

ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสาร
อย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญานิพนธ์
ของ
กันธิมา มานนท์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์

มีนาคม 2547

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๓๐๑.๕

๗.๓๘๓.๔

๘.๓

ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสาร
อย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๖

บทคัดย่อ

ของ

กัณธิมา มานนท์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์
มีนาคม ๒๕๔๗

๒๕๔๗

๒๐๓ ส.ย. ๒๕๔๗

กันธิมา มานนท์. (2547). ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญาโท วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์ อัจฉนา สุขารมณเณ, อาจารย์ ดร.มนัส บุญประกอบ.

การศึกษานี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตด้วยการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และเพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพของนิสิตที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ คือ นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ ภาคเรียนที่ 2 ที่ได้จากนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและเก็บตัว ซึ่งมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 40 คน โดยสมัครใจเข้าร่วมการฝึกกับผู้วิจัย และสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 20 คน โดยแต่ละกลุ่มจะมีนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวจำนวน 10 คน เช่นกัน โดยกลุ่มทดลองได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จำนวน 8 ครั้งๆ ละ 60 นาที ซึ่งแบบแผนการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบสุ่มและทดสอบก่อน-หลังการทดลอง (Randomized Control Group Pretest-Posttest Design) เป็นแบบแผนที่มีการทดลองการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับการไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและตัวแปรบุคลิกภาพ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ t-test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test dependent sample) t-test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (t-test independent sample) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทิศทาง (Two-way ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า

1. นิสิตที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

EFFECTS OF TRANSECTIONAL ANALYSIS PRACTICING ON PERSONAL
COMMUNICATION BEHAVIORS OF SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY STUDENTS

AN ABSTRACT
BY
KANTIMA MANONTH

Presented in partial fulfillments of the requirements for the
Master of Science degree in Applied Behavioral Science Research
at Srinakharinwirot University
March 2004



Kantima Manonth. (2004). *Effects of Transactional Analysis Practicing on Personal Communication Behaviors of Srinakharinwirot University Students*. Master thesis, M.S. (Applied Behavioral Science Research). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Ashara Sucaromana, Dr. Manat Boonprakob.

The purposes of this experimental research were to study the developing of transactional analysis practicing on personal communication behaviors and to examine the interaction effects of transactional analysis practicing and students' personality on personal communication behaviors. Samples for this study consisted of 40 volunteered freshies from Faculty of Science at Srinakharinwirot University. These students studied at Ongkarak Campus during the second semester of 2003 academic year. They were purposively selected from 20 of extroverts and 20 of introverts ; both of them had the least scores in personal communication behaviors. Then the subjects were simple random sampling into an experimental group and a control group, each group consisted of 20 students ; 10 students were extroverts and 10 introverts. The experimental group was given transactional analysis practicing for 8 sessions; each session took 60 minutes. The data were analysed by using t-test dependent sample, t-test independent sample and Two-way ANOVA.

The results of study found that :

1. The students who received transactional analysis practicing scored higher on personal communication behaviors than the students who did not at the .01 significant level.
2. There were not interactions between transaction analysis practicing and personality on students' personal communication behaviors at the .01 significant level.

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสาร
อย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ของ

นางกันธิมา มานนท์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

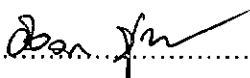


..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. นภาพรณ์ หะวานนท์)

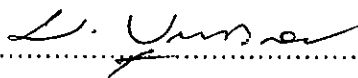
วันที่ 10 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2547

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์



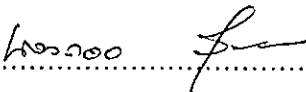
..... ประธาน

(รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ)



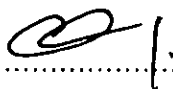
..... กรรมการ

(อาจารย์ ดร. มนัส บุญประกอบ)



..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(รองศาสตราจารย์ ดร. นวลละออ สุภาพล)



..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(รองศาสตราจารย์ ดร. อรพินธ์ ชูชม)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี เพราะผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์และความกรุณาอย่างยิ่งจาก รศ.อัจฉรา สุขารมณฺ์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และ ดร.มนัส บุญประกอบ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้สละเวลาอันมีค่าเพื่อให้คำปรึกษา คำแนะนำ ข้อเสนอแนะและข้อคิดต่างๆ ในการจัดทำงานวิจัยนี้ทุกขั้นตอน ตลอดจนการตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการทำปริญญานิพนธ์ด้วยความเอาใจใส่และความกรุณา ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาที่ได้รับเป็นอย่างยิ่งและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ในเบื้องต้น ขอกราบขอบพระคุณ รศ.ดร.นวลละอ อสุภาผล รศ.ผจงจิต อินทสุวรรณ รศ.ดร.อรพินท์ ชูชม ดร.วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี ดร.พรณีบุญประกอบ และอาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ ให้คำแนะนำและตรวจแก้เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบพระคุณคณาจารย์สถาบันวิจัยพฤกษศาสตร์ทุกท่านที่กรุณาอบรมสั่งสอนผู้วิจัยให้มีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ รวมทั้งข้อเสนอแนะและข้อแนะนำต่างๆ เพื่อนำมาใช้ในการทำปริญญานิพนธ์นี้ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์พนอ อัครจวนนท์ ที่กรุณาให้ความกรุณาช่วยเหลือดูแลประสานงานและอำนวยความสะดวกกับผู้วิจัยเป็นอย่างมากในการทดลองให้เครื่องมือ เก็บรวบรวมข้อมูล ตลอดจนอุปกรณ์และสถานที่ในการทำการทดลอง เพื่อให้การวิจัยครั้งนี้เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และขอขอบคุณนิสิตที่ให้ความร่วมมือและตั้งใจเป็นอย่างดีขณะทำการทดลองครั้งนี้ด้วย

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่สถาบันวิจัยพฤกษศาสตร์ทุกท่าน พี่ๆ น้องๆ และเพื่อนๆ สาขาวิชาการวิจัยพฤกษศาสตร์ประยุกต์ทุกท่าน ตลอดจนผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงานจากการรถไฟฟ้ามหานครแห่งประเทศไทยทุกท่าน ที่ให้ความช่วยเหลือสนับสนุนและให้กำลังใจเป็นอย่างดีในทุกๆ เรื่อง

สุดท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อทวี อินทองคำ คุณแม่สมาน อินทองคำ ผู้ให้กำเนิดและอบรมเลี้ยงดูผู้วิจัยด้วยความรักและความอบอุ่น คอยให้กำลังใจผู้วิจัยมาโดยตลอด ขอขอบคุณคุณภูวิศ มานนท์ ด.ช.อริศ มานนท์ สามีและบุตรชายที่น่ารัก รวมถึงขอบคุณน้องๆ และทุกคนในครอบครัว ที่เป็นแรงผลักดันให้กำลังใจทำให้ผู้วิจัยเกิดความมุ่งมั่นจนผ่านปัญหาอุปสรรคต่างๆ จนสำเร็จการศึกษาในครั้งนี้

คุณค่าและคุณประโยชน์ของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชาคุณพระศรีรัตนตรัย บิดามารดา คณาจารย์และผู้มีพระคุณทุกท่าน ด้วยความสำนึกในพระคุณอย่างยิ่ง

กันธิมา มานนท์

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย	4
	ความสำคัญของการวิจัย	4
	ขอบเขตของการวิจัย	5
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	5
	ตัวแปรที่ศึกษา	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	5
	นิยามศัพท์ปฏิบัติการ	6
	กรอบแนวคิดในการวิจัย	7
	สมมติฐานของการวิจัย	8
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	9
	ความหมายของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	9
	ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	10
	ขั้นตอนการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	15
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	39
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสาร	42
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ	46
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ	47
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	49
	การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง	49
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	50
	วิธีดำเนินการวิจัย	54
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	54
	การวิเคราะห์ข้อมูล	56

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	58
5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	64
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	67
อภิปรายผล.....	67
ข้อเสนอแนะ	71
บรรณานุกรม.....	72
ภาคผนวก	78
ประวัติย่อผู้วิจัย	138

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ก่อนทำการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพ แสดงตัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	59
2 แสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ภายหลังการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพ แสดงตัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	60
3 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ของนิสิต ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	61
4 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษย สัมพันธ์ ของนิสิตกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง.....	62
5 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนคะแนนพฤติกรรมการสื่อสาร อย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ภายหลังการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว และนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว ที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อ สัมพันธ์ระหว่างบุคคล.....	63

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย	7
2 โครงสร้างของบุคลิกภาพ.....	19
3 แผนภูมิแท่งแสดงบุคลิกภาพรูประฆังคว่ำ	21
4 แสดงสัญญาณลักษณะการติดต่อสัมพันธ์ระดับสังคมและระดับจิตใจ	22
5 แสดงลักษณะการติดต่อสัมพันธ์แบบไม่ขัดแย้งกันในแบบต่างๆ	24
6 แสดงรูปสามเหลี่ยมของเกม.....	36
7 กระบวนการสื่อสารของบาร์คเกอร์	44
8 บุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว แนวคิดที่ 1	46
9 บุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว แนวคิดที่ 2	46
10 บุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว แนวคิดที่ 3	47

บทที่ 1

(6)

บทนำ

ภูมิหลัง

จากสภาพปัญหาต่างๆ ของคนในสังคมปัจจุบัน ปัญหาการขาดความสามัคคีซึ่งทำให้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข เกิดความขัดแย้งกันและไม่มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันเท่าที่ควร ซึ่งปัญหาเหล่านี้ควรเริ่มกันที่สถาบันการศึกษา รัฐบาลจึงได้ออกพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (พ.ร.บ.การศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 : มาตรา 6) และสิ่งสำคัญที่จะต้องเร่งพัฒนาให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในปัจจุบันนี้ก็คือคน จากแนวคิดที่ยึด “คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา” ในทุกมิติอย่างเป็นองค์รวม และให้ความสำคัญกับการพัฒนาที่สมดุล ทั้งด้านตัวคน สังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสร้างระบบบริหารจัดการภายในที่ดีให้เกิดขึ้นในทุกระดับอันจะทำให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืนที่มี “คน” เป็นศูนย์กลางได้อย่างแท้จริง (แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 9 : ข) ซึ่งสถาบันอุดมศึกษามีบทบาทและหน้าที่สำคัญในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เพื่อสนองตอบความต้องการกำลังคนในระบบเศรษฐกิจที่กำลังขยายตัวอย่างรวดเร็ว ในการก้าวสู่อนาคตที่ท้าทาย สถาบันอุดมศึกษาจึงเป็นสถาบันทางสังคมที่ดำรงอยู่อย่างมีความหมายและมีเป้าหมายในการนำความเปลี่ยนแปลงที่ดีมาสู่สังคม (พจนันตร์ โกษนา, 2542 : 1 อ้างอิงจากทบทวนมหาวิทยาลัย, 2533 : 1-2) โดยเฉพาะอย่างยิ่งนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษา ซึ่งนักศึกษาที่สามารถพัฒนาความรู้สึกรักมั่นใจ มีเป้าหมาย สามารถสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เรียนรู้วิธีการตัดสินใจเกี่ยวกับการเลือกวิชาเรียน และอาชีพ มีค่านิยมของตนเองตั้งแต่ระดับต้นปีการศึกษาที่ 1 จะสามารถปรับตัวต่อปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ (สมพร รุ่งเรืองกลกิจ, 2531 : 1) ส่วนนักศึกษาที่ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ มักเกิดความเครียดทางจิตใจ และมีผลต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต ระยะเวลาในการศึกษาในชั้นปีที่ 1 จึงเป็นระยะวิกฤตที่สำคัญที่มีผลต่อการเรียนต่อไปอีก 4 ปีของนักศึกษา ประสพการณ์ปีที่ 1 ที่ผิดพลาด ล้มเหลว อาจเป็นผลทำให้นักศึกษาไม่สามารถจะศึกษาต่อไปจนสำเร็จการศึกษาได้ (นิรดา อุดุลยพิเชฏฐ์, 2542 : 2 อ้างอิงจาก วัลลภา เทพหัสดินทร์ ณ อยุธยา 2528 : 10) โดยนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 นี้ยังอยู่ในช่วงของวัยรุ่น ซึ่งวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อรับกับสภาพใหม่ของการเป็นผู้ใหญ่ จึงเป็นช่วงหนึ่งที่มีความสำคัญของชีวิตเป็นวัยที่เรียกได้ว่าเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยที่มีปัญหาในเรื่องของการปรับตัว และคุณลักษณะด้านความมั่นคงทางอารมณ์ กล่าวคือ มีอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย หว่นไหว วิตกกังวล มีอารมณ์รุนแรง เกิดความเครียด

ทางอารมณ์ได้ง่าย รวมทั้งวัยรุ่นยังไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีมักมีความขัดแย้งกับบุคคลต่าง ๆ (ญาดา หลาวเพชร. 2544 : 3 อ้างอิงจาก ศรีธรรม ฐะภูมิ. 2529 : 79) ในทำนองเดียวกัน กับ พาสนา ผโสศิลป์ (2535 : 202-204) ได้สำรวจปัญหาการปรับตัวในเด็กวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นมี ปัญหาการปรับตัวในโรงเรียนและการปรับตัวด้านการเรียนมาก ซึ่งเป็นผลมาจากด้านการพัฒนา ทางด้านร่างกาย ด้านการเงิน ด้านบ้านและครอบครัวและด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น และการ พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในส่วนความสัมพันธ์กับผู้อื่น คือ การที่บุคคลจะสามารถมีสติ ปัญญาทางอารมณ์ในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้บุคคลจะต้องเข้าใจธรรมชาติของ มนุษย์เข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น มีความสามารถในการสื่อสารและถ่ายทอดความรู้สึก และมี เมตตากรุณาและพร้อมที่จะช่วยให้ผู้อื่นช่วยตัวเองได้ (วิลาสลักษณ์ ชวัลลี. 2542 : 48) ดังนั้น คนที่มี EQ สูงก็คือ คนที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคม และอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข เข้าใจ อารมณ์และปัญหาสังคมได้ในแง่มุมต่างๆ มีความสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี (อัจฉรา สุขารมณ์, อ้างอิงจาก Gibbs, 1995 : 24-31) โดยเป้าหมายที่สำคัญของการศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์ก็คือ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของสังคมให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพตาม ที่สังคมปรารถนา แต่ระบบการศึกษาที่ดีจะต้องสร้างให้บุคคลประสบความสำเร็จ คำว่าความสำเร็จในที่นี้จะหมายรวมไปถึง ความสำเร็จในการเรียน (Study Success) ความสำเร็จในการ ประกอบอาชีพ (Career Success) และความสำเร็จในชีวิต (Life Success) นักการศึกษา (Educator) รวมทั้งนักจิตวิทยาการศึกษา (Educational Psychologist) จึงต้องพยายามจัด กระบวนการเรียนการสอน (Teaching Process) ให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ (ทศพร ประเสริฐสุข. อ้างอิงจาก Garrison & Magoon. 1972.)

โกลแมน (นิสรา คำมณี. 2544 : 2 ; อ้างอิงจาก Goleman. 1998 : 26-27) ได้แบ่ง องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 5 องค์ประกอบ คือ 1. การตระหนักรู้ในตนเอง 2. การบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง 3. การจูงใจตนเอง 4. การเอาใจเขามาใส่ใจเรา 5. การดำเนินการด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยการมีมนุษยสัมพันธ์เป็นส่วนหนึ่งของความฉลาด ทางอารมณ์ ซึ่งตรงกับองค์ประกอบที่ 5 คือ การดำเนินการด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งเป็นสิ่ง ที่ควรสร้างให้เกิดขึ้นในตัวนิสิต เนื่องจากผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีของ นิสิตประกอบกับการได้รับการฝึกฝนให้พัฒนายิ่งขึ้นจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการที่จะอยู่ใน สังคมได้อย่างมีความสุข และเมื่อเข้าสู่ช่วงวัยทำงานหลังจากจบการศึกษาแล้วก็จะทำให้ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานและความสำเร็จในชีวิตด้วย เพราะวิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ จะส่งผลให้ผู้สื่อสารเป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี รวมทั้งนิสิตจะสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนและ ผู้อื่นได้เป็นอย่างดีด้วย

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ซึ่งตรงกับองค์ประกอบย่อยของทักษะทางสังคมด้านมนุษยสัมพันธ์ คือ การสื่อสาร เพราะการสื่อสารถือได้ว่าเป็นหัวใจของมนุษยสัมพันธ์ โดยนำการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมาพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ให้กับนิสิตระดับปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและเก็บตัว ซึ่งในการพัฒนานิสิตชั้นปีที่ 1 เนื่องจากนิสิตชั้นปีที่ 1 ต้องมีการปรับตัวอย่างมากในสถานที่เรียนใหม่ เพื่อนร่วมเรียนใหม่ และสถานที่พักใหม่ซึ่งโดยส่วนมากเป็นคนมาจากทุกภาคของประเทศไทย ทุกอย่างทำให้นิสิตเกิดความเครียดและผลการเรียนตกต่ำได้จากการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2542 เรื่องการปรับตัวให้เข้ากับมหาวิทยาลัยของ จุมจินต์ สลัดทุกข์ (2543) พบว่านิสิตชั้นปีที่ 1 มีปัญหาการปรับตัวด้านการเรียน ด้านสัมพันธภาพกับอาจารย์ ด้านเวลา ด้านกิจกรรม ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนและบุคคลอื่น ด้านสถานที่ นอกจากนี้ข้อมูลจากศูนย์ให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 ที่มาขอรับบริการด้านการให้คำปรึกษาจะมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน เช่น การฟังอาจารย์สอนในห้องไม่รู้เรื่อง ปัญหาด้านการคบเพื่อน เช่น เพื่อนไม่เข้าใจ และข้อมูลจากห้องพยาบาลมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่านิสิตที่มาขอรับบริการ เช่น ปวดศีรษะ นอนไม่หลับ ส่วนใหญ่ล้วนมีสาเหตุมาจากความเครียดจากปัญหาด้านการปรับตัวนอกจากนี้ข้อมูลจากฝ่ายบริการการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในช่วงปีการศึกษา 2537-2540 ได้แสดงจำนวนนิสิตที่ออกกลางคันโดยไม่สำเร็จการศึกษา พบว่าปี พ.ศ. 2537 จำนวน 84 คน ปี พ.ศ. 2538 จำนวน 102 คน ปี พ.ศ. 2539 จำนวน 77 คน ปี พ.ศ. 2540 จำนวน 73 คน สาเหตุที่ออกกลางคันคือ เรียนไม่ไหว ไม่ชอบสถานที่เรียน ไม่ชอบคณะที่เรียน เข้ากับเพื่อนและรุ่นพี่ไม่ได้ ไม่อยากทำกิจกรรม และในการช่วยเสริมสร้างให้นิสิตสามารถปรับตัวได้โดยมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์มีการฝึกหลายวิธี เช่น การใช้กิจกรรมกลุ่ม การใช้บทบาทสมมติ กลุ่มสัมพันธ์ การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นต้น โดยผู้วิจัยสนใจเทคนิคการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยผู้วิจัยเห็นว่าน่าจะช่วยพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตได้เป็นอย่างดีทั้งนี้ จำเนียร ชวงโชติ (อัจฉนา ศรีสุพล. 2535 : 2 ; อ้างอิงจาก จำเนียร ชวงโชติ. 2524 : 75) กล่าวว่า Transactional Analysis หรือเรียกย่อๆ ว่า TA เป็นการวิเคราะห์เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมของคน ในปัจจุบันการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่ได้ถูกนำมาใช้เพื่อจิตบำบัดเท่านั้น แต่ยังช่วยให้ผู้ที่ศึกษารู้จักบุคลิกของตนเอง เข้าใจพฤติกรรมของตนเองในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น และยังเสนอแนะวิธีการง่ายๆ ในการเสริมสร้างศึกษาและปรับปรุงการติดต่อสื่อสาร ซึ่งจะส่งผลในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างสร้างสรรค์และเจริญงอกงาม การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสามารถศึกษาและทำความเข้าใจได้เร็ว

และเมื่อศึกษาเข้าใจแล้วสามารถนำไปใช้ได้ทันที จะใช้ในครอบครัวหรือใช้ในการปฏิบัติงานก็ได้ ทั้งนี้เพราะแนวคิดในเรื่องการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกิดขึ้นจากการศึกษาความเป็นจริงเกี่ยวกับโครงสร้างของบุคลิกภาพและพฤติกรรมหรือการกระทำของคนในสังคมที่ติดต่อสัมพันธ์กัน ทั้งนี้ ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์จะใช้ชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ โดยใช้เทคนิคการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ฝึกให้แก่นิสิตดังกล่าวให้มีพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ซึ่งจะแบ่งกลุ่มของนิสิตตามบุคลิกภาพแสดงตัวและบุคลิกภาพเก็บตัวด้วย ชมนุช บุญสิทธิ์ (2541 : 37) กล่าวว่าเด็กที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวจะมีปัญหาปรับตัวเข้ากับเพื่อนและสิ่งแวดล้อมใหม่ ชอบเก็บตัว ส่วนเด็กที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวจะมีความสามารถปรับตัวทางสังคมได้ดีและรวดเร็ว มีอารมณ์ดีมาก มีความมั่นใจในตนเองในทางที่ดี ชอบสมาคม ชอบอยู่เป็นกลุ่ม และมีความเป็นผู้นำที่ดี ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าบุคลิกภาพเก็บตัวของนิสิตน่าจะได้รับการพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อไปได้จากการฝึกดังกล่าว หากสามารถพัฒนาได้ก็จะเป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติต่อไป ทั้งนี้ผู้วิจัยเชื่อว่าผลของการฝึกดังกล่าวจะช่วยให้นิสิตมีพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มมากขึ้นหลังได้รับการฝึก

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตด้วยการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพที่มีต่อพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

ความสำคัญของการวิจัย

1. ได้ชุดฝึกอบรมที่สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิต
2. ได้แนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ให้กับนิสิต ซึ่งจะ เป็นประโยชน์ทั้งต่อตัวนิสิต อาจารย์และผู้บริหารสถาบันอุดมศึกษาในการสนับสนุนให้เสริมสร้างศักยภาพในการพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ให้กับนิสิต

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร

การวิจัยครั้งนี้ ประชากร คือ นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ ภาควิชาเรียนที่ 2

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ ภาควิชาเรียนที่ 2 ที่ได้จากนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและเก็บตัว ซึ่งมีพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 40 คน โดยสมัครใจเข้าร่วมการฝึกกับผู้วิจัย และสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 20 คน โดยแต่ละกลุ่มจะมีนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 10 คน เช่นกัน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ คือ การฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
3. ตัวแปรแบ่งกลุ่ม คือ บุคลิกภาพเก็บตัว และบุคลิกภาพแสดงตัว

นิยามศัพท์เฉพาะ

การฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หมายถึง วิธีการที่ช่วยให้นิสิตได้เรียนรู้ที่จะเข้าใจความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองและบุคคลอื่นจะอันนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ โดยมีลำดับขั้นของการฝึก 4 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 การวิเคราะห์ทัศนคติชีวิต (Life Position Analysis) เป็นวิธีการที่ช่วยให้นิสิตได้รู้จักและเข้าใจตนเองและบุคคลอื่นๆ โดยนิสิตวิเคราะห์ทัศนคติชีวิตของตนเองว่า มีความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับทัศนคติชีวิตของตนเองและบุคคลอื่นอย่างไร เพื่อพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิต

ขั้นที่ 2 การวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ (Structural Analysis) เป็นการวิเคราะห์เกี่ยวกับความคิด ความรู้สึกและการกระทำของบุคคลในภาวะตัวตนต่างๆ ได้แก่ ภาวะความเป็นพ่อแม่ (P-Parent) ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (A-Adult) และภาวะความเป็นเด็ก (C-Child) ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Transactional Analysis) เป็นวิธีการที่ช่วยให้นิสิตได้รู้จักและเข้าใจรูปแบบของการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น

ขั้นที่ 4 การวิเคราะห์การใส่ใจ (Stroke) เป็นวิธีการที่จะช่วยให้นิสิตได้แสดงออกซึ่งความสนใจ การใส่ใจและให้กำลังใจบุคคลอื่นอย่างเหมาะสม เพื่อพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ด้านการแสดงความสนใจ ใส่ใจและให้กำลังใจบุคคลอื่น

สำหรับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ การอธิบายพร้อมยกตัวอย่าง การอภิปราย การฝึกปฏิบัติ การแสดงบทบาทสมมติ การให้คำแนะนำ การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการเสริมแรงทางบวก

นิสิต หมายถึง นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546
 ชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ ภาคเรียนที่ 2

นิยามปฏิบัติการ

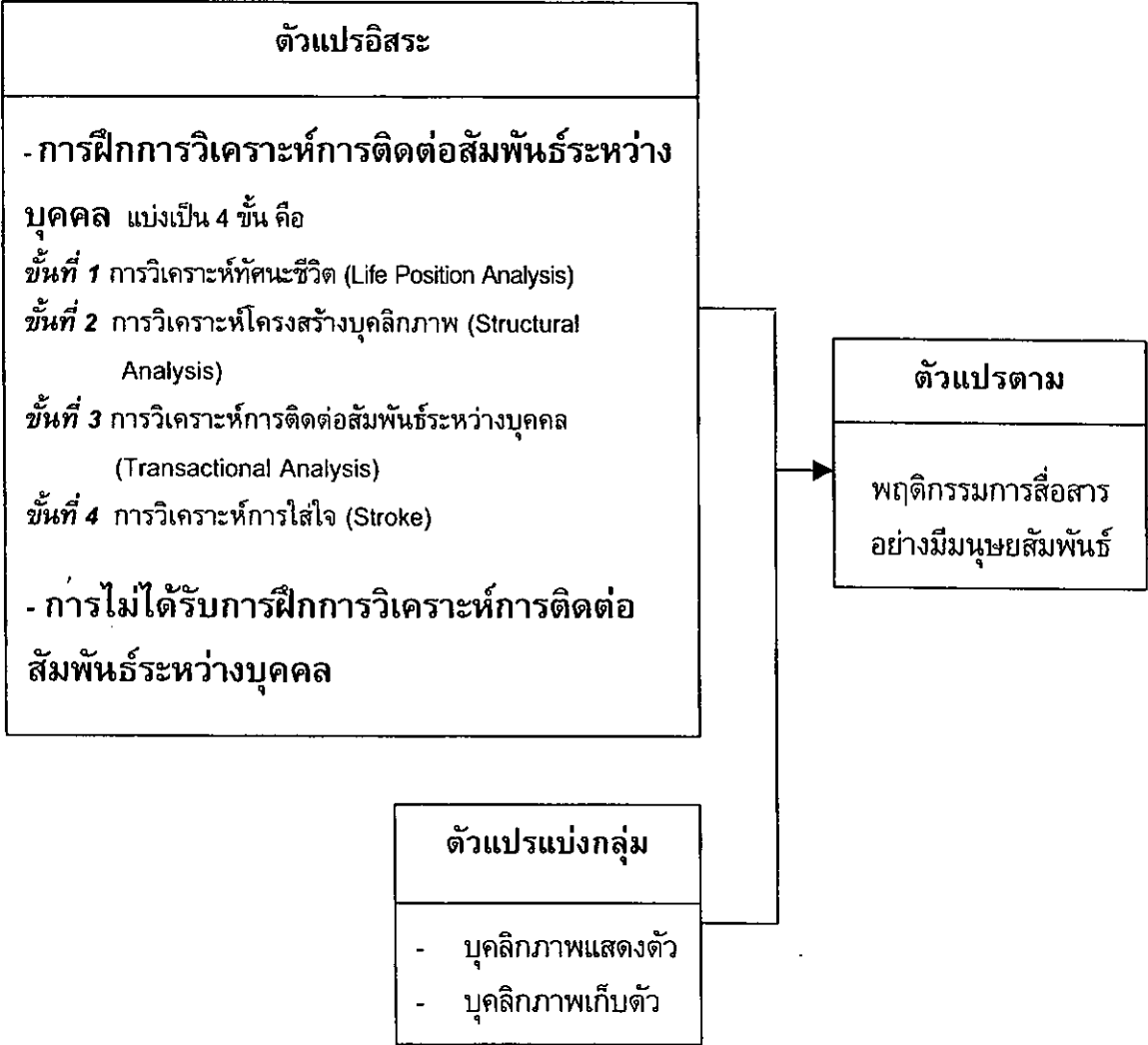
พฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ หมายถึง ความสามารถในการถ่ายทอดความคิดเห็น ความรู้สึกและความมีน้ำใจไปยังผู้อื่นเพื่อให้เกิดการรับรู้ เข้าใจความรู้สึกของกันและกันด้วยภาษาที่ใช้ถ้อยคำหรือภาษาที่ไม่ใช้ถ้อยคำ ให้ผู้อื่นเข้าใจง่าย มีการสื่อความที่ดี และสามารถสื่อสารเพื่อติดต่อสัมพันธ์กันโดยไม่ขัดแย้งกันได้อย่างเหมาะสม ทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีวัดได้โดยการตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งผู้ที่ได้คะแนนสูงแสดงว่าเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูง และผู้ที่ได้คะแนนต่ำแสดงว่าเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ต่ำ

บุคลิกภาพเก็บตัว หมายถึง ลักษณะของบุคคลที่ชอบเก็บตัว เป็นคนเหินห่างแยกตัวจากผู้อื่น ชอบอ่านหนังสือโดยลำพังมากกว่าจะสนทนากับเพื่อน ทำอะไรเต็มไปด้วยความระมัดระวัง และวางแผนการล่วงหน้า เจ้าระเบียบ ซื่อตรง ซื่อาย ไม่ชอบความตื่นเต้น ควบคุมอารมณ์ ไม่ใคร่แสดงอารมณ์ความรู้สึก มองโลกในแง่ร้าย และให้คำนิยมกับจริยธรรมสูง นิสิตที่ได้คะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว อยู่ในควอไทล์ที่ 1 แสดงว่ามีลักษณะเก็บตัว

บุคลิกภาพแสดงตัว หมายถึง ลักษณะของบุคคลที่ชอบเข้าสังคม ชอบสังสรรค์มีเพื่อนมาก ไม่ชอบอ่านหนังสือหรือทำงานโดยลำพัง ชอบกิจกรรมที่ให้ความตื่นเต้น ชอบสนุกสนานวุ่นวาย ชอบการเปลี่ยนแปลงไม่จำเจ มองโลกในแง่ดี เป็นคนแสดงอารมณ์และความรู้สึกเปิดเผย มีแนวโน้มที่จะก้าวร้าวและวุ่นวาย ไม่ควบคุมอารมณ์ นิสิตที่ได้คะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว อยู่ในควอไทล์ที่ 4 แสดงว่ามีลักษณะแสดงตัว

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ให้กับนิสิต
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยใช้การฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่าง
บุคคล (TA) ตามทฤษฎีของเบิร์น (Berne.1977) เป็นพื้นฐานของงานวิจัย เพื่อให้ส่งผลต่อ
พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิต อาศัยความเชื่อของทฤษฎีการวิเคราะห์
การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งเป็นทฤษฎีทางจิตวิทยาที่มุ่งแก้ไขพฤติกรรมในปัจจุบันให้
บุคคลเป็นตัวของตัวเอง ไม่ตกเป็นทาสของอดีต สามารถนำมาปรับปรุงตนเองได้ รวมทั้งทำให้
สามารถเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลอื่นได้ เพื่อให้มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้ด้วยการฝึก
ดังกล่าว โดยผู้วิจัยได้ให้กลุ่มทดลองทำการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
ซึ่งมีตัวแปรบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัวเป็นตัวแปรแบ่งกลุ่มตามที่จะได้นำเสนอดังต่อไปนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานของการวิจัย

1. นิสิตที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. นิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เพื่อศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยดังนี้ คือ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 - 1.1 ความหมายของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 - 1.2 ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 - 1.3 ขั้นตอนการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสาร
 - 3.1 ความหมายของการสื่อสาร
 - 3.2 องค์ประกอบของการสื่อสาร
 - 3.3 ระบบของการสื่อสาร
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

1.1 ความหมายของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

(Transactional Analysis-TA)

พิชิต สุวรรณประกร (2534 : 1) ได้ให้ความหมายของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลว่า เป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปพบกัน โดยบุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือบุคคลทั้งสองต่างรับรู้ว่ามีอีกคนหนึ่งอยู่ในสถานที่นั้นด้วย ลักษณะนี้ เรียกว่า Transactional Stimulus และเมื่อบุคคลหนึ่งพูดหรือทักทายหรือแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งกับอีกบุคคลหนึ่ง การแสดงออกเช่นนี้เรียกว่า Transactional Response และในระหว่างการติดต่อสัมพันธ์นั้น ก็จะมีการแสดงออกทั้งทางด้านภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง ซึ่งจะนำไปสู่คำว่า Transactional Analysis

บรูโน (ภุชญา ศักดิ์ศรี. 2534 : 505 ; อ้างอิงจาก Bruno. 1980) ได้ให้ความหมายของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลว่า หมายถึง การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่อยู่บนพื้นฐานของหลักการทางจิตวิทยา ซึ่งจะเกิดขึ้นเมื่อมีบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมาพบกัน ทำให้เข้าใจความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมของตนเองและบุคคลอื่น มีผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นไปในทางสร้างสรรค์และพัฒนาในทางที่ดีขึ้น

เบิร์น (อัญญา ศรีสุพล. 2535 : 8 ; อ้างอิงจาก Berne. 1977) ได้ให้ความหมาย การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลว่า เป็นทฤษฎีของบุคลิกภาพและความสัมพันธ์ทางสังคม รวมทั้งเป็นวิธีการทางคลินิกในการบำบัดรักษาทางจิตที่อาศัยพื้นฐานของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ของภาวะตัวตนระหว่างบุคคล 2 คน หรือมากกว่า 2 คนขึ้นไป

อาภา จันทรสกุล (2535 : 161) กล่าวว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นวิธีการทางจิตวิทยาที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจตนเอง สามารถเปลี่ยนแปลงปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองได้อย่างมีเหตุผล ช่วยให้ปรับตัวได้ดี ทำให้ปฏิสัมพันธ์และติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นเป็นไปในแง่ที่ก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี

สยามพร เพชรประสิทธิ์ (2540 : 15) กล่าวว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หมายถึง วิธีการทางจิตวิทยาที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเข้าใจพฤติกรรมในการติดต่อสัมพันธ์สื่อสารกับบุคคลอื่น โดยที่บุคคลจะเข้าใจตนเองและบุคคลอื่น ทั้งความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ทำให้ปฏิสัมพันธ์และติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นเป็นไปในทางที่ดี

จากความหมายของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หมายถึง วิธีการทางจิตวิทยาที่จะช่วยให้บุคคลสามารถรับรู้และเข้าใจพฤติกรรมในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น โดยที่บุคคลจะเข้าใจตนเองและบุคคลอื่น ทั้งทางด้านความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรม สามารถเปลี่ยนแปลงปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองได้อย่างมีเหตุผล ซึ่งทำให้ปฏิสัมพันธ์การติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นเป็นไปในทางที่ดี

1.2 ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ทฤษฎีบุคลิกภาพที่เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นทฤษฎีของชีวิต หรืออาจกล่าวได้ว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นเรื่องของชีวิต หรือเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับชีวิตซึ่งพยอม วงศ์สารศรี (2532 : 58) ได้อธิบายว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นทฤษฎีที่นำมาวิเคราะห์บุคลิกภาพทางสังคม เพื่อดูความสัมพันธ์ในตัวบุคคลเดียวกัน สามารถนำมาใช้ในการบำบัดรักษาส่วนบุคคลและกลุ่ม เป็นทฤษฎีการติดต่อถ่ายทอดระหว่างบุคคลและกลุ่มคน ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กล่าวคือ ประการแรก การแสดงทัศนะเรื่องสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล อันเป็นจุดแรกในการตรวจสอบและแก้ปัญหาส่วนบุคคล ประการที่สอง การที่บุคคลแต่ละคนจะมีพัฒนาสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นได้ดี ถ้าเขาได้รับการช่วยเหลือให้เข้าใจพฤติกรรมต่างๆ ที่ได้แสดงออกในการติดต่อสื่อสาร และพรรณราย ทริพย์ประภา (2532 : 8) ได้กล่าวว่า กฎเกณฑ์ของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้น สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสถานที่ทำงาน ในบ้าน ในชั้นเรียน หรือกับเพื่อน รวมทั้งในสถานที่ต่างๆ ที่มีคนอยู่ร่วมกันและติดต่อสัมพันธ์กันและกัน

การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

1. ภูมิหลังของอีริก เบิร์น (Eric Berne) (คมเพชร จัตรศุกกุล. 2530 : 78-79 ; หลุยส์ จำปาเทศ. 2533 : 100)

ผู้ให้กำเนิดทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษาแบบวิเคราะห์การติดต่อสื่อสารสัมพันธ์ระหว่างบุคคล คือ อีริก เบิร์น (Eric Berne) เกิดเมื่อปี ค.ศ. 1910 ในเมืองมอนทรีล (Montreal) ประเทศแคนาดา เขาเจริญรอยตามบิดาของเขาโดยได้รับปริญญาแพทยศาสตรบัณฑิตจากมหาวิทยาลัยแมกกิลล์ (McGill University) ในปี ค.ศ. 1935 และเข้าร่วมฝึกฝนด้านจิตเวชศาสตร์โรงพยาบาลแห่งมหาวิทยาลัยเยล (Yale University) ชื่อเดิมของเขาคือ Eric Leonard Bernstein ในขณะที่เขาเปลี่ยนชื่อของเขานั้น เขาก็ได้แปลงสัญชาติเป็นอเมริกัน ในปี ค.ศ. 1943 เขาได้เริ่มต้นฝึกฝนที่สถาบันจิตเวชศาสตร์ ในรัฐนิวยอร์ก ต่อมาในปี ค.ศ. 1943 เขาเข้าไปอยู่ในกองทัพบกในฐานะจิตแพทย์ และในที่นี่เขาได้เริ่มต้นทดลองเทคนิคการบำบัดรักษาแบบกลุ่ม

หลังจากที่เขาพ้นภาระจากกองทัพแล้วในปี ค.ศ. 1946 ก็ได้เริ่มต้นทำงานโดยเปิดคลินิกส่วนตัวที่ซานฟรานซิสโก และเบิร์นได้เข้าอยู่ในความดูแลของอีริก อีริกสัน (Eric Erikson) เพื่อฝึกฝนด้านจิตวิเคราะห์ที่สถาบันทางจิตวิเคราะห์ในเมืองซานฟรานซิสโก ถึงแม้ว่าเบิร์นจะใช้เวลาถึง 20 ปี เพื่อเริ่มต้นชีวิตในวิชาชีพในฐานะนักจิตวิเคราะห์ แต่เขาก็ไม่ประสบความสำเร็จ ในปี ค.ศ. 1956 เขาได้รับการปฏิเสธที่จะให้เป็นสมาชิกของสถาบันจิตวิเคราะห์ เนื่องจากเขายืนยันว่าในการทำกลุ่มนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีบทบาทร่วมกับผู้รับคำปรึกษาเป็นอย่างมาก (Active Involvement) ดังนั้นเบิร์นจึงเริ่มต้นรวบรวมแนวความคิดในด้านการทำจิตบำบัดของเขาขึ้นมา

เบิร์นเป็นศิษย์ของ Paul Federn เพื่อนร่วมทีมของ Sigmund Freud ดังนั้นเขาจึงได้นำหลักการของ Sigmund Freud มาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเพื่อนำการนำไปใช้จนได้ผลอย่างมีประสิทธิภาพ

การเสนอความคิดครั้งแรกเกี่ยวกับการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้น (Transactional Analysis) กระทำเมื่อปี ค.ศ. 1957 ระหว่างการประชุมทางวิชาชีพที่ลอสแอนเจลิส ในปี ค.ศ. 1961 เขาได้พิมพ์หนังสือชื่อ Transactional Analysis in Psychotherapy ซึ่งในหนังสือนี้เขาได้เสนอแนวความคิดเกี่ยวกับปัญหาตลอดจนความคิดที่สำคัญๆ คือ The Structure of Dynamics of Organizations and Groups (1963) Games People Play (1964) Principles of Group Treatment (1966) และ What Do You Say After You Say Hello? (1972) เบิร์นได้ให้ความรู้ทางทฤษฎีและปรัชญาเอาไว้มาก และในที่สุดเขาได้สมญานามว่าเป็นบิดาของการศึกษาจิตวิทยายุคใหม่ที่เข้าใจบุคลิกภาพของคน และการสื่อสารระหว่างกันได้เป็นอย่างดี ซึ่งเรียกว่า TA หรือคำเต็มคือ Transactional Analysis เบิร์นได้เสียชีวิตในปี ค.ศ. 1970 รวมอายุได้ 60 ปี

2. ภูมิหลังด้านทฤษฎี (Theoretical Background)

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 79) กล่าวว่า เบิร์นได้มีความเกี่ยวข้องกับกลุ่มจิตวิเคราะห์เป็นเวลานาน ดังนั้นโครงสร้างของทฤษฎีจึงมีความคล้ายคลึงกัน เบิร์นคิดว่าจิตวิเคราะห์นั้นเป็นแกนหรือหลัก แต่การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นผลของการศึกษาสิ่งเหล่านั้น นอกจากนี้เบิร์นยังยืนยันว่า The Parent, The Adult และ The Child ในทฤษฎีของเขานั้นเป็นเพียงสภาวะของอีโก้ (Ego State) เท่านั้น แต่อย่างไรก็ตาม คำนิยามของหน้าที่ของสิ่งที่กล่าวไปแล้วนั้น ดูไม่แตกต่างจาก Superego, Ego และ Id ในทฤษฎีของฟรอยด์

นอกจากนี้ เบิร์นยังได้รับอิทธิพลจากแอดเลอร์ (Adler) สิ่งที่คล้ายกันมากคือ คำว่า Life Style ของแอดเลอร์ กับคำว่า Life Script ของเบิร์น แต่ Life Style ของแอดเลอร์นั้น ดูเหมือนว่าจะเป็นสิ่งที่ไม่ค่อยเฉพาะเจาะจงเท่าไร แต่สำหรับเบิร์นนั้นมีความหมายแคบลง คำว่า "Not-OK" ก็มีความหมายคล้ายคลึงกับความรู้สึกมีปมด้อย (Feeling of Inferiority) ของแอดเลอร์ นอกจากนี้แล้วยังมีเรื่องของแง่มุมทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อลักษณะของบุคคลที่มีความหมายคล้ายคลึงกัน

3. ธรรมชาติของมนุษย์ (Human Nature)

ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ ตามแนวทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีดังนี้

อาภา จันทรสกุล (2535 : 162) กล่าวว่า นักจิตวิทยาในกลุ่มจิตวิเคราะห์การสื่อสารระหว่างบุคคล เชื่อว่า บุคคลสามารถที่จะเข้าใจบุคลิกภาพที่เป็นผลมาจากประสบการณ์ในอดีตของตนได้ และบุคคลสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางในการดำเนินชีวิตใหม่ได้ ถ้าเขากล้าที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยการเปลี่ยนบทบาทและตำแหน่งชีวิตของตนเองเสียใหม่ วางเป้าหมายที่จะนำไปสู่พฤติกรรมใหม่ๆ ในอนาคต แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่า บุคคลมีอิสระจากอิทธิพลของสังคม หรือบุคคลสามารถตัดสินใจได้อย่างอิสระ โดยขึ้นอยู่กับความต้องการของตัวเองเท่านั้น ในสภาพความเป็นจริงบุคคลเกิดมาอย่างเป็นอิสระ แต่บุคคลได้รับอิทธิพลจากความคาดหวัง ความต้องการที่บุคคลอื่นรอบตัวเขามีต่อเขา ตั้งแต่เขายังเป็นเด็ก เนื่องจากเขาพึ่งพาและทำตามผู้ที่มีอิทธิพลเหนือกว่า เช่น พ่อแม่ ผู้เลี้ยงดูที่คอยบอกให้ทำอย่างโน้นอย่างนี้ ฉะนั้นถ้าบุคคลได้มีการสำรวจและเข้าใจบุคลิกภาพของตนเองได้อย่างมีเหตุผลและพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงบทบาทชีวิต ตำแหน่งชีวิตและแบบแผนในการดำเนินชีวิต โดยกล้าที่จะสลัดวิถีการใช้ชีวิตแบบเดิม กล้าหลุดพ้นจากอิทธิพลการใช้ชีวิตที่สืบเนื่องมาจากทัศนคติที่พ่อแม่ถ่ายทอดให้บุคคลที่สามารถเปลี่ยนแปลงตนเอง และเป็นตัวของตัวเองได้อย่างเต็มที่ กล้าตัดสินใจเลือก โดยเชื่อมั่นในความสามารถที่จะพึ่งพาตนเองให้เต็มศักยภาพ

ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นทฤษฎีหนึ่งในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา (Counseling Psychology) เป็นทฤษฎีที่มีพื้นฐานทางจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis) ซึ่งเน้นว่าพฤติกรรมทุกชนิดเป็นสิ่งที่สามารถวิเคราะห์ได้ พฤติกรรมต่างๆ

ที่เรากระทำหรือไม่กระทำในปัจจุบันนี้มีสาเหตุมาจากประสบการณ์ในวัยเด็ก ดังนั้นการวิเคราะห์พฤติกรรมจึงสามารถกระทำย้อนหลังลงไปได้ถึงในอดีต โดยเฉพาะอย่างยิ่งประสบการณ์ในวัยเด็กที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมในปัจจุบันของเรา (นฤพนธ์ สีแสง, 2541 : 20 ; อ้างอิงจาก พรณราย ทรัพย์ะประภา, 2532 : 9)

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 80-83) ได้กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่า ในทัศนะของเบิร์นเชื่อว่า “มนุษย์เกิดมาเป็นเจ้าชายและเจ้าหญิง หลังจากนั้นบิดามารดาก็จะทำให้เขาทั้งหลายกลายเป็นกบ” (People Are Born Prince and Princesses and Then Their Parents Kiss Them and Turn Them into Frogs) ในทัศนะนี้ทำให้มองเห็นแนวความคิดเกี่ยวกับมนุษย์ของเบิร์น กล่าวคือ 1) เบิร์นมีความคิดในทางที่ดีต่อมนุษย์ที่เกิดมาทุกคน 2) มีความคิดในเชิงนิเสธกับบิดามารดา 3) ทัศนะดังกล่าวยังชี้ให้เห็นว่า ประสบการณ์เบื้องต้นในชีวิตมีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ในระยะต่อมา 4) เบิร์นยังเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนมีความรับผิดชอบขั้นสูงสุด (Ultimate Responsibility) ในการที่จะตัดสินใจต่าง ๆ เกี่ยวกับชีวิตของตนเอง เบิร์นหลีกเลี่ยงแนวความคิดของฟอรัมเกี่ยวกับแรงขับ (Drive) และสัญชาตญาณ (Instincts) แต่ในขณะเดียวกันก็ได้เสนอความคิดใหม่เกี่ยวกับความต้องการทางจิตใจต่าง ๆ (Psychological Needs) ในทฤษฎีของเบิร์นใช้คำว่า “Hungers” ซึ่งประกอบไปด้วยความต้องการที่สำคัญดังนี้ 1) Stimulus Hunger 2) Structure Hunger 3) Position Hunger ในความเชื่อของเบิร์น ความพอใจที่เกิดขึ้นจากความต้องการเหล่านั้น ส่วนหนึ่งเป็นความจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิต วิธีการที่บุคคลเรียนรู้จะเอาตัวรอดนั้นจะมีผลต่อการสื่อสารความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหรือแม้แต่การมองชีวิตในอนาคต

1) Stimulus Hunger หมายถึง ความต้องการทั่วไปจะได้รับความสนใจ ซึ่งภาษาของเบิร์นจะใช้คำว่า “Stroking” ซึ่งความต้องการไม่ใช่เป็นแต่เพียงจะให้เกิดความพึงพอใจเท่านั้น แต่เป็นสิ่งที่มีความจำเป็นสำหรับชีวิต ความต้องการที่จะได้รับ ความสนใจนั้นจะมีอยู่ตลอดชีวิต สำหรับการได้รับความสนใจนั้นจะเปลี่ยนจากลักษณะที่ตอบสนองทางด้านร่างกายไปเป็นด้านสัญลักษณ์ที่มีความหมายคำว่า “Strokes” เป็นหนึ่งเบื้องต้นของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งอาจจะประกอบไปด้วย Positive Stroke เช่น การกอดรัด การยิ้ม การแสดงการยอมรับโดยคำพูด หรือ Negative Stroke เช่น การตบหน้า การทำหน้านิ่ง การแสดงออกถึงการไม่ยอมรับ ถ้าหากเด็กขาดการตอบสนองในด้าน Positive Stroke แล้วเขาจะแสวงหา Negative Stroke

2) Structure Hunger หมายถึง ความต้องการของบุคคลที่จะใช้เวลาในการที่จะได้รับความเอาใจใส่ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ในทฤษฎีนี้เบิร์นจะใช้คำถามว่า “What do you say after you say hello?” เพื่อจะแยกแยะปัญหาในเรื่องการใช้เวลาของบุคคล “คุณทำอะไรบ้างใน 24 ชั่วโมงของแต่ละวัน” ก็เป็นคำถามที่จะใช้ในการวิเคราะห์บุคคลเช่นกัน สำหรับความต้องการในการใช้เวลานี้เป็นส่วนหนึ่งของความต้องการที่จะได้รับความเอาใจใส่ เพราะเกี่ยวข้องกับวิธีการที่บุคคลจะใช้เวลาเพื่อให้ได้มาซึ่งความเอาใจใส่มากที่สุด การใช้เวลาเพื่อให้ได้มาซึ่งความสนใจจากบุคคลอื่น ๆ

มีความสำคัญ บุคคลจะต้องเลือกใช้ให้เหมาะสมกับกาลเทศะและต่อบุคคลด้วย ถ้าหากขาดความเหมาะสมก็จะทำให้เกิดความไม่สมดุลในด้านบุคลิกภาพได้ด้วย

3) Position Hunger ความต้องการหรือแรงจูงใจนี้ หมายถึง ความต้องการของบุคคลที่จะมีการตัดสินใจที่สำคัญเกี่ยวกับชีวิตอย่างมั่นคงและมีเหตุผล ในขณะที่เด็กกำลังเจริญเติบโตมักจะได้รับคำพูดต่าง ๆ เช่น หนูน่ารักจัง เธอเป็นเด็กไม่ดี ดังนั้นเขาจะเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองว่าเขาเป็นคนที่ใช้ได้ ("OK") หรือ ใช้ไม่ได้ ("Not-OK") ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะกลายเป็นความคาดหวังด้านคุณค่าภายในตัวของเขา การตัดสินใจว่าเด็กเป็นอย่างไร มักจะทำให้เด็กเกิดความสับสน ทำให้โลกสับสนไปด้วย เมื่อเด็กปฏิสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น เด็กจะมีความตัดสินใจกับคนอื่นเช่นกันว่าเขาใช้ได้ หรือไม่ได้ การที่เด็กตัดสินใจคนอื่นว่าเป็นอย่างไรนั้นจะมีผลต่อการสร้างตำแหน่งชีวิต (Life Position) ขึ้น เมื่อบุคคลเลือกตำแหน่งชีวิตอย่างไร วิธีการที่บุคคลจะใช้เวลาและความปรารถนาของบุคคลจะถูกกำหนดชัดเจนขึ้นพอสมควร

จากการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์สรุปได้ว่า มนุษย์เกิดมาพร้อมกับความสามารถที่จะพัฒนาศักยภาพต่าง ๆ ของตนเอง มีความต้องการทางด้านจิตใจที่จะเป็นสำหรับการดำรงชีวิตที่สำคัญคือ ความต้องการที่จะได้รับความสนใจ (Stimulus Hunger) ความต้องการที่จะใช้เวลาในการที่จะได้รับความเอาใจใส่ให้มากที่สุด (Structure Hunger) และความต้องการที่จะมีการตัดสินใจเกี่ยวกับชีวิตอย่างมั่นคงและมีเหตุผล (Position Hunger) เพื่อความก้าวหน้าของตนเองและสังคม มีเสรีภาพในการเลือกและเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่ตนต้องการ โดยตกอยู่ใต้อิทธิพลของอดีต

ส่วนความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีดังนี้

โกลดิงและโกลดิง (บัญญัติ ยงยวน. 2530 : 23-24 ; อ้างอิงจาก Goulding and Goulding. 1976 : unpagged) ได้แสดงทัศนะของตนว่า มนุษย์สามารถที่จะตัดสินใจด้วยตนเองเกี่ยวกับแรงจูงใจหรือเป้าหมายในชีวิตได้ ถึงแม้เขาจะไม่สามารถลบสภาพพจน์หรือการตัดสินใจในอดีตลงได้ แต่เขาก็สามารถสร้างสิ่งใหม่ๆ ขึ้นมาได้โดยการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตกำหนดวิถีชีวิตด้วยตัวเขาเอง ไม่ยอมตกเป็นทาสของอดีต

เจมส์ (นฤพนธ์ สีแสง. 2541 : 18 ; อ้างอิงจาก James. 1977 : 4) เชื่อว่า มนุษย์สามารถเป็นตัวของตัวเองได้ มนุษย์ไม่จำเป็นจะต้องเป็นทาสอดีตเสมอไป เขาสามารถที่จะตัดสินใจเป็นอะไรหรือไม่เป็นอะไรก็ได้ เขาสามารถที่จะทำหรือไม่ทำก็ได้ เขาสามารถที่จะแสดงความรู้สึกนึกคิดหรือไม่แสดงออกก็ได้ โดยการใช้ทฤษฎีวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในอันที่จะจัดอิทธิพลของอดีตที่ผ่านมาและวางแผนการเพื่ออนาคต รวมทั้งเรียนรู้ที่จะตอบสนองต่อสภาพการณ์ในปัจจุบันในลักษณะ "ที่นี่และเดี๋ยวนี้"

แฮร์ริส (Harris. 1978 : 56) เชื่อว่า มนุษย์มีเสรีภาพในการเลือก มีเสรีภาพในการเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่ต้องการเปลี่ยน เช่น เปลี่ยนการตอบสนองต่อสิ่งเร้าใหม่ๆ เป็นต้น

เบิร์น (กฤษณา ศักดิ์ศรี. 2531 : 504 ; อ้างอิงจาก Berne. 1977) กล่าวว่า บุคคลโดยพื้นฐานแล้วดี แต่บางครั้งพฤติกรรมไม่เป็นที่ยอมรับ เมื่อบุคคลได้ข้อมูลทางพฤติกรรมของเขาอย่างเพียงพอ จะทราบถึงความแตกต่างและอุปสรรค เมื่อบุคคลยอมรับถึงอุปสรรค จะสามารถควบคุมและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาได้

จากแนวความเชื่อของนักจิตวิทยากลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ สรุปได้ว่า มนุษย์มีอิสระในการเลือกตัดสินใจในสิ่งที่ต้องการสามารถควบคุมและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้ ซึ่งสามารถเรียนรู้ที่จะตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ ในปัจจุบันได้ ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิต ซึ่งเชื่อว่าพฤติกรรมต่างๆ เป็นสิ่งที่สามารถวิเคราะห์ได้ และได้รับอิทธิพลจากประสบการณ์ในวัยเด็ก เป็นทฤษฎีทางจิตวิทยาที่มุ่งแก้ไขพฤติกรรมในปัจจุบันให้บุคคลเป็นตัวของตัวเอง ไม่ตกเป็นทาสอดีต เป็นวิธีการที่ใช้ได้กับบุคคลทั่วไป สามารถศึกษาทำความเข้าใจได้ง่าย สามารถนำมาปรับปรุงตนเองได้ รวมทั้งทำให้สามารถเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลอื่นได้ เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้ดี ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดีอีกด้วย

1.3 ขั้นตอนการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

1.3.1 การวิเคราะห์โครงสร้างของบุคลิกภาพ (Structural Analysis)

โครงสร้างของบุคลิกภาพซึ่งเบิร์นใช้คำว่า ภาวะตัวตน หรือ ภาวะอัตตา (Ego State) หมายถึง ภาวะต่างๆ ของจิตใจ (Mind) ที่สัมพันธ์เกี่ยวข้องกับแบบแผนต่างๆ ของพฤติกรรมซึ่งในตัวบุคคลแต่ละคน จะต้องประกอบด้วยบุคลิกภาพ 3 ส่วนด้วยกัน คือ ส่วนที่มีลักษณะคล้ายพ่อ-แม่ (Parent Ego State) ใช้อักษรย่อ "P" ส่วนที่มีลักษณะเป็นผู้ใหญ่ เรียกว่า ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (Adult Ego State) ใช้อักษรย่อว่า "A" และส่วนที่มีลักษณะเป็นเด็ก เรียกว่า ภาวะความเป็นเด็ก (Child Ego State) ใช้อักษรย่อว่า "C" และแม้ว่าคนทุกคนจะต้องมีบุคลิกภาพทั้ง 3 ส่วนนี้รวมกัน แต่จะมีส่วนใดมากน้อยแค่ไหน หรือจะแสดงออกในภาวะใดๆ นั้น ย่อมจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2531 : 101) และเจียรนัย ทรงชัยกุล (2533 : 76) ได้กล่าวถึงโครงสร้างบุคลิกภาพของบุคคลตาม แนวคิดของเบิร์น ซึ่งเบิร์นได้แบ่งโครงสร้างบุคลิกภาพออกเป็น 3 ส่วน คือ ภาวะความเป็นพ่อแม่ (Parent Ego State) ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (Adult Ego State) และภาวะความเป็นเด็ก (Child Ego State) ทุกคนไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ก็จะมีภาวะของบุคลิกภาพ (Ego State) ทั้ง 3 ส่วน ประกอบกัน แต่จะมีลักษณะเด่นต่างกัน จะมีมากน้อยขึ้นอยู่กับการเรียนรู้ประสบการณ์เก่าและวิธีที่ตนตอบสนองต่อสภาพการณ์ของชีวิต บุคคลจะแสดงภาวะของบุคลิกภาพที่ตนมีอยู่ออกมาในวาระและโอกาสต่างๆ กัน โดยการพูดและแสดงออกปฏิกิริยาท่าทาง ซึ่งสามารถสังเกตและวิเคราะห์ได้ภาวะของบุคลิกภาพทั้ง 3 ส่วนของแต่ละบุคคล หรือที่เรียกกันย่อๆ ว่า P-A-C

เบิร์น (กฤษณา ศักดิ์ศรี. 2531 : 504 ; อ้างอิงจาก Berne. 1977) กล่าวว่า บุคคลโดยพื้นฐานแล้วดี แต่บางครั้งพฤติกรรมไม่เป็นที่ยอมรับ เมื่อบุคคลได้ข้อมูลทางพฤติกรรมของเขาอย่างเพียงพอ จะทราบถึงความแตกต่างและอุปสรรค เมื่อบุคคลยอมรับถึงอุปสรรค จะสามารถควบคุมและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาได้

จากแนวความเชื่อของนักจิตวิทยากลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ สรุปได้ว่า มนุษย์มีอิสระในการเลือกตัดสินใจในสิ่งที่ต้องการสามารถควบคุมและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้ ซึ่งสามารถเรียนรู้ที่จะตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ ในปัจจุบันได้ ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิต ซึ่งเชื่อว่าพฤติกรรมต่างๆ เป็นสิ่งที่สามารถวิเคราะห์ได้ และได้รับอิทธิพลจากประสบการณ์ในวัยเด็ก เป็นทฤษฎีทางจิตวิทยาที่มุ่งแก้ไขพฤติกรรมในปัจจุบันให้บุคคลเป็นตัวของตัวเอง ไม่ตกเป็นทาสอดีต เป็นวิธีการที่ใช้ได้กับบุคคลทั่วไป สามารถศึกษาทำความเข้าใจได้ง่าย สามารถนำมาปรับปรุงตนเองได้ รวมทั้งทำให้สามารถเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลอื่นได้ เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้ดี ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดีอีกด้วย

1.3 ขั้นตอนการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

1.3.1 การวิเคราะห์โครงสร้างของบุคลิกภาพ (Structural Analysis)

โครงสร้างของบุคลิกภาพซึ่งเบิร์นใช้คำว่า ภาวะตัวตน หรือ ภาวะอัตตา (Ego State) หมายถึง ภาวะต่างๆ ของจิตใจ (Mind) ที่สัมพันธ์เกี่ยวข้องกับแบบแผนต่างๆ ของพฤติกรรมซึ่งในตัวบุคคลแต่ละคน จะต้องประกอบด้วยบุคลิกภาพ 3 ส่วนด้วยกัน คือ ส่วนที่มีลักษณะคล้ายพ่อ-แม่ (Parent Ego State) ใช้ตัวย่อว่า "P" ส่วนที่มีลักษณะเป็นผู้ใหญ่ เรียกว่า ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (Adult Ego State) ใช้ตัวย่อว่า "A" และส่วนที่มีลักษณะเป็นเด็ก เรียกว่า ภาวะความเป็นเด็ก (Child Ego State) ใช้ตัวย่อว่า "C" และแม้ว่าคนทุกคนจะต้องมีบุคลิกภาพทั้ง 3 ส่วนนี้รวมกัน แต่จะมีส่วนใดมากน้อยแค่ไหน หรือจะแสดงออกในภาวะใดๆ นั้น ย่อมจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2531 : 101) และเจียรนีย์ ทรงชัยกุล (2533 : 76) ได้กล่าวถึงโครงสร้างบุคลิกภาพของบุคคลตาม แนวคิดของเบิร์น ซึ่งเบิร์นได้แบ่งโครงสร้างบุคลิกภาพออกเป็น 3 ส่วน คือ ภาวะความเป็นพ่อแม่ (Parent Ego State) ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (Adult Ego State) และภาวะความเป็นเด็ก (Child Ego State) ทุกคนไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ก็จะมีภาวะของบุคลิกภาพ (Ego State) ทั้ง 3 ส่วน ประกอบกัน แต่จะมีลักษณะเด่นต่างกัน จะมีมากน้อยขึ้นอยู่กับการเรียนรู้ประสบการณ์เก่าและวิธีที่ตนตอบสนองต่อสภาพการณ์ของชีวิต บุคคลจะแสดงภาวะของบุคลิกภาพที่ตนมีอยู่ออกมาในวาระและโอกาสต่างๆ กัน โดยการพูดและแสดงออกกับกริยาท่าทาง ซึ่งสามารถสังเกตและวิเคราะห์ได้ภาวะของบุคลิกภาพทั้ง 3 ส่วนของแต่ละบุคคล หรือที่เรียกกันย่อๆ ว่า P-A-C

1.3.1.2 ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (A) เป็นลักษณะบุคลิกภาพที่ทำงานเกี่ยวกับการรวบรวมข้อมูลต่างๆ ที่เป็นข้อเท็จจริง เป็นภาวะที่บุคคลใช้หลักแห่งเหตุผลในการพิจารณาสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง จะพิจารณาสิ่งต่างๆ จากข้อมูลตามที่เป็นจริงและตัดสินใจตามข้อมูลที่ได้รับ โดยไม่คำนึงถึงอารมณ์ ความรู้สึก ดำรงชีวิตโดยใช้สติปัญญาเป็นหลัก บุคคลที่มีความเป็นผู้ใหญ่ปรากฏอย่างเด่นชัด จึงมีลักษณะของผู้ที่รู้จักตนเองตามความเป็นจริง รู้จักปรับเปลี่ยนตนเองได้อย่างสมวัยและกาลเทศะ มีความเชื่อมั่นในตนเองยึดมั่นในศีลธรรมและจรรยาบรรณของสังคม นอกจากนี้แต่ละบุคคลใช้ภาวะความเป็นผู้ใหญ่เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูล แลกเปลี่ยนความจริง ถามคำถาม แก้ปัญหา และอภิปรายสิ่งต่างๆ อย่างมีเหตุผล แต่ถ้าบุคคลใดใช้ภาวะของความเป็นผู้ใหญ่อยู่เสมอ อาจทำให้เขามีบุคลิกภาพคล้ายหุ่นยนต์ที่ปราศจากอารมณ์และความรู้สึก บุคคลที่มีพัฒนาการเป็นไปตามวุฒิภาวะ และรู้จักตัวเองตรงตามความเป็นจริง ลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่ของบุคคลนั้นจะเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ จากประสบการณ์ที่เขาได้เรียนรู้ ซึ่งถ้าเปรียบเทียบกันระหว่างบุคลิกภาพทั้งสามส่วนแล้ว ลักษณะที่เป็นเด็กและลักษณะที่เป็นพ่อแม่ มักจะคงที่ ไม่เปลี่ยนแปลงมากเหมือนลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่เพราะข้อเท็จจริงต่างๆ บุคคลเรียนรู้และต้องเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพการณ์ ยิ่งกว่านั้นส่วนของลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่จะสามารถพิจารณาใช้เหตุผลตัดสินบุคลิกภาพในส่วนของลักษณะที่เป็นเด็กกับลักษณะที่เป็นพ่อแม่ว่า ควรปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแก้ไข หรือลบล้างออกไปอย่างไรบ้าง แต่ไม่ได้หมายความว่าลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่จะทำหน้าที่เป็นผู้บงการ เพียงแต่จะพยายามใช้เหตุผลข้อมูลต่างๆ มาพยายามปรับลักษณะที่เป็นเด็ก และลักษณะที่เป็นพ่อแม่ที่บุคคลมีอยู่ในตัวให้เหมาะสม ถูกต้องตามเหตุการณ์ และอยู่ในสภาวะที่สมดุลย์ เพื่อให้บุคคลปรับตัวได้

1.3.1.3 ภาวะความเป็นเด็ก (C) เป็นภาวะบุคคลมีพฤติกรรมเหมือนกับยังอยู่ในวัยเด็ก มีอารมณ์ความรู้สึกที่แท้จริงอย่างไรก็แสดงออกไปตามธรรมชาติ ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ทางด้านบวกหรือลบ ลักษณะที่เป็นเด็กนี้จะมีอยู่ในตัวของบุคคลทุกคน ไม่ว่าบุคคลนั้นจะอายุมากน้อยเพียงใด เพียงแต่ลักษณะส่วนนี้จะมีอยู่มากน้อยต่างกันในแต่ละบุคคล และเมื่ออายุมากขึ้น บุคคลก็จะไม่แสดงออกถึงลักษณะส่วนนี้มากเหมือนกับวัยเด็ก ลักษณะนี้เป็นส่วนของบุคลิกภาพที่ยังไม่ได้ขัดเกลา เช่น ดีใจก็กระโดดโลดเต้น มีความสดชื่นรื่นเริง เมื่อเสียใจก็ร้องไห้อย่างเปิดเผย เป็นต้น ภาวะของความเป็นเด็กยังแบ่งออกได้เป็น 3 ส่วน คือ

ก. ภาวะความเป็นเด็กเจ้าปัญญาหรือเด็กมีความคิด (Little Professor) ซึ่งเรียกกันย่อๆ ว่า LP เป็นภาวะที่บุคคลมีพฤติกรรมเหมือนเป็นเด็กที่มีความเฉลียวฉลาด มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบคิดสิ่งแปลกใหม่ ประจบเพื่อใช้คน เอาใจคนเก่ง ชอบวางแผน เริ่มมีการใช้ความคิดและเหตุผลคล้ายกับผู้ใหญ่ เป็นต้น ดังนั้น บุคคลที่มีภาวะของความเป็นเด็กเจ้าปัญญาอย่างเด่นชัด จึงเป็นผู้ที่รู้ว่าจะจัดการกับบางสิ่งบางอย่างด้วยวิธีการอย่างไรได้ด้วยตนเอง แม้ว่าจะยังอยู่ในขอบเขตแห่งโลกของเด็กก็ตาม

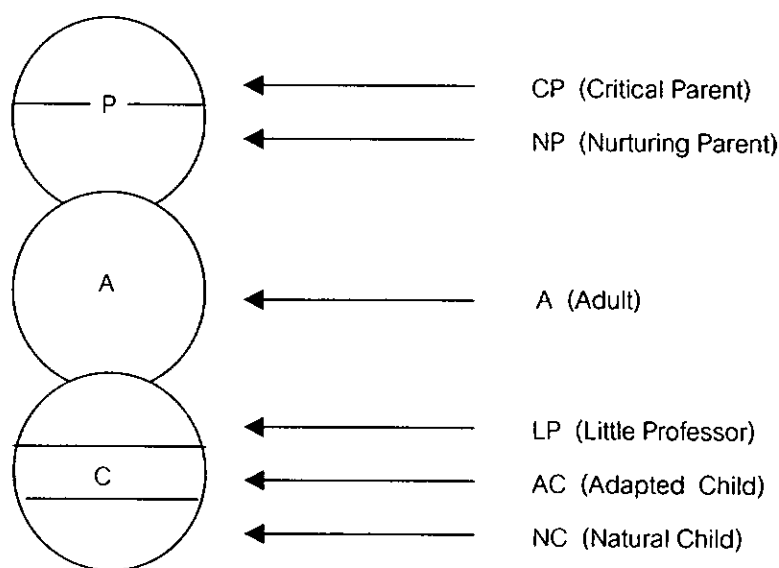
1.3.1.2 ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (A) เป็นลักษณะบุคลิกภาพที่ทำงานเกี่ยวกับการรวบรวมข้อมูลต่างๆ ที่เป็นข้อเท็จจริง เป็นภาวะที่บุคคลใช้หลักแห่งเหตุผลในการพิจารณาสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง จะพิจารณาสิ่งต่างๆ จากข้อมูลตามที่เป็นจริงและตัดสินใจตามข้อมูลที่ได้รับ โดยไม่คำนึงถึงอารมณ์ ความรู้สึก ดำรงชีวิตโดยใช้สติปัญญาเป็นหลัก บุคคลที่มีความเป็นผู้ใหญ่ปรากฏอย่างเด่นชัด จึงมีลักษณะของผู้ที่รู้จักตนเองตามความเป็นจริง รู้จักปรับเปลี่ยนตนเองได้อย่างสมวัยและกาลเทศะ มีความเชื่อมั่นในตนเองยึดมั่นในศีลธรรมและจรรยาบรรณของสังคม นอกจากนี้แต่ละบุคคลใช้ภาวะความเป็นผู้ใหญ่เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูล แลกเปลี่ยนความจริง ถามคำถาม แก้ปัญหา และอภิปรายสิ่งต่างๆ อย่างมีเหตุผล แต่ถ้าบุคคลใดใช้ภาวะของความเป็นผู้ใหญ่อยู่เสมอ อาจทำให้เขามีบุคลิกภาพคล้ายหุ่นยนต์ที่ปราศจากอารมณ์และความรู้สึก บุคคลที่มีพัฒนาการเป็นไปตามวุฒิภาวะ และรู้จักตัวเองตรงตามความเป็นจริง ลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่ของบุคคลนั้นจะเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ จากประสบการณ์ที่เขาได้เรียนรู้ ซึ่งถ้าเปรียบเทียบกันระหว่างบุคลิกภาพทั้งสามส่วนแล้ว ลักษณะที่เป็นเด็กและลักษณะที่เป็นพ่อแม่ มักจะคงที่ ไม่เปลี่ยนแปลงมากเหมือนลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่เพราะข้อเท็จจริงต่างๆ บุคคลเรียนรู้และต้องเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพการณ์ ยิ่งกว่านั้นส่วนของลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่จะสามารถพิจารณาใช้เหตุผลตัดสินบุคลิกภาพในส่วนของลักษณะที่เป็นเด็กกับลักษณะที่เป็นพ่อแม่ว่า ควรปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแก้ไข หรือลบทิ้งออกไปอย่างไรบ้าง แต่ไม่ได้หมายความว่าลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่จะทำหน้าที่เป็นผู้บงการ เพียงแต่จะพยายามใช้เหตุผลข้อมูลต่างๆ มาพยายามปรับลักษณะที่เป็นเด็ก และลักษณะที่เป็นพ่อแม่ที่บุคคลมีอยู่ในตัวให้เหมาะสม ถูกต้องตามเหตุการณ์ และอยู่ในสภาวะที่สมดุลย์ เพื่อให้บุคคลปรับตัวได้

1.3.1.3 ภาวะความเป็นเด็ก (C) เป็นภาวะบุคคลมีพฤติกรรมเหมือนกับยังอยู่ในวัยเด็ก มีอารมณ์ความรู้สึกที่แท้จริงอย่างไรก็แสดงออกไปตามธรรมชาติ ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ทางด้านบวกหรือลบ ลักษณะที่เป็นเด็กนั้นจะมีอยู่ในตัวของบุคคลทุกคน ไม่ว่าบุคคลนั้นจะอายุมากน้อยเพียงใด เพียงแต่ลักษณะส่วนนี้จะมีอยู่มากน้อยต่างกันในแต่ละบุคคล และเมื่ออายุมากขึ้น บุคคลก็จะไม่แสดงออกถึงลักษณะส่วนนี้มากเหมือนกับวัยเด็ก ลักษณะนี้เป็นส่วนของบุคลิกภาพที่ยังไม่ได้ขัดเกลา เช่น ดีใจก็กระโดดโลดเต้น มีความสดชื่นรื่นเริง เมื่อเสียใจก็ร้องไห้อย่างเปิดเผย เป็นต้น ภาวะของความเป็นเด็กยังแบ่งออกได้เป็น 3 ส่วน คือ

ก. ภาวะความเป็นเด็กเจ้าปัญญาหรือเด็กมีความคิด (Little Professor) ซึ่งเรียกกันย่อๆ ว่า LP เป็นภาวะที่บุคคลมีพฤติกรรมเหมือนเป็นเด็กที่มีความเฉลียวฉลาด มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบคิดสิ่งแปลกใหม่ ประจบเพื่อใช้คน เอาใจคนเก่ง ชอบวางแผน เริ่มมีการใช้ความคิดและเหตุผลคล้ายกับผู้ใหญ่ เป็นต้น ดังนั้น บุคคลที่มีภาวะของความเป็นเด็กเจ้าปัญญาอย่างเด่นชัด จึงเป็นผู้ที่รู้ว่าควรจัดการกับบางสิ่งบางอย่างด้วยวิธีการอย่างไรได้ด้วยตนเอง แม้ว่าจะยังอยู่ในขอบเขตแห่งโลกของเด็กก็ตาม

เนื่องจากการพัฒนาของลักษณะที่เป็นเด็กนั้น พัฒนาขึ้นอย่างมากในช่วง 7 ปีแรกของชีวิต ซึ่งเป็นระยะก่อนที่มีพัฒนาการทางภาษาอย่างเต็มที่ เด็กมีแรงผลักดันตามธรรมชาติในการอยากพึ่งพาตนเอง อยากลองทำอะไรใหม่ๆ ต้องการสำรวจสภาพแวดล้อมด้วยตนเอง แต่ผู้ใหญ่ที่มีอิทธิพลเหนือกว่าจะคอยควบคุมขัดขวาง เพราะกลัวอันตรายทำให้เด็กต้องระงับพฤติกรรมต่างๆ ที่เป็นความสุขจึงเกิดความคับข้องใจ ลักษณะของเด็กที่ได้รับการขัดเกล่าจะพัฒนาจากการที่เด็กได้เรียนรู้กฎเกณฑ์ ยอมทำตาม ถ้าพ่อแม่สั่งสอนด้วยความรัก มีเหตุผล คงเส้นคงวา เด็กจะมีวินัยในตนเองรู้สึกที่ตนเองได้รับการยอมรับแม้ต้องทำตามกฎเกณฑ์ หากพ่อแม่ใช้อารมณ์รุนแรง ลงโทษ ไม่คงเส้นคงวา ทำให้เด็กรู้สึกไม่ได้รับการยอมรับ ไม่มีคุณค่าทำตามสิ่งเพราะยังพึ่งพาตนเองไม่ได้ เมื่อโตขึ้น ถ้าไม่ออกมาในรูปพฤติกรรมก้าวร้าวก็จะเป็นลักษณะผู้พึ่งพากลัวผิดพลาด เพราะเกิดความรู้สึกว่า “ฉันไม่ดี” สำหรับบุคลิกภาพในส่วน of ลักษณะที่เป็นเด็กมีการพัฒนาขึ้น เมื่อเด็กเริ่มหาเหตุผล ใช้ความคิด แสดงออกให้เห็นว่ารู้จักประเมินค่า ตัดสินสิ่งต่างๆ ด้วยหลักเหตุผล มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

โครงสร้างของบุคลิกภาพทั้ง 3 ภาวะของแต่ละบุคคล สามารถแสดงด้วยแผนผังดังนี้ (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 168)

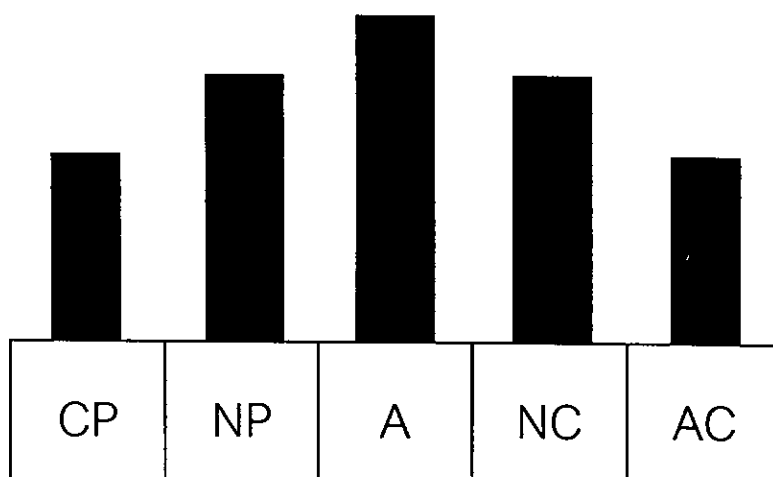


ภาพประกอบ 2 โครงสร้างของบุคลิกภาพ

ภาวะความเป็นพ่อ-แม่ ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ และภาวะความเป็นเด็กต่างตอบสนองหรือมีปฏิกิริยาต่อสิ่งเร้าแตกต่างกัน โดยแต่ละภาวะจะรับรู้สิ่งเร้าแตกต่างกัน และจะตอบสนองตามการรับรู้ (Perception) ของแต่ละภาวะ นอกจากนี้ทั้งสามสภาวะนี้ ยังมีปฏิกิริยาต่อกันและกันอีกด้วย

เนื่องด้วยแต่ละบุคคลมีพลังจิตหรือพลังทางจิต (Psychic Energy หรือ Cathexis) พลังจิตจะไหลผ่านขอบเขต (Boundary) ของแต่ละภาวะตัวตน ซึ่งขอบเขตของแต่ละภาวะตัวตนนั้น เปรียบเสมือนเนื้อเยื่อบางๆ ที่พลังจิตสามารถไหลผ่านไปได้ และพลังจิตจะไหลผ่านจากภาวะตัวตนหนึ่งไปสู่ภาวะตัวตนอื่นๆ พลังจิตที่สามารถไหลผ่านภาวะตัวตนหนึ่งไปสู่อีกตัวตนหนึ่ง เรียกว่า พลังจิตอิสระ (Free Cathexis) บุคคลที่มีการรับรู้ที่มีประสิทธิภาพ จะมีการปรับเปลี่ยนสภาวะของบุคลิกภาพที่เป็นไปอย่างรวดเร็วและสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ซึ่งจะทำให้บุคคลนี้ปรับตัวได้ดี ตรงกันข้ามกับบางคนที่มีการรับรู้ที่ไม่มีประสิทธิภาพ จะมีการปรับเปลี่ยนสภาวะของบุคลิกภาพให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมได้ช้าหรือไม่ได้เลย ดังนั้นจึงมีบุคลิกภาพไม่เหมาะสมหรือผิดปกติ

สำหรับการวิเคราะห์บุคลิกภาพด้วยแผนภูมิแสดงบุคลิกภาพ (Egograms) นั้น แผนภูมิแสดงบุคลิกภาพ คือ เครื่องมือสำหรับแสดงหน้าที่และจำนวนพลังงานของภาวะตัวตน (Ego State) แผนภูมินี้จะแสดงด้วยกราฟแท่ง กราฟแท่งแต่ละแท่งจะแสดงถึงระดับความมากน้อยของพลังงานของภาวะตัวตน แต่ละภาวะของบุคคลแต่ละคนซึ่งแผนภูมิแสดงบุคลิกภาพนี้ ดูเชย์ (พรรณราย ทรัพย์ะประภา. 2533 : 43 ; อ้างอิงจาก Dusay. 1977 : 38-62) พัฒนามาจากโครงสร้างบุคลิกภาพของเบิร์น (Berne) ดังนั้น ในกราฟแต่ละแท่งจะใช้สัญลักษณ์เหมือนกับโครงสร้างบุคลิกภาพ คือ CP แทน ภาวะพ่อแม่ที่ขอบวิจารณ์ NP แทน ภาวะพ่อแม่ที่ทะนุถนอม A แทน ภาวะผู้ใหญ่ NC แทน ภาวะเด็กตามธรรมชาติ AC แทน ภาวะเด็กที่ได้รับการขัดเกลา พลังที่มีอยู่ในแต่ละภาวะตัวตนเหล่านี้สามารถถ่ายเทไปมาสู่กันได้ แผนภูมิแสดงบุคลิกภาพมีได้หลายรูปแบบขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล แผนภูมิแสดงบุคลิกภาพนั้น เปรียบเทียบได้กับลายนิ้วมือของคน แต่ละคนซึ่งไม่เหมือนกันเลยแม้แต่คนเดียว แม้ว่าอาจจะคล้ายกับผู้อื่นก็ตาม ไม่มีผู้ใดสรุปว่าแผนภูมิแสดงบุคลิกภาพแบบไหนดีหรือเลวกว่ากัน แต่แผนภูมิแสดงบุคลิกภาพของคนที่มีบุคลิกภาพดี คือ คนที่มีสุขภาพจิตดี มีความเป็นผู้นำ มนุษย์สัมพันธ์ดี และมีการปรับตัวที่ดี ควรมีความสมดุลย์ของแต่ละภาวะตัวตน คือมีลักษณะของแผนภูมิแสดงบุคลิกภาพเป็นรูปประฆังคว่ำ (Bell-Shaped Egogram) ซึ่งเป็นสิ่งที่แสดงถึงบุคลิกภาพที่มีความสมดุลย์ของการกระจายของระบบพลังงานทางจิตวิทยา (Psychological Energy) ดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 แผนภูมิแท่งแสดงบุคลิกภาพรูปประจักษ์

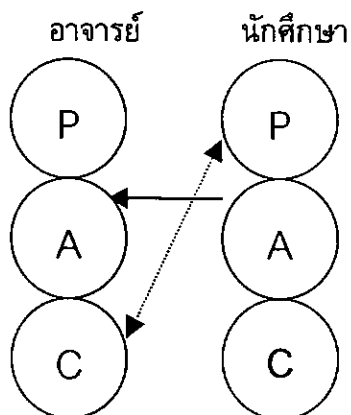
จากภาพประกอบ 3 เป็นแผนภูมิแสดงบุคลิกภาพซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการวิเคราะห์บุคลิกภาพของแต่ละบุคคลได้ ดังที่ดูเซย์ กล่าวว่า เราควรใช้แผนภูมิแสดงบุคลิกภาพนี้เป็นเครื่องมือในการที่จะพยายามเข้าใจตัวเราเองหรือผู้อื่นให้ดีขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการเปลี่ยนแปลงและความเจริญงอกงามในตัวเราหรือในผู้อื่น

1.3.2 การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2531 : 104-105) กล่าวว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นวิธีการที่อธิบายถึงการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลหนึ่งกับอีกบุคคลหนึ่ง โดยบุคคลหนึ่ง จะแสดงออกทางวาจา ซึ่งวาจาหรือท่าทีนั้น จะส่งมาจากภาวะตัวตนของบุคคลหนึ่งไปยังภาวะตัวตนของอีกบุคคลหนึ่ง สำหรับการติดต่อสัมพันธ์นี้ สามารถอธิบายได้ในรูปของสิ่งเร้าและการตอบสนอง เช่น บุคคลหนึ่งจะส่งสื่อสัมพันธ์จากภาวะความเป็นผู้ใหญ่ของตนไปยังภาวะความเป็นผู้ใหญ่ของอีกบุคคลหนึ่ง หรือจากภาวะความเป็นเด็กของบุคคลหนึ่ง ส่งไปยังภาวะความเป็นผู้ใหญ่ของอีกบุคคลหนึ่ง เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับอาภา จันทรสกุล (2535 : 165-166) ที่กล่าวว่า เราสามารถวิเคราะห์บุคลิกภาพของบุคคลได้ โดยสังเกตจากคำพูดที่บุคคลนั้นใช้สื่อสาร ตลอดจนท่าทางที่แสดงออกมา

ธีระ ประพตกิจ (2531 : 387) กล่าวว่า การปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเกิดขึ้นเมื่อบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปมาพบกัน ดังนั้น ถ้าบุคคล 2 คนคุยกัน ก็หมายความว่า มีภาวะตัวตนปะทะสัมพันธ์กันถึง 6 ภาวะ คือ คนละ 3 ภาวะ การปฏิสัมพันธ์ตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ก็หมายถึง เพียงการสื่อสารที่มีสิ่งเร้าและการตอบสนองระหว่างบุคคลที่มีภาวะตัวตนคนละ 3 ลักษณะ ในการสื่อสารหรือปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวจะมีระดับเกิดขึ้น 2 ระดับ คือ ระดับสังคม (Social Level) และระดับจิตวิทยา (Psychological Level) ในระดับสังคมเป็น

การปฏิสัมพันธ์ที่เปิดเผย มองเห็นได้จากพฤติกรรมภายนอกและระดับจิตวิทยาเป็นการปฏิสัมพันธ์ของความรู้สึกหรือสิ่งที่ซ่อนเร้นอยู่ในใจ ลักษณะการปฏิสัมพันธ์ 2 ระดับสามารถแสดงให้เห็นภาพได้โดยให้ลูกศรเส้นทึบแทนการปฏิสัมพันธ์ระดับสังคม เส้นไขว้ปลาแทนการปฏิสัมพันธ์ระดับจิตวิทยา ดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 แสดงสัญลักษณ์การติดต่อสัมพันธ์ระดับสังคม และระดับจิตใจ

โกศล มีคุณ (2533 : 135) กล่าวว่า ในภาวะการติดต่อสื่อสารโดยเฉพาะระหว่างคน 2 คน เบิร์นได้วิเคราะห์ไว้สรุปว่า การติดต่อสื่อสารแยกได้เป็น 2 แบบใหญ่ๆ คือ การติดต่อสื่อสารแบบคล้อยตามกันหรือแบบเป็นมิตร (Complementary) และการติดต่อสื่อสารแบบตัดกันหรือแบบไม่เป็นมิตร (Crossed)

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2533 : 81-84) ได้กล่าวถึงรูปแบบของสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลทั้งที่ใช้คำพูดและอากัปกิริยาท่าทางในการติดต่อสัมพันธ์กันนั้น แบ่งเป็น สัมพันธภาพแบบถ้อยที่ถ้อยอาศัย (Complementary Transaction) สัมพันธภาพแบบขัดแย้งกัน (Crossed Transaction) และสัมพันธภาพแบบเคลือบแฝง (Ulterior Transaction)

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2531 : 104-105) กล่าวว่า การติดต่อหรือสื่อสารสัมพันธ์ทางสังคม หรือการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

ประเภทที่ 1 การติดต่อสัมพันธ์อย่างง่าย (Simple Transaction) เป็นการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จากภาวะตัวตนของบุคคลหนึ่งไปสู่ภาวะตัวตนของอีกบุคคลหนึ่ง แบ่งเป็น 2 รูปแบบ คือ

- ก. การติดต่อสัมพันธ์ที่รับกัน (Complementary Transaction)
- ข. การติดต่อสัมพันธ์ที่สวนทางกัน (Crossed Transaction)

ประเภทที่ 2 การติดต่อสัมพันธ์ที่แฝงความต้องการที่แท้จริง (Ulterior Transaction) เป็นการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลโดยผู้สื่อใช้วาจาหรือมีพฤติกรรมอย่างหนึ่งแต่ความมุ่งหวังที่แท้จริงของบุคคลนั้น ต้องตีความจากความหมายที่แฝงไว้ แต่ไม่ได้แสดงออกมา

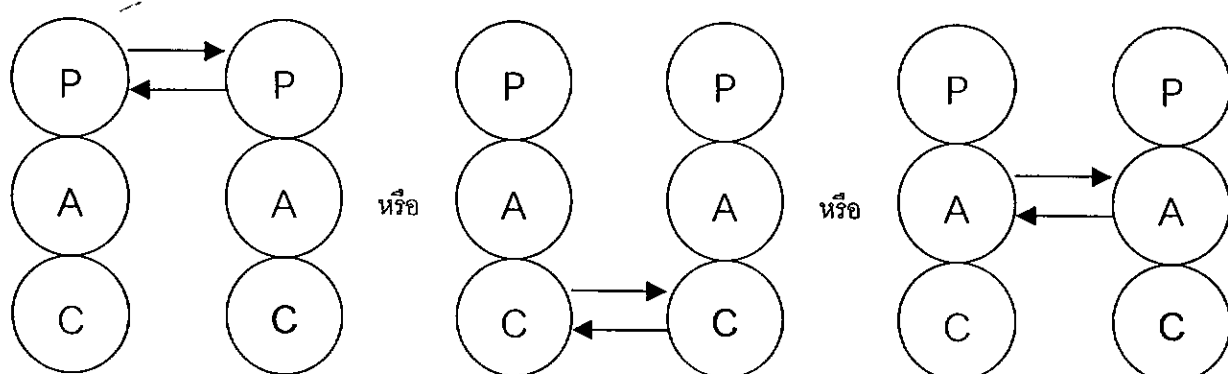
เพราะผู้สื่อสารบอว่าจากหรือพฤติกรรมที่เขาแสดงออกมา เป็นสิ่งที่สังคมยอมรับ แต่พฤติกรรมที่เขาซ่อนไว้เป็นความต้องการที่แท้จริงของเขาที่แสวงหา

วัลลภ ปิยะมโนธรรม (2533 : 4) กล่าวว่า การสื่อสารที่ดีควรรู้เรื่องเหล่านี้ คือ การสื่อสารในภาวะตัวตนระดับเดียวกัน (Complementary) การสื่อสารในภาวะตัวตนที่ระดับต่างกัน (Crossed) การสื่อสารแบบแอบแฝงความรู้สึกแท้ๆ อยู่ภายใน (Ulterior)

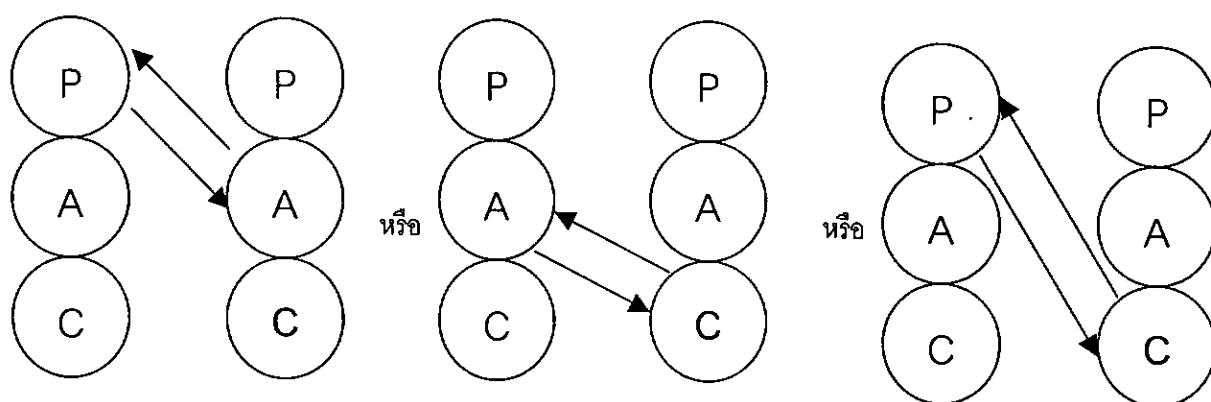
หลุยส์ จำปาเทศ (2533 : 109-111) กล่าวว่า การสื่อสารมี 3 แบบ คือ การสื่อสารที่สอดคล้องกัน (Complementary Transaction) การสื่อสารที่ขัดแย้งกัน (Crossed Transaction) และการสื่อสารที่มีความซับซ้อนแอบแฝงหรือซ่อนเร้น (Ulterior Transaction)

อาภา จันทรสกุล (2535 : 169-176) กล่าวว่า การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลช่วยให้เราสามารถวิเคราะห์บุคลิกภาพของบุคคลได้ โดยสังเกตจากคำพูดที่บุคคลนั้นได้สื่อสารตลอดจนท่าทางที่แสดงออกมา ซึ่งรูปแบบของการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสามารถแบ่งเป็นรูปแบบต่างๆ ดังนี้

การติดต่อสัมพันธ์ที่รับกันหรือไม่ขัดแย้งกัน (Complementary or Parallels Transaction) การติดต่อสัมพันธ์แบบนี้จะมีลักษณะถ้อยที่ถ้อยอาศัยกัน ผู้สื่อสารคาดหวังว่าจะได้รับการตอบสนองจากบุคคลที่ตนสื่อสารอย่างไร ก็ได้รับการตอบสนองตามคาดหวัง ไม่ขัดแย้งกัน สัมพันธภาพระหว่างบุคคลจึงเป็นไปในเชิงบวก เช่น มีมิตรไมตรีที่ดีต่อกัน ไว้วางใจและเข้าใจกัน ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างทั้งสองฝ่ายก็จะดำเนินต่อไปได้เรื่อยๆ อย่างราบรื่น ถ้าวิเคราะห์จากทิศทาง (Vector) ของการสื่อสาร ลูกศรจะไม่ตัดข้ามกัน ลูกศรจะขนานกันไป สัมพันธภาพแบบถ้อยที่ถ้อยอาศัย มีทิศทางติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นลักษณะคู่ขนานกัน โดยจะเกิดขึ้นได้ในการติดต่อสัมพันธ์ซึ่งทั้งสองฝ่ายใช้ภาวะตัวตนแบบเดียวกัน หรือต่างแบบกัน ดังภาพประกอบ 5



การใช้ภาวะตัวตนแบบเดียวกัน



การใช้ภาวะตัวตนต่างแบบกัน

ภาพประกอบ 5 แสดงลักษณะการติดต่อสัมพันธ์แบบไม่ขัดแย้งกันในแบบต่างๆ

ในการติดต่อแบบถ้อยที่ถ้อยอาศัยนี้ เมื่อการติดต่อเสร็จสิ้นลง ทั้งสองฝ่ายจะเกิดความรู้สึกพึงพอใจ ประทับใจ ไม่ขุ่นข้องหมองใจหรือโกรธเคืองกัน (กฤษณา ศักดิ์ศรี. 2531 : 509) ไม่มีปัญหาติดค้างในใจ ในชีวิตประจำวันจะเป็นแบบ “บัวไม่ให้ช้ำ น้ำไม่ให้ขุ่น”

1.3.2.2 การติดต่อสัมพันธ์แบบขัดแย้ง (Crossed Transaction) เป็นการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งฝ่ายหนึ่งไม่ได้รับการตอบสนองตามที่คาดหวังไว้ จึงทำให้เกิดสัมพันธภาพในเชิงลบ เกิดการขัดแย้งกันขึ้น มีข้อขัดแย้งกัน ไม่ร่วมมือกัน หรือเกิดความเข้าใจผิดกันอาจถึงขั้นทะเลาะวิวาทเป็นศัตรูกันได้ ดังนั้น เมื่อมีสัมพันธภาพแบบขัดแย้งกันเกิดขึ้น มักจะทำให้การติดต่อสัมพันธ์หยุดชะงัก ไม่สามารถดำเนินต่อไปได้ จะล้มเหลวก่อนระยะเวลาหรือก่อนที่วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้จะบรรลุความสัมพันธ์อาจเป็นไปได้เพียงช่วงสั้นๆ เท่านั้น เพราะผู้สื่อสารไม่ได้รับการตอบสนองจากบุคคลที่ตนมีปฏิสัมพันธ์ด้วยดังที่คาดหวังไว้ ถ้าวิเคราะห์จากทิศทาง (Vector) ของการติดต่อลูกศรจะตัดข้ามกัน

1.3.2.3 การติดต่อสัมพันธ์แบบที่มีนัยเคลือบแฝง (Ulterior Transaction) เป็นการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งผู้ติดต่อแสดงพฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้อย่างหนึ่ง แต่มีความต้องการที่แท้จริงซึ่งเคลือบแฝงหรือซ่อนเร้นได้ภายในเป็นอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งมีลักษณะคล้ายๆ กับ “ปากอย่าง ใจอย่าง” หรือ “วาจาขัดแย้งกับท่าทาง” พฤติกรรมหรือวาจาที่เขาแสดงออกเป็นสิ่งที่สังคมยอมรับและเปิดเผยได้ เป็น Social Message ส่วนความต้องการที่แท้จริงนั้นเปิดเผยโดยตรงไม่ได้ แต่เป็นความต้องการที่เขาตระหนักอยู่แก่ใจ เป็น Psychological Message อย่างไรก็ตาม ผู้ที่ใช้การสื่อสารสัมพันธ์ที่มีนัยเคลือบแฝงต้องการให้ผู้ที่ยื่นสื่อสารด้วยนั้นตอบสนองความต้องการในระดับจิตวิทยา (Psychological Level) ของตน การติดต่อสัมพันธ์แบบที่มีนัยเคลือบแฝง

ผู้ใช้อาจเป็นผู้ที่รู้ตัว หรือนักจิตวิทยาที่มีความชำนาญในการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสารสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สามารถวิเคราะห์ได้โดยสังเกตจากท่าทางและพฤติกรรมอื่นๆ ที่แสดงออกมาซึ่งไม่สอดคล้องกับวาจาที่สื่อสารออกมา พฤติกรรมต่างๆ ที่ใช้ประกอบการสังเกต เช่น น้ำเสียง คำพูดที่เลือกใช้ สรรพนามที่ใช้ การพล่งปาก การแสดงออกทางสีหน้า การแสดงออกทางด้านร่างกาย เช่น ยักไหล่ การใช้มือประกอบการคำพูด ฯลฯ

ความสัมพันธ์แบบเคลือบแฝงนั้นจำเป็นต้องใช้อยู่บ้างในสังคม เพราะมีความต้องการที่แท้จริงหลายลักษณะที่บุคคลไม่สามารถนำมาเปิดเผย หรือพูดกันอย่างตรงไปตรงมาได้ ทั้งนี้เพื่อรักษามารยาท อย่างไรก็ตาม การติดต่อสัมพันธ์แบบเคลือบแฝงจะนำไปสู่ความรู้สึกที่ไม่จริงใจต่อกัน หรือไม่ไว้วางใจกันระหว่างทั้งสองฝ่าย

ตามแนวความคิดจากทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การติดต่อสัมพันธ์สามารถประสบความสำเร็จได้ หากบุคคลรู้ภาวะตัวตนของตนและรู้ว่าผู้ที่เรากำลังติดต่อกับมีภาวะตัวตนแบบใด แล้วพยายามปรับตัวเข้าหากัน เพื่อให้เกิดการติดต่อสัมพันธ์แบบที่ไม่ขัดแย้งกัน ก็จะทำให้การติดต่อสัมพันธ์เป็นไปในทางที่ดี เกิดความพึงพอใจด้วยกันทั้งสองฝ่าย

1.3.3 การวิเคราะห์ทัศนะชีวิตหรือตำแหน่งชีวิต (Life Position Analysis)

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2531 : 103) กล่าวว่า การเลือกตำแหน่งของชีวิตมีพื้นฐานมาจากผลของการเข้าใจตัวเองและสภาพแวดล้อมตั้งแต่บุคคลนั้นยังเด็ก ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง การรู้จักตนเอง ความรู้สึกต่อตนเองและผู้อื่น จะสะท้อนให้เห็นจากการเลือกทัศนะชีวิตหรือตำแหน่งชีวิตของแต่ละบุคคลนั้น นอกจากนี้การเลือกตำแหน่งชีวิตยังเป็นผลมาจากการอบรมสั่งสอน และวิธีบอกกล่าวที่บิดามารดาใช้กับบุตรธิดาของตน ซึ่งเกี่ยวข้องกับลักษณะคำสั่ง วิธีการออกคำสั่ง และท่าทีของบิดามารดาที่มีต่อบุตรธิดา หรือเกี่ยวข้องกับการเปิดโอกาสให้บุตรธิดามีอิสระในการเลือกการตัดสินใจ หรือให้โอกาสในการเป็นตัวของตัวเอง

เบิร์น (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 176 ; อ้างอิงจาก Berne. 1972) อธิบายว่า เมื่อบุคคลเผชิญปัญหา การตัดสินใจตอบสนองต่อปัญหานั้นๆ ด้วยวิธีการต่างๆ ซึ่งแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับตำแหน่งชีวิตที่แต่ละบุคคลรู้สึกต่อตัวเองและผู้อื่น นอกจากนี้การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจะเป็นไปในรูปแบบใด ส่วนหนึ่งก็ขึ้นอยู่กับตำแหน่งของชีวิตของบุคคลนั้น

ดูบริน (อัจฉนา ศรีสุพล. 2535 : 22 ; อ้างอิงจาก Dubrin. 1981 : 255) กล่าวว่า ในวัยเด็กบุคคลได้พัฒนาชีวิตโดยซึมซับวัฒนธรรม ค่านิยม ปทัสถานต่างๆ จากการติดต่อสัมพันธ์ในครอบครัวจากสื่อมวลชน จากสังคม และสภาพแวดล้อม การแสวงหาการพัฒนาทัศนะในชีวิตก็คือการแสวงหาคำตอบต่างๆ เช่น ฉันคือใคร? ฉันเป็นอย่างไร? ใครคือบุคคลที่อยู่รอบๆ ตัว?

รูปแบบทักษะชีวิตมี 4 รูปแบบ ดังนี้

1.3.3.1 ฉันทดี เธอก็ดี (I'm OK, You're OK) เป็นทักษะชีวิตของบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี ยอมรับตนเองและผู้อื่นตามที่เป็นจริง รู้สึกตนเองมีค่า มองผู้อื่นในแง่ดี ให้เกียรติผู้อื่น ไม่เล่นเกม จริงใจเปิดเผย บุคคลที่วางตำแหน่งของชีวิตแบบนี้เมื่อประสบปัญหามักจะไม่หนีปัญหา แต่จะพยายามแก้ไขปัญหาย่างสร้างสรรค์ ด้วยความรู้ความสามารถของตนและปรับตัวได้ดี บุคคลที่อยู่ในตำแหน่งนี้ จะเริ่มพัฒนาความรู้สึกไว้วางใจมาตั้งแต่เด็ก ซึ่งบุคคลที่อบรมเลี้ยงดูเด็กจะมีอิทธิพลมาก จะช่วยให้เด็กรู้สึกตนเองมีคุณค่าเป็นที่ต้องการ โดยการให้ความใส่ใจทางบวก (Positive Stroke) แก่เด็ก

1.3.3.2 ฉันทดี แต่เธอไม่ดี (I'm OK, You're not OK) เป็นทักษะชีวิตที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองดีกว่าผู้อื่น มีเจตคติว่าตนเองถูกและผู้อื่นผิด ยึดมั่นอยู่กับความคิดเห็นของตนเองเป็นใหญ่ เผด็จการ ไม่ไว้วางใจผู้อื่น ถูกเหยียดหยามผู้อื่น มองผู้อื่นในแง่ลบ หึงหึงระแวง บุคคลที่อยู่ในตำแหน่งนี้เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นมักจะโทษหรือตำหนิผู้อื่น และมักจะเข้าข้างตนเอง มักจะอยู่ในแวดวงของคนประเภท “ขุนพลอยพยัก” (Yes men) และชอบคำเยินยอเพราะเป็นวิธีการที่เขาจะได้มา ซึ่งความเอาใจใส่ ยกย่องตามที่เขาต้องการ ชอบคนประจบสอพลอโดยไม่คำนึงว่าสิ่งใดควรหรือไม่ควร จะหาทางตอบแทนอย่างรุนแรงเมื่อถูกขัดแย้งหรือขัดขวางผลประโยชน์ อาจจะมีแนวโน้มที่จะลงเอยด้วยการทำลายชีวิตหรืออนาคตผู้อื่น

1.3.3.3 ฉันทไม่ดี แต่เธอดี (I'm no OK" You're OK) เป็นทักษะชีวิตของบุคคลที่มีเจตคติว่าตนเองด้อยกว่าผู้อื่น มีความสามารถน้อย ด้อยคุณค่ากว่าผู้อื่น ทำตัวเศร้าหมอง ต้องพึ่งพาผู้อื่น ไม่กล้าตัดสินใจ ไม่กล้าแสดงออก ชอบปลีกตัวตามลำพัง และเก็บกดความรู้สึกของตนไว้ ชอบลงโทษตนเอง อมทุกข์ เมื่อเผชิญปัญหาหรือความขัดแย้งมักใช้วิธีเลี่ยงหนี ไม่พยายามแก้ไขปัญหากับตนเองเผชิญ ไม่กล้าเสี่ยงที่จะทำอะไรใหม่ๆ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง จะไม่มีความสุขในชีวิตเพราะต้องทำอะไรตามผู้อื่นอยู่เสมอ บุคคลที่วางตนเองอยู่ในตำแหน่งนี้ มักพัฒนาความรู้สึกว่าตนเองไม่มีค่า (Feeling Unworthy) มาตั้งแต่เด็ก ดังที่ Harris (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 178 ; อ้างอิงจาก Harris. 1969 : unpagged) กล่าวว่า เป็นตำแหน่งที่เด็กเลือกเมื่อโดนผู้ใหญ่บังคับให้ทำสิ่งต่างๆ ตามต้องการหรือความเห็นของผู้ใหญ่ โดยไม่ให้อิสระแก่เด็ก ไม่เคยรับฟังความคิดเห็นของเด็ก ทำให้เขารู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถ ต้องพึ่งพาผู้ใหญ่อยู่เสมอ เมื่อตนเองเติบโตขึ้น ความรู้สึกยอมตามไม่กล้าแสดงออกก็จะติดตัวมา บุคคลประเภทนี้จึงพยายามแสวงหาการใส่ใจ (Stroke) ในการสื่อสารกับบุคคลอื่น โดยการพยายามทำตัวเข้ามามีส่วนร่วมในทุกๆ เรื่อง พยายามเอาอกเอาใจผู้อื่น ยอมรับใช้และเสียเปรียบบุคคลอื่นอยู่เสมอ บุคคลประเภทนี้อาจจะเป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพ (Productive) ได้ ถ้าอยู่ในสภาพแวดล้อมที่อำนวย เช่น มีผู้นำดีแต่บุคคลนี้จะไม่มีความสุขในชีวิต เพราะต้องเก็บความรู้สึกของตนเอง ต้องทำอะไรตามความพอใจของผู้อื่น

1.3.3.4 ฉันไม่ดี และเธอก็ไม่ดี (I'm not OK, You're not OK) เป็นทัศนคติชีวิตของบุคคลที่มีเจตคติไม่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ไม่เห็นคุณค่าของชีวิต ไม่เป็นตัวของตัวเอง ท้อแท้สิ้นหวัง ดำรงชีวิตอย่างเศร้าหมอง หมกมุ่นตายอยาก รู้สึกตนเองไร้ค่าหาประโยชน์ไม่ได้ โดดเดี่ยว เก็บตัว ซึมเศร้า ปราศจากความหวังใดๆ ในขณะที่เดียวกันก็มองบุคคลอื่นในแง่ร้าย รู้สึกว่าชีวิตของคนอื่นก็ไม่มีความหมายเท่าเทียมกัน รู้สึกว่าโลกนี้โหดร้ายทารุณ ไม่น่าอยู่ มักแยกตัวจากสังคมโดยไม่ให้ความร่วมมือกับบุคคลอื่น เพราะคิดว่าตนไม่มีความสามารถ และปฏิเสธที่จะรับความช่วยเหลือใดๆ จากผู้อื่น เพราะดูถูกความสามารถของผู้อื่นเช่นกัน บุคคลที่อยู่ในตำแหน่งชีวิตแบบนี้ มักเป็นผู้ป่วยที่เป็นโรคจิต โรคประสาท ที่สามารถทำร้ายหรือทำลายชีวิตตนเองและผู้อื่นโดยไม่รู้สึกผิด เพราะไม่คิดว่าชีวิตนี้มีความหมายอะไร มักเป็นตำแหน่งของเด็กที่ถูกทอดทิ้ง (Rejected Child) ไม่ได้ได้รับการเอาใจใส่จากผู้เลี้ยงดู ทำให้เขาไม่รู้จัก “ให้” แก่ใครด้วย เพราะรู้สึกว่าคนอื่นโหดร้ายและไม่มีความน่าใจ ดังนั้น การแสดงความรักหรือผูกพันใดๆ จากพ่อแม่และบุคคลใกล้ชิดจะทำให้บุคคลพัฒนาความรู้สึก “ฉันไม่ดี” ขึ้นมาได้

การเลือกทัศนคติชีวิตแบบใดใน 4 แบบดังกล่าวมาแล้วนั้น เป็นผลมาจากการอบรมเลี้ยงดู วิธีการสื่อสารสัมพันธ์ที่พ่อแม่เลี้ยงดูใช้กับเด็ก ระยะเวลาที่สำคัญ คือ ช่วง 6 ปีแรก ของชีวิตพ่อแม่ควรให้อิสระ (Permission) ให้เด็กได้เป็นตัวของตัวเองอย่างเหมาะสม ได้พัฒนาความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ รู้จักพึ่งตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถที่จะควบคุมและดำเนินชีวิตได้ด้วยตนเอง การยอมรับ การเอาใจใส่ ความคงเส้นคงวาและมีเหตุผลของพ่อแม่ จะส่งเสริมให้เด็กเลือกตำแหน่งของชีวิตแบบ “ฉันดี” และรู้สึกต่อผู้อื่นว่า “เธอก็ดี” ด้วย ในชีวิตประจำวันนั้น อาจจะมีตำแหน่งใดก็ได้ขึ้นกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นหรือความรู้สึกที่มี อย่างไรก็ตาม ถ้าเราพยายามปลูกฝังให้มีตำแหน่งของชีวิตแบบ “ฉันดี และเธอก็ดี” ได้ เราก็จะสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ทั้งนี้บุคคลที่สามารถวิเคราะห์บทชีวิตได้ ยอมรับฝึกฝนตัวเองให้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีได้โดยมีทัศนคติในชีวิตของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มองตนเองและบุคคลอื่นในแง่ดี สามารถยอมรับตัวเองและบุคคลอื่นได้ตามที่เป็นจริง

1.3.4 การวิเคราะห์เกมทางจิตวิทยา (Game Analysis)

กฤษฎณา ศักดิ์ศรี (2534 : 309) กล่าวว่า เกมคือวิธีการที่บุคคลพยายามเอาประโยชน์จากบุคคลอื่นเพื่อให้ได้การใส่ใจ (Stroke) ที่ตนเองพอใจ ผู้ที่เล่นเกมจะพยายามหาทางดึงให้อีกฝ่ายหนึ่งเข้ามาร่วมเล่นเกมด้วย ซึ่งอาจเป็นการแสดงออกด้วยคำพูดหรือการกระทำก็ได้ และในที่สุดเกมจะจบลงด้วยการดุด่าว่ากล่าว ดูถูก เหยียดหยาม หรือประณามอย่างที่ไม่คาดไม่ถึงเพราะในระหว่างการเล่นเกมจะมีการกระทำหรือพูดจาตอบโต้กันมาก และบางคนใช้เวลาเล่นเกมที่ยาวนานกว่าเกมจะยุติลง ซึ่งทำให้ได้รับการเอาใจใส่เป็นอย่างมาก แต่ความเอาใจใส่ที่ได้นี้ค่อนข้างเป็นไปในทางลบ เนื่องจากความรู้สึกของผู้เล่นจะเต็มไปด้วยอารมณ์โกรธ ไม่จริงใจและไม่มีความไว้วางใจกัน

ธีระ ประพตกิจ (2531 : 420) กล่าวว่า การเล่นเกมจะต้องประกอบด้วย บุคคล 2 คนขึ้นไป ผู้เล่นจะมีลักษณะบุคลิกภาพเฉพาะของตน การเล่นเกมต้องมีพฤติกรรม 2 ระดับ คือ ระดับที่เปิดเผย (Overt) และระดับที่ปิดบังซ่อนเร้น (Hidden or Covert)

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2531 : 106) กล่าวว่า เกมเป็นรูปแบบของการ ติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นการติดต่อสัมพันธ์แบบผิวเผินและเป็นกิจกรรมทางสังคมที่ให้ โอกาสคนได้พบปะสังสรรค์ ได้เล่นตามแบบที่ตนต้องการจะแสดง เกมทุกชนิดไม่ว่าจะเป็นเกม หมากรุกที่เล่นเพื่อความสนุกสนาน หรือเพื่อฆ่าเวลา หรือเกมทางจิตวิทยา หรือเกมชีวิต ต่างก็มี การเริ่มต้น มีกติกา มีสิ่งตอบแทนหรือรางวัล ในการเล่นเกมคนเรามักจะคาดหวังที่จะได้รับสิ่ง ตอบแทน (Payoff) จากการเล่นเกมซึ่งสิ่งตอบแทนจากการเล่นเกม ไม่จำเป็นจะต้องเป็นวัตถุ สิ่งของ แต่อาจจะเป็นความรู้สึกต่างๆ ที่ได้รับจากการเล่นเกม อาจจะเป็นความรู้สึกในทางบวก หรือความรู้สึกในทางลบก็ได้

พรรณราย ทรัพย์ประภา (2527 : 93-94) กล่าวว่า การดำเนินชีวิตของ คนเราปัจจุบันนี้ ส่วนหนึ่งเป็นการเล่นเกมชีวิตกัน ซึ่งส่วนมากเล่นโดยไม่รู้ตัวและมักจะมี แนวโน้มที่จะเลือกบุคคลบางคน เช่น คู่สมรส เพื่อนร่วมงาน หรือคนอื่นๆ ที่มีบทบาทตรงข้าม กับตนมาเป็นคู่กัน เกมชีวิตหรือเกมทางจิตวิทยามีส่วนประกอบพื้นฐานดังนี้ มีรูปแบบของการ ติดต่อสัมพันธ์แบบสอดคล้องกัน (ตามที่สังคมยอมรับ) เป็นเบื้องหน้า มีรูปแบบของการติดต่อ สัมพันธ์แบบซ่อนเร้น (เป็นข่าวสารทางจิตวิทยา) ซ่อนอยู่ภายใต้ และมีผลลัพธ์เป็นลบ เป็น วัตถุประสงค์อันแท้จริงของเกมนั้น เช่น ความรู้สึกสาแก่ใจ สมน้ำหน้า เอาชนะ แก่งแค้น หรือด่าว่า ตนเอง บุคคลที่มีทัศนะ "ฉันดี เธอก็ดี" นั้น จะไม่เล่นเกมกับผู้อื่น เพราะเกมชีวิตเป็นสิ่งขัดขวาง ความสัมพันธ์ที่ตรงไปตรงมา ความใกล้ชิดและเปิดเผยในระหว่างผู้เล่น แต่คนก็ยังเล่นเกมกันอยู่ เพื่อให้เป็นการฆ่าเวลา เพื่อกระตุ้นความสนใจ หรือเล่นเพื่อให้มีหนทางที่จะได้รับความรักความ เอาใจใส่หรือเพื่อสนับสนุนบทบาทของตนเอง คือบทบาทของผู้กล่าวหา ผู้ช่วยเหลือ หรือเหยื่อ เกมเปรียบเสมือนละครฉากสั้นๆ ในละครชีวิตของแต่ละบุคคลคนเราอาจจะเล่นเกมด้วยระดับ ความรุนแรงแตกต่างกัน ตั้งแต่ระดับที่สังคมยอมรับ เช่น การเล่นหูล่อกันของชายหนุ่มหญิงสาว ในงานเลี้ยงไปจนถึงระดับที่มีการก่ออาชญากรรมของการฆ่าตนเองและการฆ่าผู้อื่น

หลุยส์ จำปาเทศ (2533 : 113-114) กล่าวว่า เกมในเชิงจิตวิทยา (Psychological Game) มีลักษณะคล้ายเกมทั่วไป แต่ผลลัพธ์ (Payoff) จะไม่ก่อให้เกิดความ สนุกสนานอย่างเกมอื่นๆ ผลลัพธ์จะออกมาในรูปของความกลัว ความโกรธ ความเคียดแค้น ความเศร้า ฯลฯ กับผู้ที่เล่นเกม ไม่ว่าผู้เล่นจะรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม สรุปก็คือ การเล่นเกม จิตวิทยานี้เป็นสิ่งที่ไม่ดีคนที่ชอบเล่นมักเป็นคนที่มีปัญหาทางจิตใจ มากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ สถานการณ์ที่เป็นอยู่และพื้นฐาน (Background) ทางครอบครัวของบุคคลนั้น

อาภา จันทรสกุล (2535 : 151-152) กล่าวว่า เกมทางจิตวิทยาเป็นสิ่งที่ เล่นกันโดยไม่รู้ตัว ในการเล่นเกมจะมีคนเล่นอย่างน้อย 2 คนขึ้นไป และมีลักษณะพื้นฐาน

ดังนั้นคือ เมื่อพิจารณาอย่างผิวเผิน การติดต่อสัมพันธ์จะเป็นไปในแบบที่ไม่ขัดแย้งกัน เพราะเป็นรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ทั้งที่สังคมยอมรับ จากการวิเคราะห์จะพบว่า การติดต่อสัมพันธ์ที่แท้จริงเป็นแบบที่มีนัยเคลือบแฝง ซึ่งเป็นความต้องการที่แท้จริงที่ซ่อนเร้นอยู่และมีผลทางลบ เพราะการเล่นเกมนั้น วัตถุประสงค์ที่แท้จริงจะเป็นความรู้สึกสะใจ ความรู้สึกชนะ ความรู้สึกเป็นผู้ถูกต้อง ความรู้สึกสมน้ำหน้าตนเอง ฯลฯ เกมเป็นสิ่งที่เล่นกันซ้ำๆ ซากๆ ถ้าสังเกตจะเห็นว่าผู้เล่นเกมมักใช้คำพูด กริยาซ้ำๆ ซากๆ เปลี่ยนไปแล้วแต่สถานการณ์หรือบุคคลที่เกี่ยวข้อง ผู้เล่นเกมเล่นเพื่อต้องการให้ความรู้สึกซ่อนเร้นที่มีอยู่ได้รับการยอมรับตอบสนอง จึงทำซ้ำๆ ในชีวิตประจำวันเราจะพบว่าบุคคลเล่นเกมทางจิตวิทยาด้วยระดับความรุนแรงแตกต่างกันตามกาลเทศะ เกมบางอย่างเล่นเพื่อความสนุกสนาน ฆ่าเวลา แก้เบื่อ การเล่นเกมเล่นตาของหนุ่มสาว การทำตัวให้น่าคบครองหรือช่วยเหลือตนเองไม่ได้ของหญิงสาว แต่เกมบางอย่างมีความรุนแรงมาก อาจจบลงด้วยการฆ่าตัวเอง การเข้าโรงพยาบาล หรือเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง

เบิร์น (ปริญญ์ ปราชญานุพร. 2536 : 67 ; อ้างอิงจาก Berne. 1964) ได้ให้ความหมายของเกมทางจิตวิทยาว่า เป็นการติดต่อสัมพันธ์ซึ่งเกิดจากการกระทำที่ซ้ำๆ หรือบ่อยๆ และมองดูผิวเผินว่าเป็นการกระทำที่ถูกต้องสมเหตุสมผล ทว่าซ่อนเร้นได้ด้วยแรงกระตุ้นบางอย่างภายใน ทั้งนี้เพื่อให้ความสัมพันธ์นั้นนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายตามที่บุคคลนั้นได้วางแผนและคาดการณ์ไว้ล่วงหน้าเป็นอย่างดี

1.3.4.1 ส่วนประกอบที่สำคัญ 3 ประการของเกมทางจิตวิทยาที่จะเห็นในการติดต่อสัมพันธ์ทางสังคม ได้แก่

ก. การติดต่อสัมพันธ์ที่รับกัน (Complementary Transaction) เป็นการติดต่อสัมพันธ์ซึ่งเป็นไปได้ในระดับที่สังคมยอมรับ เป็นการแสดงเหมือนจากบังหน้าใส่หน้ากากเข้าหากัน ให้ความสัมพันธ์ดีขึ้นเมื่อพิจารณาอย่างผิวเผิน

ข. การติดต่อสัมพันธ์ที่มีนัยเคลือบแฝง (Ulterior Transaction) ซึ่งมีข่าวสารจริงที่ซ่อนเร้นในความสัมพันธ์ที่มีอยู่

ค. สิ่งตอบแทนที่มีผลทางลบ (Negative Payoff) เพราะสิ่งที่คาดว่าจะได้จากการเล่นเกมนั้นเป็นวัตถุประสงค์ที่แท้จริงที่เป็นความรู้สึกสะใจ ชนะ สมน้ำหน้าตนเอง ฯลฯ

บุคคลเล่นเกมชีวิต เนื่องมาจากการได้รับการถ่ายทอดจากพ่อแม่ ผู้เลี้ยงดู เกิดจากประสบการณ์การเรียนรู้ว่าเขาได้รับการโปรแกรมชีวิตมาอย่างไร การเลี้ยงดูมาติดตั้งแต่ในวัยเด็ก เช่น ไม่ขาดความรัก การใช้เหตุผลใช้ข้อมูลในการคิดตัดสินใจ การคิดถึงผู้อื่นในมุมหรือแนวคิดของเขาบ้าง ฯลฯ จะช่วยแก้ไขการเล่นเกมที่เล่นนี้ได้อย่างดี การเล่นเกมของคนเราจะลดหรือหมดไป ถ้าเราตามเกมทันและรู้จักวิธีแก้เกม การเล่นเกมจะไม่ก่อให้เกิดความรู้สึกดีงามในการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและเป็นการสูญเสียพลังงานและเวลาไปโดยเปล่าประโยชน์

พิชิต สุวรรณประกรและคณะ (2534 : 24) กล่าวถึงวิธีจะหยุดเกม เช่น

1. ให้คำตอบที่อีกฝ่ายมิได้คาดคิดมาก่อน
2. ยุติการพูดถึงหรือการนึกถึงความอ่อนแอหรือความเก่งกล้าสามารถของตน และของผู้อื่นอย่างมากกว่าที่ควรจะเป็น
3. รู้จักให้และรับรู้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น (Positive Stroke) มากกว่าที่จะให้และรับการใส่ใจทางลบที่ทำให้เกิดความรู้สึกต่ำต้อยหรือน้อยใจ (Negative Stroke)
4. จัดเวลาให้มากขึ้นด้วยการทำกิจกรรม (Activity) สร้างความสนิทสนม (Intimacy) และสร้างความสนุกสนานร่าเริง
5. ไม่ยื่นมือเข้าไปช่วยคนที่ไม่ต้องการให้ช่วย
6. ไม่วิพากษ์วิจารณ์บุคคลที่เขาไม่ต้องการให้วิจารณ์
7. ไม่ทำตนเป็นคนไร้ความสามารถหรือทำตนอยู่ภายใต้ผู้อื่น

1.3.4.2 ระดับของการเล่นเกม เบิร์น (อาภา จันทรสกุล, 2535 : 192 ; อ้างอิงจาก Berne, 1964) ได้แบ่งระดับของเกมออกเป็น 3 ระดับ คือ

ก. First-Degree Game เป็นการเล่นเกมระดับที่ไม่รุนแรง เป็นเกมที่สังคมยอมรับและคนทั่วไปนิยมเล่นกัน เช่น การทำปิ้งย่างแสนอร่อย การเล่นสนุกสนานกันระหว่างหนุ่มสาว การทำเป็นคนเอาการเอางานไม่มีเวลาสนุกสนาน ฯลฯ

ข. Second-Degree Game เป็นการเล่นเกมระดับที่มีความรุนแรงมากขึ้น เป็นการเอาชนะทำลายกันซึ่งกันและกัน ทำให้ผู้ที่รู้สึกว่าตนเองเพลี่ยงพล้ำไม่อยากจะอยู่ในสังคม

ค. Third-Degree Game เป็นการเล่นเกมระดับที่มีความรุนแรงมาก ผลลัพธ์ที่ได้อาจถึงแก่การทำลายชีวิต การเข้าโรงพยาบาลโรคจิต การติดคุก ฯลฯ

1.3.5 การใส่ใจ (Stroke)

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2531 : 100) กล่าวว่า การใส่ใจเป็นพื้นฐานของปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการแลกเปลี่ยนการใส่ใจจะก่อให้เกิดการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

เบิร์น (พรรณราย ทรัพย์ะประภา, 2532 : 53 ; อ้างอิงจาก Berne, 1964) กล่าวว่า การใส่ใจ หมายถึง การกระทำใดๆ ก็ตามที่แสดงให้เห็นความสนใจต่อการปรากฏตัวของผู้อื่น

พิชิต สุวรรณประกรและคณะ (2534 : 5) กล่าวว่า เป็นการกระทำใดๆ ซึ่งได้รับจากผู้อื่นที่ยื่นให้เพื่อการติดต่อหรือรับการติดต่อของบุคคลหนึ่งกับอีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งอาจจะออกมาในรูปการกระทำ คือ พฤติกรรมภายนอก ได้แก่ การพูด การยิ้ม การมองตา ฯลฯ หรือพฤติกรรมภายใน ซึ่งได้แก่ คิด ผัน ชอบใจ อิจฉาเยาะเย้ย ฯลฯ

วิญญู พูลศรี (2535 :299) กล่าวว่า การใส่ใจ คือ การกระทำใดๆ ก็ตาม ของบุคคลต่อบุคคลหนึ่ง ซึ่งการกระทำดังกล่าวเมื่อมากระทบกับตัวบุคคลแล้ว จะก่อให้เกิด ความยินดี พอใจ หรือก่อให้เกิดความรู้สึกที่ต่ำต้อย น้อยใจ เสียใจ ผิดหวัง โกรธ ก็ได้ ทั้งนี้ย่อม ขึ้นอยู่กับลักษณะของความต้องการการใส่ใจของบุคคลในขณะนั้น

นักจิตวิทยาในกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เชื่อว่า บุคคลมีแรงจูงใจเบื้องต้นในการแสดงพฤติกรรมอยู่ 2 อย่าง คือ แรงจูงใจที่เกี่ยวกับความต้องการทางด้านร่างกายและแรงจูงใจที่เกี่ยวกับความต้องการด้านจิตใจ (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 180) ความต้องการทางด้านร่างกาย ได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ส่วนความต้องการทางด้านจิตใจนั้น พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2525 : 134) ได้อธิบายว่าเป็น ลักษณะของการกระทำในรูปแบบต่างๆ เพื่อให้ได้รับการใส่ใจ ทั้งนี้เนื่องจากมนุษย์ทุกคนมีความต้องการที่จะได้รับการสัมผัสและความเอาใจใส่จากผู้อื่น และทุกคนก็มีความต้องการที่จะประพฤติปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งตลอดเวลาที่มีชีวิตอยู่ อาภา จันทรสกุล. (2535 : 180) กล่าวว่า ความต้องการทางด้านจิตใจนั้น เบิร์นได้อธิบายในแง่ของความต้องการการใส่ใจ ซึ่งเรียกว่า "Stroke" สามารถแสดงออกได้ทั้งทางวาจาและท่าทาง และแคมบริ (Kambly.) ก็ได้ย้ำให้เห็นถึงความต้องการความรัก การยอมรับ และการเอาใจใส่ มีความจำเป็นต่อการเจริญเติบโตของบุคคลปกติ โดยการศึกษาวิจัยของสปิทซ์ และฮาโล (Spitz and Harlow) มาเป็นข้อมูลยืนยันว่า การไม่ได้ความรัก การเอาใจใส่ การยอมรับสัมผัสและต้องในวัยเด็กนั้น มนุษย์และสัตว์จะพัฒนาการที่ผิดปกติ ไม่สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในเด็กบางรายที่ถูกทอดทิ้ง เพิกเฉยทางด้านจิตใจ ได้รับการตอบสนองทางด้านร่างกายอย่างเดียว เด็กก็ไม่สามารถเจริญเติบโตได้ ในระยะแรกของชีวิต การใส่ใจที่บุคคลได้รับมักเป็นการตอบสนองในลักษณะของร่างกายและวาจา เช่น กอดรัด อุ้มชู พุดจาปลอบโยน ยิ้มหยอกเย้า เมื่อโตขึ้น การใส่ใจที่บุคคลแลกเปลี่ยนกัน มักจะใช้สัญลักษณ์ (Symbolic Strokes) แทน เช่น การแสดงออกทางสีหน้าท่าทาง การให้เวลาเพื่อรับฟังความคิดเห็น การสบตา ยิ้มให้ การทักทาย การมอง การใช้คำพูด ฯลฯ เป็นต้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2531 : 100) กล่าวว่า คนเราทุกคนมีความต้องการ (Need) ที่จะได้รับการสัมผัสและต้องและการตอบสนองหลายรูปแบบจากบุคคลอื่น ซึ่ง เบิร์นเรียกความต้องการนี้ว่า ความหิว (Hunger) หรือความหิวสิ่งเร้า (Stimulus Hunger) ความสัมผัสและต้องทางกายเป็นความต้องการที่ทุกๆ คนต้องการตั้งแต่เกิดจนตายแต่คนเราจะเรียนรู้ได้ว่าจะไม่สามารถได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ต้องการได้ทุกประการ จึงเรียนรู้ที่จะประนีประนอมยอมรับที่จะได้รับความต้องการในรูปแบบอื่น ไม่เฉพาะการสัมผัสและต้อง ดังนั้นจึงเปลี่ยนไปเป็นความต้องการที่จะได้รับการเอาใจใส่ การรู้จักทักทาย (Recognition Hunger)

ประเภทของการใส่ใจ แบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 181-185 และพงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2525 :135-136) ดังนี้

1.3.5.1 การใส่ใจทางบวก (Positive stroke) มักจะแสดงออกในรูปของการสื่อสารสัมพันธ์ที่รับกัน (Complementary Transaction) โดยการสื่อสารกันตรงตามเป้าหมายเหมาะสมกับกาลเทศะและบุคคล การยอมรับและการใส่ใจทางบวก เริ่มจากสภาพการสื่อสารสัมพันธ์ที่ผิวเผินจนไปถึงความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดสนิทสนม (Intimacy) อันเป็นความสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งต่อไป การยอมรับและการใส่ใจในทางบวก จะช่วยเพิ่มความรู้สึกของบุคคลไปในทิศทางที่น่าพอใจ รู้สึกตนเองมีคุณค่า ชีวิตมีความหมาย รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ทางด้านดีด้วยการยอมรับบุคคลอื่น ไม่มีการเล่นเกม ไม่แสดงออกมากเกินความจำเป็น การแสดงออกจะเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพการณ์ มีความปรารถนาดี มีชีวิตชีวาและมีความสำคัญ อันเป็นการพัฒนาตนเองไปสู่ทัศนะชีวิตที่ว่า “ฉันดี เธอก็ดี”

การใส่ใจในแง่บวกสามารถแสดงออกได้หลายลักษณะด้วยกัน กล่าวคือ แสดงออกถึงความรัก เช่น “แม่รักลูกจังเลย” เป็นต้น หรือ แสดงออกถึงความนิยมชมชื่น เช่น “งานของฉันเสร็จเร็วขึ้นมากตั้งแต่ได้คุณมาช่วย” เป็นต้น หรือแสดงความยกย่องชมเชย หรือเป็นการให้ข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถของบุคคลนั้น

คนเราทุกคนต้องการได้รับการใส่ใจ แต่บุคคลบางคนมีความต้องการมากเป็นพิเศษ เพื่อช่วยให้เขารู้สึกปลอดภัยทางจิตใจ และถ้าเขาไม่ได้รับการใส่ใจทางบวกอย่างเพียงพอแล้ว เขาจะหันไปแสวงหาการใส่ใจทางลบ เช่น กลายเป็นคนดื้อรั้น หรือมีพฤติกรรมที่ประหลาดเพื่อเรียกร้องความสนใจ

ก. การใส่ใจทางบวกอย่างปราศจากเงื่อนไข (Unconditional Positive Stroke or Positive for Being) เป็นการใส่ใจทางบวกที่ทำให้บุคคลรู้สึกว่าตัวเขามีความหมายในฐานะที่เป็นตัวเขาเอง ช่วยให้บุคคลรู้สึกเชื่อมั่นในตัวเอง และมีทัศนคติต่อโลกภายนอกและบุคคลอื่นในแง่บวก การใส่ใจในทางบวกอย่างปราศจากเงื่อนไขนี้ ในวัยเด็กเล็กเป็นสิ่งจำเป็นและมีอิทธิพลมาก ช่วยพัฒนาความรู้สึก “ฉันดี เธอก็ดี” ขึ้น รู้จักรักและยอมรับบุคคลอื่นอย่างจริงจัง โดยไม่ต้องพิจารณาถึง องค์ประกอบอื่นๆ เช่น รูปร่างหน้าตา ตำแหน่งฐานะทางเศรษฐกิจ ฯลฯ ตัวอย่างเช่น “ไม่ว่าลูกจะเป็นอย่างไร แม่ก็ยังรักลูก เป็นห่วงลูกนะจ๊ะ”

ข. การใส่ใจทางบวกอย่างมีเงื่อนไข (Conditional Positive Stroke or Positive for Doing) เป็นการใส่ใจทางบวกโดยมีเงื่อนไขขึ้นอยู่กับการกระทำ หรือคุณสมบัติของบุคคล จึงเสมือนเป็นการยอมรับภายหลังการตัดสินใจพิจารณาถึงการกระทำหรือคุณสมบัติของบุคคล เช่น “แม่จะรักหนูมาก หากหนูสอนการบ้านให้หน่อย”

1.3.5.2 การใส่ใจทางลบ (Negative Stroke) เป็นการยอมรับที่ก่อให้เกิดผลเสียทางสุขภาพจิต ทำให้บุคคลรู้สึกว่า “ฉันไม่ดี” ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีความสามารถเพียงพอ แต่การใส่ใจทางลบก็ยิ่งดีกว่าการไม่ได้รับการใส่ใจใดๆ เลยหรือการเพิกเฉย ทั้งนี้

เพราะจะทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณชีวิตของตนปราศจากความหมายใดๆ บุคคลที่เติบโตขึ้นมาโดยได้รับประสบการณ์ของการใส่ใจทางด้านลบ คือ การลงโทษ ว่ากล่าวตำหนิ คอยจับผิด หรือ พ่อแม่จะเอาใจใส่ต่อเขาและมีเวลาให้เขาก็ดื้อเมื่อเขาทำผิด จึงจะหันมาสนใจ ว่ากล่าวตักเตือนหรือลงโทษ บุคคลประเภทนี้จะมี “เทป” ที่คอยบอกตนเองว่า “ฉันไม่ดี” และเมื่อเขาต้องการการใส่ใจจากบุคคลอื่น เขาก็จะแสวงหาโดยการแสดงพฤติกรรมทางลบ เพราะการใส่ใจที่เขาได้รับจนเคยชิน และเชื่อว่าเหมาะสมกับตนเอง คือการใส่ใจทางลบ และแม้คนอื่นจะให้การใส่ใจทางบวกต่อเขา เขาก็จะไม่เชื่อว่าเป็นไปด้วยความจริงใจ เนื่องจากเขาไม่เชื่อว่า ตัวเขามีคุณค่าทางบวกที่น่าสนใจ ก่อให้เกิดความขุ่นมัวในอารมณ์ โกรธ

ก. การใส่ใจทางลบอย่างปราศจากเงื่อนไข (Unconditional Negative Stroke or Negative for Being) เป็นการใส่ใจทางลบเกี่ยวกับตัวบุคคล การใส่ใจทางลบอย่างปราศจากเงื่อนไข เป็นการสื่อสารสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดผลทางลบอย่างรุนแรง เช่น “ฉันไม่มีเวลาสำหรับคนอย่างคุณ” หรือ “ไม่ว่าคุณจะทำอย่างไร ฉันก็ไม่มีวันเปลี่ยนความคิดเกี่ยวกับตัวคุณให้ดีขึ้นได้”

ข. การใส่ใจทางลบอย่างมีเงื่อนไข (Conditional Negative Stroke or Negative for Doing) เป็นการใส่ใจทางลบโดยมีเงื่อนไข ขึ้นอยู่กับการกระทำหรือคุณสมบัติของบุคคลเช่นกัน แต่ถือได้ว่าไม่รุนแรงนัก เพราะเมื่อบุคคลเปลี่ยนแปลงการกระทำของตนเอง หรือเมื่อทำผิดแล้วแก้ไขให้ถูกต้อง ก็ย่อมได้รับการใส่ใจทางบวกตามมา เช่น การลงโทษเขี่ยดินเมื่อเด็กทำผิด การตำหนิด้วยวาจาทำทางต่อพฤติกรรมไม่ดีต่างๆ เช่น เขี่ยดินผิดปาก จ้องมองด้วยแววตาไม่พอใจหรือ การใช้วาจาตำหนิ เช่น “คุณทำงานผิดเป็นครั้งที่สามแล้วนะ นี่ผมจะทนความเลินเล่อของคุณไปถึงไหน”

เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่มีการแสดงการใส่ใจในแง่บวกที่เต็มไปด้วยความรัก ความอบอุ่น นับว่าเป็นเด็กที่โชคดีมาก เพราะได้มีโอกาสเรียนรู้ที่จะมีความรู้สึกในด้านดีงามทั้งต่อตนเองและบุคคลอื่น สำหรับการยอมรับและการใส่ใจในทางลบ จะก่อให้เกิดความไม่สบายใจแก่ผู้รับ แต่การได้รับการยอมรับและการใส่ใจในแง่ลบ ก็ยังดีกว่าไม่ได้รับการใส่ใจใดๆ ทั้งสิ้น

1.3.5.3 การใส่ใจแบบคละ (Mixed Stroke) เป็นการติดต่อสัมพันธ์ที่แสดงให้เห็นถึงการใส่ใจทั้งทางบวกและลบปนกัน เนื่องจากบุคคลหลีกเลี่ยงที่จะใช้การใส่ใจทางลบไปตรงๆ อย่างเดียว เพราะทราบว่าจะไม่ยอมรับ จึงหลีกเลี่ยงโดยใช้การใส่ใจแบบคละ ข้อสังเกตของการใส่ใจแบบคละ คือ แนวโน้มผู้ใช้มักมีทัศนคติทางลบอยู่ เช่น “งานนี้เป็นฝีมือคุณหรือเก่งนี้ ผมแทบไม่เชื่อเลยว่า你会ทำได้ขนาดนี้”

จากแนวคิดเกี่ยวกับการใส่ใจที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ความต้องการของคนเราเป็นทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ทุกคนต้องการรับการสัมผัส การใส่ใจต่อกันด้วยความจริงใจอย่างไม่มีเงื่อนไข เอื้ออาทรต่อกัน ก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

1.3.6 การใช้เวลา (Time Structuring)

นักจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เชื่อว่า ความต้องการทางด้านจิตใจของคนเราแสดงออกมาในรูปของความต้องการการใส่ใจ ดังนั้นบุคคลจึงมีรูปแบบของการใช้เวลาแตกต่างกันออกไป โดยมีแรงจูงใจ คือ การแสวงหาการใส่ใจซึ่งจะได้มาโดยการสื่อสารสัมพันธ์กับบุคคลอื่น บุคคลที่ไม่กลัวการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิด (Intimate Relationship) กับบุคคลอื่น ย่อมมีโอกาสได้รับการใส่ใจมาก บุคคลจะมีโอกาสได้รับการใส่ใจมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับรูปแบบการใช้เวลาของเขา ซึ่งรูปแบบของการใช้เวลา (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2531 : 106 และอาภา จันทรสกุล. 2535 : 186-188) ได้แก่

รูปแบบที่ 1 การหลีกเลี่ยงหรือการเลี่ยงหนี (Withdrawal) เกิดขึ้นจากบุคคลไม่ยอมสื่อสารสัมพันธ์กับใคร จะใช้วิธีการเลี่ยงหนี ไม่ยุ่งเกี่ยวกับใคร บางคนใช้วิธีการเลี่ยงหนีโดยตัวปรากฏอยู่ แต่ไม่รับรู้ ไม่สนใจสภาพแวดล้อม ในสภาพเป็นจริงบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี นอกจากจะสื่อสารสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดีแล้ว ย่อมต้องการเวลาเป็นส่วนตัว ได้พักผ่อนเป็นตัวของตัวเองจริงๆ เช่น นั่งเฉยๆ ฟังเพลง การเหม่อมองธรรมชาติ การนอนเล่นพักผ่อน ฯลฯ เป็นการใช้เวลาในรูปแบบของการเลี่ยงหนีอยู่กับตัวเอง ไม่ก่อผลเสียต่อสุขภาพจิต เพราะส่วนใหญ่เขายังสามารถติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี

รูปแบบที่ 2 พิธีการ (Rituals) เป็นรูปแบบของการใช้เวลาสื่อสารกับบุคคลอื่นอย่างมีแบบแผนพิธีการ เช่น การทักทาย ยิ้มให้กันตามมารยาทของสังคม เป็นการติดต่อสัมพันธ์ที่เสี่ยงน้อยที่สุดและบุคคลก็ได้รับการใส่ใจบ้างแต่ไม่มากนัก เป็นการติดต่อสัมพันธ์ที่ผิวเผิน แต่ก็ช่วยหล่อเลี้ยงจิตใจให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีชีวิต มีตัวตนอยู่ในสังคม การโค้งให้การยกมือไหว้ การจับมือทักทาย ฯลฯ เป็นการให้การยอมรับแบบพิธีการ

รูปแบบที่ 3 การพุดคุยสนทนา (Pastimes) เป็นรูปแบบของการใช้เวลาติดต่อสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาสาระกว่าแบบพิธีการ แต่การติดต่อสัมพันธ์ก็ไม่ลึกซึ้งนัก เป็นเรื่องราวไกลตัวไม่ต้องแสดงความรู้สึกส่วนตัวมากนัก เช่น การคุยกันถึงลูก กีฬา ดินฟ้าอากาศ การทำอาหาร ปลูกต้นไม้ ฯลฯ คุยกันเพื่อฆ่าเวลาที่ต้องรอคอยแล้วจากกันไป บุคคลจะได้รับการใส่ใจในการติดต่อสัมพันธ์มากกว่าการใช้เวลาในรูปแบบของพิธีการ

รูปแบบที่ 4 กิจกรรม (Activities) เป็นรูปแบบของการใช้เวลาอย่างมีเป้าหมาย มีเนื้อหาสาระ มีความใกล้ชิดกันมากขึ้น มีการแลกเปลี่ยนทัศนคติ ความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมที่ทำ เช่น การทำงาน การทำโครงการ การทำกิจกรรมเพื่อสังคม ฯลฯ บุคคลที่สามารถร่วมงานกับคนอื่นได้ดี รู้จักแลกเปลี่ยนความคิดเห็น รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น มีความรับผิดชอบ ขยัน หมั่นเพียร ย่อมได้รับการใส่ใจจากผู้ร่วมงาน นอกจากนี้การประสบความสำเร็จทางด้านการงานก็ทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีความสามารถและมีคุณค่า

รูปแบบที่ 5 เกม (Games) เป็นรูปแบบของการใช้เวลาที่เปิดโอกาสให้บุคคลได้ระบาย (Payoff) ความรู้สึกที่ตนเองมีอยู่ ส่วนมากเป็นความรู้สึกทางลบที่บุคคลเก็บ

สะสมไว้ เช่น ความรู้สึกริษยา โกรธ เกรี้ยวโศก หวาดกลัว เลี้ยงหนี ฯลฯ บุคคลใช้การเล่นเกมหาชักนำผู้อื่นมาติดต่อสัมพันธ์ เพื่อตนเองจะได้รับการใส่ใจแบบที่ตนต้องการ การติดต่อสัมพันธ์แบบนี้บุคคลมีความใกล้ชิดกันก็จริง แต่ผลสุดท้ายการใส่ใจที่ได้มักเป็นไปในทางลบ ไม่ก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี

รูปแบบที่ 6 ความใกล้ชิด (Intimacy) เป็นรูปแบบของการใช้เวลาที่มีคุณค่ายิ่ง บุคคลที่เป็นตัวของตัวเองกล้าเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจต่อผู้อื่นเท่านั้นที่จะพัฒนาความสัมพันธ์แบบนี้ได้ ในบรรยากาศของการใช้เวลาติดต่อสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด บุคคลจะสามารถระบายความรู้สึกแท้จริงที่ตนมีอยู่ออกมา มีความไว้วางใจผู้ที่ตนติดต่อสัมพันธ์ด้วย เข้าใจและยอมรับต่อความรู้สึกของตนเอง ไม่เลี้ยงหนี ทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณเองได้รับการยอมรับในฐานะที่เป็นมนุษย์ที่มีความเท่าเทียมกับคนอื่น แม้จะมีความแตกต่างกันในหลายๆ ด้านก็ตาม บุคคลที่สามารถใช้เวลาใกล้ชิดกับบุคคลอื่นได้นั้น มักมีลักษณะดังนี้

- ก. มีความมั่นคงทางอารมณ์
- ข. มีความจริงใจ มีความไว้วางใจ
- ค. สามารถแลกเปลี่ยนความรู้สึก ความคิด และประสบการณ์กับผู้อื่นได้
- ง. การรับรู้มีประสิทธิภาพสูง
- จ. ไม่ใช้การสื่อสารสัมพันธ์แบบมีนัยเคลือบแฝง ไม่เล่นเกมใดๆ
- ช. ใช้บุคลิกภาพทั้งสามส่วนได้อย่างเหมาะสม

รูปแบบของการใช้เวลาแบบความใกล้ชิดในการติดต่อสัมพันธ์กันสามารถเกิดขึ้นในระหว่างการทำงาน การร่วมกันแก้ปัญหา ฯลฯ ซึ่งการแสดงออกจะมีความเป็นธรรมชาติ เป็นตัวของตัวเอง ใช้ความสามารถของตัวเองอย่างเต็มที่แต่ไม่ใช่ไม่เปิดโอกาสให้คนอื่น ร่วมแสดงความคิดเห็น มีความกระตือรือร้น มีชีวิตชีวา และศรัทธาต่อตนเองและผู้อื่นอย่างจริงใจ

ในชีวิตประจำวันคนเราต้องมีรูปแบบของการใช้เวลาทั้ง 6 แบบ แบบใดมากน้อยกว่ากันขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของบุคคลนั้น บุคคลที่มีทัศนคติในแง่ลบเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น ก็มักเลือกใช้เวลาส่วนใหญ่ตามรูปแบบที่ 1 หรือ 2 ทำให้การใส่ใจจากผู้อื่นมีน้อย ในทางตรงข้ามบุคคลที่วางรูปแบบของการใช้เวลาของตนเองได้อย่างเหมาะสมทั้ง 6 แบบ โดยพิจารณาว่าในสภาพการณ์เช่นใด ตนเองกำลังติดต่อสัมพันธ์กับใคร ควรใช้เวลาแบบใด ก็ทำให้เขาได้รับการใส่ใจอย่างเพียงพอตามที่เขาต้องการ ส่งผลให้เขารู้สึกว่าคุณเองปรับตัวอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

1.3.7 การวิเคราะห์บทชีวิต (Script Analysis)

การวิเคราะห์บทชีวิตเป็นการวิเคราะห์บทบาทที่สะสมมาตั้งแต่วัยเด็ก มีอิทธิพลจากการอบรมเลี้ยงดูและการพัฒนาอย่างสูงมาก เป็นรายละเอียดของพฤติกรรมที่แต่ละบุคคลเลือกในการดำเนินชีวิต เป็นรูปแบบการใช้เวลาในการแสวงหาการใส่ใจ เมื่อบุคคลเข้าไป

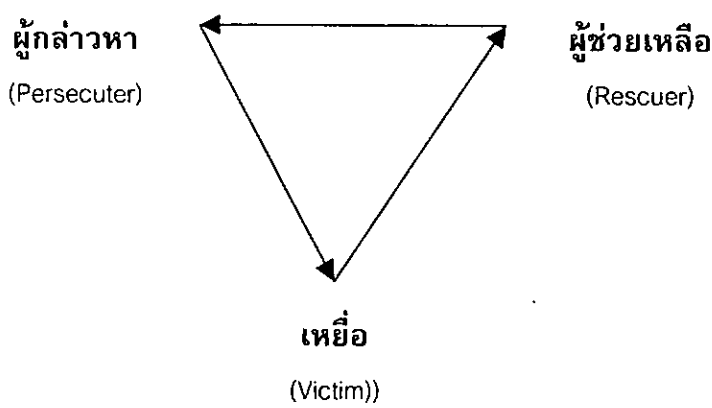
เกี่ยวข้องในเกม บุคคลจะต้องแสดงบทบาทออกมา ซึ่งอาจรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ได้ บทบาทที่สำคัญตามทัศนะของทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มี 3 บทบาท ดังนี้

ก. บทบาทของผู้กล่าวหา (Persecutor) เป็นบทบาทบุคคลที่ชอบว่ากล่าวตำหนิ จับผิดผู้อื่น แสดงอำนาจ ควบคุมการกระทำของผู้อื่น ชอบประเมินตัดสินผู้อื่นตามกฎหมายเกณฑ์ของตน ควบคุมความประพฤติของผู้อื่นให้ปฏิบัติตามกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ เพื่อให้ผู้อื่นเสียหาย อับอายต่ำต้อย หรือเกรงกลัว

ข. บทบาทของผู้ช่วยเหลือ (Rescuer) เป็นบทบาทที่บุคคลมีที่ทำชอบเสนอตนให้ความเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือผู้อื่น ทำอะไรให้ผู้อื่น จะคอยยื่นมือเข้าไปให้ความช่วยเหลือกับทุกคน หรือแม้กระทั่งกับคนที่ไม่ต้องการความช่วยเหลือ หรือคนที่ไม่ยอมช่วยตนเอง เป็นผู้ที่เห็นอกเห็นใจปกป้องผู้อื่น เป็นบทบาทที่เป็นพระเอก เป็นฮีโร่ บุคคลประเภทผู้ช่วยเหลือนี้ชอบที่จะสอดแทรกเข้าไปตัดสินใจให้ผู้อื่น และชอบประเมินความสามารถของผู้อื่นให้ต่ำกว่าที่เป็นจริง และมักจะมีความรู้สึกซ่อนอยู่ในส่วนลึกว่า ผู้อื่นไม่สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยตัวของเขาเองได้ หรือผู้อื่นจะเจริญเติบโตพัฒนาไปได้มากน้อยเพียงใด ย่อมขึ้นกับคำแนะนำและความช่วยเหลือที่ผู้ช่วยเหลือจะมอบให้ ดังนั้นผู้ช่วยเหลือจึงชอบที่จะดึงให้ผู้อื่นให้มาขึ้นอยู่กับตัวเอง

ค. บทบาทของเหยื่อ (Victim) เหยื่อหรือผู้เคราะห์ร้าย เป็นบทบาทของผู้ถูกรังแก ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ นำสงสาร ขอความเห็นใจจากผู้อื่น สงสารตนเองที่โชคร้าย รู้สึกด้อย แสดงว่าไร้ความสามารถ ทั้งที่จริงๆ แล้วตนมีความสามารถ บุคคลที่เล่นบทบาทนี้ก็เพื่อต้องการให้ผู้อื่นมาช่วยเหลือปดลอบโยน หรือแสดงความเห็นใจ

ทั้งสามบทบาทนี้จะมีส่วนเกี่ยวข้องกัน เพราะในเกมหนึ่งๆ นั้นจะมีบทบาทตั้งแต่ 2 บทบาทหรือมากกว่านั้นมาเกี่ยวข้อง และผู้ที่เล่นเกมก็อาจเปลี่ยนแปลงบทบาทกลับไปกลับมาได้ ซึ่งสามารถเขียนเป็นรูปสามเหลี่ยมของเกม (Game Triangle) ดังภาพประกอบ 6 (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2525 : 156)



ภาพประกอบ 6 แสดงรูปสามเหลี่ยมของเกม

พิชิต สุวรรณประกร (2534 : 14) กล่าวว่า บทบาททั้งสามเป็นพลวัต (Dynamic) เกิดต่อเนื่องกันตลอดเวลา บุคคลควรรู้ตัวและไม่ยึดติดกับบทบาทใด ควรรู้ตัวเมื่อมีใครมาเล่น เกมกับเราและต้องคุมเกมให้อยู่ การเป็นผู้กล่าวหาทุกกรณี อาจเป็นการตีกรอบตัวเองต่อสังคม ไม่มีใครอยากติดต่อด้วย การเป็นเหยื่ออยู่ตลอดเวลา อาจถูกคนอื่นมองว่าเป็นคนโง่ และการเป็นผู้ช่วยเหลืออยู่ตลอดเวลา ก็อาจสร้างความไม่พอใจจากบุคคลอื่นได้

การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมีบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มาพบกัน การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นวิธีการที่จะใช้ตรวจสอบความสัมพันธ์ของบุคคล ทำให้ทราบว่าทำไมคนเราจึงพูดหรือทำเช่นนั้น นอกจากนั้น ยังเป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้เข้าใจพื้นฐานพฤติกรรมและความรู้สึกของบุคคล เข้าใจและรู้จักพฤติกรรมของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นท่าทางหรือคำพูด เพื่อที่จะพยายามปรับตัวเข้ากับผู้อื่นอย่างเหมาะสม เบิร์น (พรรณราย ทพยยะประภา. 2527 : 332-349 ; อ้างอิงจาก Berne. 1961 : unpagged) กล่าวว่า เป้าหมายของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล คือ การสร้างความเป็นตัวของตัวเองในที่นี้หมายถึง การปกครองตนเอง การมีอิสระในการเลือกและตัดสินใจเกี่ยวกับชีวิตของตนเอง การแสดงออกซึ่งความต้องการที่แท้จริงของตน มีความรับผิดชอบต่อผลของพฤติกรรมที่ทำลงไป ความเป็นตัวของตัวเองนี้ ประกอบด้วยความสามารถ 3 ประการ คือ

1. ความใกล้ชิด (Intimacy) หมายถึง ความสามารถที่จะเปิดเผยตนเองต่อผู้อื่นอย่างจริงใจ มีความไว้วางใจและความจริงใจในการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น โดยปราศจากการเล่นเกม ยอมรับผู้อื่นแบบไม่มีเงื่อนไข

2. มีความตระหนักรู้ (Awareness) หมายถึง บุคคลที่มีความสามารถในการพิจารณาและประเมินตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ตรงตามความเป็นจริง และกล้าที่จะเผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้น

3. ความเป็นธรรมชาติ (Spontaneity) หมายถึง บุคคลที่มีความยืดหยุ่น มีความใจกว้าง เปิดเผย ยอมรับความเป็นจริงของตน พอใจที่จะคิดและตัดสินใจด้วยความสามารถของตนเองมากกว่าปล่อยชีวิตตามโชคชะตา มีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง และพร้อมที่จะพัฒนาตนเองเสมอ

การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้นนิยมจัดในรูปของกลุ่มฝึกอบรม โดยมาเข้ากลุ่มตามเวลาที่กำหนดไว้ ผู้นำกลุ่มจะมีบทบาทเป็นผู้สอนและผู้ดำเนินการกลุ่มเพื่อให้บุคคลเกิดการเรียนรู้จากกระบวนการกลุ่ม มีการเน้นที่การอภิปรายร่วมกันในกลุ่ม สมาชิกแต่ละคน เรียนรู้ด้วยการศึกษาพฤติกรรมของตนเองในลักษณะที่เป็น “ที่นี่และเดี๋ยวนี้” (Here-and-Now) ซึ่งสัมพันธ์กับพฤติกรรมในสถานการณ์อื่นๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งความเข้าใจในกระบวนการทำงานและความสัมพันธ์ของกลุ่ม เช่น การตัดสินใจ การแก้ปัญหา การเป็นผู้นำและผู้ตาม การจัดการเกี่ยวกับการทำงาน การตั้งเป้าหมาย การแก้ปัญหาความขัดแย้ง การสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อผู้อื่น ทฤษฎี TA ได้รับความนิยมและเป็นที่น่าสนใจของบุคคลในวงการต่างๆ เพราะเป็นวิธีที่จะช่วย

ให้บุคคลเข้าใจตนเอง สามารถเปลี่ยนแปลงปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองได้อย่างมีเหตุผล ทำให้การปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นไปด้วยดี และทำให้การทำงานเป็นกลุ่มมีประสิทธิภาพ

พรรณราย ทรัพย์ประภา (2527 : 341) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไว้ดังนี้

1. เพื่อปรับปรุงสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ลดความเข้าใจผิดและการทะเลาะวิวาทกันอย่างไม่มีเหตุผล และสร้างการติดต่อสัมพันธ์ให้ดีขึ้น
2. เพื่อลดการเล่นเกม การดูถูกเหยียดหยาม และเพิ่มพูนสัมพันธภาพที่ตรงไปตรงมาเปิดเผย จริงใจ และเป็นตัวของตัวเอง
3. เพื่อให้สามารถรู้ได้ว่าบุคคลทำไมจึงพูดหรือทำเช่นนั้น
4. เพื่อให้บุคคลเจริญงอกงาม พัฒนา และเพิ่มพูนความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองและความรับผิดชอบในตนเอง
5. เพื่อลดพฤติกรรมที่เป็นการฟ่ายแพ้แก่ตนเอง
6. เพื่อเพิ่มพูนความสามารถที่จะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมตามสิทธิของตน เช่น กล่าวถึงความต้องการของตนอย่างตรงไปตรงมา และได้รับการตอบสนองความต้องการนั้นๆ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ตรงข้ามกับความก้าวร้าว

สำหรับเทคนิคที่ใช้ในการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (สุทธิพงษ์ทองยิ่ง, 2537 : 29-31) การจัดกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นิยมจัดในรูปของกลุ่มฝึกอบรม เทคนิคที่ใช้จึงเป็นเทคนิคที่ใช้ในการฝึกอบรม ซึ่ง บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2530 : 55) ได้กล่าวถึงเทคนิคที่ใช้ในกลุ่มฝึกอบรมไว้ว่าใช้ตั้งแต่การสอน การสาธิต ตลอดไปจนถึงเทคนิคของกลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งก็มีเทคนิคดังนี้

1. บทบาทสมมติ (Role Playing) เป็นสถานการณ์สมมติที่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมติขึ้น และให้ผู้เรียนสวมบทบาทและแสดงออกตามธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์ และความรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลัก วิธีนี้จะช่วยให้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ความรู้สึกและพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้ง และช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจและน่าติดตาม

2. เกม (Game) เป็นการให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาตามที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจหาอย่างใดอย่างหนึ่ง วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ และยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียน

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงนำมาดัดแปลงและให้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนรู้ได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายกันเพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวพันกัน การอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มี

โอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลกันและกัน รวมทั้งนำเอากรณีตัวอย่างซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง ซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายต่อผู้เรียน

4. ละคร (Action or Dramatization) เป็นเทคนิคที่ให้ผู้เรียนทดลองแสดงบทบาทตามที่เขียนไว้ วิธีนี้จะทำให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ในการทำความเข้าใจความรู้สึก เหตุผล และพฤติกรรมของผู้อื่น

5. สถานการณ์จำลอง (Simulation) เป็นการจำลองสถานการณ์จริงหรือสร้างให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง และให้ผู้เรียนเข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้น และมีปฏิริยาโต้ตอบกัน วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงพฤติกรรมในสถานการณ์ซึ่งในความเป็นจริงอาจไม่กล้าแสดงเพราะอาจเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับ

6. กลุ่มย่อย (Small Group) เป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนทุกคนได้มีส่วนในการแสดงออก และได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้น

ในการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มควรจะเป็นนักจิตวิทยาหรือได้ฝึกฝนอบรมทางด้านทฤษฎีต่างๆ เกี่ยวกับจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ทั้งนี้เพราะแนวคิดหรือเนื้อหาสาระของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้นเป็นจิตวิทยาการให้คำปรึกษาโดยตรง พรรณราย ทรัพย์ะประภา (2527 : 345-349) สรุปได้ว่า ผู้นำกลุ่มควรมีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานทางด้านจิตวิทยา หรือพฤติกรรมมนุษย์ รวมทั้งเข้าใจในเนื้อหาทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นอย่างดี นอกจากนั้นยังมิบทบาทเป็นผู้สอน (Instructor) และผู้อำนวยความสะดวก (Facilitator) ให้เกิดการเรียนรู้ มีศิลปะในการถ่ายทอดบทบาทที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือ ความสามารถในการแสดงจิตนาฏกรรม (Psychodrama) ซึ่งเป็นความสามารถในการแสดงบทบาทต่างๆ เพราะในการฝึกอบรมนั้น บางครั้งต้องใช้บทบาทสมมติเป็นส่วนประกอบด้วย

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

2.1 งานวิจัยในประเทศ

นฤพนธ์ สีแสง (2541 : 99) ได้ศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนิสิตชั้นปีที่ 2 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผลการศึกษาพบว่า นิสิตกลุ่มทดลองมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับ ชีระ ประพฤติกิจ (อจนา ศรีสุพล, 2535 : 24 ; อ้างอิงจาก ชีระ ประพฤติกิจ, 2531) ได้ศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงพลังงานทางจิตในภาวะฮิไกที่จำเป็นต่อการสร้างมนุษยสัมพันธ์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยการประจักษ์ ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยครูหมู่บ้านจอมบึง จังหวัดราชบุรี

ผลการศึกษาพบว่า พลังงานทางจิตใจในภาวะอีโก้โดยเฉพาะภาวะอีโก้เป้าหมายสามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยการฝึกกลุ่มแบบจิตบำบัดตามทฤษฎีการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น เดียวกันกับ ศิริพร เวชชพิพัฒน์ (2532 : 51) ได้ศึกษาการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพื่อพัฒนาการสื่อสารสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีการสื่อสารสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และอัจฉา ศรีสุพล (2535 : 64) ได้ศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นักศึกษามีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่นิตยาชล พงศ์พานานาญเวช (2537 : 81) ได้ศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการสื่อสารกับเพื่อนต่างเพศ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสายธรรมจันทร์ จังหวัดราชบุรี ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีการสื่อสารกับเพื่อนต่างเพศดีขึ้น หลังจากได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสุทธิพงษ์ ทองยิ่ง (2537 : 72) ได้ศึกษาผลของกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า นักเรียนที่เข้ากลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีความก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนเข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ได้เข้ากลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีความก้าวร้าวต่ำกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เช่นเดียวกันกับ เปรมปรี พงษ์ประสิทธิ์ (2538 : 74) ได้ศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการปฏิบัติตนกับเพื่อน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2537 โรงเรียนวิสุทธิรังษี อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีการปฏิบัติตนกับเพื่อนดีขึ้นหลังจากได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

วูดเวิร์ด (นฤพนธ์ สีแสง. 2541 : 65 ; อ้างอิงจาก Woodward. 1975 : 5045) ได้ศึกษาผลของการฝึกอบรมการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการพัฒนาการปรับตัวทางสังคม อัตมโนทัศน์ (Self-Concept) และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียนระดับชั้น 6 ที่มีระดับสติปัญญาต่างกันโดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม กลุ่มละ 30 คน กลุ่มควบคุม 3 กลุ่ม กลุ่มละ 30 คน ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก็แบ่งเป็นกลุ่มที่มีระดับสติปัญญา สูง กลาง ต่ำ กลุ่มทดลองได้รับการฝึกอบรมการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 2 ครั้ง

ต่อสัปดาห์ ต่อเนื่องกันเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ โดยใช้ "TA for Kids" เป็นเครื่องมือในการฝึกอบรม และใช้วิธีการทำข้อตกลงจากภาวะบุคลิกภาพแบบผู้ใหญ่เป็นแนวทางในการนำบัตรรักษาส่วนนักเรียนในกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึก ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกอบรมการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กลุ่มที่มีระดับสติปัญญา สูง กลาง และต่ำ ได้คะแนนความสามารถในการปรับตัวทางสังคมและอัตมโนทัศน์สูงกว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้นมีเพียงกลุ่มทดลองที่มีระดับสติปัญญาสูงและต่ำเท่านั้น ที่ได้คะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับ อินทรกำเนต (Intarakumnerd. 1976 : 1405) ได้ศึกษาถึงผลของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อมโนภาพแห่งตน ของนักศึกษาไทยที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยมิสซิสซิปปี โดยใช้ตัวแปรที่เกี่ยวกับเพศและการยอมรับทางสังคม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาไทย จำนวน 50 คน ซึ่งได้รับการคัดเลือกมา โดยใช้คะแนนการยอมรับทางสังคมที่วัดด้วยเทคนิคทางสังคมมิติเป็นเกณฑ์ในการพิจารณา กลุ่มตัวอย่างมาจากกลุ่มประชากรที่เป็นนักศึกษาไทยที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยมิสซิสซิปปี ระหว่างภาคการศึกษาฤดูใบไม้ผลิ ปี ค.ศ. 1976 แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 25 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน กลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และฝึกฝนทางด้านการติดต่อสื่อสาร จำนวน 8 ครั้งๆ ละ 1 ชั่วโมงถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง เป็นเวลา 4 สัปดาห์ติดต่อกัน ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกฝนอย่างใด ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้รับการทดสอบด้วยแบบวัด Tennessee Self-Concept Scale ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า มโนภาพแห่งตนของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 เช่นเดียวกันกับ ปะพานทอน (Papantones. 1978) ได้ศึกษาวิจัยถึงผลของโปรแกรมกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการเพิ่มพูนการมีสัจจการแห่งตน (Self-Actualization) ของวัยรุ่นชายที่ประจำอยู่ในค่ายพักแรม กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่ไม่สัมฤทธิ์ผลในการใช้ศักยภาพของตนเอง โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จำนวน 8 ครั้ง แต่ละครั้งประกอบด้วย 2 ขั้นตอน คือ การอธิบายให้ความรู้เกี่ยวกับหลักการของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการทดลองปฏิบัติ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการเข้ากลุ่มอภิปรายอย่างไม่เป็นทางการ ซึ่งนำโดยคณะผู้นำกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีสัจจการแห่งตนมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่กริฟ (บัญญัติ ยงยวน. 2530 : 49 ; อ้างอิงจาก Grieve. 1978) ได้ศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นอนุบาล โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 ห้องเรียน กลุ่มควบคุม 2 ห้องเรียน ในกลุ่มทดลองครูได้สอนแนวคิดพื้นฐานทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและใช้กลวิธียอมรับ (Permission) การใส่ใจ (Stroke) และการหลีกเลี่ยงสิ่งที่ทำให้เกิดความไม่พอใจ (Avoiding Discounts) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีผลสัมพัทธ์

ทางการเรียนในวิชาคณิตศาสตร์สูงขึ้น และสามารถลดสภาพปัญหาทางอารมณ์ให้สามารถปรับตัวได้ดีขึ้น ซึ่งออลวูด (สุทธิพงษ์ ทองยิ่ง. 2537 : 33 ; อ้างอิงจาก Allwood. 1981 : 4975) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการพัฒนาการควบคุมตนเอง อึดมโนภาพ สัมฤทธิ์ผลทางการเรียน และความสนใจในการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาผิวดำในเขตเมือง ซึ่งเป็นนักเรียนเข้าใหม่ และสอบไม่ผ่านอย่างน้อย 3 วิชา ในเทอมแรก จำนวน 57 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มพลาซีโบ (Placebo) 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม การเข้ากลุ่มให้คำปรึกษาแต่ละครั้งใช้เวลา 40 นาทีสัปดาห์หนึ่งเข้ากลุ่มรวม 4 ครั้ง ต่อเนื่องไป 12 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สามารถพัฒนาการควบคุมตนเอง สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนและความสนใจในการเรียนสูงขึ้น ส่วนการพัฒนาอึดมโนภาพนั้นก็มีกลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียวที่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญกับกลุ่มควบคุม และคลาร์ก (เปรมปรี พงษ์ประสิทธิ์. 2538 : 41 ; อ้างอิงจาก Clark. 1982 : 886) ได้ศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลของผู้บริหารโรงเรียนในมลรัฐหลุยเซียน่า สหรัฐอเมริกา โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองจำนวน 50 คน กลุ่มควบคุมจำนวน 50 คน กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มจะได้รับการทดสอบก่อนและหลังการทดลองโดยใช้แบบสำรวจการสื่อสารระหว่างบุคคล (Interpersonal Communication Inventory หรือ ICI) ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกอบรมการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้คะแนนการสื่อสารระหว่างบุคคลสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ สรุปได้ว่า การฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นวิธีการที่เหมาะสมที่จะนำไปใช้ในการพัฒนาสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคล มนุษยสัมพันธ์ การควบคุมตนเอง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การปรับตัวทางสังคม และการสื่อสารระหว่างบุคคล ผู้วิจัยคาดว่า การฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ จะเป็นแนวทางให้นิสิตสามารถนำไปปฏิบัติเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ที่จะนำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคลได้อย่างเหมาะสมต่อไป

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสาร

3.1 ความหมายของการสื่อสาร

การสื่อสาร หมายถึง กระบวนการของการถ่ายทอดแลกเปลี่ยนข่าวสาร เจตคติ ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ส่งผลให้เกิดความร่วมมือ อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยอาศัยสื่อภาษาด้วยคำและภาษาท่าทางในการติดต่อสื่อสาร (วรวรรณ กวินทรานันต์. 2538 : 13)

คริสเตนเซน และคอคโครว์ (Christensen and Kockrow, 1991 : 35) ได้ให้ความหมายของการสื่อสารว่า หมายถึง กระบวนการแลกเปลี่ยนข่าวสารจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งการสื่อสารนั้นจะเป็นการใช้ถ้อยคำหรือไม่ใช้ถ้อยคำก็ได้ ทั้งนี้อาจเป็นการสื่อสารโดยตรง เช่น การเผชิญหน้า หรือทางอ้อม โดยการเขียน หรือการจดบันทึก เป็นต้น

จารุวรรณ เอกอรัญผล (2530 : 22) ให้ความหมายของการสื่อสารว่าเป็นกระบวนการถ่ายทอดหรือแลกเปลี่ยนข่าวสาร ข้อเท็จจริง ความคิด ความรู้สึก อารมณ์และเจตคติ ซึ่งกระบวนการติดต่อสื่อสารที่จะได้ผลดีนั้น ต้องอาศัยความเข้าใจตรงกัน การมีส่วนร่วมและมีปฏิกิริยาโต้ตอบที่เหมาะสม

วิเชียร ทวีลาภ (2534 : 24) กล่าวว่า การติดต่อสื่อสาร หมายถึง การกระทำใดๆ ก็ตามที่ทำให้ผู้หนึ่งจะทำให้ผู้อื่นเกิดความเข้าใจอย่างเดียวกัน โดยใช้วิธีการพูดเขียน หรือแสดงออกด้วยกิริยาท่าทาง ซึ่งเป็นวิธีการสื่อสารภาษานั้นเอง

จากความหมายของการสื่อสาร สรุปได้ว่า การสื่อสารเป็นกระบวนการส่งรับเพื่อถ่ายทอดและแลกเปลี่ยน ข่าวสาร ข้อมูล ความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ จากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งหรือหลายคน เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ยังผลให้เกิดความร่วมมือ ความตกลงกัน โดยอาศัยถ้อยคำในการพูดหรือเขียน รวมทั้งกิริยาท่าทาง

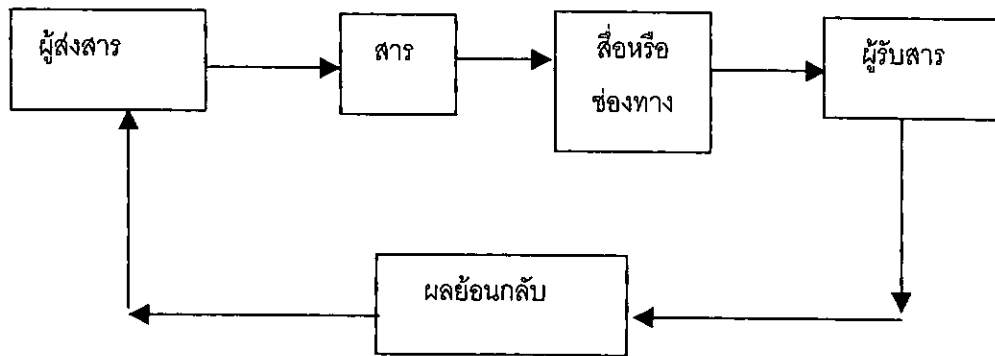
แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสาร

การสื่อสารของมนุษย์จำแนกได้ 2 ประเภท คือ

1. การสื่อสารโดยใช้ถ้อยคำ (Verbal Communication) หมายถึง การสื่อความหมายโดยทั่วๆ ไป ที่อาศัยคำสัญลักษณ์ภาษา เลขจำนวน หรือภาษาทางคณิตศาสตร์ก็ได้
2. การสื่อความหมายโดยไม่ใช้ถ้อยคำภาษา (Non-Verbal Communication) เป็นการสื่อความหมายที่ใช้สัญลักษณ์อย่างอื่นนอกเหนือจากคำ เลขจำนวน หรือวรรคตอน

3.2 องค์ประกอบของการสื่อสาร

ในเรื่องขององค์ประกอบของการสื่อสารนั้น บาร์คเกอร์ (Barker, 1990 : 6) กล่าวว่า เป็นเรื่องยากที่จะทำให้การสื่อสารบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ หากจะให้การสื่อสารดำเนินไปด้วยดี จะต้องทราบถึงวิธีการในการเริ่มต้นและลงท้าย ตลอดจนการคงสัมพันธ์ภาพอันดีไว้ให้ได้ และเนื่องจากการสื่อสารต้องดำเนินควบคู่ไปกับการมีชีวิตของมนุษย์ ดังนั้นการสื่อสารจึงมีความจำเป็นตลอดชีวิต ซึ่งอาจแบ่งองค์ประกอบของการสื่อสารได้เป็น 7 องค์ประกอบ คือ 1. แหล่งส่ง/ถอดรหัสของการสื่อสาร 2. ข่าวสารข้อมูล 3. ช่องทางการสื่อสาร 4. แหล่งของการสื่อสาร 5. การโต้ตอบชนิดย้อนกลับ 6. อาจมีการล้มเหลวของการสื่อสารในระยะใดระยะหนึ่ง 7. การตีความหมายของเนื้อหาข่าวสารนั้น



ภาพประกอบ 7 กระบวนการสื่อสารของ บาร์คเกอร์ (Barker. 1990 : 6)

องค์ประกอบของการสื่อสารประกอบด้วย

1. ผู้ส่งสาร หมายถึง ผู้ริเริ่มจะส่งสาร คือ ข้อความหรือข้อมูลต่างๆ ไปยังผู้รับสาร ผู้ส่งสารนี้อาจเป็นบุคคลเดี่ยวหรือกลุ่มบุคคลก็ได้
2. สาร หมายถึง สิ่งเร้าหรือสิ่งที่กระตุ้นเตือนผู้ที่ส่งสารไปยังผู้รับสาร สารที่ใช้แบ่งออกเป็นสารที่ใช้ถ้อยคำ (Verbal) ได้แก่ การพูด การเขียน และสารที่ใช้สัญลักษณ์อื่น นอกจากถ้อยคำ (Non-Verbal) ได้แก่ การใช้กิริยาท่าทาง การใช้สัญญาณและสัญลักษณ์ เป็นต้น
3. สื่อหรือช่องทางการสื่อสาร (Channel หรือ Media of Communication) คือ เครื่องมือหรือช่องทางที่ผู้ส่งสารจะใช้เพื่อให้สารนั้นไปถึงบุคคลอื่น ซึ่งเป็นผู้รับสารโดยตรงหรือส่งย้อนกลับยังผู้ส่งสาร เพื่อให้รู้ผลย้อนกลับของสารที่ส่งไป ได้แก่ คลื่นเสียง อุปกรณ์การสื่อสาร หรือผ่านช่องทาง โดยอาศัยประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ การมอง การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส และการสัมผัสหรือวิธีที่เสนอ
4. ผู้รับสาร หมายถึง ผู้ฟัง ผู้ตอบ ผู้รับสารนี้อาจเป็นคนเดียว กลุ่มบุคคลหรือชุมชน สาธารณชน ผู้รับสารจะทำการแปลหรือตีความหมายในข้อความที่ผู้ส่งสารส่งมา
5. ผลย้อนกลับ เป็นผลของการทวนถามเพื่อให้แน่ใจในสิ่งที่ได้รับฟัง รับรู้ของผู้รับสารนั้นๆ เช่น การพยักหน้า ก้มศีรษะ เป็นต้น ผลย้อนกลับนี้บางสถานการณ์อาจจะไม่ได้ปฏิบัติทันที เช่น ในการสื่อสารมวลชน ผู้รับสารไม่มีโอกาสที่จะให้ผลย้อนกลับได้

3.3 ระบบของการสื่อสาร

วิเชียร ทวีลาภ (2534 : 27) กล่าวว่า การสื่อสารสามารถแบ่งเป็น 2 ระบบ คือ

1. การติดต่อสื่อสารทางเดียว (One-Way Communication) เป็นการติดต่อสื่อสารที่ผู้ถ่ายทอดข้อมูลหรือข่าวสารไปยังอีกฝ่ายหนึ่งให้รับทราบ โดยไม่เปิดโอกาสให้ผู้รับได้โต้ถามข้อสงสัย ทั้งไม่ได้เอาใจใส่ต่อการแสดงปฏิกิริยาตอบสนอง (Feedback)

2. การติดต่อสื่อสารสองทาง (Two-Way Communication) คือ การสื่อสารที่ทั้งผู้ส่งและผู้รับข่าวสารได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความเข้าใจและสนใจ เอาใจใส่ต่อการตอบสนอง หรือการป้อนกลับของอีกฝ่ายหนึ่ง

แบรดลีย์ และเอดินเบอร์ก (Bradley and Edinberg. 1986 : 10-12) กล่าวถึงลักษณะของการติดต่อสื่อสารทั้งทางเดียวและการสื่อสารสองทาง ไว้ดังนี้ คือ

1. การติดต่อสื่อสารทางเดียว เป็นวิธีการติดต่อสื่อสารที่รวดเร็ว ไม่สับสนและสามารถทำให้สัมฤทธิ์ผลได้ เช่น การพูดในที่สาธารณะ การบันทึก และการบรรยายในมหาวิทยาลัย ซึ่งผู้ส่งสารใช้ความสามารถน้อย และเป็นผู้ควบคุมการสื่อสารแต่เพียงฝ่ายเดียว ในกรณีนี้เปรียบได้กับบทบาทของพยาบาลที่ทำหน้าที่เป็นผู้บอก ชี้แจงและอธิบายเรื่องต่างๆ แก่ผู้ป่วย หรือญาติ โดยไม่เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยได้พูดโต้ตอบหรือซักถามใดๆ

2. การติดต่อสื่อสารชนิดสองทาง อาจจะช้ากว่าการติดต่อสื่อสารชนิดทางเดียว เพราะต้องใช้เวลาในการรับส่งแลกเปลี่ยนข่าวสารซึ่งกันและกันระหว่างผู้ส่งและผู้รับสารเพื่อความเข้าใจตรงกัน ในกรณีนี้เปรียบได้กับบทบาทของพยาบาลที่เป็นเสมือนผู้ให้การช่วยเหลือโดยการให้คำแนะนำรับฟังและให้โอกาสซักถามข้อสงสัย

จากที่กล่าวมาทั้งหมด สรุปได้ว่า การสื่อสารสามารถจำแนกเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ 2 ประเภท คือ

1. การจำแนกโดยใช้ทิศทางของการติดต่อสื่อสารเป็นเกณฑ์ จำแนกเป็น

1.1 การติดต่อสื่อสารทางเดียว หมายถึง การติดต่อสื่อสารที่ไม่เปิดโอกาสให้ผู้รับสารได้สอบถามความเข้าใจให้ถูกต้อง

1.2 การติดต่อสื่อสารสองทาง หมายถึง การสื่อสารที่ทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสารได้มีโอกาสพูดคุย ซักถามข้อสงสัยให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง อาจจะช้ากว่าวิธีแรกแต่ได้ผลดีกว่าเพราะมีการให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้ส่งสาร

2. การจำแนกโดยใช้ภาษาเป็นเกณฑ์ ซึ่งจำแนกเป็น

2.1 การติดต่อสื่อสารโดยใช้ถ้อยคำ หมายถึง การสื่อสารโดยใช้ภาษาพูด หรือภาษาเขียน

2.2 การติดต่อสื่อสารโดยไม่ใช้ถ้อยคำ ประกอบด้วย การใช้สัญญาณ สัญลักษณ์ ท่าทาง การสัมผัส ซึ่งบางครั้งอาจพบที่ใช้คำว่าภาษากาย (Body Language) ก็ได้ เพราะมีความหมายเช่นเดียวกัน

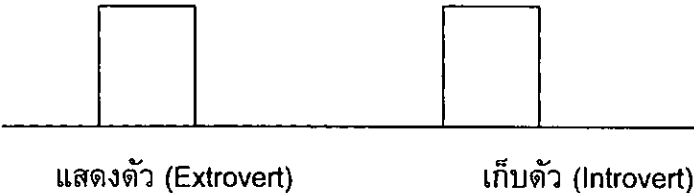
3. การสื่อสารทางตรงและทางอ้อม การสื่อสารอาจจะเป็นการสื่อโดยตรง เช่น การเผชิญหน้าด้วยการใช้การพูด หรือโดยทางอ้อม เช่น การเขียนหรือการจดบันทึก

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

ชมหนูช บุญสิทธิ (2541 : 33-34 อ้างอิงจาก Monroe 1960 : 808) กล่าวว่า จุง ได้แบ่งลักษณะของคนออกเป็น 2 แบบ คือ พวกเก็บตัวและแสดงตัว หากเก็บตัวมีลักษณะหันเข้าหาตนเอง ขณะที่พวกแสดงตัวมีลักษณะโต้ตอบกับภายนอก คำทั้งสองนี้นำไปใช้กับแบบของการปรับตัวทางสังคมคือ พวกเก็บตัวชอบที่จะใส่ใจในตัวของเขาเองมีความกลัว ขี้อายและเชื่องช้าทำอะไรด้วยความระมัดระวัง พวกแสดงตัวเป็นพวกที่มีกำลังมาก กระฉับกระเฉง ช่างพูด ถือดี ยินหยัด มีการกระทำที่หุนหันใจเร็ว นอกจากนี้ จุงได้บรรยายลักษณะของพวกแสดงตัวไว้ว่าเป็นคนที่ปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ ๆ ได้ ไม่ค่อยวิพากษ์วิจารณ์ตนเองทำอะไรขึ้นอยู่กับการโลกภายนอก คือ การฝึกหัดและยึดถือความจำเป็นสำคัญ ส่วนพวกเก็บตัวการตัดสินใจขึ้นอยู่กับตนเอง ถือหลักทุกสิ่งทุกอย่างต้องสมบูรณ์ เป็นคนไม่รู้จักยืดหยุ่น มีความรู้สึกละเอียดอ่อน มีการวิเคราะห์และวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง การปรับตัวกระทำโดยหลบหนีการพ้อฝัน (Hall 1957:86)

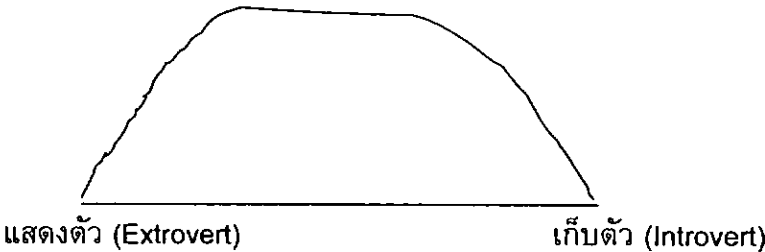
แสต็กเนอร์ (ชมหนูช บุญสิทธิ. 2541 : 34-35 อ้างอิงจาก Stagner 1961:586) ได้รวบรวมแนวความคิดของนักจิตวิทยาในเรื่องการเก็บตัว และแสดงตัวว่ามีอยู่ 3 แนวคือดังนี้

แนวความคิดที่ 1 เป็นแนวความคิดที่ว่า พวกเก็บตัวและแสดงตัวจะแยกกันอย่างเด็ดขาดและเป็นลักษณะตรงกันข้าม (ดังรูป)



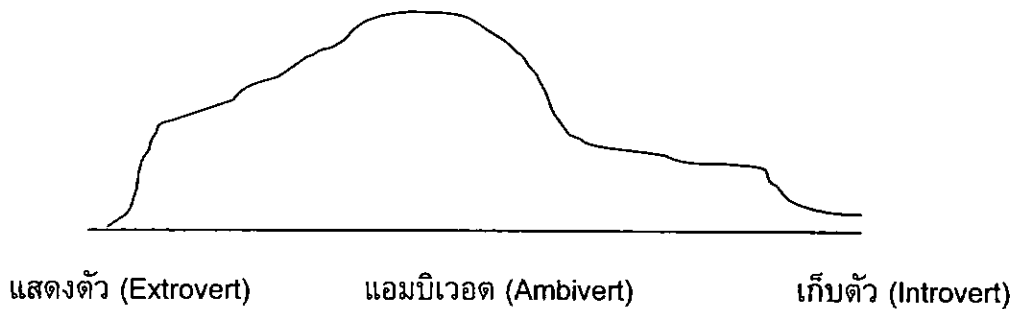
ภาพประกอบ 8 บุคลิกภาพเก็บตัว - แสดงตัว แนวคิดที่ 1

แนวความคิดที่ 2 นักจิตวิทยาเชื่อว่าพวกแสดงตัวและเก็บตัวจะอยู่คนละข้างของโค้งปกติ



ภาพประกอบ 9 บุคลิกภาพเก็บตัว - แสดงตัว แนวคิดที่ 2

แนวความคิดที่ 3 เป็นแนวความคิดที่มีผู้นิยมกันมาก โดยแบ่งมนุษย์ออกเป็น 3 กลุ่มคือ กลุ่มแสดงตัว (Extrovert) กลุ่มแอมบิเวต (Ambivert) และกลุ่มเก็บตัว (Introvert) สำหรับพวกแอมบิเวตเป็นพวกที่มีบุคลิกภาพกลาง ๆ ไม่เก็บตัว หรือแสดงตัวจนเกินไป บุคคลพวกนี้มีจำนวนมาก (ดังรูป)



ภาพประกอบ 10 บุคลิกภาพการเก็บตัว - แสดงตัว แนวคิดที่ 3

นอกจากนี้ อายเซนด์ (Eysench. 1971 : 40-40) ได้ทำการศึกษาร่วมกับอิมเมลเวียดและมิลเลอร์ โดยใช้แบบทดสอบที่แตกต่างกันหลาย ๆ ฉบับไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างในหลายประเทศ พบว่าคนที่มีลักษณะเก็บตัวที่ไม่ยืดหยุ่นไม่ค่อยปรับปรุงการตัดสินใจถ้ามีลักษณะที่เก็บตัวมากเกินไปจะเป็น "ดิสโทมิก" (Dysthymics) ลักษณะแสดงตัวเป็นคนยืดหยุ่นง่าย ถ้ามากเกินไปจะเป็นโรคจิตชนิด "ฮิสทีเรีย" (Hysteria)

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

5.1 งานวิจัยในประเทศ

สำหรับงานวิจัยในประเทศ ยุทธศาสตร์ นันทราช (2525 : 54) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัวเรียนโดยวิธีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากโรงเรียนมัธยมวาริชภูมิ อำเภовาริชภูมิ จังหวัดสกลนคร กรมสามัญศึกษา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2524 จำนวน 72 คน โดยแยกเป็น 2 กลุ่มๆ ละ 36 คน ผลพบว่า นักเรียนที่เรียนโดยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ กลุ่มที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับ สุสินี อินสว่าง (2516 : 93) ได้ศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพของเด็กวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลางและเด็กวัยรุ่นในโรงเรียน พบว่า เด็กวัยรุ่นที่กระทำผิดนั้นเป็นคนเก็บตัว ปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้จึงไปคบเพื่อนเกเร สุสินี ได้เสนอข้อคิดเห็นว่าบิดามารดาและผู้ปกครองควรเปลี่ยนวิธีการอบรมเด็กไม่ควรถืออำนาจจนเกินไป จะทำให้เด็กเกิดความมั่นใจในการแสดงออก ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ไม่หลบหนีสังคม และเป็นพลเมืองดีของประเทศชาติในอนาคต

5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

ชมนุช บุญสิทธิ์ (2541 : 34-35 อ้างอิงจาก Desena 1964:145) ได้ทำการเปรียบเทียบระดับการปรับตัวของเด็กที่เรียนดีปานกลางและเด็กที่เรียนอ่อน โดยศึกษากับนิสิตมหาวิทยาลัยเพนซิลวาเนียชั้นปีที่ 1 จำนวน 1061 คน ผลปรากฏว่า เด็กที่มีผลการเรียนสูงจะมีความสามารถในการปรับตัวดีและรวดเร็วกว่าเด็กที่เรียนในระดับปานกลางหรือระดับต่ำ จึงสามารถสรุปได้ว่าเด็กที่เรียนดีจะมีความสามารถในการปรับตัว ซึ่งการปรับตัวทางสังคมได้ดีก็เป็นลักษณะหนึ่งของเด็กแสดงตัว หรืออาจกล่าวได้อีกแง่หนึ่งว่าเด็กที่เรียนดีจะมีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว ซึ่งสอดคล้องกับ สโตรม (Strom 1965:387-389) ได้ศึกษาบุคลิกภาพของผู้ที่ได้รับปริญญาทางการเรียนจากมหาวิทยาลัยโคลัมเบียจำนวน 125 คน เป็นชาย 83.6% และหญิง 16.4% มีอายุตั้งแต่ 26-60 ปี ผลปรากฏว่าผู้ได้รับปริญญาเอกทางการศึกษากลุ่มนี้ประกอบด้วยบุคคลที่มีอารมณ์ดีมาก คะแนนของกลุ่มแสดงความโน้มเอียงชัดเจนมากในการที่จะเป็นผู้มีการแสดงออกสูง มีความมั่นใจในตนเองในทางที่ดี มีการปรับตัวตามสภาวะแวดล้อมได้ดีมาก ชอบสมาคม ชอบอยู่เป็นกลุ่ม และงานวิจัยของ อายเซนช์ (Eysench 1963 : 117-131) ได้ศึกษาถึงอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมทางครอบครัวที่มีต่อบุคลิกภาพของเด็กโดยศึกษาเด็กอายุ 11-12 ปี ใช้แบบสำรวจบุคลิกภาพของเด็กวัยรุ่น (Junior Eysench Personality Inventory) แล้วหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับขนาดครอบครัวอาชีพของพ่อแม่ ลำดับการเกิดและความสนใจของพ่อแม่ที่มีต่อเด็ก ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่มีลักษณะเก็บตัวมักมาจากครอบครัวใหญ่ เด็กแสดงตัวมักเกิดในอันดับแรก ๆ มากกว่าเด็กเก็บตัว พ่อแม่ที่มีระดับอาชีพสูงจำนวนมากเป็นพ่อแม่ของเด็กที่แสดงตัวและอารมณ์มั่นคง ส่วนในด้านความสนใจของพ่อแม่ที่มีต่อลูก พบว่า เด็กผู้หญิงได้รับความสนใจจากพ่อแม่มากกว่าเด็กผู้ชาย และการที่เด็กได้รับความสนใจจากพ่อแม่นั้นมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพด้านการแสดงตัวของเด็กด้วย

จากการรายงานวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า เด็กที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวจะมีปัญหาปรับตัวเข้ากับเพื่อนและสิ่งแวดล้อมใหม่ ชอบเก็บตัว ส่วนเด็กที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวจะมีความสามารถปรับตัวทางสังคมได้ดีและรวดเร็ว มีอารมณ์ดีมาก มีความมั่นใจในตนเองในทางที่ดี ชอบสมาคม ชอบอยู่เป็นกลุ่ม และมีความเป็นผู้นำที่ดี ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงแยกบุคลิกภาพเก็บตัวซึ่งน่าจะพัฒนาการสื่อสารเพื่อมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อไปได้หรือไม่

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. วิธีดำเนินการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

การวิจัยครั้งนี้ ประชากร คือ นิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ ภาควิชาเรียนที่ 2

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ ภาควิชาเรียนที่ 2 ที่สมัครใจเข้าร่วมการฝึกกับผู้วิจัย โดยมีวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1.2.1 ให้นิสิตคณะวิทยาศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ภาควิชาเรียนที่ 2 จำนวน 185 คน ทำแบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์และแบบวัดบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว

1.2.2 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและมีคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 20 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและมีคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ต่ำที่สุดในกลุ่มจำนวน 20 คน รวมนิสิตทั้งหมดมีจำนวน 40 คน โดยนิสิตทุกคนสมัครใจเข้าร่วมการฝึกกับผู้วิจัย

1.2.3 จากนั้นทำการสุ่มทั้งนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว เพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

1.2.4 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

1.2.5 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

ดังนั้นในกลุ่มทดลองทั้งหมด จำนวน 20 คน ประกอบด้วย นิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 10 คน

ส่วนกลุ่มควบคุมทั้งหมด จำนวน 20 คน ประกอบด้วย นิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 10 คน ด้วยเช่นกัน

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือในการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

- 2.1 โปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- 2.2 แบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
- 2.3 แบบวัดบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว

ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับเทคนิค ขั้นตอน และหลักการเกี่ยวกับการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหา และขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและผู้เข้ารับการฝึก

2. สร้างโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลโดยศึกษาจากรูปแบบการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลตามทฤษฎีของเบริน ให้ ซึ่งปรับปรุงมาจากสยมพร เพชรประสิทธิ์ (2540) ให้เหลือเพียง 4 ขั้นตอน และนำโปรแกรมไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญด้านการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3 ท่าน คือ ดร.พรณี บุญประกอบ ดร.วิลาสลักษณ์ ชวัลลี และ อ.สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ ตรวจสอบในเรื่องความสอดคล้องของจุดมุ่งหมายและวิธีดำเนินการ

3. นำโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ ก่อนนำไปทดลองใช้

4. นำโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญแล้ว ไปทดลองใช้กับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ ที่ไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คน เพื่อศึกษาข้อบกพร่องเกี่ยวกับภาษาและระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นอีกครั้งก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

ขั้นตอนการสร้างแบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

ในการสร้างแบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ผู้วิจัยดำเนินการสร้าง ดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสื่อสาร และมีมนุษยสัมพันธ์ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม
2. ผู้วิจัยสร้างแบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ให้สอดคล้องกับนิยาม ศัพท์ปฏิบัติการ พร้อมทั้งศึกษาและปรับปรุงแบบสอบถามสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของ วรณพร โรจน์สัญญากุล จากงานวิจัยเรื่องผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยบรมราชชนนี วชิระ กรุงเทพมหานคร (2538) ที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .65 โดยแบบวัดดังกล่าวมีลักษณะเป็นแบบสถานการณ์ และมีคำตอบให้เลือก 3 ตัวเลือก ในแต่ละสถานการณ์ จำนวน 20 ข้อ
3. ผู้วิจัยนำแบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ที่สร้างขึ้น ไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญจำนวน 4 ท่าน คือ รศ.ดร.นวลละอ อสุภาผล รศ.ดร.ผจงจิต อินทสุวรรณ รศ.ดร.อรพินทร์ ชูชม และดร.วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี พิจารณาเพื่อตรวจสอบข้อคำถาม ทั้งด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยาม ศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมก่อนที่จะนำไปทดลองใช้
4. ผู้วิจัยนำแบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ที่ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญแล้ว ไปทำการทดลองใช้ (Try out) กับนิสิต ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 110 คน เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Discrimination) โดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Item Total Correlation Coefficient) และคัดเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่ได้มีค่าอยู่ระหว่าง .15 - .55 ได้แบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ จำนวน 15 ข้อ
5. นำแบบวัดที่คัดเลือกแล้วในข้อ 4 จำนวน 15 ข้อ มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ .72 เพื่อนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัยต่อไป

ลักษณะแบบวัด

เป็นแบบสอบถามสร้างสถานการณ์และมีคำตอบให้เลือก 3 ตัวเลือก ในแต่ละสถานการณ์

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย X ลงบนอักษร ก หรือ ข หรือ ค บนกระดาษคำตอบ หลังจากนิสิตอ่านข้อความในแต่ละสถานการณ์ แล้วสมมติว่าเมื่อนิสิตอยู่ในสถานการณ์ เช่นนั้นนิสิตจะเลือกปฏิบัติตามข้อใดมากที่สุด

ตัวอย่างแบบวัด

ข้อ 0 เมื่อมีการประกาศผลสอบ สุดาได้ชวนกานดาไปดูผลการสอบ ปรากฏว่าสุดาได้คะแนนสูงสุด และมากกว่ากานดาอยู่ 2 คะแนน เพื่อนๆ คนอื่นเข้าไปแสดงความยินดีกับสุดา ถ้านิสิตเป็นกานดา นิสิตจะอย่างไร

(0) ก. ดบไหล่สุดาเบาๆ แล้วกล่าวว่า “คะแนนสอบวิชานี้เธอฟลุคหรือเปล่า”

(2) ข. จับมือสุดาพร้อมกล่าวว่า “ดีใจด้วยนะเธอเก่งจังเลย”

(1) ค. ทำท่าเฉยๆ แล้วกล่าวว่า “ฉันได้คะแนนน้อยกว่าเธอเพียง 2 คะแนน”

ข้อ 00 ขณะที่มาลัยกับสมศรีและเพื่อนๆ กำลังนั่งหน้าตึกทำงานกลุ่มกันอยู่ มาลัยก็นึกขึ้นได้ว่าได้เวลารับประทานอาหารแล้ว จึงถามสมศรีว่าตอนนี้เป็นเวลาเท่าไรแล้ว ถ้านิสิตเป็นสมศรีนิสิตจะพูดว่าอย่างไร

(0) ก. หันมาพูดกับสมศรีว่า “อีก 5 นาทีก็จะเที่ยงแล้วนะจ๊ะ”

(1) ข. มองแล้วพูดว่า “คงหิวละซี”

(2) ค. พูดว่า “มีตาก็ดูเอาเองซี”

เกณฑ์การให้คะแนน

ถ้าตอบตรงกับข้อที่มีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์มาก ให้ 2 คะแนน

ถ้าตอบตรงกับข้อที่มีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์บ้าง ให้ 1 คะแนน

ถ้าตอบตรงกับข้อไม่มีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ให้ 0 คะแนน

ขั้นตอนการสร้างแบบวัดบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว

ในการสร้างแบบวัดดังกล่าว ผู้วิจัยดำเนินการสร้าง ดังนี้

1. ผู้วิจัยสร้างแบบวัดเก็บตัว-แสดงตัวโดยได้ปรับปรุงมาจากยุทธศาสตร์ นันทราช (2525) จากงานวิจัยเรื่องการศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว เรียนโดยวิธีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .95 ซึ่งยุทธศาสตร์ นันทราช ได้ปรับปรุงแบบวัดดังกล่าวมาจาก สุนี อินสว่าง (25) จากงานวิจัยเรื่องการศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพของเด็กวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลางกับเด็กวัยรุ่นในโรงเรียน และชัยวุฒิ แจ่มมี (2523) จากงานวิจัยเรื่องการศึกษาผลของการทราบจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมและบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัวของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ในวิชาสังคม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

2. ผู้วิจัยนำแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไขไปทำการทดลองใช้ (Try out) อีกครั้งกับนิสิต ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 110 คน เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Discrimination) โดยนำมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนแบค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ .84 เพื่อนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัยต่อไป

ลักษณะแบบวัด

แบบวัดบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัวของนิสิต ผู้วิจัยได้นำมาจากยุทธศาสตร์ นันทราช เป็นข้อความที่แสดงลักษณะเก็บตัวและแสดงตัว มีข้อความทั้งหมด 40 ข้อ ประกอบด้วยข้อความเชิงบวก (แสดงตัว) 20 ข้อ และข้อความเชิงลบ (เก็บตัว) 20 ข้อ ในแต่ละข้อความต้องการให้ผู้ตอบพิจารณาพฤติกรรมที่แสดงถึงบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว โดยมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบลิเคอร์ท (Likert Type) 5 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริงมาก จริงปานกลาง จริงบ้าง และจริงน้อยที่สุด นิสิตที่ได้คะแนนเฉลี่ยอยู่ในควอไทล์ที่ 1 แสดงว่ามีลักษณะเก็บตัว และนิสิตที่ได้คะแนนเฉลี่ยอยู่ในควอไทล์ที่ 4 แสดงว่ามีลักษณะแสดงตัว

ตัวอย่างแบบวัด

ข้อความ	จริงน้อยที่สุด	จริงบ้าง	จริงปานกลาง	จริงมาก	จริงมากที่สุด
(0) ข้าพเจ้ามักจะทำอะไรหว่าดเสียหรือเสี่ยงอันตราย					
(0) ข้าพเจ้ามักนั่งซึมและคิดอะไรอยู่คนเดียว					
(0) ข้าพเจ้ามักจะหวั่นไหวต่อคำพูดของคนอื่น					

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความเชิงบวก ให้คะแนนดังนี้			
จริงมากที่สุด	ให้	5	คะแนน
จริงมาก	ให้	4	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงบ้าง	ให้	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน
ข้อความเชิงลบ ให้คะแนนดังนี้			
จริงมากที่สุด	ให้	1	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
จริงบ้าง	ให้	4	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	ให้	5	คะแนน

3. วิธีดำเนินการวิจัย

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experiment research) โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบสุ่มและทดสอบก่อน-หลัง (Randomized Control Group Pretest-Posttest Design)

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
RE	T1	X	T2
RC	T1	~X	T2

ความหมายของสัญลักษณ์

- RE แทน กลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่ม กำหนดให้เป็นกลุ่มทดลอง
- RC แทน กลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่ม กำหนดให้เป็นกลุ่มควบคุม
- T1 แทน การทดสอบก่อนการทดลอง
- T2 แทน การทดสอบหลังการทดลอง
- X แทน การได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- ~X แทน การไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแบ่งการดำเนินการเป็น 3 ระยะ คือ

1.ระยะเตรียมการทดลอง

- 1.1 ผู้วิจัยติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล
- 1.2 ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์ที่จะใช้ในการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- 1.3 ผู้วิจัยให้นิสิตคณะวิทยาศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ทำแบบวัดพฤติกรรม การสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ (Pretest) และแบบวัดบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว
- 1.4 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 20 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 20 คน รวมเป็นจำนวน 40 คน ที่มีคะแนนพฤติกรรม การสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ต่ำที่สุดในกลุ่มและสมัครใจเข้าร่วมการฝึกกับผู้วิจัย
- 1.5 จากนั้นทำการสุ่มทั้งนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว เพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีขั้นตอนของการสุ่มดังนี้
 - 1.5.1 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 20 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

1.5.2 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 20 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน ดังนั้นในกลุ่มทดลองทั้งหมดจำนวน 20 คน ประกอบด้วยนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 10 คน

ส่วนกลุ่มควบคุมทั้งหมด จำนวน 20 คน ประกอบด้วย นิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 10 คน ด้วยเช่นกัน

2.ระยะดำเนินการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 8 ครั้งโดยใช้เวลาครั้งละ 60 นาที โดยผู้วิจัยจะใช้เวลาในการให้การทดลอง (Treatment) ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนและวันที่ไม่มีชั่วโมงเรียน เพื่อมิให้เป็นการกระทบกระเทือนเวลาเรียนของกลุ่มตัวอย่างทดลอง โดยผู้วิจัยจะฝึกตามโปรแกรมที่กำหนด ดังนี้

- ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ .
- ครั้งที่ 2 การวิเคราะห์ทัศนะชีวิต
- ครั้งที่ 3 โครงสร้างบุคลิกภาพ
- ครั้งที่ 4 การวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ
- ครั้งที่ 5 การวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- ครั้งที่ 6 การวิเคราะห์การใส่ใจ
- ครั้งที่ 7 การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- ครั้งที่ 8 ปัจฉิมนิเทศ

ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุมผู้วิจัยจะไม่ให้วิธีการฝึกใด ๆ แก่นิสิตกลุ่มควบคุม

3.ระยะหลังการทดลอง

หลังจากสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยทำการวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ (Posttest) กับกลุ่มที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเมื่อได้คะแนนทั้งหมดแล้วผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้ทั้งหมดมาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติที่ใช้สำหรับการวิเคราะห์หาคุณภาพเครื่องมือ ประกอบด้วย
 - 1.1 สถิตินิหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Item total correlation coefficient)
 - 1.2 สถิตินิหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient)
2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ประกอบด้วย
 - 2.1 t-test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test dependent sample)
 - 2.2 t-test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม เป็นอิสระต่อกัน (t-test independent sample)
 - 2.3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทิศทาง (Two-way ANOVA)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเชิงทดลองในครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ด้วยการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและเพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยทำการทดลองกับนิสิตคณะวิทยาศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 โดยมีแบบแผนการวิจัย คือ Randomized control group pretest-posttest design ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังต่อไปนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดลองและการแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

- N แทน จำนวนนิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
- $\bar{X}$ แทน ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
- SD แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- t แทน ค่าอัตราส่วนวิกฤตของการแจกแจงแบบที
- p แทน ระดับนัยสำคัญทางสถิติ
- df แทน ระดับของความเป็นอิสระ
- MS แทน ค่าเฉลี่ยของกำลังสอง
- F แทน ค่าสถิติ F ที่ได้จากการคำนวณ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนทำการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
 2. ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ภายหลังการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
 3. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตก่อนทำการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
 4. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตกลุ่มทดลองก่อนและหลังจากการทดลอง
 5. การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ภายหลังการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว ที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลใน ตาราง 1, 2, 3, 4 และ 5 ตามลำดับ

ตาราง 1 แสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนทำการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม		N	$\bar{X}$	SD
กลุ่มทดลอง	เก็บตัว	10	25.90	1.79
	แสดงตัว	10	25.90	1.91
	รวม	20	25.90	1.80
กลุ่มควบคุม	เก็บตัว	10	25.70	1.89
	แสดงตัว	10	25.90	2.51
	รวม	20	25.80	2.17

จากตาราง 1 พบว่า คะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เฉลี่ยรวมของกลุ่มทดลองไม่แตกต่างกับคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เฉลี่ยรวมของกลุ่มควบคุม และคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวกับคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว ไม่แตกต่างกันด้วยเช่นกัน

ตาราง 2 แสดงค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ภายหลังการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม		N	X	SD
กลุ่มทดลอง	เก็บตัว	10	28.90	.88
	แสดงตัว	10	28.70	1.06
	รวม	20	28.80	.95
กลุ่มควบคุม	เก็บตัว	10	26.30	2.31
	แสดงตัว	10	25.60	2.17
	รวม	20	25.95	2.21

จากตาราง 2 พบว่า คะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เฉลี่ยรวมของกลุ่มทดลองสูงกว่าคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เฉลี่ยรวมของกลุ่มควบคุม คะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวสูงกว่าคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตาราง 3 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของ
นิสิตก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	N	$\bar{X}$	SD	t	p
ทดลอง	20	25.90	1.80	.159	.878
ควบคุม	20	25.80	2.17		

จากตาราง 3 พบว่า ก่อนการทดลองด้วยการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่าง
บุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
ไม่แตกต่างกัน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าก่อนทำการทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนน
พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เท่าเทียมกัน ณ จุดเริ่มต้น

ตาราง 4 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง

ทดลอง	N	X	SD	t	p
ก่อน	20	25.90	2.10	6.18	.00
หลัง	20	28.80			

จากตาราง 4 พบว่า หลังการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่าก่อนการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 5 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ภายหลังการทดลองของนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว ที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

แหล่งความแปรปรวน	df	MS	F	p
กลุ่ม	1	81.23	27.20	.00
บุคลิกภาพ	1	2.03	.68	.42
กลุ่ม X บุคลิกภาพ	1	.63	.21	.65
ภายในเซลล์	36	2.99		
รวม	39			

จากตาราง 5 พบว่า นิสิตที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 และเมื่อพิจารณาผลของการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ปรากฏว่าไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิต และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว มีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

งานวิจัยเรื่อง ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรม การสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงทดลองที่เก็บรวบรวมข้อมูลจากนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นการศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการฝึกการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพ แสดงตัว-เก็บตัว ของนิสิตที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ และเปรียบเทียบ พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับนิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผู้วิจัยได้ทำการประมวลผลการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปและอภิปรายผล ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ เพื่อให้ทราบว่าข้อมูลที่รวบรวมมาเป็นไปตามความมุ่งหมายที่ตั้งไว้มากน้อยเพียงใด โดยสามารถสรุปขั้นตอนและผลของการวิจัยได้ดังนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตด้วยการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพของนิสิตที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

สมมติฐานของการวิจัย

1. นิสิตที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. นิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ ภาคเรียนที่ 2 ที่ศึกษาอยู่ใน ที่ได้จากนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและเก็บตัว ซึ่งมีพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ต่ำที่สุดในกลุ่มจำนวน 40 คน โดยสมัครใจเข้าร่วมการฝึกกับผู้วิจัย และสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 20 คน โดยแต่ละกลุ่มจะมีนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คนและนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 10 คน เช่นกัน

ระยะเวลาในการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 8 ครั้ง โดยใช้เวลาครั้งละ 60 นาที โดยผู้วิจัยจะใช้เวลาในการให้การทดลอง (Treatment) ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนและวันที่ไม่มีชั่วโมงเรียนเพื่อมิให้เป็นภาระกระทบกระเทือนเวลาเรียนของกลุ่มทดลอง โดยผู้วิจัยจะฝึกตามโปรแกรมที่กำหนดในภาคปลายของปีการศึกษา 2546 ดังแสดงตามตารางการฝึกในภาคผนวก

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

- 1.โปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- 2.แบบวัดพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
- 3.แบบวัดบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว

วิธีดำเนินการทดลอง

การวิจัยในครั้งนี้มีการดำเนินการโดยแบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1.ระยะเตรียมการทดลอง

- 1.1 ผู้วิจัยติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล
- 1.2 ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์ที่จะใช้ในการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- 1.3 ผู้วิจัยให้นิสิตคณะวิทยาศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ทำแบบวัดพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ (Pretest) และแบบวัดบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว
- 1.4 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 20 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 20 คน รวมเป็นจำนวน 40 คน ที่มีคะแนนพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ต่ำที่สุดในกลุ่มและสมัครใจเข้าร่วมการฝึกกับผู้วิจัย

1.5 จากนั้นทำการสุ่มทั้งนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวและนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว เพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีขั้นตอนของการสุ่มดังนี้

1.5.1 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 20 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

1.5.2 สุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 20 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน

ดังนั้นในกลุ่มทดลองทั้งหมดจำนวน 20 คน ประกอบด้วยนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 10 คน

ส่วนกลุ่มควบคุมทั้งหมด จำนวน 20 คน ประกอบด้วย นิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัว จำนวน 10 คน และนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว จำนวน 10 คน ด้วยเช่นกัน

2.ระยะดำเนินการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 8 ครั้งโดยใช้เวลาครั้งละ 60 นาที โดยผู้วิจัยจะใช้เวลาในการให้การทดลอง (Treatment) ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนและวันที่ไม่มีชั่วโมงเรียน เพื่อมิให้เป็นภาระกระทบกระเทือนเวลาเรียนของกลุ่มตัวอย่างทดลอง โดยผู้วิจัยจะฝึกตามโปรแกรมที่กำหนด ดังนี้

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

ครั้งที่ 2 การวิเคราะห์ทัศนคติ

ครั้งที่ 3 โครงสร้างบุคลิกภาพ

ครั้งที่ 4 การวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ

ครั้งที่ 5 การวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ครั้งที่ 6 การวิเคราะห์การใส่ใจ

ครั้งที่ 7 การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ครั้งที่ 8 บัณฑิตนิเทศ

ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุมผู้วิจัยจะไม่ให้วิธีการฝึกใด ๆ แก่นิสิตกลุ่มควบคุม

3.ระยะหลังการทดลอง

หลังจากสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยทำการวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ (Posttest) กับกลุ่มที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเมื่อได้คะแนนทั้งหมดแล้วผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้ทั้งหมดมาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลได้ครบถ้วนตามความต้องการแล้ว นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์แล้วทำการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อพิสูจน์สมมติฐานและนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. t-test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test dependent sample) เพื่อเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ก่อนและหลังได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ของกลุ่มทดลอง

2. t-test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม เป็นอิสระต่อกัน (t-test independent sample) เพื่อเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ก่อนการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และเพื่อเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

3. การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทิศทาง (Two-way ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบความแปรปรวนของคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลอง พิจารณาตามตัวแปรบุคลิกภาพ (แสดงตัว-เก็บตัว) และกลุ่ม(การได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

จากการศึกษาค้นคว้าสามารถสรุปผลการทดลองได้ดังนี้

1. นิสิตที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

2. ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

อภิปรายผล

จากการศึกษาผลของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สามารถนำมาอภิปรายได้ดังนี้

1. จากสมมติฐาน 1 “นิสิตที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล” สมมติฐานนี้ได้คาดหมายว่าพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมหลังการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสำรวจสมมติฐานนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการ t-test แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (t-test independent sample) พบว่า นิสิตกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 ที่ตั้งไว้ ซึ่งทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความเท่าเทียมกันก่อนทำการทดลอง โดยมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้ผลที่ได้อาจเป็นเพราะประสิทธิภาพของโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยนิสิตได้เรียนรู้เกี่ยวกับโครงสร้างบุคลิกภาพในการพัฒนาการสื่อสารอย่างถูกต้องและเหมาะสม ได้เรียนรู้และฝึกการวิเคราะห์รูปแบบของการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น ในการพัฒนาด้านการปฏิบัติตนให้เป็นที่ยอมรับของผู้อื่น ความเป็นตัวของตัวเองในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น ได้ฝึกการวิเคราะห์ทัศนคติชีวิต ทำให้นิสิตพัฒนาด้านความมีเหตุผลและความใจกว้างที่จะรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น การแสดงความคิด ความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ตลอดจนได้ฝึกการวิเคราะห์การใส่ใจ ทำให้นิสิตได้พัฒนาการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์โดยการแสดงความสนใจ ใส่ใจ และให้กำลังใจผู้อื่น

นอกจากนี้ในการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้น ผู้วิจัยยังได้ใช้วิธีการต่าง ๆ เช่น การอธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบ การแสดงบทบาทสมมติการให้ข้อมูลย้อนกลับและภายหลังจากที่เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละครั้ง ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็นความรู้สึกเกี่ยวกับบทบาทที่นิสิตแสดง ทำให้นิสิตได้เรียนรู้และเข้าใจความคิด ความรู้สึก ตามสถานการณ์ที่นิสิตและผู้วิจัยกำหนด ตลอดจนการกระทำของตนเอง ทำให้สามารถพัฒนาการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ได้ดียิ่งขึ้น

จากการสังเกตของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ให้แก่นิสิตกลุ่มทดลอง พบว่า นิสิตมีความสนใจและให้ความร่วมมือในการฝึกอย่างดียิ่ง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่านิสิตที่เข้ารับการฝึกในครั้งนี้เป็นผู้ที่สมัครใจเข้าร่วมการฝึก ประกอบกับในระหว่างการฝึกผู้วิจัยได้ให้ความเป็นกันเอง ให้การใส่ใจกับนิสิตทุกคน ให้การเสริมแรงทางบวก ตลอดระยะเวลาของการฝึก นิสิตทุกคนในกลุ่มต่างก็มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน อาจเป็นเพราะนิสิตอยู่ในวัยเดียวกันและมีความสนิทคุ้นเคยกันอยู่บ้าง จึงทำให้บรรยากาศในการฝึกดำเนินไปด้วยดี นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพบว่าการฝึกในครั้งนี้ นิสิตกล้าที่จะแสดงออกมากขึ้น โดยกล้าแสดงความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าซักถาม ให้ข้อเสนอแนะและให้ข้อมูลย้อนกลับที่เป็นประโยชน์แก่สมาชิกในกลุ่มมากขึ้น จึงทำให้นิสิตมีการพัฒนาการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

เมื่อพิจารณาคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิต หลังการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล พบว่า นิสิตมีคะแนนพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง แสดงว่าวิธีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทำให้นิสิตมีการพัฒนาด้านการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้น ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่าการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นวิธีการที่สามารถศึกษาและทำความเข้าใจได้ง่าย และเมื่อศึกษาแล้วสามารถนำไปใช้ได้ทันที จะใช้ในครอบครัวการปฏิบัติงานหรือใช้ในชั้นเรียนก็ได้ ทั้งนี้เพราะแนวคิดของทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เกิดขึ้นจากการศึกษาความเป็นจริงเกี่ยวกับโครงสร้างบุคลิกภาพ พฤติกรรม หรือการกระทำของคนในสังคมที่ติดต่อสื่อสารกัน ซึ่งผลการวิจัย ครั้งนี้สอดคล้องกับอัจนาศรีสุรพล (2535 : 63) พบว่า ภายหลังจากการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นักศึกษาที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีคะแนนเฉลี่ยของคะแนนมนุษยสัมพันธ์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ซึ่งสอดคล้องกับณพนธ์ สีเสด (2541 : 99) พบว่า นิสิตกลุ่มทดลองมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับคลาร์ก (เปรมปรี พงษ์ประสิทธิ์. 2538 : 41 ; อ้างอิงจาก Clark. 1982 : 886) ได้ศึกษาผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลของผู้บริหารโรงเรียนในมลรัฐหลุยเซียน่า สหรัฐอเมริกา โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองจำนวน 50 คน กลุ่มควบคุมจำนวน 50 คน กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มจะได้รับการทดสอบก่อนและหลังการทดลองโดยใช้แบบสำรวจการสื่อสารระหว่างบุคคล (Interpersonal Communication Inventory หรือ ICI) ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกอบรมการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้คะแนนการสื่อสารระหว่างบุคคลสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยอาภา จันทรสกุล (2535 : 161) กล่าวว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นวิธีการทางจิตวิทยาที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจตนเองสามารถเปลี่ยนแปลง ปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองได้อย่างมีเหตุผล ทำให้มีปฏิสัมพันธ์และการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นเป็นไปในแง่ที่ก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งหลุยส์ จำปาเทศ (2533 : 103) ได้กล่าวไว้ว่า คุณลักษณะของผู้ชนะตามแนวคิดของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจะเป็นผู้ที่มีความสมบูรณ์ทางด้านจิตใจ มีศีลธรรมจรรยาบรรณและเชื่อมั่นในตนเอง ความเขลา ความขลาดเป็นผู้มีปมด้อยก็จะหายไป ทุกคนก็จะคิด จะรู้สึกและการกระทำออกมาอย่างมีความสุขและโลกของการทำงานการปฏิสัมพันธ์ การอยู่ร่วมกันก็จะสุขสดใสร่าเริง และสอดคล้องกับพรรณราย ทรัพย์ะประภา (2532 : 8) กล่าวว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นวิธีการทางเหตุผลเพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมและตั้งอยู่บนสมมติฐานว่าบุคคลทุก ๆ คน สามารถไว้วางใจตนเองได้ คิดเพื่อตนเองได้และแสดงความรู้สึกของตนเองออกมาได้ กฎเกณฑ์ของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้นสามารถนำไปประยุกต์ในสถานที่ทำงาน ในบ้าน

ในชั้นเรียนหรือกับเพื่อน รวมทั้งสถานที่ต่าง ๆ ที่มีคนอยู่ร่วมกันและติดต่อสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ฟิลด์ิง (Fielding. 1979 : 265-267) กล่าวว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้ศึกษาสามารถเพิ่มความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น เพิ่มศักยภาพของการแสดงออก การแก้ไขปัญหา การตัดสินใจด้วยตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเองและความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง เจมส์และจองกัว์เวิร์ด (James and Jongeward. 1991 : 121) กล่าวว่า การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นวิธีที่จะช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมอย่างมีสาเหตุบนพื้นฐานที่ว่าทุกคนสามารถเรียนรู้เพื่อความเชื่อมั่นในตนเอง คิด ตัดสินใจ และแสดงความรู้สึกเพื่อตนเองได้

จากผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นวิธีการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสามารถพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒให้สูงขึ้นกว่าเดิมได้ ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่าการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นวิธีการที่สามารถศึกษาและทำความเข้าใจได้ง่าย และเมื่อศึกษาแล้วสามารถนำไปใช้ได้ทันที จะใช้ในครอบครัวการปฏิบัติงานหรือใช้ในชั้นเรียนก็ได้ ทั้งนี้เพราะแนวคิดของทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เกิดขึ้นจากการศึกษาความเป็นจริงเกี่ยวกับโครงสร้างบุคลิกภาพ พฤติกรรม หรือการกระทำของคนในสังคมที่ติดต่อสื่อสารกัน

2. จากสมมติฐาน 2 “นิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัวที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล” สมมติฐานนี้ได้คาดหมายว่าบุคลิกภาพและกลุ่ม (การได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล) จะมีผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ โดยกลุ่มทดลองโดยนิสิตที่มีบุคลิกภาพแสดงตัวจะมีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่ากลุ่มทดลองโดยนิสิตที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบสมมติฐานนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบ 2 ทิศทาง (Two-way ANOVA) พบว่าผลการทดลองไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2 ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีลักษณะเหมาะสมกับทุกบุคลิกภาพ บุคลิกภาพที่แตกต่างกันไม่มีผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวกับบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว ของนรินทร์ แจ่มจำรัส (2515 : 85) พบว่า การคิดแบบสอบถามไม่มีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพแบบเก็บตัว-แสดงตัว อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับสมจิต อภิชนาพงศ์ (2523 : 44) พบว่า การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว กับความสนใจในอาชีพ ไม่พบความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว และสอดคล้องกับชัยวุฒิ แจ่มมี (2523 : 67) พบว่า บุคลิกภาพแสดงตัวหรือเก็บตัวของนักเรียนไม่มี

ผลทำให้คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ของนักเรียนแตกต่างกัน นอกจากนี้งานวิจัยของ วาสนา อัมโษษฐ์ (2518 : 79) เด็กวัยรุ่นที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว กับเด็กวัยรุ่นที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมีความขัดแย้งกับพ่อแม่ไม่แตกต่างกัน

จากเหตุผลดังกล่าวแสดงให้เห็นได้ว่าการได้รับการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคลิกภาพไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ โดยไม่ว่าจะนิสิตจะมีบุคลิกภาพแบบแสดงตัวหรือเก็บตัวก็สามารถใช้โปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาปฏิบัติ

1. จากผลการวิจัยนี้ แสดงให้เห็นว่าการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทำให้นิสิตชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์สูงขึ้น ดังนั้น อาจารย์ ผู้เกี่ยวข้อง และผู้ที่สนใจสามารถนำโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไปปรับใช้กับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. การฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลใช้ได้กับนิสิตที่มีปัญหาด้านการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

1. ควรนำการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไปพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์กับนิสิตที่มีระดับชั้นปี และสาขาวิชาต่างๆ กัน
2. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆ นอกจากบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว ที่สามารถส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ได้ เช่น การอบรมเลี้ยงดู หรือบุคลิกภาพแบบอื่นๆ เป็นต้น
4. ในการฝึกดังกล่าวไม่ควรใช้ระยะเวลาฝึกติดต่อกันหลายครั้งในวันเดียว ซึ่งอาจทำให้นิสิตเกิดความอ่อนล้าและเบื่อหน่ายได้ ควรฝึกวันละครั้ง

6

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

กาญจนา ควรสุม.(2516). ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว ความรู้สึกกับผิดชอบ และคุณธรรมแห่งพลเมืองดี. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

กฤษณา ศักดิ์ศรี. (2534). มนุษย์สัมพันธ์เล่ม 1. กรุงเทพฯ : อักษรวิทยา.

โกศล มีคุณ. (2533). มนุษย์สัมพันธ์ในองค์การ. ราชบุรี : วิทยาลัยครูหมู่บ้านจอมบึง.

คมเพชร จิตรสุกุล. (2530). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

จารุวรรณ เอกอรัญผล. (2530). การวิเคราะห์ปฏิกิริยาสัมพันธ์ของพยาบาลกับผู้ป่วยในหอผู้ป่วยจิตเวช. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

จุมจินต์ สลัดทุกข์. (2543). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

เจียรนัย ทรงชัยกุล. (2533). เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

จำเนียร ช่างโชติ. (2524, 8 เมษายน). "TA การวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพและการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล," คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง. 1 : 74-78.

ชมนุช บุญสิทธิ์. (2541). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนกุหลาบบุรีวิทยารามวิทยาเขต กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ชัยวุฒิ แจ่มมี. (2523). การศึกษาผลของการทราบจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมและบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัวของนักเรียน ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ในวิชาสังคม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ญาดา หลาวเพชร. (2544). บทบาทของบิดา บทบาทของมารดากับความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ทพวงมหาวิทยาลัย, คณะกรรมการจัดทำแผนอุดมศึกษาระยะยาว. (2533, กันยายน). วัตถุประสงค์ นโยบาย มาตรการ และเป้าหมายของแผนอุดมศึกษาระยะยาว.

ทศพร ประเสริฐสุข. (2542). "ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา," วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 19-20.

ธีระ ประพฤติกิจ. (2531). จิตวิทยาพัฒนาตนเอง. กรุงเทพฯ : พับบลิชซิง.

- นรินทร์ แจ่มจำรัส. (2515). การศึกษาผลการสอนแบบสืบสวน-สอบสวนในวิชาวิทยาศาสตร์ที่มีต่อบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว และความวิตกกังวล. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิตดา อุดลยพิเชษฐ์. (2542). ผลการใช้โปรแกรมพัฒนาเชาวน์อารมณ์ที่มีต่อระดับเชาวน์อารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาล กองทัพเรือ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- นิสรา คำมณี. (2544). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิตยาชล พงศ์พานานาญเวช. (2537). ผลการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการสื่อสารกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสายธรรมจันทร์ อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- บัญญัติ ยงยวน. (2530). การทดลองใช้วิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเฉลิมขวัญสตรี จังหวัดพิษณุโลก. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- บุหงา วชิรศักดิ์มงคล. (2530). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- เปรมปรี พงษ์ประสิทธิ์. (2538). ผลของการฝึกวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการปฏิบัติตนกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิสุทธิรังษี อำเภอกำแพง จังหวัดกาญจนบุรี. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2531). การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล. กรุงเทพฯ : คณะศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- พยอม วงศ์สารศรี. (2532). มนุษย์สัมพันธ์ในองค์กร. กรุงเทพฯ : ภาควิชาบริหารธุรกิจและสหกรณ์ คณะวิทยาการจัดการ วิทยาลัยครูสวนดุสิต สหวิทยาลัยรัตนโกสินทร์.
- พงษ์พันธ์ พันธุ์โสภา. (2525). ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : พัทธอักษร.
- พจน์สรรค์ โกชนา. (2542). การศึกษาการใช้จิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม.(การอุดมศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

พรรณราย ทรัพย์ะประภา. (2532). จิตวิทยาแนว TA เพื่อความสุขในชีวิตและการทำงาน. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

———. (2533). “การวิเคราะห์บุคลิกภาพด้วย Egogram (1).” วารสารแนะแนว. 25 (131) : 41-48.

พาสนา ฝโลศีลป. (2535). การสำรวจปัญหาการปรับตัวในเด็กวัยรุ่นกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

พิชิต สุวรรณประกร และคนอื่นๆ. (2534). TA พุดจาประสาคน. กรุงเทพฯ : ศูนย์การพิมพ์ประกรกิจ.

ยุทธศาสตร์ นันทราช. (2525). การศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของ นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว-แสดงตัว เรียนโดยวิธีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

วาสนา อิมโอษฐ์. (2518). ความสัมพันธ์ระหว่างความขัดแย้งกับพ่อแม่และบุคลิกภาพแบบเก็บตัว-แสดงตัว ของเด็กวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

วรรณ กวินทรานวัณ. (2538). การฝึกการสื่อสารกับผู้ป่วยตามรูปแบบของจอยซ์และเซาเวอร์ส ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาล จังหวัดสงขลา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

วัลลภ ปิยะมโนธรรม. (2533). เอกสารประกอบการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการแนวทื่อ. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

วิเชียร ทวีลาภ. (2534). นิเทศการพยาบาล. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : รุ่งเรืองธรรม, 2534.

วิญญู พูลศรี. (2535). “เทคนิค : จิตวิทยาให้คำปรึกษา เชียงใหม่,” คณะครุศาสตร์วิทยาลัยครูเชียงใหม่.

วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี. (2542, สิงหาคม). การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์เพื่อความสำเร็จในการทำงาน. วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 48.

ศรีธรรม ฐานะภูมิ. (2535). พัฒนาการทางอารมณ์และบุคลิกภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : ขบวนการพิมพ์.

ศิริพร เวชชพิพัฒน์. (2532). การให้คำปรึกษากลุ่มแบบการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพื่อพัฒนาการสื่อสารสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียน สันติราษฎร์วิทยาลัย กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

สมพร รุ่งเรืองกลกิจ. (2532). การใช้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มโดยเพื่อนเพื่อลดปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนักศึกษารพพยาบาลชั้นปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

สมพร เพชรประสิทธิ์. (2540). ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อ พฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งระหว่างบุคคลของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลพระบรมราชชนนี ศรีธัญญา จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2545). *สรุปสาระสำคัญแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่เก้า พ.ศ. 2545-2549*. กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักนโยบายและแผนการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม. (2542). *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542*. กรุงเทพฯ : สำนักงานปลัดกระทรวง, กระทรวงศึกษาธิการ.
- สมจิต อภิชนาพงศ์. (2523). *ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัวกับความสนใจในอาชีพของนักเรียน ม.ศ. 5 ปีการศึกษา 2523 จังหวัดชุมพร*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุทธิพงษ์ ทองยี่ง. (2537). *ผลของกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร. ถ่ายเอกสาร.
- สุลินี อินสว่าง. (2516). *การศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพของเด็กวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลางกับเด็กวัยรุ่นในโรงเรียน*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- หลุยส์ จำปาเทศ. (2533). *จิตวิทยาสัมพันธ์*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อัจฉรา เปรมเปรื่องเวส. (2517). *ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว-เก็บตัว ความเกรงใจ และการพึ่งตนเอง*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อัจฉรา สุขารมณ. (2542, สิงหาคม). "EQ กับการอบรมเลี้ยงดูเด็ก," *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*. 5 (1) : 1.
- อัญนา ศรีสุรพล. (2535). *ผลของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต*. กรุงเทพฯ. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- อวภา จันทรสกุล. (2535). *ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษาในโรงเรียน*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

Allwood, Lyndon Vernon. (1981, June). "The Effects of Transactional Analysis Groups on Locus of Control, Self-Concept, Academic Achievement and Attendance in an Urban High School," *Dissertation Abstracts International*. 41 : 4975-A.

Berne, E. (1977). *Games People Play*. New York : Grove Press.

Bradley, Jane C. and Edinberg, Mark A. (1986). *Communication in the Nursing Context*. 2 nd ed. East Norwalk : Appelton – Century – Crofts.

- Christensen, Barbara L. and Kockrow, Elaine O. (1991). *Foundation of Nursing*. St. Louis Missouri : Mosby-Year Book.
- Clark, Barbare Del. (1982, December). "The Influence of Transactional Analysis Training on Communication Skills," *Dissertation Abstracts International*. 43(6) : 1886-A.
- Desena, A.P. (1964, October). "The Role of Consistency in Indentifying Characteristics of Three Levels of Achievement," *Personal and Guidance Journal*. 43 : 220-236.
- Dubrin, A.T. (1981). *Human Relation : A Job Oriented Approach*. Visginia : Reston Pubishing.
- Eysench, H.J. (1968). *The Structure of Human Personality*, Barnes & Noble, Inc.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intellgence*. New York : Bantan Books.
- Grieve, Josephin Henderson. (1978, August). "Effects of Teacher Methods Using Transactional Analysis Strategies on Achievement and Emotional Adjustment of Kindergarten Children," *Dissertation Abstracts International*. 39(2) : 824-A.
- Intarackumnerd, Tanon. (1974, September). "The Effects of Transaction Analysis on the Self-Concept of Thai Students Who are Enrolled in Mississippi University," *Dissertation Abstracts Internaitonal*. 37(3) : 1405-A.
- James, Muriel and Jongeward, Dorathy. (1977). *Born to Win : Transactional Analysis with Gestalt Experiments*. New York: New American Library.
- Monroe, W.S. (1960). *Encyclopedia of Education Research*. New York : The Macmillan.
- Papantones, Michael, (1978, May). "A Transactional Analysis Group Program Designed to Increase the Self-Actualization of Adolesscent Males in a Prisident Comp Setting as Measured by the Personal Orientation Inventory," *Dissertation Abstracts International*. 38(11) : 6542-A-6543-A.
- Stagner, R. (1961). *Psychology of Personality*.
- Strom, R.D. (1969). *Psychology for the Classroom*. New Jersey : Prentice Hall,
- Woodward, Roy Brown. (1975, February). "The Effects of Transactional Analysis on the Self-Concepts, Social Adjustment, and Grade Point Averages of Intellectually Advantaged, Intellectually Normal, and Intellectually Disadvantaged Sixth Grade Students," *Dissertation Abstracts International*. 38(8) : 5045-A.

ภาคผนวก

กำหนดการการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี	เวลา	เรื่อง
1	วันพุธที่ 24 ธันวาคม 2546	15.00-16.00 น.	- ปฐมนิเทศ - พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
2	วันพฤหัสบดีที่ 25 ธันวาคม 2546	16.00-17.00 น.	- การวิเคราะห์ทัศนคติ
3	วันพฤหัสบดีที่ 25 ธันวาคม 2546	17.00-18.00 น.	- โครงสร้างบุคลิกภาพ
4	วันพฤหัสบดีที่ 25 ธันวาคม 2546	18.00-19.00 น.	- การวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ
5	วันพฤหัสบดีที่ 25 ธันวาคม 2546	19.00-20.00 น.	- การวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
6	วันอังคารที่ 30 ธันวาคม 2546	13.00-14.00 น.	- การวิเคราะห์การใส่ใจ
7	วันอังคารที่ 30 ธันวาคม 2546	14.00-15.00 น.	- การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
8	วันอังคารที่ 30 ธันวาคม 2546	15.00-16.00 น.	- ปัจจัยนิเทศ

โปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศ	เพื่อให้นิสิตสามารถ 1. สร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยและนิสิตในกลุ่มทดลอง 2. บอกวัตถุประสงค์ ลักษณะการฝึก บทบาทหน้าที่ และประโยชน์ที่จะได้รับจากการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3. อธิบายความหมายและความสำคัญของการสื่อสารและพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ 4. บอกระยะเวลาที่ใช้ในการฝึก วันเวลา จำนวนครั้งและสถานที่ฝึก	<u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยโดยผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้นิสิตแต่ละคนแนะนำตนเองเพื่อให้คุ้นเคยกัน <u>ขั้นดำเนินการ</u> ผู้วิจัยดำเนินการ 1. ให้นิสิตเข้าร่วมกิจกรรม “เจาะใจเธอ” 2. ชี้แจงวัตถุประสงค์ ลักษณะการฝึก บทบาทหน้าที่ และประโยชน์ที่จะได้รับจากการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครั้งนี้ 3. อธิบายและซักถามนิสิตเกี่ยวกับความหมายและความสำคัญของการสื่อสารและพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ 4. เปิดโอกาสให้นิสิตซักถามและบอกระยะเวลาที่ใช้ในการฝึก วันเวลา จำนวนครั้งและสถานที่ฝึก <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปบททวนอีกครั้งและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2.	การวิเคราะห์ทัศนะชีวิต	เพื่อให้นิสิตสามารถ 1. บอกลักษณะและประโยชน์ของทัศนะชีวิต	<u>ขั้นนำ</u> กล่าวนำสู่ทัศนะชีวิต <u>ขั้นดำเนินการ</u> ผู้วิจัยดำเนินการ 1. อธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบเกี่ยวกับทัศนะชีวิต ซึ่งประกอบด้วย - ฉันทิ เธอก็ดี - ฉันทิ แต่เธอไม่ดี

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		2. วิเคราะห์ทัศนะชีวิตที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์	- ฉันทันแต่เชอดี - ฉันทัน และเชอก็ฉันทัน 2. ให้นิสิตแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่นิสิตสร้างขึ้น 3. ให้นิสิตฝึกวิเคราะห์ตามสถานการณ์ที่กำหนดให้และตามประสบการณ์ที่เคยประสบมา 4. ให้นิสิตแสดงความคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้รับและอภิปรายลักษณะที่เกี่ยวข้องและส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้นิสิตศึกษาร่วมกันสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
3.	โครงสร้างบุคลิกภาพ	เพื่อให้นิสิตสามารถ 1. อธิบายเกี่ยวกับโครงสร้างบุคลิกภาพทั้ง 3 ภาวะ 2. จำแนกความแตกต่างระหว่างบุคลิกภาพทั้ง 3 ภาวะ 3. บอกถึงผลของภาวะต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรม การสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์	<u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยทบทวนการวิเคราะห์ทัศนะชีวิตและกล่าวนำถึงโครงสร้างบุคลิกภาพ <u>ขั้นดำเนินการ</u> ผู้วิจัยดำเนินการ 1. อธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบเกี่ยวกับโครงสร้างบุคลิกภาพทั้ง 3 ภาวะ ได้แก่ ภาวะความเป็นพ่อแม่ ภาวะความเป็นผู้ใหญ่และภาวะความเป็นเด็ก 2. ให้นิสิตจำแนกความแตกต่างระหว่างภาวะทั้ง 3 ตามการแสดงบทบาทที่นิสิตสร้างขึ้น 3. ให้นิสิตร่วมกันอภิปรายถึงภาวะต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
4.	การวิเคราะห์โครงสร้าง บุคลิกภาพ	เพื่อให้นิสิตสามารถ - วิเคราะห์โครงสร้าง บุคลิกภาพของตนเอง - บอกถึงผลของบุคลิก ภาพและวิธีเพิ่มหรือ ลดภาวะตัวตน - ใช้ประโยชน์จากแนว ทางปฏิบัติในการเพิ่ม หรือลดตัวตนที่เกี่ยว กับพฤติกรรมการสื่อ สารอย่างมีมนุษย สัมพันธ์	<u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยกล่าวทบทวนถึงโครง สร้างบุคลิกภาพและกล่าวนำถึงการ วิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ <u>ขั้นดำเนินการ</u> ผู้วิจัยดำเนินการ - ให้นิสิตทำแบบสำรวจบุคลิกภาพ และประเมินบุคลิกภาพของตน เองโดยเขียนกราฟโครงสร้าง บุคลิกภาพ - แจกเอกสารวิธีเพิ่มหรือลดภาวะ ตัวตน - อธิบายแผนภูมิภาวะตัวตนของผู้ มีสุขภาพจิตดี - ให้นิสิตร่วมกันอภิปรายแนวทาง การปฏิบัติในการเพิ่มหรือลด ภาวะตัวตนที่เกี่ยวข้องกับพฤติ กรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษย สัมพันธ์ <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุป และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5.	การวิเคราะห์รูปแบบการติด ต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	เพื่อให้นิสิตสามารถ อธิบายรูปแบบการติดต่อ สัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้	<u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยทบทวนการวิเคราะห์ โครงสร้างบุคลิกภาพพร้อมแผนภูมิ แสดงบุคลิกภาพ และกล่าวนำสู่รูป แบบการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล <u>ขั้นดำเนินการ</u> ผู้วิจัยดำเนินการ อธิบายรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		2. วิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์	2. อธิบายพร้อมยกตัวอย่างรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ 3. ให้นิสิตแสดงบทบาทตามสถานการณ์ที่นิสิตสร้างขึ้นและบอกความคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้แสดง 4. ให้นิสิตร่วมกันวิเคราะห์บทบาทสมมติที่ได้แสดง <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
6.	การวิเคราะห์การใส่ใจ	เพื่อให้ นิสิตสามารถ 1. อธิบายความหมายและรูปแบบการใส่ใจ 2. บอกถึงประโยชน์ของการใส่ใจและการนำไปใช้	<u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยทบทวนทศนะชีวิต และกล่าวนำเข้าสู่การวิเคราะห์การใส่ใจ <u>ขั้นดำเนินการ</u> ผู้วิจัยดำเนินการ 1. อธิบายความหมายและรูปแบบการใส่ใจซึ่งกันและกัน 2. ให้นิสิตฝึกปฏิบัติการใส่ใจต่อผู้อื่นตามสถานการณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น 3. ให้นิสิตร่วมกันวิเคราะห์บทบาทที่เพื่อนแสดงและแสดงความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับการแสดงออกของตนเองในการใส่ใจต่อผู้อื่น 4. ให้นิสิตร่วมกันอภิปรายถึงการใส่ใจและการนำไปใช้ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้นิสิตสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7.	การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	เพื่อให้นิสิตได้เรียนรู้และฝึกหัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ โดยการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	<u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยทบทวนทุกขั้นตอนที่ได้ฝึกมา <u>ขั้นดำเนินการ</u> ผู้วิจัยดำเนินการ 1. ให้นิสิตแสดงบทบาทตามที่ผู้วิจัยกำหนดให้ 2. ให้นิสิตร่วมกันวิเคราะห์และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ที่เพื่อนแสดงโดยวิเคราะห์ทุกขั้นตอนของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
8.	ปัจฉิมนิเทศ	เพื่อสรุปผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์	<u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยกล่าวทักทาย <u>ขั้นดำเนินการ</u> ผู้วิจัยดำเนินการ 1. ให้นิสิตสรุปเกี่ยวกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์หลังจากได้ฝึกการวิเคราะห์ติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 2. ให้นิสิตสรุปถึงประโยชน์ที่ได้รับและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณและกล่าวปิดการทดลองด้วยเพลง

หมายเหตุ การฝึกแต่ละครั้งใช้เวลา 60 นาที

โปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมนิเทศและการกล่าวนำถึงพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
วัตถุประสงค์

- 1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับนิสิตในกลุ่มทดลอง
- 2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ลักษณะการฝึก บทบาทหน้าที่ของนิสิตและประโยชน์ที่จะได้รับจากการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล รวมถึงระยะเวลาที่ใช้ในการฝึก วัน เวลา จำนวนครั้งและสถานที่ฝึก
- 3. เพื่ออธิบายความหมายและความสำคัญของการสื่อสาร รวมทั้งพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ให้แก่นิสิต

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

สื่อการฝึก

- 1. ใบสัมภาษณ์ “เจาะใจเธอ” จำนวน 20 ชุด
- 2. ปากกา จำนวน 20 ด้าม
- 3. ขอรางวัล 1 ชิ้น
- 4. เครื่องฉายแผ่นใส, แผ่นใส
- 5. ตารางการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- 6. เอกสารประกอบการบรรยายเรื่องการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์และพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

วิธีดำเนินการ

- 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยกับผู้วิจัยกล่าวต้อนรับนิสิตทุกคนพร้อมกับแนะนำตนเองและให้นิสิตแต่ละคนแนะนำตนเองเพื่อให้คุ้นเคยกัน โดยจัดเก้าอี้เป็นรูปตัวยูให้ทุกคนเห็นหน้ากัน
- 2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยให้นิสิตเข้าร่วมกิจกรรม “เจาะใจเธอ” โดย
 - 2.1 ผู้วิจัยแจกใบสัมภาษณ์ “เจาะใจเธอ” พร้อมปากกาให้นิสิตทุกคน
 - 2.2 ให้นิสิตสัมภาษณ์เพื่อนนิสิตให้ครบทุกคน ภายในเวลา 20 นาที ใครเสร็จก่อนจะได้รับรางวัล
- 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นิสิตช่วยกันสรุปข้อคิดจากกิจกรรม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
- 4. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และลักษณะของการฝึก รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของนิสิตที่ต้องปฏิบัติภายในกลุ่มทดลองจนบอกถึงประโยชน์ที่นิสิตจะได้รับจากการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครั้งนี้
- 5. ผู้วิจัยอธิบายและซักถามนิสิตเกี่ยวกับความหมายรวมทั้งความสำคัญของการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
- 6. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นิสิตซักถามและบอกวัน เวลา จำนวนครั้งและสถานที่ฝึก

การประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือในการแนะนำตนเองและผู้อื่นของนิสิต
2. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรม “เจาะใจเธอ”
3. สังเกตการตอบคำถาม การซักถาม และการแสดงความคิดเห็น
4. นิสิตบอกวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ และประโยชน์ที่จะได้รับจากกิจกรรมครั้งนี้

ใบงาน

1. ให้นิสิตอธิบายความหมายและความสำคัญของพฤติกรรมกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ตามความเข้าใจของนิสิต
2. ให้นิสิตบอกประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมครั้งนี้

ประโยชน์ที่ได้จากกิจกรรมครั้งนี้

[illegible]

ใบสัมภาษณ์ “เจาะใจเธอ”

คนที่ 1	คนที่ 2
1. ชื่อจริง.....	1. ชื่อจริง.....
2. ชื่อเล่น.....	2. ชื่อเล่น.....
3. วันเดือนปีเกิด.....	3. วันเดือนปีเกิด.....
4. ภูมิลำเนา.....	4. ภูมิลำเนา.....
5. ลักษณะเด่น.....	5. ลักษณะเด่น.....
6. อาหารโปรด.....	6. อาหารโปรด.....
7. สีที่ชอบ.....	7. สีที่ชอบ.....
8. สัตว์ที่ชอบ.....	8. สัตว์ที่ชอบ.....
9. งานอดิเรก.....	9. งานอดิเรก.....
10. ดาราหรือนักร้องที่ชื่นชอบ.....	10. ดาราหรือนักร้องที่ชื่นชอบ.....

คนที่ 3	คนที่ 4
1. ชื่อจริง.....	1. ชื่อจริง.....
2. ชื่อเล่น.....	2. ชื่อเล่น.....
3. วันเดือนปีเกิด.....	3. วันเดือนปีเกิด.....
4. ภูมิลำเนา.....	4. ภูมิลำเนา.....
5. ลักษณะเด่น.....	5. ลักษณะเด่น.....
6. อาหารโปรด.....	6. อาหารโปรด.....
7. สีที่ชอบ.....	7. สีที่ชอบ.....
8. สัตว์ที่ชอบ.....	8. สัตว์ที่ชอบ.....
9. งานอดิเรก.....	9. งานอดิเรก.....
10. ดาราหรือนักร้องที่ชื่นชอบ.....	10. ดาราหรือนักร้องที่ชื่นชอบ.....

เอกสารประกอบการบรรยาย
เรื่องการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

ความหมายของการสื่อสาร

การสื่อสาร หมายถึง กระบวนการของการถ่ายทอดแลกเปลี่ยนข่าวสาร เจตคติ ความรู้สึกนึกคิด ของบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันส่งผลให้เกิดความร่วมมือ อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยอาศัยสื่อภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทางในการติดต่อสื่อสาร (วรวรรณ กวินทรานุวัฒน์. 2538 : 13)

คริสเตนเซน และคอคโครว์ (Christensen and Kockrow. 1991 : 35) ได้ให้ความหมายของการสื่อสารว่า หมายถึง กระบวนการแลกเปลี่ยนข่าวสารจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งการสื่อสารนั้นจะเป็นการใช้ถ้อยคำหรือไม่ใช้ถ้อยคำก็ได้ ทั้งนี้อาจเป็นการสื่อสารโดยตรง เช่น การเผชิญหน้า หรือทางอ้อม โดยการเขียน หรือการจดบันทึก เป็นต้น

จารุวรรณ เอกอรรถผล (2530 : 22) ให้ความหมายของการสื่อสารว่าคือ กระบวนการถ่ายทอดหรือแลกเปลี่ยนข่าวสาร ข้อเท็จจริง ความคิด ความรู้สึก อารมณ์และเจตคติ ซึ่งกระบวนการติดต่อสื่อสารที่จะได้ผลดีนั้น ต้องอาศัยความเข้าใจตรงกัน การมีส่วนร่วมและมี ปฏิกริยาโต้ตอบที่เหมาะสม

วิเชียร ทวีลาภ (2534 : 24) กล่าวว่า การติดต่อสื่อสาร หมายถึง การกระทำใดๆ ก็ตามที่ทำให้หนึ่งจะทำให้อีกผู้หนึ่งเกิดความเข้าใจอย่างเดียวกัน โดยใช้วิธีการพูดเขียน หรือ แสดงออกด้วยกิริยาท่าทาง ซึ่งเป็นวิธีการสื่อสารนั่นเอง

จากความหมายของการสื่อสาร สรุปได้ว่า การสื่อสารเป็นกระบวนการส่งรับเพื่อถ่ายทอดและแลกเปลี่ยน ข่าวสาร ข้อมูล ความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ จากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งหรือหลายคน เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ยังผลให้เกิดความร่วมมือ ความตกลงกันโดยอาศัยถ้อยคำในการพูดหรือเขียน รวมทั้งกิริยาท่าทาง

แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสาร

การสื่อสารของมนุษย์จำแนกได้ 2 ประเภท คือ

1. การสื่อสารโดยใช้ถ้อยคำ (Verbal Communication) หมายถึง การสื่อความหมายโดยทั่วๆ ไป ที่อาศัยคำสัญลักษณ์ภาษา เลขจำนวน หรือภาษาทางคณิตศาสตร์ก็ได้
2. การสื่อความหมายโดยไม่ใช้ถ้อยคำภาษา (Non-Verbal Communication) เป็นการสื่อความหมายที่ใช้สัญลักษณ์อย่างอื่นนอกเหนือจากคำ เลขจำนวน หรือวรรคตอน รวมถึง สีหน้า แววตา กิริยา ท่าทาง ซึ่งเรียกว่า ภาษาท่าทาง (Body Language)

พฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ หมายถึง ความสามารถในการถ่ายทอดความคิดเห็น ความรู้สึกและความมีน้ำใจไปยังผู้อื่นเพื่อให้เกิดการรับรู้ เข้าใจความรู้สึกซึ่งกันและกัน ด้วยภาษาที่ใช้ถ้อยคำหรือภาษาที่ไม่ใช้ถ้อยคำ ให้ผู้อื่นเข้าใจง่าย มีการสื่อความที่ดี และสามารถสื่อสารเพื่อติดต่อสัมพันธ์ที่กันโดยไม่ขัดแย้งกันได้ อย่างเหมาะสม ทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี

ครั้งที่ 2

เรื่อง พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ : การวิเคราะห์ทัศนะชีวิต
วัตถุประสงค์เพื่อให้ สิสิต

1. บอกลักษณะและประโยชน์ของทัศนะชีวิตได้
2. สามารถวิเคราะห์ทัศนะชีวิตแต่ละลักษณะที่เกี่ยวข้อง และส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมี

มนุษยสัมพันธ์

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

สื่อการฝึก

1. เอกสารประกอบการบรรยายการวิเคราะห์ทัศนะชีวิต
2. เครื่องฉายแผ่นใส

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นนำ ผู้วิจัยกล่าวนำเข้าสู่การวิเคราะห์ทัศนะชีวิต
2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

2.1 อธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบเกี่ยวกับทัศนะชีวิต ซึ่งประกอบด้วย

- 2.1.1 ฉันดี เธอก็ดี (I'm OK, You're OK)
- 2.1.2 ฉันดี แต่เธอไม่ดี (I'm OK, You're not OK)
- 2.1.3 ฉันไม่ดี แต่เธอดี (I'm not OK, You're OK)
- 2.1.4 ฉันไม่ดีและเธอก็ไม่ดี (I'm not OK, You're not OK)

2.2 ให้นิสิตทุกคนทำแบบฝึกหัดจากประโยคคำพูดที่ผู้วิจัยแจก โดยให้จำแนกว่าแต่ละประโยคนั้นตรงกับทัศนะแบบใด เสร็จแล้วให้แลกกันตรวจ ซึ่งผู้วิจัยเฉลยให้ฟังทีละข้อ

2.3 ให้นิสิตแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่มๆ ละ 5 คน แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับทัศนะชีวิตที่นิสิตสร้างขึ้น กลุ่มละ 1 แบบ

2.4 ให้นิสิตฝึกวิเคราะห์ทัศนะชีวิตตามสถานการณ์ที่เพื่อนแสดงและให้นิสิตยกตัวอย่างประสบการณ์ที่นิสิตเคยประสบมา

2.5 ให้นิสิตร่วมกันแสดงความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้รับจากการเรียนรู้ทัศนะชีวิต และสรุปว่าทัศนะชีวิตในแต่ละลักษณะเกี่ยวข้องและส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์อย่างไร

3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการตั้งใจฟังขณะบรรยาย
2. สังเกตจากการร่วมมือในการแสดงบทบาทสมมติและยกตัวอย่างประสบการณ์
3. สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็นในการวิเคราะห์และสรุปเกี่ยวกับทัศนะชีวิต

ใบงาน

1. ให้นิสิตทุกคนทำแบบฝึกหัดจากประโยคคำพูดที่ผู้วิจัยแจก โดยให้จำแนกว่าแต่ละประโยคนั้นตรงกับทัศนะแบบใด เสร็จแล้วให้แลกกันตรวจ ซึ่งผู้วิจัยเฉลยให้ฟังทีละข้อ
2. ให้นิสิตแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่มๆ ละ 5 คน แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่เกี่ยวกับทัศนะชีวิตที่นิสิตสร้างขึ้น กลุ่มละ 1 แบบ โดยจับฉลาก
3. ให้นิสิตวิเคราะห์ทัศนะชีวิตตามสถานการณ์ที่เพื่อนแสดงและให้นิสิตยกตัวอย่างประสบการณ์ที่นิสิตเคยประสบมา
4. ให้นิสิตร่วมกันแสดงความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับประโยชนที่ได้รับจากการเรียนรู้ทัศนะชีวิต และสรุปว่าทัศนะชีวิตในแต่ละลักษณะเกี่ยวข้องกับและส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์อย่างไร

ประโยค	ทัศนะแบบ
ฉันรู้สึกท้อกับงานนี้แล้วละ ใครจะไปทนได้	
เรามั่นใจนะว่าเธอต้องทำได้	
น้ำหน้อย่างนี้เราไม่มีทางทำได้หรอก	
ทำไปก็เท่านั้น เชื่อฉันซิในโลกนี้ไม่มีใครทำได้	
ทุกคนล้วนมีความถนัดที่แตกต่างกัน	
เธอต้องช่วยฉันนะ ฉันรู้ว่าเธอช่วยฉันได้เสมอ	
งานนี้ต้องล้มเหลวเพราะคุณคนเดียว	
ตายแล้ว ! ใครบอกให้เธอทำแบบนี้	
ชาตินี้ฉันคงขาดเธอไม่ได้	
ฉันไม่กล้าไปหาปรึกษากับเขาหรอก	
นี่เป็นเรื่องที่พวกเราทุกคนจะต้องช่วยกันแก้ไข	
เธอไปเป็นเพื่อนเราหน่อยซิ เราไม่กล้าไปคนเดียว	
อย่ากลัวไปเลย เมื่อก่อนฉันก็เคยเป็นแบบนี้แหละ	
ที่หน้าทีหลังหัดดูตาม้าตาเรือเสียบ้างนะ	
ฉันไม่เห็นมีใครจริงจังสักคนเลย	
ไม่รู้ที่ครั้งต่อก็ครั้งแล้ว ก็ไม่เห็นจะมีอะไรดีขึ้น	

เอกสารประกอบการบรรยาย

การวิเคราะห์ทัศนะชีวิต

ทัศนะชีวิต (Life Position) หมายถึง เจตคติที่คนเรามีต่อการกระทำของตัวเองและคนอื่น ๆ ในแง่ดีหรือแย่ การเลือกทัศนะชีวิตมีพื้นฐานมาจากผลของการเข้าใจตัวเองและสภาพแวดล้อมตั้งแต่บุคคลยังเด็ก ความเข้าใจเกี่ยวกับตัวเอง การรู้จักตัวเอง ความรู้สึกต่อตัวเองและต่อผู้อื่นจะสะท้อนให้เห็นจากการอบรมสั่งสอนวิธีบอกกล่าวที่บิดามารดาใช้กับบุตรธิดาของตน ซึ่งเกี่ยวกับลักษณะคำสั่ง วิธีการออกคำสั่ง และท่าทีของบิดามารดาที่มีต่อบุตรธิดา หรือเกี่ยวข้องกับการเปิดโอกาสให้บุตรธิดามีอิสระในการเลือกตัดสินใจหรือให้โอกาสในการเป็นตัวของตัวเอง

ทัศนะชีวิตเป็นผลมาจากประสบการณ์ที่ผ่านมาในช่วงวัยเด็ก และจะส่งผลไปถึงสัมพันธภาพที่บุคคลนั้นจะมีต่อผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบใด

ในวัยเด็กบุคคลได้พัฒนาชีวิตโดยซึมซับวัฒนธรรม ค่านิยม ปทัสถานต่าง ๆ จากการติดต่อสัมพันธ์ในครอบครัว จากสื่อมวลชน จากสังคมและสภาพแวดล้อม

รูปแบบของทัศนะในชีวิตของบุคคล แบ่งได้ 4 แบบดังนี้

1) **ฉันดี เธอก็ดี (I'm OK - You're OK)** เป็นตำแหน่งสูงสุดของการปรับตัว เป็นตำแหน่งของผู้มีสุขภาพจิตดี บุคคลที่วางตนเองไว้ในตำแหน่งชีวิตนี้จะรู้สึกว่าตนเองมีค่ายอมรับและเข้าใจตนเอง ในขณะเดียวกันก็รู้สึกว่าชีวิตของผู้อื่นมีค่า ยอมรับและให้เกียรติบุคคลอื่นในฐานะเพื่อนมนุษย์คนหนึ่ง มีความจริงใจในการสื่อสารสัมพันธ์กับผู้อื่น เมื่อเผชิญกับปัญหาบุคคลที่มีตำแหน่งชีวิตแบบนี้ จะกล้าเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ด้วยวิธีสร้างสรรค์ และใช้ความสามารถที่ตนเองมีอยู่อย่างเต็มที่ บุคคลที่จะรู้สึกว่าตนเองอยู่ในตำแหน่งนี้ได้ต้องเริ่มพัฒนาความรู้สึกไว้วางใจมาตั้งแต่เด็ก ซึ่งบุคคลที่อบรมเลี้ยงดูเด็กจะมีอิทธิพลอย่างมากที่จะช่วยให้เด็กรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าเป็นที่ต้องการ โดยการให้ความเอาใจใส่สนใจแก่เด็ก

2) **ฉันดี แต่เธอไม่ดี (I'm OK - You're not OK)** เป็นตำแหน่งชีวิตที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองดีกว่าผู้อื่น ถูกเหยียดหยามผู้อื่นว่าด้อยกว่าตน ไม่ไว้วางใจผู้อื่นว่ามีความสามารถเมื่อประสบปัญหา ก็มักกล่าวโทษผู้อื่นว่าทำให้ตนเองบกพร่อง เป็นตำแหน่งของคนที่ชอบปฏิบัติเปลี่ยนแปลงอย่างรุนแรง ไม่รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ยึดมั่นกับความคิดเห็นของตนเองว่าเป็นเลิศ ถ้าบุคคลที่มีตำแหน่งชีวิตแบบนี้มีโอกาสทำหน้าที่ในตำแหน่งสำคัญก็จะชอบลูกน้องที่ประจบสอพลอ โดยไม่คำนึงว่าถึงสิ่งที่ควรหรือไม่ควรทำเนื่องจากบุคคลประเภทนี้ชอบคำเยินยอ โดยไม่คำนึงว่าจะมาจากความจริงใจหรือไม่ เพราะมีความเชื่ออยู่แล้วว่าบุคคลอื่นไม่มีใครเก่งหรือดีเท่าตัวเขา

3) ฉันไม่ดี แต่เธอดี (I'm not OK - You're OK) ตำแหน่งนี้เป็นตำแหน่งชีวิตที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองด้อยกว่าผู้อื่น บุคคลอื่นเก่งและโชคดีกว่าตนไปทุกด้าน พฤติกรรมของบุคคลที่รู้สึก I'm not OK - You're OK จึงไม่กล้าแสดงออกถึงความรู้สึกที่แท้จริง เก็บความรู้สึกไว้ ขลาดกลัวที่จะยืนยันถึงสิทธิที่ตนมีอยู่อย่างชอบธรรม ชอบลงโทษตนเอง มีลักษณะเป็นคนอมทุกข์ เศร้าหมองชอบปลีกตัวอยู่ตามลำพัง เมื่อเผชิญกับปัญหา ก็มักใช้วิธีเลี่ยงหนีไม่พยายามหาวิธีแก้ไขปัญหที่ตนเองเผชิญ ไม่กล้าเสี่ยงที่จะทำอะไรใหม่ ๆ บุคคลที่วางตนเองอยู่ในตำแหน่งชีวิตแบบนี้ มักพัฒนาความรู้สึกตนเองไม่มีค่ามาตั้งแต่เด็ก เป็นตำแหน่งที่เด็กเลือก เมื่อโดนผู้ใหญ่บังคับให้ทำสิ่งต่าง ๆ ตามความต้องการหรือความเห็นของผู้ใหญ่ โดยไม่ให้อิสระแก่เด็ก ไม่เคยรับฟังความคิดเห็นของเด็ก ทำให้เขาารู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถ ต้องพึ่งพาผู้ใหญ่อยู่เสมอ เมื่อตนเองเติบโตขึ้น ความรู้สึกยอมตาม ไม่กล้าแสดงออกก็จะติดตัวมา บุคคลประเภทนี้จึงพยายามแสวงหาการยอมรับการเอาใจใส่ (Stroke) ในการสื่อสารสัมพันธ์กับบุคคลอื่น โดยการพยายามทำตัวเข้ามามีส่วนร่วมในทุก ๆ เรื่อง พยายามเอาอกเอาใจผู้อื่น ยอมรับใช้และเสียเปรียบบุคคลอื่นอยู่เสมอ บุคคลประเภทนี้อาจจะเป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพได้ กล้าอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย เช่น มีผู้นำดี แต่บุคคลประเภทนี้จะไม่มีความสุขในชีวิต เพราะต้องเก็บกดความรู้สึกของตนเองต้องทำอะไรตามความพอใจของผู้อื่น

4) ฉันไม่ดี และเธอก็ไม่ดี (I'm not OK - You're not OK) ตำแหน่งแบบนี้เป็นตำแหน่งชีวิตของบุคคลที่รู้สึกหมดอาลัยตายอยากในชีวิต รู้สึกชีวิตไม่มีคุณค่า หดหู่ เศร้าหมอง ปราศจากความหวังใด ๆ และรู้สึกว่าชีวิตของคนอื่น ๆ ก็ไม่มีค่า ไม่มีความหมายเช่นกัน รู้สึกว่าโลกนี้โหดร้ายทารุณ ไม่น่าอยู่ ผู้ป่วยที่เป็นโรคประสาท โรคจิต มักวางตนเองอยู่ในตำแหน่งชีวิตนี้ ถ้าความรู้สึกแบบนี้รุนแรงมาก ก็อาจทำร้ายตนเองและผู้อื่นได้ โดยไม่รู้สึกละอายเพราะไม่คิดว่าชีวิตมีความหวัง และมีความหมายอะไรเลย เด็กที่ได้รับการทอดทิ้ง ไม่ได้รับการเอาใจใส่จากผู้เลี้ยงดู มักเลือกตำแหน่งชีวิตแบบนี้เพราะเขาไม่เคยรับการเอาใจใส่ การแสดงความรัก หรือผูกพันใด ๆ จากพ่อแม่ ทำให้เขาพัฒนาความรู้สึก "I'm not OK" ขึ้นมาและเขาจะไม่รู้จักให้การเอาใจใส่ ๆ แก่ใครด้วย เพราะรู้สึกว่าคนอื่นโหดร้ายและไม่มีน้ำใจมองคนในแง่ร้าย "I'm not OK" ด้วย

ตามแนวความคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต สรุปได้ว่า ทักษะในชีวิต คือ เจตคติที่คนเรามีต่อการกระทำของตนเอง และคนอื่นในแง่ดีหรือแย่ การเลือกทักษะในชีวิตมีผลมาจากการอบรมสั่งสอน ประสบการณ์ในวัยเด็ก และบุคคลที่มีสุขภาพจิตดีเป็นบุคคลที่มองตนเองและบุคคลอื่นในแง่ดี สามารถยอมรับตนเองและบุคคลอื่นได้ตามความเป็นจริง มีความจริงใจในการสื่อสารสัมพันธ์กับผู้อื่น กล้าเผชิญและแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นโดยใช้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่และสร้างสรรค์ รู้สึกว่าชีวิตตนเองและผู้อื่นมีค่า กล่าวคือ ผู้ที่มีทักษะในชีวิตแบบนี้ฉันดี เธอดี (I'm OK - You're OK) และถึงแม้ว่าชีวิตของคนเรานั้นจะเลือกที่เกิดไม่ได้ก็ตาม ซึ่งทำให้คนเรามีบทชีวิตที่แตกต่างกันไป แต่อย่างไรก็ตามเราสามารถเลือกที่จะพัฒนาตนเองได้ แล้วเราจะเลือกพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิตในแบบไหน จากทักษะชีวิต 4 แบบที่กล่าวมา

ครั้งที่ 3

เรื่อง พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ : โครงสร้างบุคลิกภาพ

วัตถุประสงค์เพื่อให้ นิสิต

1. อธิบายเกี่ยวกับโครงสร้างบุคลิกภาพทั้ง 3 ภาวะ
2. สามารถจำแนกความแตกต่างระหว่างภาวะความเป็นพ่อแม่ ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ และภาวะความเป็นเด็ก
3. บอกถึงผลของภาวะต่างๆ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

สื่อการฝึก

1. เอกสารประกอบการบรรยายเรื่องโครงสร้างบุคลิกภาพ
2. เครื่องฉายแผ่นใส

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นนำ ผู้วิจัยกล่าวนำถึงโครงสร้างบุคลิกภาพ
2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับ ดังนี้
 - 2.1. อธิบายพร้อมยกตัวอย่างเกี่ยวกับโครงสร้างบุคลิกภาพทั้ง 3 ภาวะ ได้แก่ ภาวะความเป็นพ่อแม่ ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ และภาวะความเป็นเด็ก
 - 2.2. ให้นิสิตจำแนกความแตกต่างระหว่างภาวะทั้งสามนี้ตามสถานการณ์ที่นิสิตสร้างขึ้น โดย
 - 2.2.1. ให้นิสิตแบ่งกลุ่มเป็น 3 กลุ่ม เพื่อแสดงบทบาทตามสถานการณ์ที่ร่วมกันสร้างขึ้นให้เวลา 10 นาที โดยให้มีครบทั้ง 3 ภาวะ และให้เวลาแสดงกลุ่มละไม่เกิน 5 นาที
 - 2.2.2. ให้นิสิตจำแนกคำพูดหรือการกระทำจากบทบาทที่เพื่อนแสดงว่าออกมาจากภาวะใดใน 3 ภาวะนี้ โดยพิจารณาทั้งภาษากายคำและภาษาท่าทาง
 - 2.3. ให้นิสิตร่วมกันอภิปรายถึงภาวะต่างๆ ที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นิสิตช่วยกันสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตการตั้งใจฟังและการร่วมแสดงความคิดเห็นขณะผู้วิจัยอธิบาย
2. สังเกตความร่วมมือและความตั้งใจของนิสิตในการแสดงตามบทบาทตามสถานการณ์ที่สร้างขึ้น
3. สังเกตการร่วมแสดงความคิดเห็นและสรุปสิ่งที่ได้จากสถานการณ์ที่สร้างขึ้น

เอกสารประกอบการบรรยาย การวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ

โครงสร้างบุคลิกภาพ (Structural Analysis) คือ ภาวะตัวตน หรือ ภาวะอัตตา (Ego State) หมายถึง ภาวะต่างๆ ของจิตใจที่สัมพันธ์เกี่ยวข้องกับแบบแผนต่างๆ ของพฤติกรรม ซึ่งในตัวบุคคลแต่ละคนจะต้องประกอบไปด้วยบุคลิกภาพ 3 ภาวะด้วยกัน คือ

1. ภาวะความเป็นพ่อแม่ (Parent Ego State เรียกว่า P) เป็นลักษณะบุคลิกภาพที่ได้รับถ่ายทอดมาจากบิดา มารดาหรือผู้เลี้ยงดู จะเป็นส่วนพฤติกรรมที่ไม่ใช้เหตุผลและไม่พิจารณาตามสภาพข้อเท็จจริงในปัจจุบัน เป็นผลจากการที่บุคคลบันทึกข้อมูลที่เป็นทัศนคติ กฎเกณฑ์ ค่านิยมต่างๆ ที่พ่อแม่สั่งสอนตลอดจนทำทางไว้ให้ตนเอง ลักษณะนี้สามารถแบ่งได้เป็น 2 ส่วน คือ

1.1 ภาวะความเป็นพ่อแม่ที่ซอวิจารณ์ (Critical or Controlling parent เรียกว่า CP) เป็นภาวะบุคลิกที่มีพฤติกรรมเหมือนเป็นพ่อแม่ที่แสดงพฤติกรรมในลักษณะที่ไม่ใช้เหตุผล มีอคติ วิวาทษ์วิจารณ์ ตี ตีเยน หรือบังคับควบคุมผู้อื่น ออกคำสั่ง ว่ากล่าวตักเตือน

1.2 ภาวะความเป็นพ่อแม่ที่มีความเมตตากรุณา (Nurturing Parent ซึ่งเรียกว่า NP) เป็นภาวะที่บุคคลมีพฤติกรรมเหมือนพ่อแม่ที่มีเมตตากรุณา คอยช่วยเหลือ ปลอดภัยให้ความสบายทั้งกายและใจ ห่วงใยได้ถามทุกข์สุข เป็นบุคคลที่อบอุ่น มีไมตรีจิต ให้คำแนะนำและแนะแนวทาง เอื้ออาทรผู้อื่นและเป็นที่พึ่งพาของผู้อื่น

2. ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (Adult Ego State) เป็นบุคลิกภาพที่บุคคลมีพฤติกรรมที่มีความเป็นผู้ใหญ่ อย่างเห็นได้ชัด คิดก่อนพูด ใช้เหตุผลในการพิจารณาตามความเป็นจริง เชื่อมั่นในตนเอง ตัดสินใจตามข้อมูลที่ได้รับโดยไม่คำนึงถึงอารมณ์และความรู้สึก ดำรงชีวิตโดยใช้สติปัญญาเป็นหลัก แก้ปัญหาและอภิปรายสิ่งต่างๆ อย่างมีเหตุผล ถ้าบุคคลใช้ภาวะความเป็นผู้ใหญ่อยู่เสมอ อาจทำให้มีบุคลิกภาพคล้ายหุ่นยนต์ที่ปราศจากอารมณ์และความรู้สึก ลักษณะที่เป็นผู้ใหญ่จะเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เพราะส่วนของผู้ใหญ่จะใช้เหตุผล ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแก้ไขบุคลิกภาพที่มีอยู่ในตัวให้เหมาะสม ถูกต้องตามเหตุการณ์ อยู่ในภาวะที่สมดุลย์และปรับตัวได้

3. ภาวะความเป็นเด็ก (Child Ego State) เป็นภาวะบุคลิกที่มีพฤติกรรมเหมือนกับยังอยู่ในวัยเด็ก มีอารมณ์ความรู้สึกที่แท้จริงก็แสดงออกไปตามธรรมชาติทั้งทางด้านบวกและด้านลบ เป็นส่วนของบุคลิกภาพที่ยังไม่ได้ขัดเกลา ภาวะความเป็นเด็กแบ่งได้เป็น 3 ส่วนคือ

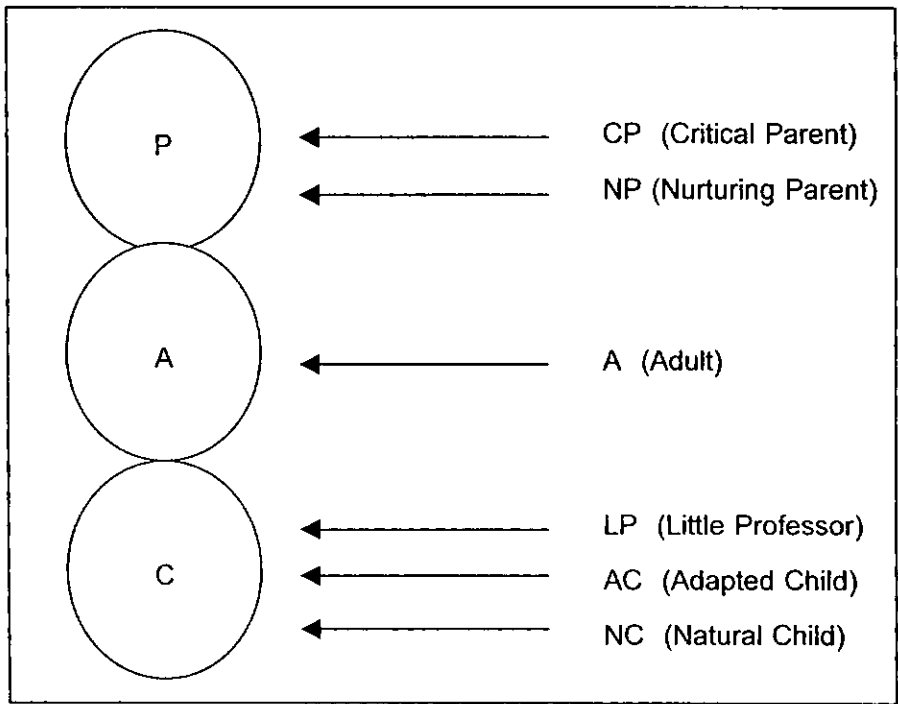
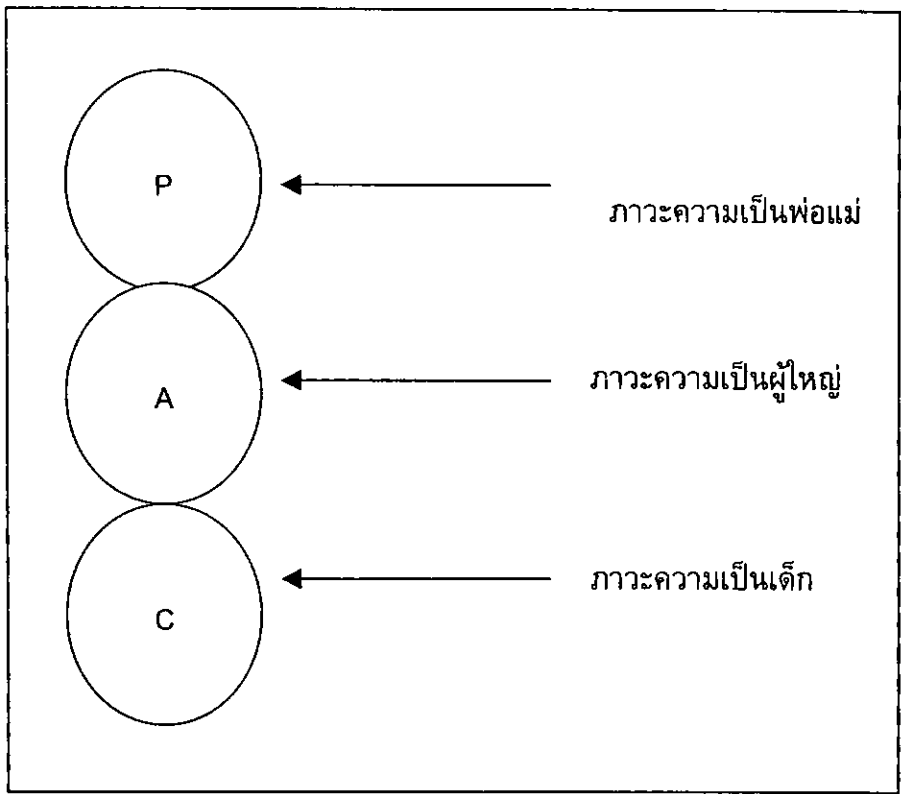
3.1 ภาวะความเป็นเด็กเจ้าปัญญาหรือเด็กที่มีความคิด (Little Professor เรียกว่า LP) เหมือนเด็กที่มีความเฉลียวฉลาด ริเริ่มสร้างสรรค์ เอาใจคนเก่ง วางแผน เริ่มมีการใช้ความคิดเหตุผลคล้ายผู้ใหญ่แม้ยังชอบเขตแห่งโลกของเด็กก็ตาม

3.2 ภาวะความเป็นเด็กที่ได้รับการขัดเกลา (Adapted Child เรียกย่อว่า AC) เหมือนเด็กที่ได้รับการอบรมสั่งสอนจากผู้เลี้ยงดู จะมีลักษณะเป็นเด็กที่ยอมปฏิบัติตามเชื่อฟัง เข้าสังคมได้ดี มีกิริยามารยาท อาจไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง ฟังพาทผู้อื่น ตัดสินใจไม่ค่อยเป็น

3.3 ภาวะความเป็นเด็กตามธรรมชาติ (Natural Child เรียกย่อว่า NC) เหมือนเด็กที่ยังขาดการขัดเกลา แสดงอารมณ์ความรู้สึกมาอย่างโจ่งแจ้ง ปราศจากการควบคุมตนเอง มีลักษณะมีชีวิตชีวา กระตือรือร้น อยากรู้ อยากเห็น ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ชอบสนุก อัจฉริยะ ขี้อาย กลัว ร้องไห้ฟูมฟาย หัวเราะร่าเริง ใจร้อน

จากแนวคิดข้างต้นสรุปได้ว่า ถึงแม้ว่าบุคคลจะต้องมีบุคลิกภาพทั้ง 3 ส่วนนี้ร่วมกัน แต่จะมีส่วนใดมากน้อยแค่ไหนหรือแสดงออกในภาวะใดๆ นั้น ย่อมจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

โครงสร้างบุคลิกภาพ



โครงสร้างบุคลิกภาพ

- | | |
|--|--|
| CP แทน ภาวะความเป็นพ่อแม่ที่มีความเมตตากรุณา | LP แทน ภาวะความเป็นเด็กที่มีความคิด |
| NP แทน ภาวะความเป็นพ่อแม่ชอบวิจารณ์ดีเตือน | AC แทน ภาวะความเป็นเด็กที่ได้รับการขัดเกลา |
| A แทน ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ | NC แทน ภาวะความเป็นเด็กตามธรรมชาติ |

ครั้งที่ 4

เรื่อง พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ : การวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ
วัตถุประสงค์เพื่อให้ นิสิต

1. สามารถวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพของตนเอง
2. สามารถบอกถึงผลของบุคลิกภาพและวิธีลดหรือเพิ่มภาวะตัวตน
3. สามารถใช้ประโยชน์จากแนวทางปฏิบัติในการเพิ่มหรือลดตัวตนที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการ

สื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

สื่อการฝึก

1. แบบสำรวจบุคลิกภาพจำนวน 20 ชุด
2. เครื่องฉายแผ่นใส
3. เอกสารบรรยายวิธีลดหรือเพิ่มตัวตนตามผลจากแบบสำรวจบุคลิกภาพของแต่ละคน
4. รูปภาพแผนภูมิภาวะตัวตนของบุคลิกภาพ (Egogram) ของผู้มีสุขภาพจิตดี

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นนำ ผู้วิจัยทบทวนโครงสร้างบุคลิกภาพและกล่าวนำถึงการวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ
2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

2.1 ให้นิสิตทำแบบสำรวจบุคลิกภาพตามที่ถูกชี้แจงให้ และให้ดูว่าตนเองมีภาวะความเป็นพ่อแม่ ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ และภาวะความเป็นเด็กมากน้อยเพียงใด โดยเขียนกราฟแท่งแสดงถึงโครงสร้างบุคลิกภาพของตน จากคะแนนรวมของข้อ 1-6 เป็นภาวะ CP ข้อ 7-12 เป็นภาวะ NP ข้อ 13-18 เป็นภาวะ A ข้อ 19-24 เป็นภาวะ NC ข้อ 25-30 เป็นภาวะ AC

2.2 ผู้วิจัยอธิบายถึงแผนภูมิภาวะตัวตนของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

2.3 ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันอภิปรายแนวทางปฏิบัติในการเพิ่มหรือลดภาวะตัวตนที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

2.4 ให้นิสิตได้ทราบวิธีเพิ่มหรือลดภาวะตัวตนของตนเองจากเอกสารที่แจกให้

3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตการทำแบบสำรวจบุคลิกภาพ
2. สังเกตจากการเขียนโครงสร้างบุคลิกภาพของตนเอง
3. สังเกตจากการวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพของตนเองและร่วมมือในการอภิปรายถึงแนวทางปฏิบัติในการเพิ่มหรือลดภาวะตัวตนที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

แบบสำรวจบุคลิกภาพ

ขอให้ตัดสินใจเลือกตัวเลขแต่ละข้อซึ่งแสดงระดับความมากน้อย แล้วนำไปใส่ในช่องว่างข้อความแต่ละข้อ โดยเลือกตัวเลขที่สอดคล้องกับความคิด ความรู้สึก และการกระทำกับข้อความแต่ละข้อ

0 --- ไม่จริงเลย	1 --- ไม่ค่อยจริง
2 --- จริงเพียงเล็กน้อย	3 --- จริงพอสมควร (ปานกลาง)
4 --- จริงค่อนข้างมาก	5 --- จริงมาก
6 --- จริงมากที่สุด	

- 1. ข้าพเจ้าเป็นคนชอบวิจารณ์และแสดงความคิดเห็น
- 2. ข้าพเจ้าเชื่อว่าการดิ้นรนและลงโทษ ทำให้สังคมดีขึ้น
- 3. ข้าพเจ้ามีความเชื่อมั่นและเป็นตัวของตัวเอง
- 4. ข้าพเจ้าเป็นคนยึดมั่นต่อจารีตประเพณีและความถูกต้องเป็นหลัก
- 5. ข้าพเจ้าชอบเป็นผู้นำ
- 6. ข้าพเจ้าชอบแนะนำสั่งสอนผู้อื่น
- 7. ข้าพเจ้าชอบเห็นใจคนอื่น
- 8. ข้าพเจ้าชอบช่วยเหลือผู้อื่น
- 9. ข้าพเจ้ารักและห่วงใยตนเอง
- 10. ข้าพเจ้าเป็นคนชอบสงสารคนอื่น เมื่อเห็นเขาทุกข์ร้อน
- 11. ข้าพเจ้าห่วงใยต่อความรู้สึก และความทุกข์ของคนอื่น
- 12. ข้าพเจ้าชอบปกป้อง และทุกข์ร้อนแทนคนอื่น
- 13. ข้าพเจ้าชอบคิดแก้ปัญหา
- 14. ข้าพเจ้าชอบใช้เหตุผลมากกว่าการใช้อารมณ์
- 15. ข้าพเจ้าชอบค้นคว้าศึกษาหาความรู้
- 16. ข้าพเจ้าชอบความสงบ ไม่วุ่นวาย
- 17. ข้าพเจ้าชอบคิดและทำมากกว่าพูด
- 18. ข้าพเจ้าชอบพึ่งพาตนเอง
- 19. ข้าพเจ้าชอบคิดริเริ่มและสร้างสรรค์
- 20. ข้าพเจ้ากระตือรือร้นต่อสิ่งแปลกๆ ใหม่ ๆ
- 21. ข้าพเจ้าชอบความตื่นเต้นและการผจญภัย
- 22. ข้าพเจ้าชอบชีวิตที่สนุกสนานร่าเริง
- 23. ข้าพเจ้าชอบอิสระเสรี ไม่ชอบให้ใครบีบบังคับ

- 24. ข้าพเจ้ามีชีวิตที่สบายๆ ไม่จริงจัง
- 25. ข้าพเจ้าชอบคล้อยตามคนอื่น
- 26. ข้าพเจ้าเอาใจคนเก่ง
- 27. ข้าพเจ้าชอบการประนีประนอม ไม่ขัดใจใคร
- 28. ข้าพเจ้าปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้ง่าย
- 29. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจ เมื่อขัดแย้งกับคนอื่น
- 30. ข้าพเจ้าคิดมาก เมื่อทำความผิดหรือขัดใจใคร

40					
35					
30					
25					
20					
15					
10					
5					
0					

เอกสารประกอบคำบรรยาย วิธีลดหรือเพิ่มตัวตนจากแบบสำรวจบุคลิกภาพ

การเพิ่ม CP

ควรฝึกตนเองให้เป็นคนที่กล้าวิพากษ์วิจารณ์และต่อสู้เพื่อความเป็นธรรมบ้าง ฝึกให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง (ดูเทคนิคเพิ่มเติมได้ในการลด AC) มีวิธีการให้เลือกได้ คือ

1. ฝึกหน้ากระจก มอง鏡ตนเอง มองอวัยวะทุกส่วน จ้องตาตนเองอย่าให้คลาดสายตา ฝึกทำบ่อยๆ
2. ฝึกกับคนสนิท จ้องตาเพื่อนอย่าให้คลาดสายตา มองใบหน้าเขาให้ทั่ว
3. ฝึกกับคนที่ไม่คุ้นเคย มองคนแปลกหน้า อย่าหลบสายตาเขา ทักทายเมื่อมีจังหวะ ทักทายคนแปลกหน้าก่อนเมื่อมีโอกาสอยู่ตามลำพัง
4. ฝึกกับโทรทัศน์วิทยุ ขณะนั่งดูโทรทัศน์หรือฟังวิทยุกับคนสนิทในช่วงข่าว ลองพิพากษ์วิจารณ์ข่าวพอใจหรือไม่พอใจอย่างไร แสดงความคิดเห็นออกมาอย่างเต็มที่ลองทำบ่อยๆ
5. ฝึกขณะเข้าประชุมสัมมนา อาจซ้อมพูดก่อนเข้าประชุม ขณะมีการประชุมพยายามยกมือเพื่อแสดงความคิดเห็นตามหัวข้อที่ได้ร่างขึ้นไว้ก่อน ต่อไปให้พูดตอบโต้ได้โดยโดยไม่ต้องร่างหัวข้อ
6. ฝึกให้คำแนะนำหรือให้คำปรึกษากับเพื่อนสนิท หรือเด็กที่รู้จัก พยายามให้ข้อเสนอแนะมากที่สุด
7. อาสาเป็นหัวหน้า เช่น งานกลุ่ม หรือโครงการย่อยๆ หรือตำแหน่งหน้าที่ที่ไม่เคยทำมาก่อน ขณะประชุมพยายามนำพฤติกรรมที่ฝึกมาในข้อ 1-3 มาใช้ เช่น กวาดตามองสมาชิกทุกคน จ้องตาสมาชิกที่กำลังอภิปราย ได้ตอบหรือแสดงความคิดเห็นทันทีที่สมาชิกพูดจบ
8. ฝึกใช้มือประกอบคำอธิบาย เพื่อให้คล้ายเครือข่ายความคิด
9. ระวังพฤติกรรมย้ำคิดย้ำทำ ประเภท เอ้อๆ อ้าๆ หรือเกา ปิดปาก หรือหลบตาคน ขณะอยู่ต่อหน้าผู้อื่น
10. ให้เพื่อนเขียนวิจารณ์พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมขณะพูดคุยกันหรือประชุม
11. สร้างความเชื่อมั่นให้ตนเองด้วยการสร้างความสำเร็จให้ตนเอง ขอบทำอะไรด้วยตนเอง หลีกเลี่ยงการขอความช่วยเหลือจากคนอื่นโดยไม่จำเป็น
12. ฝึกให้ใจคอเข้มแข็ง ให้โอกาสคนอื่นได้ช่วยตนเองเต็มที่ก่อนแล้วค่อยยื่นมือเข้าไปช่วยเขาโดยถือหลัก “ช่วยเขาเพื่อให้เขาช่วยตนเองได้ด้วย”

การลด CP

CP ที่สูงมากอาจทำให้เกิดการโต้แย้งที่รุนแรงถึงขนาดฆ่าฟันกันได้ ดังนั้นควรยึดหลักง่ายๆ ว่า การไม่ทะเลาะกับใครเลยเป็นความสุขที่สุด
 เราจะไม่บังคับควบคุมผู้อื่น (CP จะไม่สูงกว่า NP)
 เราจะไม่ให้ผู้อื่นบังคับควบคุมเรา (AC จะไม่สูงกว่า NC)
 เราเท่านั้นที่จะควบคุมตัวเราเอง (A จะต้องสูงสุด)

เทคนิคการลด CP คือ

1. รู้ตัวว่าตนเองมีปัญหาเรื่องนี้หรือไม่ เช่น ชอบวิพากษ์วิจารณ์ เจ้าระเบียบ จู้จู้จุกจิก ชอบใช้กฎระเบียบ เชื้อมั่นในตนเองสูง ชอบแนะนำคนอื่น
2. ยอมรับว่าลักษณะดังกล่าวทำให้ขาดมิตร มีแต่ศัตรูและเครียด ทำให้เป็นโรคหัวใจ เส้นโลหิตแตกในสมอง หรือความดันโลหิตสูง
3. ลดการใช้อำนาจและออกคำสั่ง ไม่ใช่คำว่า “อย่า” และ “ต้อง”
4. เพิ่มพูนลักษณะ NP ด้วยการขอช่วยเหลือคนอื่น เห็นอกเห็นใจ ให้อภัย อดทน อดกลั้น ให้ความร่วมมือ รู้จักเกรงใจและใจกว้างมีน้ำใจ
5. หัดมองโลกในแง่ดี เช่น มองว่า “ฉันก็ดี คนอื่นก็ดี” (I'm OK, You're OK)
6. เอาใจใส่ตัวเองและคนอื่นในทางบวก เช่น แต่งกาย ใบนานาและผมเผ้า ให้ดูเรียบร้อย สวยงาม พักผ่อนออกกำลังกายให้เต็มที่ รู้จักชมและสัมผัสด้วยการกอดรัดญาคูดีพี่น้องและเพื่อนสนิทด้วยความรักและจริงใจ ความเข้าอกเข้าใจอย่างไม่มีเงื่อนไขและเอื้ออาทรอย่างแท้จริง
7. ลองปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ ให้ชีวิตคลายเครียด และซาบซึ้งต่อธรรมชาติบ้าง ทำให้ชีวิตสดชื่น มีเมตตา และยืดหยุ่นขึ้น
8. มองเห็นภัยของการแข่งขัน เอาชนะผู้อื่น ทำให้เครียดและขาดเพื่อน หันมาแข่งขันกับตนเอง โดยทำแต่ละวันให้ดีที่สุด อิจฉาคนอื่นให้น้อยที่สุดหรือไม่อิจฉาเลย
9. พักผ่อนออกกำลังกายด้วยการปิดนิตกับครอบครัว ทั้งบรรยากาศการทำงานที่เคร่งเครียดและแข่งขัน อยู่เสมอไปเสีย
10. เมื่อมีอาการเครียด แค้น โกรธ อยากเอาชนะ หรืออยากทำร้ายคนอื่น ให้หันไปทำกิจกรรมที่ระบายอารมณ์ได้ เช่น งานอดิเรกต่างๆ หรือ ตะโกนดังๆ ในที่รโหฐานก็ได้
11. หลีกเลียงการเสพติดทุกประเภท

การเพิ่ม NP

คนที่มี NP ต่ำ จะไม่รู้จักทะนุถนอมคนอื่นแล้วยังชอบทำร้ายตนเองอีกด้วย จะเป็นคนเห็นแก่ตัว การแก้ไขคือ การลด CP ได้แก่ ฝึกช่วยเหลือผู้อื่น เห็นอกเห็นใจ ให้อภัย ยกย่องชมเชยผู้อื่น ยอมรับซึ่งกันและกัน รู้และเอาใจใส่ตนเอง รักและทะนุถนอมตนเอง มองดูข้อดีของตนเอง ยิ้มแย้มแจ่มใส

สูตรสำเร็จ คือ “Soften” คือ “การทำให้นุ่ม” หมายถึง ลักษณะความมีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา บ่งบอกถึงลักษณะผู้นำ ความมีมนุษยสัมพันธ์และสุขภาพจิตที่ดี ตามตัวอักษร ดังนี้

S = Smile คือ ความยิ้มแย้มแจ่มใส เป็นลักษณะของความเป็นมิตร มีเมตตา การยิ้มทำให้ร่างกายถูกกระตุ้นให้ขับสาร Endorphine ทำให้ร่างกายกระชุ่มกระชวย ชุ่มชื้นแก่ซาลง

O = Open คือ ความเปิดเผย ไม่ปิดบัง ทำให้ความสัมพันธ์กับผู้อื่นพัฒนาอย่างรวดเร็ว

F = Forward คือ การเข้าไปหา (Move forward) คนที่มุ่งสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยการเข้าไปทักทายพูดคุยกับผู้อื่นก่อนยอมแสดงถึงความเป็นมนุษย์สัมพันธ์

T = Touch คือ การสัมผัส เช่น สัมผัสเพื่อทักทาย ตบไหล่ กอดเอว ลูบไล้ ปลอบโยน

E = Eyes contact คือ การประสานสายตาที่เต็มไปด้วยความรักและความเข้าใจ ความเป็นเมตตา ดังที่ว่า “มองตากี่รู้ใจ”

N = Nod คือ การพยักหน้า ซึ่งแสดงการยอมรับหรือรับคำ จึงไม่ขัดแย้งกับผู้ใด

จากสูตรสำเร็จดังกล่าวนี้ พฤติกรรมของ NP เป็นลักษณะที่เปี่ยมล้นไปด้วยความรัก เข้าใจ ยอมรับบุคคลที่ได้ฝึกจนเป็นนิสัยย่อมได้ประโยชน์กับตนเอง นอกจากจะป้องกันความขัดแย้งกับผู้อื่นแล้ว ยังทำให้เป็นคนที่มีความสามารถเป็นผู้นำ สุขภาพจิตดีและสุขใจสุขกายอีกด้วย

การลด NP

ถ้ามี NP มากกว่า A จะทำให้กลายเป็นคนชอบช่วยเหลือและเห็นใจคนอื่นจนขาดเหตุผล ขาดความพอดี จนทำให้ตนเองลำบาก อึดอัด ขาดอิสระ และพลอยทำให้ผู้รับความช่วยเหลืออึดอัดไปด้วย บางครั้งจะวุ่นวายกับผู้อื่นจนน่ารำคาญ จึงต้องปรับลด เช่น

1. หมั่นประเมินหน้าที่ความรับผิดชอบและการทำงานของตนเองอยู่เสมอว่ามีอะไรบ้าง ที่เกินหน้าที่มากเกินไป
2. ถูกลดคิดว่า “จงช่วยให้เขาช่วยตนเองได้” เพราะคนอื่นเขาก็มีสมองและสองมือมีค่า และศักดิ์ศรีเหมือนเรา
3. พอใจกับการพักผ่อนหย่อนใจ คลายเครียด ทำตนเองให้สันโดษ ด้วยการหาหนังสือที่ชอบมาอ่าน หรือนอนริมหาดให้มีความสุข
4. ฝึกเป็นคนใจแข็งที่ชอบและอดทนดูคนอื่นทำงานให้เราดูบ้าง พยายามเตือนตนเองเสมอว่า การดูคนอื่นทำงานนอกจากจะช่วยให้เขาช่วยตนเองแล้ว ยังทำให้เขารู้วิธีการทำงานที่ดีและข้อบกพร่องของคนอื่นด้วย
5. หัดเป็นคนมีระเบียบ มีระบบ มีกฎเกณฑ์ในการทำงาน โดยไม่ต้องห่วงใยหรือก้าวก่ายกัน ถูกลดคิดว่า “การจัดการที่ดี คือ การทำให้คนอื่นทำงานแทนเราอย่างมีประสิทธิภาพ”

การเพิ่ม A

คนที่ A ต่ำจะเป็นลักษณะของคนขาดสติและไม่มีเหตุผล ใช้แต่อารมณ์ ไม่ฟังตนเอง งมงาย ชักจูงง่าย จึงต้องฝึกตนเองให้เป็นผู้ที่มีเหตุผล มีสติ สามารถครองตนได้อย่างเหมาะสม โดยฝึกดังนี้

1. ฝึกตนเองให้เป็นนักวิทยาศาสตร์ คือ ก่อนที่จะแสดงความคิดเห็น หรือวิพากษ์วิจารณ์ ต้องศึกษาและเก็บข้อมูลบางอย่างอย่างถูกต้อง เชื่อใน “ก้าวหน้าหรือล้าหลังอยู่ที่ตัวเราเอง” และ “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน”

2. พยายามหลีกเลี่ยงการใช้อารมณ์ตัดสินปัญหา เมื่อมีความกดดันอย่างมาก ให้ระบายหรือหลีกเลี่ยงไปทำกิจกรรมอย่างอื่น เปลี่ยนเรื่องพูด แยกตัวไปชั่วคราว อย่าพยายามโต้เถียงเพื่อเอาชนะ การโต้เถียงเพื่อเอาชนะ คือการลดเหตุผล A) แต่เพิ่ม CP ต่อไปจะติดเป็นนิสัย

3. ฝึกตนเองให้เป็นคนยอมรับ “ความแตกต่างระหว่างบุคคล” ไม่ว่าจะตัดสินใครให้คิดเสมอว่า คนเรามีพื้นเพธรรมชาติที่แตกต่างกัน ย่อมมีความคิด ค่านิยมที่แตกต่างกัน จะทำให้มีสติ มีเหตุผลดีแล้ว จะไม่ขัดแย้งกับใคร

4. ฝึกเผชิญหน้าในสถานการณ์ที่ต้องใช้ความคิดในการแก้ปัญหาบ่อยๆ ทำให้เกิดความเคยชินและเชื่อมั่น

5. ฝึกเผชิญหน้ากับสถานการณ์ที่ยั่วอารมณ์ เช่น การโต้แย้ง วิพากษ์วิจารณ์แล้วพยายามเอาชนะอารมณ์ตนเองให้สำเร็จทีละน้อยๆ อย่าให้อารมณ์เพิ่มขึ้นจนเคยตัว

6. เข้าอบรมสัมมนาบ่อยๆ เพื่อหาความรู้และฝึกตนเองให้เผชิญกับการแก้ปัญหาและการควบคุมอารมณ์

7. ศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ ด้วยการอ่านหนังสือทุกประเภท เพื่อให้มีโลกทัศน์ที่กว้าง ไม่ใจแคบ

8. พยายามหาความสุขในบ้าน ในที่ทำงาน หรือไปพักผ่อนที่ไม่วุ่นวาย เพื่อให้รู้สึกสันโดษและมีเวลาคิด มีเวลาเป็นของตนเองบ้างจะทำให้โล่งสมอง ไม่วุ่นวาย ไม่เกลียดงานหรือผู้ร่วมงาน ทำให้ลดการวิพากษ์วิจารณ์ลงไปได้บ้าง

9. หาโอกาสฟังธรรม ฝึกสมาธิอย่างมีเหตุผล

10. เลือกดูรายการโทรทัศน์หรือฟังวิทยุที่เน้นวิชาการและเทคโนโลยีบ้าง เพื่อประดับความรู้

11. หมั่นพิจารณาอายุหรือวัยของตนว่า ควรมีเหตุผลแค่ไหน ไม่ควรถอยหลังเข้าคลอง

การลด A

คนที่ A มากจะเป็นคนขาดเพื่อน พูดจาไม่เก่ง ไม่รู้จักกาลเทศะ แยกตัว จิตซีด นานเบื่อ ไม่มีเสน่ห์ เหมือนคอมพิวเตอร์หรือเครื่องจักร ไม่มีความอบอุ่น การลด A อาจทำได้ดังนี้

1. เพิ่ม CP มากขึ้นโดยการฝึกตนเองให้กล้าแสดงความคิดเห็น วิพากษ์วิจารณ์แนะนำคนอื่น ทำให้ความสามารถด้านความคิดเห็นและความรู้ปรากฏออกมาทางคำพูด

2. เพิ่ม NP ให้สูงขึ้นโดยฝึกเป็นคนมีน้ำใจ รู้จักเอาใจใส่คนอื่น

3. เพิ่ม NC ให้สูงขึ้นโดยฝึกลองของใหม่ เสี่ยงเข้าสังคม ผจญภัย ริเริ่มสร้างสรรค์สิ่งแปลกใหม่ ให้ปรับตัวง่าย มีสีสันไม่น่าเบื่อ เช่น ขึ้นไปร้องเพลงบนเวที 2 เพลงรวด หรือไมไล้ไม่เลิก หรือปฏิเสธไมตรีจิตที่ขัดกับความรู้สึกพร้อมทั้งกล่าวขอบคุณในไมตรีจิตนั้นโดยไม่ก้าวร้าวหรือเฉยเมย ล้อเล่นกับผู้อื่น เมื่อผู้อื่นทำให้ไม่พอใจให้หัวเราะเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น

4. ลด AC ลงไปโดยรู้จักรับและให้สิ่งที่พอใจและไม่พอใจ รู้จักปฏิเสธคำขอร้องหรือการบังคับที่ไร้เหตุผล รู้จักการพูดอธิบายให้คนอื่นเข้าใจโดยหวังดีและมุ่งให้ผู้อื่นได้มีโอกาสพัฒนาหรือปรับตัวได้ ไม่ใช่ด้อนเขาให้ลงเหว

การเพิ่ม NC

คนที่ NC ดำจะเสียธรรมชาติของความเป็นเด็ก จะเศร้าซึม เก็บตัว กลัว ขาดความสุขฝึกได้โดย

1. เอาใจใส่ตนเอง หรือสนใจตนเองมากขึ้น เช่น การคิด พูดถึงความดีของตนเอง มองตนเองว่ามีคุณค่า รักษาตนเองด้วยการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย แต่งตัวด้วยสีสัน ไม่เกิดปมด้อย
 2. ค้นสู่ความเป็นเด็กด้วยการทำตัวให้กระตือรือร้น เทียวเตร่ ผจญภัย ทำตัวให้อิสระ ไม่ฟังพา หลีกเลียงปัญหาเคร่งเครียด ำแรงสนุกสนานโดยพักผ่อนกับครอบครัว เข้าร่วมกิจกรรม หรือจัดงานเลี้ยงสร้างสรรค์ เป็นต้น
 4. เลิกและลดสิ่งเสพติดทั้งหลาย
 5. หายใจลึกๆ เพื่อบริหารจุดต่างๆ ของร่างกายที่ถูกกละเลยและไม่ได้รับการเอาใจใส่ การหายใจลึกๆ แล้วค่อยผ่อนลมหายใจให้แผ่ซ่านไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกายเป็นการทำให้ส่วนต่างๆ เหล่านั้น ได้ติดต่อเชื่อมโยงกันระหว่างหน้าที่ต่างๆ หลังจากถูกกละเลยไม่ได้รับการเอาใจใส่ว่ามันทำงานอย่างไร
- การหายใจลึกๆ บ่อยๆ ก่อนที่จะทำกิจกรรมยากๆ หรือเผชิญกับอุปสรรคใดๆ จะทำให้เกิดสติขึ้น ทำให้ NC สูงขึ้นมาเองอย่างอัตโนมัติ
5. พยายามลดความเครียดหรือไม่สบายใจทุกครั้ง ด้วยการเปลี่ยนนิริยาบท ทำกิจกรรมแปลกๆ ร้องเพลงหรือฮัมเพลงเบาๆ
 6. เกาะกลุ่มพูดคุยกับเพื่อนฝูงในเรื่องไร้สาระ หาอาหารว่าง ของขบเคี้ยวมารับประทานด้วยกัน
 7. การขับรถท่องเที่ยวไปในที่ต่างๆ เป็นคณะ นำอาหารไปปิกนิก เล่นเกมกีฬา วาดรูปทำให้บรรยากาศแห่งความเป็นอิสระและความเป็นเด็กเพิ่มขึ้น

การลด NC

ถ้ามี NC มากเกินไป ก็จะกลายเป็นคนหลักลอย ไม่น่าเชื่อถือ ไม่น่าไว้วางใจ เจ้าชู้ ไม่อยากรับผิดชอบ ทะล่อน ตามสบาย ไม่มีขอบเขต วิธีการลด NC ทำได้ดังนี้

1. พยายามเพิ่ม A ด้วยการมีเหตุผล ศึกษาหาความรู้ข้อเท็จจริงมากขึ้น ทำตัวให้สันโดษ ไม่ทำตัวเป็นเด็ก
2. พยายามเพิ่ม NP ด้วยการรู้จักเอาใจผู้อื่น ช่วยเหลือหรือเห็นใจผู้อื่น เพิ่มความรับผิดชอบ
3. พยายามเพิ่ม AC ด้วยการเป็นคนที่มีรู้จักแคร์และเกรงใจคนอื่นบ้าง

การลด AC

ผู้ที่มี AC สูง จะไม่ค่อยมีปากเสียง ไม่รู้จักต่อสู้เพื่อสิทธิ ไม่ชอบประท้วง ยอมคน เกือบกต เสร้าหมอง จนอาจฆ่าตัวตายได้ทุกเมื่อ วิธีลด AC ทำได้โดย

1. พยายามเพิ่ม NC ให้สูงขึ้นโดย กระตือรือร้นต่อสิ่งแปลกใหม่ อิสระ เป็นตัวของตัวเอง สนุกสนานร่าเริง ไม่แยกตัว

2. เพิ่ม CP ให้สูง ด้วยการเข้มแข็ง ไม่เฉื่อยชา ไม่ยอมคนหรือแค้นคนอื่นมากเกินไป จนเสียความเป็นตัวของตัวเองหรือเสียเปรียบคนอื่น กล้าพูด กล้าโต้ตอบเมื่อไม่ได้รับความยุติธรรม

3. ฝึกรู้จักแสดงความรู้สึกเก็บกอด เรียกร้องความพอใจบ้าง รู้จักรับและให้ สิ่งที่พอใจและไม่พอใจ รู้จักปฏิเสธคำขอหรือการบังคับที่ไร้เหตุผล รู้จักการพูดอธิบาย ให้ทุกฝ่ายเข้าใจ

ข้อสำคัญต้องซื่อสัตย์ จริงใจ ตรงไปตรงมา ไม่อ้อมค้อม เชื้อมั่นในตนเอง ไม่พินอบพิเทาคนอื่นจนเสียศักดิ์ศรี หวังดีหรือมุ่งให้คนอื่นพัฒนา ไม่ใช่ด้อนให้คนอื่นลงเหว ขั้นตอนที่สำคัญ คือ

- เมื่อประสบปัญหาให้พูดหรืออธิบายออกมา
- แสดงความรู้สึกและทัศนคติอย่างตรงไปตรงมา
- เข้าใจว่า "ทำไม บุคคลหรือสถานการณ์จึงเป็นเช่นนั้น"
- เจจว่าจะทำอย่างไรเพื่อการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น
- บอกเขาว่า ถ้าทำอย่างนั้นแล้วจะได้อะไร

4. ใช้กิจกรรมเพิ่ม CP โดยฝึกตนเองให้กล้าเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่เคยคาดฝันมาก่อน จะเพิ่มกำลังใจและความกล้ามากขึ้น อย่าอยู่นิ่ง อย่าปรับตัวยอมตามคนอื่นมากเกินไป ออกกำลังกาย ทำงานอดิเรก อย่าปล่อยให้เก็บกอด เคียดแค้น กลายเป็นความรุนแรงก้าวร้าว

การเพิ่ม AC

การเพิ่ม AC คือ การลด CP นั่นเอง

บุคคลที่จะเพิ่ม AC ได้นั้น จะต้องไม่ยอมมอมย้อมหักได้บ้างเป็นบางเรื่อง ถ้ายอมทุกเรื่องก็จะเพิ่มสูงเกินไปจะกลายเป็นคนไม่มีปากอีก การเพิ่ม AC ทำได้โดย

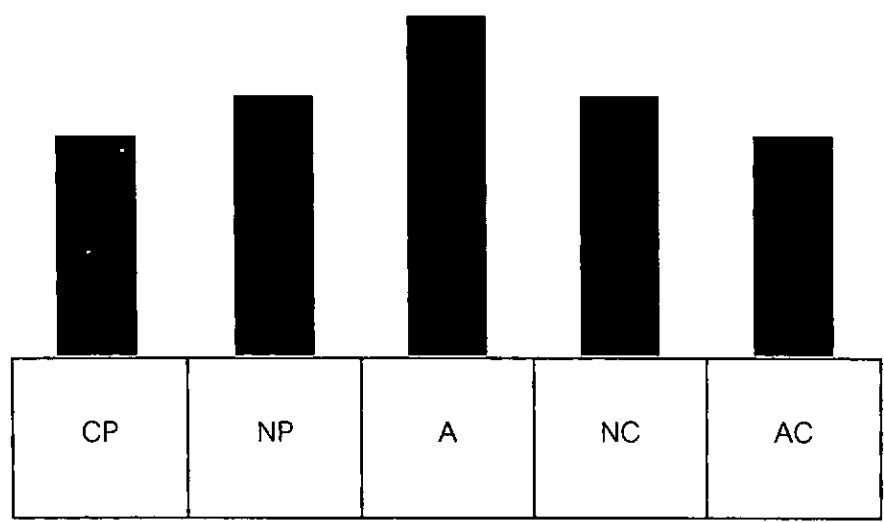
1. การลด CP โดยการลดการวิพากษ์วิจารณ์คนอื่นโดยไม่มีหลักการ เหตุผลและความเมตตา ลดการใช้กฎระเบียบบังคับคนอื่น มีความยืดหยุ่น ยอมรับความคิดเห็นและคุณค่าของผู้อื่นบ้าง

2. การเพิ่ม NP ให้สูงขึ้น โดยมีความเมตตา เห็นใจ ให้อภัย และช่วยเหลือผู้อื่นอย่างยุติธรรมและเสมอภาค

3. มีทัศนคติที่ดีต่อการทำงานเป็นกลุ่ม โดยมีความเชื่อว่า การสร้างทีมงาน การกระจายอำนาจ และการให้บุคคลอื่นทุกระดับได้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น วางนโยบาย และปฏิบัติงานอย่างเสมอภาคตามหลักประชาธิปไตย คือ วิถีทางในการพัฒนาองค์กรและตัวบุคคลได้ดีที่สุด

4. หลีกเลี่ยงเผด็จการทุกชนิด เช่น การแนะนำ การชี้แนะ และการควบคุมบังคับ

เอกสารประกอบการบรรยาย
รูปภาพแผนภูมิภาวะตัวตนของบุคลิกภาพ (Egogram) ของผู้มีสุขภาพจิตดี



แผนภูมิแสดงบุคลิกภาพของคนที่มีบุคลิกภาพดี คือ คนที่มีสุขภาพจิตดี มีความเป็นผู้นำ มนุษยสัมพันธ์ดี และมีการปรับตัวที่ดี ควรมีความสมดุลย์ของแต่ละภาวะตัวตน คือ มีลักษณะของแผนภูมิแสดงบุคลิกภาพเป็นรูปประฆังคว่ำ (Bell-Shaped Egogram) ซึ่งเป็นสิ่งที่แสดงถึงบุคลิกภาพที่มีความสมดุลย์ของการกระจายของระบบพลังงานทางจิตวิทยา

ในกราฟแต่ละแท่งจะใช้สัญลักษณ์เหมือนกับโครงสร้างบุคลิกภาพ คือ CP แทน ภาวะพ่อแม่ที่ชอบวิจารณ์ NP แทน ภาวะพ่อแม่ที่ทนุถนอม A แทน ภาวะผู้ใหญ่ NC แทน ภาวะเด็กตามธรรมชาติ AC แทน ภาวะเด็กที่ได้รับการขัดเกลา พลังที่มีอยู่ในภาวะตัวตนเหล่านี้สามารถถ่ายทอดไปมาสู่กันได้

ดูเชย์ กล่าวว่าเราควรใช้แผนภูมิแสดงบุคลิกภาพนี้เป็นเครื่องมือในการที่จะพยายามเข้าใจตัวเราเอง และผู้อื่นให้ดีขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการเปลี่ยนแปลงและความเจริญงอกงามในตัวเราหรือในผู้อื่น

ครั้งที่ 5

เรื่อง พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ : การวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
วัตถุประสงค์เพื่อให้

1. อธิบายรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. สามารถวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

สื่อการฝึก

1. เอกสารประกอบการบรรยายการวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. เครื่องฉายแผ่นใส

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นนำ ผู้วิจัยกล่าวนำเข้าสู่การวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับขั้น ดังนี้

2.1 อธิบายรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยใช้รูปภาพจากเอกสารประกอบการบรรยาย

2.2 อธิบายพร้อมยกตัวอย่างเกี่ยวกับรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ได้แก่ การติดต่อสัมพันธ์ที่รับกัน การติดต่อสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน และการติดต่อสัมพันธ์ที่แลกเปลี่ยนความรู้สึกที่แท้จริง

2.3 ให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม เพื่อแสดงบทบาทสมมติที่ไม่ได้กำหนดบทบาทในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นในรูปแบบต่างๆ ตามสถานการณ์ที่นักศึกษาร่างขึ้น

2.4 ให้นักศึกษาที่แสดงบทบาทตามที่นักศึกษาร่างสถานการณ์ขึ้น บอกความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้แสดง

2.5 ให้นักศึกษาร่วมกันวิเคราะห์บทบาทสมมติที่แสดงถึงรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการตั้งใจฟังขณะที่ผู้วิจัยอธิบาย
2. สังเกตจากการร่วมมือในการแสดงและวิเคราะห์บทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่ไม่ได้กำหนดบทบาท
3. สังเกตจากการเสนอความคิดเห็น การตอบคำถามและร่วมสรุปสิ่งที่ได้จากการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ใบงาน

1. ให้นิสิตแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม เพื่อแสดงบทบาทสมมติที่ไม่ได้กำหนดบทบาทในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นในรูปแบบต่างๆ ตามสถานการณ์ที่นิสิตสร้างขึ้น
2. ให้นิสิตที่แสดงบทบาทตามที่นิสิตสร้างสถานการณ์ขึ้น บอกความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้แสดง
3. ให้นิสิตร่วมกันวิเคราะห์บทบาทสมมติที่แสดงถึงรูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
4. ให้นิสิตเขียนถึงประโยชน์ที่ได้จากการฝึกครั้งนี้

[illegible]

ประโยชน์ที่ได้จากการฝึกครั้งนี้

[illegible]

เอกสารประกอบการบรรยาย การวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลช่วยให้เราวิเคราะห์บุคลิกภาพของบุคคลได้ โดยสังเกตคำพูดที่บุคคลนั้นได้สื่อสารตลอดจนท่าทางที่แสดงออกมา รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลแบ่งได้เป็น 3 รูปแบบ ดังนี้

1. การสื่อสารสัมพันธ์ที่รับกัน (Complementary or Parallels Transaction)

จะมีลักษณะถ้อยที่ถ้อยอาศัยผู้สื่อสารคาดหวังว่า จะได้รับการตอบสนองจากบุคคลที่ตนสื่อสารอย่างไร ก็ได้รับการตอบสนองตามคาดหวังไม่ขัดแย้งกัน การวิเคราะห์จากทิศทางของการสื่อสาร ลูกศรจะขนานกัน ไม่ตัดข้ามกัน การสื่อสารสัมพันธ์แบบนี้ไม่ส่งผลกระทบด้านสัมพันธภาพผู้สื่อสารสัมพันธ์จะสื่อสารกันไปได้อย่างเรื่อย ๆ

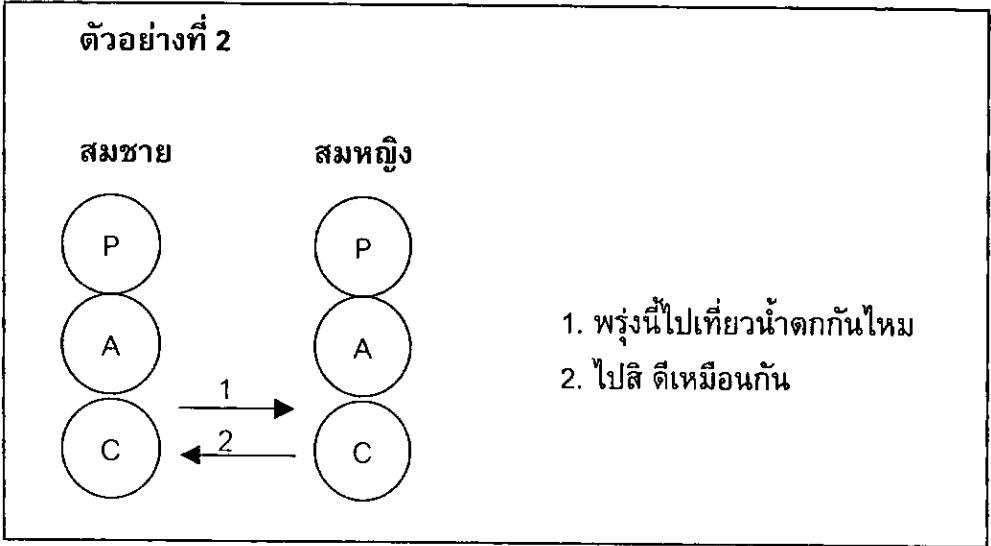
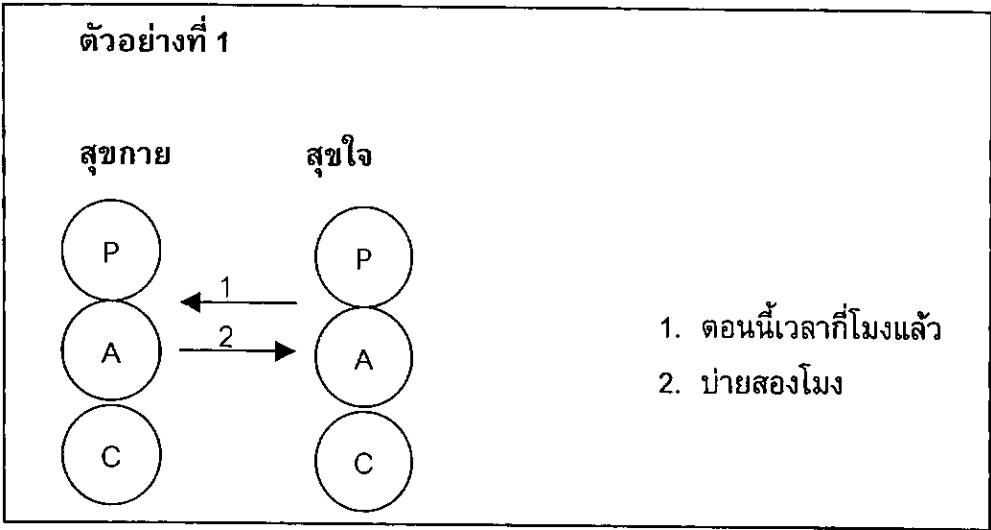
2. การสื่อสารสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน (Crossed Transaction)

มักก่อให้เกิดสัมพันธภาพทางด้านลบ เกิดการขัดแย้งกัน มักทำให้การสื่อสารสัมพันธ์ต้องหยุดชะงักไม่สามารถดำเนินต่อไปได้ หรือได้เพียงช่วงสั้น ๆ เพราะผู้สื่อสารสัมพันธ์ไม่ได้รับการตอบสนองจากบุคคลที่ตนมีปฏิสัมพันธ์ด้วยดังที่คาดหวังไว้ ทิศทางของลูกศรจะตัดข้ามกัน

3. การสื่อสารสัมพันธ์ที่มีนัยเคลือบแฝง (Ulterior Transaction)

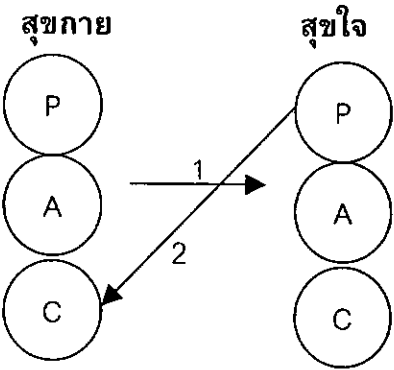
เป็นการสื่อสารสัมพันธ์ที่ผู้สื่อสารใช้วาจาหรือแสดงพฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้อย่างหนึ่ง แต่ความต้องการที่แท้จริงเคลือบแฝงไว้เป็นอย่างหนึ่ง เพราะผู้สื่อสารทราบวา พฤติกรรมหรือวาจาที่เขาแสดงออกเป็นสิ่งที่สังคมยอมรับเปิดเผยได้ ส่วนความต้องการที่แท้จริงนั้นเปิดเผยโดยตรงไม่ได้ สามารถสังเกตได้จากท่าทางและพฤติกรรมอื่น ๆ ที่แสดงออกมาซึ่งไม่สอดคล้องกับวาจาที่สื่อสารออกมา

รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ที่รับกัน



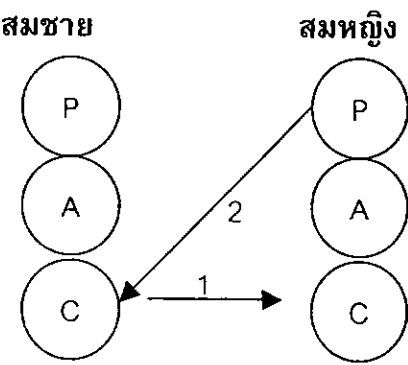
รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน

ตัวอย่างที่ 1



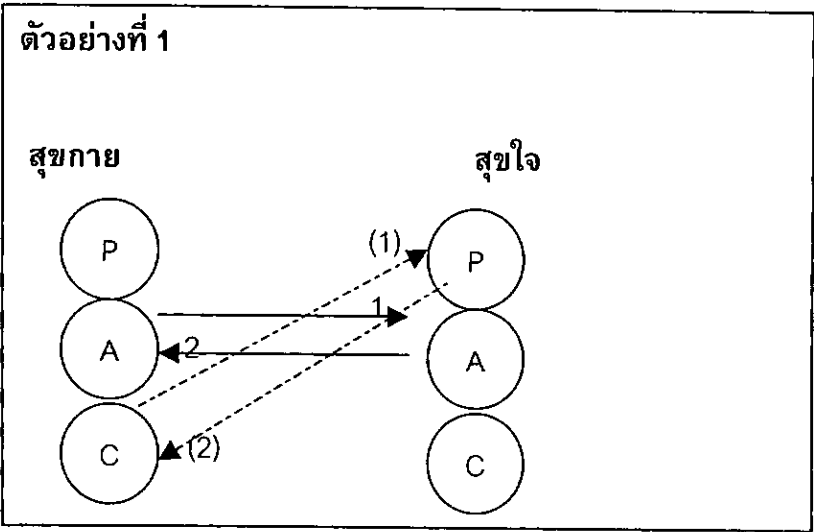
- 1. ตอนนี้เวลาก็โมงแล้ว
- 2. มีตาก็ดูเอาเองซิ

ตัวอย่างที่ 2

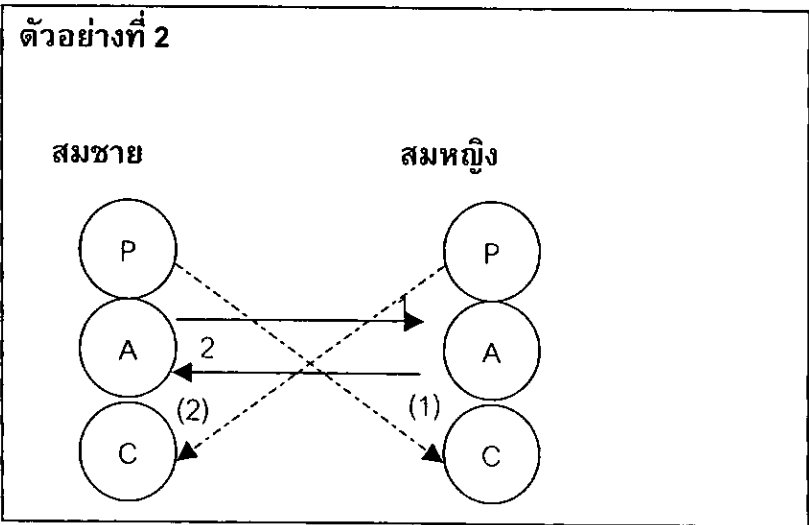


- 1. พรุ่งนี้ไปเที่ยวหน้าดกกันไหม
- 2. วันๆ คิดแต่เรื่องเที่ยว

รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ที่แอบแฝงความรู้สึกที่แท้จริง



- 1. ลูกศรทึบ : เมื่อที่เรารายงานหน้าชั้น เป็นใจบ้าง
- (1) ลูกศรประ : พูดไม่ค่อยรู้เรื่องใช่ไหม
- 2. ลูกศรทึบ : ก็ดีนี่
- (2) ลูกศรประ : จะหลับซะให้ได้



- 1. ลูกศรทึบ : ดีใจด้วยนะ ที่ได้ A วิชาภาษาอังกฤษ
- (1) ลูกศรประ : สงสัยจะฟลุ๊ค
- 2. ลูกศรทึบ : ขอบใจนะ
- (2) ลูกศรประ : อิจฉาใช่ไหมล่ะ

ครั้งที่ 6

เรื่อง พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ : การวิเคราะห์การใส่ใจ

วัตถุประสงค์เพื่อให้ นิสิต

1. อธิบายความหมายและรูปแบบการใส่ใจ
2. บอกถึงประโยชน์ของการใส่ใจและการนำไปใช้ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

สื่อการฝึก

1. เอกสารประกอบการบรรยาย
2. เครื่องฉายแผ่นใส
3. เอกสารสถานการณ์ จำนวน 4 สถานการณ์

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นนำ ผู้วิจัยทบทวนการวิเคราะห์ทัศนคติ และกล่าวนำสู่การวิเคราะห์การใส่ใจ
2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยดำเนินตามลำดับ ดังนี้
 - 2.1 อธิบายถึงความหมายและรูปแบบของการใส่ใจซึ่งกันและกัน
 - 2.2 ให้นิสิตแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่มเพื่อฝึกปฏิบัติการใส่ใจกับผู้อื่นตามสถานการณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
 - 2.3 ให้นิสิตร่วมกันวิเคราะห์บทบาทการใส่ใจที่เพื่อนแสดง โดยพิจารณาทั้งภาษาถ้อยคำและ

ภาษาท่าทาง

- 2.4 ให้นิสิตแสดงความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับการแสดงออกของตนเองในการใส่ใจต่อผู้อื่น
- 2.5 ให้นิสิตร่วมกันอภิปรายถึงการใส่ใจและการนำไปใช้ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมี

มนุษยสัมพันธ์

3. ขั้นสรุป นิสิตร่วมกันสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตการตั้งใจฟังขณะที่ผู้วิจัยบรรยาย
2. สังเกตการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็นในการฝึกจากสถานการณ์ที่กำหนด
3. สังเกตการร่วมมือในการแสดงความคิด ความรู้สึกของตนเองและร่วมในการวิเคราะห์บทบาทของเพื่อน
4. สังเกตการสรุปสิ่งที่ได้จากการใส่ใจที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

ใบงาน

1. ให้นิสิตฝึกปฏิบัติการใส่ใจกับผู้อื่นตามสถานการณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
2. ให้นิสิตร่วมกันวิเคราะห์บทบาทการใส่ใจที่เพื่อนแสดง โดยพิจารณาทั้งภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง
3. ให้นิสิตแสดงความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับการแสดงออกของตนเองในการใส่ใจต่อผู้อื่น
4. ให้นิสิตร่วมกันอภิปรายถึงการใส่ใจและการนำไปใช้ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
5. ให้นิสิตเขียนถึงประโยชน์ที่ได้จากการฝึกครั้งนี้

สถานการณ์ที่ 1

ขณะที่ดวงใจกำลังเดินไปห้องสมุด ก็เดินผ่านอาคารเรียนรวม ซึ่งพบกับมารศรีกับวันเพ็ญกำลังคุยกันถึงเรื่องจะไปเที่ยวต่างจังหวัดในอาทิตย์ที่จะถึงนี้ และก็เรียกดวงใจเพื่อจะถามว่าจะไปด้วยหรือไม่ ถ้านิสิตเป็นดวงใจนิสิตจะพูดว่าอย่างไร

สถานการณ์ที่ 2

ในชั่วโมงเรียนวิชาภาษาอังกฤษ อาจารย์ชมน้ำหอมว่าพูดภาษาอังกฤษได้ดีที่สุดในห้อง ในขณะที่ศิริพูดไม่ค่อยได้และถูกอาจารย์ตำหนิเสมอ รวมทั้งบางครั้งก็มีเพื่อนบางคนหัวเราะเยาะด้วย นิสิตจะพูดอย่างไรกับศิริและน้ำหอม

สถานการณ์ที่ 3

บ้ายวันหนึ่งสมศรี บอกกับวันเพ็ญว่าตนเองกำลังกลุ้มใจมาก เพราะวันนี้ได้รับโทรศัพท์จากต่างจังหวัดว่าแม่ป่วยหนักต้องเข้าโรงพยาบาลและจำเป็นต้องใช้เงินจำนวนมาก ซึ่งสมศรีก็มีฐานะไม่ค่อยดีนัก ถ้านิสิตเป็นวันเพ็ญ นิสิตจะพูดอย่างไร

สถานการณ์ที่ 4

ถ้านิสิตและเพื่อนๆ ในกลุ่ม ได้ส่งบทความเข้าประกวดในโครงการเพื่อเยาวชนโครงการหนึ่ง แต่ปรากฏว่าเพื่อนสนิทของนิสิตได้รับรางวัล โดยที่นิสิตไม่ได้รับรางวัลอะไรเลย นิสิตจะทำอย่างไร

เอกสารประกอบการบรรยาย การใส่ใจ (Stroke)

การใส่ใจ คือ การกระทำใด ๆ ซึ่งได้รับจากผู้อื่นที่ยื่นให้ เพื่อการติดต่อหรือรับการติดต่อของบุคคลหนึ่งกับอีกบุคคลหนึ่ง อาจจะออกมาในรูปการกระทำ คือ พฤติกรรมภายนอก ได้แก่ การพูด การยิ้ม การมองตา ฯลฯ หรือพฤติกรรมภายในซึ่งได้แก่ การคิด การฝัน การพอใจ ฯลฯ

การใส่ใจเป็นพื้นฐานของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการแลกเปลี่ยนการใส่ใจจะก่อให้เกิดการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ความต้องการที่จะได้รับการยอมรับและการใส่ใจ

นักจิตวิทยาในกลุ่มการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเชื่อว่า บุคคลมีแรงจูงใจเบื้องต้นในการแสดงพฤติกรรมอยู่ 2 อย่าง คือ ก) แรงจูงใจที่เกี่ยวกับความต้องการทางด้านร่างกาย ข) แรงจูงใจที่เกี่ยวกับความต้องการด้านจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับ สปิทซ์ (พรรณราย ทริพย์ประภา 2532 : 55 ; อ้างอิงมาจาก Spitz. 1945) ที่กล่าวว่า การแลกเปลี่ยนความเอาใจใส่ทั้งด้านร่างกายและจิตใจเป็นส่วนสำคัญยิ่งในพัฒนาการของคน และเป็นศูนย์กลางของความต้องการของคนด้วย ส่วนการขาดแคลนความเอาใจใส่ย่อมจะนำไปสู่ความเสื่อมโทรมทางด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ สำหรับความต้องการที่ได้รับการเอาใจใส่นี้ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2531 : 100) กล่าวว่า นอกจากจะได้รับการสัมผัสและต้องทางกายแล้ว ยังสามารถแสดงออกมาในรูปสัญลักษณ์อื่น ๆ เช่น การยิ้มให้ การทักทาย การมอง การใช้คำพูด การแสดงออกทางสีหน้าท่าทาง

ประเภทของการยอมรับและการเอาใจใส่ แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

(อาภา จันทรสกุล 2535 : 181-185 ; พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา 2525 : 135-136)

1. การยอมรับและการเอาใจใส่ทางบวก (Positive Stroke) แบ่งออกเป็นประเภทย่อย ๆ ได้ 2 ประเภท คือ

1.1 การยอมรับและการเอาใจใส่ทางบวกอย่างปราศจากเงื่อนไข (Unconditional Positive Stroke หรือ Positive for Being) เป็นการยอมรับและการเอาใจใส่ทางบวกที่ทำให้บุคคลรู้สึกตัวเขามีความหมายในฐานะที่เป็นตัวเขาเอง ช่วยให้บุคคลรู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง และมีทัศนคติต่อโลกภายนอกและบุคคลอื่นในแง่บวก การยอมรับและการเอาใจใส่แบบบวกอย่างปราศจากเงื่อนไขนี้ ในวัยเด็กเล็กเป็นสิ่งที่จำเป็นและมีอิทธิพลมาก ช่วยให้เด็กพัฒนาความรู้สึก "I'm OK - You're OK" ขึ้น รู้จักรักและยอมรับบุคคลอื่นอย่างจริงใจ โดยไม่ต้องพิจารณาถึงองค์ประกอบอื่น ๆ เช่น รูปร่างหน้าตา ตำแหน่งฐานะทางเศรษฐกิจ ฯลฯ ตัวอย่างของการยอมรับแบบนี้ เช่น บุคคลที่รักเด็ก รู้สึกว่าเด็กมีความบริสุทธิ์ ยังช่วยตัวเองไม่ได้ความรักเด็กของเขาจะไม่เลือกว่าเด็กคนนั้นจะหน้าตาอย่างไร แต่งกายสะอาดหรือซุกซนแค่ไหน ตัวอย่างของการสื่อสารสัมพันธ์ทางวาจาที่แสดงถึงการยอมรับทางบวกอย่างปราศจากเงื่อนไข เช่น "คุณเป็นคนที่น่าสนใจ ผมอยากเป็นเพื่อนกับคุณ " "แม่รักลูก เป็นห่วงลูกนะจ๊ะ " "ไม่ว่าคุณจะทำอะไร ผมเชื่อมั่นว่าคุณจะทำได้ดีที่สุด " ฯลฯ

1.2 การยอมรับและการเอาใจใส่ทางบวกอย่างมีเงื่อนไข (Conditional Positive Stroke หรือ Positive for Doing) เป็นการยอมรับและการเอาใจใส่ทางบวกโดยมีเงื่อนไขขึ้นอยู่กับ การกระทำหรือคุณสมบัติของบุคคล ในสังคมบุคคลที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานสูง หรือบุคคลที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี มักได้รับการยอมรับและการเอาใจใส่ทางบวกจากบุคคลอื่น ๆ มาก เป็นการยอมรับในแง่ของคุณสมบัติหรือองค์ประกอบของบุคคลไม่ใช่ในตัวบุคคล การยอมรับทางบวกอย่างมีเงื่อนไขจึงเหมือนการยอมรับภายหลังการตัดสินใจพิจารณาถึงการกระทำหรือคุณสมบัติของบุคคลแล้ว ลักษณะการยอมรับชนิดนี้ เช่น "แม่จะรักและภูมิใจลูกมาก ถ้าลูกช่วยอธิบายการบ้านให้หน่อย" " ถ้าทีมของเราชนะทีมโรงเรียนอื่น ครูจะภูมิใจมากและให้หยุดซ้อมได้ 1 สัปดาห์" ฯลฯ

การใส่ใจในแง่บวกมักแสดงออกมาในรูปของการสื่อสารสัมพันธ์ที่รับกัน (Complementary Transaction) การใส่ใจทางบวกจะช่วยให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่า ชีวิตมีความหมาย ยอมรับบุคคลอื่น การแสดงออกจะเหมาะสมและสอดคล้องกับสภาพการณ์ อันจะเป็นการพัฒนาตนเองไปสู่ตำแหน่งชีวิตที่ว่า I'm OK - You're OK

การใส่ใจในแง่บวก สามารถแสดงออกได้หลายลักษณะ เช่นการยกย่องชมเชยเกี่ยวกับความสามารถของบุคคล การให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับบุคคลหรือการแสดงออกถึงความรัก เป็นต้น

2. การยอมรับและการเอาใจใส่ทางลบ (Negative Stroke) เป็นการยอมรับที่ก่อให้เกิดผลเสียทางด้านสุขภาพจิต ทำให้บุคคลรู้สึกว่า "I'm not OK" ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีความสามารถเพียงพอ แต่การยอมรับและเอาใจใส่ทางลบก็ยิ่งดีกว่าการไม่ได้รับการเอาใจใส่ใด ๆ เลย หรือการเพิกเฉย ทั้งนี้เพราะจะทำให้บุคคลรู้สึกว่าชีวิตของตนปราศจากความหมายใด ๆ บุคคลทุกคนต้องการการยอมรับและการเอาใจใส่ ถ้าไม่ได้รับการเอาใจใส่ทางบวกอย่างเพียงพอเขาก็จะพยายามแสวงหาการเอาใจใส่ทางลบเพื่อเรียกร้องความสนใจ ในโรงเรียนเราจะพบเสมอว่านักเรียนที่ชอบฝ่าฝืนกฎระเบียบของโรงเรียน ชอบทำเสียงดังในห้องเรียน หรือชอบทำเสียงล้อเลียนครู เพราะต้องการแสวงหาการยอมรับและการเอาใจใส่ เมื่อไม่เคยได้ทางบวก ก็จะพยายามแสวงหาทางลบ บุคคลที่เติบโตขึ้นมาโดยได้รับประสบการณ์ของการเอาใจใส่ทางลบ คือ การลงโทษ ว่ากล่าวตำหนิ คอยจับผิด หรือพ่อแม่จะเอาใจใส่ต่อเขามีเวลาให้เขาก็ต่อเมื่อเขาทำผิด จึงจะหันมาสนใจ ว่ากล่าวตักเตือนลงโทษ บุคคลประเภทนี้จะมี "เทป" ที่คอยบอกตนเองว่า "I'm not OK" และเมื่อเขาต้องการการยอมรับและการเอาใจใส่จากบุคคลอื่น เขาจะแสวงหาโดยการแสดงพฤติกรรมทางลบ เพราะเป็นการเอาใจใส่ที่เขาได้รับจนเคยชิน และเชื่อว่าเหมาะสมกับตนเอง คือ การเอาใจใส่ทางลบ และแม้คนอื่นจะให้การเอาใจใส่ทางบวกต่อเขา เขาก็จะไม่เชื่อว่าเป็นไปด้วยความจริงใจ เนื่องจากเขาไม่เชื่อว่าตัวเขามีคุณค่าทางบวกที่น่าสนใจ

การยอมรับและการเอาใจใส่ทางลบ แบ่งออกเป็นประเภทย่อย ๆ ได้ 2 ประเภท เช่นเดียวกับการยอมรับและการเอาใจใส่ทางบวก คือ

2.1 การยอมรับและการเอาใจใส่ทางลบอย่างมีเงื่อนไข (Conditional Negative Stroke หรือ Negative for Doing) เป็นการยอมรับและการเอาใจใส่ทางลบโดยมีเงื่อนไขขึ้นอยู่กับกระทำหรือคุณสมบัติของบุคคล การยอมรับทางลบชนิดนี้ยังถือว่าไม่ใช่ประเภทที่รุนแรงนัก เพราะเมื่อบุคคลเปลี่ยนแปลงการกระทำของตนเอง หรือเมื่อทำผิด แก้ไขให้ถูกต้อง ก็ย่อมได้รับการยอมรับทางบวกตามมา ตัวอย่างการยอมรับทางลบอย่างมีเงื่อนไข เช่น การลงโทษ เมียนดี เมื่อเด็กทำผิด การตำหนิด้วยวาจาทำทาง ต่อพฤติกรรมที่ไม่ดีต่าง ๆ เช่น เขี่ยขี้ริมฝึปาก จ้องมองด้วยแววตาไม่พอใจ หรือโดยการใช้วาจาตำหนิ เช่น " คุณทำงานนี้ผิดเป็นครั้งที่สามแล้วนะ นี่ผมจะทนความเลินเล่อของคุณไปถึงไหน " " พอ ๆ หยุด ๆ คุณทำทุกอย่างพังหมดแล้ว "

2.2 การยอมรับและการเอาใจใส่ทางลบอย่างปราศจากเงื่อนไข (Unconditional Negative Stroke หรือ Negative for Being) เป็นการยอมรับทางลบเกี่ยวกับบุคคล การยอมรับทางลบอย่างปราศจากเงื่อนไข เป็นการสื่อสารสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดผลลบอย่างรุนแรง ตัวอย่างของการยอมรับทางลบอย่างปราศจากเงื่อนไข เช่น แม่ที่เกลียดลูก ไม่ต้องการลูกตั้งแต่เกิด เพราะถูกสามีทอดทิ้ง หรือบุคคลที่มีทัศนคติว่าคนแก่ไม่มีประโยชน์ ไม่เป็นที่ต้องการของสังคม ฯลฯ ตัวอย่างการสื่อสารสัมพันธ์ทางวาจาของการเอาใจใส่ทางลบอย่างปราศจากเงื่อนไข เช่น " ฉันไม่ถูกชะตา contigo ตั้งแต่พบคุณครั้งแรก อย่ามายุ่งกับฉันดีกว่า " " ฉันไม่มีเวลาสำหรับคนอย่างคุณ " " เด็กสลัมก็เป็นอย่างนั้นแหละ ฉันไม่คิดว่าใครจะช่วยให้เขาดีขึ้นได้ " " ไม่ว่าคุณจะทำอย่างไร ผมก็ไม่มีวันเปลี่ยนความคิดเกี่ยวกับตัวคุณให้ดีขึ้นได้ " ฯลฯ

3. การยอมรับและการเอาใจใส่แบบคละ (Mixed Stroke) เป็นการสื่อสารสัมพันธ์ที่แสดงให้เห็นถึงการเอาใจใส่ทั้งทางบวกและลบปนกัน เนื่องจากบุคคลหลักเลี้ยงที่จะใช้การเอาใจใส่ทางลบไปตรง ๆ อย่างเดียว เพราะทราบว่าสังคมไม่ยอมรับ จึงเลี้ยงโดยการใช้อยอมรับแบบคละ ข้อสังเกตของการยอมรับแบบคละ คือ แนวโน้มผู้ใช้มักมีทัศนคติทางลบอยู่ ตัวอย่างของการสื่อสารสัมพันธ์ทางวาจาที่เป็นการยอมรับแบบคละ เช่น " คุณเอนก งานนี้เป็นฝีมือคุณหรือ เก่งนี้ ผมแทบไม่เชื่อเลยว่า你会ทำได้ขนาดนี้ " " ดีใจจังที่เธอสอบชิงทุนได้ นี่คงฟลุคขนาดไหนกะ เพราะฉันเห็นคนเก่ง ๆ เยอะเชียว "

จากแนวคิดที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การใส่ใจคือ การกระทำใด ๆ ของบุคคลต่ออีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งก่อให้เกิดความรู้สึกยินดี พอใจหรือต่ำต้อยน้อยใจ การแลกเปลี่ยนการเอาใจใส่ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจจากผู้อื่นเสมอ ต้องการที่จะกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อแสวงหาการเอาใจใส่จากผู้อื่นและให้ความสนใจผู้อื่นตลอดเวลา การยอมรับและการเอาใจใส่แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ การเอาใจใส่ในแง่บวก การเอาใจใส่ในแง่ลบและการเอาใจใส่ในแบบคละ การเอาใจใส่ในแง่บวกจะช่วยให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่า มีชีวิตมีความหมาย

ครั้งที่ 7

เรื่อง พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ : การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
วัตถุประสงค์

เพื่อให้นิสิตได้เรียนรู้และฝึกหัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์โดยการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

สื่อการฝึก เอกสารสถานการณ์ที่กำหนดให้

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นนำ ผู้วิจัยกล่าวนำเข้าสู่การสรุปทุกชั้นตอนที่ได้ฝึกมา
2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับ ดังนี้
 - 2.1 ให้นิสิตแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม เพื่อแสดงบทบาทสมมติตามที่ผู้วิจัยสร้างสถานการณ์ขึ้น
 - 2.2 ให้นิสิตร่วมกันวิเคราะห์และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ที่เพื่อนแสดง โดยให้วิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ การวิเคราะห์รูปแบบการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การวิเคราะห์ทัศนะชีวิต การวิเคราะห์การใส่ใจ โดยพิจารณาทั้งภาษาถ้อยคำและท่าทาง
 - 2.3 ให้นิสิตยกตัวอย่างประสบการณ์ที่นิสิตเคยประสบมา โดยเขียนเป็นบทสนทนาด้วยภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง

3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นิสิตร่วมกันสรุปเกี่ยวกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ตามการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตการแสดงบทบาทสมมติ
2. สังเกตจากการวิเคราะห์บทบาทสมมติที่เพื่อนแสดง
3. สังเกตจากการสรุปเกี่ยวกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

ครั้งที่ 8

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

เพื่อสรุปผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

สื่อการฝึก เนื้อเพลง

วิธีดำเนินการ โดยผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1. ให้นิสิตสรุปเกี่ยวกับพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
2. ให้นิสิตสรุปถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ตลอดจนการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน
3. กล่าวขอบคุณในความร่วมมือของนิสิตและกล่าวปิดการทดลองด้วยเพลง “ก่อนจะจากกันไป”

การประเมินผล

1. สังเกตการสรุปผลการศึกษาการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์
2. สังเกตการสรุปประโยชน์และการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ก่อนจะจากกันไป

ก่อนจะจากกันไป ขอฝากใจไว้กับทุกๆ ท่าน (ซ้ำ) ถึงตัวไปใจนั้น ไม่แปรผันและห่างไกล
แม้ว่าเราจากกัน ไม่ช้าพลันคงจะพบกันใหม่ (ซ้ำ) ขอโชคดีมีชัย หมดทุกข์ โรคภัย ตลอดกาล
(ร้องซ้ำ 3 รอบ)

แบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

คำชี้แจงในการตอบ

- 1. แบบวัดฉบับนี้เป็นแบบวัดความคิดเห็นเกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมของท่าน ไม่มีข้อใดถูกหรือผิด ขอให้ตอบตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด โดยคำตอบที่ได้รับจากท่านจะถือเป็นความลับและผลการศึกษาจะนำเสนอในลักษณะของภาพรวม ซึ่งไม่ส่งผลกระทบก่อให้เกิดความเสียหายต่อท่านได้
- 2. แบบวัดนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้
 - ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบวัด
 - ตอนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

ตอนที่ 1

ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบวัด

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อที่ตรงกับคุณสมบัติของท่าน และ/หรือ เติมข้อความลงในช่องว่างให้ครบถ้วนสมบูรณ์

ชื่อ-นามสกุล.....

คณะ/สาขา.....วิชาเอก.....ชั้นปีที่.....

☐ ที่อยู่ปัจจุบันที่สามารถติดต่อได้.....

.....

..... โทร.....

☐ หอพักห้องเลขที่..... โทร.....

หมายเหตุ เบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้สะดวก

โปรดพลิกด้านหลัง➡

ตอนที่ 2

แบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย X ลงบนอักษรตัวเลือกของแต่ละข้อ คือ ก หรือ ข หรือ ค หลังจากนิสิตอ่านข้อความในแต่ละสถานการณ์แล้วสมมติว่าเมื่อนิสิตอยู่ในสถานการณ์เช่นนั้นนิสิตจะเลือกปฏิบัติตามข้อใดมากที่สุด

- เมื่อมีการประกาศผลสอบสุดาได้ชวนกานดาไปดูผลการสอบ ปรากฏว่าสุดาได้คะแนนสูงที่สุด และมากกว่ากานดาอยู่ 2 คะแนน เพื่อนๆ คนอื่นเข้าไปแสดงความยินดีกับสุดา ถ้านิสิตเป็นกานดา นิสิตจะอย่างไร
 - ตบไหล่สุดาเบาๆ แล้วกล่าวว่า “คะแนนสอบวิชานี้เธอฟลุคหรือเปล่า”
 - จับมือสุดาพร้อมกล่าวว่า “ดีใจด้วยนะเธอเก่งจังเลย”
 - ทำท่าเฉยๆ แล้วกล่าวว่า “ฉันได้คะแนนน้อยกว่าเธอเพียง 2 คะแนน”
- หลังจากเลิกเรียนหัวหน้าห้องได้นัดประชุมเพื่อนๆ ในห้องเรียนเรื่องการแข่งขันกีฬาระหว่างมหาวิทยาลัย และเพื่อนๆ ได้เสนอสมภพผู้ที่มีความสามารถด้านกีฬาเป็นผู้ฝึกซ้อม ถ้านิสิตเป็นสมภพนิสิตจะอย่างไร
 - กล่าวกับเพื่อนในกลุ่มว่า “เรายินดีซ้อมให้และขอใจเพื่อนๆ มากนะที่เห็นว่าเรามีความสามารถ”
 - ทำท่าเฉยๆ แล้วกล่าวว่า “ฉันซ้อมให้ก็ได้”
 - รีบปฏิเสธกับเพื่อนและกล่าวว่า “เลือกคนอื่นแทนดีกว่า”
- ขณะที่กำลังรออาจารย์เข้าสอนในชั่วโมงต่อไป แสนภูมิชอบเล่าเรื่องตลกให้เพื่อนๆ ฟัง ปิติเป็นเพื่อนในกลุ่มเดียวกันเคยฟังเรื่องนี้มาแล้ว ถ้านิสิตเป็นปิติจะอย่างไร
 - พูดกับแสนภูมิว่า “ไม่มีเรื่องอื่นจะเล่าแล้วใช่ไหม”
 - พูดกับเพื่อนในกลุ่มว่า “เราฟังเรื่องนี้เป็นครั้งที่ 2 แล้วนะจ๊ะ”
 - นั่งฟังแสนภูมิเล่าจนจบเรื่องแล้วพูดว่า “เราฟังเรื่องนี้แล้ว ซำทุกทีเลย”
- ขณะที่กำลังเรียนวิชาจิตวิทยาทั่วไป อาจารย์ประจำวิชาดังกล่าวได้ถามความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับวิชาดังกล่าวก่อนการเรียนการสอนเป็นครั้งแรกมานพตอบได้ซึ่งศักดิ์ชัยและเพื่อนในกลุ่มตอบไม่ได้ ถ้านิสิตเป็นศักดิ์ชัยจะอย่างไร
 - เดินเข้าไปจับแขนของมานพแล้วกล่าวว่า “เธอเก่งจังเลยนะ”
 - ทำท่าเฉยๆ พร้อมทั้งกล่าวว่า “เธอฟลุคหรือเปล่านี้”
 - ยิ้มให้แล้วกล่าวว่า “เธออ่านมาก่อนก็ตอบได้อยู่แล้ว”
- วันหนึ่งอาจารย์ประจำชั้นได้มอบหมายให้นิสิตช่วยกันจัดบอร์ดวันลอยกระทงหน้าห้องเรียน โดยใช้เวลา 2 อาทิตย์ สมชายไม่สามารถจัดบอร์ดได้และบอกกับปรีชาว่าจะต้องกลับบ้านต่างจังหวัดเพราะพ่อป่วย ถ้านิสิตเป็นปรีชาจะบอกกับสมชายว่าอย่างไร
 - มองสมชายในสายตาไม่พอใจแล้วกล่าวว่า “ทำอย่างนี้ก็เอาเปรียบคนอื่นซิ”
 - ตบไหล่สมชายเบาๆ และกล่าวว่า “เดี๋ยวเราใช้เวลาตอนเย็นทำงานกันก็ได้”
 - มองหน้าสมชายอย่างเห็นใจพร้อมกับกล่าวว่า “ไม่ต้องห่วงนะเดี๋ยวเราจัดแทนให้เอง”

6. ขณะที่ทุกคนรอเรียนในชั่วโมงต่อไป ทรงพลซึ่งเป็นเพื่อนร่วมกลุ่มเรียนของนิสิตเข้ามาในห้องเรียน ด้วยท่าทางเหน็ดเหนื่อย อ่อนเพลีย และดวงตาร่วงโรย นิสิตจะพูดกับทรงพลว่าอย่างไร
 - ก. “เธอไปทำอะไรมาเมื่อคืนคงเที่ยวตีกอล์ฟชื”
 - ข. “เธอไม่สบายหรือเปล่า ไปนอนห้องพยาบาลก่อนมัย”
 - ค. “อย่างนี้จะเรียนรู้เรื่องเธอ ควรไปพักดีกว่า”
7. สมบัติถูกอาจารย์เรียกเข้าไปพบตามลำพังและต่อว่าถึงงานกลุ่มที่ทำมานั้นผิดพลาดไม่ถูกต้อง ถ้านิสิตเป็นสมบัตินิสิตจะพูดว่าอย่างไร
 - ก. “คราวต่อไปผมจะระมัดระวังให้ดีกว่านี้ครับ”
 - ข. “ผมทำดีที่สุดแล้วครับ”
 - ค. “ทำกันหลายคนก็อย่างนี้แหละครับ”
8. กำพลเป็นคนที่ถูกน้อยไม่ค่อยมีเพื่อนมากนัก นิสิตซึ่งเป็นเพื่อนร่วมชั้นเรียนกับกำพลพยายามชวนกำพลออกไปเที่ยวบ้างในวันหยุด แต่ก็มักถูกปฏิเสธอยู่บ่อยๆ นิสิตจะพูดอย่างไรที่สามารถทำให้กำพลออกไปเที่ยวบ้าง
 - ก. “เรว่านายน่าจะออกไปเปิดหูเปิดตาบ้างนะ”
 - ข. “ทำตัวแบบนี้แล้วจะมีใครอยากคบด้วย”
 - ค. “เรว่าถ้านายไปครั้งนี้แล้วนายจะชอบและคงสนุกมากเลยนะ”
9. ก่อนปิดภาคเรียนนี้ปรีชาซึ่งเป็นหัวหน้าห้องได้นำโครงการค่ายอาสาพัฒนามาประกาศให้เพื่อนๆ ร่วมห้องได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมของโครงการดังกล่าวเพื่อนกลุ่มหนึ่งไม่ได้สนใจในกิจกรรมนี้เลยและยังพูดจายั่วยักด้วยเสียงอันดัง ถ้านิสิตเป็นปรีชานิสิตจะพูดกับพวกเขาว่าอย่างไร
 - ก. ทำเป็นไม่สนใจและพูดกับเพื่อนที่สนใจว่า “หากใครสนใจมาสมัครได้ที่เรานะ”
 - ข. ทำท่าโกรธและพูดว่า “ถ้าไม่สนใจก็อย่ารบกวนคนอื่นซิ”
 - ค. มองไปที่กลุ่มเพื่อนที่ส่งเสียงดังและยิ้มให้ก่อนพูดว่า “เรารู้แหละพวกเธอก็สนใจโครงการนี้เหมือนกัน เพราะโครงการดีๆ แบบนี้ ไม่ว่าใครๆ ก็สนใจกันทั้งนั้น”
10. พรุ่งนี้ทุกคนจะต้องรายงานหน้าชั้นเรียนในหัวข้อที่อาจารย์ได้มอบหมายให้แต่ละคน แต่ดวงดาวมีอาการตื่นเต้นและกลัวมากๆ จึงได้มาปรึกษากับสายทิพย์ ถ้านิสิตเป็นสายทิพย์นิสิตจะพูดว่าอย่างไร
 - ก. จับมือดวงดาวและพูดว่า “เราเชื่อว่าเธอต้องทำได้”
 - ข. ดบไหล่ดวงดาวเบาๆ แล้วพูดว่า “อย่าวิตกไปเลย ยังมีอีกหลายคนที่เป็นแบบเธอ”
 - ค. มองดวงดาวแล้วพูดว่า “เรื่องแค่นี้ถ้าเธอทำไม่ได้อีกหน่อยจะทำอะไรได้”

11. หลังจากเลิกเรียนจรรยาและรัตนากำลังนั่งคุยกันที่สนามหญ้าในหอพัก สักครู่หนึ่งยุพาซึ่งเป็นเพื่อนเรียนอยู่ในรุ่นเดียวกัน แต่ไม่สนิทกันเท่าใดนักเดินมาคนเดียวด้วยท่าทางหงอยเหงา ถ้านิสิตเป็นรัตน นิสิตจะอย่างไร
 - ก. ยิ้มให้ยุพาแล้วพูดว่า "ถ้าไม่มีธุระอะไรก็นั่งคุยกันที่นี่ก่อนซิ"
 - ข. พูดกับยุพาว่า "ท่าทางเหมือนป่วยเลย"
 - ค. มองเฉยๆ แล้วหันไปคุยกับจรรยาต่อไป
12. ขณะที่สาวิตรีกำลังจะเดินไปเข้าเรียนในวิชาต่อไปกับเพื่อนๆ หลังจากที่ได้รับประทานอาหารกลางวันเสร็จแล้ว บังเอิญพบกับดารณีเดินสวนมาและเกิดสะดุดตอไม้จนทำให้หกล้มสมุด หนังสือเรียนและสิ่งของที่ถือมาตกกระจัดกระจาย ถ้านิสิตเป็นสาวิตรี นิสิตจะอย่างไร
 - ก. มองดูแล้วพูดว่า "เป็นอะไรมากมี่ย" แล้วเดินต่อไป
 - ข. เดินผ่านไปเฉยๆ และหันมาคุยกับเพื่อนๆ ว่า "เดินยังงัย ชุ่มช้ำม"
 - ค. ก้มลงช่วยเก็บของและประคองดารณีให้ลุกขึ้น และพูดว่า "เดินไหวมี่ย และเจ็บตรงไหนหรือเปล่า"
13. อำไพเป็นคนชอบแต่งตัว และวันหนึ่งอำไพซื้อชุดใหม่สีแดงสด ซึ่ง นิสิตเห็นว่าไม่เหมาะกับสีผิวของอำไพ นิสิตจะพูดกับอำไพว่าอย่างไร
 - ก. หัวเราะและพูดว่า "เหมือนอีกาคาบพริกเลย"
 - ข. ยิ้มให้แล้วพูดว่า "เราว่าถ้าเสื้อสีอ่อนกว่านี้เธอจะดูผ่องมากเลยนะ"
 - ค. ทำท่าเฉยๆ แล้วพูดว่า "เราว่าชุดนี้เธอใส่แล้วไม่สวยนะ"
14. ขณะที่มาลัยกับสมศรีและเพื่อนๆ กำลังตั้งหน้าตั้งตาทำงานกลุ่มกันอยู่ มาลัยก็นึกขึ้นได้ว่าได้เวลารับประทานอาหารแล้ว จึงถามสมศรีว่าตอนนี้เป็นเวลาทำไ้หรือแล้ว ถ้านิสิตเป็นสมศรี นิสิตจะพูดว่าอย่างไร
 - ก. หันมาพูดสมศรีว่า "อีก 5 นาทีก็จะเที่ยงแล้วนะจ๊ะ"
 - ข. มองแล้วพูดว่า "คงหิวละซิ"
 - ค. พูดว่า "มีตาก็ดูเอาเองซิ"
15. ทีมมหาวิทยาลัยได้จัดงานสัมมนาวิชาการขึ้นมีผู้เข้าร่วมสัมมนาจากหลายหน่วยงานและหลายอาชีพ ผู้เข้าร่วมงานถามทางไปห้องน้ำกับนิสิตซึ่งเดินผ่านมาทางนั้นพอดี นิสิตจะอย่างไร
 - ก. ไม่บอกทางแล้วพูดว่า "ไม่ทราบค่ะ"
 - ข. ทำท่ารีบร้อนและพูดว่า "ถามเจ้าหน้าที่ที่ดูแลที่อยู่ตรงนั้นได้มี่ยคะ"
 - ค. ยิ้มให้แล้วพูดว่า "เดี๋ยวหนูบอกทางให้คะ เดินตรงไปแล้วเลี้ยวซ้ายก็ถึงแล้วค่ะ"

แบบวัดบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว

คำชี้แจงของแบบวัดนี้

- 1. แบบวัดนี้ต้องการทราบความรู้สึกและความคิดบางประการของนิสิตในแต่ละข้อไม่มีคำตอบว่าถูกหรือผิด คำตอบที่ดีที่สุด คือ คำตอบที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงของนิสิต
- 2. คำตอบของนิสิตจะไม่กระทบกระเทือนต่อนิสิตแต่อย่างใด ไม่ว่าทางตรงและทางอ้อม ขอให้ นิสิตตอบตามความเป็นจริงให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

การตอบแบบวัด

ขอให้นิสิตทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างในกระดาษคำตอบเพียงช่องใดช่องหนึ่งเพียงอย่าง เดียวให้ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงของนิสิตที่เกิดขึ้น ดังนี้

ข้อความ	จริง น้อยที่สุด	จริงบ้าง	จริง ปานกลาง	จริงมาก	จริง มากที่สุด
1. ข้าพเจ้ามักจะลืมสิ่งที่คนอื่นพูดกับข้าพเจ้าในทันทีทันใด					
2. ข้าพเจ้ามักจะร่วมอยู่ในกลุ่มเพื่อนซึ่งร่วมเป็นร่วมตายกันไม่ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้น					
3. ข้าพเจ้าชอบพูดที่หน้าชั้นหรือกลุ่มกิจกรรมในห้องเรียน					
4. ข้าพเจ้ามักทำอะไรให้หวาดเสียวหรือเสี่ยงอันตราย					
5. ข้าพเจ้าชอบเก็บความรู้สึกของตนไว้					
6. ข้าพเจ้าสนใจเรื่องธุรกิจการเมืองและสังคมมาก					
7. ข้าพเจ้าชอบเป็นผู้นำมากกว่าผู้ตาม					
8. ข้าพเจ้ามักตัดสินใจช้า					
9. ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความคิดรอบคอบ					
10. ข้าพเจ้าชอบอ่านนิยายเรื่องรักใคร่					
11. ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจในการพูดคุยกับคนที่เพิ่งรู้จักกันใหม่ๆ					
12. เมื่อมีอะไรเกิดขึ้นเพียงเล็กน้อยข้าพเจ้ามักจะกลุ่มอกกลุ่มใจ					
13. ข้าพเจ้ามักนั่งซึมและคิดอะไรอยู่คนเดียว					
14. ข้าพเจ้าไม่ชอบพูดต่อหน้าคนมากๆ					
15. ปกติข้าพเจ้าเป็นคนที่อารมณ์ขันเสมอ					
16. ข้าพเจ้ามีความว่องไวในการเคลื่อนไหว					
17. ข้าพเจ้าชอบการปฏิบัติและทดลอง					
18. ข้าพเจ้ารู้สึกไร้แรงผิตปกติโดยไม่มีสาเหตุ					
19. ข้าพเจ้ามักวิตกกังวลถึงอนาคต					
20. มีคนรู้จักและคุ้นหน้ากับข้าพเจ้ามาก					

ข้อความ	จริง น้อยที่สุด	จริงบ้าง	จริง ปานกลาง	จริงมาก	จริง มากที่สุด
21. ข้าพเจ้ามักปกปิดไม่ให้อื่นทราบว่าข้าพเจ้าเป็นคนขี้อาย					
22. ในขณะที่เครื่องเครียดหรือตื่นเต้น ข้าพเจ้าขาดการควบคุมตนเอง					
23. ข้าพเจ้าเป็นคนเข้าสังคมง่าย					
24. ข้าพเจ้ามีเพื่อนต่างเพศมาก					
25. ข้าพเจ้ามักจะล้มเลิกการทำงานเพราะคิดว่ามีความสามารถ ไม่เพียงพอ					
26. ข้าพเจ้าสนใจในการกีฬา					
27. ข้าพเจ้าชอบการละครและร้องเพลง					
28. ข้าพเจ้ามีความหวั่นเกรงที่จะเดินคนเดียวเข้าไปในห้องที่มี คนนั่งประชุมหรือคุยกันอยู่แล้ว					
29. ข้าพเจ้ามักจะขี้อวด					
30. เมื่ออยู่ในกลุ่มคนมาก ๆ ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจที่จะหาเรื่อง มาคุยกับคนอื่น					
31. ผู้คนมักทำให้ข้าพเจ้าผิดหวัง					
32. ข้าพเจ้าอยากเป็นนักแสดง					
33. ในเวลาที่ฉุกเฉินข้าพเจ้ามักจะทำอะไรที่กล้าหาญ					
34. ข้าพเจ้าเป็นคนน้ำตาออกง่าย					
35. ข้าพเจ้าเป็นคนเปิดเผยไม่อ้อมค้อม					
36. เมื่อมีคนมาจ้องมองข้าพเจ้าทำงาน ข้าพเจ้าจะรู้สึกรำคาญ					
37. เมื่อได้พบปะเพื่อนฝูงที่มีความสนุกสนานความกล้า กล้าใจของข้าพเจ้าดูเหมือนจะหายไป					
38. ข้าพเจ้ารู้สึกกระตือรือร้นเมื่อได้ยินเรื่องลามกอนาจาร					
39. ข้าพเจ้ามักจะหัวเราะต่อคำพูดของคนอื่น					
40. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองคบเพื่อนได้เร็วกว่าคนอื่น					

ขอขอบคุณนิสิตที่กรุณาใช้เวลาและให้ความร่วมมือในการตอบแบบวัด



บันทึกข้อความ

131

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ทม 1012/39/4

วันที่ ๔3 เมษายน 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

เนื่องด้วย นางกันธิมา มานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง "ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ" โดยมี รองศาสตราจารย์อังฉรา สุขารมณ และ อาจารย์มนัส บุญประกอบ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์ ผจงจิต อินทสุวรรณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อรพินทร์ ชูชม และ อาจารย์วิลาศลักษณ์ ชวัลลภ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบวัด ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบวัดผลให้ . นางกันธิมา มานนท์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภาพรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

132

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศธ 0519.12/6541

วันที่ 11 กันยายน 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะมนุษยศาสตร์

เนื่องด้วย นางกันธิมา มานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของการฝึกการวิเคราะห์ การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ” โดยมี รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์ และ อาจารย์มนัส บุญประกอบ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์นวลละออ สุภาพล เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบวัดผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจ แบบวัดฯ ให้ นางกันธิมา มานนท์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภาพรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

133

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศธ 0519.12/6932

วันที่ /3 ตุลาคม 2546

เรื่อง ขออนุญาตเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน คณบดีคณะวิทยาศาสตร์

เนื่องด้วย นางกันธิมา มานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ” โดยมี รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ และ อาจารย์ยมนัส บุญประกอบ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอให้ นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคปกติ จำนวน 120 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดบุคลิกภาพเก็บตัว-แสดงตัว และแบบวัดพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ ในระหว่างเดือน ตุลาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาต ได้โปรดพิจารณาให้ นางกันธิมา มานนท์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์อภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

134

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศร 0519.12/ ๗๔๐๗

วันที่ ๑๕ พฤศจิกายน 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

เนื่องด้วย นางกันธิมา มานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์” โดยมี รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์ และ อาจารย์มนัส บุญประกอบ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำ ปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์พรณี บุญประกอบ และ อาจารย์วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่าง บุคคล

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจ โปรแกรมฯ ให้ นางกันธิมา มานนท์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

135

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศธ 0519.12/ 7407

วันที่ 15 พฤศจิกายน 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะมนุษยศาสตร์

เนื่องด้วย นางกันธิมา มานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “ผลของการ
ฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์” โดยมี
รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์ และ อาจารย์ฉันทน์ บุญประกอบ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำ
ปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ เป็นผู้เชี่ยวชาญ
ตรวจโปรแกรมการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจ
โปรแกรมฯ ให้ นางกันธิมา มานนท์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศธ 0519.12/ ๖๔๔๑

วันที่ ๗ พฤศจิกายน 2546

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน คณบดีคณะวิทยาศาสตร์

เนื่องด้วย นางกันธิมา มานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “ผลของการ
ฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิต
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ” โดยมี รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์ และ อาจารย์มนัส บุญประกอบ
เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย
โดยขอให้ นิสิตปริญญาดรี ชั้นปีที่ 1 ภาคปกติ คณะวิทยาศาสตร์ จำนวน 200 คน ตอบแบบวัด
พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ และแบบวัดบุคลิกภาพแสดงตัว - เก็บตัว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางกันธิมา มานนท์
ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ – นามสกุล	นางกันธิมา มานนท์
วัน เดือน ปีเกิด	24 เมษายน 2511
สถานที่เกิด	เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	333/53 รัชอาภาทาวเวอร์ ซอยอาภาภิรมณ์ ถนนรัชดาภิเษก แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร รหัสไปรษณีย์ 10900
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	พนักงานทรัพยากรบุคคล 7
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	การรถไฟฟ้ามหานครแห่งประเทศไทย 175 ถนนพระราม 9 แขวงห้วยขวาง เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร รหัสไปรษณีย์ 10320
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2529	มัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนอุ่มทอง จังหวัดสุพรรณบุรี
พ.ศ. 2538	ปริญญาตรี ศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาการจัดการทั่วไป จากสถาบันราชภัฏจันทรเกษม
พ.ศ. 2547	ปริญญาโท วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ