความสะดวกในการทำวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบคุณนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรีทุกคนที่ได้เข้าร่วมในการทำวิจัยในครั้งนี้ ที่ให้ความร่วมมืออย่างดียิ่งในการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งเป็นผลให้การทดลองมีความสมบูรณ์และเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ในภาควิชาศิลปะการแสดงทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ ความเมตตาและให้กำลังใจดูแลตลอดมา และขอขอบคุณพี่มาร์ช นฤฤทธิ์ นิยมสุข , พี่เอมี ณณฐฉัตรณ ดীনาน ,น้องมิน การแสดงรุ่น 14 ,น้องมิชชยา การแสดงรุ่น 15 ,น้องน้อมการแสดงรุ่น 15 น้องคัตโตะ การแสดงรุ่น 15และน้องเม้ง การแสดงรุ่น 14 ที่มาช่วยสร้างสรรค์งานวิจัยในการทำกิจกรรม ทำให้งานวิจัยผ่านพ้นไปได้ด้วยดี ราบรื่น และสนุกสนาน โดยเฉพาะพี่มาร์ช ครูสอนการแสดง มหาลัยสยาม,Super Star Academy และActing Coach ดารานักแสดงช่อง 3 ที่คอยช่วยเหลือให้คำปรึกษาในการวางแผนการทำกิจกรรมตั้งแต่เริ่ม การทำวิจัย และเพื่อน ๆ ปริญญาโท รุ่น 1 ศิลปะการแสดงศึกษาทุกคนที่ร่วมฝ่าฟัน ช่วยเหลือ ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทั้งในการเรียนและการทำงานกันมาตลอดระยะเวลา 2 ปี ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ และครอบครัวที่ให้การสนับสนุน คอยให้ความรัก ให้กำลังใจ คอยห่วงใยจนประสบความสำเร็จในการศึกษาระดับนี้

สุดท้ายนี้ ขอโน้มรำลึกถึงพระพุทธรูปคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณพระคุณของบิดามารดา พระคุณของครูอาจารย์ ตลอดจนเพื่อนๆ พี่ๆน้องๆ และผู้ที่เกี่ยวข้องในการวิจัยครั้งนี้ที่มีได้กล่าวนามผู้ซึ่งเป็นกำลังใจ และให้ความช่วยเหลือห่วงใยผู้วิจัยตลอดมา จนประสบความสำเร็จในการศึกษานี้

คุณค่าทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากการวิจัยในครั้งนี้ ขอมอบให้กับบิดา มารดา และบูรพาจารย์ทุกท่านที่เคยประสิทธิ์ประสาทวิทยาการความรู้ให้กับผู้วิจัยตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน

วรัญญา ปิ่นจำ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตการวิจัย.....	4
ตัวแปรที่ศึกษา.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
สมมุติฐานการวิจัย.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	6
ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	6
ลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	8
ชนิดของพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	11
วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	13
องค์ประกอบของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	14
เทคนิคต่างๆที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	15
ขนาดของกลุ่มและเวลาที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	19
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	19
งานวิจัยต่างประเทศ.....	19
งานวิจัยในประเทศ.....	20
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมละคร.....	23
ความหมายของกิจกรรมละคร.....	23
ศิลปะการละครในโรงเรียน.....	24
หลักและแนวคิดในการฝึกฝนพื้นฐานการแสดง.....	27
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการละคร.....	29
งานวิจัยในประเทศ.....	29

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
แนวคิดและจิตวิทยาวัยรุ่น.....	30
ความหมายของวัยรุ่น.....	30
พัฒนาการของวัยรุ่น.....	32
วัยรุ่นกับโรงเรียน.....	33
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	36
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	36
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	37
การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย.....	46
การจัดทำและการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย.....	48
4 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	59
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีการศึกษาค้นคว้า.....	59
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	60
สรุปผลการวิจัย.....	61
การวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดสอบสมมติฐาน.....	62
การอภิปรายผล.....	63
ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย.....	68
บรรณานุกรม.....	71

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ภาคผนวก.....	75
ภาคผนวก ก.....	76
ภาคผนวก ข.....	95
ภาคผนวก ค.....	103
ภาคผนวก ง.....	106
ภาคผนวก จ.....	111
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	118



บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อน และหลังการฝึกกิจกรรมการ.....	53
2 การเปรียบเทียบการฝึกกิจกรรมการละครก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละคร.....	56
3 จำนวนและร้อยละของพฤติกรรมกล้าแสดงออกแสดงถึงความใฝ่ฝันในอนาคต.....	57



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

พฤติกรรมความกล้าแสดงออกในตัวเอง ของเด็กนั้น เป็นสิ่งที่จำเป็นมากใน สังคมปัจจุบัน เนื่องจากเป็นปัจจัยที่สามารถทำให้เด็กเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม กล้าฟันฝ่าอุปสรรคแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ เป็นอย่างดี ช่วย เสริม ให้เด็กมีบุคลิกภาพในตนเอง ที่ดีขึ้น สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนวัยเดียวกัน และสังคมภายนอก สร้างความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออกทางความคิดของตนกล้าพูดต่อหน้าผู้อื่น กล้าเข้าร่วมกิจกรรม และได้รับการยอมรับจากเพื่อนอีกด้วย ความกล้าแสดงออกจึงเป็นคุณลักษณะที่เด็กควรได้รับการส่งเสริม เพราะเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาบุคลิกภาพที่จะส่งผลให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง กล้าคิด กล้าแสดงออก สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม (กรมวิชาการ. 2537: 1) ซึ่งความ กล้าแสดงออก นั้นสามารถปลูกฝังขึ้นได้ นำพาไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเอง เพราะทุกคนในสังคมมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จมีความภาคภูมิใจในตนเอง จึงสอดคล้องกับคำกล่าวของ วินัย ธรรมศิลป์ (2527: 27) ที่ว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง ในการกล้าแสดงออก เป็นสิ่งสามารถปลูกฝังให้เกิดขึ้นได้ และนอกจากนี้ ความเชื่อมั่นในตนเอง นั้น มิได้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ แต่เกิดจากการเรียนรู้เนื่องมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างจึงเป็นสิ่งที่ควรปลูกฝังและส่งเสริมแก่เด็กให้มีพัฒนาอยู่เสมอ (Erikson. 1975: 220-222)

กล่าวคือ ถ้าหากเด็กคนใดมีความบกพร่องเกี่ยวกับความกล้าแสดงออก ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง บุคคลนั้นมักจะพบกับปัญหาทั้งในด้านการติดต่อ สื่อสาร และมีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น บุคลิกภาพที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งจะก่อให้เกิดความยากลำบากทั้งในการทำงาน การเรียนและเกิดความวิตกกังวลต่างๆ ตามมา เมื่อมีความวิตกกังวลเกิดขึ้น การทำงานต่างๆ หรือการเรียนก็ไม่มีประสิทธิภาพ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เข้าสังคมกับเพื่อนไม่ได้ อย่างไรก็ตามพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นคุณสมบัติที่สามารถปลูกฝัง และพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ในตัวบุคคล โดย อัลเบิร์ตและเอมมอนส์ (เอี่ยมจิต ดีศรีแก้ว. 2524: 4; อ้างอิงจาก Albert; & Emmons. 1978) นักจิตวิทยาด้านพฤติกรรมมีความเชื่อว่า “พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกสามารถนำมาฝึกฝนให้มีการ แสดงออกที่ถูกต้องและเหมาะสมได้”

ละม้ายมาศ ศรีทนต์ และคนอื่นๆ (2510: 98) กล่าวไว้ว่า เด็กที่ไม่กล้าแสดงออก ขาดความเชื่อมั่นในตนเองจะพึ่งพาอาศัยผู้อื่นอยู่เสมอ และผลที่ตามมาคือขาดความกล้าแสดงออกที่จะเผชิญต่ออุปสรรคหรืองานที่ยากลำบาก ซึ่งจะเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาตนเองในอนาคต ในทางกลับกัน ถ้าเราไม่มีความกล้าแสดงออกเราจะไม่มีความ เชื่อมั่น ขาดความมั่นใจ ไม่กล้าคิด ไม่กล้าซักถามในสิ่งที่เราไม่เข้าใจ ไม่กล้าตัดสินใจ ในเรื่องที่เราควรตัดสินใจ พฤติกรรมในตนเองที่แสดง ออกมาจึงดูไม่เหมาะสม ทำให้เป็นคนที่มีบุคลิกไม่ดี สื่อสารไม่ตรงจุด ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการช่วยเหลือและส่งเสริม

ให้เด็กนักเรียน มีความกล้าแสดงออก ที่เหมาะสมสร้าง ความเชื่อมั่นในตนเอง มากขึ้นเพื่อการพัฒนาตนเองที่ดีในอนาคตของนักเรียน และนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน อย่างไรก็ตามพฤติกรรมความกล้าแสดงออกสามารถพัฒนาฝึกฝน ได้ในตัวบุคคลนั้นๆให้เกิดความกล้าแสดงออกที่ เหมาะสมตามสถานการณ์ต่างๆ ต่อไปในอนาคต ถ้าเด็กไม่ได้รับการช่วยเหลืออย่างถูกต้องโดยทันทีแล้ว ความรู้สึกไม่กล้าแสดงออกดังกล่าวจะติดตัวเด็กเรื่อยไป และเป็นผลร้ายต่อ การพัฒนาบุคลิกภาพโดยรวม ซึ่งควรจะแก้ไขให้ทันที่

จากการ ศึกษาค้นคว้าข้อมูลพบว่า นักเรียนชั้นมัธยม ปลาย เป็นวัยรุ่นตอนกลางที่มีการปรับเปลี่ยนทั้งสภาวะร่างกายและจิตใจอย่างรวดเร็ว ดังคำกล่าวของ นพ. วิโรจน์ อารีย์กุล (วิทยาลัยแพทยศาสตร์ พระมงกุฎเกล้า) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยช่วงต่อระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงระยะเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย ลักษณะที่บ่งบอกถึงความเป็นหนุ่มสาว ขณะ เดียวกันพัฒนาการทางด้านอารมณ์ สังคมและจิตใจก็เปลี่ยนแปลงไปด้วย แต่เป็นไปในลักษณะที่ไม่ค่อยสอดคล้องหรือเหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดความสับสน ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ขาดความยับยั้งชั่งใจ ขาดประสบการณ์ ทำให้วัยรุ่นตัดสินใจกระทำหรือมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมโดยไม่ได้คำนึงถึงผลเสียที่เกิดขึ้นตามมาจากการกระทำของตน และ จากบทความ พัฒนาการวัยรุ่น *Adolescent Development*, นพ. พนม เกตุมาน กล่าวว่ วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลายด้าน ทำให้ต้องมีการปรับตัวหลายด้านพร้อมๆ กัน จึงเป็นวัยที่จะเกิดปัญหาได้มาก การปรับตัวได้สำเร็จจะช่วยให้วัยรุ่นพัฒนาตนเอง เกิดบุคลิกภาพที่ดี ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญของการดำเนินชีวิตต่อไป พัฒนาการทางร่างกาย (Physical Development) ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทั่วไปและการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เนื่องจากวัยนี้ มีการสร้างและหลั่งฮอร์โมนเพศ (sex hormones) และฮอร์โมน ของการเจริญเติบโต (growth hormone) อย่างมากและรวดเร็ว

จากการศึกษาปัญหา ดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมปลาย ที่เป็นวัยรุ่นตอนกลางดังข้อมูลเบื้องต้น ผู้วิจัยจึงได้ สอบถามอาจารย์ฝ่ายแนะแนวของโรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี อาจารย์อัฉร ทองดี และครูประจำชั้นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ทุกห้อง รวมถึงสัมภาษณ์ผู้อำนวยการโรงเรียน จึงได้ทราบข้อมูลว่า เด็กนักเรียนชั้นมัธยมปีที่ 6 ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมความกล้าแสดงออกที่ไม่เหมาะสม ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เช่น ไม่กล้าตอบคำถามของครู ไม่ค่อยมีความคิดเป็นของตนเองชอบตามเพื่อน เกิดความวิตก กังวล ไม่กล้าคิดต่าง เมื่อสงสัยหรือไม่เข้าใจอะไร ในห้องเรียนแล้วไม่กล้า ชักถามครู ไม่กล้าที่จะออกความคิดเห็น อาจารย์ฝ่ายแนะแนวจึงเป็นกังวลว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เหล่านี้ที่กำลังจะเข้ารับการศึกษาในระดับอุดมศึกษา จะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ไม่เหมาะสม ไม่กล้าตอบคำถาม ไม่กล้าสบ สายตาผู้สนทนา ในการสอบสัมภาษณ์ เข้าเรียนต่อ หรือ มีบุคลิกภาพที่อาจไม่เหมาะสม เพื่อใช้ในการพัฒนาตนเองในอนาคตต่อไป

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะ นำ กิจกรรมการละคร มาสร้างเป็นกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเป็นการพัฒนาพฤติกรรม ความกล้าแสดงออกของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรีในครั้งนี้โดยกระบวนการทางการละครที่สามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้นมีอยู่หลายวิธี เช่น การใช้กรณีตัวอย่าง การใช้บทบาทสมมติ เทคนิคการเลียนแบบ การฝึกพฤติกรรม ความกล้าแสดงออก และการเสริมแรง เป็นต้น โดยกิจกรรมการละครจะมาเป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้นักเรียนที่มีพฤติกรรม ความกล้าแสดงออก ที่ไม่เหมาะสม ให้มี ความกล้าแสดงออก และ เชื้อ มั่นในตนเองมากยิ่งขึ้น โดยเชื่อมโยงกับคำกล่าว ของ พรรัตน์ ดำรุง (2547: 9) การละครสำหรับเยาวชน . กล่าวว่

“ กิจกรรมละคร เป็นการพัฒนาในทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา เพื่อให้เด็กอยู่ในกลุ่มของความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออก รู้จักฟังความเห็นของผู้อื่นในวัยเดียวกัน อย่างมีเหตุผล มีความคิดสร้างสรรค์และมี จินตนาการ โดยการละครที่ทำให้ห้องเรียนมีประโยชน์ต่อ ผู้เรียนในด้านกรร่วมกิจกรรมและการเป็นผู้ชมคือ ละครสามารถสร้างแรงจูงใจให้นักเรียนมีอิสระทางความคิด การเคลื่อนไหว ฝึกการปฏิบัติงานจริง ร่วมกับผู้อื่น เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทดลองผิดถูกและคุณค่าของการทำกิจกรรมละครจะเกิดขึ้นถ้าให้เด็กนักเรียนมีส่วนร่วมใน กระบวนการพัฒนาละคร หรือ กิจกรรมละครแล้ว นักเรียนผู้ร่วมกระบวนการจะได้ฝึกฝน เรียนรู้ถึงการเข้าใจตนเอง และการแสดงออก (acting out) เป็นช่วยกระตุ้นให้เด็กที่ร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้จากประสบการณ์ และการพัฒนาตนเองทำให้เกิดความกล้าแสดงออก สร้างความมั่นใจมากยิ่งขึ้น”

ผู้วิจัยมีความ คาดหวังว่าหลังจากการทำกิจกรรมการ ละครแล้ว จะช่วยพัฒนา พฤติกรรม ความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ให้มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น มีความมั่นใจในตนเอง และช่วยให้นักเรียน มีบุคลิกภาพ ที่ดีขึ้น ถูกกาลเทศะในสถานการณ์ที่เหมาะสม อาจเป็นจุดเริ่มต้นที่สามารถพัฒนา ความ กล้าแสดงออกให้นักเรียนสามารถประยุกต์นำไปใช้ในชีวิตประจำวันและการเข้าสังคม และ เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ นักเรียนประสบความสำเร็จทางการเรียนในระดับที่สูงขึ้นต่อไปในอนาคต

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละครและใช้แบบประเมินพฤติกรรม ความกล้าแสดงออกสำหรับนักเรียน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นตัวช่วยในการเปรียบเทียบและวัดผลการพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนได้อย่างเหมาะสมในสิ่งที่ถูกที่ควร สามารถปรับตนเอง เข้าในสังคมได้อย่างมีความสุข อันจะสอดคล้องกับแผนพัฒนาการศึกษา แห่งชาติระยะที่ 4 (พ.ศ.2520-2524) ซึ่งมุ่งให้ผู้เรียนกล้าแสดงออกทั้งความคิดและการกระทำโดยให้ ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง คิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาเป็น ซึ่งเมื่อนักเรียนได้รับการพัฒนาแล้ว ผู้วิจัยเชื่อว่าจะช่วยทำให้นักเรียนเปลี่ยนแปลงจากพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกเป็นผู้ที่มี ความกล้าแสดงออกมากขึ้น ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นในการช่วยนักเรียนให้สามารถปรับตนเองในกลุ่มเพื่อนได้ และเป็นพื้นฐานทำให้สามารถปรับตนเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาทั้งในปัจจุบัน และอนาคตอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร ก่อนและหลังทำกิจกรรม

ความสำคัญของการวิจัย

การทำวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบ ผลและความแตกต่าง ของการพัฒนาพฤติกรรม ความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละครก่อนและหลังทำกิจกรรม และจะเป็นแนวทางสำหรับครู ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องสำหรับนำไปพิจารณาปรับปรุงและพัฒนา พฤติกรรม ความกล้าแสดงออก ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยสามารถนำไปบูรณาการ การเรียนการสอนต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

กลุ่มประชากร

นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศ จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 จำนวน 540 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากกลุ่มประชากร ผู้วิจัยกำหนดโควตา 10% ของประชากรทั้งหมด เท่ากับ 54 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น : กิจกรรมการละคร

ตัวแปรตาม : พฤติกรรมความกล้าแสดงออก

ระยะเวลาในการศึกษาค้นคว้า :

เดือน สิงหาคม ถึง เดือน กันยายน ปีการศึกษา 2557 ทั้งหมด 8 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง

นิยามศัพท์เฉพาะ

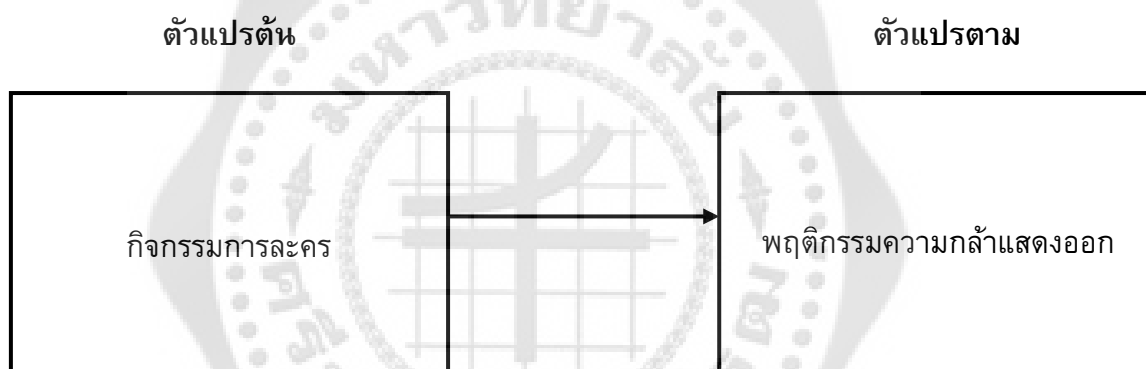
1. พฤติกรรมความกล้าแสดงออก

พฤติกรรมความกล้าแสดงออก หมายถึงลักษณะหนึ่งของ บุคคลที่สามารถแสดงความคิดและความรู้สึกต่างๆออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งด้านภาษา ท่าทาง ไบหน่า น้ำเสียง รวมไปถึงการประสานสายตาคู่ผู้อื่นที่สนทนาด้วยอย่างเหมาะสม และเป็นธรรมชาติโดยปราศจากความวิตกกังวล และสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง

2. กิจกรรมการละคร

กิจกรรมการละคร หมายถึง การนำกระบวนการทางการละคร (Drama Process) มาปรับใช้ในการทำกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของนักเรียน รวมไปถึงถึงการได้ลงมือทำและเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรม เน้นการพัฒนาเรื่องการแสดงออกของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพ ทั้งด้านภาษา ท่าทาง น้ำเสียงและการประสานสายตา ต่อผู้อื่นที่สนทนาด้วยอย่างเหมาะสม โดยนำไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเอง และนักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็น วิพากษ์วิจารณ์ ได้อย่างมีเหตุผล แสวงหาแนวทาง ทางความคิดและการแก้ไขปัญหาความไม่กล้าแสดงออก โดยนำกิจกรรมการละครมาเป็นเครื่องมือให้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศ - จังหวัดเพชรบุรี

กรอบแนวคิดในการวิจัย



สมมุติฐานการวิจัย

การใช้กิจกรรมการละครช่วย ในการพัฒนา พฤติกรรม ความ กล้าแสดงออกของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ก่อนและหลังทำกิจกรรมมีความแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร ผู้วิจัยได้ศึกษาและค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาเรียบเรียงและเสนอหัวข้อรายละเอียด ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1.1 ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1.2 ลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1.3 ชนิดของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1.4 วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1.5 องค์ประกอบของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1.6 เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1.7 ขนาดของกลุ่มและเวลาที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมละคร
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมละคร
 - 2.1.1 ความหมายกิจกรรมการละคร
 - 2.1.2 ศิลปะการละครในโรงเรียน
 - 2.1.3 หลักและแนวคิดในการฝึกพื้นฐานการแสดง
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการละคร
3. แนวคิดและจิตวิทยาวัยรุ่น
 - 3.1 ความหมายของวัยรุ่น
 - 3.2 พัฒนาการของวัยรุ่น
 - 3.3 วัยรุ่นกับโรงเรียน

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1.1.1 ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับพฤติกรรมความกล้าแสดงออก (Assertive Behavior)

ได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลายแนวคิด ดังนี้

บาวเวอร์ และ บาวเวอร์ (Bower; & Bower. 1976: 4) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็นความสามารถที่จะแสดงความรู้สึกต่างๆ เป็นการเลือกว่าจะอย่างไรกับการแสดงสิทธิของตนตามความเหมาะสม เป็นการเพิ่มความภาคภูมิใจให้แก่ตนเองเป็นการสร้างความมั่นใจกับตนเองมากขึ้น เป็นการแสดงความไม่เห็นด้วยเป็นการวางแผนที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองและเป็นการขอร้องให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อต้านของเขา

โวลเป้ (Wolpe. 1973: 81) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกว่าเป็นการแสดงถึงสิทธิ ความรู้สึกของบุคคลซึ่งเป็นที่ยอมรับในสังคม รวมไปถึงการปฏิเสธการขอร้องที่ไร้เหตุผล การแสดงความรัก การยกย่องชมเชย การแสดงออกถึงความรู้สึกของบุคคล

ซานสเบอรี (Sansbury. 1974: 118) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกว่าเป็นลักษณะหนึ่งของการแสดงความคิด และความรู้สึกต่างๆ ออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งด้านภาษา ท่าทางและน้ำเสียง

วิลด์ และ โคลปาน (Wilk; & Coplan. 1977: 460) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกว่าเป็นวิธีการอย่างหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ และเป็นการเพิ่มพูนความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนทั้งมีผลทั้งระยะสั้นและระยะยาวต่อการเพิ่มระดับความตระหนักรู้ในตนเองและความนับถือตนเองและผู้อื่น

เฟนสเตอร์ไฮม์ และแบร์ (Fensterheim; & Baer. 1975: 33-34) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกพอสรุปได้ว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยเน้นที่เสรีภาพของอารมณ์ การปราศจากความวิตกกังวล และสิทธิเป็นสำคัญ

หลุยส์ จ่าปาเทศ (2533: 136) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกว่าเป็นลักษณะการแสดงที่ไม่ต้องการอำนาจ ไม่ต้องการบังคับขู่เข็ญควบคุมพฤติกรรมของคู่สนทนา แต่ตรงกันข้ามการแสดงออกที่เหมาะสม คือ การพัฒนาตนเองให้เกิดความเชื่อมั่นที่ถูกทางเป็นที่นับถือของผู้อื่นและสังคมที่ยอมรับโดยคำนึงถึงสิทธิและความเหมาะสมของทั้งสองฝ่าย

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536: 133) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกว่าเป็นความสามารถที่จะเสนอหรือแสดงออกของบุคคลได้อย่างเป็นธรรมชาติที่สุด ตามสถานการณ์ที่เป็นอยู่และสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ด้วยวิธีการทางบวกโดยปราศจากความวิตกกังวล

ละเอียต ชูประยูร และคนอื่นๆ (2521: 7-8) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกว่าเป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ที่เหมาะสมของบุคคลตามสิทธิที่มีอยู่ของตนเองต่อบุคคลอื่น และเป็นการแสดงออกที่มีเหตุผลและเป็นที่ยอมรับของสังคม พฤติกรรมกล้าแสดงออกคลุมไปถึงพฤติกรรมด้านต่างๆ เช่น การกล้าแสดงความคิดเห็นที่ต่างไปจากผู้อื่น การแสดงความคิดเห็นวิพากษ์วิจารณ์ การปฏิเสธที่จะทำตามคำขอร้องที่ไม่ยุติธรรม หรือไม่มีเหตุผล ตลอดจนกระทั่งการแสดงความคิดเห็นดีต่อบุคคลอื่นๆ หรือยอมรับว่าตนเองบกพร่องหรือโง่เขลาในบางเรื่อง

จากข้อความข้างต้นสรุปได้ว่า พฤติกรรม กล้าแสดงออก เป็นการแสดงออกซึ่งสิทธิ ความรู้สึกของบุคคลออกมาได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพทั้งภาษา ท่าทาง และน้ำเสียงโดยไม่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่นเพื่อเพิ่มความมั่นใจให้กับตนเอง รวมไปถึง ความสามารถในการแสดงออกด้านการคิด การพูด การกระทำ อารมณ์ความรู้สึก ทั้งนี้เป็นวิธีการที่จะช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ

1.1.2 ลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

บุคคลจะมีลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้น สามารถแสดงออกเป็นได้หลายลักษณะ ดังมีผู้เสนอแนวความคิดดังต่อไปนี้

ชอลเตอร์ (พรรณราย ทรรศะประภา . 2524: 48-50; อ้างอิงจาก Salten. 1949. *Conditioned reflex therapy*. p. 208) ได้สรุปว่า บุคคลที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมต่างๆ ดังนี้

1. การพูดแสดงความรู้สึกที่แท้จริง (User-Feeling - Talk) เป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกชอบและสนใจอย่างไม่ขัดเขิน แทนการพูดอะไรออกมาอย่างเป็น กลางๆ สามารถที่จะใช้ วาจา “ฉันรู้สึกว่...” หรือ “ฉันคิดว่า...” ได้ในเวลาอันเหมาะสม
2. การพูดเกี่ยวกับตนเอง (Talk about Yourself) เมื่อบุคคลทำสิ่งใดที่มีคุณค่าและ น่าสนใจบุคคลนั้นสามารถที่จะพูดหรือเล่าให้บุคคลอื่นทราบได้โดยไม่พูดโอ้อวดหรือผูกขาดการ สนทนาเพียงผู้เดียวแต่สามารถที่จะเล่าถึงความสำเร็จของตนได้เมื่อเวลาอันเหมาะสม
3. การพูดทักทายปราศรัย (Make Greeting Talk) บุคคลสามารถที่จะแสดงความเป็นมิตรกับบุคคลอื่นที่ต้องการรู้จักให้มากขึ้นได้ด้วย การแสดงความยินดีที่จะเข้าพบเขา ด้วยความ ยิ้มแย้มแจ่มใจสามารถทักทายกล่าวคำว่า “สวัสดี ดีใจที่ได้พบคุณอีก ”มากกว่าที่จะกล่าวแต่เพียงว่า “สวัสดี” หรือพยักหน้าอย่างเดียว
4. การยอมรับคำยกย่องชมเชย (Accept Complement) บุคคลสามารถยอมรับคำ ชมเชยได้อย่างจริงใจ แทนการแสดงความไม่เห็นด้วยเช่น เมื่อมีคนชมว่า “เสื้อคุณตัวนี้สวย ” สามารถตอบกลับไปได้ว่า “ขอบคุณค่ะ ดิฉันก็ชอบเหมือนกัน ” โดยถือว่าการยอมรับคำชมเชยเป็น การให้รางวัลแก่ผู้ชมเชย แทนที่จะพูดในลักษณะเป็นการลงโทษเขา
5. การแสดงออกทางสีหน้าอย่างเหมาะสม (Use Appropriate Facial Talk) เป็น การแสดงออกทางใบหน้าและน้ำเสียงที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงและสามารถสบตากับคู่สนทนาได้ อย่างตรงไปตรงมา
6. การแสดงความเห็นด้วยอย่างสุภาพ (Disagree Mildly) เมื่อมีความคิดเห็นที่ ไม่ตรงกันหรือไม่เห็น ด้วยของผู้อื่น โดยที่ตนเองมีความแน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยนั้น สามารถที่จะ แสดงความเห็นด้วยอย่างนุ่มนวล ด้วยก ารแสดงกิริยาบางอย่าง เช่น มองไปทางอื่น เลิกคิ้ว สั่น ศรีษะ หรือเปลี่ยนเรื่องสนทนา

7. การขอให้แสดงความกระจ่าง (Ask For Clarification) เมื่อมีคนให้คำแนะนำ หรือ สั่งสอน หรืออธิบายไม่ชัดเจน ก็สามารถที่จะขอร้องให้เขาอธิบายให้ฟังอีกครั้งให้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยสามารถพูดว่า “ดิฉันยังไม่เข้าใจคำอธิบายของคุณดีนัก กรุณาพูดใหม่อีกครั้งได้ไหมคะ”

8. การถามเหตุผลว่า ทำไม (Ask why) เมื่อมีผู้ใดมาขอร้องให้ทำในสิ่งที่ไม่ดี เหตุผลก็สามารถถามได้ว่า “เพราะเหตุใดคุณจึงต้องการให้ดิฉันทำในสิ่งเหล่านั้นล่ะ”

9. การแสดงความไม่เห็นด้วยในขณะนั้น (Express Active Disagreement) เมื่อมีความคิดเห็นที่ไม่ตรงกันหรือไม่เห็นด้วยของผู้อื่น โดยที่ตนเองมีความแน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยนั้น สามารถที่จะแสดงความเห็นด้วยการพูดว่า “ดิฉันมีความคิดที่แตกต่างออกไป ดิฉันมีความคิดเห็นที่ว่า ...”

10. การพูดเพื่อรักษาสิทธิของตนเอง (Speak up for Your Rights) การไม่ยอมให้ใครมาเอาไรต์เอาเปรียบโดยไม่ยุติธรรม สามารถที่จะปฏิเสธได้โดยไม่รู้สึกผิด สามารถที่จะแสดงสิทธิและขอร้องให้ผู้อื่นแสดงต่อตนเองด้วยความยุติธรรม เช่น สามารถพูดว่า “ดิฉันมาเข้าคิวก่อน” หรือ “กรุณาหรือวิทยุหน่อยได้ไหมคะ” โดยไม่ต้องทำลายสถานการณ์ คือ ไม่ต้องทะเลาะวิวาท หรือโกรธคนอื่น

11. การแสดงความมั่นคง (Be Persistent) เมื่อมีเรื่องข้องในในเรื่องที่มีเหตุผลสมควร สามารถที่จะดำเนินการร้องทุกข์ได้ จนกว่าจะได้รับความพอใจ แม้จะมีผู้ใดขัดขวางก็ไม่เลิกล้มความตั้งใจ

12. หลีกเลี่ยงการที่จะต้องแสดงเหตุผลในทุกๆ ด้าน ความเห็น (Avoid Justifying Every Opinion) ในการอภิปรายหรือเจรจาถ้าใครโต้แย้งอยู่ตลอดเวลา เช่น มีคนคอยถามว่า “ทำไม” อยู่ตลอดเวลา ก็สามารถที่จะปฏิเสธการตอบคำถามเพื่อที่จะยุติปัญหาเหล่านั้นโดยพูดว่า “ดิฉันมีความรู้สึกเช่นนี้ค่ะ ดิฉันไม่จำเป็นต้องแสดงเหตุผลในทุกๆ สิ่งที่คุณพูด ถ้าการแสดงเหตุผลมีความสำคัญต่อคุณมาก คุณน่าจะหาเหตุผลดูว่าทำไมคุณจึงไม่เห็นด้วยกับดิฉันไปเสียทั้งหมด”

13. การใช้การประสานสายตา (Eye Contact) ในขณะที่สนทนากันสามารถที่จะมองตาผู้ฟังได้ ซึ่งการประสานสายตานั้นมีความสำคัญมาก เพราะจะช่วยสะท้อนความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูดได้ในขณะเดียวกันทำให้ผู้พูดรู้ว่าผู้ฟังมีความสนใจในเรื่องที่กำลังสนทนากันมากน้อยเพียงใด หรือผู้ฟังมีความรู้สึกอย่างไร

วิลลิส (Willis, 1995: 11) ได้กล่าวถึงลักษณะพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ดังนี้

1. เป็นคนเปิดเผย ซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น
2. เป็นผู้ฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
3. เป็นผู้ที่เข้าใจสภาพการณ์ของบุคคลอื่นได้
4. สามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างชัดเจนโดยไม่พาดพิงบุคคลอื่น
5. เป็นคนที่สามารถแก้ไขปัญหาความยุ่งยากได้
6. สามารถตัดสินใจเรื่องต่างๆ ได้
7. มีความชัดเจนในจุดยืนของตนเอง โดยไม่หลีกเลี่ยงหรือโกหกตนเอง

8. เผชิญหน้ากับปัญหาที่เกิดขึ้นได้
9. สามารถยื่นกรณพุดในสิ่งที่ตนเองต้องการได้
10. มีความเคารพต่อตนเองและผู้อื่น
11. เป็นผู้ที่มีความเสมอภาคเท่ากับบุคคลอื่นและคงไว้ซึ่งความเป็นเอกลักษณ์
12. แสดงความรู้สึกของตนเองอย่างซื่อสัตย์
13. เป็นผู้ที่ยืนหยัดความเป็นตัวของตัวเอง

นอกจากนี้ ละเอียต ชูประยูร และคนอื่นๆ (2521: 9 - 10) ได้กล่าวถึงลักษณะพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ดังนี้

1. การปฏิเสธที่จะทำตามคำขอร้อง
2. การเปิดเผยข้อจำกัดส่วนตัว
3. การริเริ่มการติดต่อในสังคม
4. การแสดงความรู้สึกทางบวก
5. การแสดงความคิดวิพากษ์วิจารณ์
6. การแสดงความเป็นตัวของตัวเอง
7. การกล้าแสดงออกในเหตุการณ์ที่ควรได้รับสิทธิเช่น การบริการในร้านอาหาร
8. การให้คำตอบและการตอบสนองในทางลบ

และ นอกจากนี้ Clark (วิชญา ไชยเทพ. 2544; อ้างอิงจาก Clark. 1978) ได้กล่าวถึงการแสดงออกที่เหมาะสมไว้ว่า

1. การแสดงตนต่อผู้อื่นทั้งด้วยคำพูดและไม่ใช้คำพูดโดยการแสดงออกคือ สามารถพูดแสดงความรู้สึกด้วยเสียงดังพอสมควร ชัดเจน มีการสบตาคู่สนทนา ในการพูดเกี่ยวกับตนเองสามารถกล่าวถึงสิ่งที่มีคุณค่าและน่าสนใจของตน ไม่ผูกขาดการสนทนา ไม่คุยโอ้อวด หรือนิ่งเฉยคอยฟังแต่ผู้อื่นพูดอย่างเดียวสบตากับผู้ที่พูดด้วย ไม่หลบสายตา พูดจาทักทายปราศรัย สามารถเริ่มกล่าวสนทนากับผู้อื่นก่อนได้และใช้สรรพนามบุรุษที่ 1 แทนตนเอง เช่น ดิฉัน ผม ฉัน

2. การพูดแสดงความรู้สึกชัดเจน ตรงไปตรงมา นั่นคือ แสดงสีหน้าเหมาะสม ลักษณะสีหน้าและลักษณะน้ำเสียงสอดคล้องกับความรู้สึกที่แท้จริง ยอมรับคำชมเชยอย่างจริงจัง สามารถใช้คำพูด "ทำไม" ได้โดยใช้น้ำเสียงสุภาพ และไม่ทำหน้าที่บ่งตั้ง สามารถเปิดเผยได้เมื่อมีความคิดเห็นที่ตรงข้ามกับผู้อื่น สามารถแสดงสิทธิอันชอบธรรมและขอให้บุคคลอื่นแสดงตอบด้วยความยุติธรรมโดยไม่ทำลายสัมพันธภาพ และสามารถขอร้อง อธิบาย หรือแนะนำซ้ำอีกครั้งเพื่อให้มีความชัดเจน

3. มุ่งงานไม่หยุดนิ่งเฉยหรือรอคอยโชคชะตานั้นคือ สามารถทำงานเต็มความสามารถของตนเองมีการวางแผนในการทำงาน รู้จักตั้งเป้าหมายในการทำงาน และทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ มีการสร้างนิสัยในการทำงาน กำหนดการทำงานแต่ละขั้นที่จะทำให้ตนเองพอใจอย่างมีเหตุผล ให้ความสนใจกับงานที่กำลังทำอยู่ถึงแม้จะไม่ชอบงานบางอย่างแต่ก็สามารถวางแผนทำให้สำเร็จ อีกทั้งในขณะที่ทำงานสามารถกล่าวปฏิเสธในเรื่องที่ตนรู้สึกที่ไม่สามารถทำตามคำขอร้องของผู้อื่นได้ และเมื่อทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมายก็มีการให้รางวัลกับตัวเองบ้าง

4. การให้ การยอมรับคำวิจารณ์ และการขอความช่วยเหลือ ได้แก่ สามารถรับฟังคำติชมด้วยความรู้สึกสบายใจ สามารถชมผู้อื่นเมื่อเขาทำกิจกรรมต่างๆ ได้สำเร็จ รับผิดชอบต่อข้อบกพร่องของตนเองสามารถขอความร่วมมือจากบุคคลอื่นได้ สามารถให้ข้อคิดเห็นหรือข้อวิจารณ์แก่ผู้อื่นด้วยท่าทีสุภาพ ไม่ก้าวร้าว และพูดด้วยความจริงใจและด้วยความปรารถนาดี

5. การควบคุมความวิตกกังวล ความกลัว และความโกรธ ได้แก่ สามารถยืนยันสิทธิที่พึงมีพึงได้ของตนเอง แสดงความไม่เห็นด้วยโดยไม่รู้สึกผิดหรือรู้ สึกไม่สบายใจในภายหลัง สามารถแสดงความโกรธออกมาได้โดยไม่เก็บกดหรือแสดงความก้าวร้าว สามารถจัดการกับปัญหากับคำพูดเยาะเย้ย เสียดสีจากบุคคลอื่น และสามารถจัดการความกลัวที่เกิดจากความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลจากแนวคิดที่กล่าวมาสามารถสรุปได้ว่าลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นความสามารถของบุคคลในการรักษาสิทธิ ความเชื่อความรู้สึก ความคิดเห็น เป็นการแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกทางหน้าตา ท่าทาง การใช้ภาษาในการสื่อความในประโยค และมีความสามารถในการดำเนินการสนทนา ยุติการสนทนา กล่าวคำขอร้อง หรือกล่าวคำปฏิเสธได้ถูกต้องเหมาะสมกับ เวลาและสถานการณ์

จากเอกสารดังกล่าว ลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นการแสดงออกของบุคคลทั้งภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงอารมณ์และความรู้สึกต่าง ๆ ต่อผู้อื่นอย่างเหมาะสม โดยไม่เกิดความวิตกกังวล คำจำกัดความของพฤติกรรมกล้าแสดงออกว่า เป็นการกระทำที่บุคคลสามารถทำในสิ่งที่ตนเองสนใจ เป็นการเรียกร้องโดยปราศจากความรู้สึกวิตกกังวล เป็นการแสดงออกของความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมา ด้วยความสบายใจหรือเป็นการกระทำตามสิทธิของตน และมีการพิจารณาถึงสิทธิของบุคคลอื่นโดยคำนึงถึงสิทธิและความหมา ยของทั้งสองฝ่าย ซึ่งการแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออกนี้เป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่นในตนเองได้

1.1.3 ชนิดของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

สมากี้ และแทมมินเนน(Smaky; & Temminen. 1976: 423) ได้แบ่งชนิดของพฤติกรรมกล้าแสดงออก ไว้เป็น 3 ระดับ ดังนี้

1. พฤติกรรมกล้าแสดงออกเพียงเล็กน้อย (Minimally Assertive) ซึ่งสามารถสังเกตได้จากคำพูดและการแสดงออกว่ามีลักษณะไม่ยอมตามที่ผู้เคยเอาเรียดเอาเปรียบแต่ขณะเดียวกันก็ไม่ใช่แบบก้าวร้าวรู้ว่าตนเองรู้สึกอย่างไรในระดับนี้มักจะใช้ คำพูดว่า “อ้อ...ดี...แต่...”เพื่อโต้ตอบฝ่ายตรงข้าม

2. พฤติกรรมกล้าแสดงออกด้วยความมั่นใจ (Confidently Assertive) ซึ่งสามารถสังเกตได้จากน้ำเสียงที่หนักแน่นเชื่อมั่นโต้ตอบได้อย่างรวดเร็ว รู้จักที่จะใช้คำพูดให้ตรงกับความรู้สึกโดยปราศจากการเหน็บแนมแก้แค้นฝ่ายตรงข้ามและพูดด้วยเหตุผล

3. พฤติกรรมกล้าแสดงออกร่วม (Mutually Assertive) เป็นลักษณะที่สามารถฟังและตอบฝ่ายตรงข้ามได้อย่างเข้าใจรวมทั้งรู้ว่าฝ่ายตรงข้ามมีความรู้สึกอย่างไรนอกจากนี้ยังสามารถเผชิญหน้า (Confront) กับฝ่ายตรงข้ามที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม เช่น โกรธโดยไม่มีเหตุผลหรือขาดความรับผิดชอบ

นอกจากนี้ Lange and Jakubowski (สมโภชน์ เอี่ยมสุภามิตร. 2541; อ้างอิงจาก Lange; & Jakubowski. 1970) ได้จำแนกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็น 6 ลักษณะดังนี้

1. การกล้าแสดงออกขั้นพื้นฐาน (Basic Assertion) เป็นการแสดงออกเพื่อรักษาสีทธิตลอดจนความเชื่อ ความรู้สึก และความคิดเห็น โดยไม่จำเป็นต้องอาศัยทักษะทางสังคมอื่นๆ เช่น ความเข้าใจ การเผชิญหน้า การชักจูงใจ เป็นต้น

2. การกล้าแสดงออกในลักษณะเข้าอกเข้าใจ (Empathic Assertion) บ่อยครั้งที่คนเรามีความต้องการที่จะแสดงออกถึงความรู้สึกหรือความต้องการที่มากกว่าการแสดงออกอย่างปกติวิสัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพื่อต้องการที่จะสื่อให้รู้ถึงความรู้สึกเข้าอกเข้าใจที่มีต่อบุคคลอื่น การกล้าแสดงออกในลักษณะเข้าอกเข้าใจจึงสมควรที่จะนำมาใช้ ลักษณะของประโยคที่แสดงถึงความรู้สึกดังกล่าวจะประกอบด้วยประโยคที่บอกถึงการรับรู้สภาพการณ์ หรือความรู้สึกของบุคคลอื่น และตามด้วยประโยคที่ยืนยันถึงสิทธิของผู้พูด

3. การกล้าแสดงออกในลักษณะของการเพิ่มระดับ (Escalating Assertion) ในการแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้น ควรแสดงความรู้สึกทางลบให้น้อยที่สุดในขณะเดียวกันก็ให้ได้ผลตามที่ต้องการ แต่ถ้าแสดงออกลักษณะเช่นนี้แล้ว ยังถูกละเมิดสิทธิส่วนบุคคลอยู่ ผู้ที่ละเมิดจึงควรจะค่อย ๆ เพิ่ม 10 ระดับของความเข้มของพฤติกรรมกล้าแสดงออกขึ้นไป หรืออาจจะใช้การเน้นความมั่นคงของการพูดของตนเองได้โดยไม่จำเป็นต้องเพิ่มระดับของการกล้าแสดงออก จนอาจจะมีลักษณะใกล้เคียงกับความก้าวร้าว

4. การกล้าแสดงออกในลักษณะการเผชิญหน้า (Confrontive Assertion) เป็นการกล้าแสดงออกที่ใช้เมื่อเห็นคำพูดและการกระทำของบุคคลนั้นไม่ไปด้วยกัน ลักษณะของการกล้าแสดงลักษณะนี้จะบอกอย่างเป็นวัตถุประสงค์ว่าอะไรที่บุคคลได้พูดว่าจะทำ และอะไรที่บุคคลนั้นได้กระทำไปจริงๆ และหลังจากนั้นจะบอกถึงสิ่งที่ต้องการ การแสดงออกนี้เป็นการพูดไปตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น โดยไม่มีการตีความหรือประเมินค่าใดๆ ทั้งสิ้น

5. การกล้าแสดงออกในลักษณะของการใช้ภาษาผม/ดิฉัน (I-Language Assertion) ภาษาผม/ดิฉันนี้ มีประโยชน์อย่างมากต่อการแสดงออกถึงความรู้สึกทางลบ ไม่ว่าความรู้สึกนั้นจะเกิดจากการที่ผู้อื่นพยายามจะเข้ามายุ่งเกี่ยวกับความรู้สึกหรือสิทธิส่วนบุคคลของเขา ตลอดจนความรู้สึกทางลบ อันเกิดจากที่ผู้อื่นพยายามยึดเยียดและความคาดหวังของตนให้กับเขาซึ่งประกอบด้วยประโยค 4 ประโยค

1. ประโยคที่บอกถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (ผู้พูดบอกว่าพฤติกรรมของบุคคลอย่างชัดเจน)

2. ประโยคที่บอกถึงผลที่เกิดขึ้น (ผู้พูดบอกว่าพฤติกรรมของบุคคลมีผลต่อชีวิต หรือความรู้สึกของเขาอย่างไร อย่างเป็นรูปธรรม)
3. ประโยคที่แสดงถึงความรู้สึก (ผู้พูดบอกถึงความรู้สึก)
4. ประโยคที่บอกถึงสิ่งที่อยากให้เกิดขึ้น (ผู้พูดบอกว่าเขาต้องการอะไร)
6. การกล้าแสดงออกและการชักจูง (Assertion and Persuasion) บ่อยครั้งที่เราต้องการเสนอความคิดเห็นให้เป็นที่ยอมรับในที่ประชุมหรือกลุ่ม โดยไม่แสดงความก้าวร้าวออกมา ซึ่งวิธีการที่จะเสนอความคิดเห็นในกลุ่มให้ได้ผลนั้น จะต้องพิจารณา 2 ปัจจัยหลัก นั่นคือ เวลา และ ลักษณะของประโยคที่พูดซึ่งแสดงความจริงใจของผู้พูด

1.1.4 วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

พิชเชอร์ และกอซรอส (วงพัคตร์ ภูพันธ์ศรี. 2532: 35-36; อ้างอิงจาก Fisher; & Gochros. 1975. *Planned behavior change : Behavior modification in social work*. P.109) ได้กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็นกระบวนการที่ใช้สำหรับบุคคลที่เมื่อมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ แล้วมีความวิตกกังวลจึงทำให้ไม่กล้าพูดหรือกล้ากระทำในสิ่งที่ถูกต้องและมีเหตุผลอันสมควร

วิลค์ และโคปลาน (Wilk; & Coplan. 1977: 460) ได้กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็น เทคนิคที่ช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น และสามารถรับรู้เกี่ยวกับการพูด ความรู้สึก สิทธิ เจตนาทั้งของตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นการฝึกทักษะในการพูดและการฟังด้วย

ลาซารัส (พรรณราย ทรัชยะประภา . 2524: 16; อ้างอิงจาก Lazarus. 1973. *On assertive behavior : A brief note*. p. 697-699) ได้กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็นการส่งเสริมการสื่อสารระหว่างบุคคลโดยช่วย ให้ผู้เข้ารับการฝึกรู้จักการแสดงความรู้สึกทางบวกออกมา เช่น ความรักใคร่ชื่นชมยินดี ยกย่องสรรเสริญ และทางลบเช่น การแสดงการคัดค้าน โกรธในลักษณะตรงไปตรงมา และมีความเชื่อมั่นในตนเอง โดยไม่ละเมิดสิทธิของตนเองและผู้อื่น

แลงริช (Langrish. 1986: 72) ได้กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็นการช่วยให้บุคคลสามารถเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยความรู้สึกที่ดีและยอมรับตนเองทั้งการเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม เพื่อให้การทำงานบรรลุผลสำเร็จด้วยดี โดยการพัฒนาทักษะและความสามารถในด้านต่างๆ ดังนี้

1. ความสามารถที่จะปฏิบัติต่อบุคคลที่ชอบวัดการ หรือชอบวิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่น โดยปราศจากการโต้ตอบที่รุนแรงหรือการหลีกเลี่ยงด้วยความรู้สึกเจ็บปวดความรู้สึกผิดหรือรู้สึกอาย
2. ความสามารถในการขอร้องและมีความเชื่อมั่นในตนเองด้วยท่าทางที่มั่นคง โดยปราศจากการใช้เสียงดังรบกวนผู้อื่นหรือการแสดงความโกรธ

3. ความสามารถที่จะร่วมมือกับผู้อื่นในการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผลเพื่อทั้งสองฝ่าย จะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันตลอดจนได้รับในสิ่งที่แต่ละฝ่ายต้องการมากที่สุด

นอกจากนี้ วิมพีวิภา ภาสกุล (2550) ได้กล่าวถึงจุดประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมมกล้าแสดงออกไว้ ดังนี้

1. เพิ่มความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. ส่งเสริมความสามารถในการสื่อสาร
3. เพิ่มความเชื่อมั่นและเห็นคุณค่าของตน
4. ส่งเสริมให้บุคคลมีเจตคติ ความรู้สึก และการกระทำกับบุคคลอื่นในทางบวก

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมีวัตถุประสงค์เพื่อผู้เข้ารับการฝึกมีความมั่นใจในตนเองสามารถรับรู้เจตนาทั้งของตนเองและผู้อื่นได้ดี ช่วยให้รู้จักการแสดงความรู้สึกทางบวกและมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นอย่างมีประสิทธิภาพ

1.1.5 องค์ประกอบของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

อัลเบอร์ดี และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์ . 2527: 30-31; อ้างอิงจาก Alberti; & Emmons. 1978. *Aguide to assertive behavior*. P. 247) กล่าวว่า ผู้เข้ารับการฝึกจะต้องได้รับการฝึกเป็นพิเศษในเรื่องต่อไปนี้

1. การประสานสายตา(Eye Contact) เมื่อสนทนากับผู้ใดผู้พูดสามารถมองประสานสายตากับผู้ฟังได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้ผู้ฟังได้ทราบถึงความรู้สึกจริงใจเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังพูดอยู่
2. การวางตัว (Body Posture) เรื่องราวที่กำลังพูดจะมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นถ้าหากว่าผู้พูดเว้นระยะห่างจากตัวผู้ฟังหรือยืนนั่งการโน้มตัวเข้าหาผู้ฟังหรือการวางตัวได้อย่างเหมาะสม
3. การแสดงท่าทาง (Postures) เรื่องราวที่จะพูด จะมีความหนักแน่นมากขึ้นถ้าหากว่าผู้พูดมีการแสดงท่าทางประกอบอย่างเหมาะสม
4. การแสดงทางใบหน้า (Facial Expression) ผู้พูดสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ดีจะต้องแสดงสี หน้าหรือแสดงออกทางใบหน้าได้ตรงกับเรื่องราวที่กำลังจะพูดมิใช่ว่าขณะที่ผู้พูดกำลังโกรธแต่สีหน้าที่แสดงออกมากลับกลายเป็นยิ้มแย้มหรือหัวเราะซึ่งนับว่าเป็นการแสดงออกทางสีหน้าที่ไม่สอดคล้องกับเรื่องที่กำลังพูด
5. น้ำเสียงและระดับเสียง (Tone of Voice and Volume) การพูดเสียงเรียบๆ กระชับเบาๆ จะเป็นการยากที่จะชักจูงให้ผู้อื่นหรือเป็นจริงเป็นจังในทำนองเดียวกัน เสียงตะโกนก็จะ เป็นอุปสรรคในการสื่อสารกับผู้อื่นดังนั้นการใช้ระดับเสียงและน้ำเสียงที่สอดคล้องกับเรื่องราวที่สนทนาจะเป็นการชักจูงให้ผู้ฟังเชื่อถือตั้งใจฟังและสนใจที่จะฟัง
6. โอกาสหรือเวลาในการพูด (Timing) โอกาส เวลา หรือกาลเทศะในการแสดงออก นั้นมีความสำคัญยิ่งเพราะฉะนั้นการพูดหรือการแสดงออกในลักษณะใดๆจะต้องเลือกโอกาสที่เหมาะสมด้วย เช่น กรณีที่นายจ้างและลูกจ้างเกิดการขัดแย้งกันการพูดของลูกจ้างกับนายจ้างในห้องส่วนตัว ย่อมดีกว่าพูดต่อต่อหน้ากลุ่มคนงาน

7. เนื้อหาที่จะพูด (Content) บุคคลมักจะมีกำลังใจเพราะไม่ทราบว่าจะพูดอะไร ซึ่งนับว่าจะต้องมีการพูดในบางสิ่งบางอย่างเพื่อที่จะให้ผู้ฟังได้รู้ถึงความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูดในขณะนั้น

8. การฟัง (Listening) การแสดงให้ผู้พูดทราบถึงความสนใจฟังการสะท้อนความคิดเห็นการแสดงสีหน้าที่เหมาะสม เช่น พยักหน้าและการพยายามทำความเข้าใจในสิ่งที่ผู้พูดให้ชัดเจนเสียก่อนที่จะพูดโต้ตอบ

แลงก์ และจาคูโบสกี (ระวีวรรณ แก้วคงทอง . 2539: 42; อ้างอิงจาก Lange; & Jakubowski. 1976. *Responsible assertive behavior*. p.195) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกประกอบด้วยวิธีการพื้นฐาน 4 ประการ คือ

1. สอนให้ผู้รับการฝึกแยกแยะความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกกับพฤติกรรมอื่นๆ
2. ช่วยให้ผู้รับการฝึกสามารถจำแนกสิทธิต่างๆ ยอมรับสิทธิส่วนบุคคลทั้งของตนเองและผู้อื่น
3. ช่วยให้ผู้รับการฝึกแก้ไขความคิดความรู้สึกที่เป็นอุปสรรคต่อการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก เช่น ความคิดที่ไร้เหตุผล ความโกรธที่มากเกินไป
4. ช่วยให้ผู้รับการฝึกสามารถพัฒนาการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกโดยใช้วิธีการฝึกปฏิบัติแบบต่างๆ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมความกล้าแสดงออกเป็นการฝึกทักษะทั้งภาษากายและภาษาอ้อยคำอย่างมีกาลเทศะ มีการประสานสายตากับผู้ฟังได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้ผู้ฟังได้ทราบถึงความรู้สึกจริงใจเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังพูดอยู่ รวมถึงใบหน้าและการฟังที่เหมาะสม

1.1.6 เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

โพลเดอร์ (Fodor. 1980: 504-508) ได้กล่าวถึงเทคนิคต่างๆ ที่นำมาใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก พอสรุปได้ดังนี้

1. การให้คำแนะนำ (Coaching) ผู้นำหรือผู้ฝึกจะให้การแนะนำแก่ผู้รับ การฝึกเพื่อส่งเสริมหรือให้เกิดความเข้าใจในการฝึกทักษะการแสดงออกมากยิ่งขึ้น พร้อมทั้งชี้แนะแนวทางให้ผู้รับการฝึกปฏิบัติ เพื่อปรับปรุงพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. การแสดงตัวแบบ (Modeling) ผู้นำการฝึกจะสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผู้รับการฝึกและผู้เข้ารับการฝึกอื่น ๆ สาธิตหรือแสดงแบบอย่างให้ดู นอกจากนี้อาจสังเกตจากเทปบันทึกภาพเพื่อให้ผู้รับการฝึกเกิดการเรียนรู้และเลียนแบบพฤติกรรมที่เหมาะสม
3. การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) เป็นการกำหนดสถานการณ์ที่เป็นปัญหาแล้วให้ผู้รับการฝึกซึ่งมีการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมนั้นถึงสภาพ การณ์นั้นๆ แล้วแสดงเป็นตัวเอง

4. การฝึกซ้อมพฤติกรรม (Behavioral Rehearsal) การให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ซ้อมบทบาทพฤติกรรมที่ตนเองมีความต้องการที่จะแสดงออกต่อบุคคลอื่น ก่อนที่จะไปแสดงพฤติกรรมนั้นๆ จริงๆ ซึ่งจะช่วยให้เกิดความมั่นใจมากขึ้น

5. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) ผู้นำและผู้รับการฝึกจะเป็นผู้ให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้ที่ได้ฝึกปฏิบัติ หลังจากที่ได้ฝึกในแต่ละทักษะแล้ว

6. การให้แรงเสริม (Reinforcement) การที่ผู้นำหรือผู้ที่รับการฝึกซึ่งเป็นสมาชิกของกลุ่มให้คำชมเชย ให้กำลังใจ และให้ความสนับสนุนในพฤติกรรมที่เหมาะสมของผู้ที่ฝึกปฏิบัติ

7. การทำการบ้าน (Assigning Homework) เพื่อให้ผู้ที่ได้รับการฝึกมีประสบการณ์มากขึ้นจึงต้องให้ผู้รับการฝึกไปฝึกต่อที่บ้าน

มอริส (กาญจนา หลวงจอก . 2536: 37; อ้างอิงจาก Morris. 1985. *Principles and practices*. p. 252-256) กล่าวถึงกลวิธีและเทคนิคการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก 3 ประการ คือ

1. การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) คือการกำหนดสถานการณ์ขึ้นตามสถานการณ์ที่เป็นปัญหา แล้วให้ผู้ที่มีปัญหาได้ฝึกซ้อมการแสดงออกที่เหมาะสมในแต่ละสถานการณ์

2. การแสดงแบบ (Modeling) หรือการแสดงตัวอย่างให้ดูชัดเจนเมื่อจะเป็นแบบอย่างในการตอบสนองที่เห็นว่าเหมาะสม และผู้ที่เข้ารับการฝึกสามารถปฏิบัติตามได้ในสถานการณ์การฝึก โดยผู้ฝึกจะเป็นผู้แสดงแบบหรือหาแบบอย่างมาให้ดู ได้แก่ ผู้ช่วยหรืออุปกรณ์อื่นๆ ภาพยนตร์ ภาพนิ่ง เทปบันทึกเสียง เป็นต้น

3. การให้รางวัลและการให้คำแนะนำ (Reward and Coaching) เป็นการให้การเสริมแรงแก่ผู้ที่ได้รับการฝึกให้มีแรงจูงใจในการเสริมความถี่ และความเข้มข้นของพฤติกรรมที่ต้องการเพิ่มขึ้น สำหรับการชมเชยว่าบุคคลนั้นแสดงได้ดีหรือก้าวหน้าเพียงใดยังไม่เป็นการเพียงพอ ต้องให้ข้อเสนอแนะเชิงจูงใจต่อพฤติกรรมที่ผู้มีปัญหาแสดงออกมาโดยให้เป็นตัวเองมากที่สุด

นอกจากนี้ พรพรรณราย ทรัพย์ะประภา (2527: 70-75) ได้กล่าวถึงเทคนิคต่างๆ ที่นำมาใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก พอสรุปได้ ดังนี้

1. การให้คำแนะนำ (Instructional Coach) คือ ผู้นำกลุ่ม หรือผู้ฝึก จะเป็นผู้แนะนำให้ผู้รับการฝึกทราบว่า เพราะเหตุใด บุคคลจึงไม่กล้าแสดงออกและชี้ให้เห็นว่าการไม่กล้าแสดงออกนั้นมีผลเสียอย่างไรบ้าง พร้อมทั้งชี้แนะแนวทางให้ผู้รับการฝึกเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2. การแสดงตัวอย่าง (Modeling) เป็นเทคนิคที่ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยแสดงแบบหรือตัวอย่างให้ผู้รับการฝึกดู หรืออาจจะดูจากเทปโทรทัศน์ก็ได้

3. การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) เป็นการกำหนดสถานการณ์ที่เป็นปัญหาจริงๆ และให้ผู้เข้ารับการฝึก ซึ่งมีลักษณะไม่กล้าแสดงออก นึกถึงสถานการณ์นั้นๆ แล้วแสดงเป็นตัวเอง

4. การซ้อมบทบาทของพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) คือการที่ให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ซ้อมบทบาทพฤติกรรมที่ตนเองมีความต้องการที่จะแสดงต่อผู้อื่น ก่อนที่จะไปแสดงพฤติกรรมนั้นจริงๆ ช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ลดความวิตกกังวลเกิดความมั่นใจในตัวเองมากขึ้น

5. การให้สิ่งเสริมแรง (Reinforcement) คือการให้ผู้นำกลุ่มหรือผู้เข้ารับการฝึกซึ่งเป็นสมาชิกของกลุ่มให้คำชมเชยให้กำลังใจซึ่งกันและกันซึ่งจะเป็น สิ่งเสริมแรงให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ที่เข้ารับการฝึกเร็วยิ่งขึ้น

6. การทำการบ้าน (Assigning Homework) เพื่อให้ผู้ที่ได้รับการฝึกมีประสบการณ์มากขึ้นจึงต้องให้ผู้รับการฝึกไปฝึกที่บ้าน

7. การเขียนบทพูด (Assertive Script) คือการให้ผู้เข้ารับการฝึกเขียนบทพูดเพื่อสื่อสารตามความต้องการอันแท้จริงของตนเอง เป็นการเตรียมบทพูดมาก่อนช่วยให้เกิดความมั่นใจขึ้น

ทิสนา แคมมณี (2519: 44 - 47) ได้กล่าวถึงกลวิธีและเทคนิคการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้บทบาทสมมติกับการเรียนการสอนดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการ แบ่งออกเป็นย่อยๆ 2 ขั้นตอน คือ

1.1 การกำหนดวัตถุประสงค์เฉพาะในขั้นนี้ครูจำเป็นต้องศึกษาก่อนว่าจะใช้บทบาทสมมติเพื่ออะไร ครูต้องการให้ผู้เรียนได้อะไรบ้างจากการแสดง

1.2 การกำหนดสถานการณ์และบทบาทสมมติ เมื่อครูเข้าใจวัตถุประสงค์ชัดเจนแล้วก็ควรสร้างสถานการณ์และบทบาทสมมติขึ้นมาเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์นั้นๆ มีความชัดเจน ยากง่ายให้เหมาะสมกับระดับผู้เรียน มีเนื้อหาใกล้เคียงกับความเป็นจริง ควรมีการขัดแย้ง หรืออุปสรรคที่ต้องแก้ไข เพื่อที่ผู้เรียนจะได้มีโอกาสได้ฝึกคิดและแก้ปัญหา

ขั้นที่ 2 ขั้นแสดง แบ่งออกเป็น 7 ขั้นตอน คือ

2.1 การอุ่นเครื่อง หมายถึง การนำผู้เรียนไปสู่ช่วงที่จะศึกษาหรือปูพื้นให้กับผู้เรียนมีความเข้าใจตรงกันในเรื่องที่จะเรียน ครูอาจจะเล่าเรื่องราวหรือสถานการณ์สมมติให้ผู้เรียนฟัง

2.2 การเลือกตัวผู้แสดง อาจเป็นไปได้ในสองลักษณะ คือ อาจจะเลือกตัวแสดงที่มีลักษณะใกล้เคียง และลักษณะตรงกันข้ามกับบทบาทที่มอบหมายให้ไปก็ได้ ในกรณีแรกการแสดงจะช่วยให้กลุ่มเข้าใจปัญหาได้ดี เพราะการแสดงเป็นไปโดยไป เคอะเขิน ในกรณีหลังการแสดงจะช่วยให้ผู้แสดงและผู้ชมเข้าใจถึงบทบาทของผู้ที่มีลักษณะต่างกันอย่างชัดเจน ดังนั้นการเลือกตัวแสดงจึงขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของการแสดงและการสอนเป็นสำคัญ

2.3 การจัดฉากการแสดง การจัดฉากนั้นก็เป็นการจัดฉากที่สมมติขึ้นมา เพื่อให้การแสดงนั้น ใกล้เคียงกับความเป็นจริงยิ่งขึ้น การจัดฉากอาจจะเป็นไปในลักษณะเรียบง่าย โดยการเลื่อนโต๊ะเพียงตัวเดียวหรือไปจนการจัดฉากแบบหรรษาสมจริง

2.4 การเตรียมผู้สังเกตการณ์ ครูควรช่วยให้ผู้เรียนหัดสังเกต และวิเคราะห์ เหตุการณ์ไม่เช่นนั้นการอภิปรายและวิเคราะห์หลังจากการแสดงนั้นจะไม่ได้ผลอย่างที่ควร

2.5 การเตรียมความพร้อมก่อนการแสดง การที่ผู้เรียนจะแสดงบทบาทสมมติ ได้เป็นไปอย่างธรรมชาติได้มากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความพร้อมของผู้แสดง ดังนั้นครูจึงต้องช่วย จัดความตื่นเต้นประหม่าและความวิตกกังวลของผู้แสดงไปด้วยวิธีการต่างๆ

2.6 การแสดง เมื่อผู้แสดงและผู้ชมพร้อมแล้ว ผู้ชมก็เริ่มแสดงได้การแสดงนี้ ควรให้เป็นไปตามธรรมชาติ ไม่มีการขัดกลางคัน นอกจากกรณีที่ผู้แสดงต้องการความช่วยเหลือ ครู หรือผู้กำกับการแสดงอาจเข้าไปช่วยได้ตามโอกาส

2.7 การตัดบท เมื่อผู้แสดงได้แสดงไปในเวลาพอสมควร แล้ว ครูหรือผู้กำกับการแสดงควรตัดบท หรือหยุดการแสดง ไม่ควรปล่อยให้การแสดงนานเกินไปจะทำให้เสียเวลาและ ผู้ชมเกิดความเบื่อหน่าย การตัดบททำได้ในกรณีต่อไปนี้

2.7.1 เมื่อการแสดงนั้นได้ข้อมูลเพียงพอที่จะนำมาวิเคราะห์และอภิปราย

2.7.2 กลุ่มพอจะเดาได้ว่าเรื่องราวเป็นอย่างไรถ้ามีการแสดงต่อไป

2.7.3 ผู้แสดงไม่สามารถแสดงต่อไปได้เพราะเกิดความเข้าใจผิดบาง

ประการ

2.7.4 การแสดงจบเรื่อง

ขั้นที่ 3 ขั้นวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดง

การวิเคราะห์การแสดงมักจะเป็นไปในรูปการอภิปรายร่วมกัน ระหว่างผู้แสดงกับผู้สังเกตการณ์ การอภิปรายจะเป็นไปในรูปแบบใดนั้นมักจะขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการเรียน การอภิปรายนี้จะต้องเป็นไปอย่างตรงไปตรงมาและเน้นเหตุผลของการแสดง และพฤติกรรมที่บทแสดง ออกมา โดยปกติการอภิปรายจะไม่มุ่งถึงว่าใครแสดงดีหรือไม่ดีเพียงใด การเรียนรู้ทั้งหลายจะขึ้นอยู่กับตรงขั้นนี้สำคัญ ครูจะต้องช่วยกระตุ้นผู้เรียนให้คิดและหาคำตอบใช้วิธีการตั้งคำถามช่วย

ขั้นที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม

หลังจากการวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดงแล้วกลุ่มอาจจะแสดงแนวความคิด ใหม่ๆ ในการแก้ไขปัญหาหรือการตัดสินใจ หรือถ้าหากการแสดงครั้งแรกยังได้ผลไม่เป็นที่ น่าพอใจ ครูอาจจะต้องให้มีการแสดงซ้ำ หากการแสดงใหม่นี้ไม่จำเป็นครูอาจจะข้ามไปในขั้นที่ 5 ได้เลย

ขั้นที่ 5 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป

หลังจากการอภิปรายเกี่ยวกับการแสดงแล้ว ครูควรกระตุ้นให้ผู้เรียนได้อภิปราย ทั่วๆ ไปซึ่งโดยมากจะเป็นการเล่าประสบการณ์จาก เรื่องที่เกี่ยวข้องให้กันและกันฟัง จะช่วยให้ ผู้เรียนได้แนวคิดที่กว้างขวางขึ้นและส่งเสริมให้ผู้เรียนเห็นว่าสิ่งที่เรียนนั้นเกี่ยวข้องกับความเป็นจริง จะทำให้ผู้เรียนสามารถหาข้อสรุปหรือได้แนวคิดรวบยอดที่ตนเองสามารถเข้าใจได้อย่างดี

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า เทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นการฝึกให้บุคคลสามารถที่จะแสดงความรู้สึกรวมออกมาอย่างเหมาะสมโดยใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ การให้คำแนะนำ การจับทาบท่าสมมติ การเลียนแบบ การเสริมแรง การให้ไปฝึกที่บ้าน การซักซ้อมบทบาท และการให้ข้อมูลย้อนกลับ เทคนิคต่างๆ เหล่าจะเป็นตัวช่วยให้ผู้ที่ได้รับการฝึกมีพัฒนาการที่ดีขึ้นในพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีผลต่อความมั่นใจในตนเองอย่างเหมาะสม และพัฒนาไปใช้ในอนาคตต่อไป

1.1.7 ขนาดของกลุ่มและเวลาที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

วิลค์ และโคปลาน (Wilk; & Coplan. 1977: 461) ได้เสนอแนวคิดว่าการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกควรมีสมาชิกกลุ่มละ 8 คนเพื่อให้ทุกคนได้รับการฝึก ได้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น ได้รับการเสริมแรงทางบวกจากกลุ่มและผู้นำกลุ่มอย่างทั่วถึง และช่วงเวลาที่เหมาะสมคือ 1.30 – 2 ชั่วโมง ประมาณ 4 – 8 ครั้ง สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง

อัลเบิร์ต และเอมมอนส์ (Alberti; & Emmons. 1982: 157) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้น ถ้ามีกลุ่มขนาด 5-12 คนโดยใช้เวลาในการฝึกทั้งหมดนั้น 5-6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้งๆ ละ 1 ชั่วโมง ก็จะทำให้การฝึกมีประสิทธิภาพใกล้เคียงกับการฝึกที่ใช้ระยะเวลานาน

นอกจากนี้ หลุยส์ จำปาเทศ (2533: 137) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้นอาจจะเป็นรายบุคคลหรือเป็นกลุ่มก็ได้ แต่มีความเชื่อว่าการฝึกเป็นกลุ่มโดยทั่วไปแล้วจะได้รับการผลดีกว่าการฝึกเป็นรายบุคคล เพราะสมาชิกจะได้รับแรงกระตุ้นหรือการเสริมแรงจากเพื่อนสมาชิกภายในกลุ่ม ด้วยกันเอง การฝึกเป็นกลุ่มสมาชิกจะเรียนรู้ความแตกต่างของสมาชิกในกลุ่ม และสมาชิกในกลุ่มสามารถที่จะยอมรับสิทธิของเพื่อนสมาชิกที่เสนอเหตุผลตามสิทธิของเขา

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ขนาดของกลุ่มที่ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกควรมีสมาชิก 10 คนขึ้นไป และเวลาในการฝึกประมาณ 1-2 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง

1.2.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ทฤษฎีพฤติกรรมแสดงออก (Assertion Theory) ของทฤษฎีของ คอลเลย์ (Kelley) ได้กล่าวว่าทฤษฎีกล้าแสดงออกเป็นทฤษฎีการตอบสนองทางพฤติกรรมศาสตร์แบบหนึ่งที่น่าสนใจมาก โดยการจัดโปรแกรมการฝึกอบรมให้แก่ผู้ที่มีความประสงค์จะปรับพฤติกรรมของเขา เรียกว่า ทฤษฎีการป้องกันสิทธิ คือ เป็นการแสดงสิทธิที่มีพึงได้ของตนเอง โดยไม่เป็นการล่วงละเมิดหรือก้าวท้าวสิทธิของผู้อื่น และการแสดงออกที่เหมาะสมในสถานการณ์ทาง สังคมหลายๆด้านเป็นการสอนให้บุคคลมีพฤติกรรม กล้าแสดงออกที่เหมาะสมด้วย ซึ่งจริง ๆ แล้วนอกจากพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมแล้ว บุคคลอาจตอบสนองสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อีก 2 ลักษณะ คือ พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก และพฤติกรรมก้าวร้าว 9 ทฤษฎีค่านิยม ของ โรคิช ได้กล่าวว่า "พฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นความเชื่อทั้งหลายที่มีร่วมกันเกี่ยวกับสิ่งที่ควรทำหรือสิ่งที่ควรห้าม

ด้านวิธีปฏิบัติทั้งหลายที่เป็นอุดมคติและจุดหมายปลายทางทั้งหลายที่เป็นอุดมคติในการมีชีวิตอยู่ โดยที่มนุษย์ใช้ความเชื่อ และการปฏิบัติตามความเชื่อในทิศทางที่สอดคล้องกับแรงจูงใจในการดำรงอยู่และเพิ่มความนับถือตนเองมากขึ้น”

เทท (Tait. 1977: 642) ได้ทดลองฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับสตรีวัยรุ่นโดยจำแนกมิติของบุคลิกภาพเป็นสามด้าน คือการยอมรับตนเอง บทบาททางเพศ และความคาดหวังจากสังคม โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 36 คนแบ่งกลุ่มทดลอง 18 คน กลุ่มควบคุม 18 คน ผลการวิจัยพบว่าการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในการเพิ่มทักษะทางด้านสังคม ด้านการแสดงออก บทบาททางเพศ และการยอมรับตนเอง

ฮาว์ซี (Howze. 1990: 116) ได้ศึกษาพบว่าการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถพัฒนาพฤติกรรมการสัมภา ษณ์เข้าทำงานทั้งภาษาท่าทาง และภาษาถ้อยคำของวัยรุ่นที่มีความบกพร่องทางสายตาได้

ลี ฮอลล์เบอร์ก และ แอชฮาร์ด(Lee Hallberg; & Hassard. 1979: 459-461) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับ 9 จำนวน 30 คน เป็นชาย 30 คน หญิง 6 คน ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ที่เพื่อนเป็นผู้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างนี้เป็นกลุ่มตัวอย่างของโรงเรียนมัธยมขนาดใหญ่ของรัฐบาลในลอนดอน ออนแทรีโอ และแคนาดา โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 3 กลุ่ม คือ 1. กลุ่มที่ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก 2.กลุ่มลวง 3. กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกใดๆ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงมากกว่ากลุ่มอื่นๆ

โบโรเวย์ (ยุพิน กองธรรม. 2523; อ้างอิงจาก Borovay. 1997. *Behavior research and therapy*. p. 357) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเก็บกด ความเชื่อเรื่องอำนาจควบคุม และพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหญิงชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยไมอามีจำนวน 43 คนพบว่า นักศึกษาหญิงที่มีความเชื่อในอำนาจควบคุมภายนอกและมีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกมีระดับความเก็บกดสูงกว่า นักศึกษาที่มีความเชื่อมั่นในอำนาจควบคุมภายใน และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1.2.1 งานวิจัยในประเทศ

วัลลภ ปิยะมโนธรรม (2528: 36) ได้กล่าวว่าคนที่มีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก มักเก็บกดความรู้สึกที่แท้จริงเอาไว้จนกลายเป็นนิสัยติดตัวจนทำให้ไม่รู้ว่าตนเองมีความสามารถแค่ไหน ต้องการอะไรและตนเองคือใคร อันเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้มีปัญหาการปรับตัว มีความขัดแย้งในใจไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ และทำให้เป็นผู้ที่ไม่มีความสุขประสบความสำเร็จในชีวิตได้นอกจากนี้หากสมาชิกกลุ่มทำงาน มีความไม่กล้าแสดงออกก็จะเป็นอุปสรรคสำคัญยิ่งในการระดมความคิดเป็นบ่อเกิดให้มีการเผด็จการทางความคิด และเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกบางคนฉวยโอกาสแสวงหาผลประโยชน์ส่วนตนได้อันเป็นวิธีการดำเนินงานแบบประชาธิปไตยจอมปลอมได้ ดังนั้น จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกนั้นเป็นอุปสรรคสำคัญ

ต่อบุคคลในด้านความสุข ความสำเร็จในการดำเนินชีวิตต่อสังคมในด้านประสิทธิภาพของงาน และ ขัดต่อรูปแบบ การดำเนินชีวิตตามวิถีประชาธิปไตย จากการที่มีผู้กล่าวมาแล้วทั้งหมดจะเห็นได้ว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่จะสามารถ ทำให้คนมีประสิทธิภาพและคุณภาพ ของสังคมได้

นภาพร พุ่มฤกษ์ (2529: 33-34) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มเป็นกิจกรรม ที่มีลักษณะเป็นการป้องกันแก้ไขและส่งเสริมพัฒนาการของบุคคลในด้านต่าง ๆ เช่น ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ตลอดจนพัฒนาบุคลิกภาพด้านต่าง ๆ อีกประการหนึ่งผู้วิจัยเป็นผู้สอนใน ระดับชั้นประถมศึกษา วิชาตอนปลาย ได้พบว่านักเรียนในระดับนี้ยังมีพฤติกรรมที่ไม่กล้าแสดงออกอยู่ หลายคน โดยเฉาะด้านการเข้ากลุ่มกับเพื่อนๆ หรือด้านแสดงความคิดเห็นมักไม่ค่อยกล้าแสดงออก หรือออกมา กระทำ กิจกรรมนั้นๆ ด้วยความประหม่า อาย ไม่ยอมพูด หรือพูดแต่เสียงเบามาก อาจจะทำให้เกิดผลเสีย แก่ตัวนักเรียนเองและส่งผลกระทบต่อสังคมส่วนรวมโดยอ้อม ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงได้สนใจที่จะทาวิจัยโดยใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อช่วยส่งเสริมพัฒนาให้นักเรียนให้มี พฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมทั้งในและนอกโรงเรียนได้ อย่างมีความสุข กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงความคิดเห็น มีความคิดสร้างสรรค์ เพื่อให้เป็นบุคลากรที่มี คุณภาพและประสิทธิภาพอย่างแท้จริง

กัญญารัตน์ วงศ์เชษฐ (2543) ได้ทำการศึกษาและเปรียบเทียบการใช้กระบวนการ กลุ่มในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ทำกิจกรรมกับกลุ่ม ตัวอย่าง 10 คน ซึ่งหลังการทดลองปรากฏว่า นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้น ทั้ง ทางด้านการพูด การกระทำ และการแสดงความคิดเห็น

จุไรทอง ทองจุไร (2542) ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียน ชาวเขาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเวียงป่าเป้าวิทยาคม จังหวัดเชียงราย โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง แบบเจาะจงจำนวน 12 คน และใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ด้านการพูด การ กระทำ และการแสดงความคิดเห็นจำนวน 10 กิจกรรม ทำการฝึกเป็นเวลา 5 สัปดาห์ ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีคะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านการพูด การ กระทำ และการแสดงความคิดเห็นเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

รัศมี เชื้อเจ็ดตน (2549) ได้ทำการวิจัยเชิงทดลองโดยใช้กิจกรรมบทบาทสมมติเพื่อ พัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของ เด็กปฐมวัย จำนวนทั้งหมด 46 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 23 คน และกลุ่มควบคุม 23 คน โดยใช้กิจกรรมทั้งหมด 8 กิจกรรม หลังจากการสิ้นสุดการทดลอง พบว่า เด็กที่เข้าร่วมกิจกรรมจะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ดีขึ้น

นรีพร ชูยาภัย (2552) ได้ทำวิจัยเรื่องการเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านเชิงดอย (ดอยสะเก็ดศึกษา) จังหวัดเชียงใหม่ โดยใช้กระบวนการกลุ่มจำนวน 30 คน ในรายวิชา การงานอาชีพและเทคโนโลยี หลังจากทำการทดลองแล้วพบว่าบุคลิกภาพของนักเรียนเปลี่ยนแปลงจากพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพกล้าแสดงออกมากขึ้น

วาสนา จิตรมณี (2552) การพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2/6 ด้วยทฤษฎีประติษฐ์ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ที่ได้ทำการสังเกตและเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสังเกตความกล้าแสดงออกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2/6 โรงเรียนอัสสัมชัญ ธนบุรี ปีการศึกษา 2552 จำนวน 15 คน

รังสรรค์ เฟิงหนู (2523: 85) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนวัยรุ่นหญิง โดยวิธีจัดโครงการให้คำปรึกษาเชิงพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อายุระหว่าง 15 -18 ปีโรงเรียนเบญจมเทพอุทิศ จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 32 คน ผลของการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกตามโครงการ ให้คำปรึกษาเชิงพฤติกรรมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์ (2527: 102) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพื่อลดความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอูลิตไพบูลย์ชนูปถัมภ์จังหวัดชัยนาท จำนวน 24 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะมีความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนน้อยกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับเอกสารสนเทศ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุวลักษณ์ สินทรัพย์ (2543: 48) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก การใช้ตัวแบบการ์ตูน และการใช้สถานการณ์จำลองที่มีผลต่อพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงยาเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง โรงเรียนบ้านมะค่า (คงฤทธิ์บัวสุวรรณอนุสรณ์) อำเภอโนนสูง จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะมีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงยาเสพติดเพิ่มขึ้น

จากงานวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้น เป็นวิธีการอย่างหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น ได้แก่มีการยอมรับตนเองมากขึ้น วิตกกังวลน้อยลง มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น มีการพูดที่เหมาะสมทั้งภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำวิธีการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมการละครของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ต่อไป

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมละคร

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมละคร

2.1.1 ความหมาย กิจกรรมการละคร เป็นละครการศึกษา อันหมายถึง การใช้กระบวนการทางการละคร (Drama process) ตลอดจนการนำความรู้ในการสร้างละครมาปรับใช้กับการเรียนการสอนและพัฒนาผู้เรียน ในระบบโรงเรียน เป็นเทคนิคการสอนที่ช่วยให้นักเรียนได้มีประสบการณ์ตรงในการทำงานและพัฒนาตนเอง มีจุดมุ่งหมายในการพัฒนาผู้เรียนไม่ต้องการผู้ชม แต่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออกและฝึกฝนวิเคราะห์ห้อย่างมีเหตุผล เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนพัฒนาการสร้างสรรค์และแสดงออกร่วมกับเพื่อนในวัยเดียวกัน (พรรัตน์ ดำรุง. 2556: 6-7)

โดยที่คุณค่าของการทำละครจะเกิดขึ้นถ้าให้เด็กนักเรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนาละคร หรือ กิจกรรมละครแล้ว นักเรียนผู้ร่วมกระบวนการจะได้ฝึกฝน เรียนรู้ถึงการเข้าใจตนเอง และการแสดงออก (acting out) ช่วยกระตุ้นให้เด็กที่ร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้จากประสบการณ์และการพัฒนาตนเองกิจกรรมละคร เป็นการพัฒนาในทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา เพื่อให้เด็กอยู่ในกลุ่มของความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออก รู้จักฟังความเห็นของผู้อื่นในวัยเดียวกันอย่างมีเหตุผล มีความคิดสร้างสรรค์และมีจินตนาการ

การละครที่ทำให้ห้องเรียนมีประโยชน์ต่อผู้เรียนในด้านการร่วมกิจกรรมและการเป็นผู้ชมคือ ละครสามารถสร้างแรงจูงใจให้นักเรียนมีอิสระทางความคิด การเคลื่อนไหว ฝึกการปฏิบัติงานจริง ร่วมกับผู้อื่น เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทดลองผิดถูก

โดโรธี เฮทโคท (Dorothy Heathcoat) *Drama as Process for Change* (Prentki; & Preston. 2008: 200) ครูผู้คิดค้น การใช้ละครในห้องเรียน กล่าวถึงเกม ละครว่าเป็นกระบวนการนำสู่การเปลี่ยนแปลง เกมละครเป็นกิจกรรม การเล่นที่จัดลำดับก่อนหลังอย่างเป็นระบบ การเล่นทำให้ผู้เล่นผ่อนคลาย และต้องมีสมาธิกับกิจกรรมตรงหน้า การพยายามสื่อสารกับผู้อื่นทำให้ลิ้มรสชาติประจำวันชั่วคราว การเล่นเกมละคร ช่วยพัฒนาสมาธิและความจดจ่อในการทำกิจกรรมเดี่ยว และ / หรือกิจกรรมกับคู่หรือกลุ่ม มีการเล่นสนุกที่ทำให้เกิดการกระทำที่ลึมนึกถึงตนเอง ปัญหาของตนเอง ชั่วขณะ สร้างกลุ่ม และทำงานโดยแลกเปลี่ยน รับฟัง ร่วมกันสร้างสรรค์และแก้ปัญหา อีกทั้งทดลองเล่น 'สมมุติ' เป็น 'คนอื่น' ในสถานการณ์ที่คับขันและต้องแก้ปัญหา และการที่จะเข้าถึงบทของตัวละคร

กิจกรรมการแสดงละครที่เอาผู้คนหลายสิบคนมารวมกันในการแสดงละคร เป็นกิจกรรมที่ต้องการการร่วมมือร่วมใจ การบริหารจัดการทั้งที่เป็นเรื่องส่วนตัว ของกลุ่ม และระหว่างกลุ่มผู้ทำงานกับกลุ่มอื่น โดยมีจุดมุ่งหมาย กำหนดเวลาที่ชัดเจน ทั้งกระบวนการนี้ ต้องมีการทำงาน- สื่อสารกัน- รับฟังความคิดเห็น- มีปัญหาขัดแย้ง- พยายามแก้ปัญหา- มีการเจรจา พุดคุย ต่อรอง-มีการพัฒนาทิศทางในการหาเป้าหมายร่วมกัน เพื่อให้งานสัมฤทธิ์ผล ทั้งหมดเป็นกิจกรรมที่ใช้เวลา ต้องการการปฏิสัมพันธ์ มีการเจรจาแลกเปลี่ยนค้นหาแนวทางทำงาน

กิจกรรมทั้งหมดนำสู่จุดที่สิ้นสุดและ แต่ละฝ่ายได้รับผลประโยชน์หรือทำงานสัมฤทธิ์ผล หรือประสบปัญหาต่างๆ ร่วมกัน มีสุข ทุกข์ และเกิดความรู้สึกร่วมมือ ร่วมใจ และสร้างความสำเร็จร่วมกัน เกิดความยินดี เกิดความทุกข์ ด้วยกัน ดังนั้น กิจกรรมละครจึงมีคุณประโยชน์ในการสร้างการเรียนรู้ระหว่างผู้คน การปรับตัว เพื่อแก้ไขปัญหา อันถือได้ว่าสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง เพราะเป็นแบบฝึกหัด เป็นห้องเรียนที่แม้จะเป็นการทำงานอันเป็นเรื่องสมมุติ แต่ก็ทำให้เกิดการปฏิสัมพันธ์ที่จริง และเป็นเหมือนการฝึกซ้อมใช้ชีวิต หรือแก้ปัญหา ก่อนที่จะไปสู่เรื่องราวสถานการณ์ที่ใหญ่กว่า เข้มข้นกว่าการสร้างละคร (พรรัตน์ ดำรุง. 2556: 24-26)

2.1.2 ศิลปะการละครในโรงเรียน

ศิลปะการละครในโรงเรียน รศ.พรรัตน์ ดำรุง (2550) ได้สรุปไว้ในหนังสือการละครสำหรับเยาวชน กล่าวถึงศิลปะการละครในโรงเรียนว่า ละครเป็นที่ได้รับความนิยมทั่วโลก ในระบบการศึกษานั้น นำการเล่น (Play) ตามธรรมชาติและมนต์สมมติ (Magic if) มาจัดเป็นแผนกิจกรรมสำหรับการเรียนการสอนและเยาวชน ทำให้การเรียนรู้ของเด็กๆ สนุกและพัฒนาเด็กได้ทั้งด้านกาย สติปัญญา และจิตใจ การนำละครมาใช้เป็นเครื่องมือนอกกรอบของละครตามแบบฉบับนั้นเกิดขึ้นก่อนในโรงเรียน เป็นกิจกรรมเพื่อให้เยาวชนได้เรียนรู้ผ่านการเล่นสนุก เล่นละครในรูปแบบต่างๆทั้งในรูปแบบของละครเวทีสำหรับเด็ก (Children's Theatre) ละครเยาวชน (Theatre For Young People), ละครสร้างสรรค์ (Creative Drama), ละคร-ใน-การศึกษา (Drama-in-Education), สำหรับในโรงเรียนไทยมีการฝึกฝนใช้อยู่ มีการใช้เป็นกิจกรรมเพื่อช่วยในการเรียนการสอนและการทำละครในโรงเรียนซึ่งจัดเป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตรแม่บทอย่างแท้จริง หลักสูตรแม่บทหรือหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานในระดับประถมศึกษาที่ใช้ในปัจจุบันเปิดกว้าง และมีเป้าหมายเพื่อการพัฒนาเด็กอย่างสมบูรณ์ กล่าวคือ เนื้อหาของหลักสูตรแบ่งสาระการเรียนรู้ออกเป็น 8 กลุ่มสาระ อันมุ่งพัฒนาความรู้ขั้นพื้นฐานในทุกๆด้าน รวมทั้งให้ความสำคัญกับกิจกรรมเพื่อการพัฒนาผู้เรียนมากขึ้นเพื่อให้เด็กแต่ละคนมีความรู้พื้นฐานเพียงพอที่จะสามารถใช้ชีวิตอยู่ได้ในชุมชนอย่างมีความสุข

ละครสร้างสรรค์ (Creative drama) ละครนอกรูปแบบที่นำละครมาใช้ ห้องเรียนละครประเภทนี้ไม่ต้องการผู้ชม มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาเด็กตามความถนัดของแต่ละคน การพัฒนาเด็กผ่านกระบวนการของละครนั้น นอกจากจะพัฒนาทั้งในส่วนที่เกี่ยวข้องกับตัวเด็กเองและการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นกลุ่มแล้ว เทคนิคของละครสร้างสรรค์ยังเป็นวิธีการสอนที่ครูสามารถนำไปใช้ในห้องเรียนได้ การเล่นบทบาทสมมติ ฝึกจินตนาการและความเชื่อ โดยให้เด็กมีความคิดสร้างสรรค์ ต่อสู้กับปัญหา เป็นต้น

ละครในการศึกษา (Drama in education) DIE เป็นกระบวนการเรียนการสอน โดยการใช้กิจกรรมทางละครมาปรับใช้โดย มีครู เป็นผู้รับผิดชอบวางแผนในการจัดกิจกรรมต่างๆ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาผู้เรียน แสวงหาแนวทาง ความติดและการแก้ไขปัญหาโดยผ่านการแสดงบทบาทสมมติ (roleplay) การเล่นละครสด (improvisation) ซึ่งมุ่งเน้นที่จะพัฒนาจินตนาการการทำงานร่วมกันผ่านการแสดงออก (acting out) เสริมสร้างความมั่นใจ เชื่อมั่นในตนเอง ฝึกประสบการณ์การใช้ภาษา ใช้ความคิด และทำให้เกิดวินัยในตนเองจากแนวคิดขั้นตอนการทำกิจกรรมละคร มีดังต่อไปนี้

1. เกมส์และกิจกรรมการเล่น(game and exercises) แบบฝึกหัดเรื่องการเคลื่อนไหว การทำท่าทาง ลีลาเพื่อสื่อความหมาย การเล่นเกมและฝึกจินตนาการร่วมกัน กิจกรรมที่เน้นการร่วมมือกัน การสร้างวินัยทางการละคร ฝึกสมาธิ ความเชื่อ และการแสดงออกในการวิเคราะห์ วิจารณ์อย่างมีเหตุผล

2. บทบาทสมมติ (Role play) และการแสดงออก (Acting out) ครูจัดกิจกรรมที่让孩子ได้สวมบทบาทเป็นผู้อื่นในสถานการณ์และเงื่อนไขที่ครูวางแผนไว้

นักคิด-ครูและผู้บุกเบิกละครแบบ DIE คนสำคัญและเป็นผู้พัฒนากลวิธีในการใช้ละครลักษณะนี้ในโรงเรียน คือ โดโรธี เฮทโคท (Dorothy Heathcote) ที่สนับสนุนแนวคิดของเวย์ ที่มองเห็นคุณค่าทางการเรียนรู้ของเด็กๆ ผ่านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมละคร กระบวนการของละครนั้นที่เน้นความเข้าใจ ปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มเมื่อร่วมกันทำกิจกรรมใดในกระบวนการ จะทำให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้เรื่องราวและได้ประสบการณ์ในหัวข้อที่ตั้งไว้ ขณะเดียวกัน เด็กๆ ก็จะได้ความเข้าใจเรื่องการสื่อสารความคิดและการทำงานร่วมกัน

ละคร-ใน-การศึกษาแบบ DIE นั้นเป็น กระบวนการที่ครูใช้แพร่หลายในการเรียน การสอนและนำเด็ก ๆ ในชั้นเรียนเข้าไปในละคร-กระบวนการเพื่อศึกษาเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เพื่อให้เกิดการเรียนรู้เข้าใจในการทดลองสวมบทบาทตัวละครในเหตุการณ์สมมุติที่สัมพันธ์กับบทเรียนนั้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจความรู้สึกนึกคิด เกิดการตั้งคำถามและเผชิญกับปัญหาตามเรื่องราว ในการทำกิจกรรมพื้นที่ในการทำละครกระบวนการ ระหว่างครูกับนักเรียนมีเท่าๆ กัน ครูไม่ได้เป็นผู้สอน แต่จัดสถานการณ์ให้กับชั้นเรียนโดยไม่มีผู้ชม อย่างไรก็ตามกา รนำละคร-ใน-การศึกษา (Drama-in-education / DIE) ไปใช้ในพื้นที่ต่างๆ นั้นต้องปรับใช้ตามความเหมาะสม (พรรัตน์ ดำรุง. 2556: 49-53)

แต่ในทางปฏิบัตินั้นครู และผู้บริหารโรงเรียนยังคงยึดมั่นกับความคิดและค่านิยมที่จะสอนนักเรียนให้ความรู้เรื่อง อ่าน เขียน คำนวณ และมุ่งพัฒนาเด็กให้ศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา หน่วยวิชาที่ได้รับความสนใจจึงเป็นหน่วยวิชาอันเกี่ยวกับความรู้ด้านวิทยาศาสตร์ คำนวณ ภาษาไทย และภาษาอังกฤษ อันผลักดันให้เด็กและเยาวชนจ้องศึกษาในระดับสูงต่อไป ส่วนหน่วยที่จะพัฒนาเด็กในด้านความเป็นมนุษย์ที่ดีให้มีความเชื่อ อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออก มีความคิดสร้างสรรค์ มีเหตุผล มักเป็นหน่วยวิชาที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมลักษณะนิสัย เช่น ศิลปะ การงาน กีฬา เป็นต้น สำหรับนักเรียนชั้นมัธยม นักเรียนในชั้นนี้ต้องการการศึกษาอย่างลึกซึ้ง ได้ทดลองปฏิบัติ และ ฝึกฝนทักษะเฉพาะที่เข้มข้น การนำละครตามแบบฉบับ (Theatre) มาให้ฝึกหัด เรียนรู้ และนักเรียนได้ฝึกฝนการพัฒนาขั้นตอนในการสร้างละคร การพัฒนาผลงานศิลปะที่ต้องทำงานร่วมกันหลายฝ่ายอย่างมีความรับผิดชอบและนำเสนอผลงานที่มีการฝึกฝนเตรียมตัวอย่างดี มีการฝึกปฏิบัติที่เป็นขั้นตอนมีเนื้อหาที่ลึก และสามารถฝึกฝนศักยภาพในการแสดงออก

การใช้กระบวนการทางละคร (Drama process) ตลอดจนการนำความรู้ในการสร้างละครมาปรับใช้กับการเรียนการสอนและพัฒนาผู้เรียนเป็นรายวิชาทางศิลปะวิชาหนึ่ง ที่ช่วยให้เด็กมีประสบการณ์ตรงและพัฒนาตนเองจากการทำงานกับกลุ่มเพื่อน มีจุดมุ่งหมายในการพัฒนาผู้เรียนไม่ต้องการผู้ชมแต่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออกและฝึกฝนการวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนการพัฒนาการสร้างสรรค์และแสดงออกร่วมกับเพื่อนในวัยเดียวกัน นอกจากนี้ยังกล่าวถึงคุณค่าของละครต่อเยาวชนที่มีส่วนช่วยในเรื่องของการพัฒนาทั้ง 4 ด้าน คือ

1. พัฒนาการทางด้านบุคคล (personal resources) การละครช่วยพัฒนาบุคคลในทุกๆ ด้านโดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านความคิดสร้างสรรค์ การได้แสดงออกทำให้รู้จักตนเองดีขึ้น การใช้ภาษา การใช้ท่าทาง ฝึกการแก้ไขปัญหาเฉพาะ เป็นประสบการณ์ให้เด็กได้ฝึกสมาธิ มีวินัย รู้จักวางตนและรับฟังผู้อื่น
2. พัฒนาการทางศิลปะ (Artistic collaboration) การสร้างสรรค์งานจากจินตนาการ ฝึกหัดงานด้านศิลปะการแสดง การออกแบบ การทำหน้าที่ต่างๆ อย่างรับผิดชอบ
3. พัฒนาการทางด้านสังคม (Related drama/theatre to its social context) การละครช่วยให้เด็กปรับตัวในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทำให้เกิดความเชื่อในกลุ่ม รู้จักยอมรับผู้อื่น การใช้เหตุผลและรู้จักเสียสละ สร้างความสัมพันธ์ที่ดี กับเพื่อน เรียนรู้หน้าที่และช่วยกระตุ้นความคิดทางด้านการวิพากษ์วิจารณ์ปัญหาสังคมและปัญหาอื่นๆ
4. พัฒนาการทางการเรียนรู้และรสนิยม (from aesthetic judgement) การละครช่วยให้การเรียนการสอนมีชีวิตชีวา สนุกสนานน่าสนใจ ช่วยพัฒนาวิชาทางด้านภาษา วรรณคดีและสังคมศึกษา ช่วยพัฒนาเยาวชนในด้านจิตใจ มีความละเอียดละอ่อน มีการรับรู้ทางศิลปะที่มี รสนิยม และมีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ

จากข้อมูลข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมส่วนใหญ่ของละครในโรงเรียน ส่วนมากจะสนใจและให้ความสำคัญกับเรื่องการทำงานแบบคณะใหญ่ คือมีผู้เกี่ยวข้อง จำนวนมาก แต่ไม่ค่อยมีการสนใจที่จะทำการฝึกฝนและใช้ละครเพื่อพัฒนานักเรียนเท่าที่ควร และกิจกรรมการละคร คือ การใช้กระบวนการทางการละคร ตลอดจนการนำความรู้ในการสร้างละครมาปรับใช้กับการเรียนการสอนและพัฒนาผู้เรียน ในระบบโรงเรียน เป็นเทคนิคการสอนที่ช่วยให้นักเรียนได้มีประสบการณ์ตรงในการทำงานและพัฒนาตนเอง ในเรื่องความมั่นใจในกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ช่วยพัฒนาสมาธิและความจดจ่อในการทำกิจกรรมเดี่ยว หรือกิจกรรมกับคู่หรือกลุ่ม ละครสามารถสร้างแรงจูงใจให้นักเรียนมีอิสระทางความคิด การเคลี่ ่อนไหว ฝึกการปฏิบัติงานจริง ร่วมกับผู้อื่น มีรูปแบบการทำกิจกรรมที่นำละครมาใช้ คือ ละครสร้างสรรค์ (Creative drama) และละครในการศึกษา (DIE) กิจกรรมการละครจึงเป็นวิธีที่ผู้วิจัยคาดว่าน่าจะพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงศึกษาการพัฒนาความกล้าแสดงออกที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองโดยใช้กิจกรรมการละครของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556

2.1.3 หลักและแนวคิดในการฝึกฝนพื้นฐานการแสดง

สำหรับการสอนพื้นฐานการแสดงให้กับเยาวชน พรรรัตน์ ดำรุง (2550) ได้กล่าวไว้ในเอกสารประกอบการสอนละครเพื่อการพัฒนา ถึงการสอนพื้นฐานการแสดงว่า วิชาการแสดงเป็นพื้นฐานของการทำกิจกรรม ซึ่งมีความหลากหลาย ลักษณะในโรงเรียน ตามแต่ที่โรงเรียนจะมีความพร้อม ห้องเรียนการแสดง ออกแบบหลักสูตรเพื่อใช้สอน “พื้นฐานการแสดง” ให้กับนักเรียนเพื่อจะได้ใช้ในการสร้างสรรค์ละครทั้งสร้างบทรอบ และแสดงละครโดยผู้เรียนทุกคนในกลุ่ม การที่จะทำให้อบรมรูปร่างได้ต้อง “ฝึกฝนเกม และ กิจกรรม ละคร” ที่จะพัฒนา เครื่องมือนักแสดง และสร้างทีมทำงานที่เข้มแข็ง และจะแบ่งขั้นตอนในการทำงานเป็น 4 ส่วน นั่นคือ

1. การพัฒนาเครื่องมือนักแสดง

เกมละครและแบบฝึกหัดการแสดงจะช่วยให้เด็กเกิดความรู้ในการคิดสร้างสรรค์ มีการรับรู้ที่ดี มีปฏิริยาโต้ตอบได้จริง และทันทีทันใด ในแต่ละชั่วโมงของการฝึกฝนการแสดงประกอบไปด้วยการอบอุ่นร่างกาย และการฝึกฝนร่างกาย เพื่อความยืดหยุ่นและเตรียมพร้อมกล้ามเนื้อที่จะใช้ในการแสดง ทุกแบบฝึกหัด มุ่งตรงไปในการเปิดใจและทำให้เกิดการโต้ตอบต่อสถานการณ์รอบตัว รวมถึงนักแสดงคนอื่นๆ บนเวที แบบฝึกหัดและเกมการละครจะช่วยให้นักแสดงได้พัฒนาความคิดสร้างสรรค์ การอบอุ่นร่างกายรวมถึงการวอร์มเสียง การเปล่งเสียง แยกคำ และพูดอย่างชัดเจน และสร้างกลุ่ม และความเชื่อระหว่างผู้ที่อยู่ร่วมกันในกลุ่ม การทำแบบฝึกหัดอบอุ่นร่างกายนั้นผู้สอนต้องพิจารณาว่า แบบฝึกหัดครอบคลุม สิ่งเหล่านั้นหรือไม่

2. สร้างความจดจ่อและจริงจัง สนับสนุนให้เกิดกลุ่ม

การทำงานด้วยกันเป็นกลุ่มนั้น ไม่เพียงแต่สร้างความเป็นกลุ่มก้อน ความไว้วางใจ แต่เป็นจุดเริ่มแรกที่ทำให้ผู้เรียนรู้สึกสบายใจ เปิดใจ และกล้าเสี่ยงทำอะไรที่แปลกไปกว่าเดิม และทำงานด้วยความสามัคคี การทำแบบฝึกหัดเรื่องความเชื่อ ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ว่าคนอื่นที่อยู่รอบๆตัวเขาเป็นคนที่เขาไว้วางใจได้ การนั่ง หรือการยืนเป็นวงกลม การทำแบบฝึกหัดเป็นกลุ่มช่วยทำให้เกิดความคิดที่ว่า ละครนั้นล้วนมีความสำคัญ ที่ช่วยให้นักแสดงทำงานกันเป็นกลุ่มเกิดสมาธิในการทำงานในการแก้ไขปัญหา

การเล่นเกมละครที่ทำเป็นกลุ่ม และเล่น ละครต้นสด (improvisation) ทำให้เด็กได้ลองเปิดใจและทำอะไรที่ไม่ต้องกังวลกับหน้าตา กล้าทดลอง กล้าเสี่ยงต่อการต้องเสียหน้า ความคิดสร้างสรรค์จะเกิดขึ้นถ้าเราลดการป้องกันตนเองน้อยลง และยอมปล่อยตนเองจากกรอบ กฎที่ตั้งไว้และพบว่า เราสามารถทำ หรือค้นพบอะไรได้อีกมากมาย นักแสดงทุกคนยอมเป็นคนสร้างสรรค์แต่เพียงว่ามีกรอบหรือการกั้นขวางอยู่

การกล้าเสี่ยงและทำเรื่องบ้าๆ บอๆ วัยรุ่นเป็นวัยที่มีกำแพงหนาปกป้องตนเองอยู่ และกำแพงนั้นเป็นตัวการที่ขวางกั้นการแสดงในตนเองออกมาอย่างจริงใจ ถ้าเราลดและทำลายกำแพงลงได้ภายในชั่วโมงแรกที่มีการพบกัน จะช่วยให้เด็กเรียนในกลุ่มนั้นกล้าที่จะแสดงออกมากขึ้น เกมหลายเกม ทำให้เกิดการข้ามชั้น เสียงหัวเราะช่วยให้ทุกคนเปิดใจได้ดีและหลุดจากกำแพงที่ตนตั้งไว้ได้

3. สอนเทคนิคการแสดงแบบมีอาชีพเทคนิคการแสดง

เทคนิคการแสดงช่วยให้ผู้เรียนมีเครื่องมือให้เกิดความเข้าใจในกระบวนการการแสดง และใช้เป็นเครื่องมือที่จะเข้าถึงการแสดง สิ่งที่เป็นจุดสำคัญก็คือ ความเข้าใจว่าการแสดง คือ การกระทำ เพื่อให้ได้มาในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่ง่ายที่สุดคือกล่าวได้ว่า การพยายามให้ได้ในสิ่งที่ตนต้องการ เทคนิคที่เพิ่มพูนขึ้นก็เพื่อทำให้ผู้ที่เรียนเป็นนักแสดงเข้าใจ ชัดเจน ในเรื่องของความเชื่อ รวมถึงความเชื่อในสถานการณ์ต่างๆ การเข้าถึงความรู้สึกที่เคยมี และความต้องการที่แท้จริงภายในจิตใจ จะเป็นตัวช่วยสร้างความจริงทางกายภาพและวางท่าทางเวลาแสดงออกมา นักเรียนที่เรียนการแสดงและครูการแสดงล้วนแล้วแต่ต้องมีการฝึกฝนจากเทคนิคที่ต่างกันไป แต่ในกิจกรรมนี้จะใช้พื้นฐานของกระบวนการละครที่จะนำเกมการละครและแบบฝึกหัดมาช่วยในการพัฒนาความกล้าแสดงออก นักแสดงต้องทำความเข้าใจในความคิดหลัก คือรู้ว่าตัวละครต้องการอะไรมีจุดมุ่งหมาย ความต้องการเช่นไร เทคนิคการแสดงต่างๆ ทั้งรู้จักตัวละคร ใคร ทำอะไร ที่ไหน อย่างไร เรียนรู้ถึงความสัมพันธ์ของตัวละคร มีการฝึกฝนร่างกาย เพื่อให้มีความพร้อมที่จะแสดง จะช่วยนำพาไปสู่จุดมุ่งหมายนั้นๆ

4. สร้างและแสดงละคร

กิจกรรมการละครในโรงเรียน ที่นักเรียนสามารถฝึกฝนมีส่วนร่วมอยู่ในกระบวนการมีอยู่หลากหลาย ได้แก่ การร่วมแสดงในละครลักษณะต่างๆ การอ่านบทละคร การเล่านิทาน การแสดงบทบาทสมมติ การเล่าเรื่อง การแสดงละครจากเรื่องที่สร้างสรรค์ร่วมกันมา และการแสดงละครแบบฉบับที่วางไว้ เป็นต้น

ตรีดาว อภัยวงศ์ (2546) ได้เสนอแนวคิดการสอนการแสดงพื้นฐานไว้ดังนี้

1. กิจกรรมยืดหยุ่น และการผ่อนคลายส่วนต่างๆ ของร่างกายเพื่อที่จะสลัดความตึงเครียดออกไปให้หมดก่อนจะทำการแสดง
2. กิจกรรมฝึกออกเสียงให้ชัดเจน ให้ออกเสียงจากท้องให้สัมพันธ์กับลมหายใจ
3. เกมที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความตื่นตัวกล้าที่จะทำในสิ่งที่ตนเองกลัวและมีความคิดสร้างสรรค์
4. กิจกรรมสร้างสมาธิและการโฟกัส
5. เกมสร้างกลุ่ม การทำงานร่วมกัน การเชื่อใจซึ่งกันและกัน
6. เกมที่ช่วยฝึกจินตนาการ
7. ละครด้นสด (improvisation)

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการละคร

2.2.1 งานวิจัยในประเทศ

พัชรินทร์ อุทัยฉัตร (2537) ได้ศึกษา การเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารที่เรียนด้วยกิจกรรมการละคร กับที่เรียนด้วยกิจกรรมตามคู่มือครูของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสกลนครวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารที่เรียนด้วยกิจกรรมการละครกับที่เรียนด้วยกิจกรรมตามคู่มือครูของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 และศึกษาความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารระหว่าง ครูกับนักเรียน ผลของการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1. พฤติกรรมการใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารในห้องเรียนที่เรียนด้วยกิจกรรมการละครกับ ที่เรียนด้วยกิจกรรมตามคู่มือครู แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่ พฤติกรรมการใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารระหว่างครูกับนักเรียน นักเรียนกับนักเรียน การทำ กิจกรรมคู่ทักษะพูด ทักษะอ่าน ทักษะเขียน นักเรียนพูดตามครู การแสดง และการใช้สื่อการสอน ควบคุมสูงและกึ่งควบคุม 2. พฤติกรรมการใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารปฏิสัมพันธ์ทางวาจาของครูและนักเรียนที่เรียน ด้วยกิจกรรมการละครกับที่เรียนด้วยกิจกรรมตามคู่มือครู แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ได้แก่ ครูใช้ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ครูขยายข้อมูลอย่างละเอียด นักเรียนขอ ข้อมูลที่คาดการณ์ได้และข้อมูลที่คาดการณ์ไม่ได้ นักเรียนแสวงหาข้อมูลและขอข้อมูลจริง นักเรียนพูดเป็นคำๆ ละ 1 ประโยค นักเรียนพูดไม่จำกัดรูปแบบทางภาษา นักเรียนไม่มีปฏิภิกิริยาโต้ตอบ และนักเรียนกล่าวซ้ำ 3. พฤติกรรมการใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารปฏิสัมพันธ์ของครูและนักเรียนที่เรียนด้วย กิจกรรมการละครกับที่เรียนด้วยกิจกรรมตามคู่มือครูมีความสัมพันธ์กันในแต่ละกิจกรรมอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

วัชรพงษ์ ทองงาม (2540) ได้ศึกษา การพัฒนากิจกรรมการละครแบบมีบทพูด เพื่อส่งเสริมทักษะการฟัง- พูดภาษาอังกฤษ สำหรับนักเรียนนาฏศิลป์ชั้นกลาง ผลจากการพัฒนา กิจกรรมการละครแบบมีบทพูดพบว่า กิจกรรมการละครแบบมีบทพูด เพื่อ ส่งเสริมทักษะการฟัง- พูด ภาษาอังกฤษ สำหรับนักเรียนนาฏศิลป์ชั้นกลาง ได้รับการพัฒนาให้ เหมาะสมกับระดับความรู้ ความสามารถของนักเรียนมากและทำให้นักเรียนมีความคิดเห็นในเชิงบวก และเห็นด้วยต่อ กิจกรรมการละครแบบมีบทพูด

รัตนา ศิริลักษณ์ (2540) ได้ศึกษา การพัฒนาบทเรียนที่ใช้กิจกรรมการละครเพื่อ ส่งเสริมทักษะฟัง-พูด สำหรับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลจากการพัฒนาและใช้บทเรียนพบว่า บทเรียนที่ใช้กิจกรรมการละครเพื่อส่งเสริมทักษะ ฟัง- พูด สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ได้รับการพัฒนาให้เหมาะสมกับระดับความรู้ ความสามารถของนักเรียนมากที่สุดและทำให้นักเรียน มีความคิดเห็นในเชิงบวก และเห็นด้วยอย่างยิ่ง ต่อบทเรียนวิชาภาษาอังกฤษและครูผู้สอนภาษาอังกฤษ

รัตนชัย เอี่ยมพิทักษ์พร (2540) ได้ศึกษา การละครกับวิธีสอนแบบปกติสำหรับ นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชา ชีพชั้นสูง ปีที่ 1 สาขาการบัญชี โรงเรียนเทคโนโลยีนครปฐม ผลสัมฤทธิ์ทางการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาระหว่างกลุ่มที่สอนด้วยกิจกรรม การละครและกลุ่ม ที่สอนแบบปกติ และใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในการ ศึกษาค่าระดับความคิดเห็นของ

นักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมการละคร ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลสัมฤทธิ์ทางการพูดภาษาอังกฤษของนักศึกษาที่เรียนโดยวิธีการสอนที่ใช้กิจกรรมการละครสูงกว่าวิธีการสอนแบบปกติอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 2) นักศึกษามีความคิดเห็นต่อกิจกรรมการละครอยู่ในระดับดี

สุริณี เหลืองรุ่งเรือง (2536) ได้ศึกษาการศึกษาผลของการใช้กิจกรรมการละครในการสอนภาษาอังกฤษ เพื่อการสื่อสารที่มีต่อผู้เรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาต่ำมีพัฒนาการในการเรียนภาษาและมีทัศนคติต่อการเรียนภาษาดีขึ้นหรือไม่ ผลการวิจัยปรากฏว่า ไม่พบว่าการใช้กิจกรรมการละครในการเรียนการสอนภาษาอังกฤษทำให้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในกลุ่มทดลองแตกต่างจากผู้เรียนในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ .05 แต่พบว่าการใช้กิจกรรมการละครในการเรียนการสอนภาษาอังกฤษสามารถกระตุ้นให้ผู้เรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาต่ำและมีทัศนคติไม่ดีต่อการเรียนภาษาอังกฤษ มีพัฒนาการด้านการเรียนภาษา มีความกระตือรือร้นในการเรียน และเห็น ความจำเป็นการเรียนภาษาอังกฤษเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ .05 นอกจากนี้การใช้กิจกรรมการละครในการเรียนการสอนภาษายังทำให้ทัศนคติของผู้เรียนในกลุ่ม ทดลองโดยภาพรวม แตกต่างจากทัศนคติของผู้เรียนในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญ .05

รัชณี จันทร์อุไร (2543) การใช้สื่อกิจกรรมการละครที่มีผลต่อการเพิ่มระดับแรงจูงใจภายใน ของนักเรียน ระดับชั้น ปวช .2 วิทยาลัยอาชีวศึกษานครปฐมเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบ ระดับ แรงจูงใจภายในของนักเรียนก่อนกับหลังการได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยใช้สื่อกิจกรรมการละคร และเปรียบเทียบระดับแรงจูงใจภายในของนักเรียน ที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้สื่อกิจกรรมการละคร กับนักเรียน ที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามปกติการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1. นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้สื่อกิจกรรมการละคร มีระดับแรงจูงใจภายในเพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ 0.05 2. นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้สื่อกิจกรรมการละคร มีระดับแรงจูงใจภายในเพิ่มสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ 0.05

3. แนวคิดและจิตวิทยาวัยรุ่น

3.1 ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่น หรือ “Adolescence” มาจากคำกริยาในภาษาละตินว่า “Adolescere” หมายถึง การเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ (Steinberg. 1996) ดังนั้น ช่วงวัยรุ่นจึงหมายถึง ช่วงเวลาแห่งการเติบโต จากวัยเด็กที่ยังขาดวุฒิภาวะไปสู่การเป็นผู้ใหญ่ วัยรุ่นจึงเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจำเป็นต้องมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาไปพร้อมๆ กัน ในการเข้าสู่วัยรุ่นของเด็กชายและเด็กหญิงนั้นถือเอาการเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศเป็นเกณฑ์ ทั้งนี้ ทั้งสองเพศจะเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศไม่พร้อมกันขึ้นอยู่กับปัจจัยแวดล้อมหลายประการ เช่น อาหาร สภาพความเป็นอยู่ ประเพณีและวัฒนธรรม รวมถึงสภาพแวดล้อมอื่นๆ (พรพิมล เจียมนาคินทร์. 2539)

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีกา รเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สังคม ปัจจุบันเป็นยุคข่าวสารไร้พรมแดน ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความรู้สึกนึกคิดของวัยรุ่น มากขึ้นด้วย ในระยะวัยรุ่นเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยวิกฤต (critical period) หรือวัย พายุบุแคม (storm and stress) เนื่องจากมีการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิตอย่างมาก มีปัญหาและมีความ ยากลำบากในการปรับตัว

Erikson (1968) ให้ความเห็นว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มนุษย์พยายามค้นหาความต้องการ ที่แท้จริง เรียนรู้บทบาทหน้าที่ และพัฒนาความสามารถเฉพาะตน เพื่อที่จะวางแผนชีวิตต่อไป ในอนาคต ซึ่งถ้าในระยะนี้วัยรุ่นประสบความสำเร็จในการค้นหาเอกลักษณ์ของตัวเอง ก็จะส่งผลให้ วัยรุ่นเข้าใจในบทบาทหน้าที่ และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่รู้จักความสามารถของตน รวมทั้งมีการวางแผน ชีวิตที่เหมาะสม ในทางตรงกันข้าม หากเกิดความล้มเหลวในการค้นหาเอกลักษณ์เฉพาะตน วัยรุ่นก็ จะสับสนในบทบาทหน้าที่ และมีผลกระทบต่อ การเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต นอกจากนี้วัยรุ่นที่ ค้นหาเอกลักษณ์ของตัวเองแล้ว วัยรุ่นยังปรารถนาที่จะเป็นเหมือนผู้ใดผู้หนึ่งในสังคม นั่นคือวัยรุ่น จะเลือกเอาลักษณะบางอย่างของผู้อื่นมาใช้เป็นลักษณะของตนเอง โดยต้นแบบมักจ ะได้แก่ พ่อ แม่ ญาติพี่น้อง และครูอาจารย์ แต่การเลียนแบบพฤติกรรมนั้นมิได้จำกัดเฉพาะพฤติกรรมที่ดี วัยรุ่นอาจ รับเอาลักษณะก้าวร้าว หรือรุนแรงมาได้หากวัยรุ่นผู้นั้นประสบกับเหตุการณ์ที่โหดร้าย หรือรุนแรง ในชีวิต หรืออาจจดจำพฤติกรรมที่ไม่ดีมาจากบุคคลที่ใกล้ชิด ภา พยบุตร ละคร หรือเกมส์ต่อสู้ต่าง ๆ ก็ได้

วัยรุ่น เป็นวัยที่มีพัฒนาการปรับเปลี่ยนจากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ เริ่มตั้งแต่ช่วงอายุ ประมาณ 12 หรือ 13 ปี จนกระทั่งถึงอายุประมาณ 20 ปี มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเป็น สัญญาณสำคัญที่บอกรถึงการพ้นระยะการเป็นเด็ก คือ การเปลี่ยนแปลงร่างกายภายนอกและการมี วุฒิภาวะทางเพศ เช่น ความสูง น้ำหนัก การเริ่มมีลักษณะทางเพศ ได้แก่ การมีหน้าอกในวัยรุ่นหญิง การมีหนวดและการเปลี่ยนแปลงของเสียงในวัยรุ่นชาย ขณะเดียวกันก็มีการเปลี่ยนแปลงในพัฒนาการ ด้านอื่น ๆ ด้วย เช่น ความสนใจในเพศตรงข้าม การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และสังคม เป็นต้น (Papalia; & Olds. 1995; ศรีเรือน แก้วกังวาน. 2538) มีการแบ่งระยะของวัยรุ่น ออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้ (สุชา จันทน์เอม. 2536; อ้างอิงจาก Cole. n.d.)

1. วัยรุ่นตอนต้น (early adolescence) เด็กหญิงมีอายุระหว่าง 13 – 15 ปี เด็กชายมี อายุระหว่าง 15 – 17 ปี
2. วัยรุ่นตอนกลาง (middle adolescence) เด็กหญิงมีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี เด็กชายมีอายุระหว่าง 17 – 19 ปี
3. วัยรุ่นตอนปลาย (late adolescence) เด็กหญิงมีอายุระหว่าง 18 – 21 ปี เด็กชาย มีอายุระหว่าง 19 – 21 ปี

ในการเรียนการสอนนี้จะไม่แบ่งวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะ ดังกล่าวข้างต้นเนื่องจาก พัฒนาการในวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงเหลื่อมล้ำกันค่อนข้างมาก การเปลี่ยนแปลงอาจไม่เป็นไปตาม อายุที่กำหนดไว้ จึงจะบรรยายเป็นภาพรวมตามลักษณะพัฒนาการ

3.2 พัฒนาการของวัยรุ่น

พัฒนาการที่สำคัญของวัยรุ่นสามารถแบ่งออกเป็น 4 ประการ (พรพิมล เจียมนาคินทร์ 2539) ได้แก่

1. พัฒนาการทางด้านร่างกาย ร่างกายของวัยรุ่นจะมีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นต่อระบบอวัยวะภายใน เช่น ในระบบการย่อยอาหาร ระบบการไหลเวียนของโลหิต และระบบการผลิตฮอร์โมนของต่อมไร้ท่อ และลักษณะโครงสร้างภายนอก ร่างกาย เช่น การเปลี่ยนแปลงของเสียง การขยายตัวของกล้ามเนื้อและกระดูก การมีขนขึ้นตามร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์

ทั้งนี้เพื่อให้ร่างกายของวัยรุ่นเจริญเติบโตได้เต็มที่ ผู้ใหญ่ควรเตรียมความพร้อมให้แก่เด็กในการก้าวเข้าสู่วัยรุ่น โดยการให้ความรู้ และคำแนะนำเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น และการปฏิบัติตัวให้ถูกต้อง เช่น การรักษาความสะอาดร่างกาย การบริหารร่างกาย เพื่อให้มีสัดส่วนงดงาม แนะนำเรื่องการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การใช้เวลาว่างให้เหมาะสม และการพักผ่อนให้พอเพียง

2. พัฒนาการทางด้านอารมณ์ อารมณ์ของวัยรุ่นจะมีลักษณะอ่อนไหวง่าย มีอารมณ์รุนแรงอารมณ์ไม่คงที่ ไม่สม่ำเสมอ และเกิดความเครียดได้ง่าย ทั้งนี้ เนื่องจากวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างเห็นได้ชัด จึงทำให้เกิดความกังวลและขาดความมั่นใจในบุคลิกภาพของตนเอง การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน และการทำงานของต่อมไร้ท่อจะทำให้วัยรุ่นมีพลังงานมาก และอาจไม่ได้ใช้พลังงานที่มีให้เกิดประโยชน์จนทำให้ผู้ใหญ่ไม่พอใจ เช่น ใช้เวลาส่วนตัวอยู่กับเพื่อน หรือเที่ยวเตร่ตามศูนย์การค้า นอกจากนี้ เมื่อต่อมเพศถูกพัฒนาเต็มที่ วัยรุ่นจะเริ่มสนใจในเพศตรงข้าม และมีพฤติกรรมเรียกร้องความสนใจจากเพศตรงข้ามซึ่งบางครั้งก็อาจจะขัดใจผู้ใหญ่ และทำให้ถูกผู้ใหญ่ต่อว่าจนทำให้เกิดความเครียดได้

3. พัฒนาการทางด้านสังคม วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางเจตคติ และพฤติกรรมทางสังคมในทุกด้าน วัยรุ่นจะต้องการอิสระเสรีภาพในการคิด การปฏิบัติตัว การคบเพื่อน และต้องการความเป็นส่วนตัว จึงทำให้บางครั้งอาจเกิดปัญหาความไม่เข้าใจกันกับผู้ใหญ่ และส่งผลให้วัยรุ่นหนีไปใกล้ชิดกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าครอบครัว วัยรุ่นจะให้ความสำคัญกับการคบเพื่อน และต้องการเลือกกลุ่มเพื่อนที่มีค่านิยม และมีความสนใจในสิ่งเดียวกันเพื่อให้ตนเองได้รับการยอมรับ มีความรู้สึกมั่นใจ และปลอดภัย ทั้งนี้การคบเพื่อนจะช่วยให้วัยรุ่นรู้จักการปรับตัวให้เข้ากับสังคม เรียนรู้การรักษามิตรภาพ มีความเข้าใจตัวเอง และรู้จักรับฟังความเห็นของผู้อื่น การปรับตัวให้เข้ากับสังคมนับว่าเป็นพัฒนาการที่ยากที่สุดของวัยรุ่น

4. พัฒนาการทางด้านสติปัญญา ช่วงวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาระดับสติปัญญาเป็นอย่างมาก นักจิตวิทยาด้านพัฒนาการทางสติปัญญาของมนุษย์หลายท่านมีความเห็นตรงกันว่า สติปัญญาของมนุษย์จะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ระหว่างอายุ 18 ถึง 20 ปี โดยในวัยนี้มนุษย์จะสามารถให้นิยามของวัตถุสิ่งของต่างๆ ได้อย่างชัดเจน สามารถแบ่งแยกคุณลักษณะของ

สิ่งของต่างๆ ได้ดี มีพัฒนาการทางความคิดรวบยอด และมีความคิดในระดับที่เป็นนามธรรม พัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นปรากฏในหลายรูปแบบ เช่น รู้จักลงมือตั้งสมมุติฐานหลายๆ แบบ เพื่อหาข้อสรุปที่ดีที่สุด สามารถแก้ปัญหาหลายๆ แบบ โดยมีกระบวนการคิดที่มีระบบและมีเหตุผล มีความจำดีสามารถจดจำสิ่งที่ตนสนใจได้อย่างแม่นยำแต่มักไม่นำไปใช้ในเรื่องการเรียน มีความคิดกว้างไกล มีจินตนาการคิดฝันถึงสิ่งต่างๆ อยากรู้ อยากเห็น อยากทดลอง และมีความเชื่อมั่นในความเชื่อหรือความเห็นของตนอย่างรุนแรง

3.3 วัยรุ่นกับโรงเรียน

นอกเหนือจากสถาบันครอบครัวแล้ว โรงเรียนเป็นอีกหนึ่งสถาบันที่มีความสำคัญต่อพัฒนาการหรือการเจริญเติบโตของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก วัยรุ่นใช้เวลากว่าหนึ่งในสามของวันอยู่ภายในโรงเรียนหรือสถานศึกษา สังคมในโรงเรียนถือเป็นสังคมภายนอกบ้านที่เป็นประสบการณ์ครั้งแรกของเด็ก (พรพิมล เจียมนาคินทร์ . 2539) เป็นสถานที่ที่เด็กมีโอกาสได้พบเพื่อนรุ่นเดียวกัน ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ทั้งที่เป็นวิชาความรู้ และเป็นประสบการณ์ชีวิต เด็กจะได้เรียนรู้การใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น การทำงานเป็นหมู่คณะ ความรับผิดชอบงานต่างๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ความมีน้ำใจ เรียนรู้บทบาทการเป็นผู้ให้และผู้รับ รู้จักสิทธิและหน้าที่ของตนเองและผู้อื่น และยังสามารถเรียนรู้ความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ โดยสิ่งต่างๆ ที่ได้ เรียนรู้ในโรงเรียนจะช่วยให้เด็กพัฒนาไปสู่การมีวุฒิภาวะทางสังคมเมื่อเป็นวัยรุ่น ซึ่งเป็นรากฐานของการใช้ชีวิตในสังคมเมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่

ภายในโรงเรียน บุคคลที่มีความสำคัญต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมาก คือ ครู หน้าที่ของครูโดยทั่วไปคือ การถ่ายทอดวิชาความรู้ให้แก่ นักเรียน พร้อมทั้งสั่งสอนให้เป็นพลเมืองที่ดี มีความรับผิดชอบต่อสังคม ครูเป็นบุคคลที่จะสร้างให้เด็กมีวุฒิภาวะที่สมบูรณ์ จากการศึกษาของพรพิมล เจียมนาคินทร์ (2539) พบว่า เด็กวัยรุ่นคืออนาคตของชาติที่ต้องการเวลาในการเอาใจใส่ดูแลจากครูเป็นพิเศษมากกว่าในวัยอื่น ๆ เด็กจะมีความเชื่อถือและไว้วางใจต่อครูมาก แต่ในบางครั้ง ปัญหาที่เกิดขึ้นภายในห้องเรียน เช่น เด็กหนีเรียน หรือไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบ อาจมีสาเหตุมาจากตัวเด็กหรือตัวครู โดยสมพร สุทัศนีย์ (พรพิมล เจียมนาคินทร์ . 2539: 179; อ้างอิงจาก สมพร สุทัศนีย์ . 2531: 64) ได้รวบรวมปัญหาต่างๆ ที่เกิดจากตัวครูไว้ เช่น ครูสอนไม่ดี ครูไม่มีความยุติธรรม ครูไม่สนใจและไม่ให้ความสำคัญกับเด็ก และครูเจ้าอารมณ์ เหล่านี้ล้วนเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กมีพฤติกรรมเป็นปัญหาได้ ดังนั้นครูที่สอนเด็กวัยรุ่นจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในจิตวิทยาวัยรุ่น จึงจะสามารถควบคุมพฤติกรรมของเด็กได้ นอกเหนือจากความสามารถในการสอน คุณสมบัติที่สำคัญประการหนึ่งของครูคือการมีอารมณ์ขัน เพราะอารมณ์ขันจะช่วยระบายความเครียด และสร้างบรรยากาศการเรียนให้สนุกสนาน ทำให้เด็กอยากเรียนมากขึ้น ดังมีคำกล่าวที่ว่า “ครูที่ดีที่สุด คือ ครูที่หัวเราะสนุกสนานไปกับเด็ก ส่วนครูที่เลวที่สุด คือ ครูที่หัวเราะเยาะเด็ก ” (พรพิมล เจียมนาคินทร์ . 2539: 180; อ้างอิงจาก สมบัติ พิศสะอาด. 2536: 49)

เมื่อพิจารณาถึงขนาดของโรงเรียนและชั้นเรียนว่ามีอิทธิพลต่อคุณภาพการเรียนการสอน หรือพัฒนาการของเด็กหรือไม่ Steinberg (1996) ตอบว่า โรงเรียนและห้องเรียนขนาดเล็กน่าจะดีกว่าขนาดใหญ่ในแง่ที่ว่า เด็กจะมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในชั้นเรียน หรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียนได้ในอัตราส่วนที่มากกว่า อีกทั้งยังสามารถทำงานใกล้ชิดกับเพื่อนๆ ได้อย่างทั่วถึง จากการศึกษาพบว่า นักเรียนในโรงเรียนขนาดเล็กจะมีโอกาสทำหน้าที่ผู้นำ หรือได้รับมอบหมายหน้าที่ความรับผิดชอบ อันจะนำมาซึ่งความขยันหมั่นเพียร และความมั่นใจในตนเอง มากกว่านักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่ แต่จากการศึกษาพบว่า วัยรุ่นในชั้นเรียนขนาดใหญ่สามารถเรียนรู้ในเนื้อหาวิชาต่างๆ ได้เท่ากับวัยรุ่นที่เรียนในชั้นเรียนขนาดเล็ก

โรงเรียนที่ดีจะสามารถสร้างเสริมพัฒนาการของวัยรุ่นได้โดย มีการจัดแผนการเรียนการสอนที่เหมาะสม มีการจัดกิจกรรมต่างๆ ทั้งในด้านกีฬา วิทยาศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม และการช่วยเหลือสังคม ส่งเสริมการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนให้เหมาะสมและปลอดภัย มีบุคลากรที่เข้าใจธรรมชาติและความต้องการของนักเรียนวัยรุ่น และที่สำคัญที่สุด คือ มีครูที่เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกศิษย์

จากธรรมชาติของเด็กวัยรุ่นที่มักจะให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมาก ชอบอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม ทำกิจกรรมรวมกันเป็นกลุ่ม ดังนั้นหากผู้ใหญ่ได้รู้จักใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อช่วยให้เด็กวัยรุ่นได้เรียนรู้ กระบวนการทำงานและทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันอย่างมีหลักการแล้ว ก็จะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ตนเอง เรียนรู้ผู้อื่น ทำให้รักตนเองและเข้าใจตนเอง รู้จักผู้อื่นมากขึ้น ลดปัญหาในการทำงานหรืออยู่ร่วมกับผู้อื่น เพราะมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน หรือเมื่อเกิดปัญหาขึ้นในกลุ่มก็จะช่วยเหลือร่วมใจกันแก้ไขกระบวนการกลุ่มจึงเป็นสิ่งที่ควรนำมาใช้ในการพัฒนาวัยรุ่นในด้านต่างๆ

กิจกรรมที่นำมาใช้ดำเนินกระบวนการกลุ่มสำหรับ การช่วยให้เด็กได้เข้าใจในตนเองเข้าใจผู้อื่นและแก้ไขปัญหากลุ่มนั้นมีหลายลักษณะ ได้แก่ โดยขั้นตอนการทำกิจกรรมการละคร โดย พรรัตน์ ดำรุง (2547). *การละครสำหรับเด็กและเยาวชน*.

เกมส์และกิจกรรมการเล่น (game and exercises) แบบฝึกหัดเรื่องการเคลื่อนไหว การทำท่าทาง ลีลา เพื่อสื่อความหมาย การเล่นเกมและฝึกจินตนาการร่วมกัน กิจกรรมที่เน้นการร่วมมือกัน การสร้างวินัยทางการละคร ฝึกสมาธิ ความเชื่อ และการแสดงออกในการวิเคราะห์วิจารณ์อย่างมีเหตุผล

บทบาทสมมติ (Role play) และการแสดงออก (Acting out) ครูจัดกิจกรรมที่ให้เด็กได้สวมบทบาทเป็นผู้อื่นในสถานการณ์และเงื่อนไขที่ครูวางแผนไว้ ซึ่งอาจเป็นเรื่องจากครอบครัว หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคม บทเรียนในวิชาใดวิชาหนึ่ง บทบาทสมมติในการแสดงสดนี้สำคัญมาก เพราะมี 2 ระดับ

ระดับที่ 1 การแสดงบทบาทตามที่เด็กมองเห็นและเข้าใจจากภายนอก โดยถือเอาการเลียนแบบท่าทางการกระทำ

ระดับที่ 2 การแสดงเป็นบทบาทนั้นในสถานการณ์ที่กำหนดขึ้น ในสถานการณ์ดังกล่าวมีความขัดแย้งและปัญหาที่ชัดเจน ผู้ที่ทำกิจกรรมต้องมีความเข้าใจในปัญหาและต้องใช้ความรู้ ตลอดจนประสบการณ์ของตนในการพัฒนาเรื่องราวกับเพื่อนที่ร่วมกันทำกิจกรรม เพื่อแก้ปัญหาหรือข้อขัดแย้งให้ลุล่วงไป

การเรียนรู้ผ่านกระบวนการของละคร(Situation drama) ก่อนที่จะแสดงสดนั้นนักเรียนจะต้องเรียนรู้เกี่ยวกับตัวละครที่ต้องสวมบทบาท ปัญหาและจุดมุ่งหมายของตัวละคร และเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นอย่างชัดเจนว่า ใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ และทำไม จึงทำเช่นนั้น ผู้ร่วมกิจกรรมต้องมีความชัดเจนในจุดมุ่งหมายของตัวละครที่เขาสวมบทบาท การเผชิญปัญหาและตัดสินใจกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งในกิจกรรมละครนี้เปิดกว้างไว้ให้ผู้แสดงบทบาทได้พัฒนาการกระทำแก้ไขปัญหาต่างๆด้วยตนเอง

จึงสรุปได้ว่า วิทยาลัยเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านการเจริญเติบโตทางร่างกายอย่างรวดเร็ว มีการเจริญเติบโตของสมองอย่างเต็มที่ มีวุฒิภาวะทางเพศ มีพลังในตัวเองมาก มีอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว รักกลุ่มเพื่อน สิ่งต่างๆ เหล่านี้ บุคคลที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรให้ความเข้าใจ และช่วยกันส่งเสริมให้วัยรุ่นได้มีพัฒนาการสมวัยและให้ความช่วยเหลือในการปรับตัวกับปัญหาและอุปสรรคต่างๆ อย่างเต็มที่ เพื่อให้วัยรุ่นสามารถเจริญเติบโตต่อไปอย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดี และเป็นกำลังของสังคมต่อไปในอนาคต

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

จุดมุ่งหมายในการทำวิจัยในครั้งนี้เพื่อ การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรีโดยใช้กิจกรรมการละคร โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1.1 กลุ่มประชากร

นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศ จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 จำนวน 540 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากกลุ่มประชากร ผู้วิจัยกำหนดโควตา 10% ของประชากรทั้งหมด เท่ากับ 54 คนโดยหลังจากการเก็บข้อมูลพบว่า มีนักเรียนกลุ่มตัวอย่างขอยกเลิกการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นจำนวน 9 คน ดังนั้นผู้วิจัยจะทำการศึกษาในครั้งนี้ จำนวน 45 คน

1.3 ตัวแปรที่ศึกษา

- | | |
|-----------|---------------------------|
| ตัวแปรต้น | : กิจกรรมการละคร |
| ตัวแปรตาม | : พฤติกรรมความกล้าแสดงออก |

1.4 ระยะเวลาในการศึกษาค้นคว้า :

เดือน สิงหาคม ถึง เดือน กันยายน ปีการศึกษา 2557 ทั้งหมด 8 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร
2. แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อน และ หลัง การฝึกกิจกรรมการละคร

2.2 การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

2.2.1 โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร

ผู้วิจัยดำเนินการสร้าง โปรแกรมการฝึก พฤติกรรมกล้าแสดงออกโดย กิจกรรมการละครดังนี้

1. ศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการละคร
2. สร้าง โปรแกรมการฝึกพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละครจาก เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการละคร ให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและนิยามศัพท์เฉพาะ
3. นำโปรแกรมการฝึกพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้แก่

1. รองศาสตราจารย์ ดร.พรรรัตน์ ดำรุง อาจารย์ประจำคณะอักษรศาสตร์ ภาควิชาการละคร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 2. ดร. กุสุมา เทพรัักษ์ อาจารย์ประจำภาค วิชาศิลปะการละคร คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สามมิติ สุขบรรจง อาจารย์ประจำวิทยาลัยนวัตกรรมการสื่อสารสังคม ภาควิชาการแสดงและกำกับการแสดงผ่านสื่อ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- ตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์ เนื้อหา และวิธีดำเนินการกับนิยามศัพท์เฉพาะ

1. นำโปรแกรมการฝึกพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อใช้ในงานวิจัยต่อไป

โปรแกรมการฝึกพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร ดำเนินเป็นเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 8 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวม 16 ชั่วโมง

จากการศึกษาข้อมูลต่างๆ ผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการออกแบบ โปรแกรมการฝึกพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละครโดยแบ่งออกเป็น 4 ช่วง ดังนี้

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงที่ 1 :

ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ตนเองและความสามารถในตนเอง เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ในการรู้จักตัวเอง สนทนากับเพื่อนในกลุ่มมากยิ่งขึ้นเพื่อก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และเห็นศักยภาพของตนเองและ ผู้อื่นว่าแต่ละคนมีความสามารถเฉพาะตัวแตกต่างกันออกไปเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความคิด มีสมาธิ เปิดใจ และผ่อนคลายความกังวล พร้อมทั้งจะทำกิจกรรมอื่นๆ ต่อไป โดยผู้วิจัยจะให้ผู้เรียน ทำกิจกรรม ละลายพฤติกรรม (ice breaking) คือกระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อให้

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีโอกาสแสดงความเป็นตัวเองทำความ รู้จัก และเปิดเผยตัวเองออกมาให้ สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มได้รู้จักกันมากขึ้น กิจกรรมละลายพฤติกรรมจึงเป็นเครื่องมือให้ผู้เข้าร่วม กิจกรรมได้มีโอกาส ทำความรู้จักกันโดยการทำ กิจกรรมร่วมกัน และเปิดเผยความเป็นตัวเอง ซึ่งจะ ก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีความรู้สึกว่าเป็นพวกเดียวกัน เสริมสร้างบรรยากาศที่เป็น มิตรได้เร็วกว่าการให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมปรับตัวเข้าสู่สภาพแวดล้อมใหม่ๆเองและ ยังเป็นการทำให้ ผู้วิจัยได้เรียนรู้ศักยภาพของนักเรียนในชั้นแรก ก่อนได้รับการฝึก เป็นการเรียนรู้ซึ่งกันและกันของ ผู้เรียนและผู้วิจัย สร้างความเชื่อมั่นให้กับผู้เรียน

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงที่ 2 :

เพื่อให้ผู้เรียน ฝึกการทำการเป็นกลุ่ม เรียนรู้ที่จะทำงานร่วมกับผู้อื่น มีสภาพแวดล้อม เดียวกัน เรียนรู้สิ่งต่างๆ จากเพื่อนในกลุ่มรอบข้าง รวมถึงฝึกการใช้คำพูด หรือน้ำเสียงที่เหมาะสม สัม กับสถานการณ์ในกิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้ผู้เรียนรู้ถึงการทำงานร่วมกันมีระดับความหนักเบา ความนุ่ม หรือหยابกระต่าง ของน้ำเสียงที่จะแสดงความรู้สึกออกมาและ ให้ผู้เรียนเรียนรู้ที่จะฟังการพูดของ ผู้อื่นมากยิ่งขึ้น

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงที่ 3 :

เพื่อให้ผู้เรียน ได้เรียนรู้การพูดในที่สาธารณะอย่างเหมาะสมกับ สถานที่ บุคคล และเวลา และให้ผู้เรียนมีความ เข้าใจถึงระดับของภาษาในการใช้แต่ละสถานการณ์ที่ต่างกันออกไปโดยจะ พัฒนาให้ผู้เรียนมีความกล้าแสดงออกทางการพูดอย่างฉะฉาน ไม่ติดขัด

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงที่ 4 :

เพื่อให้ผู้เรียนมีความพัฒนาที่มากขึ้นทางด้าน ร่างกาย การหายใจ และการเคลื่อนไหว เพื่อให้ผู้เรียนมีสมาธิ ฝึกการจดจำเลียนแบบ และฝึกการแสดงออกทางสีหน้าอย่างเหมาะสม โดยมี การเสริมแรงให้ผู้เรียนมีความมั่นใจในตนเองที่จะกล้าแสดงออกในที่สาธารณะมากยิ่งขึ้น

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงที่ 1 - สัปดาห์ที่ 1
จำนวนการฝึก 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
1	<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกผ่อนคลาย เปิดใจ และเตรียมร่างกายให้พร้อมสำหรับการเรียน</p> <p>2. เพื่อส่งเสริมการรู้จักกันของผู้เข้าร่วมกิจกรรม</p> <p>3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีโอกาสเปิดเผยความเป็นตัวเอง</p> <p>4. เพื่อก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน</p> <p>5. เพื่อเสริมสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตร</p>	<p>ละลายพฤติกรรม</p> <p>ice breaking</p> <p>1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง</p> <p>2. ผู้วิจัยทำกิจกรรม ละลายพฤติกรรม (ice breaking) กระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีโอกาสแสดงความเป็นตัวเองทำ ความรู้จัก และเปิดเผยตัวเองออกมา เช่น เกมเรียกชื่อ, การรีแล็กซ์ร่างกาย, เกมเหยียบบนหนังสือพิมพ์, กิจกรรมเปิดใจสร้างความเชื่อมั่น</p> <p>3. เมื่อบรรยากาศเริ่มอบอุ่นเป็นกันเองแล้วและทุกคนเริ่มรู้จักกันมากขึ้น ผู้วิจัยจึงจะชี้แจงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมที่ทำไปก่อนหน้านั้นว่าทำเพื่ออะไร</p>	<p>แลงริช (Langrish. 1986: 72)</p> <p>การฝึกที่ทำให้บุคคลสามารถเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยความรู้สึกที่ดี และยอมรับตนเอง รวมถึงการเป็นสมาชิกในกลุ่มที่ดี เพื่อที่จะทำงานให้ลุล่วงจนเป็นผลสำเร็จ</p>
2	<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะใช้เครื่องมือของนักแสดง คือ ร่างกายการหายใจ และการเคลื่อนไหว</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เรียนทำร่างกายและจิตใจ ให้มีสมาธิและฝึกการจดจำเลียนแบบ</p> <p>3. เพื่อให้ผู้เรียนเกิดจินตนาการขึ้นพื้นฐาน</p>	<p>การเคลื่อนไหวร่างกาย</p> <p>Movement</p> <p>1. ผู้วิจัยกิจกรรมเข้าจังหวะ ไม่ว่าจะเป็นการใช้ทักษะการเคลื่อนไหว หรือรวมไปถึงการเต้น (Dancing) เข้ามาช่วยในการฝึกการจดจำ และใช้ร่างกายอย่างถูกต้องเหมาะสม</p> <p>2. ผู้วิจัยเลือกเพลงที่จะมาใช้ในการกิจกรรมการฝึกครั้งนี้ โดยใช้เพลงที่มีจังหวะจดจำและทำตามได้ง่าย เพื่อให้ผู้เรียน รู้สึกไม่ยากเกินไปที่จะจดจำและเลียนแบบ</p>	<p>โฟลเดอร์ (Fodor. 1980: 504-508)</p> <p>การแสดงตัวแบบ (Modeling) ผู้นำการฝึกจะสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผู้รับการฝึกและผู้เข้ารับการฝึกอื่น ๆ สาธิตหรือแสดงแบบอย่างให้ดู</p>

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงที่ 2 - สัปดาห์ที่ 2
จำนวนการฝึก 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
3	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกการหายใจ ที่เป็นระบบ 2. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกการใช้ น้ำเสียงที่เหมาะสมกับสถานการณ์ 3. เพื่อให้ผู้เรียนรู้ถึงระดับความหนักเบา ความนุ่มหรือหยาบ กระด้าง ของเสียงที่จะแสดงความรู้สึกออกมา 4. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้ที่จะ ฟังการพูดของผู้อื่นมากยิ่งขึ้น 	<p>การออกเสียง</p> <p>Voice Projection</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยจะทำการฝึก ในนักเรียนเรียนรู้เรื่องการหายใจที่ถูกต้องไล่ระดับความหนักเบาของการออกเสียง 2. ผู้วิจัยจะทำการฝึก โดยการใช้เสียงสร้างภาพ (Voice Through image) คือ การเอาบทละครมาให้ นักเรียนอ่านและเลือกข้อความหรือคำพูดที่ตนเองชอบมา 1 ประโยค เพื่อเป็นการฝึกการอ่านและออกเสียงให้ตรงกับอารมณ์ของตัวละคร 	<p>อัลเบอร์ดี และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. 2527: 30-31; อ้างอิงจาก Alberti; & Emmons. 1978. <i>Aguide to assertive behavior</i>. P. 247)</p> <p>น้ำเสียงและระดับเสียง (Tone of Voice and Volume)การใช้ระดับเสียง และน้ำเสียงที่สอดคล้องกับเรื่องราวที่สนทนาจะเป็นการชักจูงให้ผู้ฟัง เชื่อถือตั้งใจฟังและสนใจที่จะฟัง</p>
4	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนนึกถึงความรู้ ความเข้าใจสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก และช่วยดึงดูดความสนใจของผู้ฟัง ให้สามารถฟังนิทานได้จนจบเรื่อง 2. เพื่อให้ให้นักเรียนฝึกการจดจำ รวมไปถึงสร้างสมาธิที่ดีในสถานการณ์หนึ่ง 3. ฝึกให้ผู้เรียนมีความมั่นใจ ในการที่จะแสดงท่าทางออกมา ในทันที (Pure Acting)ให้สอดคล้องกับลักษณะตัวละคร 4. เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกการ เรียนรู้ในการประสานสายตาต่อผู้ฟัง 	<p>การเล่านิทาน Story telling</p> <p>คือการนำเสนอเรื่องราวใน นิทานโดยใช้เทคนิควิธีการ และสื่อวัสดุอุปกรณ์ประกอบ ในการเล่า</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยนำนิทานอีสป ที่มีความยาวสั้นๆประมาณ 8 หน้ามาให้ผู้เรียนได้ฝึกการ อ่านออกเสียง ดูอักขระวิธี รวมไปถึงการใช้โทนเสียง ของผู้เรียนว่ามีความเหมาะสม กับเรื่องราวที่อ่านมาหรือไม่ 2. ผู้วิจัยเพิ่มระดับ ความยากขึ้นโดยนำนิทานอีก เรื่องหนึ่งซึ่งมีความยากและ ซับซ้อนของตัวละครมากยิ่งขึ้น เล่าให้ผู้เรียนฟัง และจดจำ เรื่องราวที่เล่าให้ฟังอย่างดี 3. ให้นักเรียนจับกลุ่ม และเล่าเรื่องที่ผู้วิจัยได้เล่าให้ ฟังก่อนหน้านั้นจนจบ โดยจะดู ถึงสมาธิการจดจำและ (Pure Acting) ที่แสดงออกมาโดยทันที 	<p>อัลเบอร์ดี และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. 2527: 30-31)</p> <p>การแสดงท่าทาง (Postures)</p> <p>การแสดงทางใบหน้า (Facial Expression)</p> <p>น้ำเสียงและระดับเสียง (Tone of Voice and Volume)</p> <p>การฟัง (Listening)</p> <p>การประสานสายตา (Eye Contact)</p>

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงที่ 3 - สัปดาห์ที่ 3
จำนวนการฝึก 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
5	<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้การพูดในที่สาธารณะอย่างเหมาะสมกับสถานที่ บุคคล และเวลา</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจถึงระดับของภาษาในการใช้แต่ละสถานการณ์ที่ต่างกันออกไป</p> <p>3. เพื่อให้ผู้เรียนมีความกล้าแสดงออกทางการพูด โดยพูดอย่างฉะฉาน ไม่ติดขัด</p>	<p>การพูดในที่สาธารณะ Public Speaking</p> <p>1. ผู้วิจัยนำข่าวต่างที่แตกต่างกันด้านเนื้อหาเรียงลำดับจากการอ่านยากที่สุดไปหาง่ายที่สุดเช่นข่าวในพระราชสำนัก ข่าวกีฬา และข่าวบันเทิง มาให้ผู้เรียนได้ทดลองอ่านออกเสียงเพื่อเป็นการวัดความเข้าใจและการอ่านเนื้อหาที่ถูกต้องเหมาะสม</p> <p>2. ผู้วิจัยเปิดวิดีโอทัศน์เนื้อหาการพูดที่ไม่เหมาะสมรุนแรง หยาบคาย มาให้ผู้เรียนเห็นถึงตัวอย่างที่ไม่ดีและไม่ควรทำตาม</p> <p>3. ผู้วิจัยทดสอบการพูดในที่สาธารณะกับผู้เรียนโดยทดลองให้ผู้เรียนออกไปแนะนำตนเองหน้าชั้นเรียนเป็นความยาว 20 บรรทัด</p> <p>4. ผู้วิจัยให้การบ้านผู้เรียนกลับไปฝึกพูดจนคล่องแคล่วและกลับมาพูดใหม่ในการฝึกครั้งต่อไป</p>	<p>แลงก์ และจาคุโบสกี (ระวีวรรณ แก้วคงทอง. 2539: 42; อ้างจาก Lange; & Jakubowski. 1976. <i>Responsible assertive behavior</i>. p. 195)</p> <p>สอนให้ผู้รับการฝึกแยกแยะความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกกับพฤติกรรมอื่น ๆ</p> <p>โพลเดอร์ (Fodor. 1980: 504-508)</p> <p>การให้คำแนะนำ (Coaching)</p> <p>การแสดงตัวแบบ (Modeling)</p> <p>การทำกรบ้าน (Assigning Homework)</p> <p>พรรณราย ทร์พยะประภา (2527: 70-75)</p> <p>การเขียนบทพูด (Assertive Script)</p>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
6	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าอย่างเหมาะสมและมั่นใจ 2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการฟังและฝึกการโต้ตอบกับคู่สนทนาอย่างเหมาะสม 3. เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกการเรียนรู้ในการประสานสายตาต่อผู้ฟัง 	การแสดงสดImprovisation <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยกำหนดสถานการณ์หนึ่งมาให้ผู้เรียนจินตนาการตามและแสดงออกมาตามที่ตนคิดในสถานการณ์นั้นๆ 2. ผู้วิจัย สลับให้ผู้เรียนสวมบทบาทที่ต่างออกไปจากที่เคยแสดงออกมา 3. ผู้วิจัยให้ผู้เรียนฝึกสลับสับเปลี่ยนบทบาทและทำซ้ำๆไปมาจนเกิดความมั่นใจ 	อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. 2527: 30-31) การแสดงท่าทาง(Postures) การแสดงทางใบหน้า(Facial Expression) น้ำเสียงและระดับเสียง(Tone of Voice and Volume) การฟัง(Listening)การประสานสายตา (Eye Contact)

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกช่วงที่ 4 - สัปดาห์ที่ 4
จำนวนการฝึก 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
7	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความพัฒนาที่มากขึ้นทางด้าน ร่างกาย การหายใจ และการเคลื่อนไหว 2. เพื่อให้ผู้เรียนมีสมาธิและฝึกการจดจำเลียนแบบ 3. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกการแสดงออกทางสีหน้าอย่างเหมาะสม 4. เพื่อเสริมแรงให้ผู้เรียนมีความมั่นใจในตนเองที่จะกล้าแสดงออกในที่สาธารณะ 	Musical Moment <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้ผู้เรียนฝึกกิจกรรมการเต้นและร้องไปพร้อมกันโดยใช้เพลงและบทละครจากกิจกรรมเดิมที่ผู้วิจัยเคยให้ฝึกไปในครั้งก่อนหน้านั้นนำมาพัฒนาให้เกิดความเชี่ยวชาญขึ้น และมั่นใจขึ้น 2. ให้การบ้านแก่ผู้เรียนโดยการให้โจทย์ในการฝึกการพัฒนาความกล้าแสดงออกไปเพื่อจะมาแสดงให้ดูในกิจกรรมครั้งต่อไป 	อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. 2527: 30-31) การแสดงท่าทาง(Postures) การแสดงทางใบหน้า(Facial Expression) น้ำเสียงและระดับเสียง(Tone of Voice and Volume) การฟัง(Listening)การประสานสายตา(Eye Contact) โฟลเดอร์ (Fodor. 1980: 504-508) การให้คำแนะนำ(Coaching) การแสดงตัวแบบ(Modeling) การทำการบ้าน(Assigning Homework)

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
8	1. เพื่อเป็นการวัดการ พัฒนาความกล้าแสดงออกของ ผู้เรียนทั้งหมดที่ได้ทำกิจกรรม 2. เพื่อเป็นการสร้างความ มั่นใจในการแสดงออกของผู้เรียน ในการเรียนรู้จากสถานการณ์จริง	Showcase 1. ผู้วิจัยให้ผู้เรียน แสดงศักยภาพที่ได้ฝึกฝนมา ทำการแสดงให้ดู เพื่อเป็นการ ประเมินผลของกิจกรรม ทางการละครว่า สามารถทำ ให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาขึ้น ได้หรือไม่	

2.2.2 แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกดังนี้

- ศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก
- สร้าง แบบประเมิน พฤติกรรมกล้าแสดงออกจากข้อมูล เอกสารและงานวิ จัยที่
เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและนิยาม
ศัพท์เฉพาะ
- นำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ ผู้ทรงคุณวุฒิ หรือ
ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านเติม ได้แก่
 - รองศาสตราจารย์ ดร.พรรรัตน์ ดำรุง อาจารย์ ประจำคณะอักษรศาสตร์
ภาควิชาการละคร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 - ดร.กุสุมา เทพรักษ์ อาจารย์ประจำภาควิชาศิลปะการละคร คณะศิลปกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
 - ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สามมิติ สุขบรรจง อาจารย์ประจำวิทยาลัยน วัตกรรม
สื่อสารสังคม ภาควิชาการแสดงและกำกับการแสดงผ่านสื่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 ตรวจสอบความเที่ยงตรง และค่า IOC ดัชนีความสอดคล้องระหว่างแบบประเมิน
พฤติกรรมกล้าแสดงออกกับจุดประสงค์ โดยภาพรวมได้ค่า IOC เท่ากับ 0.7 ซึ่งผ่านเกณฑ์ของการ
คัดเลือกคุณภาพของแ บบประเมิน โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์ เนื้อหา
และวิธีดำเนินการกับนิยามศัพท์เฉพาะ
 - นำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของ
ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อใช้ในงานวิจัยต่อไป

2. นำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ปรับปรุงแก้ไขตาม คำแนะนำของ ผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัด เพชรบุรี ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาข้อบกพร่องในแบบประเมินของผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัย แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก ที่ผู้วิจัยได้ออกแบบ ให้สอดคล้องกับ ลักษณะ พฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสม ตามทฤษฎีดังนี้

ข้อ	พฤติกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
1.	กล้าตอบคำถาม ครู-อาจารย์ด้วย วาจาที่ฉะฉาน ตรงไปตรงมา	พรรณราย ทวีพะยะประภา : อ้างอิงจาก Salten Conditioned reflex therapy .p. 208 “การแสดงออกทางสีหน้าอย่างเหมาะสม (Use Appropriate Facial Talk) เป็นการแสดงออกทางใบหน้าและน้ำเสียงที่ ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงและสามารถสบตากับคู่สนทนา ได้อย่างตรงไปตรงมา”	กิจกรรม การออกเสียง (Voice Projection) กิจกรรม ละลาย พฤติกรรม (Ice breaking)
2.	กล้ายกมือแสดง ความคิดเห็นด้วย น้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความ วิตกกังวล	พรรณราย ทวีพะยะประภา : อ้างอิงจาก Salten Conditioned reflex therapy .p. 208 “การถามเหตุผลว่า ทำไม (Ask why)เมื่อมีผู้ใดมาขอร้อง ให้ทำในสิ่งที่ไม่ดีมีเหตุผล หรือแสดงความคิดเห็นไม่เห็น ด้วยก็สามารถถามได้อย่างชัดเจน”	กิจกรรม การออกเสียง (Voice Projection) กิจกรรม ละลาย พฤติกรรม (Ice breaking)
3.	กล้ายกมือขอ ความกระจ่างเมื่อ มีคนแนะนำ สั่ง สอน หรืออธิบาย ให้ฟังไม่ชัดเจน ด้วยน้ำเสียงที่ ฉะฉาน ปราศจาก ความวิตกกังวล	พรรณราย ทวีพะยะประภา : อ้างอิงจาก Salten Conditioned reflex therapy .p. 208 “การขอให้แสดงความกระจ่าง (Ask For Clarification) เมื่อมีคนให้คำแนะนำหรือสั่งสอน หรืออธิบายไม่ชัดเจน ก็สามารถที่จะขอร้องให้เขาอธิบายให้ฟังอีกครั้งให้ชัดเจน ยิ่งขึ้น”	กิจกรรม การออกเสียง (Voice Projection)

ข้อ	พฤติกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
4.	แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม	พรรณราย ทวีพะยะประภา : อ้างอิงจาก Salten Conditioned reflex therapy .p. 208 “การพูดแสดงความรู้สึกที่แท้จริง (User-Feeling - Talk) เป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกชอบและสนใจอย่างไม่ขัดเขิน แทนการพูดอะไรออกมาอย่างเป็นกลาง ๆ สามารถที่จะใช้วาจา “ฉันรู้สึกว่...” หรือ “ฉันคิดว่า...” ได้ในเวลาอันเหมาะสม	กิจกรรม ละลาย พฤติกรรม (Ice breaking) กิจกรรมการพูดในที่สาธารณะ (Public Speaking)
5.	กล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเองผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี)	พรรณราย ทวีพะยะประภา : อ้างอิงจาก Salten Conditioned reflex therapy .p. 208 “การพูดเกี่ยวกับตนเอง (Talk about Yourself) เมื่อบุคคลทำสิ่งใดที่มีคุณค่าและน่าสนใจบุคคลนั้นสามารถที่จะพูดหรือเล่าให้บุคคลอื่นทราบได้โดยไม่พูดโอ้อวดหรือผูกขาดการสนทนาเพียงผู้เดียวแต่สามารถที่จะเล่าถึงความสำเร็จของตนได้เมื่อเวลาอันเหมาะสม”	กิจกรรม ละลาย พฤติกรรม (Ice breaking)
6.	สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น	Clark (1978, อ้างในวิชาญา ไทยเทพ. 2544) “การควบคุมความวิตกกังวล ความกลัว และความโกรธได้แก่ สามารถยืดยุ่น สิทธิที่พึงมีพึงได้ของตนเอง แสดงความไม่เห็นด้วยโดยไม่รู้สึกผิดหรือรู้สึกไม่สบายใจในภายหลัง สามารถแสดง ความโกรธออกมาได้โดยไม่เก็บกดหรือแสดงความก้าวร้าว สามารถจัดการกับปัญหา กับคำพูดเยาะเย้ย เสียดสีจากบุคคลอื่น และสามารถขจัดความกลัวที่เกิดจากความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผล	กิจกรรมการพูดในที่สาธารณะ (Public Speaking) กิจกรรมการแสดงสด (Improvisation) กิจกรรมแสดงผลงาน (Showcase)

ข้อ	พฤติกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้	กิจกรรม
7.	กล้า ประสาน สาย ตา กับคู่ สนทนาด้วย ด้วย กิริยาท่าทางที่ ปราศจากความ วิตกกังวล	พรรณราย ทวีพยะประกษา : อ้างอิงจาก <i>Salten Conditioned reflex therapy .p. 208</i> “การใช้การประสานสายตา (Eye Contact) ในขณะที่สนทนากันสามารถที่จะมองตาผู้ฟังได้ ซึ่งการประสานสายตานั้นว่ามีความสำคัญมาก เพราะจะช่วยสะท้อนความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูดได้ ในขณะที่เดียวกันทำให้ผู้พูดรู้ว่าผู้ฟังมีความสนใจในเรื่องที่กำลังสนทนากันมากน้อยเพียงใด หรือผู้ฟังมีความรู้สึกอย่างไร”	ทุกกิจกรรม

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 แผนการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมละคร

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 1 ห้องเรียน จำนวน 45 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากกลุ่มประชากร ในการฝึกการพัฒนา พฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละคร สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองตามกระบวนการความรู้ทักษะทางการละคร แบ่งเป็น 3 ขั้นตอนได้แก่

1. ประเมินพฤติ กรรมกล้าแสดงออกก่อน นรับการฝึก การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละคร
2. ดำเนินการ ประเมิน การฝึก การพัฒนา พฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละคร
3. ประเมินการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละคร หลังเรียน โดยผู้วิจัยได้กำหนดแบบแผนการวิจัย ครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนิน การฝึก การพัฒนา พฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละครแบบ One - Group Pretest – Posttest Design (ลัวัน สายยศ; และอังคณา สายยศ. 2538: 249) ดังแสดงในตาราง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการประเมิน	ประเมินก่อนการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก	กิจกรรมการละคร	ประเมินหลังการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก
E	T ₁	X	T ₂

E แทน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการประเมิน

X แทน กิจกรรมการละคร

T₁ แทน ประเมินก่อนการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก

T₂ แทน ประเมินหลังการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก

3.2 วิธีการดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการประเมินแบบ One -Group Pretest – Posttest Design (ล้วน สายยศ; และอังคณา สายยศ. 2538: 249) เป็น 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นก่อนประเมินการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ผู้วิจัยทำแบบประเมินการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก กับนักเรียนกลุ่มตัวอย่างแล้วเก็บเป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test)

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง มีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. นำหนังสือขอความร่วมมือจากผู้อ่าน วยการ โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี เพื่อขออนุญาตใช้สถานที่ กลุ่มประชากร กำหนดวันเวลา และเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการเก็บข้อมูลตามขั้นตอนต่อไปนี้

1.1 นัดปฐมนิเทศให้เข้ารับการ ฝึกการละคร ทราบเกี่ยวกับจัดมุ่งหมาย วิธีดำเนินการ ฝึกพร้อมทั้งการกำหนด วัน เวลา และสถานที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งสาธิตขั้นตอนต่างๆ ใน การฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร ให้ผู้เข้ารับฝึก ได้ทราบและเข้าใจ ตรงกัน

1.2 ดำเนินการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละคร โดยผู้วิจัย เป็นผู้ควบคุมการฝึกและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1.2.1 ใช้ระยะเวลาในการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละคร ทั้งหมด 4 สัปดาห์ ๆ ละ 2 วัน รวม 8 ครั้ง

1.2.2 ดำเนินการเก็บข้อมูล โดยแบบ ประเมินการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละคร ทั้ง 8 ครั้ง

1.2.3 นำข้อมูลของคะแนนผลการ ฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมการละคร มาวิเคราะห์ผลทางสถิติสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้

4. การจัดทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ

2. ใช้ **Paired t test** เปรียบเทียบก่อนหน้าหลัง ผลของการพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร ก่อนและหลังทำกิจกรรมมีความแตกต่างกัน

3. ใช้แบบประเมินความกล้าแสดงออกตนเอง ก่อน และ หลัง การฝึกกิจกรรมการละคร

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังต่อไปนี้

1. การศึกษา พฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556

2. การเปรียบเทียบ พฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556

3. พฤติกรรมกล้าแสดงออกแสดงถึงความไฝฝืนในอนาคต

การวิเคราะห์ ผลการวิจัยของ พฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละครของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ที่เป็นการวัดข้อมูลประเภทอันตรภาคชั้น (Interval Scale) ผู้วิจัยใช้เกณฑ์เฉลี่ยในการอธิบาย โดยอาศัยสูตรการคำนวณช่วงกว้างของชั้น ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ค่าเฉลี่ย} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{ช่วงคะแนน}} \\ &= \frac{5 - 1}{5} \\ &= 0.80 \end{aligned}$$

โดยสรุปเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

ค่าเฉลี่ย 4.21 – 5.00	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.41 – 4.20	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมมาก
ค่าเฉลี่ย 2.61 – 3.40	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.81 – 2.60	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมน้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.80	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมน้อยมากที่สุด

4.2 สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล

สถิติพื้นฐาน มีดังนี้

1. การหาคุณภาพด้วยการหาค่า IOC เนื้อหาของ แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง IOC ดังนี้ (สมนึก ภัททิยธนี. 2548: 220-221) ต้องนำไปให้ อาจารย์ / ผู้เชี่ยวชาญ ให้คะแนน 3 ท่าน เพื่อนำผลดังกล่าวมา และตัดค่าที่คะแนนความสอดคล้องไม่ถึง ออกไป

$$\text{สูตร } IOC = \frac{\Sigma R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับ จุดประสงค์

ΣR แทน ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

นำคะแนนมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of Item – Objective Congruence หรือ IOC) และคัดเลือกข้อที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.60 ขึ้นไป

2. การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่ากลางของสองประชากรที่มีการกระจายแบบปกติ แต่ไม่อิสระต่อกัน Paired t-Test (Test Concerning a Difference Between Two Means of two normal population : Paired Data)

2.1 หาผลต่างของข้อมูลแต่ละคู่ก่อน $d = X_i(\text{pin}\#1) - X_i(\text{pin}\#2)$

2.2 หาค่าเฉลี่ยของค่าผลต่าง จาก

$$\bar{d} = \sum_{i=1}^n \frac{d_i}{n}$$

2.3 ตั้งสมมติฐานหากข้อมูลทั้งสองกลุ่ม ไม่แตกต่างกันแล้ว $\mu_d = 0$ และนี่คือข้อสมมติฐาน ถ้ากำหนดให้ $m_d = d$

$$H_0: \mu_d = 0$$

$$H_a: \mu_d \neq 0$$

2.4 กำหนดตัวทดสอบสมมติฐาน เมื่อสมมติหลักมีว่า $H_0: m_d = 0$ เราจึงเลือกใช้ 1-Sample t- test ทดสอบค่าเฉลี่ยของผลต่างทั้งหมด โดยค่าคงที่ในการทดสอบคือ 0

$$t_0 = \frac{\bar{d}}{s_d / \sqrt{n}}$$

2.5 หา Degree of freedom จาก

$$df = n - 1$$

2.6 สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน โดย

- กรณีทดสอบแบบสองด้าน ให้ปฏิเสธสมมติฐานหลัก $H_0: m_d = 0$ ถ้า

$$t_{a/2,df} < t_0 < t_{a/2,df}$$

- กรณีทดสอบแบบด้านมากกว่า ให้ปฏิเสธสมมติฐานหลัก $H_0: m_d = 0$ ถ้า

$$t_0 > t_{a,df}$$

- กรณีทดสอบแบบด้านน้อยกว่า ให้ปฏิเสธสมมติฐานหลัก $H_0: m_d = 0$ ถ้า

$$t_0 < -t_{a,df}$$

บทที่ 4

การวิเคราะห์ข้อมูล

ตามที่ผู้วิจัยได้ออกแบบ โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร ในบทที่ 3 นั้น ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่และทดลองทำกิจกรรมดังกล่าวที่โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัด เพชรบุรี กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งมีจำนวน 45 คน เริ่มกิจกรรมในวันที่ 19 สิงหาคม พ.ศ.2557 โดยโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร ที่ออกแบบไว้นั้น มีการแบ่งกิจกรรมเป็น 4 ช่วง อย่างไรก็ตามในขั้นตอนของการลงพื้นที่ฝึกปฏิบัติจริง ผู้วิจัยได้พบ ปัญหามากมาย และได้มีการปรับเปลี่ยนกิจกรรมที่จะนำมาใช้ในการ พัฒนาพฤติกรรมกล้า ้า แสดงออกโดยกิจกรรมการละครโดย มีการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายผลของการวิเคราะห์ ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายผลของการ วิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

n	แทน	ประชากร
\bar{x}	แทน	ค่าเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่าง
S.D.	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
\bar{x}_1	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างก่อนทดลอง
\bar{x}_2	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างหลังทดลอง
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
\bar{D}	แทน	คะแนนเฉลี่ยของความแตกต่างระหว่างคะแนนก่อนและหลัง ทดลอง
S_D	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลต่างคะแนนก่อนและหลัง ทดลอง
df	แทน	องศาอิสระ
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา t-distribution

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังต่อไปนี้

1. การศึกษาพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556
2. การเปรียบเทียบ พฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556
3. พฤติกรรมกล้าแสดงออกแสดงถึงความไม่ฝืนในอนาคต

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การศึกษาพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556

การวิเคราะห์ ผลการวิจัยของ พฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละครของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ที่เป็นการวัดข้อมูลประเภทอันตรภาคชั้น (Interval Scale) ผู้วิจัยใช้เกณฑ์เฉลี่ยในการอธิบาย โดยอาศัยสูตรการคำนวณช่วงกว้างของชั้น ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ค่าเฉลี่ย} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{ช่วงคะแนน}} \\ &= \frac{5 - 1}{5} \\ &= 0.80 \end{aligned}$$

โดยสรุปเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

ค่าเฉลี่ย 4.21 – 5.00	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.41 – 4.20	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมมาก
ค่าเฉลี่ย 2.61 – 3.40	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.81 – 2.60	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมน้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.80	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมน้อยมากที่สุด

ตาราง 1 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการ

(n=45)

แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก	ก่อนการฝึกกิจกรรมการละคร			หลังการฝึกกิจกรรมการละคร		
	\bar{X}	S.D.	ระดับพฤติกรรม กล้าแสดงออก	\bar{X}	S.D.	ระดับพฤติกรรม กล้าแสดงออก
1. กล้าตอบคำถามครู-อาจารย์ด้วยวาจาที่จะฉานตรงไปตรงมา	3.78	0.82	มาก	4.16	0.74	มาก
2. กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจาก ความวิตกกังวล	3.67	0.52	มาก	3.71	0.73	มาก
3. กล้ายกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบาย ให้ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล	3.51	0.63	มาก	3.62	0.91	มาก
4. แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติ อย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม	3.11	0.44	ปานกลาง	4.13	0.84	มาก
5. กล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี)	4.07	0.78	มาก	3.67	0.60	มาก
6. สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเอง ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น	3.13	0.46	ปานกลาง	4.13	0.87	มาก
7. กล้าประสานสาย ตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยาท่าทางที่ ปราศจากความวิตกกังวล	3.29	0.69	ปานกลาง	3.51	0.30	มาก
รวม	4.00	0.90	มาก	3.92	0.40	มาก

จากตาราง 1 ภาพรวมของพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนการฝึกกิจกรรมการละคร โดยรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 ซึ่งถือว่ามากกว่า หลังการฝึกกิจกรรมการละคร ที่อยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดย 4 อันดับแรก พบว่า

อันดับที่ 1 มีความกล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี) มากที่สุด ซึ่งอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07

อันดับ 2 รองลงมา คือ ความกล้าในการ ตอบคำถามครู -อาจารย์ด้วยวาจาที่จะฉานตรงไปตรงมา โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.78

อันดับที่ 3 ความกล้าในการยกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67

อันดับที่ 4 ความกล้าในการยกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51 ตามลำดับ ส่วนข้อที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในระดับปานกลาง ได้แก่

อันดับที่ 1 ความกล้าในการประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.29

อันดับที่ 2 รองลงมา คือ สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัว ของตนเอง ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.13

ส่วนการแสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก น้อยที่สุด ซึ่งมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.11 ตามลำดับ

สำหรับนักเรียน มีพฤติกรรมกล้า แสดงออก หลัง การฝึกกิจกรรมการละคร โดยรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า

อันดับที่ 1 ความกล้าในการตอบคำถามครู-อาจารย์ด้วยวาจาที่จะฉานตรงไปตรงมา มากที่สุด ซึ่งอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.16

อันดับที่ 2 รองลงมา คือ สามารถแสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม กับนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัว ของตนเองได้ อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นโดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากัน อยู่ที่ 4.13

อันดับที่ 3 มีความกล้าในการยกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.71

อันดับที่ 4 มีความกล้าในการพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี) โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67

อันดับที่ 5 มีความกล้าในการยกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62

อันดับที่ 6 ส่วนความกล้าในการประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยการทำทางที่ปราศจากความวิตกกังวลมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อยที่สุด ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51 ตามลำดับ

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเรื่อง ผลของการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี สรุปผลการวิจัยค้นคว้า ได้พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนการฝึกกิจกรรม การละครโดยซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ **3.51** ซึ่งน้อยกว่า หลังการฝึกกิจกรรม การละครที่อยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ **3.85** เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ

พฤติกรรมความกล้าแสดงออก	ก่อนทำกิจกรรม	หลังทำกิจกรรม	ความแตกต่าง
1. แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม	3.11	4.13	1.02
2. สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น	3.13	4.14	1.00
3. กล้าตอบคำถามครู -อาจารย์ด้วยวาจาที่ฉะฉานตรงไปตรงมา	3.78	4.16	0.38
4. กล้าประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยการทำทางที่ปราศจากความวิตกกังวล	3.29	3.51	0.22
5. กล้ายกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล	3.51	3.62	0.11
6. กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล	3.67	3.71	0.04
7. กล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี)	4.07	3.67	-0.4

2. การเปรียบเทียบ พฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ผู้วิจัยกำหนดวิธีการวิจัยแบบสองกลุ่มก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 โดยใช้สถิติ Paired – Samples t-Test ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏตามตารางดังนี้

ตาราง 2 การเปรียบเทียบการฝึกกิจกรรมการละครก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละคร

(n=45)					
ก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละคร	\bar{X}	S.D.	t	df	Sig.
1. กล้าตอบคำถามครู-อาจารย์ด้วยวาจาที่ฉะฉาน ตรงไปตรงมา	0.22	1.17	1.279	44	0.208
2. กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่ ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล	0.49	0.84	3.892	44	0.000*
3. กล้ายกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่ง สอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่ ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล	0.20	0.94	1.421	44	0.162
4. แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่าง ซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจา การพูด และกิริยาที่เหมาะสม	0.51	0.92	3.727	44	0.001*
5. กล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสาร เชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี)	0.07	1.01	0.443	44	0.660
6. สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือ ความกลัว ของตนเองได้ อย่างเหมาะสมกับ สถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น	0.53	0.73	4.927	44	0.000*
7. กล้าประสานสาย ตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วย กิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวล	0.84	1.15	4.938	44	0.000*
รวม	0.41	0.42	6.551	44	0.000*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางการเปรียบเทียบการฝึกกิจกรรมการละครก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละคร โดยภาพรวมพบว่า หลังจากการฝึกกิจกรรมการละคร นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกที่เพิ่มขึ้นจากก่อนการฝึกกิจกรรม ถึง 0.41 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย และเมื่อพิจารณาในรายตัว พบว่า มีเพียง 4 ข้อ ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่เป็น 0.05 โดยเรียงลำดับดังนี้

อันดับที่ 1 คือ กล้าประสานสาย ตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวล มากที่สุด ซึ่งมีถึง 0.84 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย

อันดับ 2 รองลงมา คือ สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้ อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น ซึ่งมีถึง 0.53 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย

อันดับที่ 3 คือ แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม ซึ่งมีถึง 0.51 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย

อันดับที่ 4 คือ กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล ซึ่งมีถึง 0.49 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย

3. พฤติกรรมกล้าแสดงออกแสดงถึงความไม่ฝืนอาชีพในอนาคต

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของพฤติกรรมกล้าแสดงออกแสดงถึงความไม่ฝืนในอนาคต

ความไม่ฝืนอาชีพในอนาคต		จำนวน (คน)	ร้อยละ
ก่อน	หลัง		
1. มัคคุเทศก์/ล่าม/นักการทูต	1. นักบริหารธุรกิจท่องเที่ยว	11	24.4
2. นักแสดงละครเวที/นักร้อง/ นักแสดง	2. ดารา	4	8.9
3. ครู/ครูนาฏศิลป์	3. ครูภาษาอังกฤษ/ครูสอนภาษา	4	8.9
4. ทหาร	4. ตำรวจ	3	6.7
5. ชาวประมง	5. เจ้าของบ่อตกกุ้งผู้จัดการเรือปลา	3	6.7
6. CEO ร้านกาแฟ/เบเกอรี่	6. CEO ร้านกาแฟ/เบเกอรี่	3	6.7
7. โหรง/นักพยากรณ์ดวงชะตา	7. โหรง/นักพยากรณ์ดวงชะตา	2	4.4
8. Interior/ดีไซเนอร์	8. Interior/ดีไซเนอร์	2	4.4
9. นักบัญชี	9. นักบัญชี	2	4.4
10. แอร์/สจ๊วต	10. แอร์/สจ๊วต	2	4.4
11. เชฟ	11. เชฟ	2	4.4
12. โปรแกรมเมอร์	12. โปรแกรมเมอร์	1	2.2
13. เกษตรกร	13. เกษตรกร	1	2.2
14. นักพากย์การ์ตูน	14. นักพากย์การ์ตูน	1	2.2
15. พนักงานไปรษณีย์	15. พนักงานไปรษณีย์	1	2.2
16. เจ้าของธุรกิจส่วนตัว	16. เจ้าของธุรกิจส่วนตัว	1	2.2
17. นักเศรษฐศาสตร์	17. นักเศรษฐศาสตร์	1	2.2
18. ข้าราชการ	18. ข้าราชการ	1	2.2
	รวม	45	100.0

จากตาราง 1 การเปรียบเทียบ พฤติกรรมกล้าแสดงออก แสดงถึงความใฝ่ฝันอาชีพในอนาคต เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยอาชีพที่มีการเปลี่ยนแปลง 3 อาชีพ พบว่า

อันดับที่ 1 อาชีพมัคคุเทศก์/ล่าม/นักการทูตที่เปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพ นักบริหารธุรกิจท่องเที่ยว โดยมีจำนวน 11 คิดเป็นร้อยละ 24.4

อันดับ 2 รองลงมา คือ อาชีพนักแสดงละครเวที/นักร้อง/นักแสดงที่เปลี่ยนแปลงมาเป็น อาชีพดาราและ อาชีพครู/ครูนาฏศิลป์ที่เปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพครูภาษาอังกฤษ/ครูสอนภาษาโดยมีสัดส่วนเท่ากัน จำนวน 4 คิดเป็นร้อยละ 8.9

อันดับที่ 3 อาชีพทหารที่เปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพตำรวจ และอาชีพชาวประมงที่เปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพเจ้าของบ่อตกกุ้ง/ผู้จัดการเรือปลา โดยมีสัดส่วนเท่ากัน จำนวน 3 คิดเป็นร้อยละ 6.7



บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ศึกษาจึงสนใจที่จะทำการศึกษา พฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร และใช้แบบประเมินพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะเป็นแนวทางเพื่อ ทำให้ทราบผลและความแตกต่างของการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละครก่อนและหลังทำกิจกรรม และจะเป็นแนวทางสำหรับครู ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องสำหรับนำไปพิจารณาปรับปรุงและพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยสามารถนำไปบูรณาการ การเรียนการสอนต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมาย เพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร ก่อนและหลังทำกิจกรรม

สมมติฐานในการวิจัย

ผลของการพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร หลังทำกิจกรรม การละครมีค่าเฉลี่ยมากกว่าก่อนทำกิจกรรมการละคร

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศ จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 จำนวน 540 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร ผู้วิจัยกำหนดโควต้า 10% ของประชากรทั้งหมด เท่ากับ 54 คนโดย

หลังจากการเก็บข้อมูลพบว่า มีนักเรียนกลุ่มตัวอย่างขอยกเลิกการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นจำนวน 9 คน ดังนั้นผู้วิจัยจะทำการศึกษาในครั้งนี้ จำนวน 45 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น : กิจกรรมการละคร

ตัวแปรตาม : พฤติกรรมความกล้าแสดงออก

ระยะเวลาในการศึกษาค้นคว้า :

เดือน สิงหาคม ถึง เดือนกันยายนปีการศึกษา 2557 ทั้งหมด 8 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร
2. แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อน และ หลัง การฝึกกิจกรรมการละคร

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้มีแหล่งข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าประกอบด้วย 2 ส่วนคือ

1. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary data) ได้จากการใช้แบบสอบถามเก็บข้อมูลจาก นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 1 ห้องเรียน จำนวน 45 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากกลุ่มประชากร ในการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมละคร สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2556 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองตามกระบวนการความรู้ทักษะทางการละคร
2. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary data) ผู้ศึกษาวิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าจากข้อมูลและสถิติ ที่มีผู้รวบรวมไว้ทั้งหน่วยงานของรัฐและเอกชน

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อได้รับแบบสอบถามคืนมาแล้ว ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ รวบรวมได้มาดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ทำการตรวจสอบความถูกต้อง และความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม
2. ทำการลงรหัส และนำข้อมูลมาบันทึกลงในเครื่องคอมพิวเตอร์ เพื่อการประมวลผล
3. ทำการประมวลผลข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ สำหรับวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา และเชิงอนุมาน

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ใช้เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูลจากพฤติกรรมกล้าแสดงออกแสดงถึงความใฝ่ฝันอาชีพในอนาคต และค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) ใช้เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูลจากแบบสอบถามพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละครของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ส่วน และการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่ากลางของสองประชากรที่มีการกระจายแบบปกติแต่ไม่อิสระต่อกัน Paired t-Test

สรุปผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเรื่องผลของการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี สรุปผลการวิจัยค้นคว้าได้ พบว่า

- หลังการฝึกกิจกรรมการละคร นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกอยู่ในระดับมากโดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 ซึ่งมากกว่าหลังการฝึกกิจกรรมการละคร ที่นักเรียนมีพฤติกรรม กล้าแสดงออกอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 ตามลำดับ

- การเปรียบเทียบการฝึกกิจกรรมการละครก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละครโดยใช้การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของข้อมูลสองชุดที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยภาพรวมพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนการฝึกกิจกรรมการละคร โดยรวมอยู่ในระดับมากซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 ซึ่งถือว่ามากกว่า หลังการฝึกกิจกรรมการละคร ที่อยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดย 4 อันดับแรก พบว่า

1. ความกล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี) มากที่สุด ซึ่งอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07

2. ความกล้าในการตอบคำถามครูอาจารย์ด้วยวาจาที่ฉะฉานตรงไปตรงมา โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.78

3. ความกล้าในการยกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67

4. ความกล้าในการยกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคณแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51 ตามลำดับ

สำหรับนักเรียน มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก หลังการฝึกกิจกรรมการละคร โดยรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า

1. ความกล้าในการตอบคำถามครู-อาจารย์ด้วยวาจาที่ฉะฉานตรงไปตรงมา มากที่สุดซึ่งอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.16

2. สามารถแสดงความรู้สึกรักของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม กับนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นโดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.13

3. ความกล้าในการยกมือแสดงความ คิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.71

4. ความกล้าในการพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี) โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67

5. ความกล้าในการยกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคณแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62

6. ความกล้าในการประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวลมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อยที่สุด ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51 ตามลำดับ

ส่วนข้อที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในระดับปานกลาง ได้แก่

1. ความกล้าในการประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด เท่ากับ 3.29

2. สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.13

3. การแสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก น้อยที่สุด ซึ่งมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.11 ตามลำดับ

และเมื่อทำการเปรียบเทียบ พฤติกรรมกล้าแสดงออก แสดงถึงความไม่ฝืนอาชีพในอนาคต เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยอาชีพที่มีการเปลี่ยนแปลง 3 อาชีพ พบว่า อาชีพมัคคุเทศก์/ล่าม/นักการทูตที่มีการเปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพนักบริหารธุรกิจท่องเที่ยว มากที่สุด โดยมีจำนวน 11 คิดเป็นร้อยละ 24.4 รองลงมา คือ อาชีพ นักแสดงละครเวที/นักร้อง/นักแสดงที่มีการเปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพดาราและ อาชีพครู/ครูนาฏศิลป์ที่เปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพครูภาษาอังกฤษ/ครูสอนภาษา โดยมีสัดส่วนเท่ากัน จำนวน 4 คิดเป็นร้อยละ 8.9 และอาชีพ ทหารที่เปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพ ตำรวจ และอาชีพชาวประมง ที่มีการเปลี่ยนแปลงมาเป็นอาชีพ เจ้าของบ่อตกกุ้ง/ผู้จัดการเรือปลา โดยมีสัดส่วนเท่ากัน จำนวน 3 คิดเป็นร้อยละ 6.7 ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดสอบสมมติฐาน

ผลการเปรียบเทียบการฝึกกิจกรรมการละคร ก่อนและหลัง การฝึกกิจกรรมการละคร โดยภาพรวมพบว่า หลังจากการฝึกกิจกรรมการละคร นักเรียนมีคะแนน เฉลี่ยของพฤติกรรมความกล้าแสดงออกที่เพิ่มขึ้นจากก่อนการฝึกกิจกรรม ถึง 0.41 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย และเมื่อพิจารณาในรายตัว พบว่า มีเพียง 4 ข้อ ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่เป็น 0.05 ได้แก่

1. กล้าประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวลมากที่สุด ซึ่งมีถึง 0.84 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย

2. สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัว ของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น ซึ่งมีถึง 0.53 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย

3. แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม ซึ่งมีถึง 0.51 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย

4. กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล ซึ่งมีถึง 0.49 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย

การอภิปรายผล

จากผลการวิจัย เรื่อง การพัฒนาพฤติกรรมความกล้า แสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร พบว่า ผลของการพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร ก่อนและหลังทำกิจกรรมมีความแตกต่างกัน สอดคล้องกับสมมติฐาน เนื่องจากผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้น เป็นวิธีการอย่างหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น ได้แก่มีการยอมรับตนเองมากขึ้น วิตกกังวลน้อยลง มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ทั้งนี้เป็นวิธีการที่จะช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นริพร ชูอายุ (2552) ที่ได้ทำวิจัยเรื่องการเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านเชิงดอย (ดอยสะเก็ดศึกษา) จังหวัดเชียงใหม่ โดยใช้กระบวนการกลุ่มจำนวน 30 คน ในรายวิชา การงานอาชีพและเทคโนโลยี หลังจากทำการทดลองแล้วพบว่าบุคลิกภาพของนักเรียนเปลี่ยนแปลงจากพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพกล้าแสดงออกมากขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ รัศมี เชื้อเจ็ดตน (2549) ได้ทำการวิจัยเชิงทดลองโดยใช้กิจกรรมบทบาทสมมติเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของเด็กปฐมวัย จำนวนทั้งหมด 46 คน โดนแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 23 คน และกลุ่มควบคุม 23 คน โดยใช้กิจกรรมทั้งหมด 8 กิจกรรม หลังการสิ้นสุดการทดลองพบว่า เด็กที่เข้าร่วมกิจกรรมจะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ดีขึ้น ทั้งนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ วัชรพงษ์ ทองงาม (2540) ที่ได้ศึกษาการพัฒนากิจกรรมการละครแบบมีบทพูด เพื่อส่งเสริมทักษะการฟัง-พูดภาษาอังกฤษ สำหรับนักเรียนนาฏศิลป์ชั้นกลาง ผลจากการพัฒนากิจกรรมการละครแบบมีบทพูดพบว่า กิจกรรมการละครแบบมีบทพูด เพื่อส่งเสริมทักษะการฟัง-พูดภาษาอังกฤษ สำหรับนักเรียนนาฏศิลป์ชั้นกลาง ได้รับการพัฒนาให้เหมาะสมกับระดับความรู้ความสามารถของนักเรียนมากและทำให้นักเรียนมีความคิดเห็นในเชิงบวก และเห็นด้วยต่อกิจกรรมการละครแบบมีบทพูด รวมถึงยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ รัชณี จันทร์อุไร (2543) ที่ศึกษาการใช้สื่อกิจกรรมการละครที่มีผลต่อการเพิ่มระดับแรงจูงใจภายใน

ของนักเรียน ระดับชั้น ปวช .2 วิทยาลัยอาชีวศึกษานครปฐมเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับแรงจูงใจภายในของนักเรียนก่อนกับหลังการได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยใช้สื่อกิจกรรมการละคร และเปรียบเทียบระดับแรงจูงใจภายในของนักเรียน ที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้สื่อกิจกรรมการละคร กับนักเรียน ที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามปกติ

นอกจากนี้ข้อสังเกตของผู้วิจัยในขณะที่ดำเนินการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ของนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างพบว่า นักเรียนมีความสนใจและให้ความร่วมมือในการฝึก ทั้งนี้เพราะว่าในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยได้จัดเนื้อหาของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้มีความหลากหลายและน่าสนใจ ได้เชิญวิทยากรหรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านนั้นมาเป็นผู้ให้ คำแนะนำและนำกิจกรรมในการฝึก ทำให้บรรยากาศในห้องเต็มไปด้วยความสนุก นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการร่วมมือในทุกๆกิจกรรม อาจจะนักเรียนไม่มีประสบการณ์ทางด้านกิจกรรมการละครมาก่อนเลย ทำให้มีความสนใจเป็นอยากมากและร่วมมือในการทำกิจกรรมดีมากในทุกๆครั้ง และเนื้อหาหรือโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ผู้วิจัยได้ออกแบบและคำนึงถึงตัวนักเรียนเป็นสำคัญว่าจะเอาเนื้อหาอะไรไปทำการสอนและพัฒนาเด็ก ๆให้มีศักยภาพที่ดีขึ้น จึงค้นคว้าหาทฤษฎีที่จะช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มากขึ้นๆตามลำดับ และเนื้อหาหรือกิจกรรมที่ใช้ก็ไม่ซับซ้อน หรือยากไปจนทำให้เด็กเกร็ง หรือไม่กล้าทำ เพราะในแต่ละครั้งที่ลงไปทำกิจกรรมจะเจอกับเหตุการณ์ต่างๆที่ไม่ซ้ำกันเลยไม่ว่าจะเป็น เด็กลากะทันหัน เด็กบางคนต้องไปทำกิจกรรมต่างๆของโรงเรียน บางครั้งอาจจะต้องใช้เวลาให้เร็วขึ้น หรือบางครั้งต้องทำกิจกรรมให้ช้าลง เพื่อให้เด็กนักเรียนได้ความรู้และพัฒนาได้อย่างเต็มที่

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเรื่อง ผลของการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี สรุปผลการวิจัยค้นคว้าได้พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก ก่อนการฝึกกิจกรรม การละครโดยซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ **3.51** ซึ่งน้อยกว่า หลังการฝึกกิจกรรม การละครที่อยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ **3.85** เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ

1. แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม ก่อนได้รับ การฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.11 และเมื่อได้รับ การฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.13 มีความแตกต่างอยู่ถึง 1.02 แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงและมีพัฒนาการที่ดีขึ้นอย่างชัดเจนอยู่ในระดับมากตามสมมติฐาน อาจจะมาจากการที่เด็กนักเรียนเข้าใจในเนื้อหาที่ผู้วิจัยได้ให้ทำกิจกรรม มีการเปิดใจและยอมรับซึ่งกันและกันระหว่างตัวผู้เรียนและผู้วิจัยเอง ทำให้เด็กมีพัฒนาการอย่างดีขึ้น กล้าพูด กล้าตอบ กล้าประสานสายตา กล้าแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่ตนเองรู้สึก ไม่เขินอายในการแสดงออกเหมือนครั้งก่อนรับการฝึก เพราะขั้นตอนใจการทำกิจกรรมหลังจากจบกิจกรรมทุกครั้ง ผู้วิจัยจะให้นักเรียนได้ลองพูดคุยถึงสิ่งที่ได้ทำลงไปตั้งแต่เริ่มกิจกรรมว่าเป็น

อย่างไรบ้าง รู้สึกอย่างไร ความคิดเห็นอย่างไรในกิจกรรม และนำกลับไปใช้ได้อย่างไรในชีวิตประจำวัน ทำแบบนี้ซ้ำๆกันทุกครั้ง จึงทำให้เด็กนักเรียนสามารถ แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม ได้เป็นอย่างดี โดยการพูดแสดงความรู้สึกชัดเจนที่แท้จริง ตรงไปตรงมา นั่นคือ ลักษณะการแสดงสีหน้าที่เหมาะสม ลักษณะสีหน้าและลักษณะน้ำเสียงสอดคล้องกับความรู้สึกที่แท้จริง ยอมรับคำชมเชยอย่าง สามารถเปิดเผยได้เมื่อมีความคิดเห็นที่ตรงข้ามกับผู้อื่น สามารถแสดงสิทธิอันชอบธรรมและขอให้บุคคลอื่นแสดงตอบด้วยความยุติธรรมโดยไม่ทำลายสัมพันธ์ภาพ และสามารถขอร้อง อธิบาย หรือแนะนำซ้ำอีกครั้งเพื่อให้มีความชัดเจน

2. สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นเหมาะสม ก่อนได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.13 และเมื่อได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.14 มีความแตกต่างอยู่ถึง 1.00 แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงและมีพัฒนาการที่ดีขึ้น น้อยมากตามสมมติฐานเช่นกัน เนื่องจากก่อนได้รับการฝึกนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมนี้ไม่มีความสนิทสนมกันมาก่อน และผู้วิจัยเองก็เป็น คนแปลกหน้าคนหนึ่งเช่นกัน และยังมีพฤติกรรมที่ไม่กล้าแสดงออกอยู่หลายคน โดยเฉพาะด้านการเข้ากลุ่มกับเพื่อนๆ หรือด้านแสดงความคิดเห็นมักไม่ค่อยกล้าแสดงออก หรือออกมากกระทำกิจกรรมนั้นๆ ด้วยความประหม่า อายุ ไม่ยอมพูด หรือพูดแต่เสียงเบามาก อาจจะทำให้เกิดผลเสียแก่ตัวนักเรียนเองและส่งผลกระทบต่อสังคมส่วนรวมโดยอ้อม เมื่อนักเรียนได้รับการฝึกพฤติกรรมอย่างต่อเนื่องจนจบกระบวนการตามโปรแกรมที่ตั้งไว้ โดยให้ฝึกการออกไปพูดหน้าชั้นบ่อยๆ แสดงความคิดเห็นให้มากขึ้น และฝึกให้นักเรียนพูดแสดงความรู้สึกบ่อยๆ ซ้ำๆ จนทำให้นักเรียนเกิดความคุ้น ชิน และเริ่มสนิทสนมเชื่อใจในตัวเพื่อนด้วยตนเองในห้องเรียน และผู้วิจัยที่นำกิจกรรม ทำให้นักเรียน สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นเหมาะสม ทั้งวาจา ท่าทาง และอารมณ์ความรู้สึก

3. กล้าตอบคำถามครู -อาจารย์ด้วยวาจาที่จะฉานตรงไปตรงมา ก่อนได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.78 และเมื่อได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.16 มีความแตกต่างอยู่ถึง 0.38 แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงและมีพัฒนาการที่ดีขึ้นตามสมมติฐานในระดับปานกลาง เนื่องด้วยนักเรียนเกือบทุกคนจะมีความกลัวหรือไม่กล้าที่จะตอบคำถามครูอาจารย์ในสิ่งที่ตนไม่รู้หรือไม่มั่นใจ จะหลบเลี่ยงไม่มองตาหรือ เกิดความประหม่าในการตอบเป็นเรื่องปกติ และเมื่อต้องมา ทำกิจกรรมร่วมกัน โดยมาจากคนละห้องคนละกลุ่มกันนั้น จึงเป็นเรื่องปกติที่นักเรียนแต่ละคนจะไม่มี ความกล้าแสดงออกและกล้าที่จะซักถาม พูดคุย หรือแลกเปลี่ยนสิ่งต่างๆซึ่งกันและกัน ผู้วิจัยจึงต้องใช้ทฤษฎี การแสดงออกทางสีหน้าอย่างเหมาะสม (Use Appropriate Facial Talk) เป็นการแสดงออกทางใบหน้าและน้ำเสียงที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงและสามารถสบตาที่คู่สนทนาได้อย่างตรงไปตรงมา ซอลเตอร์ (พรรณรายทรัพย์ประภา. 2524: 48-50; อ้างอิงจาก Salten. 1949. *Conditioned reflex therapy*. p. 208) โดย

ใช้กิจกรรมละลายพฤติกรรมเข้ามาช่วยพัฒนาเป็นอันดับแรก ปูพื้นฐานไปพร้อมๆกัน สามารถเห็นพัฒนาการ การเรียนรู้และความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนได้เป็นอย่างดี ตั้งแต่ขั้นตอนแรกของการทำกิจกรรม ผู้วิจัยต้องเปิดใจและใส่ใจผู้เรียนเป็นอย่างมากเพราะผู้วิจัยต้องทำให้นักเรียนไวใจและเชื่อใจว่า ผู้วิจัยนั้นเป็นพวกเดียวกันกับพวกเขา สร้างความบันเทิง สนุกสนานครื้นเครงให้กับนักเรียน จะทำให้เขานั้นสบายใจ ไวใจ และผ่อนคลายไม่เกร็งในการทำกิจกรรม เมื่อทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องไปจนครบ จากนักเรียนส่วนมากที่ไม่กล้าซักถาม หรือตอบคำถามครูอาจารย์ ก็ค่อยๆ หายไปที่ละคนๆ จนทั้งกลุ่มเกิดความมั่นใจและกล้าแสดงออกมากขึ้น ไว้วางใจในตัวผู้วิจัยและคิดว่าสิ่งตนเองจะตอบหรือพูดออกไปนั้นไม่ผิด สามารถแสดงความคิดเห็นได้จึงทำให้นักเรียน กล้าตอบคำถามครู - อาจารย์ด้วยวาจาที่ฉะฉานตรงไปตรงมาได้เป็นอย่างดี

4. กล้าประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยการทำทางที่ปราศจากความวิตกกังวล ก่อนได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.29 และเมื่อได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.51 มีความแตกต่างอยู่ถึง 0.22 แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงและมีพัฒนาการที่ดีขึ้น ตามสมมติฐานอยู่ในระดับปานกลาง ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีการใช้การประสานสายตา (Eye Contact) ในขณะที่สนทนากันสามารถที่จะมองตามผู้ฟังได้ ซึ่งการประสานสายตานั้นมีความสำคัญมาก เพราะจะช่วยสะท้อนความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูดได้ในขณะเดียวกันทำให้ผู้พูดรู้ว่าผู้ฟังมีความสนใจในเรื่องที่กำลังสนทนากันมากน้อยเพียงใด หรือผู้ฟังมีความรู้สึกอย่างไร ซอลเตอร์ (พรรณราย ทรัพย์ประภา . 2524: 48-50; อ้างอิงจาก Salten. 1949. *Conditioned reflex therapy*. p. 208) การพูดประสานสายตากับคู่สนทนานั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมากต่อการสื่อสารเพราะเป็นการแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกผ่านมาจากสายตา ทำให้คู่สนทนาไวใจ ในคำพูดของเราและสัมผัสได้ถึงความรู้สึกที่แท้จริง ในช่วงแรกนักเรียนที่มาทำกิจกรรมก็ยังคงมีพฤติกรรมที่มีความประหม่า เกร็ง และไม่กล้าที่จะตอบโต้แสดงถึงความคิดความรู้สึก เพราะยังไม่คุ้นชินกับผู้วิจัยที่มาทำกิจกรรม จึงต้องใช้เวลาและโปรแกรมการฝึกขั้นแรกในการพัฒนาพฤติกรรม ในข้อนี้ โดยเริ่มการกิจกรรม ละลายพฤติกรรมก่อนเป็นอันดับแรก และใช้การพูดคุยกับนักเรียนให้มากขึ้น นำกิจกรรมการละครที่มีการโต้ตอบกันของบุคคลมาใช้ เช่นการเล่นบทบาทสมมติ ฝึกพูดในที่สาธารณะ เข้ามาช่วย ทำให้นักเรียนเกิดความเข้าใจในสิ่งที่ตนจะสื่อสารออกไป และเห็นถึงความสำคัญในการประสานสายตากับคู่สนทนาว่ามีความสำคัญอย่างไร สารที่เราส่งไปผู้ฟังสามารถรับรู้ได้หรือไม่ ทั้งตัวผู้ส่งและผู้รับได้เห็นพฤติกรรมและสายตาของกันและกัน ทำให้เกิดความมั่นใจมากขึ้น กล้าที่จะพูดมากขึ้น ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นว่า ในช่วงแรกที่นักเรียนยังมีความประหม่าไม่กล้าสบตาอยู่นั้น อาจเนื่องมาจากความกลัวที่จะพูดผิด ตอบผิด ความไม่คุ้นชินในชีวิตประจำวัน การประหม่าคนแปลกหน้าที่เข้ามารู้จักใหม่ในชีวิต ถึงทำให้ไม่กล้าสบสายตา แต่เมื่อได้รับการฝึกพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกอย่างต่อเนื่องด้วยโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผู้วิจัยได้ออกแบบไว้ ก็สามารถทำให้นักเรียนมีความ กล้าประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยการทำทางที่ปราศจากความวิตกกังวลที่ดีขึ้น

5. กล้ายกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สังสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วย น้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล กังวล ก่อนได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้า แสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.51 และเมื่อได้รับการ ฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.62 มีความแตกต่างอยู่ถึง 0.11 แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงและมีพัฒนาการที่ดีขึ้นตามสมมติฐาน ก่อนได้รับการฝึก กิจกรรมนักเรียนส่วนใหญ่จะไม่ค่อยมีความคิดเห็นเป็นของตนเองเมื่อครูพูดอย่างไร หรือเพื่อนในกลุ่มทำกิจกรรมอะไร ก็จะทำตามไปด้วยเป็นพฤติกรรมหมู่ที่แก้ไขไม่หาย หรือแม้กระทั่งคำพูดนั้นหรือการกระทำนั้นๆ จะเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง นักเรียนก็จะไม่มีการโต้แย้งใดๆ เพราะกลัวว่าพูดไปจะถูกดู ถูกว่า หรือไม่แสดงความคิดเห็นดีกว่า ปล่อยให้ผ่านไป ผู้วิจัยเห็นถึงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมนี้จึงได้นำเอาโปรแกรมการฝึกพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก เข้ามาพัฒนานักเรียนโดยเริ่มจากการพูดคุย นำนักเรียนไปละลายพฤติกรรม จับให้อยู่กันเป็นกลุ่ม ก่อนเพื่อความสัมพันธ์กันให้เร็วที่สุด ใช้การพูดคุย เล่าเรื่องถึงประสบการณ์ในด้านต่างๆของแต่ละคน โดยผู้วิจัยจะเป็นฝ่ายซักถามก่อน และให้นักเรียนเล่าไปเรื่อยๆ จนนักเรียนมีความคุ้นชินและไว้วางใจที่จะพูดหรือเล่าประสบการณ์นั้นๆ ให้ผู้วิจัยฟัง หลังจากนั้นก็นำไปทำกิจกรรมต่างๆตามโปรแกรม แต่สุดท้ายก่อนจะจบกิจกรรม ก็จะมีการล้อมวงกลม จำกัดพื้นที่ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรมนั้นๆ เพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรมและความรู้สึกที่ได้ร่วมกิจกรรม ทำให้นักเรียนผ่อนคลายและกล้าที่จะซักถามมากขึ้น กล้ายกมือขอความกระจ่างมากขึ้น แต่พฤติกรรมนี้อาจจะยังไม่เป็นที่พึงพอใจในระดับคะแนนเฉลี่ยของผู้วิจัย อาจจะเป็นเพราะนักเรียนมาจากคนละห้องกัน กิจกรรมที่ใช้ให้นักเรียนนำเอาไปพัฒนาทักษะทางด้านนี้ได้น้อย ผู้วิจัยมีเวลาในการทำกิจกรรมกับนักเรียนน้อยเกินไป ทำให้นักเรียนยังมีความประหม่า กลัว หรือหนึ่งนอนใจในการที่จะซักถาม ตอบโต้ ขอความกระจ่าง จึงทำให้ค่าเฉลี่ยทางการวิจัยออกมาเพียง 0.11

6. กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล ก่อนได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.67 และเมื่อได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.71 มีความแตกต่างอยู่ถึง 0.04 แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงและมีพัฒนาการที่ดีขึ้นตามสมมติฐาน พฤติกรรมของนักเรียนในกิจกรรมนี้มีค่าเฉลี่ยที่ค่อนข้างต่ำ เนื่องด้วยพื้นฐานของนักเรียนที่มาทำกิจกรรม ส่วนมากค่อนข้างเรียบร้อย ไม่ค่อยพูด ไม่ค่อยกล้าแสดงออก และกิจกรรมในโปรแกรมการฝึกพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกนั้นค่อนข้างมีความกระชับ รวดเร็ว ต้องเร่งทำกิจกรรมให้จบภายในเวลา 2 ชั่วโมง ผู้วิจัยจึงต้องเร่งใส่เนื้อหาในการทำกิจกรรมเพื่อที่จะได้ให้นักเรียนได้รับสารไปอย่างครบถ้วน จึงเป็นการเร่งการพัฒนา นักเรียนมากขึ้นไป นักเรียนบางคนที่มีความกล้าแสดงออกอยู่แล้วเป็นทุนเดิมก็จะมีพัฒนาการมากกว่านักเรียนที่เรียบร้อยไม่ค่อยพูด จึงทำให้ค่าเฉลี่ยที่ออกมาไม่ค่อยมีความต่างมากนักจากก่อนทำกิจกรรม และหลังทำกิจกรรม การฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่านักเรียนยังคงขาด การควบคุมความวิตกกังวล ความกลัว ของตนเองได้ ไม่สามารถยืนยันนิสัยที่ดีที่มีพึงได้ของตนเอง ไม่กล้าแสดงออกไม่เห็นด้วยโดยไม่รู้สึกผิดหรือรู้สึกไม่สบายใจในภายหลัง เพราะกลัวว่าถ้ายกมือแสดงความคิดเห็นแล้วจะดูเป็นตัวประหลาด ดูโต้แย้ง ดูไม่เห็นด้วย เป็นต้น

7. กล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี) ก่อนได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.07 และเมื่อได้รับการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออก ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.67 มีความแตกต่างอยู่ถึง -0.4 แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลง ที่ไม่ตรงตามสมมติฐาน และมีพัฒนาการที่ต่ำลง เนื่องจากการ พูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี) โดยความหมายที่แท้จริงจริงนั้นคือ สามารถพูดแสดงความรู้สึกด้วยเสียงดังพอสมควร ชัดเจน มีการสบตาคู่สนทนา ในการพูดเกี่ยวกับตนเอง สามารถกล่าวถึงสิ่งที่มีคุณค่าและน่าสนใจของตน ไม่ผูกขาดการสนทนา ไม่คุยโอ้อวด หรือหนึ่งเฉยคอยฟังแต่ผู้อื่นพูดอย่างเดี่ยวสบตากับผู้ที่พูดด้วย ไม่หลบสายตา พูดจาหักทลายปราชัย สามารถเริ่มกล่าวสนทนากับผู้อื่นก่อนได้ แต่ในขณะที่นักเรียนอยู่ในวัยรุ่นนั้น ย่อมเป็นเรื่องธรรมชาติที่จะพูดโอ้อวดหรือพูดในสิ่งที่ตนคิดว่าดี จนเกินตัว หรือบางคนอาจไม่กล้าพูดในสิ่งที่ตนคิดเลยก็ย่อมได้ เพราะอาจจะพื้นฐานการเลี้ยงดู และฐานะทางครอบครัวที่แตกต่างกัน ก็ทำให้การอบรมเลี้ยงดูของแต่ละครอบครัวแตกต่างกันไป นี้ ก็เรียนที่ทางครอบครัวมาจากคนที่มีฐานะร่ำรวยก็จะแสดงพฤติกรรมโอ้อวดได้มากกว่า ครอบครัวของนักเรียนที่ยากจน โดยการแสดงออกของนักเรียนที่ยากจนบางประเภทอาจจะไม่กล้าพูดถึงตนเองได้เลยเพราะอายุที่ครอบครัวจน หรือบางประเภทก็พูดโอ้อวดเกินความเป็นจริงกับฐานะครอบครัว เพื่อ สร้างเกราะคุ้มกันให้กับตนเอง และอยากยกระดับตนเองเพื่อให้เข้าไปอยู่ในสังคม กลุ่มเพื่อนที่ตนต้องการ โดยคิดว่าจะเป็นที่ยอมรับในสังคมนั้นๆ ค่าเฉลี่ยของงานวิจัยในพฤติกรรมนี้จึงเป็น คะแนนที่ติดลบ โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ -0.4 ผู้วิจัยจึงอยากแสดงค่าเฉลี่ยที่มีความแตกต่างกันในแต่ละข้อให้ผู้อ่านงานวิจัยเห็นว่างานวิจัยที่ออกแบบมานั้นไม่จำเป็นต้องประสบความสำเร็จเสมอไป อาจมีข้อผิดพลาดได้ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าเป็นการดีที่จะทำให้เราได้เรียนรู้และมีข้อปรับปรุงแก้ไขในครั้งต่อไป

ดังนั้นจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลรายชื่อที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น ในเรื่องการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร สามารถพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียน ได้ในระดับมากตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยผู้วิจัยได้สัมภาษณ์พูดคุยกับนักเรียนหลังจากการฝึกพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกเสร็จในทุกๆ ครั้ง นักเรียนได้ให้ความเห็นสอดคล้องกันว่าการเข้าร่วม การฝึกการพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกโดยใช้กิจกรรมการละครในครั้งนี้ได้รับความรู้มีประโยชน์และสามารถนำกลับไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างดี นอกจากจะได้รู้ บความรู้แล้ว ยังได้รับความสนุกสนานในระหว่างการฝึกด้วย

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้

จากผลการวิจัยเรื่อง ผลของการพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเป็นแนวทางสำหรับดังนี้

1. จากผลการวิจัยพบว่า การใช้กิจกรรมการละครต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกกล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล มีผลดีต่อนักเรียนในเรื่องการเปลี่ยนแปลงความคิดเห็นที่มีต่อตนเองรู้จักและวิเคราะห์ตนเองได้ ภาคภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าของตน มีความสามารถแสดงออกปราศจากความวิตกกังวล โดยเฉพาะในเรื่องของการแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นที่มีต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่งแก่ผู้อื่น มีการยอมรับ และเคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งเป็นการส่งเสริมพัฒนาด้านสติปัญญา อารมณ์ สังคมความเป็นผู้นำแก่นักเรียนโดยใช้วิธีการที่สนุกสนานมีบรรยากาศอบอุ่น ช่วยเหลือและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี และส่งเสริมด้านพุทธิพิสัย ทักษะพิสัย และจิตพิสัย ดังนั้นครูผู้สอนควรนำกิจกรรมการละครมาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในรายวิชาอื่นๆ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพแล้วยังช่วยสร้างสรรค์ให้นักเรียนมีคุณลักษณะของ คนดี คนเก่ง และมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับเจตนารมณ์ของแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติระยะที่ 4 (พ.ศ.2520-2524) ซึ่งมุ่งให้ผู้เรียนกล้าแสดงออกทั้งความคิดและการกระทำโดยให้ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง คิด เป็น ทำ เป็น และแก้ปัญหาเป็น ซึ่งเมื่อนักเรียนได้รับการพัฒนาแล้ว ผู้วิจัยเชื่อว่าจะช่วยทำให้นักเรียนเปลี่ยนแปลงจากพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกเป็นผู้ที่มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นในการช่วยนักเรียนให้สามารถปรับตนเองในกลุ่มเพื่อนได้ และเป็นพื้นฐาน นทาให้สามารถปรับตนเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาทั้งในปัจจุบัน และอนาคตอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2. จากผลการวิจัยพบว่า การใช้กิจกรรมการละคร ครูต้องเตรียมความพร้อมในส่วนของตน อันได้แก่ การทดลองการสอนและก ารจัดกิจกรรมก่อนนำไปใช้จริงเพื่อดูความเหมาะสมของกิจกรรม เวลาการสื่อสารของครู บทบาทของครูตลอดจนการเตรียมวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ให้พร้อมเพื่อความสะดวกความต่อเนื่องของการเรียนการสอน ในส่วนความพร้อมของนักเรียน ครูควรเลือกใช้กิจกรรมที่เหมาะสมอาจเลือกใช้กิจกรรมง่ายๆ เช่น เกมเป็นการนำเข้าสู่บทเรียน เพื่อทำให้นักเรียนได้ผ่อนคลายมีสมาธิ กระตุ้นผู้เรียนให้กระฉับกระเฉง สร้างบรรยากาศของการเรียนรู้ร่วมกัน

3. จากผลการวิจัยพบว่า สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ดีขึ้น ดังนั้นควรนำกิจกรรมการละครมาจัดการเรียนการสอนทางด้านภาษาซึ่งเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับธรรมชาติของรายวิชานี้ได้เป็นอย่างดี เพราะธรรมชาติของวิชาภาษาในทุกๆ วิชาเป็นวิชาที่ทักษะมุ่งเน้นการสื่อสารที่ดีทั้งด้านการฟัง การพูด การอ่านและการเขียน กิจกรรมการละครสามารถตอบสนองทักษะดังกล่าวได้โดยเป็นไปอย่างธรรมชาติสนุกสนาน มีลักษณะเหมือนไม่ได้เรียนแต่เรียน คือผู้เรียนจะเกิดการเรียนรู้ไปในตัวทำให้ไม่รู้สึกรู้สีก่อนหน้าช่วยเสริมสร้างเจตคติที่ดีต่อการพัฒนาความกล้าแสดงออกได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

หากจะมีการวิจัยเรื่องผลของการพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี ควรจะศึกษา ถึงผลของการใช้กิจกรรมการละครต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในการเรียนวิชาต่างๆ รวมถึงผลของการใช้กิจกรรมการละครต่อความกล้าแสดงออกซ้ำกับกลุ่มประชากรอื่นๆ เช่น นักเรียนสายวิทย์ สายภาษา หรือสายสังคม ประกอบศึกษาผลของการใช้กิจกรรมการละครแต่ละประเภท เพื่อนำไปพัฒนาและแก้ปัญหาให้นักเรียนเป็นรายบุคคล





บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

กมลรัตน์ หล้าสุวงษ์ (2530). จิตวิทยาสังคม กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ครูเกิด. (2556). แนวคิดเกี่ยวกับจิตวิทยาพัฒนาการ. สืบค้นเมื่อ 1 ธันวาคม 2556, จาก www.krookird.com/Jita07.

ชูศรี วงศ์รัตน์. (2541). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กล้วยณ์ เนียมทรัพย์ (2530). ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและบุคลิกภาพของนิสิตปริญญาตรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาคลินิก). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

ธนิกานต์ สิริพิเชียร. (2543). การเปรียบเทียบผลของการใช้บทบาทสมมติ เทคนิคแม่แบบ และกรณีตัวอย่าง เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสาร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเซนต์คาเบรียล กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ณรงค์เดช ชัยเนตร. (2545). ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดชัยชนะสงคราม เขตสัมพันธวงศ์กรุงเทพฯ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

พรทิพย์ ทรัพย์สิน. (2532). การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมวัดด่านสำโรง จังหวัดสมุทรปราการ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

พรรรัตน์ ดำรุง (2547). การละครสำหรับเยาวชนกรุงเทพฯ สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พรรรัตน์ ดำรุง . (2547). เอกสารประกอบการเรียนการสอน ละครเพื่อการพัฒนา . กรุงเทพฯ :
ภาควิชาศิลปการละคร คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พรรณาราย ทรัพย์ะประภา. (2538). การเปรียบเทียบผลของการใช้บทบาทสมมติกับการใช้กรณีตัวอย่างที่มีต่อทัศนคติการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดหนองหลวง อำเภอหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

----- (2524, สิงหาคม). "การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก". วานสารจิตวิทยา
คลินิก. 1(8): 47 - 65.

- พรรณาราย ทรัพย์ประภา. (2524, สิงหาคม - กันยายน). "การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก". *แนะแนว*. 15(76): 9 - 30.
- พิศมัย ถีตะแก้ว. (2542). *หลักสูตรประถมศึกษา*. กรุงเทพฯ: ฝ่ายเอกสารและตำราสถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- ไพโรพวรรณ ไชยววรรณ. (2537). *ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อลดพฤติกรรมการพูดที่ไม่เหมาะสม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคลองบางพรหมกรุงเทพมหานคร* ปรินญาณีพันธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ภิญญา กิจพัฒน์เจริญ. (2543). *การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองในการแสดงบนเวทีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร(ฝ่ายประถม)*. ปรินญาณีพันธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วัยรุ่ง. (2556). *สำนักส่งเสริมและพิทักษ์เยาวชน*. สืบค้นเมื่อ 1 ธันวาคม 2556, จาก ppy.opp.go.th/news/reportyouth/chapter2.
- วิไล ไชยปกรณ. (2532). *ผลของการฝึกอบรมพฤติกรรมแสดงออกที่มีผลต่อพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกของนักศึกษาปีที่ 1 วิทยาลัยครูพิบูลสงคราม จังหวัดพิษณุโลก*. ปรินญาณีพันธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต. (2526). *การปรับพฤติกรรม*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- (2536). *ทฤษฎีและปรับพฤติกรรม* กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สุมาลี อุดมผล. (2537). *ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามโปรแกรมของเคลลี่ต่อพฤติกรรมแสดงออกอย่างเหมาะสมของนักเรียนชั้นปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สดใส พันธุ์โกมล. (2542). *ศิลปะของการแสดง (ละครสมัยใหม่)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสภรณ์ นุชนาถ. (2542). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: สถาบันราชภัฏธนบุรี.
- หลุย จำปาเทศ. (2533). *จิตวิทยาสัมพันธ์*. กรุงเทพฯ: สามัคคีสาส์น.
- อารีย์ ลีลา. (2535). *ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านน้ำรอบ อำเภอลานสกก จังหวัดอุทัยธานี*. ปรินญาณีพันธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- Alberti, R.; & Emmons, M. (1982). *Your perfect right*. San Luis Obispo, CA: IMPACT.
- Fodor, Iris Goldstion. (1980). "Treatment of Communication Problems With Assertiveness Training," in *Handbook of Behavioral Intervention : A Clinical Guide*. New York: John Wiler and Sons, Inc.
- Kelley, Collen. (1979). *Assertion Training : A facilitator's guide*. La Jolla, California: University Associates.
- Sansbury, David L. (1974, October). "Assertive Training in Group". *The Personnel and Guidance Journal*. 53 (2): 118.
- Symond, Addington F. (1969). *Teaching Yourself Personality Efficiency*. London: The English University Press.
- Taylor, D. W. (1972). Treatment of excessive frequency of urination by desensitization. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 3 (8): 311 – 314.
- Willson, Brown Gwynne. (1994). *The Assertive Teacher*. Aldershot Hants, England: Brookfield, vt : Arena: ashate Pub. Co.
- Wilks, Carole; & Virginia, Coplan. (1977, April). "Assertive Training as A Confidence Building Technique". *The Personnel and Guidance Journal*. 55 (4): 460 – 464.
- Wolpe, Joseph. (1973). *The Practice of Behavior Therapy*. 2nd ed. New York: Pergamon Press.



ภาคผนวก ก

สื่อการเรียนรู้ (Lesson Plan)

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก



สื่อการเรียนรู้ (Lesson Plan)

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ตามที่คุณวิจัยได้ออกแบบ โปรแกรมการฝึกพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละครใน บทที่ 3 นั้น ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่และทดลองทำกิจกรรมดังกล่าวที่โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัด เพชรบุรี กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 1 ห้องเรียน ซึ่งมีนักเรียนที่เข้ารับการฝึกกิจกรรม จำนวน 45 คน เริ่มทำกิจกรรมในวันที่ 19 สิงหาคม พ.ศ.2557 มีการแบ่งกิจกรรมเป็น 4 ช่วง อย่างไรก็ตามในขั้นตอนของการลงพื้นที่ฝึกปฏิบัติจริง ผู้วิจัยได้พบปัญหามากมายและได้มีการปรับเปลี่ยนกิจกรรมที่จะนำมาใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยกิจกรรมการละคร โดยมีการบันทึกการทำงานเป็นลำดับ โดยเริ่มจากโปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก ครั้งที่ 1 – 8 ดังนี้

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกครั้งที่ 1 : สัปดาห์ที่ 1

วันที่ 19 สิงหาคม พ.ศ.2557

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
1	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกผ่อนคลาย เปิดใจ และเตรียมร่างกายให้พร้อมสำหรับการเรียน 2. เพื่อส่งเสริมการรู้จักกันของผู้เข้าร่วมกิจกรรม 3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีโอกาสเปิดเผยความเป็นตัวเอง 4. เพื่อก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 5. เพื่อเสริมสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตร 	<p>ละลายพฤติกรรม</p> <p>ice breaking</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเองโดยผ่านกิจกรรมการแนะนำตัวเป็นวงกลม โดยให้นักเรียนที่ละคนออกมาแนะนำตนเอง ผ่านท่าทางง่ายๆแสดงความเป็นตนเอง เพื่อให้ผู้อื่นจดจำตนเองได้ดียิ่งขึ้น 2. ผู้วิจัยทำกิจกรรม ละลายพฤติกรรม (ice breaking) กระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีโอกาสแสดงความเป็นตัวเองทำ ความรู้จัก และเปิดเผยตัวเอง 	<p>แลงริช (Langrish. 1986 : 72)</p> <p>การฝึกที่ทำให้บุคคลสามารถเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยความรู้สึกที่ดี และยอมรับตนเอง รวมถึงการเป็นสมาชิกในกลุ่มที่ดี เพื่อที่จะทำงานให้ลุล่วงจนเป็นผลสำเร็จ</p>

		<p>ออกมา โดยใช้เกมส์ สนุกสนานเข้า เหยยเปลี่ยน ฝา, ปฏิมากรรมสถานที่ เกมส์กลายร่าง เป็นต้น</p> <p>3. เมื่อบรรยากาศเริ่มอบอุ่น เป็นกันเองแล้วและทุกคนเริ่ม รู้จักกันมากขึ้น ผู้วิจัยจึงจะ ชี้แจงจุดมุ่งหมายของ กิจกรรมที่ทำไปก่อนหน้านั้น ว่าทำเพื่ออะไร</p>	
--	--	---	--

เป้าหมาย

การสร้างปฏิสัมพันธ์เบื้องต้นในกลุ่มของผู้เรียนทั้งหมด โดยใช้รูปแบบของกิจกรรมที่มีความ
สนุกสนาน เพื่อสร้างความผ่อนคลายและทำให้เกิดความสบายใจในการทำกิจกรรมร่วมกันในกลุ่ม
ของผู้เรียนทั้งหมด

วัตถุประสงค์

ผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักเรียนทั้ง 40 คน ได้เปิดใจ ลองพูดคุยแสดงความคิดเห็น
อภิปรายความคิดของตนเองสั้นๆ เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกผ่อนคลาย เปิดใจ และเตรียมร่างกายให้พร้อม
สำหรับการเรียน รวมไปถึงการรู้จักกันของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีโอกาส
เปิดเผยความเป็นตัวเอง ก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เสริมสร้างบรรยากาศ ที่เป็นมิตร
ในกิจกรรมหรือสถานการณ์ที่ผู้นำกิจกรรมสร้างขึ้น โดยเลือกนำเกมต่างๆ มาทำกิจกรรมทำ
ให้นักเรียนผู้ร่วมกิจกรรมเกิดความสนุก และไม่เครียดจนเกินไป

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม ครั้งละ 2 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ใช้

1. กิจกรรมแนะนำตนเองเป็นวงกลม โดยให้นักเรียนที่ละคนออกมาแนะนำตนเอง ผ่าน
ท่าทางง่ายๆ แสดงความเป็นตนเองในรูปแบบวงกลมทีละ 1 คนอย่างรวดเร็ว เพื่อให้ผู้อื่นจดจำตนเอง
ได้ดียิ่งขึ้น

2. กิจกรรมเกมส์ “ หอยเปลี่ยนฝา ” โดยผู้นำกิจกรรมทำการแบ่งนักเรียนเป็น 3 คน มี
โดยมีนักเรียนเป็นฝาหอย 2 คนและ เป็นตัวหอย 1 คน ลักษณะกิจกรรมที่ทำ คือให้นักเรียน 1 คน
ออกมาออกคำสั่งว่าจะให้เกิดสถานการณ์ใด เกิดขึ้น โดยจะมีสถานการณ์ทั้งหมด 3 สถานการณ์ คือ
หอยเปลี่ยนฝา , ฝาเปลี่ยนหอย และ หอยระเบิด โดยคำสั่งหอยเปลี่ยนฝาจะเป็นการที่ตัวหอยที่อยู่

ด้านใน เมื่อได้ยินคำสั่งต้องวิ่งออกไปเพื่อหาฝาใหม่ให้ทันเวลา ต่อมาเป็นคำสั่งฝาเปลี่ยนหอยจะเป็น การที่ตัวฝา 2 คนด้านนอก เมื่อได้ยินคำสั่งต้องวิ่งออกไปหาหอยตัวใหม่ให้ทันเวลาเช่นกัน และคำสั่ง สุดท้าย หอยระเบิด คือการที่ฝาหอยและหอย ทั้ง 3 คนต้องแยกออกจากกันเพื่อไปจับคู่ใหม่ ฝาหอย ใหม่ และ ตัวหอยใหม่ ให้ทันเวลา และในแต่ละครั้งจะต้องมีผู้ที่ไม่ได้คู่เกิดขึ้นทุกครั้ง ผู้นำกิจกรรมจะ ทำการหาคนที่ไม่มีคู่ ทั้งหมด 5 คนมาลงโทษทำายเกมส์ กิจกรรมนี้ มุ่งหวังให้นักเรียนเกิดความ สนุกสนานและไวใจซึ่งกันและกัน คลายความตึงเครียดและก่อให้เกิดการไวใจในผู้นำกิจกรรม

3. กิจกรรม “สร้างปฏิมากรรมสถานที่” โดยผู้นำกิจกรรมทำการแบ่งกลุ่มนักเรียน ออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน แล้วให้แต่ละกลุ่มออกมารับโจทย์จากผู้นำกิจกรรมว่าจะให้สถานที่ใด ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนเป็นคนคิดสถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจในจังหวัด ผ่านการแสดงท่าทาง ประกอบให้เป็นสถานที่นั้นๆ แล้วให้เพื่อนกลุ่มอื่นทายว่าเป็นสถานที่ใด กิจกรรมนี้มุ่งหวังให้นักเรียน ได้เสนอความคิดและสร้างจินตนาการในการใช้ท่าทางประกอบ เพื่อให้ผู้อื่นทราบ และค้นหา เอกลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล

4. กิจกรรม “เป่ายิงฉุบ” โดยที่ผู้นำกิจกรรมจะตั้งกติกาทั้งหมด 4 ระดับเป่าชนะก็เลื่อน ระดับไปเรื่อยๆ โดยเริ่มจากเด็ก ไปเป็นแม่บ้าน ไปเป็นครู และสุดท้ายไปเป็นผู้อำนวยการ แต่มีข้อ กำกััดว่าห้ามใช้เสียงหรือพูดบอกกล่าวใดๆว่าตนเองเป็นใคร ให้ใช้ได้เพียงท่าทางเท่านั้น กิจกรรมนี้ ส่งเสริมให้เด็กรู้จักการใช้ร่างกายในการสื่อสาร และความสนุกสนานในจินตนาการในการแสดง ท่าทางนั้นๆ

ปัญหาที่พบจากการทำกิจกรรม

1. ผู้วิจัยพบว่านักเรียนที่ร่วมกิจกรรมยังไม่กล้าแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็นของ ตนเองมากเท่าที่ควร อาจจะเป็นเพราะวันแรก เผลอรู้สึกเขินอาย ไม่คุ้นเคย และสังเกตว่าความเห็น ส่วนใหญ่มาจากกลุ่มคนที่กล้าแสดงออกเพียงกลุ่มเดียว
2. ผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมจะถอยห่างและไม่ให้ความสนใจในกิจกรรมที่เน้นการพูดคุยหรือ ออกความเห็น
3. ผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมเกิดความกังวล เนื่องจากกลัวการตอบคำถามที่ขัดแย้ง-ไม่เหมือน เพื่อนหรือคิดว่าเป็นคำตอบที่ผิด
4. กิจกรรมที่ออกแบบมาไม่ได้สร้างความผ่อนคลายและสร้างความไว้วางใจให้กับผู้มีส่วน ร่วมในกิจกรรมเท่าที่ควร

วิธีการแก้ไข้ปัญหา

- ผู้วิจัยปรับกิจกรรมโดยเน้นการขยับร่างกายและสร้างความตื่นตัว และสอดแทรกประเด็นเพื่อหลีกเลี่ยงความกังวลของผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรม อีกทั้งเพื่อให้เกิดความผ่อนคลายและความสนุกสนานในการร่วมกิจกรรมมากขึ้น ประมาณ 15-20 นาที ทุกครั้งก่อนการเริ่มกิจกรรม
- ผู้วิจัยพัฒนางานกลุ่ม: พื้นที่ปลอดภัย เท่าเทียม ที่ทุกคนต่างนับถือและเคารพกัน เพื่อให้เกิดความเชื่อใจกัน อีกทั้งจัดระบบ การแบ่งช่วงเวลาชัดเจนขึ้น เพิ่มกิจกรรมที่เน้นการขยับร่างกาย จิตใจ กิจกรรมเล่นเกมคละกัน และสร้างวงกลมที่มีเงื่อนไข เพื่อรับฟังแลกเปลี่ยนกัน

สิ่งที่ผู้วิจัยเรียนรู้

- ก่อนการเริ่มกิจกรรมทุกครั้งต้องมีเกม สร้างความสนุก เพื่อให้ผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรม เกิดสติ และสมาธิในการอยู่กับกลุ่ม ผ่านการเล่น
- ก่อนที่จะเริ่มกิจกรรมกับเด็กกลุ่มนี้ควรสร้างความเชื่อใจ ความไว้วางใจ และความสบายใจมากกว่านี้ก่อนจะนำไปสู่กิจกรรมแลกเปลี่ยนหรือแสดงความคิดเห็น เนื่องจากผู้วิจัยคิดว่าได้รู้จักเด็ก ๆ ตั้งแต่มาครั้งที่แล้ว ทำให้ในครั้งนี้อาจไม่ได้ทำกิจกรรมเกมที่สร้างสมาธิ ความเชื่อใจให้กับผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมก่อนการเริ่มกิจกรรม ซึ่งจำเป็นที่ต้องทำทุกครั้ง
- ผู้วิจัยต้องให้ความสนใจเด็กกลุ่มนี้อย่างเท่าเทียมไม่เช่นนั้นเด็กที่ไม่ได้รับความสนใจจะเริ่มถอยห่าง เนื่องจากผู้วิจัยเริ่มต้นกิจกรรม โดยที่ผู้ร่วมกิจกรรมยังไม่ได้มีสมาธิในกลุ่ม จึงสนใจน้อยและไม่อยากให้ความร่วมมือ
- ผู้วิจัยไม่ควรคาดหวังคำตอบจากผู้มีส่วนร่วม รวมไปถึงผู้วิจัยควรสร้างบรรยากาศให้เป็นกันเองและสร้างความผ่อนคลายมากกว่ามุ่งประเด็นอย่างโจ่งแจ้ง
- การเริ่มต้นที่ไม่สร้างความเชื่อใจในกลุ่มหรือสร้างวินัยในการทำงานร่วมกัน หรือวงกลมที่เท่าเทียมกันทำให้ผู้มีส่วนร่วม เห็นว่ากิจกรรมนี้ก็เหมือนกิจกรรม ครู-นักเรียน ปรกติ ไม่สนใจแสดงความคิดเห็น และทำให้ผู้วิจัยต้องพยายามผลักดันเพื่อให้ได้คำตอบ และพยายามคาดคั้นเอาคำตอบซึ่งเมื่อทำไปแล้ว ทำให้ผู้มีส่วนร่วมเกิดความไม่ใส่ใจเพราะรู้สึกว่าคุณบังคับให้ตอบ
- กิจกรรมที่เหมาะสมกับเด็กกลุ่มนี้ควรเป็นกิจกรรมที่เน้นการขยับร่างกายเพื่อสร้างความตื่นตัวให้กับผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรม และใช้วิธีสอดแทรกประเด็นที่ผู้วิจัยสนใจเข้าไปเพื่อหลีกเลี่ยงความกังวลของผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรม โดยเริ่มจากการสร้างวินัยกลุ่มให้ทุกคนสนุก มีสมาธิในการพัฒนากิจกรรมร่วมกัน และปรับให้มีการใช้เกม เพื่อสร้างสมาธิกับกิจกรรมที่เตรียมมา

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกครั้งที่ 2 : สัปดาห์ที่ 1

วันที่ 21 สิงหาคม พ.ศ.2557

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
2	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะใช้เครื่องมือของนักแสดง คือ ร่างกาย การหายใจ และการเคลื่อนไหว 2. เพื่อให้ผู้เรียนทำร่างกายและจิตใจ ให้มีสมาธิและฝึกการจดจำเลียนแบบ 3. เพื่อให้ผู้เรียนเกิดจินตนาการขั้นพื้นฐาน 	<p>การเคลื่อนไหวร่างกาย</p> <p>Movement</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยนำกิจกรรมเข้าจังหวะ ไม่ว่าจะ เป็น Movement การใช้ทักษะการเคลื่อนไหว หรือรวมไปถึง การเต้น (Dancing) เข้ามาช่วยในการฝึกการจดจำ และใช้ร่างกายอย่างถูกต้องเหมาะสม 2. ผู้วิจัยเลือกเพลงที่จะมาใช้ในการกิจกรรมการฝึกครั้งนี้ โดยใช้เพลงที่มีจังหวะจดจำและทำตามได้ง่าย เพื่อให้ผู้เรียน รู้สึกไม่ยากเกินไปที่จะจดจำและเลียนแบบ 	<p>โพลเดอร์ (Fodor. 1980 : 504-508)</p> <p>การแสดงตัวแบบ (Modeling) ผู้นำการฝึกจะสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผู้รับการฝึกและผู้เข้ารับการฝึกอื่นๆ สานิตหรือแสดงแบบอย่างให้ดู</p>

เป้าหมาย

ผู้เรียนได้รู้จักร่างกายของตนเองมากขึ้น เพื่อที่จะสามารถใช้ร่างกายของตนเคลื่อนไหวเข้าจังหวะได้อย่างมีทักษะและประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์

ผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ให้นักเรียนทั้ง 40 คน ได้รู้ถึงระบบการเคลื่อนไหวของร่างกายอย่างถูกต้องซึ่งเป็นลักษณะของการเคลื่อนไหวของร่างกายที่ควบคู่ไปพร้อมกับการปล่อยลมหายใจ เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจและรู้จักร่างกายของตนเองมากขึ้น ผ่านการนำเพลงเข้ามาเป็นสื่อช่วยเพื่อสร้างจังหวะเป็นตัวผนวกกับการเคลื่อนไหว เพื่อเสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหวอย่างสนุกสนาน

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม ครั้งละ 2 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ใช้

1. กิจกรรมอบอุ่นร่างกาย วอร์ม ยืดเส้นยืดสาย สร้างความยืดหยุ่น
2. กิจกรรมเคลื่อนไหวพร้อมลมหายใจ
 - ให้นักเรียนยืนกระจายตัวในห้อง เว้นระยะห่างเท่าๆกัน ยืนกางแขนออก หลังตาห้าม ลืมกันอายุ ทำสมาธิ เปิดดนตรีเสียงคลื่นให้ฟัง
 - ค่อยๆบรรยาย บอกว่าทุกคนอยู่กลางทะเลลึก ทุกคนเป็นปะการังกลางทะเล (เล่าบรรยายกาศและบรรยายให้เห็นภาพ)
 - ค่อยๆให้นักเรียนเคลื่อนไหวช้าๆตามความรู้สึกและภาพในหัวที่จินตนาการถึงการเป็นปะการัง พร้อมกับการหายใจเข้าออก
 - พูดบรรยายเพิ่มเติมว่ามีคลื่นซัดแรง เพื่อให้เปลี่ยนการเคลื่อนไหวไปเรื่อยๆ
 - ผู้ฝึกสามารถเข้าไปจับ กอด พลัก โดยปล่อยให้ผู้เรียนเคลื่อนไหวไปตามความรู้สึก
 - ค่อยๆบอกว่าคลื่นสงบ ค่อยๆปิดเพลง ค่อยๆลืมตา
3. กิจกรรมเข้าจังหวะ เปิดเพลงสนุกๆ สอนท่าเต้นสองแปด ให้นักเรียนจำแล้วเต้นตามอย่างถูกต้องและคล่องแคล่ว

ปัญหาที่พบจากการทำกิจกรรม

นักเรียนบางส่วนไม่ค่อยให้ความร่วมมือมากนักเนื่องจาก ไม่มีสมาธิและไม่เชื่อในสิ่งที่ผู้นำกิจกรรมให้ทำ จะมีการลืมหืมตามองคนข้างๆบ้าง กลัวทำท่าเก๋เกียดบ้าง หัวเราะเพื่อนบ้าง จึงทำให้การฝึกช่วงแรกเป็นไปอย่างตืดๆขัด แต่พอทำไปเรื่อยๆเปลี่ยนเรื่องเปลี่ยนจินตนาการในการเล่า นักเรียนก็สามารถทำได้ดีขึ้นๆในแต่ละครั้ง

วิธีการแก้ไขปัญหา

แต่พอให้นักเรียนมีสมาธิมากขึ้น จับตาดูมากขึ้น และพูดในสิ่งที่เค้าสามารถคิดตามได้ เปลี่ยนเรื่องเล่า เปลี่ยนเรื่องให้จินตนาการ ในครั้งต่อไปนักเรียนผู้ร่วมกิจกรรมก็มีพัฒนาการที่ดีขึ้นเรื่อยๆตามลำดับ

สิ่งที่ผู้วิจัยเรียนรู้

ผู้วิจัยต้องพูดคุยกับนักเรียนให้มากขึ้น สอบถามสิ่งที่สนใจและไม่สนใจ ฟังเสียงข้างมาก และเรียนรู้พฤติกรรมของนักเรียน และเรียนรู้ประสบการณ์ที่ผ่านมานักเรียน จะทำให้การทำกิจกรรมนี้เป็นไปอย่างง่าย เพราะเราจะสร้างจินตนาการให้กับนักเรียนเราจึงต้องเรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน และทำให้เค้าเปิดรับสิ่งใหม่ๆจินตนาการใหม่ๆค่อยๆเล่า ค่อยๆให้นักเรียนคิดตาม ดูไปที่ละขั้นตอน

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกครั้งที่ 3 : สัปดาห์ที่ 2

วันที่ 26 สิงหาคม พ.ศ.2557

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
3	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกการหายใจ ที่เป็นระบบ 2. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกการใช้ น้ำเสียงที่เหมาะสมกับสถานการณ์ 3. เพื่อให้ผู้เรียนรู้ถึงระดับความหนักเบา ความนุ่มหรือหยวบกระด้าง ของเสียงที่จะแสดงความรู้สึกออกมา 4. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้ที่จะ ฟังการพูดของผู้อื่นมากยิ่งขึ้น 	<p>การออกเสียง</p> <p>Voice Projection</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยจะทำการฝึก ในนักเรียนเรียนรู้เรื่องการหายใจที่ถูกต้องไ้ระดับความหนักเบาของการออกเสียง 2. ผู้วิจัยจะทำการฝึก โดยการใช้เสียงสร้างภาพ (Voice Through image) คือ การเอาบทละครมาให้ นักเรียนอ่านและเลือกข้อความหรือคำพูดที่ตนเองชอบมา 1 ประโยค เพื่อเป็นการฝึกการอ่านและออกเสียงให้ตรงกับอารมณ์ของตัวละคร 	<p>อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวโรจน์. 2527: 30-31 ; อ้างอิงจาก Alberti and Emmons. 1978. <i>Aguide to assertive behavior</i>. P. 247)</p> <p>น้ำเสียงและระดับเสียง (Tone of Voice and Volume)การใช้ระดับเสียง และน้ำเสียงที่สอดคล้องกับเรื่องราวที่สนทนาจะเป็น การชักจูงให้ผู้ฟังเชื่อถือ ตั้งใจฟังและสนใจที่จะฟัง</p>

เป้าหมาย

ผู้เรียนเข้าใจการใช้เสียงอย่างถูกต้อง โดยผ่านรูปแบบการเปล่งเสียงในลักษณะต่างๆ ที่ถูกต้องตามลักษณะของร่างกาย พร้อมกับการใช้ความรู้สึกควบคู่ไปพร้อมกับการเปล่งเสียง เพื่อเกิดการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพที่สุด

วัตถุประสงค์

ผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ให้นักเรียนทั้ง 40 คน ฝึกการออกเสียงอย่างถูกวิธี โดยเริ่มจากการรู้ที่มาของเสียง รู้จักจุดกำเนิดเสียงเพื่อการเปล่งเสียงออกมาอย่างถูกวิธีโดยไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย รวมไปถึงการใช้เสียงในรูปแบบต่างๆที่เปลี่ยนไปตามอารมณ์และความรู้สึก ทำให้ผู้เรียนสามารถสื่อสารกับคนภายนอกได้อย่างตรงกับความต้องการ

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม ครั้งละ 2 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ใช้

1. **กิจกรรมเปล่งเสียง** เป็นการวอร์มเสียงไปพร้อมกับการใช้ลมหายใจ โดยการยืนชิดผนัง ตัวติดราบบไปกับผนัง ตัวและหัวตั้งตรง มองจุดโฟกัสหนึ่งจุดตรงหน้าและใช้การเปล่งเสียงออกมาจากท้องพุ่งเสียงตรงไปยังจุดที่โฟกัสพร้อมกับพุ่งป่อง (หายใจเข้าท้องแฟบหายใจออกท้องป่อง) นับเป็นเซท เซทละ 10 ครั้ง

2. **กิจกรรมใช้เสียงสร้างภาพ** ผู้นำกิจกรรมเล่าเรื่องขึ้นมา 1 เรื่องโดยให้เด็กนักเรียนพูดตามโดยใช้เสียงที่แตกต่างกันไป ทั้งตัวผู้ร้าย ตัวนางเอก หรือตัวพระเอก และใช้เสียงสร้างอารมณ์ความรู้สึกเข้าไปที่ละชั้นๆ โดยการพูดประโยคซ้ำๆ แต่เปลี่ยนอารมณ์ทำให้เด็กนักเรียนเรียนรู้ที่จะสื่อสารโดยใช้เสียงที่เหมาะสมกับสถานการณ์ได้เป็นอย่างดี

ปัญหาที่พบจากการทำกิจกรรม

นักเรียนยังมีความเขินอายอยู่บ้าง เปล่งเสียงค่อนข้างเบา และยังไม่เข้าใจถึงเสียงที่เปล่งออกมา แต่พอทำไปเรื่อยๆ ใช้เรื่องราวที่เล่าเป็นตัวช่วยในการพัฒนาจินตนาการของนักเรียน นักเรียนจึงเกิดความเข้าใจมากขึ้นและใช้เสียงได้ดีขึ้นตามสถานการณ์ที่อยู่ข้างหน้า

วิธีการแก้ไขปัญหา

นักเรียนต้องได้รับการฝึกการออกเสียงบ่อยๆ พร้อมทั้งฝึกการหายใจ ในการเปล่งเสียง ฝึกควบคุมอารมณ์ให้คงที่สม่ำเสมอ และเรียนรู้ที่จะรับฟังให้มากขึ้น เมื่อฟังมากขึ้นก็จะมีเวลาคิดประมวลผลมากขึ้นก่อนที่จะเอ่ยวาจาคำพูดออกไป

สิ่งที่ผู้วิจัยเรียนรู้

ควรเลือกเนื้อเรื่องที่มีความแตกต่างของอารมณ์ค่อนข้างมาก จะทำให้ผู้เรียนเห็นความแตกต่างระหว่างอารมณ์และน้ำเสียงอย่างชัดเจน จะทำให้เป็นเครื่องมือในการสอนนักเรียนที่ดีมีความหลากหลายและเห็นพัฒนาการของนักเรียนได้ดียิ่งขึ้น

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกครั้งที่ 4 : สัปดาห์ที่ 2

วันที่ 28 สิงหาคม พ.ศ.2557

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
4	<p>1. เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ สะท้อนอารมณ์ ความรู้สึก และช่วยดึงจุดความสนใจของผู้ฟังให้สามารถฟังนิทานได้จนจบเรื่อง</p> <p>2. เพื่อให้ให้นักเรียนฝึกการจดจำ รวมไปถึงสร้างสมาธิที่ดีในสถานการณ์ต่างๆ</p> <p>3. ฝึกให้ผู้เรียนมีความมั่นใจในการที่จะแสดงท่าทางออกมาในทันที (Pure Acting) ให้สอดคล้องกับลักษณะตัวละคร</p> <p>4. เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกการเรียนรู้ในการประสานสายตาต่อผู้ฟัง</p>	<p>การเล่านิทาน</p> <p>Story telling</p> <p>คือการนำเสนอเรื่องราวในนิทานโดยใช้เทคนิควิธีการ และสื่อวัสดุอุปกรณ์ประกอบในการเล่า</p> <p>1. ผู้วิจัยนำนิทานอีสปที่มีความยาวสั้นๆ ประมาณ 8 หน้ามาให้ผู้เรียนได้ฝึกการอ่านออกเสียง ดูอักขระวิธีรวมไปถึงการใช้โทนเสียงของผู้เรียนว่ามีความเหมาะสมกับเรื่องราวที่อ่านมาหรือไม่</p> <p>2. ผู้วิจัยเพิ่มระดับความยากขึ้นโดยนำนิทานอีกเรื่องหนึ่งซึ่งมีความยากและซับซ้อนของตัวละครมากยิ่งขึ้นแล้วให้ผู้เรียนฟังและจดจำเรื่องราวที่เล่าให้ฟังอย่างดี</p> <p>3. ให้นักเรียนจับกลุ่มและเล่าเรื่องที่ผู้วิจัยได้เล่าให้ฟังก่อนหน้าจนจบ โดยจะดูถึงสมาธิการจดจำและ (Pure Acting) ที่แสดงออกมาโดยทันที</p>	<p>อัลเบอร์ตติ และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวโรจน์. 2527 : 30-31)</p> <p>การแสดงท่าทาง (Postures)</p> <p>การแสดงทางใบหน้า (Facial Expression)</p> <p>น้ำเสียงและระดับเสียง (Tone of Voice and Volume)</p> <p>การฟัง (Listening)</p> <p>การประสานสายตา (Eye Contact)</p>

เป้าหมาย

ผู้เรียนสามารถสื่อสารเรื่องราวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผ่านการออกเสียงที่ถูกต้องตามอักขระชัดเจน พร้อมทั้งถ่ายทอดความรู้สึกของเรื่องราวที่เล่าให้ผู้ฟังเข้าใจผ่านการใช้น้ำเสียงที่สื่ออารมณ์ สร้างความหมายของเรื่องราวที่เล่าได้อย่างน่าสนใจ

วัตถุประสงค์

ผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักเรียนทั้ง 40 คน ฝึกการเล่าเรื่องโดยใช้ทักษะการจับใจความ เพื่อสื่อสารออกมาเป็นนิทานได้อย่างเข้าใจ รวมไปถึงฝึกการเล่านิทานร่วมกันเป็นกลุ่ม ซึ่งถ่ายทอดออกมาในรูปแบบของการแสดงท่าทาง เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจของผู้เรียน ฝึกการกล้าแสดงออก ผ่านการสื่อสารเรื่องราว ทำให้เกิดความน่าสนใจของเรื่องราวที่ต้องการเล่า

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม ครั้งละ 2 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ใช้

1. กิจกรรมเล่าเรื่องราว เอนิทานอีสปฝึกการเล่าเรื่อง การจับใจความ การออกเสียง
2. กิจกรรมแสดงเรื่องราว เล่านิทานให้เด็กฟัง ให้เด็กไปจับกลุ่ม แล้วออกมาเล่าเรื่องราว พร้อมกับการแสดงออกให้เห็นภาพผ่านการแสดง

ปัญหาที่พบหลังจากการทำกิจกรรม

พบว่านักเรียนบางคนยังมีความเขินอายอยู่บ้างที่เล่าเรื่องโดยสวมบทบาทเป็นตัวละครนั้นๆ ในนิทาน และนักเรียนบางส่วนที่มีความกล้าแสดงออกมากจะเป็นจุดเด่นขึ้นมาโดยไม่นำพากันไปทั้งกลุ่ม มีความเหลื่อมล้ำและแบ่งแยกชัดเจน กับ นักเรียนบางคนยังตีความเนื้อเรื่องที่ออกมาเล่าไม่แตกฉานทำให้เวลาเล่าอารมณ์ความรู้สึกจะไม่ตรงกับน้ำเสียงที่เปล่งออกมา

วิธีการแก้ไขปัญหา

ก่อนอื่นผู้วิจัยต้องทำการวอร์มอัพร่างกาย เปิดเพลงสนุกสนานให้นักเรียนได้ผ่อนคลายเป็นการบริหารท่าออกกำลังกายง่ายๆก่อนเริ่มทำกิจกรรม ให้ความเวลาในการฝึกและเตรียมตัวของนักเรียนให้เพิ่มขึ้น หรือ ให้เป็นการบ้านไปฝึกซ้อมกันมาก่อนที่จะมาแสดงต่อหน้าเพื่อนๆเพื่อเพิ่มความมั่นใจและเชี่ยวชาญในการเล่ามากยิ่งขึ้นและคอยพูดให้กำลังใจเด็ก ๆ ทุกครั้งที่เด็กทำดี อย่าตำหนิมาก จนเด็กรู้สึกกดดัน จะเป็นการเสริมสร้างและช่วยในเรื่องของพัฒนาการได้ดียิ่งขึ้น

สิ่งที่ผู้วิจัยเรียนรู้

การใช้นิทานเป็นเครื่องมือในการพัฒนามีส่วนช่วยได้ดีมากเนื่องจากนิทานมีตัวละครที่หลากหลาย นักเรียนมีความสนใจที่แตกต่างกันที่จะเป็นตัวละครใด ๆ ในเรื่องที่ตนเองจะออกมาเล่า ทำให้เห็นอารมณ์ ความรู้สึก ผ่านเสียงที่ออกมาเล่าเรื่องราว พร้อมทั้งยังได้เห็นสีหน้าท่าทางของนักเรียนที่พยายามจะแสดงออกมาให้เข้ากับเนื้อเรื่องนั้น ๆ

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกครั้งที่ 5 : สัปดาห์ที่ 3

วันที่ 2 กันยายน พ.ศ.2557

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
5	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้การพูดในที่สาธารณะอย่างเหมาะสมกับ สถานที่ บุคคล และเวลา 2. เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจถึงระดับของภาษาในการใช้ ออกไป 3. เพื่อให้ผู้เรียนมีความกล้าแสดงออกทางการพูด โดยพูดอย่างฉะฉาน ไม่ติดขัด 	<p>การพูดในที่สาธารณะ</p> <p>Public Speaking</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยนำข่าวต่างที่แตกต่างกันด้านเนื้อหาเรียงลำดับจากการอ่านยากที่สุดไปหาง่ายที่สุดเช่นข่าวในพระราชสำนัก ข่าวกีฬา และข่าวบันเทิง มาให้ผู้เรียนได้ทดลองอ่านออกเสียงเพื่อเป็นการวัดความเข้าใจและการอ่านเนื้อหาที่ถูกต้องเหมาะสม 2. ผู้วิจัยเปิดวิดีโอที่เนื้อหาการพูดที่ไม่เหมาะสมรุนแรง หยาบคาย มาให้ผู้เรียนเห็นถึงตัวอย่างที่ไม่ดีและไม่ควรทำตาม 3. ผู้วิจัยทดสอบการพูดในที่สาธารณะกับผู้เรียน โดยทดลองให้ผู้เรียนออกไปแนะนำตนเองหน้าชั้นเรียนเป็นความยาว 20 บรรทัด 4. ผู้วิจัยให้การบ้านผู้เรียนกลับไป ฝึกพูดจนคล่องแคล่วและกลับมาพูดใหม่ในการฝึกครั้งต่อไป 	<p>แลงก์ และจาคูโบสกี (ระวิวรรณ แก้วคงทอง. 2539 : 42 ; อ้างจาก Lange and Jakubowski. 1976. Responsible assertive behavior. p. 195)</p> <p>สอนให้ผู้รับการฝึกแยกแยะความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกกับพฤติกรรมอื่นๆ</p> <p>โพลเดอร์ (Fodor. 1980 : 504-508)</p> <p>การให้คำแนะนำ (Coaching)</p> <p>การแสดงตัวแบบ (Modeling)</p> <p>การทำกรบ้าน (Assigning Homework)</p> <p>พรรณราย ทรัพย์ะประภา (2527 : 70-75)</p> <p>การเขียนบทพูด (Assertive Script)</p>

เป้าหมาย

ผู้เรียนมีความกล้าพูดต่อหน้าที่สาธารณะ โดยพูดอย่างเข้าใจถึงธรรมชาติที่ถูกต้องและเหมาะสมของการพูดอย่างมีกาลเทศะ

วัตถุประสงค์

ผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักเรียนทั้ง 40 คน ฝึกทักษะการพูดต่อหน้าที่สาธารณะ ซึ่งประกอบไปด้วยทักษะของระดับภาษาที่จะใช้สื่อสารและความเหมาะสมของการเลือกใช้คำที่จะพูด เพื่อให้ผู้เรียนพูดต่อหน้าที่สาธารณะชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และกลายเป็นผู้พูดที่ดี

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม ครั้งละ 2 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ใช้

1. กิจกรรมฝึกการพูด นำบทความหรือข่าวมาให้ผู้เรียนฝึกพูด เพื่อสังเกตทักษะการอ่านและการพูดของผู้เรียน และให้คำแนะนำเพื่อการแก้ไข
2. กิจกรรมอบรมความเหมาะสม เปิดวิดิทัศน์ เนื้อหาการพูดที่ไม่เหมาะสม รุนแรง หยาดคาย ให้ผู้เรียนเห็นถึงตัวอย่างที่ไม่ดีและให้คำแนะนำ
3. กิจกรรมพูดต่อหน้าที่สาธารณะ ให้ผู้เรียนออกมาพูดต่อหน้าที่สาธารณะเป็นเวลา 2 นาที โดยแบ่งเป็น 2 หัวข้อ คือ 1.พูดแนะนำตัวเอง เป็นหัวข้อการพูดต่อหน้าที่สาธารณะอย่างง่ายที่สุด สังเกตการสื่อสารและความกล้าแสดงออก และ 2. พูดเล่าเรื่องที่เสียใจหรือดีใจที่สุด เป็นการฝึกการพูดที่ใช้ความรู้สึกร่วม พัฒนาทักษะการพูดในอีกระดับ

ปัญหาที่พบหลังจากการทำกิจกรรม

นักเรียนมีเกิดการประหม่า พูดติด ๆ ขัด ๆ และนักเรียนบางคนยังเรียบเรียงคำพูดก่อนหลังได้ดีเท่าที่ควร ไม่รู้ว่าจะลำดับเหตุการณ์สำคัญอะไรก่อนหลังดี จึงเกิดความวิตกกังวล มีถึงขั้นปากสั่น ขาสั่น เพราะประหม่า ส่วนนักเรียนบางคนทำได้ดีตั้งแต่ครั้งแรก และบางคนก็หิบบยกเอาคาแรคเตอร์ของบุคคลที่ชื่นชอบมาเป็นตัวอย่างและเลียนแบบทำตาม เป็นต้น

วิธีการแก้ไขปัญหา

ก่อนอื่นผู้วิจัยต้องทำการวอร์มอัพร่างกาย เปิดเพลงสนุกสนานให้นักเรียนได้ผ่อนคลายเป็นการบริหารท่าออกกำลังกายง่าย ๆ ก่อนเริ่มทำกิจกรรม ให้นักฝึกพูดหน้ากระจก ลำดับเรื่องราวก่อนหลังให้ดีในสิ่งที่จะพูด ทดลองกับเพื่อนในกลุ่มหรือลองพูดกับคนหมู่มากให้เกิดความคุ้นชินเวลามาพูดหน้าชั้นหรือในที่สาธารณะจะได้ไม่เกิดการประหม่า และจะทำให้นักเรียนเกิดความมั่นใจมากยิ่งขึ้นและคอยพูดให้กำลังใจเด็ก ๆ ทุกครั้งที่เด็กทำดี อย่าตำหนิมาก จนเด็กรู้สึกกดดัน จะเป็นการเสริมสร้างและช่วยในเรื่องของพัฒนาการได้ดียิ่งขึ้น

สิ่งที่ผู้วิจัยเรียนรู้

การพูดในที่สาธารณะนั้นไม่ใช่เรื่องง่ายสำหรับทุกคน บางคนมีประสบการณ์มาไม่เหมือนกัน นักเรียนบางคนกล้าพูดกล้าคุย กล้าแสดงออกก็อาจจะพูดได้ไหลลื่นไม่ติดขัด แต่เชื่อว่าทุกคนจะพูดได้ดี หากขาดการเตรียมตัวและลำดับเรื่องราวที่จะพูดก่อนหลังให้ดี ส่วนนักเรียนที่ค่อนข้างประหม่าต้องให้ฝึกพูดมากขึ้น ให้อุเพื่อนนักเรียนที่เก่งเป็นตัวอย่าง ไม่ใช่ดูแล้วกดดัน และดูเพื่อก่อให้เกิดแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเองต่อไป

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกครั้งที่ 6 : สัปดาห์ที่ 3

วันที่ 4 กันยายน พ.ศ.2557

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
6	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าอย่างเหมาะสมและมั่นใจ 2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการฟังและฝึกการโต้ตอบกับคู่สนทนาอย่างเหมาะสม 3. เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกการเรียนรู้ในการประสานสายตาต่อผู้ฟัง 	<p>การแสดงสด Improvisation</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยกำหนดสถานการณ์หนึ่งมาให้ผู้เรียนจินตนาการตามและแสดงออกมาตามที่ตนคิดในสถานการณ์นั้นๆ 2. ผู้วิจัย สลับให้ผู้เรียนสวมบทบาทที่ต่างออกไปจากที่เคยแสดงออกมา 3. ผู้วิจัยให้ผู้เรียนฝึกสลับสับเปลี่ยนบทบาทและทำซ้ำๆไปมาจนเกิดความมั่นใจ 	<p>อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวโรจน์. 2527: 30-31)</p> <p>การแสดงท่าทาง (Postures)</p> <p>การแสดงทางใบหน้า (Facial Expression)</p> <p>น้ำเสียงและระดับเสียง (Tone of Voice and Volume)</p> <p>การฟัง (Listening) การประสานสายตา (Eye Contact)</p>

เป้าหมาย

ผู้เรียนสามารถแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าอย่างมีสติ โดยใช้ความคิดและจินตนาการ โดยแก้ไขปัญหาด้วยการใช้การฟังและการพูดโต้ตอบ

วัตถุประสงค์

ผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ นักเรียนทั้ง 40 คน ฝึกการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลหากเกิดเรื่องราวที่ไม่คาดคิด ผ่านการคิดวิเคราะห์อย่างฉับพลัน เสริมสร้างสมาธิในการแก้ปัญหากรณีเร่งด่วน

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม ครั้งละ 2 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ใช้

1. ผู้วิจัยกำหนดสถานการณ์ต่างๆหนึ่งมาให้ผู้เรียนจินตนาการตามและแสดงออกมาตามที่ตนคิดในสถานการณ์นั้นๆ
2. ผู้วิจัย สลับให้ผู้เรียนสวมบทบาทที่ต่างออกไปจากที่เคยแสดงออกมา
3. ผู้วิจัยให้ผู้เรียนฝึกสลับสับเปลี่ยนบทบาทและทำซ้ำๆไปมาจนเกิดความมั่นใจ

ปัญหาที่พบหลังจากการทำกิจกรรม

นักเรียนไม่สามารถเล่นได้เนื่องจากขาดประสบการณ์ และ มีความเขินอายเป็นส่วนมากไม่กล้าทำตามบทบาทที่ให้ หรือนักเรียนคนไหนที่กล้ามาก ๆ ก็จะแสดงออกมาอย่างเกินความพอดีใช้วิธีการตะเบงเสียงใส่ ไม่ได้ออกมาจากความรู้สึกข้างในจริงๆ ทำให้นักเรียนเกิดความสับสนว่าอะไรถูกอะไรผิดทำแบบนี้จะถูกหรือไม่ อย่างไร ต้องทำหน้าที่อย่างไรใช้เสียงอย่างไรจึงจะเหมาะสมกับสถานการณ์ และสภาพแวดล้อมที่มีแต่เพื่อน พร้อมกับเสียงหัวเราะที่คอยสอดแทรกมาเป็นระยะๆ ทำให้ไม่มีสมาธิ และที่สำคัญคือนักเรียนขาดประสบการณ์จากการชมงานละคร ไม่สามารถคิดเร็ว ทำเร็ว แก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าได้ เนื่องจากความกลัว เป็นหลัก กลัวผิด กลัวโดนล้อ กลัวเสียงหัวเราะ เป็นต้น และด้วยเวลาที่จำกัดในแต่ละครั้งทำให้ผู้วิจัยต้องหยิบกิจกรรมมาใส่ให้ครบตามกระบวนการ จึงเป็นการเร่งนักเรียนเกินไปที่จะเรียนรู้ภายในระยะเวลา 2 ชั่วโมง

วิธีการแก้ไข้ปัญหา

ก่อนอื่นผู้วิจัยต้องทำการวอร์มอัพร่างกาย เปิดเพลงสนุกสนานให้นักเรียนได้ผ่อนคลายเป็นการบริหารท่าออกกำลังกายง่ายๆก่อนเริ่มทำกิจกรรม จากนั้นผู้วิจัยต้องทำการพูดคุยกับเด็กนักเรียนก่อนเป็นอันดับแรก ลำดับเหตุการณ์เล่าเรื่องในสิ่งที่จะให้เล่น หรือสถานการณ์ที่จะให้เด็กทดสอบให้นักเรียนเข้าใจอย่างท่องแท้ สงสัยให้ยกมือถาม และทั้งช่วงเวลาทำสมาธิให้กับนักเรียนได้ทำการลองฝึกลองถูกกับตนเองก่อนสักประมาณ 20 นาที ก่อนเริ่มทดสอบ และคอยพูดให้กำลังใจเด็ก ๆ ทุกครั้งที่เด็กทำดี อย่าตำหนิมาก จนเด็กรู้สึกกดดัน จะเป็นการเสริมสร้างและช่วยในเรื่องของพัฒนาการได้ดียิ่งขึ้น

สิ่งที่ผู้วิจัยเรียนรู้

การทดสอบโดยใช้วิธีการให้นักเรียนมาแสดงแบบสด แสดงกิริยาตามสถานการณ์ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นทำให้ผู้เรียนรู้จักการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าอย่างเหมาะสมและมั่นใจอย่างเห็นได้ชัด ให้ผู้เรียนรู้จักการฟังและฝึกการโต้ตอบกับคู่สนทนาอย่างเหมาะสมกล้าที่จะประสานสายตาคู่ผู้ฟังได้เป็นอย่างดี

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกครั้งที่ 7 : สัปดาห์ที่ 4

วันที่ 9 กันยายน พ.ศ.2557

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
7	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความพัฒนาที่มากขึ้นทางด้าน ร่างกาย การหายใจ และการเคลื่อนไหว 2. เพื่อให้ผู้เรียนมีสมาธิและฝึกการจดจำเลียนแบบ 3. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกการแสดงออกทางสีหน้าอย่างเหมาะสม 4. เพื่อเสริมแรงให้ผู้เรียนมีความมั่นใจในตนเองที่จะกล้าแสดงออกในที่สาธารณะ 	<p>Musical Moment</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้ผู้เรียนฝึกกิจกรรมการเต้นและร้องไปพร้อมกันโดยใช้เพลงและบทละครจากกิจกรรมเดิมที่ผู้วิจัยเคยให้ฝึกไปในครั้งก่อนนั้นนำมาพัฒนาให้เกิดความเชี่ยวชาญขึ้น และมั่นใจขึ้น 2. ให้การบ้านแก่ผู้เรียนโดยการให้โจทย์ในการฝึกการพัฒนาความกล้าแสดงออกไปเพื่อจะมาแสดงให้ดูในกิจกรรมครั้งต่อไป 	<p>อัลเบอร์ตติ และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. 2527: 30-31)</p> <p>การแสดงท่าทาง (Postures)</p> <p>การแสดงทางใบหน้า (Facial Expression)</p> <p>น้ำเสียงและระดับเสียง (Tone of Voice and Volume)</p> <p>การฟัง (Listening) การประสานสายตา (Eye Contact)</p> <p>โพลเดอร์ (Fodor. 1980 : 504-508)</p> <p>การให้คำแนะนำ (Coaching)</p> <p>การแสดงตัวแบบ (Modeling)</p> <p>การทำกรบ้าน (Assigning)</p>

เป้าหมาย

ผู้เรียนกลายเป็นผู้ที่กล้าแสดงออกได้อย่างมีความมั่นใจ โดยมีทักษะการสื่อสารที่ดี ผ่านทางการพูด การร้องเพลง และการเคลื่อนไหว

วัตถุประสงค์

ผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักเรียนทั้ง 40 คน ได้ฝึกทักษะการแสดงออกขั้นสูง ซึ่งประกอบไปด้วยการร้องเพลงและการแสดง เป็นทักษะเพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในตัวของผู้เรียนให้มีเพิ่มมากขึ้น โดยภายนอกเพื่อที่จะทำให้ผู้เรียนกลายเป็นคนที่กล้าแสดงออก ไม่เขินอายเวลาอยู่ต่อหน้าที่สาธารณะ และภายในเพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้สึกกล้าและพร้อมจะเผชิญต่อทุกสิ่งในวันข้างหน้าต่อไป

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม ครั้งละ 2 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ใช้

ผู้วิจัยให้ผู้เรียนฝึกกิจกรรมการเต้นและร้องไปพร้อมกันโดยใช้เพลงและบทละครจากกิจกรรมเดิมที่ผู้วิจัยเคยให้ฝึกไปในครั้งก่อนนั้นในการแสดงสด หรือ กิจกรรมเล่นิทาน แล้วนำมาพัฒนาให้เกิดความเชี่ยวชาญขึ้น และมั่นใจขึ้น โดยการเสริมสร้างบทเพลงขึ้นไปแต่งขึ้นมาเพื่อให้เข้ากับเนื้อเรื่อง โดยให้การบ้านกับเด็กนักเรียนไปทำการฝึกซ้อมมาใช้เวลาประมาณกลุ่มละ 10 นาที

ปัญหาที่พบหลังจากการทำกิจกรรม

นักเรียนกังวลกับบทละครที่จะแสดงและเนื้อร้องที่เพิ่มเข้ามาและไหนจะการแสดงอารมณ์ความรู้สึกกับบทละครที่เตรียมมา และความเขินอาย ที่ผสมปนเปกันไปทั้งหมด ทำให้เด็กเกิดความกังวล ช่วงแรกๆจะทำผิดๆถูกๆ แต่พอเริ่มทำไปเรื่อยๆค่อยๆเป็น ค่อยๆไป ก็สามารถทำออกมาได้ดี บรรยากาศในห้องเรียนสนุกสนาน ไม่ตึงเครียด กลายเป็นละครตลกมากกว่าที่จะต้องมาพิถีพิถันเรื่องของความถูกต้อง การแสดงอารมณ์ความรู้สึกแบบจริงจัง เพียงแค่นักเรียนได้ฝึก ได้เรียนรู้และผ่อนคลายไปตึงเครียดก็พอ และด้วยเวลาที่จำกัดในแต่ละครั้งทำให้ผู้วิจัยต้องหยิบกิจกรรมมาใส่ให้ครบตามกระบวนการ จึงเป็นการเร่งนักเรียนเกินไปที่จะเรียนรู้ภายในระยะเวลา 2 ชั่วโมง

วิธีการแก้ไขปัญหา

ก่อนอื่นผู้วิจัยต้องทำการวอร์มอัพร่างกาย เปิดเพลงสนุกสนานให้นักเรียนได้ผ่อนคลายเป็นการบริหารท่าออกกำลังกายง่ายๆก่อนเริ่มทำกิจกรรม จากนั้นผู้วิจัยต้องชี้แจงจุดประสงค์การเรียนรู้ให้ชัดเจนว่าต้องการอะไร ไม่จำเป็นต้องจริงจังทางการแสดงขนาดนั้น อยากให้ทุกคนเข้าใจแก้ไข ปัญหาเฉพาะหน้าได้ เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ สนุกสนานไปกับสิ่งที่ทำ และคอยพูดให้กำลังใจเด็ก ๆ ทุกครั้งที่เด็กทำดี อย่าตำหนิมาก จนเด็กรู้สึกกดดัน จะเป็นการเสริมสร้างและช่วยในเรื่องของพัฒนาการได้ดียิ่งขึ้น

สิ่งที่ผู้วิจัยเรียนรู้

กิจกรรม Musical Moment ทำให้ผู้เรียนมีความพัฒนาที่มากขึ้นทางด้าน ร่างกาย การหายใจ และการเคลื่อนไหวผู้เรียนมีสมาธิและฝึกการจดจำเลียนแบบได้มากยิ่งขึ้นพร้อมไปกับฝึกการแสดงออกทางสีหน้าอย่างเหมาะสมเสริมแรงให้ผู้เรียนมีความมั่นใจในตนเองที่จะกล้าแสดงออกในที่สาธารณะได้เป็นอย่างดี

โปรแกรมการฝึกการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกครั้งที่ 7 : สัปดาห์ที่ 4

วันที่ 11 กันยายน พ.ศ.2557

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รูปแบบกิจกรรม	ทฤษฎีที่นำมาใช้
8	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อเป็นการวัดการพัฒนากล้าแสดงออกของผู้เรียนทั้งหมดที่ได้ทำกิจกรรม 2. เพื่อเป็นการสร้างความมั่นใจในการแสดงออกของผู้เรียนในการเรียนรู้จากสถานการณ์จริง 	Showcase <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัยให้ผู้เรียนแสดงศักยภาพที่ได้ฝึกฝนมา ทำการแสดงให้เห็นเพื่อเป็นการประเมินผลของกิจกรรมทางการละครว่าสามารถทำให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาขึ้นได้หรือไม่ 	

เป้าหมาย

อยากให้ผู้เรียนนำกิจกรรมการเรียนรู้ทั้งหมดไปใช้ให้เกิดประโยชน์ผ่านการแสดงที่สร้างสรรค์ เพื่อจะสามารถนำไปใช้พัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของตนเองในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นการวัดการพัฒนากล้าแสดงออกของผู้เรียนทั้งหมดที่ได้ทำกิจกรรม
2. เพื่อเป็นการสร้างความมั่นใจในการแสดงออกของผู้เรียน ในการเรียนรู้จากสถานการณ์จริง

กิจกรรมที่ใช้ การแสดงกิจกรรมสร้างสรรค์ของนักเรียนทั้งหมด 1 ชุด

ปัญหาที่พบหลังจากการทำกิจกรรม

นักเรียนมีความตื่นเต้นและประหม่าบ้างเป็นส่วนน้อย ด้วยระยะเวลาที่จำกัด มีเวลาเตรียมตัวน้อย จึงทำให้นักเรียนค่อนข้างเป็นกังวล

วิธีการแก้ไขปัญหา

ใช้เวลากับเด็กให้มากขึ้น ให้เด็กแชร์ประสบการณ์การเรียนรู้และประมวลออกมาว่าจะทำกิจกรรมอะไร และเลือกไปให้นักเรียน เพื่อเป็นการลดความตึงเครียดในการเลือกกิจกรรม และควรมหากิจกรรมที่เน้นความสนุกสนาน และต้องทำได้ร่วมกันหลายๆคนเพื่อจะได้วัดพัฒนาการของนักเรียนแต่ละคนได้อย่างชัดเจน

สิ่งที่ผู้วิจัยเรียนรู้

กิจกรรมการแสดงผลงานเป็นการวัดผลของผู้วิจัยกับตัวนักเรียนที่ได้ทำกิจกรรมกันมาตลอดระยะเวลาเกือบ 2 เดือน ผ่านกิจกรรมต่างๆได้รับแบบฝึกหัดต่างๆจากผู้นำกิจกรรมที่สลับหมุนเวียนกันไปตามความถนัดและเชี่ยวชาญของกิจกรรมนั้นๆ กิจกรรมการแสดงนี้จึงเป็นตัววัดผลถึงความคิดสร้างสรรค์ของเด็กๆดูพัฒนาการความกล้าแสดงออกตั้งแต่วันแรกจนถึงวันสุดท้าย ทำให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้ถึงความภาคภูมิใจในตัวนักเรียนที่เราเป็นผู้สร้างขึ้นมา ค่อยพัฒนาเค้าขึ้นมา จนทำให้เกิดการแสดงผลงานนี้เกิดขึ้น





ภาคผนวก ข

1. แบบประเมินวัดผลสัมฤทธิ์พฤติกรรม
2. เกณฑ์การให้คะแนน

แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก

คำชี้แจง

พฤติกรรมความกล้าแสดงออก หมายถึงลักษณะหนึ่งของบุคคลที่สามารถแสดงความคิดและความรู้สึกต่าง ๆ ออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งด้านภาษา ท่าทาง ใบหน้า น้ำเสียง รวมไปถึงการประสานสายตาต่อผู้อื่นที่สนทนาด้วยอย่างเหมาะสมและเป็นธรรมชาติโดยปราศจากความวิตกกังวล และสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง จำแนกออกเป็นพฤติกรรมในการประเมินเป็น 7 พฤติกรรม ดังนี้

1. กล้าตอบคำถามครู-อาจารย์ด้วยวาจาที่ฉะฉานตรงไปตรงมา
2. กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล
3. กล้ายกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล
4. แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม
5. กล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี)
6. สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น
7. กล้าประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวล

โปรดกาเครื่องหมาย ✓ เพื่อระบุน้ำหนักพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนแต่ละคนลงในช่องที่มีพฤติกรรมแต่ละด้านกำกับอยู่
สำหรับความหมายของแต่ละด้าน มีดังนี้

5	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมมากที่สุด	(5 คะแนน)
4	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมมาก	(4 คะแนน)
3	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมปานกลาง	(3 คะแนน)
2	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมน้อย	(2 คะแนน)
1	หมายถึง	แสดงพฤติกรรมน้อยมากที่สุด	(1 คะแนน)

แบบประเมินวัดผลสัมฤทธิ์พฤติกรรม

การพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

โรงเรียน เบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร

ชื่อผู้ถูกประเมิน.....วันที่.....ครั้งที่.....

ข้อ	พฤติกรรม	คะแนนของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น					หมายเหตุ
		5	4	3	2	1	
1.	กล้าตอบคำถามครู-อาจารย์ด้วยวาจาที่ จะฉานตรงไปตรงมา						
2.	กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่ ฉาน ปราศจากความวิตกกังวล						
3.	กล้ายกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วย น้ำเสียงที่ฉาน ปราศจากความวิตกกังวล						
4.	แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่าง ซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วย วาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม						
5.	กล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการ สื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี)						
6.	สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือ ความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับ สถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น						
7.	กล้าประสานสายตา กับคู่สนทนาด้วย ด้วย กิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวล						
	รวม						

ลงชื่อชื่อผู้ประเมิน

(.....)

เกณฑ์การให้คะแนน

1. กล้าตอบคำถามครู-อาจารย์ด้วยวาจาที่จะฉานตรงไปตรงมา คือ เมื่อครูผู้สอนซักถามในกระบวนการสอนที่สอนไป นักเรียนสามารถตอบคำถามทันทีที่ได้โดยไม่แสดงอาการประหม่า ทั้งช่วงเวลาในการคิดที่จะตอบนานเกินไป มีอาการเขินอายไม่กล้าที่จะลุกขึ้นตอบคำถาม (Lange and Jakubowski 1970, อ้างใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาวณิช, 2541)

- 5 คะแนน สำหรับนักเรียนที่ตอบโดยทันทีและตอบด้วยวาจาที่จะฉาน
- 4 คะแนน สำหรับนักเรียนที่ตอบโดยทันทีแต่มีวาจาที่ติดขัดๆ
- 3 คะแนน สำหรับนักเรียนที่ลุกตอบคำถามแต่ยังเขินอายที่จะตอบแต่ตอบได้
- 2 คะแนน สำหรับนักเรียนที่ลุกตอบคำถามแต่ยังเขินอายที่จะตอบและตอบด้วยวาจาที่ติดขัดๆ
- 1 คะแนน สำหรับนักเรียนที่ไม่กล้าตอบคำถามเขินอายที่จะตอบและตอบด้วยวาจาที่ติดขัดๆ

2. กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล เมื่อถึงสถานการณ์ที่จะต้องพูดแสดงความคิดเห็น แสดงคำอภิปราย หรือรายงานเรื่องต่างๆในสิ่งที่ตนคิด ต่อหน้าคนหมู่มาก ไม่ว่าจะเป็นในที่ประชุม หน้าชั้นเรียน หรือกลุ่มเพื่อนด้วยตนเอง จะแสดงพฤติกรรมที่มีความเชื่อมั่น พูดจาฉาน ปราศจากความกังวล ลำดับเรื่องราวการพูดก่อนหลังได้เป็นอย่างดี ซอลเตอร์ (พรรณราย ทรรศยะประภา. 2524: 48-50; อ้างอิงจาก Salten. 1949. *Conditioned reflex therapy*. p. 208) คือ เมื่อ

- 5 คะแนน สำหรับนักเรียนที่ยกมือแสดงความคิดเห็นโดยทันทีและใช้วาจาที่จะฉาน
- 4 คะแนน สำหรับนักเรียนที่ยกมือแสดงความคิดเห็นโดยทันทีแต่มีอาการประหม่าเล็กน้อยและมีวาจาที่ค่อยข้างฉาน
- 3 คะแนน สำหรับนักเรียนที่เกิดความลังประหม่าก่อนจะยกมือแสดงความคิดเห็นและมีวาจาที่ค่อยข้างติดขัด
- 2 คะแนน สำหรับนักเรียนที่เกิดความลังเล คิดนาน ประหม่าไม่กล้าจะแสดงความคิดเห็นในทันทีและวาจาที่ติดขัด
- 1 คะแนน สำหรับนักเรียนที่ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นเขินอายที่จะพูดและปล่อยผ่านเหตุการณ์นั้นไป

3. กล้ายกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วย น้ำเสียงที่จะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล คือ เมื่อครูผู้สอนได้ถ่ายทอดกระบวนการสอนไปที่ไม่ให้ความกระจ่างหรือเร็วจนเกินไป นักเรียนเกิดความสงสัยและมีความเห็นที่ไม่ตรงกับครูผู้สอน กล้าที่จะยกมือสอบถามและขอความกระจ่างในสิ่งที่ตนไม่สนใจและแสดงความคิดเห็นว่าทำไมถึงเป็นเช่นนั้นด้วยวาจาที่สุภาพฉานไม่เกิดความกลัวครูจะว่า หรือวิตกกังวลว่าสมควรที่จะถามหรือไม่ โดยแสดงอารมณ์ที่เป็นธรรมชาติปราศจากความวิตกกังวล (สมโภชน์ เอี่ยมสุภานิต. 2541; อ้างอิงจาก Lange; & Jakubowski. 1970)

- 5 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองกล้ายกมือขอความกระจ่าง ใช้วาจาฉานดีมาก ในการพูดโดยมีสีหน้าที่เป็นธรรมชาติไม่แสดงอาการวิตกกังวล
- 4 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองกล้ายกมือขอความกระจ่าง ใช้วาจาค่อนข้างดี ดัดขัดบ้างเล็กน้อยในการพูดและมีสีหน้าที่เป็นธรรมชาติไม่แสดงอาการวิตกกังวล
- 3 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่ไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเอง ใช้วาจาดีสลับกับดัดขัดๆ ในการพูดแต่พูดจนจบเรื่องที่จะสื่อสาร โดยมีสีหน้าที่แสดงอาการวิตกกังวลออกมาเล็กน้อย
- 2 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่ไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเอง เหงื่อไหล ใช้วาจาดีดัดๆ ในการพูดแต่พูดจนจบเรื่องที่จะสื่อสาร โดยมีสีหน้าที่แสดงอาการวิตกกังวลออกมาเป็นอย่างมาก
- 1 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่ไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเองเลย เหงื่อไหล มือสั่น ใช้วาจาดีดัดๆ เกิดความประหม่าในการพูด และพูดสื่อสารออกมาไม่ตรงจุด โดยมีสีหน้าที่แสดงอาการวิตกกังวลเป็นอย่างมาก

4. แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็นธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยาที่เหมาะสม คือ การพูดแสดงความรู้สึกของตนที่ชัดเจน ตรงไปตรงมา การแสดงสีหน้าที่เหมาะสมและลักษณะน้ำเสียงสอดคล้องกับความรู้สึกที่แท้จริง ยอมรับคำชมเชยอย่างจริงใจ ยอมรับคำติชมด้วยความรู้สึกสบายใจ สามารถให้ข้อคิดเห็นหรือข้อวิจารณ์แก่ผู้อื่นด้วยท่าทีที่สุภาพไม่ก้าวร้าว และพูดด้วยความจริงใจและปรารถนาดี (ชญา ไชยเทพ. 2544; อ้างอิงจาก Clark. 1978)

- 5 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีวาจาในการพูดที่เป็นธรรมชาติมาก ๆ มีสีหน้าในการแสดงอารมณ์ความรู้สึก หรือแสดงความคิดเห็นตรงกับความรู้สึกในขณะสนทนากับบุคคลอื่น
- 4 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีวาจาในการพูดที่เป็นธรรมชาติพอสมควร มีสีหน้าในการแสดงอารมณ์ความรู้สึก หรือแสดงความคิดเห็นตรงกับความรู้สึกในขณะสนทนากับบุคคลอื่น
- 3 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีวาจาในการพูดที่เป็นธรรมชาติน้อย มีสีหน้าไม่ค่อยตรงกับ การแสดงอารมณ์ความรู้สึก หรือแสดงความคิดเห็นในขณะสนทนากับบุคคลอื่น
- 2 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีวาจาในการพูดที่ไม่เป็นธรรมชาติ มีสีหน้าที่ไม่ค่อยตรงกับ การแสดงอารมณ์ความรู้สึก หรือความคิดเห็นในขณะสนทนากับบุคคลอื่น
- 1 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีวาจาในการพูดที่ขาดความเป็นธรรมชาติ สื่อสารไม่ตรงกับ การแสดงอารมณ์ความรู้สึก หรือแสดงความคิดเห็นในขณะสนทนากับบุคคลอื่น

5. กล่าวพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิงบวก (พูดดี คิดดี ทำดี) คือ นักเรียนสามารถพูดเรื่องของตนเองได้โดยปราศจากความอึดอัด เป็นมิตร เพื่อสะท้อนคุณค่าในตนเองในด้านดีให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจในสิ่งที่ตนจะสื่อสาร เป็นการแสดงความเชื่อมั่นในตนเองกล้าแสดงออกถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในสิ่งที่ตนทำไป

- 5 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่สามารถพูดเรื่องของตนเองได้โดยปราศจากความอึดอัด เป็นมิตร ในการสะท้อนคุณค่าในตนเองในด้านดีให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจในสิ่งที่ตนจะสื่อสารอย่างเป็นธรรมชาติ
- 4 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่สามารถพูดเรื่องของตนเองได้โดยปราศจากความอึดอัด เป็นมิตร ในการสะท้อนคุณค่าในตนเองในด้านดีให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจในสิ่งที่ตนจะสื่อสารอย่างไม่เป็นธรรมชาติเท่าที่ควร ยังมีความกังวลอยู่บ้าง
- 3 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่สามารถพูดเรื่องของตนเองได้ แต่ยังมีความอึดอัดอยู่บ้างเล็กน้อย ดูไม่เป็นมิตรเท่าที่ควร ในการสะท้อนคุณค่าในตนเองในด้านดีให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจในสิ่งที่ตนจะสื่อสารอย่างไม่เป็นธรรมชาติเท่าที่ควร ยังมีความกังวลอยู่บ้าง
- 2 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่สามารถพูดเรื่องของตนเองได้ แต่มีความอึดอัดในสิ่งที่ตนพูด ดูไม่เป็นมิตรเท่าที่ควร ในการสะท้อนคุณค่าในตนเองในด้านดีให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจในสิ่งที่ตนจะสื่อสารอย่างไม่เป็นธรรมชาติเท่าที่ควร ยังมีความกังวลอยู่บ้าง
- 1 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่ไม่สามารถพูดเรื่องของตนเองได้ ถ้าพูดจะแสดงความอึดอัดในสิ่งที่ตนกำลังพูดอยู่เสมอ ดูไม่เป็นมิตร ในการพูดสะท้อนคุณค่าในตนเองในด้านดีให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจในสิ่งที่ตนจะสื่อสารอย่างไม่เป็นธรรมชาติ

6. สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัวของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น) คือ นักเรียนสามารถควบคุมความวิตกกังวล ความกลัว อารมณ์ประหม่า และความโกรธได้ โดยการที่สามารถจัดกับความวิตกกังวลในการแสดงความคิดเห็นโดยไม่รู้สึกผิด หรือรู้สึกไม่สบายใจในภายหลัง สามารถจัดความกลัวที่เกิดจากความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลว่าทำไปจะผิดหรือไม่ ครูจะดูว่ากล่าวตนหรือไม่ และจัดความโกรธที่ยอมรับฟังข้อเสียดีเสียของเราจากบุคคลอื่น โดยมีความสามารถในการดำเนินการสนทนา ยุติการสนทนา หรือกล่าวคำปฏิเสธได้ถูกต้องเหมาะสมกับเวลาและสถานการณ์ (วิชญา ไชยเทพ. 2544; อ้างอิงจาก Clark 1978)

- 5 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่เหมาะสม ควบคุมอารมณ์ได้ดี โดยไม่แสดงอาการที่ไม่เหมาะสม โดยสังเกตจากสีหน้าท่าทางในสถานการณ์ที่แสดงถึงความตื่นเต้น ประหม่ากลัว หรือวิตกกังวล
- 4 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่เหมาะสม ควบคุมอารมณ์พอใช้ โดยแสดงอาการที่ไม่เหมาะสมออกมาบ้าง โดยสังเกตจากสีหน้าท่าทางในสถานการณ์ที่แสดงถึงความตื่นเต้น ประหม่ากลัว หรือวิตกกังวล
- 3 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่ค่อนข้างเหมาะสม ควบคุมอารมณ์ที่แสดงอาการออกมาพอใช้ได้ โดยสังเกตจากสีหน้าท่าทางในสถานการณ์ที่แสดงถึงความตื่นเต้น ประหม่ากลัว หรือวิตกกังวล
- 2 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่ค่อนข้างไม่เหมาะสม ควบคุมอารมณ์ที่แสดงอาการออกมาไม่ค่อยได้ โดยสังเกตจากสีหน้าท่าทางในสถานการณ์ที่แสดงถึงความตื่นเต้น ประหม่ากลัว หรือวิตกกังวล
- 1 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ควบคุมอารมณ์ที่แสดงอาการออกมาไม่ได้ โดยสังเกตจากสีหน้าท่าทางที่ตื่นกลัวในสถานการณ์ที่แสดงถึงความตื่นเต้น ประหม่ากลัว หรือวิตกกังวล

7. กล้าประสานสายตากับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยาท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวล คือ ในขณะที่สนทนากันนักเรียนสามารถที่จะมองตาผู้ฟังหรือผู้พูดได้โดยไม่ขัดเขิน ซึ่งการประสานสายตานั้นมีความสำคัญมาก เพราะจะช่วยสะท้อนความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนที่พูดได้ดี ในขณะเดียวกันก็ทำให้นักเรียนที่เป็นผู้พูดรู้ว่าผู้ฟังหรือคู่สนทนาด้วยนั้นมีความสนใจในเรื่องที่กำลังสนทนากันด้วยหรือไม่ มากน้อยเพียงใด หรือผู้ฟังมีความรู้สึก หรือสีหน้าท่าทางอย่างไร

ซอลเตอร์ (พรรณราย ทรัพย์ะประภา. 2524: 48-50; อ้างอิงจาก Salten. 1949. *Conditioned reflex therapy*. p. 208)

- 5 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่สามารถประสานสายตาในขณะที่สนทนากับผู้อื่นที่เป็นคู่สนทนาได้โดยไม่ชัดเขิน
- 4 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่สามารถประสานสายตาในขณะที่สนทนากับผู้อื่นที่เป็นคู่สนทนาได้โดยหลบตาบ้างและมีอาการเขินเล็กน้อย
- 3 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่ไม่ค่อยกล้าประสานสายตาในขณะที่สนทนากับผู้อื่นที่เป็นคู่สนทนาได้โดยหลบตาบ้างและมีอาการเขินเล็กน้อย
- 2 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่ไม่ค่อยกล้าประสานสายตาในขณะที่สนทนากับผู้อื่นที่เป็นคู่สนทนาได้โดยมองไปทางอื่นสลับกับมองอย่างอื่นบนใบหน้าแทนการประสานสายตาดตลอดเวลาและมีอาการเขิน
- 1 คะแนน** สำหรับนักเรียนที่ไม่กล้าประสานสายตาในขณะที่สนทนากับผู้อื่นที่เป็นคู่สนทนาโดยมองไปทางอื่นตลอดเวลาสลับกับมองอย่างอื่นบนใบหน้าแทนการประสานสายตาดตลอดเวลาและมีอาการเขินอย่างเห็นได้ชัด





ภาคผนวก ค

1. ผู้ทรงคุณวุฒิประเมิน แบบประเมินวัดผลสัมฤทธิ์พฤติกรรม
2. ผู้ทรงคุณวุฒิประเมิน แบบประเมินกิจกรรมวัดผลสัมฤทธิ์พฤติกรรม

ผู้ทรงคุณวุฒิประเมิน แบบประเมินวัดผลสัมฤทธิ์พฤติกรรม
การพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียน เบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร

ชื่อผู้ทรงคุณวุฒิประเมิน.....วันที่.....เวลา.....

ข้อ	วัตถุประสงค์พฤติกรรมที่ประสงค์	การพิจารณา ข้อประเมินตรงตาม วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมหรือไม่ (ตรง=+1,ไม่แน่ใจ= 0,ไม่ตรง= -1)			หมายเหตุ
		+1	0	-1	
1.	กล้าตอบคำถามครู-อาจารย์ด้วยวาจาที่ฉะฉาน ตรงไปตรงมา				
2.	กล้ายกมือแสดงความคิดเห็นด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล				
3.	กล้ายกมือขอความกระจ่างเมื่อมีคนแนะนำ สั่งสอน หรืออธิบายให้ฟังไม่ชัดเจนด้วยน้ำเสียงที่ฉะฉาน ปราศจากความวิตกกังวล				
4.	แสดงความรู้สึกของตนเองที่แท้จริงอย่างซื่อสัตย์เป็น ธรรมชาติอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวาจาการพูด และกิริยา ที่เหมาะสม				
5.	กล้าพูดสะท้อนคุณค่าในตนเอง ผ่านการสื่อสารเชิง บวก (พูดดี คิดดี ทำดี)				
6.	สามารถควบคุมพฤติกรรม ความกังวลหรือความกลัว ของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆที่ เกิดขึ้น				
7.	กล้าประสานสายตากับคู่สนทนาด้วย ด้วยกิริยา ท่าทางที่ปราศจากความวิตกกังวล				
รวม					

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้ทรงคุณวุฒิประเมิน แบบประเมินกิจกรรมวัดผลสัมฤทธิ์พฤติกรรม
 การพัฒนาพฤติกรรมความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
 โรงเรียน เบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี โดยใช้กิจกรรมการละคร

ชื่อผู้ทรงคุณวุฒิประเมิน.....วันที่.....เวลา.....

ข้อ	กิจกรรมวัดผลสัมฤทธิ์พฤติกรรม	การพิจารณา ข้อประเมินตรงตาม วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมหรือไม่ (ตรง=+1,ไม่แน่ใจ= 0,ไม่ตรง= -1)			หมายเหตุ
		+1	0	-1	
1.	กิจกรรมละลายพฤติกรรม (Ice breaking)				
2.	กิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย (Movement)				
3.	กิจกรรมการออกเสียง (Voice Projection)				
4.	กิจกรรมการเล่านิทานแบบกลุ่ม (Story telling)				
5.	กิจกรรมการพูดในที่สาธารณะ (Public Speaking)				
6.	กิจกรรมการแสดงสด (Improvisation)				
7.	กิจกรรม Musical Moment				
8.	กิจกรรมแสดงผลงาน (Showcase)				
	รวม				

ลงชื่อ.....

(.....)



ภาคผนวก ง

1. หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญ
2. หนังสือขอความร่วมมือเพื่อทำการวิจัย











ภาคผนวก จ

ประมวลรูปภาพกิจกรรม















ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล วรรณัญ ปิ่นน้า
 วันเดือนปีเกิด วันที่ 2 พฤษภาคม พ.ศ. 2530
 สถานที่เกิด อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน 12 หมู่ 1 ตำบล รงชัย อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
 รหัสไปรษณีย์ 76000
 โทรศัพท์ 090-154-1929

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2542 ประถมศึกษาปีที่ 6
 จาก โรงเรียนเซนต์โยเซฟจังหวัดเพชรบุรี
 อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี

พ.ศ. 2545 มัธยมศึกษาปีที่ 3
 จาก โรงเรียนเซนต์โยเซฟจังหวัดเพชรบุรี
 อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี

พ.ศ. 2548 มัธยมศึกษาปีที่ 6
 จาก โรงเรียนเบญจมเทพอุทิศจังหวัดเพชรบุรี
 อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี

พ.ศ. 2552 ปริญญาตรี ศิลปกรรมศาสตร์บัณฑิต เกียรตินิยมอันดับ 2
 สาขาศิลปะการแสดง เอกการออกแบบเพื่อการแสดง
 คณะศิลปกรรมศาสตร์
 จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

พ.ศ. 2558 ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.)
 สาขาศิลปะการแสดงศึกษา คณะศิลปกรรมศาสตร์
 จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ