

ผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่
1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
วนิดา สายฟ้า

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
พฤษภาคม 2551

ผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่
1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
วนิดา สายฟ้า

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

พฤษภาคม 2551

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี
ชั้นปีที่1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
วนิดา สายฟ้า

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา
พฤษภาคม 2551

วนิดา สายฟ้า. (2551). ผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของ
นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง
กรุงเทพมหานคร สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ผู้ช่วย
ศาสตราจารย์
ดร.พาสนา จุลรัตน์

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมกล้า
แสดงออกของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง
กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา
2550 ที่มีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจาก
ประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่ม
ทดลองได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ และกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ เครื่องมือที่ใช้ใน
การศึกษา ได้แก่ โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ และแบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
โดยมีแบบแผนการทดลองแบบสลับกลับ ABA (ABA Reversal Design) สถิติที่ใช้ในการ
วิเคราะห์ข้อมูล คือ การทดสอบของวิลคอกชัน และการทดสอบของแมน-วิทนี

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษา
ที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

THE EFFECT OF GROUP DYNAMICS ON ASSERTIVE BEHAVIOR OF THE
FIRST YEAR STUDENTS OF KASEM BUNDIT UNIVERSITY IN
SUAN LUANG DISTRICT, BANGKOK

AN ABSTRACT

BY

WANIDA SAIFA

Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education Degree in Educational Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2008

Wanida Saifa. (2008). *The Effect of Group Dynamics on Assertive Behavior of the First Year Students of Kasem Bundit University in Suan Luang District, Bangkok*. Master's Project, M.Ed. (Educational Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Project Advisor : Assist. Prof. Dr.Pasana Chularut

The purpose of this research was to study the effect of group dynamics on assertive behavior of the first year students of Kasem Bundit University in Suan Luang District, Bangkok. The 16 samples were the first year students in academic year 2007 which randomly selected from students whose assertive behavior were low. Then they were divided into two groups; first of them was experimental group, second of them was control groups. Each group was consisted of 8 students. The experimental group was exposed to group dynamics while the control group was not exposed to group dynamics. The research instruments were a group dynamics program and behavioral recording form of assertive behavior. The experimental design was ABA reversal design. The data was analyzed by using the Wilcoxon's Matched Paired Signed-Ranks Test and the Mann-Whitney U Test.

The results were as follows:

1. The assertive behavior of the students who were exposed to group dynamics was significantly increased than before the experiment at .01 level.
2. The assertive behavior of the students who were not exposed to group dynamics was significantly increased than before the experiment at .01 level.
3. The students who were exposed to group dynamics were significantly increased of assertive behavior than the students who were not exposed to group dynamics at .01 level.

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ ส่วนสำคัญเป็นเพราะได้รับแนวคิด คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ให้แก้ไขข้อบกพร่องจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ รองศาสตราจารย์เวณี กรีทอง และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา กรรมการสอบปากเปล่า ซึ่งให้ความรัก ความเมตตาต่อศิษย์อย่างยิ่ง ที่กรุณาให้คำปรึกษาชี้แนะแนวคิดและข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณของอาจารย์เป็นอย่างยิ่ง ที่ทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้เป็นอย่างดี ขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา ที่ให้ความกรุณาแก้ไขในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ไพบูลย์ เทวรักษ์ รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์ณี และรองศาสตราจารย์ ดร.ทัศนีย์ นนทะสร ซึ่งเป็นผู้ชี้แนะแนวทาง อบรมสั่งสอนทั้งด้านวิชาการ จริยธรรมและคุณธรรม ให้กำลังใจและคอยห่วงใยศิษย์มาโดยตลอด

ขอกราบขอบพระคุณ ดร.วัลลภ สุวรรณดี อธิการบดี มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ที่ให้ความช่วยเหลือในการอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลและทำการวิจัยในครั้งนี้ด้วยดีตลอดมา

ขอขอบใจนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 คณะบริหารธุรกิจ คณะศิลปศาสตร์ และคณะนิเทศศาสตร์ ที่ให้ความร่วมมือเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

ขอขอบคุณอาจารย์รัชนี้อยู่ แก้วคำศรี อาจารย์วรินทร์ ปิ่นทอง และอาจารย์กัลยา สร้อยสิงห์ที่เป็นทั้งพี่และเพื่อนร่วมงานที่คอยให้การสนับสนุน ช่วยเหลือ เอาใจใส่พร้อมเป็นเป็นกำลังใจอย่างดีเยี่ยมตลอดมาจนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยดี

ท้ายที่สุดนี้ขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา และพี่ชาย ที่ให้ความรักความเอาใจใส่ ความห่วงใย ให้กำลังใจ รวมทั้งเสียสละทุนทรัพย์เพื่อส่งเสริม สนับสนุนทางด้านการเรียนแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมาตลอดระยะเวลาที่ศึกษาและทำการวิจัย

ผลของความดีและประโยชน์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากการวิจัยครั้งนี้ ขอมอบเป็นคุณความดีของบิดา มารดา และพี่ชาย รวมทั้งคณาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่าน ที่ได้อบรมสั่งสอนและปลูกฝังคุณธรรมความดี ตลอดจนประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้แก่ผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา พร้อมทั้งให้ความช่วยเหลือในทุกๆ สิ่งทั้งด้านกำลังใจและกำลังใจอย่างมิสามารถหาสิ่งใดมาทดแทนได้

วนิดา สายฟ้า

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	4
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	4
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	4
การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง.....	4
ตัวแปรที่ศึกษา.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
กรอบแนวคิดของการศึกษาค้นคว้า.....	7
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มสัมพันธ์.....	10
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มสัมพันธ์.....	10
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มสัมพันธ์.....	22
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	23
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	23
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	38
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.....	39
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	45
การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง.....	45
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	46
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	49
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	50
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	51

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
ผลการศึกษาค้นคว้า.....	54
 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	 58
ความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	58
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	60
อภิปรายผล.....	60
ข้อเสนอแนะ.....	63
 บรรณานุกรม.....	 65
 ภาคผนวก.....	 71
ภาคผนวก ก.....	72
ภาคผนวก ข.....	137
 ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์.....	 159

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์.....	54
2 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมก่อนและหลังที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์.....	54
3 แสดงการเปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ กับนักศึกษาในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์.....	55
4 แสดงความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นรายบุคคลในกลุ่มทดลองที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ที่เหมาะสม ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะเสถียร ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลอง.....	154
5 แสดงความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นรายบุคคลในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะเสถียร ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลอง.....	155
6 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของนักศึกษาในกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์.....	156
7 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์.....	157
8 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของนักศึกษาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง.....	158

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 แผนภาพแสดงระยะต่างๆ ของการทดลอง	49
2 คำมัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในแต่ละระยะ.....	56
3 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 1 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	138
4 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 2 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	139
5 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 3 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	140
6 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 4 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	141
7 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 5 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	142
8 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 6 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	143
9 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 7 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	144
10 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 8 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	145
11 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 1 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	146
12 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 2 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	147
13 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 3 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	148
14 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 4 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	149

บัญชีภาพประกอบ (ต่อ)

ภาพประกอบ	หน้า
15 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 5 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วม กลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	150
16 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 6 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วม กลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	151
17 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 7 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วม กลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	152
18 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 8 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วม กลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ.....	153

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของนวัตกรรมต่าง ๆ นั้น ทำให้มนุษย์จำเป็นต้องฝึกฝนและพัฒนาตนเองและมีระบบการศึกษาที่มีความพร้อมที่หลากหลาย โดยต้องมีการปรับปรุงกระบวนการศึกษาทุกด้านให้สามารถตอบสนองความต้องการของชีวิตและสังคม เพื่อให้ก้าวทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมด้วยการปฏิรูปการเรียนการสอน ซึ่งในอดีตนั้นวิธีการเรียนการสอนไม่เน้นกระบวนการให้ผู้เรียนได้พัฒนาในด้านการคิดวิเคราะห์ การแสดงความคิดเห็นและการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นเหตุให้ผู้เรียนขาดทักษะในด้านการกล้าคิด กล้าแสดงออก ขาดคุณลักษณะข้างสงสัย ซึ่งละเอียด ชูประยูร และคณะ (2521 :10) ได้กล่าวว่า การที่บุคคลกล้าแสดงความสามารถ และกล้าแสดงความคิดเห็นทั้งในด้านที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ย่อมมีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตในสังคมเป็นอันมาก อาจจะแสดงออกโดยทำทางน้ำเสียง สีหน้าและแววตา พฤติกรรมเช่นนี้ในทางจิตวิทยา เรียกว่า “พฤติกรรมกล้าแสดงออก” (Assertive Behavior) แต่พฤติกรรมกล้าแสดงออกนี้ยังเป็นปัญหาของสังคมไทย เนื่องจากสังคมไทยนั้นเด็กจะได้รับการอบรมเลี้ยงดูและให้เป็นคนที่สุภาพ เรียบร้อย อ่อนน้อม ถ่อมตน โดยให้ประพฤติปฏิบัติตามคำสอนของผู้ใหญ่อย่างเคร่งครัด ซึ่งเป็นสาเหตุให้เด็กไม่กล้าแสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมา โดยสิ่งเหล่านี้อาจส่งผลเสียให้เด็กนั้นขาดความกล้าตัดสินใจ ไม่กระตือรือร้น ขาดความมั่นใจในตนเองในทุกๆ ด้าน ดังนั้นการกล้าแสดงออกในทางที่เหมาะสมจะทำให้บุคคลนั้นเกิดความมั่นใจในตนเอง มีความพอใจในตนเองมากขึ้นและเมื่อพอใจในสิ่งที่ได้กระทำไปแล้วก็จะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น หลุยส์ จาปาเทศ (2533 : 126) ยังได้กล่าวถึง พฤติกรรมกล้าแสดงออกว่าเป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ที่เหมาะสมของบุคคลทั้งด้านภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทางตามสิทธิของตนเอง โดยไม่ก้าวล่วงสิทธิของผู้อื่นและเป็นที่ยอมรับของสังคม ดังนั้นการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ จะต้องกระตุ้นให้นักศึกษามองปัญหาที่พบเห็นอยู่ และคิดหาสาเหตุเพื่อแก้ปัญหา อาจจะเป็นการทำกิจกรรมกลุ่ม ค้นหาความจริงของสาเหตุโดยให้เรียนรู้ในสภาพสถานการณ์จริง การเก็บข้อมูลโดยการสอบถามร่วมกับวิเคราะห์และสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งการจัดการศึกษาในปัจจุบันจึงมุ่งเน้นเพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ ซึ่งมีคุณลักษณะมองกว้างคิดไกลใฝ่ดีและมีทักษะสำหรับสังคมยุคใหม่หรือสำหรับแบบโลกาภิวัตน์โดยยึดการเรียนรู้ตามแนวการสร้างองค์ความรู้ ความสามารถด้วยตนเอง โดยใช้วิธีการเรียนการสอนที่ส่งเสริม สนับสนุนและสร้างบรรยากาศให้เด็กเกิดความคิดอย่างอิสระ กล้าเสนอแนวความคิดของตนเอง กล้าแสดงออก กล้าวิพากษ์วิจารณ์และแสดง

เหตุผล ซึ่งการสร้างบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมเหล่านี้จะช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในเด็ก และเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้สำรวจและค้นคว้าด้วยตนเอง ให้เด็กเกิดการพัฒนาความคิด และมีทักษะทางสังคมซึ่งจะเป็นแนวทางในการนำไปปฏิบัติจริงในการดำรงชีวิต สามารถคิด เป็น ทำเป็นและแก้ปัญหาได้จริง ซึ่งเป็นวิธีการเรียนการสอนที่จะช่วยแก้ไขวิกฤตทาง การศึกษาได้ในปัจจุบัน (กรมวิชาการ. 2541 :38)

การฝึกพฤติกรรมการแสดงออก จึงเป็นวิธีการเรียนรู้ที่จะช่วยให้บุคคลที่ได้รับการมีการ แสดงออกที่เหมาะสมมากขึ้นในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ดังที่ คมเพชร จัตรศุภกุล (2530 : 127) ให้ความเห็นว่า การฝึกพฤติกรรมการแสดงออกนั้นสามารถช่วยแก้ปัญหาใน เรื่องการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ เพราะวิธีการที่สำคัญในการฝึกพฤติกรรมกล้า แสดงออกคือ การแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในชีวิตของบุคคลนั้น ซึ่งสอดคล้องกับ ลาซารัส (วงพัทตร์ ภูพันธ์ศรี. 2534 : 4 อ้างอิงจาก Lazarus. 1968) กล่าวว่า วัตถุประสงค์ของการ ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก คือ การช่วยเสริมสร้างทางด้านปฏิสัมพันธ์ในการสื่อสารระหว่าง บุคคล โดยช่วยให้ผู้ได้รับการฝึกได้รู้จักแสดงความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบ ตลอดทั้งเคารพ ในสิทธิของตนเองและผู้อื่น เพราะการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมใน สถานการณ์ต่างๆ โดยการนำเทคนิคต่างๆ มาประกอบการฝึก ได้แก่ เทคนิคแม่แบบ การ แสดงบทบาทสมมติ การให้คำชี้แนะ การให้ข้อมูลย้อนกลับ การเสริมแรง การชักจูง พฤติกรรม

จากการที่ผู้วิจัยได้เคยศึกษาและปัจจุบันเป็นบุคลากรที่มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขต สวนหลวง กรุงเทพมหานคร ได้สังเกตนักศึกษาและทำการสัมภาษณ์อาจารย์ที่สอนพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ไม่ชอบที่จะซักถาม เข้าเรียนสาย ไม่ชอบทำกิจกรรมหน้าห้อง ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงได้สำรวจปัญหาเบื้องต้นกับนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต จำนวน 200 คน โดยใช้แบบสอบถามปลายเปิดจำนวนสองข้อดังนี้

คำถามข้อที่ 1 ถามว่า “ขณะนี้ท่านคิดว่าท่านมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องใดบ้าง” ถ้ามีคือ ปัญหาอะไร ผลการสำรวจพบว่า นักศึกษามีปัญหาที่พบมากที่สุดดังนี้ 1) ปัญหาบุคลิกภาพ จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 46.5 โดยนักศึกษาระบุว่า มีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก รู้สึกอายหรือเขินไม่กล้าพูดและเสนอความคิดเห็นต่างๆ ขาดความมั่นใจในสิ่งที่ตนเองได้กระทำโดย เกรงว่าสิ่งที่ทำไปนั้นจะเกิดการผิดพลาด ไม่กล้าเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม 2) ปัญหาการเรียน จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 27.5 โดยนักศึกษาระบุว่า อ่านหนังสือแล้วไม่จำ ไม่อยากอ่านหนังสือ ไม่เคยอ่านหนังสือล่วงหน้าก่อนเข้าห้องเรียน 3) ปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 26 โดยนักศึกษาระบุว่า ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับการ เรียนระบบใหม่ได้ และมักขัดแย้งกับเพื่อน

คำถามข้อที่ 2 ถามว่า “จากปัญหาข้อที่หนึ่ง ท่านแก้ปัญหาด้วยวิธีใด” ผลการสำรวจ พบว่า จากปัญหาที่นักศึกษาพบมากที่สุด 1) ปัญหาบุคลิกภาพ นักศึกษาตอบว่า แก้ไขโดย

การฝึกฝนการกล้าแสดงออก และพยายามแสดงความคิดเห็นขณะเรียนหนังสือ 2) ปัญหาการเรียน นักศึกษาตอบว่า แก้ไขโดยจัดทำตารางการอ่านหนังสือ และวางแผนการเรียนล่วงหน้า และ 3) ปัญหาการปรับตัวเพื่อน นักศึกษาตอบว่าจะแก้ไขโดยพยายามเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัย และหมั่นสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนและบุคคลรอบข้าง

จากผลการสำรวจปัญหาเบื้องต้นสรุปได้ว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง น่าจะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย ดังที่ ละเอียด ชูประยูร และคณะ (2521 : 7) กล่าวว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออกหมายถึง การแสดงออกของความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ที่เหมาะสมของบุคคลตามสิทธิต่อบุคคล และเป็นการแสดงออกที่มีเหตุผล และเป็นที่ยอมรับในสังคม

การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกทำได้หลายวิธี เช่น การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ และการใช้เทคนิคแม่แบบ เป็นต้น ในที่นี้ผู้วิจัยสนใจที่จะใช้การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ทั้งนี้เพราะการทำเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์เปิดโอกาสให้บุคคลได้อยู่ในสถานที่เดียวกัน แสดงความคิดเห็น แสดงบทบาทด้วยตนเอง และได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมมากที่สุด ดังที่ ทศพร มณีศรีขำ (2539 : 114) กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เป็นกระบวนการเรียนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง นักศึกษาได้มีการเรียนรู้และค้นพบข้อความรู้ด้วยตนเอง และนักศึกษาสามารถคิดวิเคราะห์จากกิจกรรมที่ตนเองได้ทำ ทำให้สามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ และการทำงานกลุ่มยังสามารถสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีการควบคุมตัวเองและฝึกทักษะทางสังคม ทำให้ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ นอกจากนี้การทำกลุ่มสัมพันธ์ยังส่งเสริมให้เข้าใจหลักประชาธิปไตย มีความสามัคคี มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดความเข้าใจทั้งตนเองและผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรรพรรณ หิรัญพิศ (2540 : 50) ได้ศึกษาผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 2 โรงเรียนพยาบาล กองการศึกษา กรมแพทย์ทหารเรือ กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มสัมพันธ์สามารถที่จะพัฒนาสุขภาพจิตได้ดีมาก คือ นักเรียนพยาบาลมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ทางความรู้สึก มีการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้นมีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่างๆ ของตนเอง และมีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตนมีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษา ก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษา ก่อนและหลังไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษา ที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์กับนักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะเป็นแนวทางให้แก่อาจารย์ ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องได้นำวิธีการใช้กลุ่มสัมพันธ์นำไปใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากร เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปี 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปี 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก คือ การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมกล้าแสดงออก

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้กระทำในสิ่งนั้นร่วมกัน ได้มีโอกาสร่วมกันในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่สมาชิกในกลุ่มจะได้รับ เพื่อที่จะช่วยให้สมาชิกในกลุ่มมีความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันและรู้จักการทำงานร่วมกัน กล้าคิด กล้าตัดสินใจด้วยตนเอง ซึ่งแบ่งเป็นขั้นเตรียมการ ขั้นฝึก และขั้นสรุป ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพกับนักศึกษา อธิบายวัตถุประสงค์ วัน เวลา สัปดาห์ ในการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ขั้นที่ 2 ขั้นฝึก

ผู้วิจัยชี้แจงให้นักศึกษาทราบเกี่ยวกับเทคนิคที่จะนำมาใช้ในการทำกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้เทคนิคสองเทคนิค คือ การอภิปรายกลุ่มย่อย และการแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

2.1 การอภิปรายกลุ่มย่อย เป็นวิธีการที่เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกกันภายในกลุ่ม ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดของกันและกัน เพื่อให้นักศึกษาได้ทราบข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้น โดยมีขั้นตอนในการทำกลุ่มดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักศึกษาได้พูดคุยถึงพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อให้นักศึกษาได้มีความพร้อมและเป็นการสร้างบรรยากาศในการที่จะเรียนรู้ต่อไป

ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์ ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันแสดงความคิดเห็น หลังจากที่ได้ร่วมกันนำเสนอ พูดคุยถึงพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป เป็นขั้นที่นักศึกษาจะสรุปความคิดเห็นที่ได้ของแต่ละบุคคลและผู้วิจัยจะสรุปเพิ่มเติม

2.2 การแสดงบทบาทสมมติ เป็นวิธีการที่ผู้วิจัยให้นักศึกษาสวมบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่างๆ ของการฝึกพฤติกรรม ผู้วิจัยกำหนดบทบาทและสถานการณ์ต่างๆ ให้แต่ละคนในกลุ่มแสดงบทบาทโดยไม่มีการซ้อมมาก่อน โดยให้นักศึกษาได้สวมบทบาทแล้วแสดงออกมาอย่างเป็นธรรมชาติ ทั้งทางด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำ ความรู้สึกนึกคิดของตัวเองเป็นหลัก ซึ่งวิธีนี้จะช่วยให้บรรยากาศในการเรียนรู้สนุกสนานและน่าติดตามต่อไป โดยมีขั้นตอนในการฝึกดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยชี้แจงในสถานการณ์ที่กำหนดเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ขั้นที่ 2 ขั้นแสดง ผู้วิจัยขออาสาสมัครในการแสดงบทบาท และอีกส่วนหนึ่งให้เป็นผู้สังเกตพฤติกรรมของเพื่อนที่แสดง

ขั้นที่ 3 ขั้นวิเคราะห์การแสดง ผู้วิจัยให้นักศึกษาได้เปิดเผยความรู้สึกหรือความคิดเห็นในบทบาทที่ตนแสดง และร่วมกันเสนอแนะวิธีการแสดงพฤติกรรม โดยผู้วิจัยจะใช้เทคนิคในการให้คำแนะนำต่อไป

ขั้นที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักศึกษาคนเดิมที่ได้รับการปรับปรุงแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออก แสดงพฤติกรรมใหม่อีกครั้งเพื่อให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

ขั้นที่ 5 ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็นและประโยชน์ที่ได้รับจากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยได้สรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็นและประโยชน์ที่ได้รับจากการอภิปรายกลุ่มย่อยและการแสดงบทบาทสมมติ แล้วผู้วิจัยได้สรุปเพิ่มเติม

2. พฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง การแสดงออกด้านภาษาท่าทางและภาษากายของนักศึกษาในเรื่องของความคิด ความรู้สึกต่างๆ โดยไม่มีความวิตกกังวล มีความเชื่อมั่นในตนเองในขณะร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนและมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างอาจารย์กับนักศึกษา และนักศึกษากับนักศึกษา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 ภาษาท่าทาง ได้แก่

2.1.1 การประสานสายตา เป็นการสบตาคู่สนทนาแสดงสีหน้าไม่ขัดเขินและไม่ประหม่าในขณะพูดหรือตอบคำถาม เป็นการบอกให้ทราบความใส่ใจ ความจริงใจในสิ่งที่พูดและทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีมากขึ้น โดยไม่ใช้การจ้องหน้าคู่สนทนาที่จะสร้างความอึดอัด

2.1.2 น้ำเสียง เป็นการใช้น้ำเสียงที่มีความหมายสอดคล้องกับความรู้สึกที่แท้จริง ระดับความดังของเสียง และจังหวะเป็นการแสดงความจริงใจ อารมณ์และความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูด ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อคู่สนทนาในสิ่งที่พูด

2.1.3 การแสดงท่าทาง เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบคำพูดได้อย่างเหมาะสม ได้แก่ การใช้มือประกอบการพูด การแกว่งแขน การก้มหน้า ซึ่งเป็นการเสริมคำพูดให้มีความสำคัญมากยิ่งขึ้น หรือลดความน่าเชื่อถือ การแสดงท่าทางที่เหมาะสมจะทำให้สิ่งที่พูดมีความหนักแน่นมากยิ่งขึ้น

2.1.4 การแสดงออกทางสีหน้า เป็นการยอมรับคำชมของผู้อื่นอย่างเหมาะสมสอดคล้องกับเรื่องราวและอารมณ์ ซึ่งจะทำให้คู่สนทนารับรู้ถึงความต้องการของผู้พูดได้ตรงตามความจริง

2.2 ภาษากาย ได้แก่

2.2.1 กล้ามเนื้อที่กักตักภัยปราศรัยกับผู้อื่น

2.2.2 ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ

2.2.3 กล่าวแสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

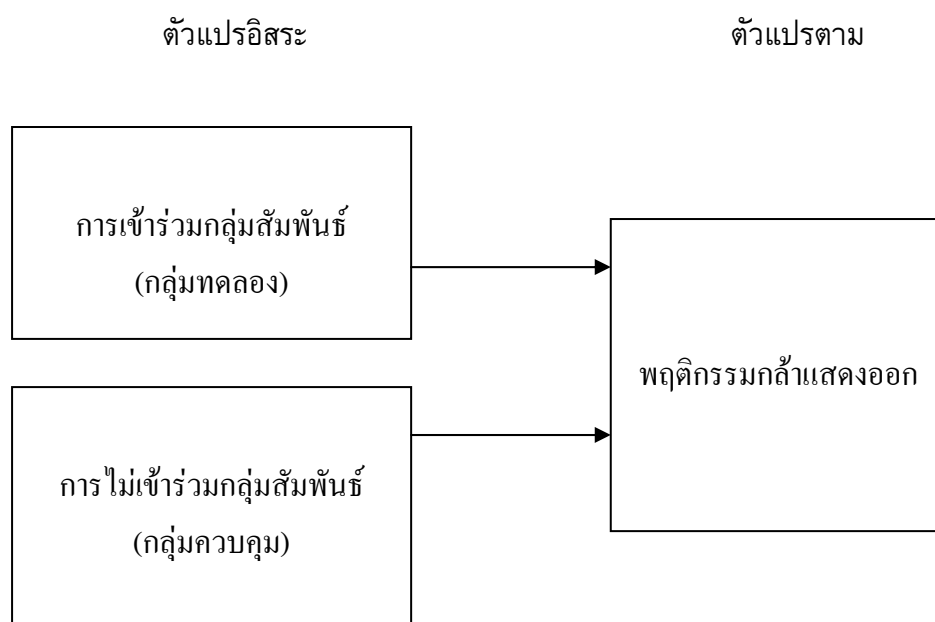
2.2.4 พุดให้กำลังใจ และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.2.5 กล่าวคำขอโทษเมื่อได้กระทำผิด

3. กลุ่มทดลอง หมายถึง นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ที่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ จำนวน 8 คน

4. กลุ่มควบคุม หมายถึง นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ จำนวน 8 คน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นมากกว่าการไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ผู้วิจัยจึงขอตั้งสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ชาติมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
2. ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
3. ศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

บทที่ 2

เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กลุ่มสัมพันธ์

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้กลุ่มสัมพันธ์

- 1.1.1 ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์
- 1.1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์
- 1.1.3 หลักการและวิธีการของกลุ่มสัมพันธ์
- 1.1.4 ลำดับขั้นของการเรียนรู้ของกลุ่มสัมพันธ์
- 1.1.5 กระบวนการและขั้นตอนจัดกิจกรรม
- 1.1.6 เทคนิคที่ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ของกลุ่มสัมพันธ์
- 1.1.7 ประโยชน์ของกลุ่มสัมพันธ์

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กลุ่มสัมพันธ์

- 1.2.1 งานวิจัยในประเทศ
- 1.2.2 วิจัยต่างประเทศ

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

- 2.1.1 ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
- 2.1.2 ลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
- 2.1.3 ประเภทของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
- 2.1.4 การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

- 2.2.1 งานวิจัยในประเทศ
- 2.2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์

1.1 เอกสารเกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์

1.1.1 ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์นั้น มีผู้ให้คำจำกัดความและความหมายของคำว่า “กลุ่มสัมพันธ์ (Group Dynamics)” ดังนี้ คือ

พนม ลิ้มอารีย์ (2521 : 1) ได้ให้ความหมายว่า ขบวนการที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันในกลุ่มและกลุ่ม (Group) ในที่นี้จะต้องประกอบขึ้นด้วยบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มาร่วมสังสรรค์ ทำกิจกรรมหรือมาเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

ทิศนา แคมมณี และเยาวพา เดชะคุปต์ (2522 : 1) ได้ให้ความหมายว่า การปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมของคน อันจะเป็นประโยชน์ในด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์และการปรับปรุงการทำงานของกลุ่มคนให้มีประสิทธิภาพ

เมืองทอง แคมมณี (2522 : 45) ได้ให้ความหมายว่า การศึกษาเรื่องธรรมชาติ กฎ การพัฒนา และความสัมพันธ์ของกลุ่ม

หลุย จำปาเทศ (2522 : 48) ได้ให้ความหมายว่า กลุ่มที่มีความสัมพันธ์แก่กัน แต่จะไปในทิศทางใดหรือเป็นไปในรูปแบบใดนั้นก็ขึ้นอยู่กับสมาชิกในกลุ่ม อันประกอบด้วย หัวหน้าหรือผู้นำกลุ่ม และสมาชิกอื่นๆ

ทศพร มณีศรีขำ (2530 : 30) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ว่า กลุ่มสัมพันธ์เป็นวิชาว่าด้วยการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของคนและกลุ่มคน รวมทั้งเรียนรู้ว่าคนหรือกลุ่มคนมีอิทธิพลต่อกันอย่างไร และทำอะไรจึงจะอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ทำงานร่วมกันได้ดีและได้ผลงานที่ดี

สมศักดิ์ ขำอ่อน (2532 : 5) หมายถึง กิจกรรมการเรียนรู้ที่จัดให้สมาชิกได้กระทำร่วมกันเป็นกลุ่ม เพื่อช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมของตน อันจะเป็นประโยชน์ในการสร้างความสัมพันธ์และการทำงานร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งให้เกิดเจตคติที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดีได้เรียนรู้มาจากการทำกิจกรรมดังกล่าว

ประไพ ตรีฤกษ์ฤทธิ์ (2543 :1) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ไว้ดังนี้

1. เป็นกิจกรรมที่ให้กลุ่มได้เรียนรู้ถึงพฤติกรรม ทัศนคติ และการเข้าใจคน
2. เป็นกิจกรรมที่ให้กลุ่มรู้วิธีแก้ปัญหา ยอมรับ พัฒนาตนและการรับรู้ด้วยตนเอง
3. เป็นการเรียนรู้ปฏิกริยาภายในกลุ่ม กระตุ้นให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลง เพื่อการอยู่ในสังคม
4. เป็นการใช้กระบวนการกลุ่ม เป็นแนวทางเพื่อให้เกิดความร่วมมือที่ดีต่อการพัฒนาองค์กร

ทิสนา แชมมณี (2545 : 139) ความรู้เกี่ยวกับการรวมตัวของกลุ่มเพื่อปฏิบัติงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้บรรลุเป้าหมาย ซึ่งการปฏิบัติงานจะเป็นไปในทิศทางใดนั้นขึ้นอยู่กับพลังผลักดันที่เกิดขึ้นจากองค์ประกอบ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ

Schmuck (2001 : 25) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ว่า กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องของกระบวนการทำงานร่วมกันในกลุ่มให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งสมาชิกในกลุ่มจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันและสมาชิกจะมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม โดยการร่วมมืออภิปรายแสดงข้อคิดเห็นซึ่งกันและกัน

สรุปได้ว่า กลุ่มสัมพันธ์เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมบุคคล เป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้สมาชิกในกลุ่มได้กระทำในสิ่งนั้นร่วมกัน ได้มีโอกาสร่วมกันในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่สมาชิกในกลุ่มจะได้รับ เพื่อที่จะช่วยให้สมาชิกในกลุ่มมีความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น ในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันและรู้จักการทำงานร่วมกัน กล้าคิด กล้าตัดสินใจด้วยตนเอง ส่วนกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง กระบวนการ ขั้นตอน วิธีการ ที่ จะช่วยให้การดำเนินงานในกลุ่มเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

1.1.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์

ทิสนา แชมมณี (2522 : 199) ได้กล่าวว่า หลักการศึกษาที่เน้นหรือให้ความสนใจเป็นพิเศษในเรื่องของพฤติกรรมมนุษย์ที่มีผลต่อกันและกัน ทั้งนี้ยึดหลักการเรียนรู้บางประการ ดังนี้

1. การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ควรเป็นไปอย่างมีชีวิตชีวา ผู้เรียนจึงควรมีบทบาทรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตน
2. การเรียนรู้เกิดขึ้นได้จากแหล่งต่าง ๆ กัน มิใช่จากแหล่งใดแหล่งหนึ่งเพียงแหล่งเดียว ประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคล ถือว่าเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญ
3. การเรียนรู้ที่ดีต้องเป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากการเข้าใจจึงจะช่วยให้ผู้เรียนจดจำ และสามารถใช้องค์ความรู้ให้เป็นประโยชน์
4. การเรียนรู้กระบวนการเรียนรู้นั้นมีความสำคัญ หากผู้เรียนเข้าใจและมีทักษะในเรื่องนี้แล้วจะสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้และคำตอบต่างที่ตนต้องการ
5. การเรียนรู้ที่มีความหมายแก่ผู้เรียน คือ การเรียนรู้ที่สามารถนำไปใช้ได้

ทิสนา แชมมณี 2545 : 6, อ้างอิงมาจาก Cartwright & Zander, 1968; Shaw, M., 1971; Foresth, 199) ได้กล่าวถึงทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ พอสรุปได้ดังนี้

1. ทฤษฎีสานาม (Field Theory) ของเคิร์ท เลวิน (Kurt Lewin) แนวคิดสำคัญ มีดังนี้

1.1 พฤติกรรม เป็นผลมาจากความสัมพันธ์ของสมาชิกในกลุ่ม

1.2 โครงสร้างของกลุ่มเกิดจากการรวมกลุ่มของบุคคลที่มีลักษณะแตกต่างกัน

1.3 ในการรวมกลุ่มแต่ละครั้ง สมาชิกในกลุ่มจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันในรูปของการกระทำ (Act) ความรู้สึก (Feel) และความคิด (Think)

1.4 องค์ประกอบต่างในด้านความคิด ความรู้สึกและความคิด มีผลต่อโครงสร้างของกลุ่ม ซึ่งจะมีลักษณะแตกต่างกันออกไปตามลักษณะของสมาชิกในกลุ่ม

1.5 สมาชิกในกลุ่มจะมีการปรับตัวเข้าหากันและพยายามช่วยกันทำงาน ซึ่งการที่บุคคลพยายามปรับตัว เพื่อให้งานนั้นลุล่วงไปด้วยดี

2. ทฤษฎีกลุ่มปฏิสัมพันธ์ (Interaction Theory) ของเบลล์ (Bales) โฮมาน (Homans) และไวท์ (Whyte) แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎี คือ

2.1 ปฏิสัมพันธ์โดยการกระทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง (Activity) ปฏิสัมพันธ์ คือ

2.1.1 ปฏิสัมพันธ์ทางร่างกาย (Physical Interaction)

2.1.2 ปฏิสัมพันธ์ทางวาจา (Verbal Interaction)

2.1.3 ปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์จิตใจ (Emotional Interaction)

2.2 กิจกรรมต่างๆ ที่กระทำการมีปฏิสัมพันธ์นี้ จะก่อให้เกิดอารมณ์และความรู้สึก (Sentiment)

3. ทฤษฎีระบบ (System Theory) แนวคิดสำคัญของทฤษฎี คือ

กลุ่มมีโครงสร้างหรือระบบ ซึ่งประกอบด้วยการกำหนดบทบาทหน้าที่ของสมาชิก และการแสดงบทบาทของสมาชิกอันถือว่าการแสดงบทบาทหน้าที่ของสมาชิกกระทำได้โดยผ่านระบบสื่อสาร ซึ่งเป็นเครื่องมือในการแสดงออก

4. ทฤษฎีสังคมมิติ (Sociometric Orientation) ของโมเรโน (Moreno)

แนวคิดที่สำคัญ ขอบเขตการกระทำของกลุ่มขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของสมาชิกในกลุ่มในการเลือกรูปแบบและวิธีการที่จะปฏิสัมพันธ์ต่อกัน เครื่องมือที่สามารถนำมาใช้ในการศึกษาความสัมพันธ์ได้ดี คือ การแสดงบทบาทสมมติ (Role - Playing) และการใช้เครื่องมือวัดสังคมมิติ (Sociometric Test)

5. ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Orientation) ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) แนวคิดสำคัญของทฤษฎี คือ

เมื่อบุคคลอยู่รวมกันเป็นกลุ่มจะต้องอาศัยกระบวนการจูงใจ (Motivation Process) ซึ่งอาจเป็นการรางวัล หรือการได้รับผลจากการทำงานเป็นกลุ่ม ในการรวมกลุ่มบุคคลมีโอกาสดังต่อไปนี้เปิดเผยหรือพยายามป้องกันปิดบังตนเองโดยวิธีต่างๆ (Defense Mechanism) การช่วยให้บุคคลแสดงออกตามความเป็นจริง โดยใช้วิธีการบำบัดทางจิต (Therapy) สามารถช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น

6. ทฤษฎีจิตวิทยาทั่วไป ทฤษฎีนี้มีแนวคิดว่าการใช้หลักจิตวิทยาต่างๆ เช่น จิตวิทยาการเรียนรู้ การเรียนรู้ ความคิด ความเข้าใจ การให้แรงจูงใจ ฯลฯ สามารถช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของบุคคล

7. ทฤษฎีพื้นฐานความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Fundamental Interpersonal Relations Orientations)

จากทฤษฎีที่กล่าวเกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์นี้ จะพบว่ามีแตกต่างกันของแต่ละคน แต่สิ่งหนึ่งที่คล้ายกันคือ ความสัมพันธ์กันในกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน การปรับตัวเข้าหากันและพยายามช่วยกันทำงาน เพื่อให้กลุ่มประสบความสำเร็จตามที่ได้วางจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

1.1.3 หลักการและวิธีการของกลุ่มสัมพันธ์

ทิสนา แคมมณี (2545 : 142 : 143) ได้กล่าวถึง พื้นฐานความเชื่อเกี่ยวกับหลักการเรียนรู้และวิธีการสอนของกลุ่มสัมพันธ์ สรุปได้ดังนี้

ก. หลักการเรียนรู้

1. การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ตื่นตัวมีชีวิตชีวา (Active Learning) การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ดี เมื่อผู้เรียนมีบทบาทรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตน และมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ของตน

2. การเรียนรู้เกิดขึ้นได้จากแหล่งต่างๆ กัน มิใช่จากแหล่งใดแหล่งเดียว ประสิทธิภาพ ความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคลถือว่าเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญ

3. การเรียนรู้ที่ดีจะต้องเป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากความเข้าใจ การเรียนรู้ที่ดีต้องช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจและสามารถใช้การเรียนรู้นั้นให้เป็นประโยชน์ได้ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้ค้นพบด้วยตนเอง มีส่วนช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจลึกซึ้งและจดจำได้ดี

4. การเรียนรู้กระบวนการมีความสำคัญ กระบวนการเป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้และคำตอบต่างๆ ที่ต้องการขึ้นอยู่กับกระบวนการเป็นสำคัญ

5. การเรียนรู้ที่มีความหมายต่อผู้เรียน คือ การเรียนรู้ที่สามารถนำไปใช้ได้ การช่วยให้ผู้เรียนได้ใช้ความรู้ จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในสิ่งนั้นมากขึ้น

ข. หลักการสอน

1. ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยให้ผู้เรียนมีโอกาสเข้าร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ อย่างทั่วถึงและมากที่สุดเท่าที่ได้ โดยให้ผู้เรียนมีบทบาท รับผิดชอบต่อการเรียนรู้จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมและความกระตือรือร้นที่จะเรียน

2. ยึดกลุ่มเป็นแหล่งความรู้ที่สำคัญ โดยให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่ม แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้ผู้เรียนเกิด

การเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น และสามารถปรับตัวและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้

3. ยึดการค้นพบด้วยตนเองเป็นวิธีการสำคัญในการเรียนรู้ โดยการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ค้นหาและค้นพบคำตอบด้วยตนเอง เพราะการค้นหาและค้นพบคำตอบด้วยตนเอง จะทำให้ผู้เรียนเกิดความจำได้ดี

4. เน้นกระบวนการให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ ถึงกระบวนการกลุ่มที่ทำให้เกิดผลต่างๆ มิใช่ผลงานเพียงอย่างเดียว การเรียนรู้กระบวนการจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะช่วยให้ผลงานดีขึ้น

5. เน้นการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ให้ผู้เรียนได้นำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

พรรณราย ทริพย์ประภา (2529 : 164-165) ได้กำหนดหลักการของกลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งสรุปหลักการไว้ดังนี้

1. ผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่มและระหว่างสมาชิกด้วยกันจะต้องมีความจริงใจต่อกันและกัน

2. สิทธิส่วนบุคคลของสมาชิกกลุ่มจะต้องได้รับความคุ้มครองให้ปราศจากการบีบบังคับจากกลุ่ม เน้นการเรียนรู้จากประสบการณ์มากกว่าจะพูดถึงประสบการณ์ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มจะต้องร่วมมือกันแสวงหาวิธีการแลกเปลี่ยนความรู้สึกและความคิดในปัจจุบัน

1.1.4 ลำดับขั้นของการเรียนรู้ของกลุ่มสัมพันธ์

เยาวกา เดชะคุปต์ (228 : 231) ได้จัดลำดับขั้นการเรียนรู้ของกลุ่มสัมพันธ์ แบ่งออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้

1. ระยะการมีส่วนร่วม (Participation หรือ Involvement Stage) ระยะนี้ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ในฐานะสมาชิกคนหนึ่งในกลุ่มหรือคิดค้นแสวงหา ผลจากการเรียนรู้จะเกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรง การมีส่วนร่วมของผู้เรียนในการทำกิจกรรม จะเน้นการมีส่วนร่วมในทุกๆ ด้าน (Self – Involvement) ดังนี้ คือ

1.1 การมีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย (Physical Involvement) การมีส่วนร่วมในด้านนี้ ได้แก่ การที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติหรือกระทำการกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งจะต้องอาศัยการแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่นเพื่อก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

1.2 การมีส่วนร่วมทางด้านจิตใจ (Emotional Involvement) ผู้เรียนจะต้องเกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัตินั้นอย่างแท้จริง ความรู้สึกและอารมณ์ต่างๆ เกี่ยวกับสิ่งที่กระทำนั้นจะเกิดขึ้นเมื่อผู้เรียนมีส่วนร่วม มีการรับรู้แนวคิดและการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหาวิชา ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถจดจำได้นาน

1.3 การมีส่วนร่วมทางด้านปัญญาหรือสมอง (Intellectual Involvement) ผู้เรียนเกิดการเห็นจริงหรือประจักษ์แจ้ง ค้นพบสิ่งที่เรียนรู้ เป็นแนวทางในการพัฒนาความคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองการทำงาน การตัดสินใจ การวิเคราะห์ และสรุปสิ่งที่เรียนรู้ด้วยตนเอง

1.4 การมีส่วนร่วมทางสังคม (Social Involvement) การมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยการปฏิสัมพันธ์กันเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึก ซึ่งจะช่วยทำให้การเรียนรู้กว้างขวางและเกิดผลดีขึ้น

2. ระยะวิเคราะห์ (Analysis Stage) ระยะนี้เป็นระยะที่ผู้เรียนจะต้องร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้หลังจากที่ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมไป โดยผู้เรียนสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ ที่จะทำให้ผู้เรียนรู้จักตนเองมากยิ่งขึ้น

3. ระยะสรุปและประยุกต์หลักการ (Generalization and Application Stage) ระยะนี้ผู้เรียนจะต้องรวบรวมแนวคิดที่ค้นพบด้วยตนเองและจากการแลกเปลี่ยนความคิดกับผู้อื่น เพื่อสรุปเป็นหลักการของตนเอง ซึ่งผู้เรียนสามารถนำหลักการไปใช้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้นทำได้ 2 ลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อการปรับปรุงบุคลิกภาพหรือการพัฒนาตนเอง (Self Development) ให้เหมาะสม รวมถึงการปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพหรือการมีมนุษยสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้แก้ปัญหา (Problem Solving) เพื่อใช้ในการปรับปรุงและควบคุมธรรมชาติและสังคมให้ดีขึ้น หรือเพื่อสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ

4 ระยะประเมินผล (Evaluation Stage) ผู้เรียนย่อมทราบผลการเรียนรู้ของตนเองและของกลุ่ม จากการอภิปรายให้ข้อเสนอแนะและติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า กลุ่มสัมพันธ์จะทำให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมจากการเรียนรู้ การวิเคราะห์และได้มีการอภิปรายข้อคิดเห็นแลกเปลี่ยนกัน เกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน และนำไปสู่ความมั่นใจที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมกล้าแสดงออกต่อไป

1.1.5 กระบวนการและขั้นตอนจัดกิจกรรมกลุ่ม

การจัดกลุ่มสัมพันธ์ควรจัดเป็นขั้นเป็นตอนอย่างเป็นระบบ เพื่อให้สอดคล้องกับการเรียนรู้ โดยดำเนินการดังนี้ (นิรันดร์ จุลทรัพย์. 2544 : 121)

1. ขั้นเตรียมการ วิทยากรต้องศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น เช่น เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา หน้าที่การงาน ความสนใจและจำนวน เป็นต้น แล้วกำหนดจุดมุ่งหมายและขอบเขตว่า ต้องการให้ผู้รับการอบรมได้รับอะไรบ้าง จากนั้นกำหนดปัญหา รูปแบบ และวิธีการในการถ่ายทอด

2. ขั้นตอนกิจกรรม เป็นกระบวนการเกี่ยวกับการสอน กล่าวคือ มีการนำเข้าสู่กิจกรรมโดยสร้างสิ่งเร้า กระตุ้นให้ต้องการมีส่วนร่วม วิทยากรจะทำการถ่ายทอดโดยให้ผู้เรียนเป็นผู้คิด ผู้ทำ ตามรูปแบบที่วางไว้ จากนั้นก็มีการแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกให้เกิดการอภิปรายร่วมกัน เพื่อนำไปสู่การสรุปตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

3. ขั้นประเมิน เมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินกิจกรรมแล้ว วิทยากรจะต้องทำการประเมินผลดูว่า ได้ผลตามจุดมุ่งหมายหรือไม่ อย่างไร โดยอาจใช้วิธีการประเมินรูปแบบต่างๆ เช่น การสังเกต การใช้แบบสอบถาม หรือการสัมภาษณ์ เป็นต้น

อนึ่ง หงษ์ทองคำ (2542 : 66-67) กล่าวถึงขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ไว้ดังนี้

1. วางแผนการดำเนินการซึ่งเป็นแผนปฏิบัติได้จริง แต่ละขั้นตอนของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ใช้ควรมีการเตรียมคำตอบสำหรับคำถามต่างๆ มีการเตรียมคำชี้แจง และอธิบายกิจกรรมไว้อย่างชัดเจน ผู้จัดต้องศึกษาคู่มือ (ถ้ามี) หรือมีแนวทางการจัดกิจกรรมที่เลือกอย่างชัดเจนให้ละเอียดทุกแง่มุม จนกระทั่งเกิดความมั่นใจ

2. ลงมือทำกิจกรรมโดยขั้นตอนหลักๆ จะเริ่มตั้งแต่

2.1 ทักทาย

2.2 สร้างบรรยากาศก่อนนำเข้าสู่กิจกรรม

2.3 อธิบายวัตถุประสงค์ของกิจกรรม

2.4 ชี้แจงกติกา เงื่อนไข ข้อตกลงต่างๆ ที่กำหนดไว้

2.5 เปิดโอกาสให้ซักถามหากมีข้อสงสัย

2.6 ดำเนินกิจกรรม

2.7 ควบคุมการดำเนินกิจกรรมให้เป็นไปตามแบบแผน ในแง่ของบรรยากาศ เวลา กติกา

2.8 กระตุ้นกลุ่มให้มีส่วนร่วม สังเกตพฤติกรรมของสมาชิก

3. ขั้นสรุปผลและประเมินผล เพื่อเป็นประโยชน์ในการดัดแปลงประยุกต์ปรับปรุงให้แปลกไป หรือเพิ่มเติมจากเดิมให้น่าสนใจมากขึ้น

สมพงษ์ จิตระดับ (2530 : 43-44) กล่าวถึงขั้นตอนของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ไว้ดังนี้

1. ขั้นนำ ได้แก่ การเริ่มบทเรียนที่น่าสนใจ การให้คำแนะนำ กติกา คำสั่งต่างๆ การแบ่งกลุ่ม การรับมอบหมายงานที่กำหนดให้ เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมในขั้นตอนต่อไปเกิดความเข้าใจตรงกัน และสามารถดำเนินไปได้ด้วยดี และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ศึกษา ทบทวนและได้ซักถามความเข้าใจด้วย

2. ขั้นตอนกิจกรรม ได้แก่ การดำเนินบทบาทและหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย การแยกย้ายไปตามกลุ่ม การเสนอความคิดเห็น การหาข้อสรุปคำตอบที่ต้องการ การเสนอผลงานและการแสดงออก

3. ขั้นตอนอภิปราย ได้แก่ การซักถาม การวิพากษ์วิจารณ์ การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและการเสนอแนววิธีการต่างๆ

4. ขั้นสรุปและการนำไปใช้ ได้แก่ การประมวลเนื้อหา กิจกรรม ประสพการณ์และความคิดเห็น

ผกา บุญเรือง (ธัญญา บัวประเสริฐ, 2546 : 13 ; อ้างอิงจาก ผกา บุญเรือง . 2525) ได้กล่าวถึงขั้นตอนในการจัดกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. ขั้นนำ คือ การปูพื้นผู้เรียนให้มีความพร้อมในการเรียนหรือการสร้างบรรยากาศให้เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้ที่จะตามมา

2. ขั้นตอนกิจกรรม คือ การให้ผู้เรียนลงมือทำอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติตามกิจกรรมที่เตรียมไว้ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดประสบการณ์ตรงที่จะสามารถนำมาวิเคราะห์ได้ในภายหลัง

3. ขั้นตอนอภิปรายและวิเคราะห์ คือ การให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น หลังจากที่ได้ทำกิจกรรมเสร็จไปแล้ว ในขั้นนี้ผู้ดำเนินการจะต้องเป็นเหมือนผู้นำทางที่ช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์พฤติกรรมต่างๆ และอภิปรายร่วมกันจนเกิดการเรียนรู้จากจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

4. ประยุกต์ใช้และสรุป เมื่อผู้เรียนได้เกิดความเข้าใจตามที่ต้องการแล้ว ผู้ที่ดำเนินการจะต้องช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนได้คิดต่อไป ถึงการนำเอาการเรียนรู้ที่ได้รับนั้นไปใช้ในชีวิตจริง แล้วผู้ดำเนินการและผู้เรียนช่วยกันสรุปถึงการเรียนรู้ทั้งหมดที่เกิดขึ้น

ทิสนา แหมมณี (2522 : 205 - 206) ได้อธิบายถึงหลักการการเตรียมการสอน โดยสรุปได้ดังนี้

หลักการข้อ 1 การตั้งจุดมุ่งหมาย โดยกำหนดออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1.จุดมุ่งหมายทั่วไป โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ (Cognitive) ด้านทักษะ (Psychomotor) และด้านทัศนคติ (Affective)

2.จุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรม (Behavior or Performance Objectives) การกำหนดให้ชัดเจนว่าผู้เรียนควรจะทำอะไร ในสถานการณ์อย่างไร

หลักการข้อที่ 2 การจัดกิจกรรมหรือประสบการณ์เรียนรู้ ในการตามหลักทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ ประกอบด้วยขั้นตอนในการสอนดังนี้

ขั้นนำ ให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมในการเรียนหรือการสร้างบรรยากาศให้เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้

ขั้นกิจกรรม คือ การให้ผู้เรียนปฏิบัติตามกิจกรรมที่เตรียมไว้ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดประสบการณ์โดยตรง ที่จะสามารถนำมาอภิปรายและวิเคราะห์ต่อไป

ขั้นอภิปรายและวิเคราะห์ คือ ให้ผู้เรียนได้มีโอกาสได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น เพื่อพัฒนาความสามารถทางสติปัญญา และมนุษยสัมพันธ์ เพื่อการเรียนรู้ด้วยตนเองต่อไป

ขั้นประยุกต์ใช้และสรุป คือ ควรมีการสรุปและเชื่อมโยงแนวคิดของแต่ละคนให้ผสมผสาน ซึ่งจะนำไปให้ผู้เรียนได้นำหลักการที่ได้ประยุกต์ใช้กับตนเองและผู้อื่น ในการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ

หลักการข้อที่ 3 การประเมินผล (Evaluation) การประเมินช่วยให้ทราบผลตรงตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้มากน้อยเพียงใด ซึ่งการประเมินผลนั้นจะต้องประกอบด้วยด้านเนื้อหา และด้านกลุ่มสัมพันธ์

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การดำเนินกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในแต่ละขั้นตอน จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นในการดำเนินชีวิต เพื่อที่จะพัฒนาศักยภาพในการเรียนรู้ต่อไป

1.1.2 เทคนิคที่ส่งเสริมกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต้องอาศัยวิธีการสอนต่างๆ ให้สอดคล้องกับหลักการเรียนรู้และหลักการสอนของกลุ่มสัมพันธ์ ดังที่ ทิศนา ขัมมณี (2545 : 152) กล่าวว่าไว้ดังนี้

1. เกม (Game) เป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ในการสอนกลุ่มสัมพันธ์ได้ดี โดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์หรือเกมการเล่นขึ้น แล้วให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่ง อันจะมีผลออกมาในรูปของการแพ้การชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนฝึกการแก้ปัญหาและเอาชนะอุปสรรคต่างๆ

2. บทบาทสมมติ (Role - Play) วิธีการนี้มีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติขึ้น เช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมติขึ้นมา แล้วให้ผู้เรียนสวมบทบาทนั้นและแสดงออกตามบทบาท โดยมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนและผู้อื่นอันจะก่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนซึ่งใช้กรณี หรือเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงมาดัดแปลง และใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษา วิเคราะห์และอภิปรายร่วมกัน เพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหา วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลที่ได้รับกรณีต่างๆ ซึ่งคล้ายชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความจริง ซึ่งมีส่วนให้การเรียนนั้นมีความหมายมากยิ่งขึ้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองสถานการณ์จริง เพื่อให้ผู้เรียนได้ลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้น และได้เรียนรู้เกี่ยวกับความเป็นจริง วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองแสดงพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งในสถานการณ์จริงผู้เรียนอาจจะไม่กล้าแสดง เพราะอาจจะเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับเกินไป

5. ละคร (Acting or Dramatization) เป็นวิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทตามบทที่เขียนหรือกำหนดไว้ ผู้แสดงจะต้องแสดงตามบทที่เขียนไว้ โดยไม่นำเอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้องที่มีส่วนทำให้เกิดผลเสียต่อการแสดงบทบาทนั้น วิธีการนี้เป็นวิธีจะช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้สาระ โดยการช่วยกันนำสาระมาแสดงให้เห็นชัด การที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกัน จะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกชอบในการเรียนรู้ร่วมกัน ได้ฝึกการทำงานร่วมกัน

6. การอภิปรายกลุ่มย่อย (Small Group Discussion) เป็นวิธีการที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออก และช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติม การจัดกลุ่มย่อยมีหลายแบบต่างๆ กัน ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการจัด

สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 56) ได้จัดรูปแบบต่างๆ ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้และประสบการณ์ไว้ดังนี้

1. เกม (Game) ผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเอง ภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ ซึ่งวิธีนี้จะได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนั้นยังช่วยให้เกิดความสนุกสนาน

2. บทบาทสมมติ (Role – Play) มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นให้อยู่ในสถานการณ์สมมติขึ้น แล้วให้ผู้เรียนสวมบทบาทนั้นและแสดงออกตามธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพและประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้ง และยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีซึ่งใช้เรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงๆ นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายกัน เพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนทางแก้ไขปัญหา

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองสถานการณ์จริง หรือสร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงแล้วให้ผู้เรียนไปอยู่ในสถานการณ์นั้นและมีปฏิกิริยาโต้ตอบกัน

5. ละคร (Acting) คือ วิธีการที่ให้ผู้เรียนทดลองแสดงบทบาทตามบทที่เขียนไว้ ผู้แสดงต้องพยายามแสดงให้สมตามบท โดยไม่นำเอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง วิธีนี้เป็นวิธีที่ช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในการเข้าใจความรู้สึกเหตุผล และพฤติกรรมของคนอื่น เป็นการฝึกการทำงานร่วมกัน

6. กลุ่มย่อย (Small Group) วิธีนี้เปิดโอกาสให้ทุกคนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออก ช่วยให้ได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้น

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า เทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมการแสดงออก ประกอบด้วยเกม การให้คำแนะนำ ตัวแบบ การแสดงบทบาทสมมติ การชักจูงพฤติกรรม การให้การเสริมแรง การสร้างสถานการณ์จำลอง และกรณีตัวอย่าง ที่จะช่วยส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมกล้าแสดงออกต่อไป

1.1.7 ประโยชน์ของกลุ่มสัมพันธ์

การเรียนรู้ด้วยวิธีกลุ่มสัมพันธ์เป็นการเรียนรู้โดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง หรือยึดหลักให้ผู้เรียนร่วมกันทำงานเป็นกลุ่ม ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนมีทัศนคติที่ดีแก่บุคคลอื่นๆ ทำให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองและเรียนรู้เกี่ยวกับบทบาทของตนเองและสมาชิกในกลุ่ม เข้าใจหลักประชาธิปไตย มีความสามัคคีกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เห็นใจผู้อื่น

ซาไรท์ (จิรวรรณ วัฒนจินะพงษ์. 2537 ; อ้างอิงจาก Charitier. 1974) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มมีส่วนช่วยในการพัฒนาต่างๆ จึงเป็นการช่วยให้บุคคลได้พัฒนาตนเอง นับตั้งแต่การเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเองอย่างเหมาะสม เข้าใจตนเอง พัฒนาทักษะด้านการฟัง เป็นการฝึกให้เป็นผู้ฟังที่ดี รู้จักกล้าแสดงออก กล้าแสดงความคิดเห็น รู้จักควบคุมการแสดงออกของอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

พัชนี วรกวิน (2522 : 149- 150) กล่าวถึง ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม และที่มีความสอดคล้องกับผลการศึกษาของกิบป์ (Gibb) คือ ประโยชน์ในด้านทัศนคติต่อตนเองที่ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ ความอบอุ่นใจ และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองและในการเข้าร่วมกลุ่มนั้น จะต้องมีส่วนร่วมซึ่งกันและกัน มีการกระทำร่วมกัน ซึ่งเป็นโอกาสให้ได้ทำความเข้าใจตนเองและสมาชิกในกลุ่ม พยายามแก้ไขข้อบกพร่องของตนเอง ทำให้มีภาพแห่งตนดีขึ้น และยังมีผลต่อทัศนคติต่อผู้อื่น เกิดความสามัคคี ร่วมมือกันเป็นอย่างดี

สิริวรรณ ศรีพหล (2536 : 244- 245) ได้กล่าวถึงกระบวนการเรียนรู้กลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งสรุปได้ ดังนี้

1. เป็นการฝึกให้ผู้เรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทำให้เกิดทัศนคติที่ดี และถูกต้อง เกี่ยวกับการทำงานร่วมกัน ซึ่งการทำงานร่วมกับผู้อื่นย่อมประสบผลสำเร็จกว่าการทำงานเพียงคนเดียว

2. เป็นการฝึกและให้ทัศนคติแก่ผู้เรียนว่า ควรให้การยอมรับและเคารพบุคคลอื่นอย่างเสมอภาค ทั้งในด้านความคิดและการกระทำโดยไม่ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลาง

3. ฝึกให้ผู้เรียนเข้าใจและเรียนรู้บทบาทของตนเองและผู้อื่น เช่น บทบาทการเป็นผู้นำ หรือบทบาทสมาชิก

4. ผู้เรียนได้มีโอกาสเรียนรู้ และฝึกฝนทักษะทางสังคม การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่น
5. ผู้เรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง การฝึกปฏิบัติจะทำให้ได้รับประสบการณ์โดยตรง
6. ผู้เรียนได้มีโอกาสฝึกทักษะในด้านการเสนอความคิดร่วมกับกลุ่ม
7. ผู้เรียนได้เรียนรู้การปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการยอมรับซึ่งกันและกันในสังคมต่อไป
8. ผู้เรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับวิถีทางความเป็นประชาธิปไตยทั้งในด้านความคิดและการกระทำ
9. ผู้เรียนเกิดความภาคภูมิใจในตัวเอง กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าพูด ตัดสินใจ ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจและนำไปสู่การแสดงออกที่ดี
10. ผู้เรียนเกิดความสามัคคี ช่วยเหลือ และเห็นใจกัน

ทศพร มณีศรีขำ (2539 : 114) ได้กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ เป็นวิธีการที่สามารถพัฒนาศักยภาพในด้านต่างๆ ของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี โดยผู้เรียนจะให้ความสนใจและไม่เบื่อหน่ายการเรียน ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาตนเองและกลุ่มก็จะดำเนินไปด้วยความสำเร็จบรรลุตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

นอกจากนี้ อเนก หงษ์ทองคำ (2542 : 65-66) กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ดังนี้

เป็นการทำลายกำแพงหรือเกราะของแต่ละคนให้เข้าหากันได้อย่างสนิทใจ

1. เป็นการสร้างบรรยากาศของการไว้วางใจกัน สนิทสนมกัน เป็นมิตรที่ดีต่อกัน ลดความเครียดลงได้
2. เป็นการสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการแสดงออกเพื่อเรียนรู้ร่วมกัน
3. เป็นการสร้างความตื่นตัว สนุกสนานคึกคัก

ดังนั้นกลุ่มสัมพันธ์จึงเป็นกิจกรรมที่มีคุณค่า ทำให้เกิดการพัฒนานำไปสู่เป้าหมายของการพัฒนาทักษะทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาได้เป็นอย่างดี

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นการเอื้อให้เกิดบรรยากาศในการแสดงความรู้สึนึกคิด เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกันเพื่อที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมในการพัฒนาตนเองและกลุ่ม ก็จะสามารถดำเนินกิจกรรมไปตามวัตถุประสงค์

1.2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มสัมพันธ์

1.2.1 งานวิจัยในประเทศ

จริยา วิไลวรรณ (2532 : 90) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อเจตคติต่อการเรียนวิชาพลศึกษาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดลำปาง พบว่า นักศึกษาที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีเจตคติต่อการเรียนวิชาพลศึกษาดีขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วรรณพร โรจน์สัญญากุล (2538 : 50) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลราชชนนี วชิรกรุงเทพมหานคร พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีสัมพันธภาพกับเพื่อนดีขึ้นหลังจากได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อรรพรรณ หิรัญพิศ (2540 :69) ได้ทำการศึกษา ผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 2 โรงเรียนพยาบาล กองการศึกษา กรมแพทย์ทหารเรือ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2540 จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน โดยใช้โปรแกรมการใช้กลุ่มสัมพันธ์และแบบทดสอบสุขภาพจิต SCL – 90 ระยะเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า สุขภาพจิตโดยรวมและด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกายดีด้านความซึมเศร้า ด้านความโกรธ ก้าวร้าว ทำลายด้านความกลัวโดยปราศจากเหตุผลและด้านหวาดระแวงดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนสุขภาพจิต ด้านความรู้สึกย่ำคิดย่ำทำ ด้านความรู้สึกไม่ชอบคิดติดต่อกับบุคคลอื่น ด้านความวิตกกังวลและด้านโรคจิตดีขึ้น หลังจากได้รับการใช้กลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์ (2541 : 50) ได้ศึกษาผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลราชชนนี ตรัง จังหวัดตรัง พบว่า นักศึกษามีการปรับตัวด้านการเรียนดีขึ้นหลังการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จินดาพร แสงแก้ว (2541 : 54) ได้ทำการศึกษาการเปรียบเทียบผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์กับกลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน เพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กบ้านอุปถัมภ์ มูลนิธิสร้างสรรค์เด็ก กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2540 ที่เป็นลูกกรรมการก่อสร้าง ช่วงอายุ 12-18 ปี จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 12 คน โดยใช้แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง โปรแกรมการฝึกกลุ่มสัมพันธ์ และโปรแกรมการฝึกกลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน ผลการวิจัยพบว่า เด็กบ้านอุปถัมภ์มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นหลังจากเข้ากลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

1.2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

แบรอน (Barron 1993 : 4389B) ได้ศึกษา ความร่วมมือในการแก้ไขปัญหา ระหว่างการทำงานเป็นทีมกับการทำงานคนเดียว โดยทำการทดลองการทำงานและการอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพของบุคคลกับกลุ่มในระยะเวลาอันสั้น ในมหาวิทยาลัยแวนเดอร์บิวท์ ผลการศึกษาพบว่า การทำงานเป็นทีมจะมีประโยชน์ในด้านการวางแผน การแสดงความคิดเห็นและแก้ปัญหาร่วมกัน การทำงานเป็นทีมทำให้กลุ่มประสบความสำเร็จสูง โดยมีองค์ประกอบที่สำคัญคือ กระบวนการกลุ่ม การพยายามแก้ปัญหาโดยสมาชิกมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น กล้าแสดงออก การเปิดความรู้สึกรู้สึกของตนเอง ความร่วมมือ การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

เวลท์ (รัศมี โพนเมืองหล้า, 2543 : 58 อ้างอิงจาก Welty 1993 :548) ได้ศึกษาบทบาทของผู้สอนและการได้รับประโยชน์จากการฝึกกลุ่มสัมพันธ์โดยการเรียนรู้จากวิดีโอเทป ผลการศึกษาพบว่า การให้ข้อมูลย้อนกลับโดยใช้วิดีโอเทปเป็นสื่อ ทำให้เกิดการเรียนรู้ระดับหนึ่ง และวิธีการสอนที่เน้นกลุ่มสัมพันธ์เป็นพื้นฐาน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยการเปิดเผยตนเองซึ่งมีผลทำให้รู้สึกกล้าแสดงออกและเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า กลุ่มสัมพันธ์เป็นวิธีการหนึ่งที่มีผลทำให้บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันภายในกลุ่ม มีการเรียนรู้ร่วมกัน รู้จักการทำงานร่วมกันในกลุ่มได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความกล้าแสดงออก มีสัมพันธภาพที่ดีในการทำงานร่วมกับผู้อื่น

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2.1.1 ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

มีผู้ให้ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออก (Assertive Behavior) ไว้หลายคนดังนี้

แรททัส และเนวิด (Rathus and Navid. 1978 : 79-82) ได้กล่าวว่า ผู้ที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะมีท่าทางเปิดเผยทั้งกิริยาท่าทาง เช่น ยืนยันในสิทธิของตนเอง เมื่อเห็นว่าเป็นสิ่งที่ถูก กล้าวิจารณ์และยอมรับคำวิจารณ์ทั้งในแง่ชมเชยหรือตำหนิได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งกล้าปฏิเสธคำขอร้องจากผู้อื่น บุคคลที่มีลักษณะไม่กล้าแสดงออกจะมีความกังวล หลีกเลี่ยงการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นๆ ไม่สามารถรับฟังคำวิจารณ์ได้ ไม่กล้าร้องขอหรือปฏิเสธผู้อื่นได้ ยอมให้ผู้อื่นมีอำนาจเหนือตนเอง มีความกลัวต่อการกระทำสิ่งใหม่ แต่ในบางครั้งพฤติกรรมกล้าแสดงออกอาจจะมีทางถ้อยคำที่ค่อนข้างก้าวร้าว เมื่อจำเป็นต้องโต้เถียงเพื่อรักษาสิทธิของตน

โวลเป และลาซารัส (Wolpe, Joseph and Lazarus, M. 1982 : 39) ได้ให้ความหมายว่า การแสดงออกทางอารมณ์มากกว่าความวิตกกังวลที่มีต่อบุคคลอื่น เป้าหมายก็คือ การลดความวิตกกังวลในตัวบุคคลนั้นๆ

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2541 : 133) กล่าวว่า พฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นความสามารถของบุคคลที่จะเสนอหรือแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างเป็นธรรมชาติตามสภาพการณ์เป็นอยู่และสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ด้วยวิธีการทางบวกโดยปราศจากความวิตก

โวลเป (พรรณราย ทรัพย์ะประภา 2548 : 175 อ้างอิงจาก Wolpe, Joseph 1969) ได้ให้ความหมายว่า การแสดงออกถึงความรู้สึกต่างๆ ต่อผู้อื่นอย่างเหมาะสม นอกเหนือจากความวิตกกังวล อาจเป็นการแสดงออกซึ่งความเป็นมิตร ชื่นชม ยินดี ที่มีใช้ความวิตกกังวล

เฟนสเตอร์ไฮม (พรรณราย ทรัพย์ะประภา 2548 : 175 อ้างอิงจาก Fensterheim 1971 : 54) ได้ให้ความหมายว่า ความสามารถในการพูดอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมา จริงใจ และมีความเหมาะสมในสิ่งที่กำลังคิด รู้สึกโดยเฉพาะอย่างยิ่งความรู้สึกในโอกาสใดโอกาสหนึ่ง รวมทั้งการแสดงออกทางคำพูด หรือการกล่าวยืนยันของบุคคลที่เป็นการกล้าแสดงออก เช่น “นี่คือสิ่งที่ฉันคิด” “นี่คือสิ่งที่ฉันเป็น” หรือ “นี่คือสิ่งที่ฉันรู้” การกล้าแสดงออกเป็นความสามารถที่จะพูดว่า “ไม่” เมื่อไม่ต้องการจะพูดว่า “ใช่” โดยปราศจากความรู้สึกผิด นอกจากนี้ยังเป็นความสามารถที่จะแสดงความรัก ความชื่นชมยินดี การพูดที่แสดงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจกัน และการสร้างความสนิทสนมกับผู้ที่ใกล้ชิดแทนที่จะเก็บความรู้สึกไว้กับตนเอง”

ฟลาวเวอร์สและโฟลด์แมน (พรรณราย ทรัพย์ะประภา 2548 : 175 อ้างอิงจาก Flowers and Foldman, 1976 : 147) กล่าวว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกนั้นเป็นพฤติกรรมที่บุคคลจะยืนยันขึ้นเพื่อแสดงสิทธิของเขาโดยปราศจากการล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่น

พรรณราย ทรัพย์ะประภา (2548 : 175) ได้กล่าวว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก หมายถึง พฤติกรรมดังต่อไปนี้ คือ

1. การแสดงสิทธิอันพึงมีพึงได้ของตนโดยที่ไม่เป็นการล่วงละเมิดหรือก้าวล่วงสิทธิของผู้อื่น
2. การกล่าวคำปฏิเสธที่จะกระทำตามคำสั่งหรือคำขอร้องที่ไร้เหตุผลสมควรของผู้อื่น
3. การกล่าวคำขอร้องหรือการออกคำสั่งที่มีเหตุผลสมควรแก่ผู้อื่น
4. การแสดงความรู้สึกทางด้านบวกและทางด้านลบออกให้ผู้อื่นทราบอย่างถูกต้องเหมาะสมแก่การเทศะอย่างจริงใจและอย่างตรงไปตรงมา

จากความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออก (Assertive Behavior) สรุปได้ว่า การแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกมาจากเปิดเผย ตรงไปตรงมาอย่างเป็นธรรมชาติอย่างเหมาะสม ทั้งภาษาท่าทางหรือภาษาถ้อยคำด้วยความมั่นใจโดยปราศจากความวิตกกังวล

แนวทางเพิ่มความสามารถในการแสดงออก แบ่งออกเป็น 3 ประเภท

1. การแสดงออกที่ไม่เหมาะสม (Nonassertive Behavior) พฤติกรรมนี้ไม่ได้หมายถึงพฤติกรรมที่รุนแรงหรือเป็นการทำร้ายต่อร่างกายและจิตใจเท่านั้น แต่หมายถึงการกระทำที่เป็นการถอนตัวออกจากสถานการณ์ที่ควรต้องเข้าไปเกี่ยวข้องด้วย การกระทำที่ไม่เหมาะสมจะแสดงออกในรูปของการเพิกเฉยหรือปล่อยให้เรื่องราวและปัญหาผ่านไปอย่างไม่สนใจ (Passive Approach) คำพูดที่ใช้กับการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมมี 3 ลักษณะ คือ

1.1 ไม่สนใจความรู้สึกหรือความคิดเห็นของผู้อื่น เช่น พูดว่า “ไม่เห็นมีอะไรเลย” “เป็นเรื่องธรรมดาธรรมดา” หรือ “ไม่มีอะไรน่าสนใจ” เป็นต้น

1.2 ปล่อยให้ผู้อื่นเลือกหรือตัดสินใจแทน เช่น “ได้เลยผมไม่คิดอะไรอยู่แล้ว” “เชิญตามสบาย คุณตัดสินใจแทนได้เลย”

1.3 ผลักให้เป็นภาระของผู้อื่น เช่น “ทำไมคุณไม่ลงมือทำล่ะ ยังไงๆ ความคิดของฉันก็ไม่เข้าท่าอยู่แล้ว” หรือ “ถ้าคิดว่าถูกต้องก็ทำไปเลย ยกให้เป็นการตัดสินใจของคุณ” เป็นต้น

2. การกระทำที่ก้าวร้าว (Aggressive Behavior) เป็นการแสดงออกโดยใช้อารมณ์อย่างรุนแรงหรือสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง รูปแบบของการแสดงออกในด้านการพูดคุย ถ้าไม่ใช้การโกหกเป็นหลักก็มักจะใช้การแปลงความหมายให้แตกต่างจากความเป็นจริงจนทำให้เกิดความเข้าใจผิด การกระทำที่ก้าวร้าวแสดงออกด้วยคำพูดจะเป็นไปใน 3 ลักษณะ คือ

2.1 ทำให้ผู้ฟังคิดว่าตนเป็นผู้ผิดโดยใช้ทั้งความหมายของถ้อยคำและน้ำเสียงเป็นสื่อ เช่น “คุณถ้าจะบ้า” หรือ “เมื่อไรคุณจะฟังรู้เรื่องสักที”

2.2 ไม่ยอมให้ผู้อื่นตัดสินใจเอง จะเป็นผู้ตัดสินใจแทนในทุกเรื่อง เช่น “บอกให้ทำก็ทำไปเถอะ” หรือ “บอกเขาไปแล้วว่าเราต้องการอย่างนี้ คุณไม่ต้องคิดให้เสียเวลา

2.3 ปกป้องตนเองแต่ทำให้ผู้อื่นเสียใจ เช่น “ที่คุณเริ่มเอาไว้ ผมต้องมาคิดต่อ เกือบตายกว่าจะออกมาได้อย่างนี้” หรือ “เรื่องนี้ยากที่คุณเริ่มไว้มันยุ่งไปหมด ผมทำมาได้แล้ว นี่ก็ดีเท่าไรแล้ว”

3. การกระทำที่เหมาะสม (Assertive Behavior) เป็นการแสดงออกที่สื่อให้รู้อย่างชัดเจนว่าตนเองเป็นใคร คิดอย่างไร รู้สึกอย่างไร และต้องการอย่างไร การกระทำที่สื่อออกมาไม่ใช้การแสดงออกที่มุ่งโอ้อวดตัวเอง แต่เป็นการกระทำอย่างกระตือรือร้นและตั้งใจที่จะให้ผู้อื่น เข้าใจว่าตัวเองเป็นอย่างไร การกระทำที่เหมาะสมมีลักษณะดังต่อไปนี้

3.1 เปิดเผยและแสดงความรู้สึกออกมาโดยตรง ไม่อ้อมี และไม่เก็บซ่อนไว้ เช่น พูดว่า “ฉันเป็นคนตรงต่อเวลา” หรือ “ผมคิดว่าเราควรทำให้ถูกต้อง”

3.2 ให้ผู้อื่นเลือกหรือตัดสินใจด้วยตัวเอง หมายถึง การตัดสินใจของเราต้องไม่ไปกดดันการตัดสินใจของเขา แต่เราต้องสื่อให้เขารู้ว่าเราคิดอย่างไร เช่น “ที่คิดกันนั้นคงไม่ยุติธรรมกับผมแน่” หรือ “คุณควรช่วยทำเรื่องนี้ได้หรือเปล่า”

3.3 ทั้งสองฝ่ายพอใจกับผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ได้ตัดสินใจร่วมกัน ไม่ตำหนิต่อว่าหรือโยนความคิดให้อีกฝ่าย เช่น ประทับใจมากที่คุณช่วยทำอย่างนั้นตั้งแต่ต้น” “คิดว่าการร่วมมือกันครั้งนี้ทำให้พวกเราประสบความสำเร็จที่น่าพอใจ”

2.1.2 ลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

เลนจ์ และ จาคูโบสกี (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต 2541 : 133 – 140 อ้างอิงจาก Lange and Jakubowski .1970) ได้แบ่งลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็น 6 ลักษณะ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1. การกล้าแสดงออกขั้นพื้นฐาน (Basic Assertion) เป็นการแสดงออกเพื่อรักษาสติ ทลอดจนความเชื่อ ความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเอง โดยไม่จำเป็นต้องอาศัยทักษะทางสังคมอื่นๆ เช่น

กรณีที่ถูกสอดแทรกในขณะที่กำลังพูดคุยอยู่ : คุณอาจจะพูดว่า

“ขอโทษครับ ผมอยากจะขอให้พูดให้จบเสียก่อน”

กรณีที่ถูกล้อมด้วยคำถามที่สำคัญ แต่ว่าคุณไม่ได้เตรียมตัวมาก่อน : คุณอาจจะพูดว่า

“ผมอยากจะใช้เวลาสัก 2-3 นาที ในการที่จะคิดทบทวนอีกครั้งหนึ่ง”

2. การกล้าแสดงออกในลักษณะเข้าอกเข้าใจผู้อื่น (Empathic Assertion) เป็นการแสดงออกเพื่อต้องการสื่อให้รู้ถึงความรู้สึกเข้าอกเข้าใจที่เรามีต่อผู้ที่เราพูดด้วย จึงเป็นการแสดงออกที่บอกถึงการรับรู้สภาพการณ์หรือความรู้สึกของผู้อื่น แล้วตามด้วยการยืนยันถึงสิทธิของผู้พูดหรือผู้แสดงออกนั้น โดยยังคงไว้ซึ่งความเคารพผู้อื่นด้วย เช่น

กรณีที่มีการประชุมกำลังดำเนินการอยู่ มีบุคคล 2 คน คุยกันด้วยเสียงดัง รบกวนการประชุม : คุณอาจจะพูดว่า

“คุณอาจจะไม่รู้ตัวว่าการคุยของคุณกำลังทำให้ผมฟังการประชุมไม่รู้เรื่อง ช่วยเบาเสียงลงหน่อยได้ไหมครับ”

ในการใช้การกล้าแสดงออกในลักษณะเข้าอกเข้าใจนี้ มักจะได้รับการตอบสนองทางบวกจากบุคคลอื่น จึงจะต้องตระหนักเอาไว้ว่าไม่ควรจะใช้เพื่อให้ตนเองบรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการโดยไม่ให้ความเคารพต่อผู้อื่น เช่น การพูดว่า “ผมเข้าใจว่าคุณรู้สึกอย่างไร แต่...” เป็นลักษณะของการพูดที่สักแต่เข้าใจ และเป็นหลอกให้บุคคลอื่นเชื่อว่าความรู้สึกของเขานั้นได้รับการพิจารณาแต่ความจริงแล้วความรู้สึกดังกล่าวไม่ได้รับการพิจารณาเลย ลักษณะของพฤติกรรมดังกล่าวจึงไม่ใช่การกล้าแสดงออกในลักษณะเข้าอกเข้าใจ

3. การกล้าแสดงออกในลักษณะของการเพิ่มระดับ (Escalating Assertion)

การกล้าแสดงออกที่ได้รับการยอมรับ ต้องไม่ใช่การก้าวร้าว จึงต้องหลีกเลี่ยงการทำให้ผู้อื่นเกิดความรู้สึกทางลบหรือเกิดความรู้สึกว่าถูกละเมิดสิทธิ ดังนั้นในการแสดงออกผู้แสดงจึงควรค่อยๆ เพิ่มระดับของความเข้มของการปฏิเสธหรืออาจใช้การเน้น (ยืนยัน) ความมั่นคงของการพูดของตนต่อไปก็ได้ โดยไม่จำเป็นต้องแสดงออกอย่างรุนแรงในทันที

4.การกล้าแสดงออกในลักษณะเผชิญหน้า (Confrontive Assertion) เป็นการกล้าแสดงออกที่ใช้เมื่อเห็นว่า คำพูดและการกระทำของบุคคลนั้น ไม่สอดคล้องกันจึงจำเป็นต้องพูดขัดขวาง เพื่อยุติการกระทำนั้นๆ เช่น

“ผมควรจะได้รับการศึกษาก่อนที่จะเสนอข้อเสนอนี้สุดท้ายจะได้รับการพิมพ์ แต่ขณะนี้ผมเห็นเลขา กำลังพิมพ์อยู่ และก่อนที่จะพิมพ์เสร็จผมต้องการที่จะได้ทบทวนข้อเสนอเหล่านั้นเสียก่อน และอาจจะแก้ไขถ้าผมเห็นว่าจำเป็น คราวต่อไปผมขอให้นำเสนอต่างๆ ผ่านมาให้ผมทบทวนก่อน ก่อนที่จะส่งให้เลขาพิมพ์”

ลักษณะของการกล้าแสดงออกที่ตรงข้ามกับการกล้าแสดงออกในลักษณะการเผชิญหน้า คือ การก้าวร้าวในลักษณะการเผชิญหน้า ซึ่งเป็นการแสดงออกที่แสดงถึงการตัดสินใจ ผู้อื่นมากกว่าที่จะกล่าวถึงพฤติกรรมและทำให้ผู้อื่นนั้นรู้สึกผิด

5. การกล้าแสดงออก ในลักษณะของการใช้ภาษา “ฉัน” (I-Language Assertion) ในการกล้าแสดงออกถึงความรู้สึก แล้วจะไม่ทำให้ผู้อื่นรู้สึกในทางลบนั้น ผู้พูดควรหาทางพูดที่ใช้คำว่า ผม หรือ ดิฉัน แทนที่จะกล่าวว่า คุณ ซึ่งฟังดูแล้วเหมือนเป็นการกล่าวโทษกันอย่างชัดเจนเกินไป

6. การกล้าแสดงออกและการชักจูง (Assertion and Persuasion) ในการเสนอความคิด ความเห็นต่างๆ ให้ผู้อื่นยอมรับนั้น ควรนำเสนอเฉพาะเรื่องที่สำคัญๆ และไม่ควรนำเสนอไปเสียทุกอย่าง และควรจะเป็นความคิดเห็นที่กล่าวออกมาได้อย่างชัดเจน สุภาพ และไม่ลดคุณค่าของตัวเองลง คือ ไม่พูดถ่อมตนจนขาดความน่าเชื่อถือ แต่ควรพูดในลักษณะคล้อยตามเรา ศรัทธาเราอย่างเป็นธรรมชาติ

ลาซารัส (Lazarus. 1973 : 68) ได้กำหนดลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงถึงการกล้าแสดงออกไว้น่าจะครอบคลุมพฤติกรรม 4 ลักษณะ สรุปได้ดังนี้

1. สามารถจะเริ่มสนทนาและยุติการสนทนาได้ด้วยความสำเร็จ
2. สามารถที่จะกล่าวคำปฏิเสธได้
3. สามารถที่จะกล่าวคำขอร้องผู้อื่นได้
4. สามารถที่จะแสดงออกถึงความรู้สึกทางบวก และทางลบได้

การแสดงออกดังกล่าวนี้ ผู้แสดงออกจะต้องกระทำอย่างมีประสิทธิภาพ โดยไม่แสดงความวิตก กังวล อับอาย

โรเบิร์ต อี อัลเบอร์ต์ และมิเชล แอล เอมมอนส์ (วัฒนา พันธุ์เมฆา 2527: 34 อ้างอิงจาก Alberti and Michael L. Emmons 1978) ได้กล่าวถึงลักษณะสำคัญของพฤติกรรม การแสดงออกไว้ดังนี้

1. ลักษณะการแสดงออกมาให้ปรากฏ
2. ลักษณะการแสดงออกมาอย่างจริงใจ
3. ลักษณะการแสดงออกอย่างตรงไปตรงมา
4. มีลักษณะเป็นการส่งเสริมตนเอง
5. ไม่มีลักษณะที่เป็นการทำร้ายความรู้สึกของคนอื่น
6. ลักษณะการพูดแสดงความรู้สึก แสดงความคิดเห็นและข้อร้อง เป็นต้น
7. ลักษณะการใช้สายตา น้ำเสียง ท่าทาง และการวางตัว เป็นต้น
8. มีลักษณะเหมาะสมแก่บุคคลมากกว่าที่จะเป็นลักษณะสากล
9. มีลักษณะรับผิดชอบต่อสังคม
10. เป็นลักษณะผสมผสานกันของทักษะที่ได้เรียนรู้มาใช้ลักษณะที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิด

เกิด

ซอลเตอร์ (พรรณราย ทรัพย์ประภา. 2526 :48 อ้างอิงจาก Salter.1949 : 208) กล่าวว่า บุคคลที่มีการพัฒนาพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม จะสามารถแสดงพฤติกรรม ต่างๆ ต่อไปนี้

1. การพูดแสดงความรู้สึกที่แท้จริง (Use – Feeling – Talk) เป็นการแสดงออกถึง ความรู้สึกชอบและความสนใจได้อย่างไม่ขัดเขิน แทนการพูดอะไรมาอย่างเป็นกลางๆ สามารถที่จะใช้ว่า “ฉันรู้สึก..” หรือ “ฉันคิดว่า ..” ได้ในเวลาอันเหมาะสม
2. การพูดเกี่ยวกับตนเอง (Talk about Yourself) เมื่อบุคคลทำสิ่งใดที่มีคุณค่าและ น่าสนใจบุคคลนั้นสามารถที่จะพูดหรือเล่าให้บุคคลอื่นทราบได้ โดยไม่พูดโอ้อวดหรือผูกขาด การสนทนาเพียงผู้เดียว แต่สามารถที่จะเล่าความสำเร็จของตนได้ เมื่อถึงเวลาอันเหมาะสม
3. การพูดทักทายปราศรัย (Make Greeting Talk) บุคคลสามารถที่จะแสดงความ เป็นมิตรกับบุคคลที่ต้องการรู้จัก และแสดงความยินดีที่ได้พบเข้าด้วยความยิ้มแย้มแจ่มใส สามารถกล่าวว่า “สวัสดีค่ะ ดีใจที่ได้พบคุณอีก” มากกว่าที่จะกล่าวเพียงคำว่า “สวัสดี” หรือ พยักหน้าอย่างเดียว
4. การยอมรับคำชมเชย (Accept Complement) บุคคลสามารถยอมรับคำชมเชย อย่างจริงใจ แทนการแสดงความไม่เห็นด้วย เช่น เมื่อมีคนชมว่า “เสื้อของคุณตัวนี้สวย” สามารถตอบได้ว่า “ขอบคุณค่า ดิฉันก็ชอบเหมือนกัน” โดยถือว่าการรับคำชมเป็นการให้ รางวัลผู้กล่าวคำชมเชย แทนที่การพูดในลักษณะเป็นการลงโทษเขา

5. การแสดงออกสีหน้าได้อย่างเหมาะสม (Use Appropriate Facial Talk) เป็นการแสดงออกทางใบหน้า และน้ำเสียงที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริง และสามารถสลายตาไปกับคู่สนทนาได้อย่างตรงไปตรงมา

6. การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ (Disagree Mildly) เมื่อมีความคิดไม่ตรงหรือไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น โดยที่ตนเองมีความแน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยนั้น สามารถที่จะแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างนุ่มนวลด้วยการแสดงกิริยาบางอย่าง เช่น มองไปทางอื่น เลิกคิ้ว สั่นศีรษะ หรือเปลี่ยนเรื่องสนทนา

7. การขอให้แสดงความกระจ่าง (Ask for Clarification) เมื่อมีคนให้คำแนะนำ สั่งสอน หรือคำอธิบายไม่ชัดเจน ก็สามารถที่จะขอร้องให้เขาอธิบายให้ฟังอีกครั้งให้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยสามารถพูดว่า “ดิฉันยังไม่เข้าใจคำอธิบายของคุณดีนัก คุณจะกรุณาพูดใหม่อีกครั้งได้ไหมคะ”

8. การถามเหตุผลว่าทำไม (Ask Why) เมื่อผู้ใดมาขอร้องให้ทำในสิ่งที่ไม่มีเหตุผลก็สามารถถามได้ว่า “ทำไมคุณจึงต้องการให้ดิฉันทำสิ่งเหล่านั้นเล่าคะ” ด้วยน้ำเสียงสุภาพ และไม่ทำหน้าบึ้งตึง แต่ไม่ต้องยี้ม

9. การแสดงความไม่เห็นด้วยในขณะนั้น (Express Active Disagreement) เมื่อมีความคิดเห็นไม่ตรงหรือไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น โดยที่ตนเองมีความแน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยนั้น ก็สามารถแสดงความไม่เห็นด้วยได้ โดยพูดว่า “ดิฉันมีความเห็นที่แตกต่างออกไปดิฉันมีความคิดเห็นว่า..”

10. การพูดเรื่องรักษาสិทธิของตนเอง (Speak up for Your Rights) การไม่ให้ใครมาเอารัดเอาเปรียบโดยไม่ยุติธรรม สามารถที่จะปฏิเสธได้ โดยไม่รู้สึกรังเกียจ สามารถที่จะแสดงสิทธิและขอร้องให้ผู้อื่นแสดงต่อตนเอง ด้วยความยุติธรรม เช่น สามารถพูดได้ว่า “ดิฉันเข้าคิวก่อน” หรือ “กรุณาหรีววิทยุหน่อยได้ไหมคะ” โดยไม่ต้องทำลายสถานการณ์ คือ ไม่ต้องทะเลาะวิวาท หรือโกรธผู้อื่นนั่นเอง

11. ยืนกราน เพียรไม่ละลด (Be Persistent) เมื่อมีเรื่องข้องใจในเรื่องที่มีเหตุผลสมควรสามารถที่จะดำเนินการร้องทุกข์จนกว่าจะได้รับความพอใจ แม้จะมีผู้ใดขัดขวางก็จะไม่เลิกล้มความตั้งใจ

12. หลีกเลียงในการแสดงเหตุผลในทุกๆ ความเห็น (Avoid Justifying Every Opinion) ในการอภิปราย ถ้ามีใครโต้แย้งตลอดเวลาและคอยถามว่า “ทำไม ทำไม ทำไม” ก็สามารถที่จะปฏิเสธที่จะตอบคำถาม เพื่อที่จะยุติปัญหาเหล่านั้น โดยพูดว่า “ดิฉันมีความรู้สึกเช่นนี้จะ ดิฉันไม่จำเป็นต้องแสดงเหตุผลในทุกๆ สิ่งทีดิฉันพูดออกไป ถ้าการแสดงเหตุผลมีความสำคัญต่อคุณมาก คุณน่าจะหาเหตุผลดูว่าทำไมคุณจึงไม่เห็นด้วยกับดิฉันไปเสียทั้งหมด”

13. การใช้การประสานสายตา (Eye Contact) ขณะสนทนากัน สามารถที่จะมองตาผู้ฟัง ซึ่งการประสานสายตานับว่า มีความสำคัญมาก เพราะจะช่วยสะท้อนความรู้สึกจริงใจ

ของผู้พูดได้ ในขณะที่เดียวกันทำให้ผู้พูดรู้ว่าผู้ฟังมีความสนใจในเรื่องที่กำลังสนทนากันมากน้อยเพียงไร หรือผู้ฟังมีความรู้สึกอย่างไร

อัลเบอร์ตี แอนด์ เอ็มมอน และ แซงค์ แอนด์ ซาฟเฟอร์ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2542: 153) อ้างอิงจาก Alberti & Emmons (1974) และ Sank & Shaffer (1984) กล่าวว่าในการพัฒนาทักษะการกล้าแสดงออกนั้น สามารถแบ่งทักษะออกเป็น 2 ประเภทด้วยกัน คือ ทักษะทั่วไป กับทักษะเฉพาะเจาะจง โดยทักษะดังกล่าวควรจะมีอยู่ด้วยกัน 6 ด้าน คือ

1. การประสานสายตา (Eye Contact) เป็นการมองไปยังบุคคลที่พูดด้วย เพื่อบอกให้รู้ว่าผู้พูดนั้นมีความจริงใจในสิ่งที่พูด ซึ่งนับว่าเป็นทักษะพื้นฐานที่สำคัญมากของพฤติกรรมกรกล้าแสดงออก เนื่องจากว่า ถ้าเราพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นไม่มีการประสานตาก็คืออาจจะเป็นสัญญาณที่แสดงถึงการซ่อนสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาเอาไว้ เช่น “ฉันกำลังวิตกกังวลมากนะ” หรือ “ฉันไม่เชื่อในสิ่งที่ฉันพูดหรอก”

2. น้ำเสียง (Voice Tone) การพูดที่แสดงให้เห็นถึงการกล้าแสดงออกนั้น น้ำเสียงที่ดังพอเหมาะนับว่าสำคัญมาก เพราะถ้าพูดด้วยน้ำเสียงที่เบาจะทำให้ผู้ฟังไม่แน่ใจในสิ่งที่ผู้พูดกำลังพูดอยู่ อีกทั้งการพูดด้วยเสียงที่เบา นั้นมักจะนำไปสู่ความรู้สึกที่ว่าผู้พูดนั้นขาดความมั่นใจหรือมีความกลัวอะไรบางอย่างอยู่ ในทางกลับกันถ้าพูดด้วยเสียงที่ดังเกินไป ก็จะเป็นการรบกวนผู้ฟัง และทำให้เขาารู้สึกว่าอยู่ในฐานะที่ตั้งรับลักษณะของการพูดจึงดูเหมือนว่าเป็นการแสดงออกซึ่งความก้าวร้าวไป

3. การวางท่าทาง (Posture) การวางท่าทางนั้นควรจะให้เหมาะสมกับสภาพการณ์โดยที่ไม่ควรวางท่าทางให้ดูเคร่งขรึมจนเกินไป เพราะทำให้ดูเหมือนว่าเครียด หรือวางท่าผ่อนคลายเป็นไปจนดูว่าไม่จริงจัง นอกจากนี้การวางท่าทางนั้นควรจะให้อยู่ในลักษณะของการเผชิญหน้า ส่วนของร่างกายนั้นควรจะให้ตั้งตรง แต่ถ้าเอียงควรจะเอียงเข้าหาบุคคลที่พูดด้วย มิใช่เอียงตัวออก

4. การแสดงออกทางหน้า (Facial Expression) การสื่อให้เห็นถึงการกล้าแสดงออกจะหมดความหมายไปทันที ถ้าการแสดงออกทางหน้าไม่สอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการจะสื่อ เช่น การพูดว่า “สิ่งนั้นทำให้ดิฉันโกรธมากนะ” แต่ขณะเดียวกันใบหน้านั้นมีรอยยิ้มอยู่ ผู้ฟังก็จะเกิดความสับสนในสิ่งที่ผู้พูดต้องการจะสื่อจริงๆ ผลที่ตามมาคือ ผู้ฟังก็ไม่รับรู้ถึงเนื้อหาที่ผู้พูดต้องการจะบอก การไม่สอดคล้องระหว่างสิ่งที่พูดกับการแสดงออกทางหน้านี้ มักจะเกิดจากการที่คนเราต้องการที่จะปกป้องตนเองในกรณีที่ผู้ฟังไม่สามารถที่จะยอมรับสิ่งที่ผู้พูดได้

5. เวลา (Timing) การกล้าแสดงออกจะหมดประสิทธิภาพทันที ถ้าแสดงออกในเวลาที่ไม่เหมาะสม ดังนั้นการตัดสินใจในการเลือกเวลาและโอกาสที่เหมาะสมจึงนับได้ว่ามี

ความสำคัญมากกว่าที่ลูกน้องเสนอแนะบางอย่างให้กับเจ้านายนั้น ถ้าเสนอแนะเป็นการส่วนตัว บางครั้งอาจได้ผลดีกว่าการเสนอแนะในที่ชุมชน

6. เนื้อหาที่พูด (Content) การกล้าแสดงออกจะไม่ได้รับความสนใจเลย ถ้าเนื้อหาที่พูดนั้นมีลักษณะของการตำหนิ กว้างเกินไป หรืออ่อนเกินไป ซึ่งเนื้อหาในการพูดนั้น ควรจะให้ชัดเจน เฉพาะเจาะจงและตรงไปตรงมา

ทักษะเฉพาะเจาะจง เป็นทักษะที่ผู้เข้ารับการบำบัดควรได้รับการฝึกฝน เพื่อ นำไปใช้ในแต่ละสภาพการณ์ที่แตกต่างกัน ซึ่งมีอยู่ด้วยกันอย่างน้อย 12 ทักษะ ด้วยกันคือ

1. การพูดอย่างกล้าแสดงออก (Assertive Talk) เป็นประโยคที่พูดเพื่อแสดงสิทธิ ของตนเอง หรือเป็นการยืนยันว่าจะต้องได้การตอบสนองที่เท่าเทียมกันและยุติธรรม เช่น

“ผมมาที่นี่เป็นคนแรก”

“กรุณาปิดวิทยุ เพราะผมจำเป็นต้องอ่านหนังสือ”

2. การแสดงออกซึ่งความรู้สึก (Expression of Feeling) เป็นการแสดงออกถึง ความรู้สึกชอบ ไม่ชอบของบุคคลอย่างทันทีทันใด เปิดเผย และตรงไปตรงมา ตอบคำถาม อย่างจริงใจ และหลีกเลี่ยงการเก็บกดความรู้สึก แต่ต้องระวังไว้ว่าการแสดงออกซึ่งความรู้สึกที่ มากเกินไปตลอดเวลา นั้นแทนที่จะเป็นผลดีกลับจะเป็นปัญหาได้เช่นกัน

3. การพูดจากักทหาย (Greeting Talk) คนจำนวนมากที่รู้สึกโดดเดี่ยวและมีเพื่อน น้อย เนื่องจากขาดทักษะในการที่จะเริ่มต้นสนทนากับผู้คนอย่างเป็นมิตร การมีเพื่อนมากขึ้น จะทำให้ชีวิตนั้นมีคุณค่ามากยิ่งขึ้น ไม่โดดเดี่ยว และซึมเศร้า บุคคลควรจะฝึกยิ้มเข้าหาผู้อื่น และมีเรื่องเล็กๆ น้อยๆ เตรียมไว้พูดกับผู้อื่นอีกด้วย

4. การแสดงออกไม่เห็นด้วย (Disagreement) บุคคลไม่มีความจำเป็นที่จะต้อง แสร้งเป็นว่าเห็นด้วยกับความคิดของบุคคลอื่น เมื่อความคิดเหล่านั้นไม่สอดคล้องกับความคิด ของตน เขาควรจะแสดงออกอย่างจริงใจว่าไม่เห็นด้วยท่าทีสุขภาพ เพื่อที่ว่าจะได้มีส่วนร่วมใน สิ่งที่เกิดขึ้นโดยไม่รู้สึกว่าการเปลี่ยนแปลง

5. การใช้คำถามว่าทำไมเพื่อถามถึงเหตุผล (Asking Why) บุคคลควรจะ ได้ พิจารณาถึงความสมเหตุสมผลของคำขอร้องหรือข้อเสนอของบุคคลอื่น มิใช่ทำตามเสียทุก อย่าง เมื่อถูกขอร้องให้ทำในสิ่งที่คุณจะไม่เห็นเหตุผล หรือชี้แนะให้ทำโดยบุคคลที่มีอำนาจ เขาควร จะถามว่าทำไมจึงควรทำตามข้อเสนอแนะหรือคำขอร้องนั้น และไม่ควรยุติการเรียกร้องคำตอบ จนกว่าจะได้รับคำตอบที่ดีพอ

6. การคุยเกี่ยวกับตนเอง (Talking about oneself) บุคคลที่ไม่กล้าแสดงออก บางครั้งก็รู้สึกว่าตัวเองไม่ค่อยจะมีคุณค่า และรู้สึกว่าบุคคลอื่นอาจจะเบื่อหน่ายที่จะฟังเกี่ยวกับ เรื่องของตัวเองของเขา ดังนั้นเพื่อที่จะทำให้ตัวเองมีคุณค่าและเป็นการบอกว่าตัวเองได้ทำอะไรไป แล้วนั้น เขาก็ควรที่จะได้รับการฝึกที่จะพูดเกี่ยวกับตัวเอง และประสบการณ์ของเขาด้วยท่าทีที่ น่าสนใจเพื่อที่ว่าเขาจะได้รับการตอบสนองจากบุคคลอื่นที่ดีขึ้น

7. การให้รางวัลแก่บุคคลอื่นสำหรับคำเยินยอของเขา (Rewarding others for compliments) บ่อยครั้งที่คนเราได้รับการเยินยอ แต่ไม่สามารถจะสนองตอบอย่างกล้าแสดงออกได้ต่อคำเยินยอนั้น แต่กลับทำให้เป็นที่น่าขบขันหรือปฏิเสธการเยินยอนั้น ความจริงแล้วคนที่กล้าแสดงออก จะต้องรู้จักกับคำเยินยอเหล่านั้น

8. หลีกเลี่ยงการให้เหตุผลต่อความคิดเห็น (Avoid justifying opinions) โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับบุคคลที่มีนิสัยชอบการถกเถียง เพื่อการถกเถียง ดังนั้นบุคคลควรได้รับการฝึกให้รู้จักให้ข้อเสนอแนะ เพื่อการยุติสนทนา แทนที่จะพยายามขยายรายละเอียดต่างๆ เพื่อให้ได้รับการยอมรับ

9. มองคู่สนทนาที่ตา (Looking people in the eye) การที่จะให้เห็นว่าบุคคลใดมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกนั้น การมองตาคู่สนทนานับว่าเป็นวิธีการที่เหมาะสมวิธีการหนึ่ง ซึ่งผู้ที่ฝึกการกล้าแสดงออก ควรจะมีพฤติกรรมดังกล่าว ถ้าพบว่าการมองตาคู่สนทนาทำให้เกิดความกระวนกระวายใจหรือไม่สบายใจ การฝึกฝนค่อยๆ อาจช่วยได้

10. ฝึกการใช้ Broken Record เป็นการที่บุคคลพูดย้ำจุดสำคัญครั้งแล้วครั้งเล่า โดยอาการที่สงบหรือกล่าวหาใคร โดยไม่มีการออกนอกประเด็น เป็นประโยชน์อย่างมากที่จะใช้กับคนแปลกหน้า หรือคนที่มักจะเลียงความรับผิดชอบ

11. ฝึกการใช้ Fogging เป็นการฝึกเพื่อให้บุคคลค้นหาสิ่งที่เห็นด้วยกับผู้ที่กล่าวหาหรือต่อว่าเขาด้วยคำพูด ซึ่งวิธีการดังกล่าวนี้บางครั้งก็เรียกว่าเป็นการปลดอาวุธ ซึ่งวิธีการนี้จะช่วยให้บุคคลที่กำลังโกรธอยู่มีอารมณ์เย็นลง โดยไม่พยายามทำให้อารมณ์ของเขารุนแรงขึ้น ด้วยการใช้คำพูดที่ปกป้องตัวเองหรือโจมตี เพราะการที่พยายามป้องกันตัวเองจะทำให้ผู้ที่กล่าวหาคุณเข้าใจผิดมากขึ้นไปอีก

12. การใช้ผม / ดินนีสื่อความ (I-Messages) การใช้ผม/ดิฉัน สื่อความนั้น มักจะทำให้เกิดความรู้สึกต่อต้าน โกรธ หรือรู้สึกเจ็บปวดโดยไม่จำเป็น การใช้ผม / ดิฉัน สื่อความ จะประกอบด้วยการบอกถึงลักษณะของพฤติกรรมของบุคคลอื่นอย่างเฉพาะเจาะจงและผลที่เกิดขึ้นต่อผู้พูดอย่างชัดเจน

การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมต้องผ่านการฝึกฝนเพื่อแสดงออกอย่างชำนาญ ทักษะการแสดงออกมีองค์ประกอบสำคัญ 2 ด้าน คือ

1. ด้านทักษะการพูด (Verbal Skill) หมายถึง ความสามารถใช้ภาษาพูดที่เหมาะสม มีเนื้อหาสอดคล้องกับสิ่งที่ผู้พูดต้องการ และสามารถสื่อให้ผู้ฟังรับสารและแปลความได้ตรงตามเป้าหมายหลักการที่ใช้ในการฝึกทักษะ มี 3 หลักใหญ่ๆ ดังนี้

1.1 บอกเป้าหมายที่ต้องการและความรู้สึกอย่างชัดเจนและแน่นอน บอกเป้าหมายการกระทำของเราให้กะทัดรัดและชัดเจน และถ้าผู้ฟังยังต้องการให้เราเลือกทำในทิศทางที่เขาต้องการหรือแนะนำให้เราต้องพร้อมที่จะบอกเขาว่า “เข้าใจตามที่เขาบอกแล้ว แต่ต้องการ...”

1.2 แสดงความรู้สึกออกมาโดยตรงแต่ไม่มีบีบบังคับความรู้สึกผู้อื่น

1.3 ทำให้ผู้แสดงออกไม่เหมาะสมพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง การไม่เข้าไปก้าวก่ายความเป็นส่วนตัวมากเกินไป แนวทางการเลือกใช้ถ้อยคำต้องไม่ทำให้เขารู้สึกเสียหน้า เช่น “..ไม่เข้าใจว่าทำไมคุณจึง..”

นอกจากจะมีหลักการฝึกใช้คำพูดยังต้องมีการฝึกให้กล้าพูด ดังนั้นต้องฝึกในสิ่งเหล่านี้

1. กล้าพูดยกย่องชมเชย (Commendatory Assertiveness) สามารถแสดงความรู้สึกด้านบวกต่อบุคคลอื่น เช่น การกล่าวคำชม การยกย่องสรรเสริญให้ฝึกพูดออกมาเมื่อรู้สึกว่าเป็นเรื่องที่ควรชม

2. กล้าพูดปฏิเสธ (Refusal Assertiveness) เมื่อไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็นของผู้อื่น ไม่ต้องการทำตามที่ถูกร้องขอ ต้องการปกป้องรักษาสีทิตที่ถูกละเมิด ก็กล้าที่จะปฏิเสธว่าไม่ต้องการทำเช่นนั้น

3. กล้าพูดเรียกร้อง (Request Assertiveness) เมื่อมีเป้าหมายหรือจุดประสงค์ที่จะดำเนินการบางสิ่งบางอย่าง เช่น การขอความช่วยเหลือ ขอคำปรึกษาแนะนำ ฝึกให้สามารถเอ่ยปากได้อย่างเหมาะสม

2. ด้านภาษาท่าทาง (Nonverbal Skill) การสื่อสารด้วยกิริยาท่าทางสามารถประเมินความเหมาะสมได้เช่นเดียวกับการสื่อสารด้วยภาษาพูดหรือภาษาอื่นๆ โดยทั่วไปภาษา ท่าทาง จัดเป็นภาษาสากลที่คนทุกชาติสามารถเข้าใจตรงกันได้ในระดับหนึ่ง แนวทางที่จะช่วยให้เราทำกิริยาท่าทางให้เหมาะสมกับสัมพันธภาพระหว่างกันได้

2.1 การสบสายตาและโบหน้า

การมองเห็นหน้าคู่สนทนาด้วยความกระตือรือร้นและแสดงว่าเราสนใจเขา โบหน้า ที่สื่อออกมาจะทำให้คู่สนทนาพอใจ บางครั้งการไม่สบสายตาอาจทำให้สงสัยว่ามีสิ่งซ่อนเร้นอยู่ ที่ต้องระวังคือ การมองเห็นหรือสบสายตาเขานั้นต้องไม่เหมือนกับการจ้องหน้าเวลาโกรธ

2.2 การวางท่า

การยืนหรือนั่งอย่างตัวตรงมีความเหมาะสมในทุกสถานการณ์ การจะปรับเปลี่ยนบ้างก็ทำเพียงโน้มตัวไปข้างหน้าเล็กน้อย การเอียงไปด้านข้างหรือหงายไปด้านหลัง ถือว่าไม่เหมาะสม อย่างไรก็ตาม ไม่ควรวางท่าที่เคร่งขรึมจนเกินไป เพราะจะทำให้เครียด และไม่วางท่าผ่อนคลายจนเกินไปเพราะทำให้รู้สึกอึดอัดไม่จริงจัง

2.3 ระยะห่างระหว่างกัน

การนั่งหรือยืนให้ยึดหลักห่างในระยะที่เหมาะสม ไม่ว่าจะคุ้นเคยแต่การอยู่ชิดติดกันสร้างความอึดอัดมากกว่าความพอใจ ระยะห่างที่เหมาะสมให้วัดด้วยใจตนเองว่าชอบหรือไม่ชอบอย่างไร

2.4 น้ำเสียง

น้ำเสียงที่ใช้ถือว่าอยู่ในกลุ่มภาษาท่าทางด้วย เมื่อพูดทำเสียงประกอบใดก็ได้แล้วแต่ให้ยึดหลักใช้เสียงปกติมากกว่าการดัดแปลงทั้งที่คิดว่าเป็นเจตนาดี

ประภาพรณ เอี่ยมสุภามิต (2548 : 21) ได้กล่าวถึงลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีดังนี้

1. สามารถติดต่อกับบุคคลทั่วไปทุกระดับได้ทั้งคนแปลกหน้า เพื่อน ครู และคนในครอบครัว
2. สามารถสบตากับผู้สนทนาอยู่ด้วย
3. สามารถแสดงความรู้สึกด้วยการพูดออกมาอย่างตรงไปตรงมา
4. สามารถที่จะเข้าไปทักทายกับครู เพื่อน หรือญาติผู้ใหญ่ เมื่อได้พบกันในสถานที่ต่างๆ
5. สามารถแสดงสีหน้าและน้ำเสียงออกมาได้ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริง
6. สามารถที่จะออกไปร่วมแสดงกิจกรรมหน้าชั้นเรียน บนเวทีงานของโรงเรียนหรือสถานที่ต่างๆ ต่อหน้าคนอื่นได้
7. สามารถที่จะซักถามครูหรือผู้ใหญ่ เมื่อเกิดความสงสัยในเรื่องต่างๆ หรือเมื่อต้องการได้ข้อมูลเกี่ยวกับในเรื่องต่างๆ
8. ยอมรับคำสอนของผู้ใหญ่โดยไม่โกรธ
9. สามารถโต้แย้งความคิดของผู้อื่นได้
10. สามารถพูดขอร้องให้ผู้อื่นช่วยเหลือตนได้

ไอสเลอร์ และมิลเลอร์ (พรทิพย์ ทรัพย์สิน. 2532 : 68 อ้างอิงจาก Eisler and Miller. 1973) กล่าวถึงลักษณะของผู้มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก ดังนี้

1. ความเร็วของการตอบสนองนั้นคือ ยิ่งตอบสนองเร็วเท่าใดแสดงว่ามีความกล้าแสดงออกมากเท่านั้น
2. ความดังของเสียง คือ เสียงดัง แสดงให้เห็นถึงความกล้าแสดงออก
3. การยอมตามผู้อื่นบ้าง และการไม่ยอมคล้อยตามผู้อื่นมากเกินไป แสดงว่ามีความกล้าแสดงออกมาก
4. การขอร้องให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ยิ่งขอร้องให้ผู้อื่นเปลี่ยนพฤติกรรมที่ทำให้ตนไม่พอใจมากเท่าไร ยิ่งแสดงว่ามีความกล้าแสดงออกมากขึ้นเท่านั้น

สรุปได้ว่า ลักษณะของบุคคลที่มีความกล้าแสดงออกนั้น จะต้องสามารถร่วมกิจกรรมกับบุคคลอื่นได้อย่างเป็นตัวของตัวเอง มีการเปิดเผยกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นต่างๆ ซึ่งอาจจะสังเกตได้จากท่าทางหรือจากลักษณะของการพูดที่บุคคลนั้นได้แสดงออกมา

2.1.4 ทักษะการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกการแสดงพฤติกรรม

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

1. การสวมบทบาท คือ การให้ได้ฝึกซ้อมการแสดงออกที่เหมาะสมในแต่ละสถานการณ์

2. การแสดงแบบ หรือการกลับบทที่ใช้เมื่อจะเป็นแม่แบบในการตอบสนอง ที่เห็นว่าเหมาะสมและสามารถปฏิบัติได้ในสถานการณ์ที่ฝึก

3. การให้รางวัลและชี้แนะ เป็นการให้คำชมเชย ซึ่งจะเป็นแรงจูงใจในการเพิ่มความถี่และความเข้มของพฤติกรรมที่จะต้องแก้ไข และการให้ข้อเสนอแนะต่อพฤติกรรมที่แสดงออกมา โดยให้เป็นตัวของตัวเองมากที่สุด

เลนจ์ และ จาคูโบสกี (นภาพร ปรีชามารถ, 2545 : 25 อ้างอิงจาก Lange and Jakubowski ค.ศ.1976) การฝึกพฤติกรรมการแสดงออกจะต้องประกอบด้วยกระบวนการพื้นฐาน 4 ประการ คือ

1. การสอนให้บุคคลรู้ความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมกับพฤติกรรมก้าวร้าว และพฤติกรรมที่ไม่กล้าแสดงออก

2. การช่วยให้บุคคลรู้จักการจำแนกและยอมรับสิทธิของตนเองและสิทธิของบุคคลอื่น

3. การลดความคิดและอารมณ์ที่เป็นอุปสรรคต่อการแสดงออก เช่น ความวิตกกังวล

4. การพัฒนาทักษะและการแสดงออกโดยการฝึกปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพ

ประภาพรรณ เอี่ยมสุภามิต (2548 : 20) ได้กล่าวถึงวิธีการการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีวิธีที่นิยมใช้กันมาก ได้แก่

1. การชักซ้อมพฤติกรรม เป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพที่สุด ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก การชักซ้อมจะมีการจำลองสภาพการณ์จริงและให้เด็กชักซ้อมทั้งลักษณะท่าทางที่แสดงออกและคำพูด โดยจะให้ฝึกไปเรื่อยๆ จนกว่าจะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม

2. การแสดงบทบาทสมมติ จะมีลักษณะคล้ายๆ กับการชักซ้อมพฤติกรรม คือ มีการกำหนดสถานการณ์ขึ้น และให้แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในแต่ละสถานการณ์

3. การให้ข้อมูลป้อนกลับ มักใช้ควบคู่กับวิธีการชักซ้อมพฤติกรรม และการแสดงบทบาทสมมติ การให้ข้อมูลป้อนกลับ ควรปฏิบัติดังนี้

3.1 ให้ข้อมูลป้อนกลับทางบวก ควรกล่าวถึงพฤติกรรมที่แสดงออกในทางที่ดี

3.2 ให้ใช้การเสนอแนะแทนการวิจารณ์

3.3 การให้ข้อมูลป้อนกลับควรเจาะจงที่พฤติกรรมให้ชัดเจน

4. การใช้ตัวแบบอาจทำได้ 2 ลักษณะ คือ การใช้ตัวแบบจริงมาแสดงพฤติกรรม กล่าวแสดงออกหรือการใช้แบบสัญลักษณ์ การใช้ตัวแบบนี้ถือว่าเป็นประโยชน์มากซึ่งจะทำให้เห็นพฤติกรรมที่เป็นจริง จึงควรใช้ควบคู่กับการชักจูงพฤติกรรม และการให้ข้อมูลย้อนกลับ จะทำให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

โพลเดอร์ (นภาพร ปรีชามารภ, 2545 : 48 อ้างอิงจาก Folder .1961)
กล่าวถึงเทคนิคที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล่าวแสดงออก ดังนี้

1. การให้คำแนะนำ (Instructional Coaching) ผู้ฝึกจะเป็นผู้แนะนำให้ผู้รับการฝึกทราบว่า เพราะเหตุใด บุคคลจึงไม่กล้าแสดงออก และชี้ให้เห็นว่า การเกิดความวิตกกังวล และความกลัวมีผลเสียอย่างไร พร้อมทั้งชี้แนะแนวทางให้ผู้รับการฝึกปฏิบัติ เพื่อให้นำไปพิจารณาปรับปรุงพฤติกรรมการแสดงออกของตนเอง

2. การเสนอตัวแบบ (Modeling) เป็นการให้ผู้รับการฝึกได้สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของตัวแบบ ทั้งทางด้านภาษาและท่าทาง ซึ่งผู้ที่แสดงให้ดูอาจเป็นผู้ฝึก ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับการฝึกเรียนรู้ได้เร็วกว่าการให้คำแนะนำ อธิบายโดยไม่เห็นพฤติกรรมจริง การเสนอตัวแบบจะช่วยให้การฝึกพฤติกรรมมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

3. การแสดงบทบาทสมมติ (Role – Playing) เป็นการกำหนดสถานการณ์ที่เป็นปัญหาแล้วให้ผู้รับการฝึกซึ่งมีลักษณะพฤติกรรมแสดงออกที่ไม่เหมาะสมนึกถึงสถานการณ์ แล้วแสดงบทบาทของผู้อื่น ส่วนผู้ฝึกแสดงบทบาทของผู้รับการฝึก เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้รับการฝึกได้เห็นสภาพการณ์จากมุมมองของผู้อื่น

4. การซ้อมบทบาทของพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) เป็นการให้ผู้รับการฝึกได้ซ้อมบทบาทพฤติกรรมที่ตนเองมีความต้องการจะแสดงออกต่อบุคคลอื่น เทคนิคนี้เป็นเทคนิคที่มีประสิทธิภาพในการฝึกพฤติกรรมแสดงออก เพราะจะช่วยให้ผู้รับการฝึกได้เข้าใจตนเองว่า ต้องการจะสื่อสารให้บุคคลอื่นรู้เรื่องอะไร ช่วยให้ผู้รับการฝึกได้ลดความวิตกกังวลลง

5. การให้การเสริมแรง (Reinforcement) เมื่อผู้รับการฝึกสามารถแสดงพฤติกรรมแสดงออกที่ผู้ให้การเสริมแรงอาจเป็นผู้นำฝึก การเสริมแรงอาจจะเป็นคำชมเชย หรือการปรบมือให้กำลังใจ

6. การให้ไปฝึกที่บ้านหรือการให้การบ้าน (Homework Assignment) เป็นการให้ผู้รับการฝึกไปฝึกพฤติกรรมกล่าวแสดงออกที่บ้าน โดยการแสดงสถานการณ์จริงที่บ้าน เพื่อให้ผู้รับการฝึกได้มีเวลาในการซ้อมพฤติกรรมต่างๆ มากขึ้น

7. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) เป็นการให้ผู้รับการฝึกได้รับข้อมูลย้อนกลับหลังจากได้ฝึกแต่ละทักษะแล้ว

8. การเขียนบทพูด (Assertive Script) เป็นการให้ผู้รับการฝึกเขียนบทพูด เพื่อสื่อสารความต้องการที่แท้จริงของตนเอง เป็นการเตรียมบทพูดมาก่อน เพื่อช่วยให้เกิดความมั่นใจในตนเองมากยิ่งขึ้น

ประสิทธิ์ ทองอ่อน (2542 : 97) วิธีการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่นิยมใช้มีหลายวิธีดังนี้

1. ใช้การซักซ้อมพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) และการแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) ซึ่งเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการฝึกการกล้าแสดงออก ผู้รับการฝึกจะต้องซ้อมบทบาทที่อยากให้เขากล้าแสดงออกไปเรื่อยๆ จนกว่าความเคยชินและแสดงออกได้โดยไม่วิตกกังวล

2. การให้ข้อมูลป้อนกลับ (Feedback) มักทำควบคู่ไปกับวิธีแรก และควรกระทำดังนี้

2.1 ให้ข้อมูลป้อนกลับทางบวกก่อน เช่น คุณประสานสายตาได้ดีมาก

2.2 ให้การเสนอแนะสิ่งที่จะต้องเปลี่ยนแปลงแทนการวิจารณ์ เช่น ทำเสียงให้ดังขึ้นอีกนิด

2.3 ข้อมูลที่ป้อนกลับควรเจาะจงพฤติกรรมให้ชัดเจน เช่น การโบกมือ โดยการสาธิตให้ดู

2.4 การให้ข้อมูลป้อนกลับที่เป็นคำพูด ควรยกตัวอย่างที่เหมาะสมให้ฟัง

3. การใช้ตัวแบบ (Modeling) การใช้ตัวแบบในการฝึกพฤติกรรม จะได้ผลดีกว่าการบอกให้แสดงออก โดยไม่เห็นพฤติกรรมตัวอย่าง ซึ่งอาจใช้ตัวแบบจริงๆ หรือใช้เทปบันทึกภาพฉายให้ดูก็ได้ จากนั้นจึงให้ผู้รับการฝึก ซักซ้อม โดยให้ข้อมูลกลับในพฤติกรรมนั้น

4. ฝึกให้จินตนาการถึงสภาพการณ์ตามที่ผู้ฝึกบอก โดยให้ผู้รับการฝึกอยู่ในท่าที่สบายแล้วหลับตาจินตนาการไปตามที่บอก แล้วกลับไปฝึกซ้อมตามสภาพที่ฟังนั้นที่บ้าน สภาพการณ์ที่ได้ผลดี มักเป็นสภาพการณ์ที่ให้ผู้รับการฝึกจินตนาการได้ว่าถ้าตนทำตามแล้วจะได้รับการเสริมแรงทางบวก

5. ใช้การเสริมแรงในการฝึกการกล้าแสดงออก การเสริมแรงที่ใช้ได้ผลดีมาก คือการเสริมแรงทางสังคม เช่น การชื่นชม การยิ้มแย้ม เป็นต้น

สุรพล ผยอมแย้ม (2548 : 158) การแสดงออกเป็นสิ่งที่ฝึกฝนหรือพัฒนาให้ดีขึ้นได้ อาจใช้กระบวนการกลุ่ม บางคนอาจเข้าร่วมในกิจกรรมการปรับพฤติกรรม บางคนอาจฝึกฝนด้วยตนเอง วิธีการต่อไปนี้ล้วนช่วยให้เราสามารถพัฒนาการแสดงออกได้

1. ขอบแนะนำและฝึกจากผู้รู้หรือผู้ฝึก (Instructional Coaching) การทำความเข้าใจสาเหตุที่ทำให้เราไม่ทำพฤติกรรมที่เหมาะสม สรุปลงมาจากความวิตกกังวลหรือไม่กล้าแสดงออก ผู้รู้จะช่วยค้นหาและชี้ให้เห็นสาเหตุและแนวทางการฝึกเพื่อแก้ไข การมีผู้ฝึกดูแลจะทำให้การปรับพฤติกรรมได้ผลเร็วขึ้น

2. การใช้ต้นแบบ (Modeling) การมีต้นแบบให้เราสังเกตการกระทำที่เหมาะสม และเลียนแบบไปตามขั้นตอน ย่อมทำให้เราเรียนรู้ได้เร็วขึ้นตัวแบบนี้อาจเป็นบุคคลจริงหรือเป็นสื่อวัสดุก็ได้

3. การใช้จินตนาการ (Imagination) การฝึกทำโดยอาศัยจินตนาการของตนเอง อาจทำได้ดีกว่าการบอกหรือดูแบบจากคนอื่น บ่อยครั้งที่เราไม่ต้องการให้คนอื่นมาชี้แนะการกระทำบางเรื่อง ดังนั้นการใช้จินตนาการเข้าช่วยด้วยการสร้างฉากหรือสถานการณ์สมมติแล้วนึกถึงการกระทำที่เราคิดว่าดีและตรงใจมากที่สุด นำมาฝึกฝนด้วยตนเองก็อาจพัฒนาพฤติกรรมของเราได้เช่นกัน

4. การใช้บทฝึก (Assertive Script) การพูดเป็นพฤติกรรมสัมพันธ์ภาพที่ใช้ระหว่างกันมากที่สุด

2.2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2.2.1 งานวิจัยในประเทศ

ถนอมศรี ศรีอินทนนท์ (2530 : 89) ได้ศึกษาสุขภาพจิตและพฤติกรรมกล้าแสดงออกของวัยรุ่นที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมแตกต่างกัน ของวัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง ทั้งชายและหญิง ในสถานสงเคราะห์ และในครอบครัว จำนวน 680 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งพวกโดยใช้แบบทดสอบวัดสุขภาพจิต และแบบทดสอบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก พบว่า วัยรุ่นที่อยู่ในวัดสระแก้ว มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่าวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ขวัญตา บุญวาต (2542 : 69) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมแบบกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมกับเพื่อนของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลราชชนนี นรรัตน์วชิระ ปีการศึกษา 2541 จำนวน 12 คน โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมกับเพื่อนและโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมแบบกลุ่ม พบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมกับเพื่อนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมแบบกลุ่ม ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมแบบกลุ่ม ทำให้นักศึกษาพยาบาลมีพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมกับเพื่อนดีขึ้น

ชุดิกกาญจน์ วิไลศิลป์ (2544 : 38) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาวิศวกรรมชั้นปีที่ 1 สถาบันเทคโนโลยีปทุมวัน กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คน โดยใช้โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ และแบบสอบถามพฤติกรรมกล้าแสดงออก พบว่า นักศึกษาวิศวกรรมชั้นปีที่ 1 มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งกิจกรรมกลุ่มเป็นการพัฒนาบุคคลและกลุ่มโดยการให้ประสบการณ์ตรง การเรียนรู้โดยการปฏิบัติและผู้เรียนมีความพอใจที่ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง

2.2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

ฮอลแลนด์เวอร์ธ และวอลล์ (ยุพิน กองธรรม. 2532 : 37-38; อ้างอิงมาจาก Hollandsworth and Wall. 1977) มีความเชื่อว่า เพศหญิงน่าจะมีความกล้าแสดงออกน้อยกว่าเพศชาย จึงได้ศึกษาพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 702 คน เป็นชาย 294 คน และหญิง 408 คน แบ่งเป็น 4 กลุ่ม จากการศึกษาพบว่า นักศึกษาชายจะมีพฤติกรรม กล้าแสดงออกที่แตกต่างจากนักศึกษาหญิง โดยนักศึกษาชายจะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่านักศึกษาหญิงในเรื่องเกี่ยวกับนายจ้าง บิดา มารดา และความพร้อมในการเริ่มมีความสัมพันธ์ทางสังคมกับเพศตรงข้าม ส่วนนักศึกษาหญิงจะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่านักศึกษาชายในเรื่อง การแสดงความรักใคร่ ชมเชย และการแสดงความโกรธที่มีต่อบิดา มารดา

จากเอกสารและงานวิจัยวิจัยดังกล่าวสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อพฤติกรรมของบุคคล ลดพฤติกรรมก้าวร้าว กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะคิดและเสนอแนวความคิด

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัย

เกษม บัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร

3.1 ประวัติ

มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต สถาปนาขึ้นโดยคณะผู้บริหารการศึกษาที่มีเจตนาอันแน่วแน่ในการร่วมพัฒนาประเทศ ด้วยการแบ่งเบาภาระของรัฐด้านการจัดการศึกษา เพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยจัดตั้งโรงเรียนเกษมพิทยา ตั้งพ.ศ. 2504 ชั้น ป.1 - ม.6 และ โรงเรียนเกษมโปลีเทคนิค ระดับ ปวช. แผนกพาณิชยการ และช่างอุตสาหกรรมหลายสาขา และระดับ ปวส. ปวท. ในขณะบริหารธุรกิจมีนักเรียนและนักศึกษารวมประมาณ 7,500 คน และด้วยอุดมการณ์และปณิธานอันสูงนี้ จึงได้จัดตั้ง "วิทยาลัยเกษมบัณฑิต" ปีพ.ศ. 2530

3.2 วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่มุ่งมั่นสร้างความเป็นเลิศในทางวิชาการ ผลิตบัณฑิตที่มีความรู้และความสามารถสูงในสาขาอาชีพต่าง ๆ ให้ออกไปประกอบอาชีพอย่างมีประสิทธิภาพ มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้จักคิดค้น นำความรู้ ความสามารถและประสบการณ์มาใช้ในการวิเคราะห์ และแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างรอบคอบมีความรับผิดชอบต่อสังคมในการเข้าร่วมแก้ไขและสร้างสรรค์สังคม อีกทั้งมีความกระตือรือร้นที่จะศึกษาค้นคว้าวิทยาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพของตนสามารถปรับตนเองให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี

2. เพื่อให้การศึกษาและส่งเสริมวิชาการและวิชาชีพชั้นสูงมุ่งพัฒนาคุณภาพของประชาชนโดยทั่วไป ขยายโอกาสทางการศึกษาสำหรับผู้สำเร็จชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และให้ผู้ประกอบอาชีพได้มี โอกาสศึกษาเพิ่มพูนวิทยฐานะ

3. เพื่อแบ่งเบาภาระของรัฐในการจัดการศึกษาเป็นการตอบสนองนโยบายของรัฐที่ ประสงค์ให้ภาคเอกชนเข้ามามีส่วนช่วยรัฐจัดการศึกษาและพัฒนาประเทศ ดังระบุไว้ใน แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติและแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

4. เพื่อให้เป็นสถาบันคั่นคว้า และวิจัยมีความก้าวหน้าทางวิชาการเป็นสื่อ นำ ความก้าวหน้าต่าง ๆ ไปสู่สังคมและให้การบริการทางวิชาการแก่ชุมชน เพื่อเป็นการรับใช้และ สร้างประโยชน์ต่อชุมชนโดยตรง

5. เพื่อปลูกฝังนักศึกษาให้มีความรับผิดชอบต่อชาติ ศาสนาและพระมหากษัตริย์ ส่งเสริมการปกครองระบอบประชาธิปไตย ธำรงรักษาไว้ ซึ่งเอกลักษณ์ของสังคมไทยและ วัฒนธรรมอันดีของชาติให้รู้จักเคารพต่อจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพของตนต่อไป

3.3 ปรัชญา

ปณิธานของมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต จุดแสงสว่างแห่งปัญญาระดับอุดมศึกษา เพื่อ อนาคตที่สดใสของนักศึกษาและด้วยความปรารถนาอันมุ่งมั่น มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตจะ ปฏิบัติหน้าที่ของสถาบันอุดมศึกษาอย่างครบถ้วนสมบูรณ์ได้แก่ การประสาธศิลปวิทยาการ การวิจัยค้นคว้าการให้บริการทางวิชาการแก่สังคม และการทะนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมของชาติ เพื่อให้บัณฑิตของมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพเพียบพร้อมด้วย

คุณค่า ประกอบด้วยศิลปวิทยา สามารถคิด วิเคราะห์และตัดสินใจ

คุณธรรม ประกอบด้วยจริยธรรม มโนธรรม เคารพต่อจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพ

คุณประโยชน์ ประกอบด้วยความเสียสละ พร้อมอุทิศตน เพื่อสร้างและพัฒนา

สังคม

3.4 เครื่องหมาย

เครื่องหมายของมหาวิทยาลัยประกอบด้วยรูปอาร์ม ตรงกลางมีคบเพลิงพร้อมเปลวไฟ มีหมวกวิทยฐานะซ่อนอยู่ด้านหลังคบเพลิง ด้านขวาและด้านซ้ายของรูปอาร์ม ประดับด้วยช่อ ชัยพฤกษ์ส่วนล่างของอาร์มเป็นแถบชื่อภาษาไทย "มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต" และแถบชื่อ ภาษาอังกฤษ "KASEM BUNDIR UNIVERSITY"

3.4.1 ความหมายของเครื่องหมาย

คบเพลิง การดำเนินชีวิตที่มั่นคง

เปลวไฟ แสงแห่งปัญญา

คบเพลิงพร้อมเปลวไฟ ดวงประทีปส่องนำชีวิตไปสู่จุดหมายปลายทางได้ด้วย

คุณธรรมและความคิด

มหาวิทยาลัยฐานะ บรรดาสรรพวิทยาการต่าง ๆ ที่นักศึกษาได้รับด้วยการอบรมสั่งสอนและถ่ายทอดจากอาจารย์และด้วยการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองโดยมีอาจารย์เป็นผู้แนะนำและชี้แจงแนวทางให้ประสบผลสำเร็จเป็นบัณฑิตผู้ทรงด้วยความรู้และสติปัญญา

ข้อชัยพฤษ์ ข้อดอกไม้เกียรติยศที่จะเตือนใจบัณฑิตทุกคนให้กระทำแต่ความดีเพื่อชาติ และจรรโลงไว้ซึ่งเกียรติยศชื่อเสียงของมหาวิทยาลัยมิให้เสื่อมคลาย

3.5 การเปลี่ยนสถานภาพจากวิทยาลัยเป็นมหาวิทยาลัย

ต่อมาในปี พ.ศ. 2535 ทบวงมหาวิทยาลัยได้อนุญาตให้วิทยาลัยเกษตรบัณฑิตเปลี่ยนประเภทเป็น มหาวิทยาลัยเกษตรบัณฑิต ปัจจุบันมหาวิทยาลัยเกษตรบัณฑิตเปิดสอนระดับปริญญาตรี 7 คณะ และปริญญาโท 5 สาขาวิชาในหลักสูตรและสาขาวิชาต่างๆ ดังนี้

3.5.1 ระดับปริญญาตรี

3.5.1.1 คณะบริหารธุรกิจ

หลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต (บธ.บ.) หลักสูตร 4 ปี BACHELOR OF BUSINESS ADMINISTRATION (B.B.A.)

- สาขาวิชาการบัญชี (ACCOUNTING)
- สาขาวิชาการตลาด (MARKETING)
- สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ (BUSINESS COMPUTER)
- สาขาวิชาการเงินและการธนาคาร (FINANCE AND BANKING)
- สาขาวิชาการจัดการ (MANAGEMENT)
- สาขาวิชาการจัดการทรัพยากรมนุษย์ (HUMAN RESOURCE MANAGEMENT)
- สาขาวิชาการขนส่งระหว่างประเทศ (INTERNATIONAL TRANSPORTATION)

หลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต (บธ.บ.) หลักสูตรต่อเนื่อง 2 ปี
BACHELOR OF BUSINESS ADMINISTRATION (B.B.A.)

- สาขาวิชาการบัญชี (ACCOUNTING)
- สาขาวิชาการตลาด (MARKETING)
- สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ (BUSINESS COMPUTER)
- สาขาวิชาการเงินและการธนาคาร (FINANCE AND BANKING)
- สาขาวิชาการจัดการ (MANAGEMENT)

หลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต (ภาคภาษาอังกฤษ) (บธ.บ.) หลักสูตร 4 ปี
BACHELOR OF BUSINESS ADMINISTRATION (ENGLISH PROGRAM) (B.B.A.)

- สาขาวิชาการจัดการ (MANAGEMENT)

สาขาวิชาการตลาด (MARKETING)

สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ (BUSINESS COMPUTER)

3.5.1.2 คณะนิติศาสตร์

หลักสูตรนิติศาสตรบัณฑิต (น.บ.) หลักสูตร 4 ปี BACHELOR OF LAWS
(L.L.B.)

3.5.1.3 คณะนิเทศศาสตร์

หลักสูตรนิเทศศาสตรบัณฑิต (นศ.บ.) หลักสูตร 4 ปี BACHELOR OF
COMMUNICATION ARTS PROGRAM (B.COMM.A.)

สาขาวิชาการสื่อสารมวลชนและสื่อสารการแสดง (MASS COMMUNICATION
AND PERFORMING ARTS)

สาขาวิชาการประชาสัมพันธ์และการโฆษณา (PUBLIC RELATIONS AND
ADVERTISING)

3.5.1.4 คณะวิศวกรรมศาสตร์

หลักสูตรวิศวกรรมศาสตรบัณฑิต (วศ.บ.) หลักสูตร 4 ปี BACHELOR OF
ENGINEERING (B.ENG.)

สาขาวิชาวิศวกรรมอุตสาหการ (INDUSTRIAL ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมเครื่องกล (MECHANICAL ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์ (ELECTRONICS ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมไฟฟ้า (ELECTRICAL ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมโยธา (CIVIL ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมคอมพิวเตอร์ (COMPUTER ENGINEERING)

หลักสูตรอุตสาหกรรมศาสตรบัณฑิต (อส.บ.) หลักสูตรต่อเนื่อง 2 ปี
BACHELOR OF INDUSTRIAL TECHNOLOGY (B.IND. TECH.)

สาขาวิชาวิศวกรรมอุตสาหการ (INDUSTRIAL ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมเครื่องกล (MECHANICAL ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมอิเล็กทรอนิกส์ (ELECTRONICS ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมไฟฟ้า (ELECTRICAL ENGINEERING)

สาขาวิชาวิศวกรรมก่อสร้าง (CONSTRUCTION ENGINEERING)

3.5.1.5 คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์

หลักสูตรสถาปัตยกรรมศาสตรบัณฑิต (สถ.บ.) หลักสูตร 5 ปี BACHELOR OF ARCHITECTURE (B.ARCH.)

สาขาวิชาสถาปัตยกรรมศาสตร์ (ARCHITECTURE)

หลักสูตรศิลปบัณฑิต (ศป.บ.) หลักสูตร 4 ปี BACHELOR OF FINE ARTS (B.F.A.)

สาขาวิชาการออกแบบตกแต่งภายใน (INTERIOR DESIGN)

สาขาวิชาการออกแบบนิเทศศิลป์ (VISUAL COMMUNICATION DESIGN)

3.5.1.6 คณะศิลปศาสตร์

หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต (ศศ.บ.) หลักสูตร 4 ปี BACHELOR OF LIBERAL ARTS (B.A.)

สาขาวิชาธุรกิจการโรงแรมและการท่องเที่ยว (HOTEL AND TOURISM STUDIES)

หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต (ศศ.บ.) หลักสูตร 2 ปี BACHELOR OF LIBERAL ARTS (B.A.)

สาขาวิชาธุรกิจการโรงแรมและการท่องเที่ยว (HOTEL AND TOURISM STUDIES)

3.5.1.7 คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต (วท.บ.) หลักสูตร 4 ปี BACHELOR OF SCIENCE (B.SC.)

สาขาวิชาวิทยาการสารสนเทศคอมพิวเตอร์ (COMPUTER INFORMATION SCIENCE)

3.6 ความก้าวหน้า

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาทศวรรษ ที่มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตดำเนินการจัดการบริหาร การศึกษาเพื่อผลิตบัณฑิตที่เป็นกำลังทรัพยากรที่สำคัญในการพัฒนาประเทศ โดย มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตมุ่งพัฒนาเพื่อให้เกิดความก้าวหน้าในหลายๆ ด้านอย่างต่อเนื่อง อาทิ การพัฒนาองค์กรการประกันคุณภาพการศึกษาการพัฒนาคณาจารย์ และบุคลากร การ ผลิตบัณฑิต การพัฒนาการบริการ ตลอดจนการพัฒนาด้านสภาพแวดล้อม

ในปี พ.ศ.2543 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ได้ขยายความเจริญเติบโต เพื่อสนอง นโยบายการขยายการศึกษาของรัฐบาล และ รองรับจำนวนนักศึกษาที่เพิ่มขึ้นทุกปี โดยเริ่ม สร้างวิทยาเขตแห่งใหม่ "วิทยาเขตร่มเกล้า" ซึ่งมีเนื้อที่กว่า 100 ไร่ ตั้งอยู่บนถนนร่มเกล้า

ติดกับถนนรามคำแหง โดยมุ่งเน้นสภาพแวดล้อมที่ดี มีอาคารเรียน และอุปกรณ์การเรียนการสอนที่ทันสมัย ด้านสวัสดิการนักศึกษา จัดหอพักพร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างครบครัน นับเป็นความก้าวหน้าของมหาวิทยาลัยอีกระดับหนึ่ง เพื่อแบ่งเบาการศึกษาจากภาครัฐ และเป็นแหล่งวิทยาการให้ความรู้แก่สังคมต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็น นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปี 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็น นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปี 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คน ซึ่งมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากอาจารย์ผู้สอนประจำวิชาในรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิตของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในระหว่างเรียน จำนวน 200 คน ตามแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อคัดเลือกนักศึกษาเข้ากลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยได้อธิบายความหมายและวิธีการประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกแก่อาจารย์ก่อนประเมิน แล้วคัดเลือกนักศึกษาที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย โดยมีภาษาท่าทางน้อยกว่า 3 ใน 4 พฤติกรรม และมีภาษากายน้อยกว่า 3 ใน 5 พฤติกรรม ได้นักศึกษาซึ่งมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย จำนวน 25 คน

2. ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาที่คัดเลือกไว้ในข้อ 1 อีก ครั้งหนึ่งในช่วงการเรียนการสอนปกติ โดยใช้แบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อหาความสอดคล้องกับการประเมินของอาจารย์ผู้สอนประจำวิชาในรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต ปรากฏว่าสอดคล้องกัน กล่าวคือได้นักศึกษาซึ่งมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย จำนวน 25 คน

3. ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจของนักศึกษาในข้อ 2 ในการเข้าร่วมการทดลอง ปรากฏว่า นักศึกษาทุกคนสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง

4. ผู้วิจัยจึงสุ่มอย่างง่ายนักศึกษาจำนวน 25 คนนั้น มาจำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า มีดังนี้

1. แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออก
3. โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก

- 1.1 ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก
- 1.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกของ ชูติกาญจน์ วิไลศิลป์ (2544 : 82)
- 1.3 ผู้วิจัยสร้างแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้แนวคิดที่ได้จากข้อ 1.1 และ 1.2
- 1.4 ผู้วิจัยนำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน ได้แก่ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ
- 1.5 ผู้วิจัยนำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปใช้ในการวิจัย

2. แบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ดังนี้

- 2.1 ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต และการบันทึกการสังเกต
- 2.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบบันทึกพฤติกรรมพฤติกรรมกล้าแสดงออกของศรียาภรณ์ ศรีตन्छัย (2547 : 70)
- 2.3 ผู้วิจัยสร้างแบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้แนวคิดที่ได้จากข้อ 2.1 และ 2.2
- 2.4 ผู้วิจัยนำแบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม ตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

2.5 ผู้วิจัยนำแบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุง แก้ไข ก่อนนำไปใช้ในการวิจัย

ลักษณะและการให้คะแนนของแบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1. ลักษณะและการให้คะแนนของแบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะเป็นการสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ (Event Sampling) ที่เกิดขึ้นโดยบันทึกพฤติกรรมคนละ 50 นาที
2. การให้คะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้น ถ้าพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมายเกิดขึ้นในช่วงเวลาที่กำหนด ให้บันทึกพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเป็น 1 คะแนน และไม่เกิดพฤติกรรมเป็น 0 คะแนน ลงในแบบบันทึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

ขั้นตอนในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

1. ขอความร่วมมือจากผู้ช่วยวิจัย 1 คน ได้แก่ อาจารย์รัชนิยา แก้วคำศรี ซึ่งเป็นอาจารย์สอนในรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิตของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ศึกษาและทำความเข้าใจจุดมุ่งหมายของการวิจัยและนิยามศัพท์เฉพาะและการบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาให้เข้าใจตรงกัน เพื่อสามารถบันทึกการสังเกตได้อย่างถูกต้อง
2. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำความเข้าใจจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า ศึกษา นิยามศัพท์เฉพาะของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษา และแบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยการสังเกตให้เข้าใจตรงกันและใช้ได้ถูกต้อง โดยหาดัชนีความเชื่อมั่นในการสังเกตให้มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องระหว่างผู้สังเกต 2 คน ตั้งแต่ .80 ขึ้นไป
3. การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในชั่วโมงรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง 2 สัปดาห์ ขณะทำการทดลอง 6 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 2 สัปดาห์
4. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยนั่งในตำแหน่งที่มองเห็นพฤติกรรมและได้ยินเสียงชัดเจน ไม่รบกวนการเรียนการสอน ไม่ให้ความสนใจผู้รับการทดลองคนใดคนหนึ่งเป็นพิเศษ และไม่ให้เห็นแบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกต

การหาดัชนีความเชื่อมั่นของการสังเกต หาได้จากสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องระหว่างการสังเกตของผู้สังเกต 2 คน ซึ่งดัชนีความเที่ยงตรงของการสังเกตควรมีค่าตั้งแต่ .80 ขึ้นไป การสังเกตนั้นจึงจะเชื่อถือได้ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536 : 33; อ้างอิงมาจาก Whight. 1966) โดยใช้สูตรในการคำนวณ ดังนี้

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

3. โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก ดังนี้

3.1 ผู้วิจัยศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องของกลุ่มสัมพันธ์ จากเอกสาร ตำรา เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์

3.2 ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยกำหนดจุดมุ่งหมาย เวลาที่ต้องใช้ อุปกรณ์ที่ต้องใช้ สถานที่ วิธีดำเนินการให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

3.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ที่สร้างขึ้น ไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการและนิยามศัพท์เฉพาะ

3.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ที่สร้างขึ้นมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีการดำเนินงานและการประเมินผล

3.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

สำหรับโปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที วันจันทร์และวันพุธ เวลา 11.30-12.20 น. รวมทั้งหมด 12 ครั้ง (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบแผนการทดลอง

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

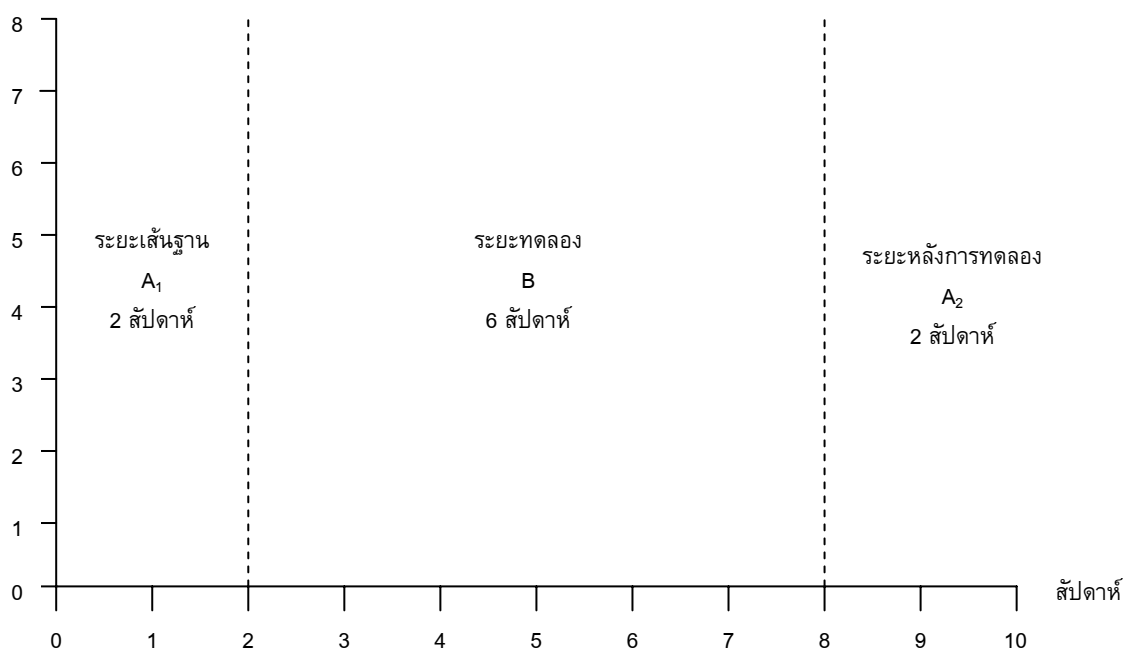
ระยะที่ 1 (A_1) ระยะเสถียร ใช้เวลา 2 สัปดาห์ คือ สัปดาห์ที่ 1-2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในชั้นเรียนของนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม ในสภาพการเรียนการสอนปกติในรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต ในระยะเสถียรนี้ยังไม่ได้รับการฝึกฝนด้วยการใช้กลุ่มสัมพันธ์กับกลุ่มทดลอง

ระยะที่ 2 (B) ระยะทดลองใช้เวลา 6 สัปดาห์ คือ สัปดาห์ที่ 3-8 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม ในระยะนี้กลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกฝนด้วยการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ระยะที่ 3 (A_2) ระยะหลังการทดลอง ใช้เวลา 2 สัปดาห์ คือ สัปดาห์ที่ 9-10 ติดตามผลของการทดลองที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในชั้นเรียนของนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม ในขณะที่มีการเรียนการสอนรายวิชา โดยนักศึกษายังไม่ได้รับการฝึกฝนด้วยการใช้กลุ่มสัมพันธ์กับกลุ่มทดลอง

ระยะต่างๆ ของการทดลองแบบ ABA Reversal Design นี้ แสดงในภาพประกอบ 1

จำนวนของพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียน



ภาพประกอบ 1 แผนภาพแสดงระยะต่างๆ ของการทดลอง

วิธีดำเนินการทดลอง

การทดลองนี้เป็นการทดลองแบบสลับกลับ ABA (ABA Reversal Design) โดยผู้วิจัยแบ่งการทดลองเป็น 3 ระยะ คือ

1. ระยะเส้นฐานพฤติกรรม (A_1) สัปดาห์ที่ 1-2 วันที่ 21 – 31 มกราคม พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในชั่วโมงเรียนรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ .91 และ 1.00 ตามลำดับ

2. ระยะทดลอง (B) คือ สัปดาห์ที่ 3-8 วันที่ 4 กุมภาพันธ์ – 14 มีนาคม พ.ศ. 2551 รวม 6 สัปดาห์ โดยมีรายละเอียดการทดลองดังต่อไปนี้

กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยใช้โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที รวม 12 ครั้ง ในวันจันทร์และวันพุธ เวลา 9.00 – 12.00 ตั้งแต่วันที่ 4 กุมภาพันธ์ – 14 มีนาคม พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องได้ .98

กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยไม่ใช้โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้ง ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องได้ .94

3. ระยะหลังการทดลอง (A_2) สัปดาห์ที่ 9-10 วันที่ 17-28 มีนาคม พ.ศ. 2551 เพื่อติดตามผลของการทดลองที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาทั้งสองกลุ่ม ในระยะนี้ไม่มีการใช้โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ แต่ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องได้ .90 และ .94 ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูลและการจัดกระทำข้อมูล

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาก่อนและหลังการไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์และนักศึกษาที่ไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

4. ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการสังเกตทั้ง 3 ระยะ คือ ระยะเส้นฐาน ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลองมาเขียนกราฟเส้นเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกตลอดการวิจัย

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่ามัธยฐาน (Median)

1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ (Quartile Deviation)

2. สถิติสำหรับหาคุณภาพเครื่องมือ

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ ผู้วิจัยจึงหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของการสังเกต โดยใช้สูตรในการคำนวณ ดังนี้

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

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

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

3.2 เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกก่อนและหลังระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการใช้การทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 3 โดยใช้สูตรดังนี้

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

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

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

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
Mdn _{diff}	แทน	ค่ามัธยฐานความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
Q.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
Q.D. _{diff}	แทน	ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ความแตกต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออก
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของวิลคอกซัน
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของแมน-วิทนี

การวิเคราะห์ข้อมูลและการจัดทำข้อมูล

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักศึกษา ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักศึกษา ก่อนและหลังการไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ และนักศึกษาที่ไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
4. ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการสังเกตทั้ง 3 ระยะ คือ ระยะเส้นฐาน ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลองมาเขียนกราฟเส้นเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกตลอดการวิจัย

ผลการศึกษาค้นคว้า

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

กลุ่มทดลอง	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนการทดลอง	8	15.00	1.25	0**
หลังการทดลอง	8	23.50	1.25	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 1 พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า กลุ่มสัมพันธ์สามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกได้ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1

2. เปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มก่อนและหลังไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มควบคุมก่อนและหลังไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

กลุ่มควบคุม	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนการทดลอง	8	15.00	0.75	0**
หลังการทดลอง	8	19.00	0.75	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 พบว่า นักศึกษากลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า แม้ไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ นักศึกษาก็สามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกได้ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ กับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 แสดงการเปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์กับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

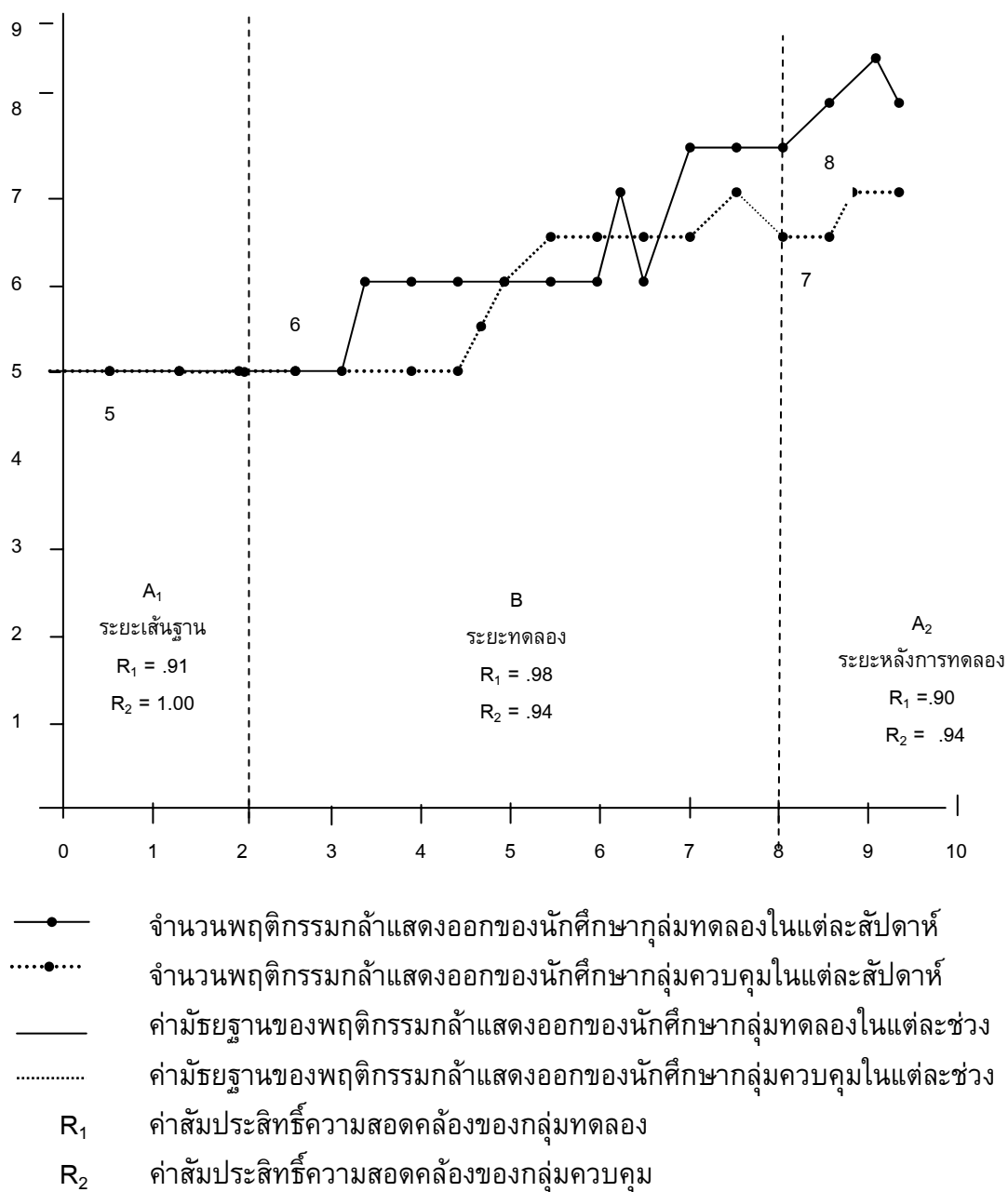
กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn _{diff}	Q.D. _{diff}	U
กลุ่มทดลอง	8	9.00	2.25	1**
กลุ่มควบคุม	8	4	1.5	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. ศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกล้าแสดงออก ของนักศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ และนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ผลการวิเคราะห์ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษา กลุ่มทดลองและนักศึกษากลุ่มควบคุม ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ระยะพื้นฐานพฤติกรรม ระยะที่ 2 ระยะทดลอง ระยะที่ 3 ระยะหลังทดลอง ปรากฏผลดังแสดงในภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 แสดงค่ามัธยฐานของความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุมในแต่ละระยะ ทั้งสามระยะตลอดการวิจัย

จากภาพประกอบ 2 จะเห็นได้ว่า ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ (ก่อนทดลอง) และระยะทดลอง เพิ่มขึ้นจาก 5 เป็น 6 ตามลำดับ และค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกในระยะทดลอง เพิ่มขึ้นจาก 6 เป็น 8 ในระยะติดตามผล (หลังการทดลอง) แสดงว่า การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์สามารถพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้น

สำหรับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์นั้น ค่ามัธยฐานของ พฤติกรรมกล้าแสดงออกในระยะเส้นฐาน (ก่อนทดลอง) และระยะทดลอง เพิ่มขึ้นจาก 5 เป็น 6 ตามลำดับ และค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกระยะทดลอง เพิ่มขึ้นจาก 6 เป็น 7 ในระยะติดตามผล (หลังการทดลอง) ซึ่งเพิ่มขึ้นกว่าระยะทดลอง แสดงว่า การไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ก็สามารถทำให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นได้

เมื่อเปรียบเทียบค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้ง 3 ระยะ ภายหลังการทดลองของการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์และการไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ปรากฏว่า นักศึกษาทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นมากกว่าระยะเส้นฐาน (ก่อนทดลอง) อย่างไรก็ตามค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นมากกว่าค่ามัธยฐานของนักศึกษากลุ่มควบคุม

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาก่อนและหลังไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ นักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
2. นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
3. นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากร เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปี 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัย เกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปี 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัย เกษมบัณฑิต เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกน้อย จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก คือ การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมกล้าแสดงออก

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า มีดังนี้

1. แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออก
3. โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

วิธีดำเนินการทดลอง

การทดลองนี้เป็นการทดลองแบบสลับกลับ ABA (ABA Reversal Design) โดยผู้วิจัยแบ่งการทดลองเป็น 3 ระยะ คือ

1. ระยะเสถียรภาพพฤติกรรม (A_1) สัปดาห์ที่ 1-2 วันที่ 21 – 31 มกราคม พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในช่วงเวลาเรียนจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ .91 และ 1.00 ตามลำดับ

2. ระยะทดลอง (B) คือ สัปดาห์ที่ 3 – 8 วันที่ 4 กุมภาพันธ์ – 14 มีนาคม พ.ศ. 2551 รวม 6 สัปดาห์ โดยมีรายละเอียดการทดลองดังต่อไปนี้

กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยใช้โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์กับนักศึกษา สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 50 นาที รวม 12 ครั้ง ในวันจันทร์และวันพุธ ตั้งแต่วันที่ 14 มกราคม – 21 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลอง โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้งแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องได้ .98

กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยไม่ใช้โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่ม ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในรายวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต โดยใช้การสังเกตแบบสุ่มเหตุการณ์ เมื่อหมดเวลาแต่ละครั้ง ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องได้ .94

3. ระยะหลังการทดลอง (A_2) สัปดาห์ที่ 9-10 วันที่ 17-28 มีนาคม พ.ศ. 2551 เพื่อติดตามผลของการทดลองที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาทั้งสองกลุ่ม ในระยะนี้ไม่มีการใช้โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ แต่ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตและบันทึก

พฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในชั่วโมงเรียนจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำผลการบันทึกพฤติกรรมมาหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องได้ .90 และ .94 ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูลและการจัดกระทำข้อมูล

1. เปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักศึกษาก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ
2. เปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักศึกษาก่อนและหลังการไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ
3. เปรียบเทียบผลต่างของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธและนักศึกษาที่ไม่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ
4. ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการสังเกตทั้ง 3 ระยะ คือ ระยะเส่นฐาน ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลองมาเขียนกราฟเส้นเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกตลอดการวิจัย

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า

1. นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ แสดงว่า การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธสามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาให้เพิ่มขึ้นได้ ทั้งนี้การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ นักศึกษามีโอกาสฝึกใช้ทักษะทางด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำที่เหมาะสม นักศึกษามีโอกาสได้ร่วมอภิปรายกลุ่ม และแสดงบทบาทสมมติตามที่ผู้วิจัยกำหนดและนักศึกษายังได้รับคำแนะนำและข้อมูลย้อนกลับจากผู้วิจัย ตลอดจนการเสริมแรงทางบวก ทำให้นักศึกษาได้เรียนรู้วิธีการปรับปรุงพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ ตลอดทั้งได้แสดงความคิดเห็น วิเคราะห์ และอภิปรายพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เกิดขึ้น ซึ่งในขณะที่นักศึกษได้ร่วมกันอภิปรายกลุ่ม หรือแสดงบทบาทสมมติ นักศึกษาได้มีโอกาสในการ

แลกเปลี่ยนความคิดเห็น การยอมรับความเห็นของกันและกัน ได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง วิธีการเหล่านี้จะช่วยให้นักศึกษาเกิดการตระหนักรู้ด้วยตนเอง ดังที่ ชารีไทร์ (จิรวรรณ วัฒนจิระพงษ์. 2537; อ้างอิงจาก Charitier. 1974) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มมีส่วนช่วยในการพัฒนาต่างๆ จึงเป็นการช่วยให้บุคคลได้พัฒนาตนเอง นับตั้งแต่การเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเองอย่างเหมาะสม เข้าใจตนเอง พัฒนาทักษะด้านการฟังเป็นการฝึกให้เป็นผู้ฟังที่ดี รู้จักกล้าแสดงออก กล้าแสดงความคิดเห็น รู้จักควบคุมการแสดงออกของอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม และพนม ลิมอารีย์ (2522 : 56-57) ได้กล่าวว่า การเข้าร่วมกลุ่มจะทำให้สมาชิกได้ทดสอบความสามารถของตนได้แลกเปลี่ยนเจตคติ ให้ความรัก การทำสมาธิมีความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของจะทำให้สมาชิกมีความเข้าใจตนเองดีขึ้น เกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย และเชื่อมั่นในตนเองในระหว่างการดำเนินการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของขวัญตา (2542 : 69) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมแบบกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมกับเพื่อนนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพัตน์ วชิระ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมกับเพื่อนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของวรรณพร โรจน์สัตยากุล (2535 : 51) ที่ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพัตน์ วชิระ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีสัมพันธภาพดีขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นอกจากนี้ในระหว่างการทดลองผู้วิจัยสังเกต พบว่า ในช่วงแรกของการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ นักศึกษายังไม่ค่อยเข้าใจวิธีการต่างๆ และยังไม่คุ้นเคยกับรูปแบบการเข้าร่วม อีกทั้งยังมีความอาย ก่อเขิน และยังไม่คุ้นเคยกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม จึงทำให้นักศึกษาขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าแสดงออก ไม่กล้าซักถาม และไม่กล้าแสดงความคิดเห็น แต่พอนักศึกษาเริ่มคุ้นเคยกับเพื่อนๆ และวิธีการฝึกแล้ว พบว่านักศึกษาให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการฝึกพฤติกรรมเป็นอย่างดี มีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์โดยใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ การอภิปรายกลุ่ม และการใช้บทบาทสมมติ นอกจากนี้การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ยังเปิดโอกาสให้นักศึกษาร่วมกันอภิปราย และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกันทำให้นักศึกษาได้ประสบการณ์ต่างๆ เกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักศึกษาได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง เมื่อสมาชิกในกลุ่มมีความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่ง รับการยอมรับด้วยความจริงใจจากสมาชิกในกลุ่ม จะทำให้เขาเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าเผชิญหน้ากับปัญหาต่างๆ ซึ่งวิธีการเหล่านี้จะทำให้นักศึกษาเกิดการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก และได้เรียนรู้แนวทางที่จะพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากยิ่งขึ้น

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์เป็นวิธีหนึ่งที่สามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเพิ่มขึ้นได้

จากการสังเกตหลังการฝึกพฤติกรรมในแต่ละครั้ง พบว่า นักศึกษาพึงพอใจกับการได้ฝึกพฤติกรรมทำให้ได้รับประสบการณ์เพิ่มเติม ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นของแต่ละครั้ง และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

2. นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นหลังจากไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ แสดงว่า การไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ก็สามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาให้เพิ่มขึ้นได้ ทั้งนี้ เพราะในการเรียนการสอนปกตินั้นนักศึกษาจะต้องมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในการทำกิจกรรมและจะต้องมีการนำเสนอรายงานหน้าชั้นเรียนเป็นประจำ จึงทำให้นักศึกษาเกิดทักษะความชำนาญจากการกระทำซ้ำๆ บ่อยครั้ง จนเกิดความเคยชิน และลดความประหม่าได้ อีกทั้งนักศึกษามีความตั้งใจในการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก จึงส่งผลให้นักศึกษามีความกล้าในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เพราะพฤติกรรมกล้าแสดงออกก็สามารถพัฒนาได้จากการเรียนรู้ในห้องเรียนตามปกติ

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของศรียาภรณ์ ศรีตนะชัย (2547 : 54) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียนของนักศึกษาระบบการศึกษานอกโรงเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หลักสูตรการศึกษาสายสามัญ วิธีเรียนทางไกล ศูนย์บริการการศึกษานอกโรงเรียน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ซึ่งการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่ไม่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกหน้าชั้นเรียนดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ฉะนั้นการไม่ได้รับการเข้าร่วมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก แต่จากสภาพการเรียนการสอนปกติก็สามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้มีความเหมาะสมมากขึ้นได้

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า การไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ก็สามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเพิ่มขึ้นได้

3. นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ตั้งไว้ แสดงว่า การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ สามารถพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ซึ่งในการทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรม โดยให้นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ได้เกิดการเรียนรู้ โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่มย่อยและการแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งในแต่ละเทคนิคผู้วิจัยจะดำเนินการเป็นขั้นตอน คือ ให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดร่วมกันให้นักศึกษาได้วิเคราะห์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของกันและกัน มีการฝึกฝนโดยการแสดงบทบาทตามสถานการณ์ที่กำหนด และได้ให้นักศึกษาได้มีโอกาสรูปลักษณ์ที่รับจากการร่วมกันทำ กิจกรรม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม โดยแต่ละขั้นตอนผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้และตระหนักรู้ด้วยตนเอง ส่วน

นักศึกษาที่ไม่ได้ เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ผู้วิจัยไม่ได้จัดกิจกรรมใดๆ ให้แก่นักศึกษา แต่นักศึกษา ยังได้รับการเรียนรู้ในชั้นเรียนตามปกติ ดังนั้นนักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์จึงเกิดการ เรียนรู้เกี่ยวกับ พฤติกรรมกล้าแสดงออกได้น้อยกว่ากลุ่มที่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ภายหลังการทดลองผู้วิจัยได้ให้นักศึกษาประเมินผลการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์นักศึกษา ได้ให้ความเห็นสอดคล้องกันว่า การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ครั้งนี้ นักศึกษากล้าแสดงออกมากขึ้น และยังได้รับความสนุกสนาน และต้องการให้ผู้วิจัยจัดกิจกรรมในลักษณะนี้อีก รวมทั้งกลุ่ม ควบคุมก็ต้องการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ในโอกาสต่อไปด้วย

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ วงพักรัตน์ ภูพันธ์ศรี (2523 : 57) ซึ่ง ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และบุคลิกภาพของนักศึกษาหญิง พบว่า นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมมี พฤติกรรมและบุคลิกภาพดีขึ้นกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ พรณราย ทรัพย์ประภา (2526 : 42) ที่กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกโดยใช้วิธีแก้ปัญหาจะช่วยให้นักศึกษา ได้เรียนรู้วิธีที่จะดำเนินการกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและช่วยให้นักศึกษาเป็นอิสระที่จะ แสดงออกอย่างเหมาะสมตลอดจนปรับปรุงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้นักศึกษามี พฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้น ฉะนั้นอาจารย์และผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาสามารถนำ โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ไปเป็นแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของ นักศึกษาได้ จากผลการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยพบว่า ในช่วงแรกของการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ นักศึกษาจะอยู่ในกลุ่มของตัวเอง ไม่ค่อยกล้าไปเข้ากลุ่มในเพื่อนใหม่ ฉะนั้นผู้ที่จะนำโปรแกรม ไปใช้ควรจะต้องหาวิธีการเพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาได้แลกเปลี่ยนกลุ่มหรือให้ร่วมกันแสดง ความ คิดเห็น และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของกันและกันด้วย

2. ควรมีการติดตามผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในระยะยาว ภายหลังจาก การทดลองสิ้นสุดแล้วทุก 1 เดือน หรือ 3 เดือน เพื่อศึกษาว่านักศึกษาที่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ นั้นมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากน้อยเพียงใด และมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาวิธีการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้เทคนิคทางจิตวิทยาอื่นๆ เช่น การใช้แม่แบบ หรือเกม เป็นต้น
2. ควรนำวิธีการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ไปพัฒนาพฤติกรรมอื่น ๆ ที่เป็นปัญหา เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว และพฤติกรรมการมีวินัย เป็นต้น
3. ควรศึกษาวิธีการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น นักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 หรือนักศึกษาคณะอื่น ๆ เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- ขวัญตา บุญวาศ. (2542). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมแบบกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมกับเพื่อนของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนพรัตน์วชิระ. ปรินฏยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- คำเนิง อยู่เลิศ. (2541). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดเสด็จนคร เขตคลองสาน กรุงเทพมหานคร. ปรินฏยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- จันทร์ฉาย พิทักษ์ศรีกุล. (2532). ผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- จำเริญ พันธพารา. (2543). การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมและการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่มีต่อความวิตกกังวลการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกุดดู่พิทยาคม อำเภอโนนสัง จังหวัดหนองบัวลำภู. ปรินฏยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จินดาพร แสงแก้ว. (2541). การเปรียบเทียบผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์กับกลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน เพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กบ้านอุปถัมภ์ มูลนิธิสร้างสรรค์เด็ก กรุงเทพมหานคร. ปรินฏยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- จอมขวัญ ทุ่มโหมง. (2540). ผลของการศึกษาพฤติกรรมแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม เขตยานนาวา จังหวัดกรุงเทพมหานคร. ปรินฏยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- ชุตिकाญจน์ วิไลศิลป์. (2544). การเปรียบเทียบผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาวิศวกรรมชั้นปีที่ 1 สถาบันเทคโนโลยีปทุมวัน กรุงเทพมหานคร. ปรินฏยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

- ชัยชญา บุญคงการนนท์. (2540). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ทิตนา แคมมณี และ ยาวพา เดชะคุปต์. (2522). กลุ่มสัมพันธ์ : ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1. พิมพ์ที่ บุรพาณิชการพิมพ์. พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์. (2540). ผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง จังหวัดตรัง. ปรินญาณิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประภาพรรณ เอี่ยมสุภาษิต. (2548). การพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของเด็กปฐมวัย. วารสารเกษมบัณฑิต. Volume 6 Number 1 January 6– June 2005.
- ประสิทธิ์ ทองอ่อน. (2542). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาคน. กรุงเทพฯ: เวิร์ดเวฟ เอ็ดดูเคชั่นเพรมใจ บุญประสพ. (2545). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการตระหนักรู้ตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านบางกะปิ สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2527, มิถุนายน-กันยายน). การปรับพฤติกรรมเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน. ศึกษาสาร. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 3(8): 10.
- .(2536). การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: ทบวงมหาวิทยาลัย.
- พนม ลิ้มอารีย์. (2521). กลุ่มสัมพันธ์. โรงพิมพ์ จินตทัศน์การพิมพ์. กาลสินธุ์.
- พรรณราย ทรัพย์ะประภา. (2524, สิงหาคม-กันยายน). การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก. วารสารแนะแนว 15(76) : 9-30.
- .(2527). จิตวิทยาการบริหาร. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.
- .(2548). จิตวิทยาประยุกต์ในชีวิตและในการทำงาน. พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพฯ :
- พรทิพย์ ทรัพย์สิน. (2532). ผลการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมด่านสำโรง จังหวัดสมุทรปราการ. ปรินญาณิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พวงแก้ว เนตรโอภารักษ์. (2533). ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านसानแหลม จังหวัดนครปฐม. ปรินญาณิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- เพ็ญศรี ประทุมรุ่ง.(2542). ผลของการใช้สถานการณ์จำลองและการเสริมแรงด้วยเบี้ยอรรถกรที่มีต่อมารยาทในการรับประทานอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบ้านทุ่งมะกอก อำเภอด่านช้าง จังหวัดสุพรรณบุรี. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- ภวันนิภา โรจนพันธ์. (2547). การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร. ปรินญานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- ระวีวรรณ คำสม. (2542). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมโดยใช้กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อการปฏิบัติตนกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา จังหวัดนครปฐม ปรินญานิพนธ์. กศ.ม.กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- ละเอียด ชูประยูร. (2538). เทคนิคพฤติกรรมบำบัด. กรุงเทพฯ: ศูนย์ผลิตเอกสารโรงพยาบาลสมเด็จพระยา.
- ลักขณา ธรรมไพโรจน์. (2524). การปรับพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกด้วยวิธีกลุ่มสัมพันธ์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- วิไล ไชยปรกรณ์. (2532). ผลของการฝึกอบรมพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยครูพิษณุโลก จังหวัดพิษณุโลก. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). พิษณุโลก: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- วิไล พังสอาด. (2542). การเปรียบเทียบผลของการใช้บทบาทสมมติและการใช้แม่แบบที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวังตะเคียนวิทยา อําเภอบึงนาราง จังหวัดพิจิตร. ปรินญานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- วิชาการ, กรม. (2524). การศึกษาหาเกณฑ์ปกติระดับพัฒนาการทางจริยธรรมและองค์ประกอบที่มีผลต่อพัฒนาการทางจริยธรรม. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.
- วรายุทธ ทวีลาภ. (2539). การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการควบคุมตนเองที่มีต่อพฤติกรรมประชาธิปไตยด้านมารยาทของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบ้านห้วยยาวจิว อำเภอเทพสถิต จังหวัดชัยภูมิ ปรินญานิพนธ์.กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

- วันดี ตาสัว. (2540). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนคลองสอง เขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร. ปรินฏยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วัลลภ ปิยะมโนธรรม. (2528). เทคนิคการรักษาโรคประสาทด้วยตนเอง. กรุงเทพฯ: บริษัท เยียร์บุ๊คพับลิชเชอร์ จำกัด.
- ศรียาภรณ์ ศรีตัญชัย. (2547). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่มีต่อการพูดหน้าชั้นเรียนของนักศึกษาระบบการศึกษานอกโรงเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หลักสูตรการศึกษาสายสามัญ วิธีเรียนทางไกล ศูนย์บริการการศึกษานอกโรงเรียน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ปรินฏยานิพนธ์.กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- สุรพล พยอมแย้ม. (2548). จิตวิทยาสัมพันธ์ภาพ. จัดพิมพ์. กรุงเทพฯ: บริษัท บางกอก-คอม เทค อินเตอร์เทรด จำกัด.
- สุพรรณสิริ ขาวประเสริฐ. (2540). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อพัฒนาพฤติกรรม การพูดหน้าชั้นเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนาคปรก เขต ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร. ปรินฏยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- สิทธิโชค วรรณสันติกุล. (2548). จิตวิทยาสังคม : ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2536). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมศักดิ์ จำอ่อน. (2532). ผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อบุคลิกภาพด้านความเป็นผู้นำของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปรินฏยานิพนธ์ กศ. ม. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- หลุย จำปาเทศ. (2533). จิตวิทยาสัมพันธ์. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรรรรณ หิรัญพิศ. (2540). ผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่2 โรงเรียนพยาบาล กองการศึกษา กรมแพทย์ทหารเรือ กรุงเทพมหานคร. ปรินฏยานิพนธ์ กศ.ม.กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- อังศุธร ถิ่นหลวง. (2542). ผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกในชั้นเรียนของนักเรียน3585 .เรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดภาษี กรุงเทพมหานคร. ปรินฏยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

- Alberti, R. and Emmons, M. (1974) *Your Perfect Right* (2 nd ed.) San Luis Obispo, CA : IMPACT.
- Bower, Sharon Anthony and Bower, Gordon H. (1976). *Asserting Yourself : A Practical Guide for Positive Change*. Massachusetts : Addison Wesley Publishing Company.
- Fensterheim, Herbert and Jean Bear. 1975. *Don't Stay Yes when You Want to Say No*. New York : Dell Publishing Co., Inc.
- Fodor, Iris Goldstien. (1980). "The Treatment of Communication Problems with Assertiveness Training," In *Handbook of Behavior Interventions : A Clinical Guide*. New York : John wiley and sons, Inc.
- Galassi, J.P; Galasi, M.d., and Litz, M.C. (1974). *Assertive Training in Group Using Video Feedback*. *Journal of Counseling Psychology* 21.
- Jakubowski, P. (1976). *Responsible Assertive Behavior : Cognitive Behavior Procedures for Trainers*. Illinois : Research Press Company.
- Lange, A. J., and Jakubowski, P. (1976). *Responsible Assertive Behavior : Cognitive – Behavior Procedures Trainer*. Illinois : Research Press.
- Lazarus, A. A. (1973). "On Assertive Behavior : A Brief Note." *Behavior Therapy*, 4. pp.697-699.
- Morris, J. (1975). *Fear Reduction Methods*. Helping People Change. F. Kanfer and A. Goldstien ed. New York: Pergamon Press.
- Rathus, Spencer A. and Jeffery S. Nevid. (1978). *Behavior Therapy*. New York: New American Library.
- Salter, A. (1949). *Conditioned Reflex Therapy*. New York : Farrar Straus.
- Wolpe, Joseph. (1958). *Psychotherapy by Reciprocal Inhibition*. Stanford, CA : Stanford University Press.
- Wolpe, Joseph. (1973). *The Practice of Behavior Therapy*. 2nd ed. New York: Pergamon Press.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

- แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก
- แบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
- โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาชั้นปีที่ 1

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.2551

ผู้ประเมิน ชื่อ-สกุล.....

คำชี้แจง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง การแสดงออกด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำของนักศึกษาในเรื่องของความคิด ความรู้สึกโดยไม่มีความวิตกกังวล มีความเชื่อมั่นในตนเอง ในขณะร่วมกิจกรรมการเรียนการสอน และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างอาจารย์กับนักศึกษา และนักศึกษากับนักศึกษา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ภาษาท่าทาง ได้แก่

1.1 การประสานสายตา (Eye Contact) เป็นการสบตาคู่สนทนาแสดงสีหน้าไม่ขัดเขิน และไม่ประหม่าในขณะที่พูดหรือตอบคำถาม เป็นการบอกให้ทราบความใส่ใจ ความจริงใจ ในสิ่งที่พูดและทำให้เกิดสัมพันธที่ดีมากขึ้น โดยไม่ใช้การจ้องหน้าคู่สนทนาที่จะสร้างความอึดอัด

1.2 น้ำเสียง (Vocal Cues) ใช้น้ำเสียงที่มีความหมายสอดคล้องกับความรู้สึกที่แท้จริง ระดับความดังของเสียง และจังหวะเป็นการแสดงความจริงใจ อารมณ์และความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูด ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อคู่สนทนา ในสิ่งที่พูด

1.3 การแสดงท่าทาง (Gesture) เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบคำพูดได้อย่างเหมาะสม ได้แก่ การใช้มือประกอบการพูด การแกว่งแขน การก้มหน้า ซึ่งเป็นการเสริมคำพูดให้มีความสำคัญมากยิ่งขึ้น หรือลดความน่าเชื่อถือ การแสดงท่าทางที่เหมาะสมจะทำให้สิ่งที่พูดมีความหนักแน่นมากยิ่งขึ้น

1.4 การแสดงออกทางสีหน้า (Vocal Cues) เป็นการยอมรับคำชมของบุคคลอื่นอย่างเหมาะสมสอดคล้องกับเรื่องราวและอารมณ์ ซึ่งจะทำให้คู่สนทนารับรู้ถึงความต้องการของผู้พูดได้ตรงตามความจริง

2. ภาษาถ้อยคำ ได้แก่

2.1 กล้าพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น

2.2 ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยถ้อยคำสุภาพ

2.3 กล่าวแสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

2.4 พูดให้กำลังใจ และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.5 กล่าวคำขอโทษเมื่อได้กระทำผิด

โปรดประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษา ในด้านภาษาถ้อยคำและภาษา
ท่าทางของนักศึกษามีพฤติกรรมการแสดงออกอยู่ในระดับใด โดยทำเครื่องหมาย / ลงใน
ตาราง

1. ภาษาถ้อยคำ

ดี	หมายถึง	พูดได้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่กำหนด
พอใช้	หมายถึง	พูดได้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่กำหนดบาง ประการ
ต้องปรับปรุง	หมายถึง	ไม่พูดตามหัวข้อในสถานการณ์ที่กำหนด

2. ภาษาท่าทาง

2.1 การประสานสายตา

ดี	หมายถึง	สามารถสบตาขณะซักถามข้อสงสัย
พอใช้	หมายถึง	สามารถสบตากับคู่สนทนาในบางครั้ง
ต้องปรับปรุง	หมายถึง	ไม่สามารถสบตากับคู่สนทนาขณะฟัง หรือพูด

2.2 น้ำเสียง

ดี	หมายถึง	น้ำเสียงมีความสัมพันธ์กับท่าทางได้อย่าง เหมาะสม
พอใช้	หมายถึง	น้ำเสียงดังหรือเบาจนเกินไป
ต้องปรับปรุง	หมายถึง	น้ำเสียงตะกุก ตะกัก หรือราบเรียบ จนเกินไป

2.3 การแสดงท่าทาง

ดี	หมายถึง	สามารถเคลื่อนไหวร่างกายประกอบคำพูดได้ อย่างเหมาะสม
พอใช้	หมายถึง	สามารถเคลื่อนไหวร่างกายประกอบคำพูดได้ อย่างเหมาะสมในบางครั้ง
ต้องปรับปรุง	หมายถึง	ไม่มีการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบคำพูด

2.4 การแสดงออกทางสีหน้า

ดี	หมายถึง	สามารถแสดงสีหน้าได้อย่างเหมาะสมกับ สิ่งที่พูด
พอใช้	หมายถึง	แสดงสีหน้าไม่สอดคล้องกับสิ่งที่พูด
ต้องปรับปรุง	หมายถึง	ไม่มีการแสดงออกทางสีหน้า

เกณฑ์การให้คะแนน

ดี	หมายถึง	ให้คะแนน 3 คะแนน
พอใจ	หมายถึง	ให้คะแนน 2 คะแนน
ต้องปรับปรุง	หมายถึง	ให้คะแนน 1 คะแนน

แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ผู้ประเมิน.....วันที่.....

ผู้ถูกประเมิน.....เวลา.....

พฤติกรรมที่ต้องสังเกต	พฤติกรรมที่นักศึกษาแสดงออกมา	ความถี่ของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น		
		3	2	1
1. ภาษาท่าทาง	- การประสานสายตา.....			
	- น้ำเสียง.....			
	- การแสดงท่าทาง.....			
	- การแสดงออกทางสีหน้า.....			
2. ภาษาถ้อยคำ	- กล้าพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น			
	- ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย แล แสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยถ้อยคำสุภาพ			
	- กล่าวแสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ.....			
	- พูดให้กำลังใจ และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น.....			
	- กล่าวคำขอโทษเมื่อได้กระทำผิด.....			
	รวม			

แบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาชั้นปีที่ 1

ครั้งที่.....

วันที่.....เดือน.....

พ.ศ.2551

ผู้สังเกต ชื่อ-สกุล.....

เวลา.....

พฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง การแสดงออกด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำของนักศึกษาในเรื่องของความคิด ความรู้สึกโดยไม่มีความวิตกกังวล มีความเชื่อมั่นในตนเอง ในขณะร่วมกิจกรรมการเรียนการสอน และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างอาจารย์กับนักศึกษา และนักศึกษากับนักศึกษา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ภาษาท่าทาง ได้แก่

- 1.1 การประสานสายตา (Eye Contact)
- 1.2 น้ำเสียง (Vocal Cues)
- 1.3 การแสดงท่าทาง (Gesture)
- 1.4 การแสดงออกทางสีหน้า (Vocal Cues)

2. ภาษาถ้อยคำ ได้แก่

- 2.1 กล้าพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น
- 2.2 ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ
- 2.3 กล่าวแสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ
- 2.4 พูดให้กำลังใจ และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- 2.5 กล่าวคำขอโทษเมื่อได้กระทำผิด

หมายเหตุ การสังเกตใช้เวลา 50 นาที มีเกณฑ์การบันทึก ดังนี้

- | | | |
|---|---------|----------------------------------|
| 1 | หมายถึง | นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออก |
| 0 | หมายถึง | นักศึกษาไม่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออก |

แบบบันทึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่.....

วันที่.....

ผู้สังเกต.....

เวลา.....

นักศึกษา คนที่	เวลา (นาที)	พฤติกรรมกล้าแสดงออก								รวม	
		ภาษาท่าทาง				ภาษาถ้อยคำ					
		การประสานสายตา	น้ำเสียง	การแสดงท่าทาง	การแสดงออกทางสีหน้า	กล้าพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น	ซักถามเมื่อมีข้อสงสัย	กล้าแสดงความคิดเห็น	พูดให้กำลังใจ และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น		กล่าวคำขอโทษเมื่อได้กระทำผิด
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											

.....ผู้สังเกต

ตารางสรุปโปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อให้นักศึกษาสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักศึกษา และระหว่างนักศึกษากับนักศึกษาด้วยกัน 2. เพื่อให้นักศึกษาทราบความหมาย และวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก 3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจถึงวิธีการและขั้นตอนของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังต่อไปนี้ 1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักศึกษาทราบวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และประโยชน์ที่นักศึกษาจะได้รับ 3. ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกิจกรรมสร้างความคุ้นเคย โดยผู้วิจัยให้นักศึกษาหยิบกระดาษรูปครึ่งหัวใจ คนละ 1 ชิ้น 4. ผู้วิจัยให้นักศึกษานำรูปกระดาษรูปครึ่งหัวใจที่ตนหยิบได้ไปหาอีกครั้งหนึ่งที่มีสีเดียวกันที่อยู่กับเพื่อน เพื่อนำมาประกบกันให้เป็นรูปหัวใจ 5. ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคู่ซักถามข้อมูลส่วนตัวของกันและกันตามหัวข้อที่กำหนดด้านหลัง และบันทึกข้อมูลที่ได้ลงในกระดาษรูปหัวใจ จากนั้นนักศึกษาแต่ละคู่ออกมาแนะนำเพื่อนที่เป็นคู่ของตน ให้นักศึกษาคนอื่นๆทราบตามหัวข้อที่กำหนดไว้ 6. เมื่อนักศึกษาออกมาแนะนำตัวจนครบทุกคนแล้ว

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันสรุปกิจกรรมนี้ว่ามีวัตถุประสงค์อะไร 7. ผู้วิจัยสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมว่า ในการสนทนาหรือสัมภาษณ์เพื่อหาข้อมูลจากเพื่อนนั้น นักศึกษากล้าพูด สบตา กับเพื่อน โดยไม่มีความประหม่า มีความจริงใจกับเพื่อน ก็จะทำให้นักศึกษาได้รู้จักเพื่อนๆ เกิดความคุ้นเคย มีเพื่อนที่เป็นมิตรที่ดีต่อกัน และจะทำให้ นักศึกษากล้าแสดงออกมากขึ้น 8. ผู้วิจัยให้นักศึกษาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับ “พฤติกรรมกล้าแสดงออก” และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 9. ผู้วิจัยอธิบายถึงวัน เวลา จำนวน และสถานที่ที่ใช้ในการฝึก 10. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ในการเข้าร่วมครั้งต่อไป
2	- พฤติกรรมกล้าแสดงออกในด้านภาษา ถ้อยคำ : กล้าพูด	- เพื่อให้นักศึกษามีพฤติกรรม กล้าแสดงออกทั้งด้านภาษา ท่าทางและภาษาถ้อยคำในการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่มย่อย ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	ทักทายปราศรัยผู้อื่น	ทักทายปราศรัยผู้อื่น	1. ขั้นนำ ผู้วิจัยอธิบาย วัตถุประสงค์ของการฝึก พฤติกรรมกล้าแสดงออกด้าน ภาษาท่าทางและภาษา ถ้อยคำในการทักทายปราศรัย ผู้อื่น 2. ขั้นวิเคราะห์ 2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสาร เรื่อง “เราสามคน” ให้ นักศึกษาอ่าน 2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษา แบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคน อภิปรายตามประเด็นที่ กำหนด ต่อไปนี้ 2.2.1 นักศึกษามีความ คิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับเรื่อง “เราสามคน” 2.2.2 ถ้านักศึกษา เป็นพิม นักศึกษาจะเลือก ทางเดินชีวิตแบบใดนักศึกษา อยู่ในห้องเดียวกันโดยไม่ เสนอข้อตกลงในการอยู่ร่วม ห้องนักศึกษาคิดว่าจะเกิด อะไรขึ้นบ้าง 2.2.3 ผู้วิจัยให้ นักศึกษาช่วยกันเสนอแนะ วิธีการทักทายปราศรัยผู้อื่น 3. ขั้นสรุป 3.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษา สรุปข้อคิดเห็น และ

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมอภิปรายพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการทักทายปราศรัยผู้อื่น และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือสิ่งที่ไม่เห็นด้วย ถ้อยคำสุภาพ 3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ประเมินผล 1. สังเกตจากความสนใจและการอภิปรายแสดงความคิดเห็น 2. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปรายและการสรุปของนักศึกษา
3	พฤติกรรมกล้าแสดงออก : กล้าพูด ทักทายปราศรัยผู้อื่น	เพื่อให้ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและด้านภาษาในการกล้าพูด ทักทายปราศรัยผู้อื่น	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นเตรียมการ 1.1 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล้าพูด ทักทายปราศรัยผู้อื่น 1.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็นร่วมกันเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้า

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			แสดงออกในการแสดงในการ กล่าวพูดทักทายปราศรัยผู้อื่น และผู้วิจัยให้ข้อมูลย้อนกลับ 2. ชั้นแสดง 2.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษา เล่าประสบการณ์เกี่ยวกับ พฤติกรรมกล่าวแสดงออกใน การกล่าวพูดทักทายปราศรัย ผู้อื่น 2.2 ผู้วิจัยขออาสาสมัคร ในการแสดง และส่วนที่เหลือ ให้เป็นผู้สังเกตการณ์ 2.3 ผู้วิจัยแจกเอกสาร “เพื่อนใหม่ของฉัน” ให้ นักศึกษาอ่าน 2.4 ผู้วิจัยให้นักศึกษาที่ ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติ เป็นผู้สังเกตการณ์และบันทึก พฤติกรรมของผู้แสดงและ เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น ระหว่างแสดง 2.5 ผู้วิจัยให้นักศึกษา แสดงตามบทบาทที่ตนได้รับ 3. ชั้นวิเคราะห์การแสดง 3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดง กล่าวแสดงความรู้สึก และ แสดงความคิดเห็นต่อ พฤติกรรมการแสดงของ ตนเอง

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			3.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันแสดงความคิดเห็น 3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมการแสดงออก และให้คำแนะนำในส่วนที่ปรับปรุงแก้ไข ในระหว่างที่นักศึกษาแสดงความคิดเห็น และซักถาม 4. ชั้นแสดงเพิ่มเติม 4.1 ในกรณีที่นักศึกษาแสดงพฤติกรรมไม่สอดคล้องกับบทบาทที่กำหนด ผู้วิจัยให้นักศึกษาคนเดิมแสดงเพิ่มเติม 4.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาคณะอื่น ๆ เป็นผู้สังเกตการณ์ และเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้แสดงบทบาทตามสถานการณ์ที่กำหนดในการแสดงในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยผู้อื่น 5. ชั้นสรุป 5.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเลือกแนวทางปฏิบัติในการใช้ท่าทาง ช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยผู้อื่น 5.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็น และ

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล้าพูด ทักทายปราศรัยผู้อื่น 5.3 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ประเมินผล 1. สังเกตจากความสนใจและการอภิปรายแสดงความคิดเห็น 2. สังเกตจากพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษาในการแสดง ในการกล้าพูด ทักทายปราศรัยผู้อื่น
4	พฤติกรรมกล้าแสดงออก : ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็น ในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ถ้อยคำสุภาพ	- เพื่อให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ถ้อยคำสุภาพ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยถ้อยคำสุภาพ 2. ขั้นวิเคราะห์การแสดง 2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “พูดความจริงนะ” ให้นักศึกษาอ่าน 2.2.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุก

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			คนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนด ต่อไปนี้ 2.2.2 นักศึกษาได้ ข้อคิดอะไรบ้างจากบทความ พุดความจริง 2.2.3 ถ้านักศึกษาเป็น แก้ว นักศึกษาจะกล้าพูดกับ ใฝ่อย่างไร 2.2.4 นักศึกษาจะนำ ความรู้ที่ได้รับจากเอกสาร เรื่อง “พุดความจริง นะ” ไป ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ได้อย่างไรบ้าง คิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับเรื่อง “อยากบอกให้เธอรู้” 3. ขั้นสรุป 3.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษา สรุปข้อคิดเห็นและประโยชน์ ที่ได้รับการร่วมกัน อภิปรายพฤติกรรมกล้า แสดงออกในการซักถามเมื่อมี ข้อสงสัยและแสดงความ คิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือใน สิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ 3.2 ผู้วิจัยสรุป เพิ่มเติม ประเมินผล 1. สังเกตจากความสนใจ และการอภิปรายแสดงความ คิดเห็น

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			2. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปราย
5	พฤติกรรมกล้าแสดงออก : ชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ	- เพื่อให้ให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการกล่าวความชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่มย่อย ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้ วิ จั ย อ ริ บ า ย วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล้าพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น 2. ขั้นวิเคราะห์ 2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “ความสำเร็จที่หอมหวาน” ให้นักศึกษาอ่าน 2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนด ต่อไปนี้ 2.2.1 นักศึกษามีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับเรื่อง “อยากบอกให้เธอรู้” 2.2.2 นักศึกษาจะนำประโยชน์ที่ได้รับจากการอ่านเอกสารไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง 3. ขั้นสรุป 3.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็นและประโยชน์

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ที่ได้รับจากการร่วมอภิปรายพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงความรู้สึกชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ 3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ประเมินผล 1. สังเกตจากความสนใจและการอภิปรายแสดงความคิดเห็น 2. สังเกตจากบรรยากาศในการร่วมกันอภิปรายในกลุ่ม
6	พฤติกรรมกล้าแสดงออก : ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ	- เพื่อให้ นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นเตรียมการ 1.1 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพื่อช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ 1.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็นร่วมกันเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้า

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			แสดงออกในการซักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ 2. ชั้นแสดง 2.1 ผู้วิจัยชี้แจงเกี่ยวเทคนิคการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก 2.2 ผู้วิจัยขออาสาสมัครในการแสดงและอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์ 2.3 ผู้วิจัยแจกเอกสารสถานการณ์จำลอง เรื่อง “งานประจำปี” ให้นักศึกษาอ่าน 2.4 ผู้วิจัยให้นักศึกษาที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดงและเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง 2.5 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงตามบทบาทที่ตนได้รับ 3. ชั้นวิเคราะห์การแสดง 3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดงแสดงออกในการซักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ 3.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันอภิปราย แสดงความ

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			คิดเห็นร่วมกัน 3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมการแสดงออก และให้คำแนะนำในส่วนที่ปรับปรุงแก้ไข ในระหว่างที่นักศึกษาอภิปราย แสดงความคิดเห็นและซักถาม 4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม 4.1 ในกรณีที่นักศึกษาแสดงพฤติกรรมไม่สอดคล้องกับบทบาทที่กำหนด ผู้วิจัยให้นักศึกษาคนเดิมแสดงเพิ่มเติม 4.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาคนอื่น ๆ เป็นผู้สังเกตการณ์ และเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้แสดงบทบาทตามสถานการณ์ที่กำหนดในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น 5. ขั้นสรุป 5.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็น และประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการซักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยถ้อยคำสุภาพ 5.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ประเมินผล 1. สังเกตจากความสนใจและการอภิปรายแสดงความคิดเห็น 2. สังเกตจากพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษาในการกล้าพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น
7	พฤติกรรมกล้าแสดงออก : การพูดให้กำลังใจผู้อื่นและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	เพื่อให้ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำ ในการพูดให้กำลังใจผู้อื่นและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นเตรียมการ 1.1 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพื่อช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 1.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็นร่วมกันเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงในการพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 2. ขั้นแสดง 2.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการพูดให้กำลังใจและแสดง

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 2.2 ผู้วิจัยขออาสาสมัครในการแสดง และส่วนที่เหลือให้เป็นผู้สังเกตการณ์ 2.3 ผู้วิจัยแจกเอกสาร เรื่อง “หัวใจที่แกร่ง” ให้นักศึกษาอ่าน 2.4 ผู้วิจัยให้นักศึกษาที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดงและเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง 2.5 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงตามบทบาทที่ตนได้รับ 3. ขั้นวิเคราะห์ 3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดงกล่าวแสดงความรู้สึก และแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมของตนเอง 3.2 ผู้วิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นและซักถามต่อบทบาทของผู้แสดง 3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมการแสดงออกของเพื่อน และให้คำแนะนำในสิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข 4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงเพิ่มเติมตามข้อเสนอแนะของ

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			กลุ่ม 5. ขั้นสรุป 5.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับการแสดง 5.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ประเมินผล 1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของนักศึกษา 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปของนักศึกษา
8	พฤติกรรมกล้าแสดงออก : แสดงท่าทางในการชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ	เพื่อให้ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการกล่าวแสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นเตรียมการ 1.1 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรม เพื่อช่วยให้นักศึกษาแสดงมีพฤติกรรมแสดงออกในการแสดงท่าทางในการชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ 1.2 ผู้วิจัยสนทนาเกี่ยวกับพฤติกรรมแสดงออกและให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของตนเองที่นักศึกษาเคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			1.3 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็นร่วมกันเกี่ยวกับพฤติกรรม การแสดงออกในการในการแสดงท่าทางในการชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ 2. ชั้นแสดง 2.1 ผู้วิจัยขออาสาสมัคร เพื่อแสดงบทบาทสมมติและอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์ 2.2 ผู้วิจัยแจกเอกสาร “ยินดีด้วย” ให้อาสาสมัครอ่านและเตรียมตัวแสดง จัดสถานที่ให้เหมาะสมกับเนื้อเรื่อง เพื่อให้การแสดงสมจริง 2.3 ผู้แสดงเริ่มแสดงบทบาทสมมติ โดยให้ผู้สังเกตการณ์และผู้ไม่ได้แสดงตั้งใจดู 3. ชั้นวิเคราะห์และแสดง 3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดงกล่าวแสดงความรู้สึก และแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมของตนเอง 3.2 ผู้วิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นและซักถามต่อบทบาทของผู้แสดง 3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรม การแสดงออกของ

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			เพื่อนและให้คำแนะนำในสิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข 4. ชั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงเพิ่มเติมตามข้อเสนอแนะของกลุ่ม 5. ชั้นสรุป 5.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสาร 5.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ประเมินผล 1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของนักศึกษา 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปของนักศึกษา
9	พฤติกรรมกล้าแสดงออก :พูดให้กำลังใจผู้อื่นและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	เพื่อให้ศึกษามีพฤติกรรมทั้งด้านภาษาท่าทางและด้านภาษากาย ในการพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของตนเอง ที่นักศึกษาเคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นวิเคราะห์ 2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน”

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ให้นักศึกษาอ่าน 2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนด ต่อไปนี้ 2.2.1 นักศึกษามีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 2.2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเสนอช่วยกันเสนอแนะพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 2.2.3 ถ้าเพื่อนที่สนิทของนักศึกษากำลังแข่งขันกับเพื่อนสนิทของนักศึกษาอีกคนหนึ่ง นักศึกษาจะให้กำลังใจใคร 3. ขั้นสรุป 3.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็น และประโยชน์ที่ได้รับ 3.2 ผู้วิจัยสรุปการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการพูดให้กำลังใจและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ประเมินผล 1. สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมของนักศึกษา

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมของนักศึกษาแสดงความคิดเห็นซักถามและการสรุปของนักศึกษา
10	พฤติกรรมกล้าแสดงออก : กล่าวคำขอโทษ เมื่อได้กระทำผิด	เพื่อให้นักศึกษาพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านภาษาถ้อยคำในการกล้าแสดงออกในกลัรับผิดชอบและกล่าวคำขอโทษ เมื่อได้กระทำผิด	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยสนทนาเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกและให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของตนเองที่นักศึกษาเคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นแสดง 2.1 ผู้วิจัยขออาสาสมัครเพื่อแสดงบทบาทสมมติและอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์ 2.2 ผู้วิจัยแจกเอกสาร “ลืมอีกแล้ว” ให้อาสาสมัครอ่านและเตรียมตัวแสดง จัดสถานที่ให้เหมาะสมกับเนื้อเรื่อง เพื่อให้การแสดงสมจริง 2.3 ผู้แสดงเริ่มแสดงบทบาทสมมติ โดยให้ผู้สังเกตการณ์และผู้ไม่ได้แสดงตั้งใจดู 3. ขั้นวิเคราะห์ 3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดง

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			กล่าวแสดงความรู้สึก และแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมของตนเอง 3.2 ผู้วิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นและซักถามต่อบทบาทของผู้แสดง 3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมการแสดงออกของเพื่อน และให้คำแนะนำในสิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข 4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงเพิ่มเติมตามข้อเสนอแนะของกลุ่ม 5. ขั้นสรุป 5.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสาร 5.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ประเมินผล 1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของนักศึกษา 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปของนักศึกษา
11	พฤติกรรมกล้าแสดงออก : ขอโทษเมื่อได้กระทำผิด	เพื่อให้นักศึกษาพัฒนาพฤติกรรมด้านภาษาทำทางในการกล้าแสดงออกด้านภาษาทำทางในการขอโทษเมื่อได้กระทำผิด	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่มย่อย 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักศึกษาเล่า

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของตนเอง ที่นักศึกษาเคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ชั้นวิเคราะห์ 2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “จุดเปลี่ยน” ให้นักศึกษาอ่าน 2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดต่อไปนี้ 2.2.1 นักศึกษามีความคิดเห็นอย่างไรในตัวของไกรสร 2.2.2 ถ้านักศึกษาเป็นไกรสรนักศึกษาจะกล้าพูดความจริงกับแม่หรือไม่ 3. ชั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็น และประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมอภิปรายพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล้าแสดงออกด้านภาษาท่าทางในการขอโทษเมื่อได้กระทำผิด ประเมินผล 1. สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมของนักศึกษา

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมของนักศึกษาแสดงความคิดเห็นซักถามและการสรุปของนักศึกษา
12	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อให้นักศึกษาพัฒนาความกล้าแสดงออกด้านภาษาและถ้อยคำ 2. เพื่อสรุปผลที่ได้รับจากการทดลองและการนำไปใช้ได้จริงต่อไป	1. ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปผลที่ได้รับจากการร่วมกิจกรรมและผู้วิจัย สรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักศึกษาที่ให้ความร่วมมือในการทดลองและกล่าวปิดการทดลอง ดังนี้ 2.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษานั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน 2.2 ผู้วิจัยแจกกระดาษรูปหัวใจให้นักศึกษาคนละ 1 วง 2.3 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเขียนความประทับใจที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ และสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม 2.4 เมื่อนักศึกษาเขียนเสร็จให้นำหัวใจไปติดที่โฟมรูปหัวใจ 2.5 ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักศึกษาแสดงความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรม 2.6 ผู้วิจัยปิดการทดลอง

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 1 เวลา 50 นาที

เรื่อง การปฐมนิเทศ “ตามล่าหาหัวใจ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักศึกษา และระหว่างนักศึกษากับนักศึกษาด้วยกัน
2. เพื่อให้นักศึกษาทราบความหมาย และวัตถุประสงค์ของการฝึกปฏิบัติการมัลแสดงออก
3. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจถึงวิธีการและขั้นตอนของการฝึกปฏิบัติการมัลแสดงออก

อุปกรณ์

1. กระดาษรูปหัวใจแบ่งครึ่ง คละสี
2. ดินสอ

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง
2. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักศึกษาทราบวัตถุประสงค์ของการฝึกปฏิบัติการมัลแสดงออก และประโยชน์ที่นักศึกษาจะได้รับ
3. ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกิจกรรมสร้างความคุ้นเคย โดยผู้วิจัยให้นักศึกษาหยิบกระดาษรูปครึ่งหัวใจ คนละ 1 ชิ้น
4. ผู้วิจัยให้นักศึกษานำรูปกระดาษรูปครึ่งหัวใจที่ตนหยิบได้ไปหาอีกครั้งหนึ่งที่มีสีเดียวกันที่อยู่กับเพื่อน เพื่อนำมาประกบกันให้เป็นรูปหัวใจ
5. วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคู่ซักถามข้อมูลส่วนตัวของกันและกันตามหัวข้อที่กำหนดด้านหลัง และบันทึกข้อมูลที่ได้ลงในกระดาษรูปหัวใจ จากนั้นนักศึกษาแต่ละคู่ออกมาแนะนำเพื่อนที่เป็นคู่ของตน ให้นักศึกษาคนอื่นๆ ทราบ ตามหัวข้อที่กำหนดไว้
6. เมื่อนักศึกษาออกมาแนะนำตัวจนครบทุกคนแล้ว ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันสรุปกิจกรรมนี้ว่ามีวัตถุประสงค์อะไร
7. ผู้วิจัยสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมว่า ในการสนทนาหรือสัมภาษณ์เพื่อหาข้อมูลจากเพื่อนนั้น นักศึกษากล้าพูด สบตากับเพื่อนโดยไม่มีความประหม่า มีความจริงใจกับ

เพื่อน ก็จะทำให้ให้นักศึกษาได้รู้จักเพื่อนๆ เกิดความคุ้นเคย มีเพื่อนที่เป็นมิตรที่ดีต่อกัน และจะทำให้ให้นักศึกษากล้าแสดงออกมากขึ้น

8. ผู้วิจัยให้นักศึกษาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับ “พฤติกรรมกล้าแสดงออก” และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

9. ผู้วิจัยอธิบายถึงวัน เวลา จำนวน และสถานที่ที่ใช้ในการฝึก

10. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ในการเข้าร่วมครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตจากพฤติกรรมการเข้าร่วมของนักศึกษา

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 2 เวลา 50 นาที

เรื่อง พฤติกรรมกล้าแสดงออกในด้านภาษาถ้อยคำ : กล้าพูดท้าทายปราศรัยผู้อื่น

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการท้าทายปราศรัยผู้อื่น

อุปกรณ์

ใบงาน “เราสามคน”

วิธีการดำเนิน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่มย่อยซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นนำ

ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการท้าทายปราศรัยผู้อื่น

2. ขั้นวิเคราะห์

2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “เราสามคน” ให้นักศึกษาอ่าน

2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนด

ต่อไปนี้เป็น

2.2.1 นักศึกษามีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับเรื่อง “เราสามคน”

2.2.2 ถ้านักศึกษาเป็นพิม นักศึกษาจะเลือกทางเดินชีวิตแบบใด
นักศึกษาอยู่ในห้องเดียวกันโดยไม่เสนอข้อตกลงในการอยู่ร่วมห้องนักศึกษาคิดว่าจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง

2.2.3 ผู้วิจัยให้นักศึกษาช่วยกันเสนอแนะวิธีการท้าทายปราศรัยผู้อื่น

3. ขั้นสรุป

3.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็นและประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมอภิปรายพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการท้าทายปราศรัยผู้อื่นและแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือสิ่งที่ไม่เห็นด้วยถ้อยคำสุภาพ

3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการอภิปรายแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปรายและการสรุปของนักศึกษา

การฝึกครั้งที่ 2

การอภิปรายกลุ่มย่อย : ทักทายปราศรัยผู้อื่น

เรื่อง เพราะเราคือ...เพื่อนกัน

สถานการณ์

แจน ก้อย และพิม เป็นคนต่างจังหวัด เข้ามาศึกษาในระดับปริญญาตรีที่กรุงเทพ ทั้ง 3 คน จับฉลากเลือกห้องพักและได้อยู่ห้องเดียวกัน โดยเรียนต่างคณะกัน แจนเป็นเด็กต่างจังหวัดที่มีฐานะร่ำรวย ได้ทักทายเพื่อนใหม่ด้วยหน้าตาอึดอัด และบอกกับเพื่อนทั้งสองว่า เราอยู่ห้องเดียวกันแล้ว เราจะเป็นเพื่อนที่ดีต่อกัน มีอะไรเราจะช่วยเหลือ กันถ้าเรามีอะไรเราควรจะช่วยกันนะ ถ้าเพื่อนๆ มีปัญหามีปัญหาอะไรก็บอกนะ ถ้าเราสามารถช่วยได้เราจะช่วยเหลือ ก้อย เรียนคณะวิศวกรรมศาสตร์ ตั้งใจเรียน ก้อยบอกเพื่อนๆ ถ้ามีปัญหาเรื่องเรียนก็บอกเราได้นะ เราจะช่วยติวให้ ส่วนพิมเป็นคนที่มีฐานะยากจนและอายุมากที่สุดในกลุ่ม เพราะพิมต้องทำงานไปด้วยเรียนไปด้วย จึงทำให้ไม่ได้เรียนตามเกณฑ์ แต่พิมเป็นคนรักเรียนมาก จึงขวนขวายที่จะหาเงินมาเรียนด้วยตัวเอง พิมบอกกับเพื่อนๆ ว่าเราเห็นด้วยกับพวกเธอนะว่าเรามีปัญหาอะไรเราจะพูดคุยกัน ถึงแม้ว่าจะเป็นเรื่องดี หรือไม่ดี แต่เราทั้งสามจะแก้ปัญหาไปด้วยกัน พิมบอกกับก้อยถึงปัญหาที่ต้องทำงานไปด้วยเรียนไปด้วย ก้อยบอกกับพิมว่า พิมเธอเป็นคนเก่งนะที่สามารถผันฝ่าอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตจนมาถึงวันนี้ได้ เราสองคนชื่นชมในตัวพิมจริงๆ แล้วเราจะนำแบบอย่างที่ดีของเธอมาใช้กับตัวเราบ้างนะ พิมยิ้มกับเพื่อนๆ แล้วบอกเพื่อนว่า เราก็ชอบใจเธอทั้งสองคนนะที่ไม่รังเกียจเรา ถึงแม้เราจะจน แล้วเราก็อายุมากกว่าเธออีก แต่เธอก็ยอมรับเราได้โดยไม่แสดงความรังเกียจเราเลย เราชอบใจเธอจริงๆ แล้วเราสัญญาว่าเราทั้งสามคนจะไม่ทิ้งกันนะ

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 3

เวลา 50 นาที

เรื่อง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก : กล้าพูดท้าทายปราชญ์ผู้อื่น

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและด้านภาษาในการกล้าพูดท้าทายปราชญ์ผู้อื่น

อุปกรณ์

เอกสารบทบาทสมมติ

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

2. ขั้นเตรียมการ

1.1 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล้าพูดท้าทายปราชญ์ผู้อื่น

1.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็นร่วมกัน เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงในการกล้าพูดท้าทายปราชญ์ผู้อื่น และผู้วิจัยให้ข้อมูลย้อนกลับ

2. ขั้นแสดง

2.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล้าพูดท้าทายปราชญ์ผู้อื่น

2.4 ผู้วิจัยขออาสาสมัครในการแสดง และส่วนที่เหลือให้เป็นผู้สังเกตการณ์

2.5 ผู้วิจัยแจกเอกสาร เรื่อง “เพื่อนใหม่ของฉัน” ให้นักศึกษาอ่าน

2.4 ผู้วิจัยให้นักศึกษาที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดงและเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

2.5 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงตามบทบาทที่ตนได้รับ

3. ขั้นวิเคราะห์การแสดง

3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดงกล่าวแสดงความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการแสดงของตนเอง

3.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันแสดงความคิดเห็น

3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออก และให้คำแนะนำในส่วนที่ปรับปรุงแก้ไข ในระหว่างที่นักศึกษาแสดงความคิดเห็นและซักถาม

4. ชั้นแสดงเพิ่มเติม

4.1 ในกรณีที่นักศึกษาแสดงพฤติกรรมไม่สอดคล้องกับบทบาทที่กำหนดผู้วิจัยให้นักศึกษาคนเดิมแสดงเพิ่มเติม

4.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาคนอื่นๆ เป็นผู้สังเกตการณ์และเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้แสดงบทบาทตามสถานการณ์ที่กำหนดในการแสดงในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยผู้อื่น

5. ชั้นสรุป

5.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเลือกแนวทางปฏิบัติในการใช้ท่าทาง ช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยผู้อื่น

5.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็น และประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยผู้อื่น

5.3 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการอธิบายแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตจากพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษาในการแสดงในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยผู้อื่น

การฝึกครั้งที่ 3

การแสดงบทบาทสมมติ : กล้าพูดท้าทายปราชญ์ผู้อื่น

เรื่อง “เพื่อนใหม่ของฉัน”

เปิดเทอมวันแรกของภาคการศึกษา อาจารย์ภัทริดาได้เข้าสอนในชั่วโมงแรกของการเรียน อาจารย์ได้ชี้แนะแนวทางในการเรียน และได้พูดคุยกับนักศึกษาใหม่ด้วยหน้าตามยิ้มแย้มแจ่มใส อาจารย์ได้ให้นักศึกษาแนะนำตัวเองว่าชื่ออะไร มาจากจังหวัดอะไร รุ่งนภาได้ลุกขึ้นยืนเป็นคนแรกและได้แนะนำชื่อของตนเองด้วยท่าทางมั่นใจ และสบตากับเพื่อนๆ ทั่วห้อง ได้กล่าวแนะนำตนเองกับเพื่อน และได้บอกกับเพื่อนว่ายินดีที่ได้รู้จักกับเพื่อนๆ ทุกคน ฉันมาจากต่างจังหวัด ฉันได้มาอยู่กับเพื่อนที่หอในของมหาวิทยาลัยแห่งนี้ ณัฐพงศ์ เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เข้าเรียนเป็นวันแรก ณัฐพงศ์ไม่รู้จักใครในห้องเรียนมาก่อนเลย ลุกขึ้นแล้วแนะนำตัวเองว่าชื่อณัฐพงศ์ ด้วยน้ำเสียงเบาและรีบนั่งลงทันทีหลังจากที่แนะนำตัวเองจนครบทุกคนแล้ว อาจารย์ภัทริดาอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับวิชาที่เรียนเรียบร้อยแล้ว จึงให้นักศึกษาในห้องเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำกิจกรรม รุ่งนภาเห็นว่าณัฐพงศ์ยังไม่มีกลุ่มในการทำกิจกรรม จึงเดินเข้าไปถามณัฐพงศ์ว่า เขามีกลุ่มในการทำกิจกรรมหรือยัง ถ้ายังไม่มีกลุ่ม จะอยู่กลุ่มของเราก็ได้นะ ณัฐพงศ์ยิ้มแล้วบอกว่าเรายังไม่มีกลุ่มเลย แต่เราไม่กล้าเข้าไปหาใคร รุ่งนภาบอกณัฐพงศ์ว่า เราก็เพื่อนกันทั้งนั้น พวกเรายินดีต้อนรับเธอนะ ณัฐพงศ์ดีใจมากกับมิตรภาพในห้องเรียน ณัฐพงศ์พูดกับรุ่งนภาว่า ต่อไปเราจะกล้าเข้าไปพูดคุยกับเพื่อนแล้ว เพื่อนๆ ทุกคนน่ารักกันทุกคนเลย

บทบาทของอาจารย์ภัทริดา

ฉันชื่อภัทริดา ได้เข้าสอนในชั่วโมงแรกของการเรียน ฉันได้ชี้แนะแนวทางในการเรียน และได้พูดคุยกับนักศึกษาใหม่ด้วยหน้าตามยิ้มแย้ม ฉันได้ให้นักศึกษาแนะนำตัวเองว่าชื่ออะไร มาจากจังหวัดอะไร และเมื่อนักศึกษาแนะนำตัวเองเรียบร้อยแล้ว ฉันได้อธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับวิชาที่เรียนแล้วจึงให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อทำกิจกรรม

บทบาทของรุ่งนภา

ฉันชื่อรุ่งนภา ฉันได้ลุกขึ้นยืนเป็นคนแรกและได้แนะนำชื่อของตนเองด้วยท่าทางมั่นใจ และสบตากับเพื่อนๆ ทั่วห้อง และได้บอกกับเพื่อนว่ายินดีที่ได้รู้จักกับเพื่อนใหม่ๆ ทุกคน ฉันมาจากต่างจังหวัด ฉันได้มาอยู่กับเพื่อนที่หอในของมหาวิทยาลัยแห่งนี้ เมื่ออาจารย์แบ่งกลุ่มให้ทำกิจกรรม ฉันเห็นว่าณัฐพงศ์ยังไม่มีกลุ่มในการทำกิจกรรม ฉันเดินเข้าไปถามณัฐพงศ์ว่า

เธอมีกลุ่มในการทำกิจกรรมหรือยัง ถ้ายังไม่มีกลุ่มจะอยู่กลุ่มของเราก็ได้นะ ฉันบอกณัฐพงศ์ว่าเราเป็นเพื่อนกันพวกเรายินดีต้อนรับเธอนะ

บทบาทของณัฐพงศ์

ฉันชื่อณัฐพงศ์ ฉันเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มาเรียนเป็นวันแรก ฉันไม่รู้จักใครในห้องเรียนมาก่อนเลย เมื่ออาจารย์ให้แนะนำตนเอง ฉันได้ลุกขึ้นยืนแนะนำตนเอง ฉันกล่าวด้วยน้ำเสียงที่เบาและรีบนั่งลงทันทีหลังจากที่แนะนำตนเอง เมื่อแนะนำตนเองจนครบทุกคนแล้ว รุ่งนภาได้เดินมาหาฉัน ฉันได้พูดกับรุ่งนภาว่าต่อไปเราจะกล่าวพูดคุยกับเพื่อน เพราะเพื่อนๆ ทุกคนน่ารักกันทุกคนเลย

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 4 เวลา 50 นาที

เรื่อง พฤติกรรมกล้าแสดงออก : ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำ ในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ

อุปกรณ์ เอกสารบทความ “พูดความจริงนะ”

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นนำ

ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ

2. ขั้นวิเคราะห์การแสดง

2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “พูดความจริงนะ” ให้นักศึกษาอ่าน

2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนด

ต่อไปนี้เป็น

2.2.1 นักศึกษาได้ข้อคิดอะไรบ้างจากบทความพูดความจริง

2.2.2 ถ้านักศึกษาเป็นแก้ว นักศึกษาจะกล้าพูดกับไผ่ได้อย่างไร

2.2.3 นักศึกษาจะนำความรู้ที่ได้รับจากเอกสารเรื่อง “พูดความจริงนะ”

ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง

3. ขั้นสรุป

3.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็นและประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมกันอภิปรายพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัยและแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยถ้อยคำสุภาพ

3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการอภิปรายแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปราย

การฝึกครั้งที่ 4

การอภิปรายกลุ่มย่อย : ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยถ้อยคำสุภาพ เรื่อง “พูดความจริงนะ”

สถานการณ์

วันนี้เป็นวันเปิดเทอมวันแรก ใฝ่ดีใจมากที่จะได้มาเจอเพื่อนๆ ทั้งสองที่สนิทกันมาก หลังจากที่ได้กลับบ้านไปอยู่บ้านในช่วงปิดเทอม เช้าวันนั้นใฝ่พบกับอรและแก้ว ใฝ่เดินมาหาด้วยใบหน้าที่ยิ้มแย้มและพูดกับอรและแก้วว่า เธอฉันคิดถึงเธอมากเลยนะ ปิดเทอมไปฉันอยู่บ้านอย่างเดียวเลย แล้วฉันก็ขอเงินค่าเทอมแม่มาจ่ายด้วย แต่ว่าฉันขอค่าเทอมมาเกินด้วยนะ เราจะได้ไปเที่ยวกันไง อรได้ยินก็ยิ้มแล้วบอกว่า ดีจังถ้างั้นคืนนี้เราไปเที่ยวกันนะ ฉันก็ไม่ได้เที่ยวมานานแล้ว เมื่อแก้วได้ยินแก้วจึงถามใฝ่ว่า ทำไมเธอไม่บอกความจริงกับแม่ของเธอว่าค่าเทอมของเราเท่าไร ฉันว่าเธอทำไม่ถูกนะใฝ่ ค่าเทอมของเราเท่าไร ก็ควรจะบอกพ่อแม่ไปเท่านั้น เธอรู้ไหมว่าค่าเทอมของเราสูงมาก แล้วเธอก็บอกพ่อแม่ไปเกินไปอีกเราคิดว่าเราส่งสารพ่อแม่นะ เราเอาค่าเทอมส่วนที่เกินนั้นมากินมาเที่ยวกัน แต่พ่อแม่เราต้องทำงานหนักเพื่อที่จะต้องส่งค่าเทอมให้กับเรา ใฝ่มองหน้าแก้วแล้วบอกกับแก้วว่า จริงของเธอนะแก้ว ในบางครั้งเราก็คิดว่าเราไม่ควรจะทำแบบนี้ หลังจากนั้นไปเราจะไม่ทำแบบนี้แล้ว เราจะบอกค่าเทอมตามความเป็นจริงกับแม่ของเรา แล้วเงินส่วนนี้เราจะไม่ใช่จ่ายในสิ่งที่ไร้สาระ เราจะเก็บไว้ใช้จ่ายเกี่ยวกับการเรียนสำหรับเดือนนี้จะได้ไม่ต้องขอแม่บ่อยๆ บางครั้งเราก็รู้สึกในการกระทำของเรานะ ขอบใจมากนะแก้วที่คอยเตือนเรา ส่วนอรหันไปบอกแก้วและใฝ่ว่า เธอพูดถูกทั้งสองคนนะเรายังเรียนอยู่เราต้องประหยัดเพราะเรายังหาเงินเองไม่ได้ ฉันเองก็ทำไม่ถูกเหมือนกัน

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 5

เวลา 50 นาที

เรื่อง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก : ชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษากาย
ถ้อยคำในการกล่าวความชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

อุปกรณ์

เอกสารการอภิปราย “อยากบอกให้เธอรู้”

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่มย่อย ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นนำ

ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล้าพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น

2. ขั้นวิเคราะห์

2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “ความสำเร็จที่หอมหวาน” ให้นักศึกษาอ่าน

2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนด

ต่อไปนี้เป็น

2.2.1 นักศึกษามีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับเรื่อง “อยากบอกให้เธอรู้”

2.2.2 นักศึกษาจะนำประโยชน์ที่ได้รับจากการอ่านเอกสารไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง

3. ขั้นสรุป

3.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็นและประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมอภิปรายพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงความรู้สึกชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

3.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการอภิปรายแสดงความคิดเห็น

2. สังเกตจากบรรยากาศในการร่วมกันอภิปรายในกลุ่ม

การฝึกครั้งที่ 5

การอภิปรายกลุ่มย่อย : ชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

เรื่อง “ความสำเร็จที่หอมหวาน”

เนื้อเรื่อง

ญาดา เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะธุรกิจการบิน โดยปกติแล้วญาดา เป็นคนที่มีความสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเองมีความพยายามที่จะทำงานที่ตนได้รับมอบหมายให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง เป็นที่ชื่นชมของอาจารย์ทุกท่าน วันหนึ่ง อาจารย์รัชเนียเข้าสอนวิชาภาษาฝรั่งเศส และได้บอกนักศึกษาว่า วันนี้ครูจะให้เขียนบทความเป็นภาษาฝรั่งเศส เพื่อส่งเข้าประกวดในงานนิทรรศการของมหาวิทยาลัยที่จะจัดขึ้นและการประกวดครั้งนี้ก็มีรางวัลสำหรับนักศึกษาด้วย พຼຽงนี้ใครเขียนเสร็จแล้วมาวางไว้ที่โต๊ะครูได้เลยนะ

นักศึกษาส่วนใหญ่แอบบ่นว่า อาจารย์ให้การบ้านทุกครั้งและจะเอาเวลาที่ไหนไปเขียนบทความส่งอาจารย์ได้ จันท์ฉาย พุดกับเพื่อนๆ ฉันขอเสนอความคิดเห็นว่า ฉันจะนำบทความที่อาจารย์สั่งไปให้พี่ชายของฉันทำให้ ซึ่งพี่ชายของฉันกำลังเรียนอยู่ปี 4 ช่วยทำให้เพราะพี่ชายของฉันเก่งภาษาต่างประเทศมาก ฉันจะให้พี่ชายของเขียนบทความให้เพื่อนๆ นะ ญาดาแนะว่า พวกเราควรลองทำกันดูก่อนนะ ถ้าทำเขียนบทความได้หรือไม่ได้ อย่งไรค่อยแก้ปัญหาอีกครั้งหนึ่ง

เมื่อญาดากลับถึงบ้าน เธอได้ใช้ความพยายามในการทำการบ้านของวิชาอื่นๆ จนเสร็จ แล้วนั่งเขียนบทความเพื่อส่งเข้าประกวด โดยเธอไม่ยอมดูโทรทัศน์และยอมนอนตึกกว่าทุกวัน เพื่อที่มีบทความไปประกวด โดยเธอคิดว่าถ้าตั้งใจทำอะไรแล้วควรจะทำให้สำเร็จ

ตอนเช้าของวันรุ่งขึ้น ญาดาได้พุดกับเพื่อนๆ ฉันทำการบ้านเสร็จหมดทุกวิชา ใครสงสัยอะไรบ้าง ฉันจะอธิบายให้ฟัง และบทความที่จะส่งเข้าประกวดก็เสร็จแล้ว ใครสงสัยเรื่องบทความบ้าง ไม่มีใครสนใจ เพื่อนๆ ทุกคนต่างรอบบทความจากจันท์ฉายที่พี่ชายจะเขียนให้ ต่อมาอีกสักครู่จันท์ฉายมาเรียนด้วยความเหนื่อยอ่อน จันท์ฉายบอกเพื่อนว่าฉันไปเฝ้าพี่ชายฉันที่โรงพยาบาลทั้งคืน พี่ชายฉันท้องเสีย บทความเลยไม่มีใครเขียนให้ เพื่อนๆ ทุกคนต่างพากันผิดหวังไม่มีบทความส่งอาจารย์ เพราะจะมาเขียนในชั่วโมงเรียนนี้ก็คงไม่ทันแล้ว ญาดาคิดในใจ “ถ้าเพื่อนๆ มีความพยายามที่จะทำงานให้สำเร็จด้วยตนเอง ก็คงไม่อยู่ในสภาพเช่นนี้

จันท์ฉายแสดงท่าทางในการชื่นชมกับญาดาว่าดีใจด้วยที่เธอได้รับรางวัลในการประกวดบทความ เธอเก่งจริงๆ เอ้อ! ใครจะช่วยเราได้หากเราไม่ช่วยตัวเองเนอะ

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 6

เวลา 50 นาที

เรื่อง พฤติกรรมกล้าแสดงออก : ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ

อุปกรณ์ เอกสารการแสดงบทบาทสมมติ

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.2 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพื่อช่วยให้ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ

1.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็นร่วมกัน เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการชักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ

2. ขั้นแสดง

2.1 ผู้วิจัยชี้แจงเกี่ยวกับเทคนิคการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2.2 ผู้วิจัยขออาสาสมัครในการแสดงและอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์

2.3 ผู้วิจัยแจกเอกสารสถานการณ์จำลอง เรื่อง “งานประจำปี” ให้นักศึกษา

อ่าน

2.4 ผู้วิจัยให้นักศึกษาที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดงและเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

2.5 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงตามบทบาทที่ตนได้รับ

3. ขั้นวิเคราะห์การแสดง

3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดงแสดงออกในการซักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ

3.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็นร่วมกัน

3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมการแสดงออก และให้คำแนะนำในส่วนที่ปรับปรุงแก้ไข ในระหว่างที่นักศึกษาอภิปราย แสดงความคิดเห็นและซักถาม

4. ชั้นแสดงเพิ่มเติม

4.1 ในกรณีที่นักศึกษาแสดงพฤติกรรมไม่สอดคล้องกับบทบาทที่กำหนด ผู้วิจัยให้นักศึกษาคนเดิมแสดงเพิ่มเติม

4.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาคนอื่นๆ เป็นผู้สังเกตการณ์ และเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้แสดงบทบาทตามสถานการณ์ที่กำหนดในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยกับผู้อื่น

5. ชั้นสรุป

5.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็น และประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการซักถามเมื่อมีข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ

5.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการอภิปรายแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตจากพฤติกรรมแสดงออกของนักศึกษาในการกล่าวพูดทักทายปราศรัยกับ

ผู้อื่น

การฝึกครั้งที่ 6

การแสดงบทบาทสมมติ : ชักถามเมื่อมีข้อสงสัย

และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เห็นด้วยหรือในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยด้วยคำสุภาพ เนื้อเรื่อง “งานประจำปี”

สถานการณ์

อิมเป็นหัวหน้าชมรม ได้เรียกประชุมคณะกรรมการจัดงานประจำปีของชมรม ซึ่งจะต้องมีตัวแทนจำนวน 5 คน ได้แก่ นิด หน้อย แจน ซา และหนิง ทุกคนต้องนำเสนอว่าจะจัดงานในลักษณะใด นิดเป็นคนพูดเสียงดังเสนอให้จัดงานเลี้ยง และมีดนตรีในตนกลางคืน โดยได้ยืนยันข้อเสนอหลายครั้ง หน้อยเสนอให้จัดงานทำบุญเลี้ยงเด็กกำพร้า เพื่อทำประโยชน์ให้แก่เด็ก แล้วกลับบ้านโดยไม่มีกิจกรรมได้อีก พร้อมทั้งให้เหตุผลต่างๆ มากมาย แต่นิดคัดค้านข้อเสนอของหน้อยทุกครั้ง และแสดงท่าทางไม่เห็นด้วย แจน เสนอให้มีการจัดเดินแบบเพื่อหารายได้เข้าชมรม แต่แจนพูดเบาและไม่มีใครฟัง ซาพยายามที่จะเสนอความคิดเห็นของตนเองแต่ไม่มีใครสนใจ ซาจึงรู้สึกเบื่อ และไม่เสนอความคิดเห็น โดยนั่งฟังเพื่อนอย่างเดียว ซาคิดว่าพูดไปก็ไม่มีใครฟัง จึงนั่งไม่สนใจเพื่อน ส่วนหนิงไม่แสดงความคิดเห็นใด และไม่ปฏิเสธความคิดของใคร

การแสดงความคิดเห็นเริ่มกลายเป็นการโต้แย้งระหว่าง นิดและหน้อย ที่พยายามจะเอาชนะกัน โดยไม่รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น แจนมีสีหน้าเบื่อหน่ายต้องหันหน้าหนี กับบรรยากาศตึงเครียด อิมจึงถามเพื่อนว่า แต่ละคนจะรู้สึกอย่างไรถ้าบรรยากาศเป็นเช่นนี้ และได้ถามเพื่อนว่ามีวิธีการอย่างไรที่เราจะประชุมกันแล้วได้ข้อสรุปเป็นที่พอใจกันทุกคน แจนเสนอให้ผลัดกันพูดและแสดงให้เห็นผล พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ชักถาม หรือถ้าใครไม่เห็นด้วยก็ควรยกมือแสดงความคิดเห็น ทุกคนต่างรับฟังและได้ข้อสรุปว่าจะจัดแบบใด

บทบาทของอิม

ฉันชื่ออิม ฉันเป็นหัวหน้าชมรมได้เรียกประชุมคณะกรรมการจัดงานประจำปีของชมรม ซึ่งทุกคนต้องเสนอว่าจะต้องจัดงานในลักษณะใด ฉันจึงถามเพื่อนว่า ทุกคนจะรู้สึกอย่างไรถ้าบรรยากาศเป็นเช่นนี้และถามเพื่อนว่า เพื่อนๆ จะมีวิธีอย่างไรที่เราจะประชุมกันแล้วได้ข้อสรุปที่พอใจกันทุกคน

บทบาทของนิด

ฉันชื่อนิด ฉันเป็นคนพูดเสียงดัง จึงเสนอให้จัดงานเลี้ยง และมีดนตรีในตอนกลางคืน โดยได้ยืนยันหนักแน่นกับข้อเสนอนี้หลายครั้ง ฉันคัดค้านข้อเสนอของหน้อยทุกครั้ง และแสดงท่าทางไม่เห็นด้วยกับข้อเสนอของหน้อย

บทบาทของหน้อย

ฉันชื่อหน้อย ฉันเสนอให้จัดงานทำบุญเลี้ยงเด็กกำพร้า เพื่อทำประโยชน์ให้แก่เด็กที่ด้อยโอกาส

บทบาทของแจน

ฉันชื่อแจน ฉันแสดงสีหน้าเบื่อหน่ายและหันหน้าหนีกับบรรยากาศที่ตึงเครียด ฉันเสนอให้พลัดกันพูดและแสดงเหตุผล พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ซักถาม หรือถ้าใครไม่เห็นด้วยก็ควรจะยกมือและแสดงความคิดเห็น ทุกคนต่างรับฟังและได้ข้อสรุปว่าจะจัดงานแบบใด

บทบาทของษา

ฉันชื่อษา ฉันเสนอให้มีการจัดเดินแบบเพื่อหารายได้เข้าชมรม และฉันบอกกับษาว่า พูดไปก็ไม่มีใครฟัง ฉันจึงนั่งไม่สนใจเพื่อน

บทบาทของหิง

ฉันชื่อหิง ฉันไม่แสดงความคิดเห็นใดๆ และไม่ปฏิเสธความคิดของใคร

โปรแกรมการใช้บทบาทสมมติ

ครั้งที่ 7

เวลา 50 นาที

เรื่อง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก : การพูดให้กำลังใจและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษากายในการพูดให้กำลังใจและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

อุปกรณ์

เอกสารการแสดงบทบาทสมมติ

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพื่อช่วยให้นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการพูดให้กำลังใจผู้อื่นและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

1.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็นร่วมกัน เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงในการพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ผู้วิจัยให้ข้อมูลย้อนกลับ

2. ขั้นแสดง

2.3 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการพูดให้กำลังใจและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.4 ผู้วิจัยขออาสาสมัครในการแสดง และส่วนที่เหลือให้เป็นผู้สังเกตการณ์

2.3 ผู้วิจัยแจกเอกสาร เรื่อง “หัวใจที่แกร่ง” ให้นักศึกษาอ่าน

2.4 ผู้วิจัยให้นักศึกษาที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติเป็นผู้สังเกตการณ์และบันทึกพฤติกรรมของผู้แสดงและเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างแสดง

2.5 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงตามบทบาทที่ตนได้รับ

3. ขั้นวิเคราะห์

3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดงกล่าวแสดงความรู้สึก และแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมของตนเอง

3.2 ผู้วิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นและซักถามต่อบทบาทของผู้แสดง

3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมการแสดงออกของเพื่อน และให้คำแนะนำในสิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข

4. ชั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงเพิ่มเติมตามข้อเสนอแนะของกลุ่ม

5. ชั้นสรุป

5.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากการแสดง

5.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของนักศึกษา
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปของนักศึกษา

การฝึกครั้งที่ 7

การแสดงบทบาทสมมติ : การพูดให้กำลังใจ และแสดงความเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่น เรื่อง..หัวใจที่แข็งแกร่ง

เนื้อเรื่อง

มาร์ค โดยพ่อของมาร์คได้แต่งงานใหม่หลังจากที่แม่ได้เสียชีวิตไป มาร์คเป็นเด็กที่สุขภาพ ตั้งใจเรียน วันหนึ่งมาร์คได้ฟังทางสถาบันแห่งหนึ่งเข้าไปและแน่วว่านักศึกษาที่สนใจจะศึกษาต่อที่ไม่มีทุนสำหรับการศึกษาล่าเรียนได้มีโอกาสกู้ยืมเงินจาก กยศ. ได้ และจะได้มีโอกาสได้ล่าเรียนต่อ มาร์คดีใจมากที่จะได้มีโอกาสได้ล่าเรียนเหมือนเพื่อนๆ มาร์คจึงเดินทางเข้ามาเรียนสมัครเรียนที่กรุงเทพฯ มาร์คเรียนไปด้วย และหางานทำไปด้วยในช่วงที่มีเวลาว่าง มาร์คได้อยู่หอรวมห้องเดียวกับเอก ทั้งสองสนิทกันมากเพราะมาจากต่างจังหวัดเหมือนกัน และทั้งสองก็ต้องการทำงานเหมือนกัน มาร์คพูดกับเอกว่า ถ้าแม่อยู่ก็จะดีนะ แม่จะได้รู้ว่า เราก้ได้มีโอกาสได้เรียนต่อเหมือนเพื่อน เหมือนดังที่แม่หวังไว้ เอกมองหน้าเพื่อน แล้วบอกกับมาร์คว่า มาร์คเราจะเป็นกำลังใจให้นะ ถึงแม้แม่จะไปจากเราแล้ว แต่เรายังมีแม่อยู่ในหัวใจของเราตลอด เราคิดว่าแม่คงจะรับรู้ความรู้สึกนั้นได้ สิ่งที่เราทำได้คือ เราตั้งใจเรียนอย่างเต็มที่แม่หวังไว้ เราก้ทำตามฝันของเราให้ไปสู่จุดหมายปลายทางที่เราหวังไว้ให้ได้ มาร์คขอบใจเพื่อนสำหรับกำลังใจที่เอกมีให้มาร์คมาตลอด

บทบาทของมาร์ค

ฉันชื่อมาร์ค ฉันเป็นเด็กต่างจังหวัดที่มีฐานะยากจน ฉันเป็นเด็กที่สุขภาพ ตั้งใจเรียน วันหนึ่งฉันได้ฟังทางสถาบันแห่งหนึ่งเข้าไปและแน่วว่านักศึกษาที่สนใจจะศึกษาต่อที่ไม่มีทุนสำหรับการศึกษาล่าเรียนได้มีโอกาสกู้ยืมเงินจาก กยศ. ได้ และจะได้มีโอกาสได้ล่าเรียนต่อ มาร์คดีใจมากที่จะได้มีโอกาสได้ล่าเรียนเหมือนเพื่อนๆ ฉันจึงเดินทางเข้ามาเรียนสมัครเรียนที่กรุงเทพฯ ฉันเรียนไปด้วยและหางานทำไปด้วยในช่วงที่มีเวลาว่าง ฉันอยู่หอเดียวกับเอก ฉันพูดกับเอกว่า ถ้าแม่อยู่ก็จะดีนะ แม่จะได้รู้ว่า เราก้ได้มีโอกาสได้เรียนต่อเหมือนเพื่อน เหมือนดังที่แม่หวังไว้

บทบาทของเอก

ฉันชื่อเอก ฉันเป็นเด็กต่างจังหวัด ฉันอยู่หอเดียวกับมาร์คและเป็นเพื่อนที่สนิทกับมาร์ค ฉันมองหน้ามาร์คแล้วบอกกับมาร์คว่า มาร์คเราจะเป็นกำลังใจให้นะ ถึงแม้แม่จะไปจากเราแล้ว แต่เรายังมีแม่อยู่ในหัวใจของเราตลอด เราคิดว่าแม่คงจะรับรู้ความรู้สึกนั้นได้ สิ่งที่เรา

ทำได้คือ เราตั้งใจเรียนอย่างที่แม่หวังไว้ เราก็ทำตามฝันของเราให้ไปสู่จุดหมายปลายทางที่เราหวังไว้ให้ได้ มาร์คชอบใจเพื่อนสำหรับกำลังใจที่เอกมีให้มาร์คมาตลอด

โปรแกรมการใช้บทบาทสมมติ

ครั้งที่ 8

เวลา 50 นาที

เรื่อง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก : แสดงท่าทางในการชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านภาษาท่าทางและภาษากายในการแสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

อุปกรณ์

เอกสารแสดงบทบาทสมมติ

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรม เพื่อช่วยให้นักศึกษาแสดงมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงท่าทางในการชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

1.2 ผู้วิจัยสนทนากับพฤติกรรมกล้าแสดงออกและให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของตนเองที่นักศึกษาเคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น

1.3 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็นร่วมกัน เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการแสดงท่าทางในการชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ

2. ขั้นแสดง

2.1 ผู้วิจัยขออาสาสมัครเพื่อแสดงบทบาทสมมติและอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์

2.2 ผู้วิจัยแจกเอกสาร “ยินดีด้วย” ให้อาสาสมัครอ่านและเตรียมตัวแสดง จัดสถานที่ให้เหมาะสมกับเนื้อเรื่อง เพื่อให้การแสดงสมจริง

2.3 ผู้แสดงเริ่มแสดงบทบาทสมมติ โดยให้ผู้สังเกตการณ์และผู้ไม่ได้แสดงตั้งใจดู

3. ขั้นวิเคราะห์และแสดง

3.1 ผู้วิจัยให้ผู้แสดงกล่าวแสดงความรู้สึก และแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมของตนเอง

3.2 ผู้วิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นและซักถามต่อบทบาทของผู้แสดง

3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมกรรมการแสดงออกของเพื่อน และให้คำแนะนำในสิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข

4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงเพิ่มเติมตามข้อเสนอแนะของกลุ่ม

5. ขั้นสรุป

5.3 ผู้วิจัยให้นักศึกษาช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสาร

5.4 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของนักศึกษา

2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปของนักศึกษา

การฝึกครั้งที่ 8

การแสดงบทบาทสมมติ : กล่าวแสดงความชื่นชมยินดี เมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ เอกสาร “ยินดีด้วย”

สถานการณ์

อาจารย์ศรีพรรณ เป็นอาจารย์คณะฝ่ายกิจการนักศึกษา หลังจากเปิดเทอมเป็นวันที่สอง เป็นการประชุมชมรมค่ายอาสาพัฒนาชนบท เมื่อครูได้เดินเข้ามาเตรียมที่จะประชุม วิชาซึ่งเป็นประธานชมรมค่ายอาสาพัฒนาชนบท ได้ลุกขึ้นยืนขออนุญาตลาออกจากการเป็นประธานชมรมฯ ด้วยเหตุผลที่ว่าเป็นการเปิดโอกาสให้เพื่อนคนอื่น ๆ ได้ทำหน้าที่เป็นผู้นำบ้าง อาจารย์ศรีพรรณกล่าวขอใจ วิชาที่ได้ปฏิบัติหน้าที่ประธานชมรมฯ ด้วยดีมาโดยตลอด และได้มอบหมายให้ วิชาดำเนินการเลือกหัวหน้าห้องบ้าง วิชาสอบถามเพื่อนในห้องประชุมว่ามีใครจะสมัครเป็นประธานบ้าง เมื่อไม่มีผู้สมัคร เขาจึงบอกให้เพื่อน ๆ ช่วยเสนอชื่อเพื่อนในห้องประชุม ซึ่งรายชื่อที่เพื่อน ๆ เสนอมี่ดังนี้ วีรยุทธ ศราลี และกิตติพรรณ โดยวิชาให้ทั้งสามคนออกมายื่นหน้าห้องเพื่อที่จะพูดแนะนำตนเองและเมื่อได้รับเลือกแล้วจะทำอะไรให้เป็นประโยชน์ต่อชมรมและจะพัฒนาชมรมฯ ของเราให้ยั่งยืนต่อไปได้อย่างไร เพื่อเป็นการหาเสียงสนับสนุน โดยกิตติพรรณเป็นคนแรกที่ได้พูด เขากล่าวแนะนำตนเองด้วยความมั่นใจและกล่าวว่า จะทำหน้าที่การเป็นประธานชมรมให้ดีที่สุด ต่อจากนั้นวีรยุทธได้กล่าวแนะนำตนเองด้วยความมั่นใจและมีน้ำเสียงที่ชัดเจน โดยกล่าวว่า จะพัฒนาชมรมฯของเราให้มีความก้าวหน้า จะออกค่ายช่วยเหลือทำประโยชน์ต่อส่วนรวมให้มากที่สุด และศราลีเป็นคนสุดท้าย เธอมีท่าทางเอียงอายไม่มั่นใจในตนเอง และกล่าวเพียงการแนะนำตัวเองเท่านั้น หลังจากนั้นวิชาจึงให้เพื่อนโหวตคะแนนเสียงโดยการยกมือ ผลปรากฏว่า วีรยุทธมีคะแนนเป็นอันดับ 1 กิตติพรรณเป็น มีคะแนนเป็นอันดับ 2 และศราลี มีคะแนนเป็นอันดับ 3 อาจารย์ศรีพรรณ จึงสรุปให้วีรยุทธเป็นประธานชมรม และกิตติพรรณเป็น รองประธานชมรม และกล่าวแสดงความยินดีกับนักศึกษาที่ได้รับการคัดเลือกทั้ง 2 คน และกล่าวขอบคุณศราลีที่ให้ความร่วมมือและสนใจที่จะพัฒนาชมรมของเราต่อไป

บทบาทของศรีพรรณ

ฉันทศรีพรรณ เป็นอาจารย์ฝ่ายกิจการนักศึกษา หลังจากเปิดเทอมเป็นวันที่สอง ฉันทจัดให้มีการประชุมชมรมค่ายอาสาพัฒนาชนบท _เมื่อฉันทได้เดินเข้ามาเตรียมที่จะประชุม วิชาได้ขออนุญาตลาออกจากการเป็นประธานชมรม ฉันทกล่าวแก่วิชาว่า ได้ปฏิบัติหน้าที่ด้วยดีมาตลอด ฉันทได้มอบหมายให้วิชาดำเนินการเลือกประธานคนใหม่ เมื่อเลือกกัน

เรียบร้อย ฉันได้สรุปให้วีรยุทธเป็นประธานชมรมคนต่อไป และกิตติพรรณเป็นรองประธาน และกล่าวแสดงความชื่นชมยินดีกับนักศึกษาที่ได้รับการคัดเลือก และกล่าวขอบคุณศราลีที่ให้ความร่วมมือและสนใจที่จะพัฒนาชมรมของเราต่อไป

บทบาทของวิศรา

ฉันชื่อวิศรา เป็นประธานชมรมค่ายอาสาพัฒนาชมรม ได้ลุกขึ้นยืนขออนุญาตลาออกจากการเป็นประธานชมรม ด้วยเหตุผลที่ว่า เป็นการเปิดโอกาสให้เพื่อนคนอื่น ๆ ได้ทำหน้าที่เป็นผู้นำบ้าง ฉันได้สอบถามเพื่อนในห้องประชุมว่า มีใครจะสมัครเป็นประธานชมรมบ้าง เมื่อไม่มีผู้สมัครฉันจึงบอกให้เพื่อนช่วยกันเสนอชื่อเพื่อนที่จะเป็นประธาน ซึ่งรายชื่อที่เพื่อนเสนอมีดังนี้ วีรยุทธ ศราลี และกิตติพรรณ โดยฉันให้ทั้งสามคนออกมายืนหน้าห้อง เพื่อที่จะพูดเสนอแนะนำตนเองและเมื่อได้รับเลือกแล้วจะทำอะไรให้เป็นประโยชน์ต่อชมรมและจะพัฒนาชมรมของเราให้ยังยืนต่อไปได้อย่างไร เพื่อเป็นการหาเสียงสนับสนุน ฉันจึงให้เพื่อนโหวตคะแนนเสียงโดยการยกมือ

บทบาทของกิตติพรรณ

ฉันชื่อกิตติพรรณ ฉันเป็นคนแรกที่พูด ฉันกล่าวแนะนำตนเองด้วยท่าทางมั่นใจ และกล่าวว่า ฉันจะทำหน้าที่การเป็นประธานชมรมให้ดีที่สุด ฉันได้รับคะแนนการโหวตเป็นอันดับที่ 2

บทบาทของวีรยุทธ

ฉันชื่อวีรยุทธ ฉันได้กล่าวแนะนำตนเองด้วยความมั่นใจ และมีน้ำเสียงที่ชัดเจน โดยกล่าวว่า ฉันจะพัฒนาชมรมของเราให้มีความก้าวหน้าจะออกค่ายช่วยเหลือทำประโยชน์ต่อส่วนรวมให้มากที่สุด ฉันได้รับคะแนนการโหวตเป็นอันดับหนึ่ง

บทบาทของศราลี

ฉันชื่อศราลี ฉันเป็นคนสุดท้าย ฉันมีท่าทางเอียงอายไม่มั่นใจในตนเอง และกล่าวเพียงการแนะนำตัวเองเท่านั้น ฉันจึงมีคะแนนโหวตเป็นคนสุดท้าย

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 9

เวลา 50 นาที

เรื่อง
ผู้อื่น

พฤติกรรมกล้าแสดงออก : พูดให้กำลังใจผู้อื่นและแสดงความเห็นอกเห็นใจ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักศึกษามีพฤติกรรมทั้งด้านภาษาท่าทางและด้านภาษาถ้อยคำ ในการพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

อุปกรณ์

เอกสารการอภิปราย “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน”

วิธีการดำเนิน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นนำ

ผู้วิจัยให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของตนเอง ที่นักศึกษาเคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น

2. ขั้นวิเคราะห์

2.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” ให้นักศึกษาอ่าน

2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนด

ต่อไปนี้เป็น

2.2.1 นักศึกษามีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเสนอช่วยกันเสนอแนะพูดให้กำลังใจผู้อื่น และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.2.3 ถ้าเพื่อนที่สนิทของนักศึกษากำลังแข่งขันกับเพื่อนสนิทของ นักศึกษาอีกคนหนึ่ง นักศึกษาจะให้กำลังใจใคร

3. ขั้นสรุป

3.3 ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็น และประโยชน์ที่ได้รับ

3.4 ผู้วิจัยสรุปการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการพูดให้กำลังใจและแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ประเมินผล

3. สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมของนักศึกษา
4. สังเกตจากการมีส่วนร่วมของนักศึกษาแสดงความคิดเห็นซักถามและการสรุป
ของนักศึกษา

การฝึกครั้งที่ 9
การอภิปรายกลุ่มย่อย : พุดให้กำลังใจผู้อื่น
และแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
เรื่อง “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน”

สถานการณ์

ตุ๊ก เฟิร์น ปอย และไฮน์ เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 พักอยู่ในหอพัก ทั้ง 4 คน จับสลากได้พักอยู่ห้องเดียวกัน จึงตกลงกันว่าจะจะเป็นเพื่อนที่ดูแลกันและกัน ตุ๊กเสนอให้ทุกคนเปิดเผยแก่กันและกันว่าเป็นคนอย่างไร ตนชอบและไม่ชอบอะไร เพื่อการอยู่ร่วมกันจะได้ไม่มีปัญหา ตุ๊กเป็นคนเรียบร้อย ขยันเรียน ชอบอ่านหนังสือเป็นชีวิตจิตใจ จึงชวนเพื่อนๆ ทุกคนให้อ่านหนังสือทุกวัน เฟิร์นและปอย ผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง แต่ก็ขยันอ่านหนังสือเหมือนกับตุ๊ก ส่วนไฮน์เป็นนักกีฬาเทนนิสของมหาวิทยาลัย และไฮน์ได้ฝึกด้วยความตั้งใจ ขมักเขม้นทุกเย็น พอถึงช่วงเทศกาลกีฬามหาวิทยาลัย ไฮน์ได้ฝึกหนักขึ้นเรื่อย

หลังจากนั้นหนึ่งสัปดาห์ ถึงวันแข่งขันจริง ตุ๊ก เฟิร์น และปอย ต่างมาเชียร์และให้กำลังใจไฮน์ด้วยหน้าตายิ้มแย้ม ให้กำลังใจเพื่อนที่แสนดี แต่ผลปรากฏว่าไฮน์ได้แพ้แก่คู่แข่งต่างสถาบัน ไฮน์เสียใจมากที่ต้องพ่ายแพ้ และเพื่อนได้เข้ามาปลอบโยนไฮน์ว่า ไม่เป็นไร กีฬามีแพ้มีชนะ แต่เราก็ได้พิสูจน์ความสามารถของเราแล้ว เราได้ทำอย่างเต็มความสามารถ อย่างนี้ก็ถือว่าเราได้ชนะตัวเราแล้ว ไฮน์ซาบซึ้งในน้ำใจเพื่อน และสัญญาว่าจะตั้งใจฝึกซ้อมต่อไป

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 10

เวลา 50 นาที

เรื่อง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก : กล่าวคำขอโทษเมื่อได้กระทำผิด

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านภาษาถ้อยคำในการกล้าแสดงออกในกลัรับผิดชอบและกล่าวคำขอโทษ เมื่อได้กระทำผิด

อุปกรณ์

เอกสารแสดงบทบาทสมมติ

วิธีการดำเนิน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

ผู้วิจัยสนทนาเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกและให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของตนเองที่นักศึกษาเคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น

2. ขั้นแสดง

2.1 ผู้วิจัยขออาสาสมัครเพื่อแสดงบทบาทสมมติและอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้

สังเกตการณ์

2.2 ผู้วิจัยแจกเอกสาร “ลิ้มอีกแล้ว” ให้อาสาสมัครอ่านและเตรียมตัวแสดงจัดสถานที่ให้เหมาะสมกับเนื้อเรื่อง เพื่อให้การแสดงสมจริง

2.3 ผู้แสดงเริ่มแสดงบทบาทสมมติ โดยให้ผู้สังเกตการณ์และผู้ไม่ได้แสดง

ตั้งใจดู

3. ขั้นวิเคราะห์

3.3 ผู้วิจัยให้ผู้แสดงกล่าวแสดงความรู้สึก และแสดงความคิดเห็นต่อ

พฤติกรรมของตนเอง

3.4 ผู้วิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นและซักถามตอบบทบาทของผู้แสดง

3.3 ผู้วิจัยให้ผู้สังเกตการณ์ กล่าวคำชมต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของเพื่อนและให้คำแนะนำในสิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข

6. ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักศึกษาแสดงเพิ่มเติมตามข้อเสนอแนะของกลุ่ม

7. ขั้นสรุป

7.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษาช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสาร

7.2 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของนักศึกษา
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปของนักศึกษา

การฝึกครั้งที่ 10

การแสดงบทบาทสมมติ : กล่าวคำ “ขอโทษ” เมื่อได้กระทำผิด ในงานเรื่อง “ลืมอีกแล้ว”

เนื้อเรื่อง

อาจารย์เนตรนภา เป็นอาจารย์ดูแลนักศึกษาที่เป็นเชียร์ลีดเดอร์ของมหาวิทยาลัย อาจารย์ได้ให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มกันเพื่อช่วยกันรับผิดชอบในการดูแลอุปกรณ์การฝึกซ้อม และดูแลความเรียบร้อยภายในห้องหลังจากฝึกซ้อมเสร็จ ทุกๆคนเมื่อถึงวันที่ตนเองรับผิดชอบก็จะช่วยกันด้วยดีเสมอมา วันนี้เป็นวันศุกร์ซึ่งเป็นหน้าที่ของเชอร์รี่ แอน และอิม ที่ต้องช่วยกันรับผิดชอบ พอถึงเวลาใกล้ซ้อมเชียร์เสร็จ เชอร์รี่รู้สึกเพลียมาก เพราะเมื่อคืนต้องเสียจึงแทบไม่ได้นอนทั้งคืน และแอนก็มีธุระรีบด่วน เพราะผู้ปกครองมารับเนื่องจากคุณอาป่วยหนัก ทั้งเชอร์รี่และแอนจึงขอลาก่อน เชอร์รี่และแอนจึงบอกให้อิมช่วยดูแลเก็บอุปกรณ์การฝึกซ้อมคนเดียวไปก่อนในวันนี้ อิมรับคำเพราะเห็นใจเพื่อนๆ ที่ไม่สามารถอยู่ช่วยทำหน้าที่ได้ แต่พอถึงเวลาเลิกฝึกซ้อม อิมคิดว่าต้องทำหน้าที่คนเดียวคงกลับช้ามาก เพราะว่ากลับจะกลับบ้านไม่ทันเพื่อนๆ คนอื่น ด้วยความรีบร้อน อิมไม่ทันสังเกตว่า มีหน้าต่างบานของห้องฝึกซ้อม ยังไม่ได้ปิด พอถึงวันจันทร์ เมื่อเพื่อนเปิดประตูเข้ามาเพื่อที่จะฝึกซ้อม ทุกคนเห็นสภาพของห้องซ้อมแล้วต้องตกใจ เพราะว่าในห้องเต็มไปด้วยรอยฝนสาด ทำให้เบาะซ้อมเปียกเนื่องจากวันเสาร์และวันอาทิตย์ที่ผ่านมาฝนตกหนักมาก พอทุกคนหายตกตะลึงปรากฏว่าเอมีสีหน้าซีด เพราะนึกขึ้นได้ว่า ตนเองลืมปิดหน้าต่างก่อนออกจากห้องไป อาจารย์เนตรนภาเข้ามานักศึกษาก็รายงานให้ทราบถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทันที อิมขอโทษเพื่อนๆ และยอมรับในความไม่รอบคอบของตนเอง จนทำให้เกิดความเสียหายในห้องซ้อม แต่เชอร์รี่และแอนก็ยอมรับผิดด้วย เพราะจะต้องช่วยกันรับผิดชอบในการดูแลความเรียบร้อยภายในห้องซ้อมถึงแม้ว่ากลับไปก่อนก็ตาม

บทบาทของเนตรนภา

ฉันทิเนตรนภา เป็นอาจารย์ดูแลนักศึกษาที่เป็นเชียร์ลีดเดอร์ของมหาวิทยาลัย ฉันทิให้นักศึกษาแบ่งกลุ่ม เพื่อช่วยกันรับผิดชอบในการดูแลอุปกรณ์การฝึกซ้อมและดูแลความเรียบร้อยภายในห้องหลังจากฝึกซ้อมเสร็จ

บทบาทของเชอร์รี่

ฉันทิเชอร์รี่ วันนี้เป็นวันที่ฉันทิมีหน้าที่ต้องช่วยกันรับผิดชอบห้อง วันนี้ฉันทิรู้สึกเพลียมาก เพราะเมื่อคืนต้องเสียจึงแทบไม่ได้นอนทั้งคืน โดยฉันทิและแอนจึงขอลาก่อน ฉันทิและแอนจึงบอกให้อิมช่วยดูแลเก็บอุปกรณ์การฝึกซ้อมคนเดียวไปก่อนในวันนี้

บทบาทของแอน

ฉันชื่อแอน วันนี้เป็นวันมีหน้าที่ต้องช่วยกันรับผิดชอบกับเพื่อนๆ ฉันมีฐานะร่ำรวย เพราะผู้ปกครองมารับเนื่องจากคุณอาป่วยหนัก โดยฉันและแอนจึงขอลาก่อน ฉันและเชอรี่ จึงบอกให้อิมช่วยดูแลเก็บอุปกรณ์การฝึกซ้อมคนเดียวไปก่อนในวันนี้

บทบาทของอิม

ฉันชื่ออิม วันนี้เป็นวันมีหน้าที่ต้องช่วยกันรับผิดชอบกับเพื่อนๆ เมื่อเพื่อนมาบอกว่าป่วยและมีฐานะไม่สามารถอยู่รับผิดชอบทำความสะอาดห้องได้ ฉันรับคำที่จะดูแลและทำแทนเพื่อนเพราะเห็นใจเพื่อนๆ ที่ไม่สามารถอยู่ช่วยทำหน้าที่ได้ แต่พอถึงเวลาเลิก ฉันคิดว่าต้องทำหน้าที่เพียงคนเดียวจะทำให้กลับบ้าน เพราะว่ากลัวกลับบ้านไม่ทันเพื่อนคนอื่นๆ ด้วยความรีบร้อน ฉันจึงไม่ทันสังเกตว่า มีหน้าต่างบานยังไม่ได้ปิด พอถึงวันจันทร์เมื่อเพื่อนเปิดประตูมาเพื่อที่จะฝึกซ้อม ทุกคนเห็นสภาพของห้องซ้อมแล้วต้องตกใจ เพราะว่าในห้องเต็มไปด้วยน้ำจากฝนที่สาดเข้ามา ทำให้เบาะซ้อมเปียก เมื่อทุกคนหายตกใจ ฉันมีสีหน้าซีด เพราะนึกขึ้นได้ว่า ตนเองลืมปิดหน้าต่างก่อนออกจากห้องไป ฉันขอโทษเพื่อน และยอมรับในความไม่รอบคอบของตนเอง จนทำให้เกิดความเสียหายในห้องซ้อม

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 11

เวลา 50 นาที

เรื่อง

พฤติกรรมกล้าแสดงออก : ขอโทษเมื่อได้กระทำผิด

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักศึกษาพัฒนาพฤติกรรมด้านภาษาท่าทางในการกล้าแสดงออกด้านภาษาท่าทางในการขอโทษเมื่อได้กระทำผิด

อุปกรณ์

เอกสารการอภิปราย เรื่อง “จุดเปลี่ยน”

วิธีการดำเนิน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่มย่อย 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นนำ

ผู้วิจัยให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของตนเองที่นักศึกษาเคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น

2. ขั้นวิเคราะห์

a. ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “จุดเปลี่ยน” ให้นักศึกษาอ่าน

b. ผู้วิจัยให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทุกคนอภิปรายตามประเด็นที่กำหนด

ต่อไปนี้เป็น

2.2.1 นักศึกษามีความคิดเห็นอย่างไรในตัวของไกรสร

2.2.2 ถ้านักศึกษาเป็นไกรสรนักศึกษาจะกล้าพูดความจริงกับแม่ไหม

3. ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปข้อคิดเห็น และประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมอภิปรายพฤติกรรมกล้าแสดงออกในการกล้าแสดงออกด้านภาษาท่าทางในการขอโทษเมื่อได้กระทำผิด

ประเมินผล

1. สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมของนักศึกษา

3. สังเกตจากการมีส่วนร่วมของนักศึกษาแสดงความคิดเห็นซักถามและการสรุป

ของนักศึกษา

ครั้งที่ 11

การอภิปรายกลุ่มย่อย : ขอโทษเมื่อได้กระทำผิด

บทความ จุดเปลี่ยน

อาจารย์อภิญาเป็นอาจารย์แนะแนวนักศึกษา อาจารย์ได้จัดโครงการกลุ่มสัมพันธ์ให้กับนักศึกษาในระดับปี 1 เพื่อเตรียมพร้อมในการปรับตัวสู่รั้วมหาวิทยาลัย การเรียนรู้สัมพันธภาพที่ดีต่อเพื่อน เรียนรู้การใช้ชีวิตที่ต่างออกไปจากการอยู่ครอบครัว และวันนี้วันสุดท้ายของการเข้าร่วมโครงการ อาจารย์ได้เสนอให้นักศึกษาเล่าประสบการณ์ของตัวเองที่ผ่านมาของตัวเองถึงสิ่งที่ตัวเองจดจำเป็นความประทับใจหรือประสบการณ์ต่างๆ ให้เพื่อนฟังบ้าง เจนสุดาพูดว่าประทับใจในช่วงมัธยมปลาย เพราะรู้สึกว่าเป็นวัยที่กำลังสดใส มีเพื่อนที่ดีมากมาย น้องอนงค์พูดว่า ประทับใจที่ได้เกิดเป็นลูกของพ่อแม่ เพราะตอนนี้ต้องมาเรียนและต้องอยู่ห่างจากพ่อแม่จึงคิดถึงพ่อแม่มาก แต่สัญญากับตัวเองว่าจะตั้งใจเรียนให้ดีที่สุด ไกรสรพูดกับเพื่อนว่า ประสบการณ์ของเราไม่ใช่สิ่งที่ประทับใจ แต่เป็นสิ่งที่เราจดจำ เมื่อตอนช่วงมัธยมปลาย เราติดเพื่อนซึ่งเพื่อนๆ ในกลุ่มของเราก็ไม่ชอบที่จะเรียน ทำให้เราโดดเรียนตามเพื่อน เราติดบุหรีมาก ผลการเรียนของเราก็เริ่มตกต่ำลงไปเรื่อยๆ วันหนึ่งผลการเรียนไปถึงแม่ของเรา แม่เห็นจึงตกใจมาก แม่ร้องไห้แล้วเรียกเราเข้าไปคุย เราได้สารภาพทุกสิ่งทุกอย่างกับแม่ ขอโทษแม่ในสิ่งที่พลาดไปแล้วจะไม่กลับไปทำตัวแบบเดิมอีกแล้ว และสัญญากับแม่ว่าจะเลิกบุหรีและจะตั้งใจเรียน

อาจารย์อภิญาชมเชยไกรสรว่าเป็นเด็กที่ดี เมื่อเราทำผิดพลาดเราสามารถที่จะพูดคุยปรับความเข้าใจ และได้ขอโทษในสิ่งที่ได้กระทำผิดลงไป และตั้งใจแน่วแน่ที่จะกลับมาตั้งใจเรียนเหมือนเดิม

โปรแกรมการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

ครั้งที่ 12 เวลา 50 นาที

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาพัฒนาความกล้าแสดงออกด้านภาษาและถ้อยคำ
2. เพื่อสรุปผลที่ได้รับจากการทดลองและการนำไปใช้ได้จริงต่อไป

อุปกรณ์

1. กระดาษรูปหัวใจ
2. โฟมรูปหัวใจ
3. กระดาษขาว 2 หน้า

วิธีการดำเนินงาน

2. ผู้วิจัยให้นักศึกษาสรุปผลที่ได้รับจากการร่วมกิจกรรม และผู้วิจัย สรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักศึกษาที่ให้ความร่วมมือในการทดลองและกล่าวปิดการทดลอง ดังนี้
 - 2.1 ผู้วิจัยให้นักศึกษานั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน
 - 2.2 ผู้วิจัยแจกกระดาษรูปหัวใจให้นักศึกษาคนละ 1 วง
 - 2.3 ผู้วิจัยให้นักศึกษาเขียนความประทับใจที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ และสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม
 - 2.4 เมื่อนักศึกษาเขียนเสร็จให้นำหัวใจไปติดที่โฟมรูปหัวใจ
 - 2.5 ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักศึกษาแสดงความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรม
 - 2.6 ผู้วิจัยปิดการทดลอง

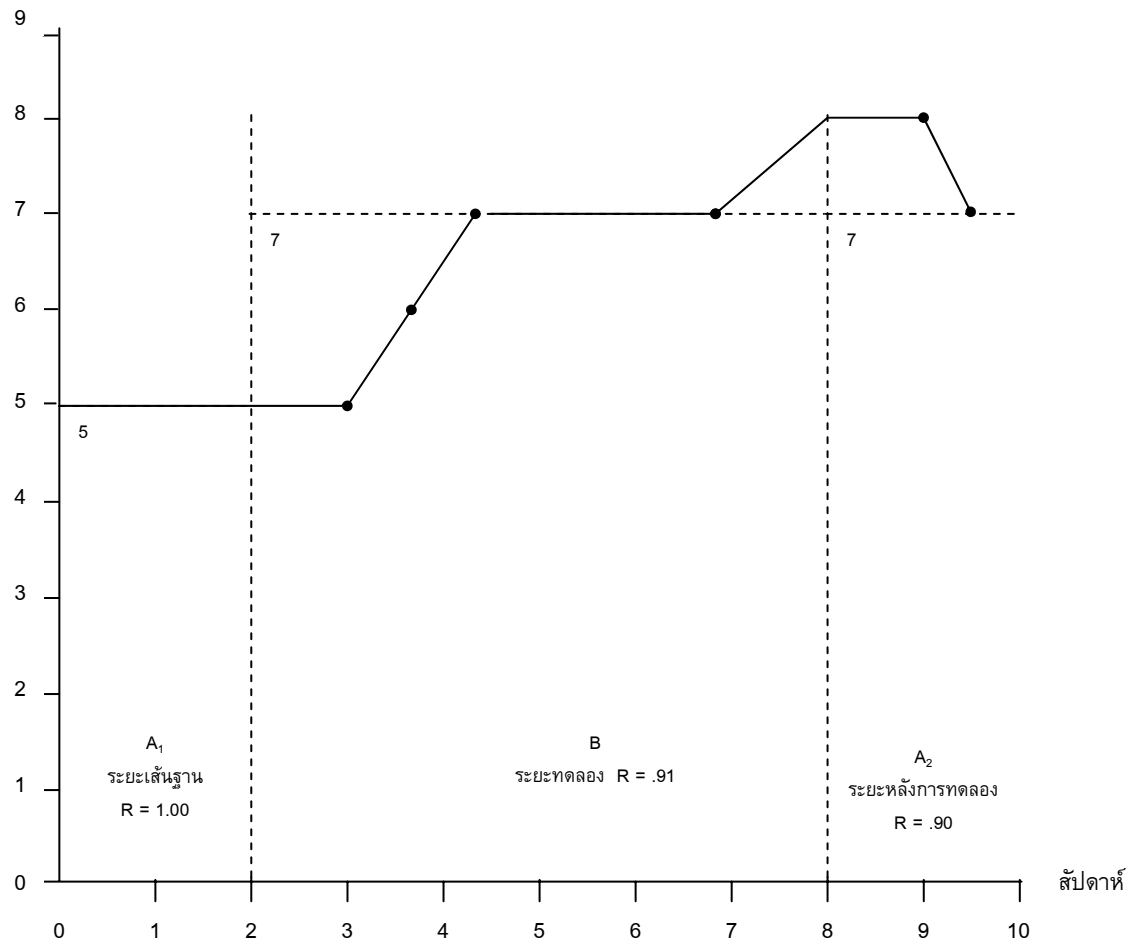
การประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมและการสรุปของนักศึกษา

ภาคผนวก ข

1. กราฟแสดงความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นรายบุคคลของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตลอด 3 ระยะ
2. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นรายบุคคลในกลุ่มทดลองที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ
3. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นรายบุคคลในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ
4. ตารางการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
5. ตารางการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของนักศึกษากลุ่มควบคุมก่อนและหลังที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์
6. ตารางการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง
7. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นพฤติกรรมของนักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลอง
8. ตารางแสดงความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นพฤติกรรมของนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลอง

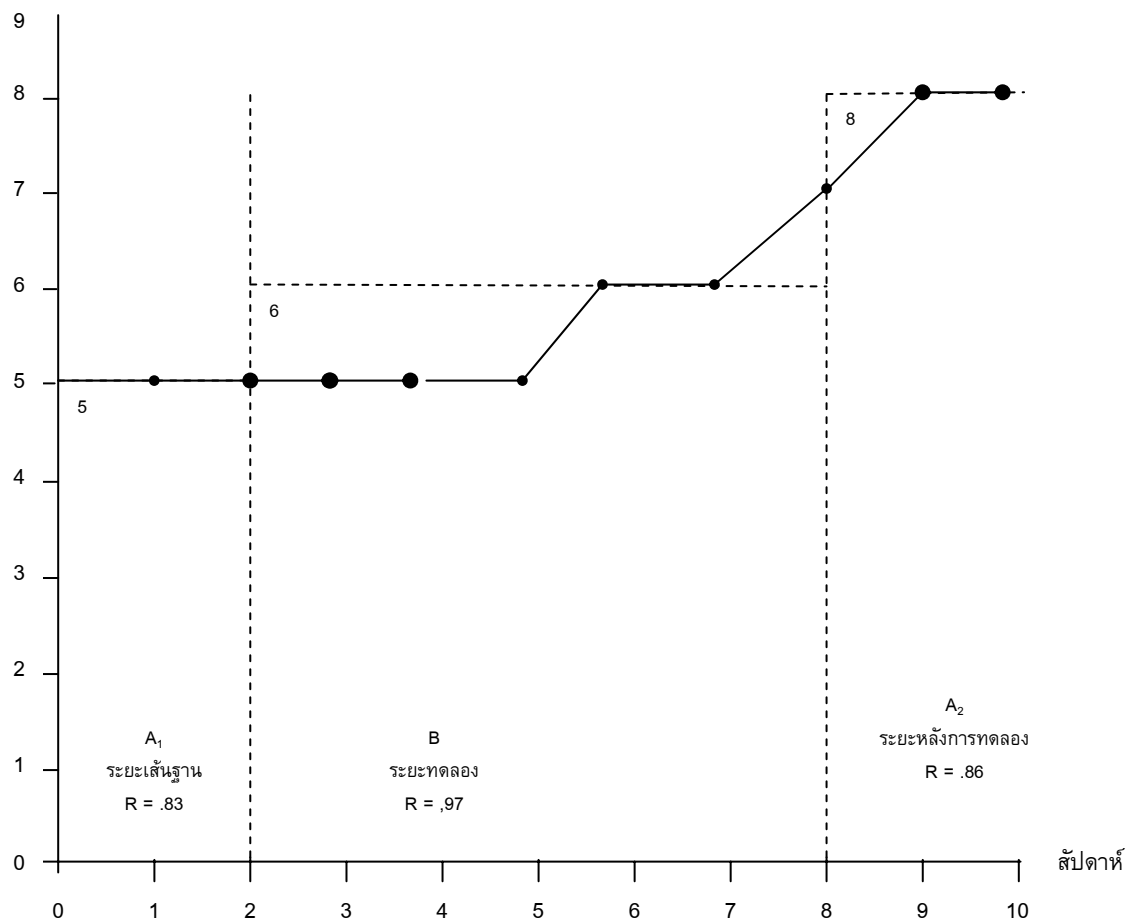
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 3 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 1 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

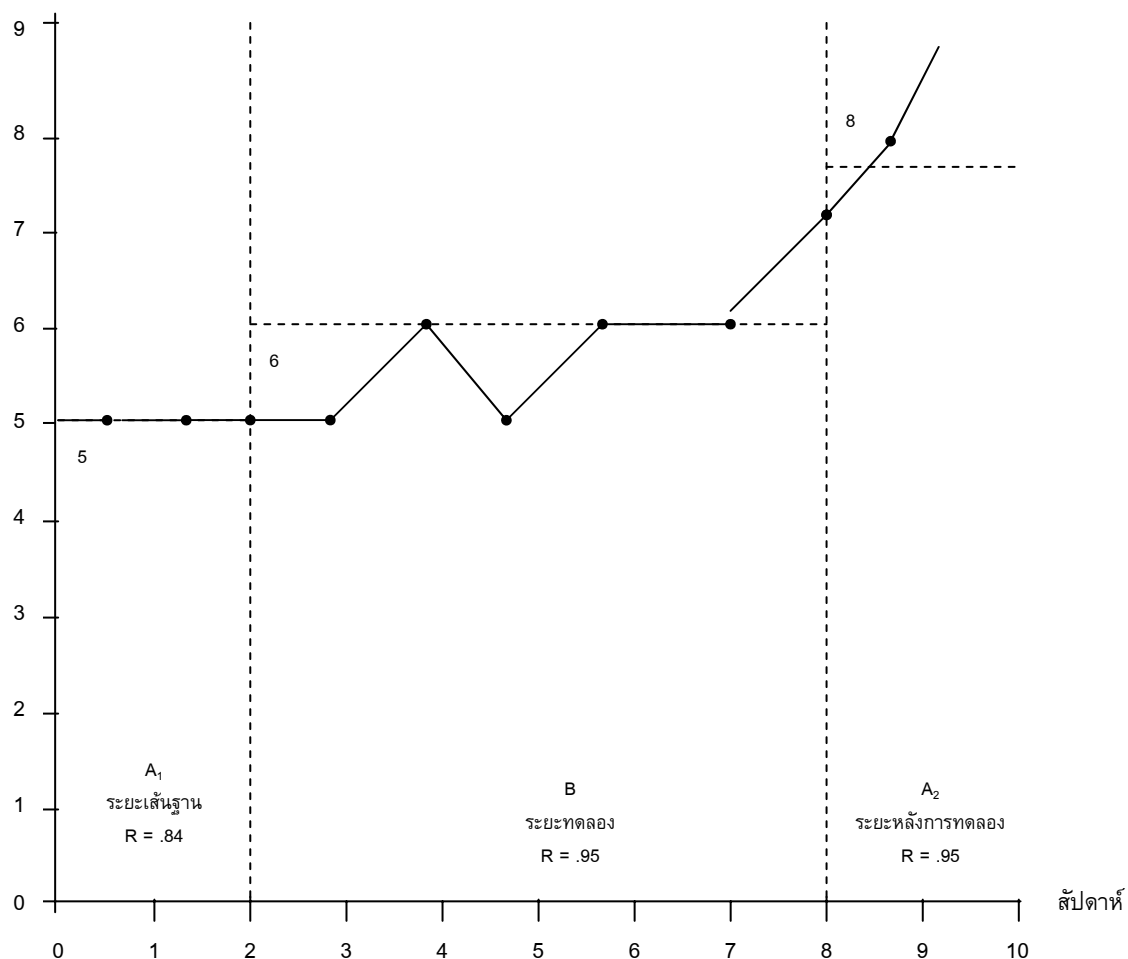
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

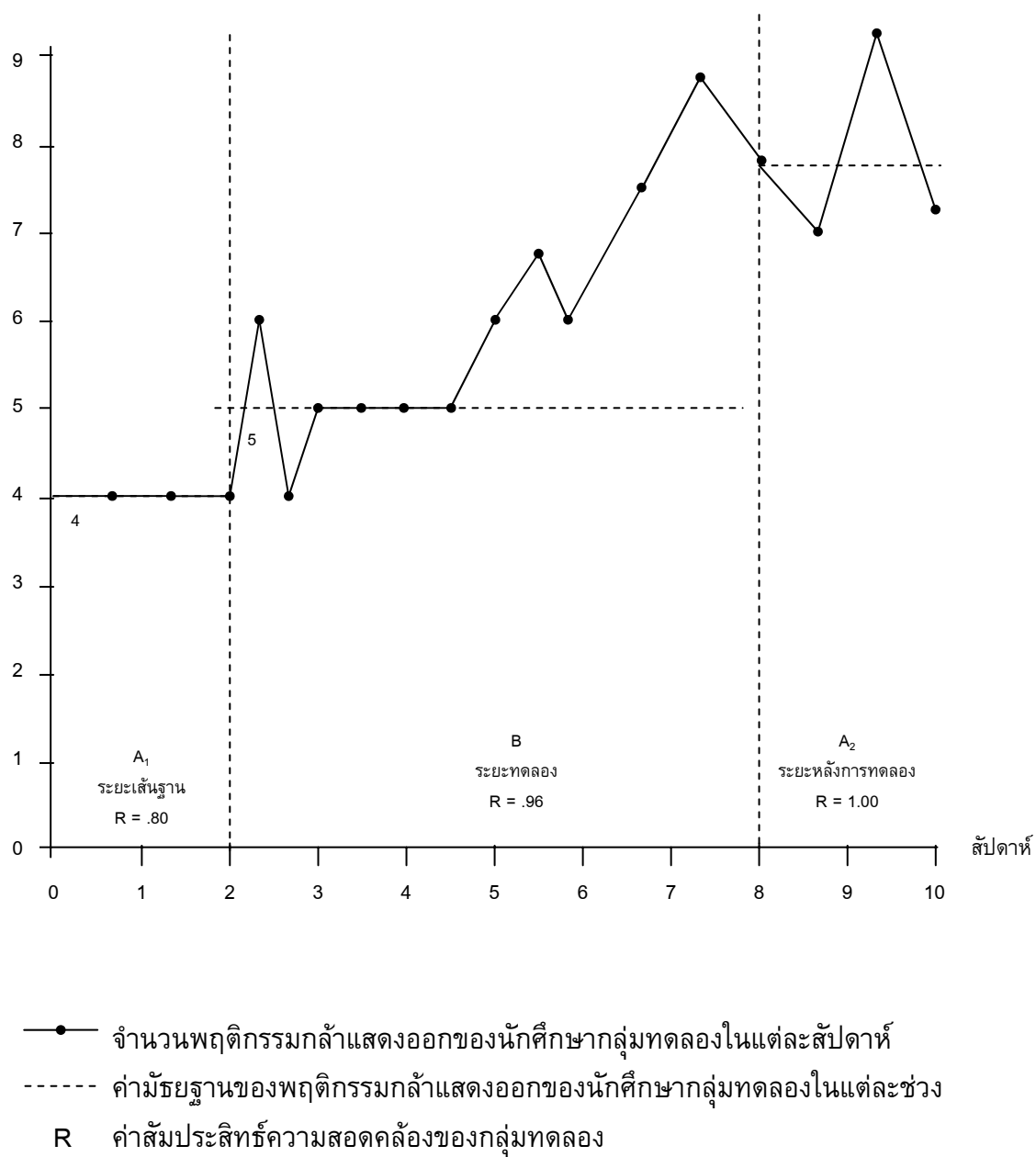
ภาพประกอบ 4 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 2 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

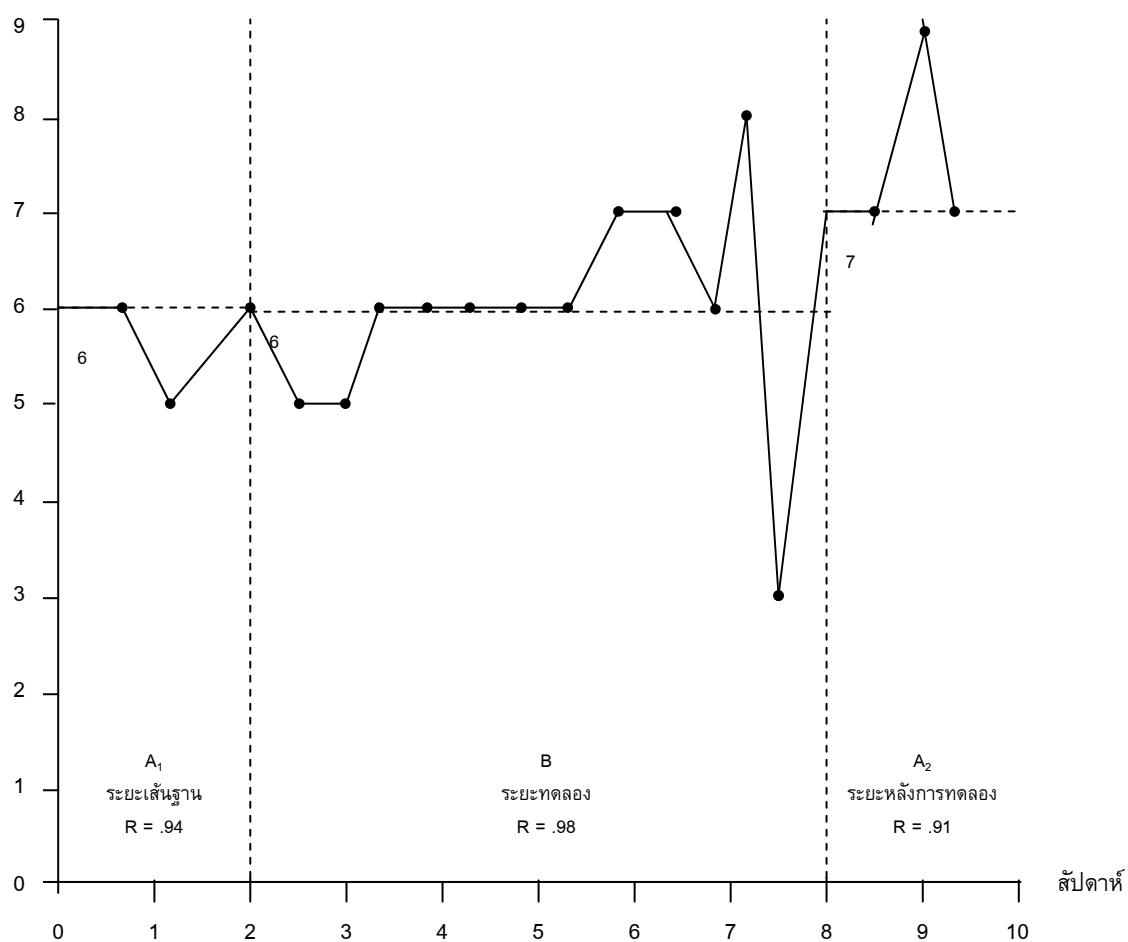


ภาพประกอบ 5 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 3 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



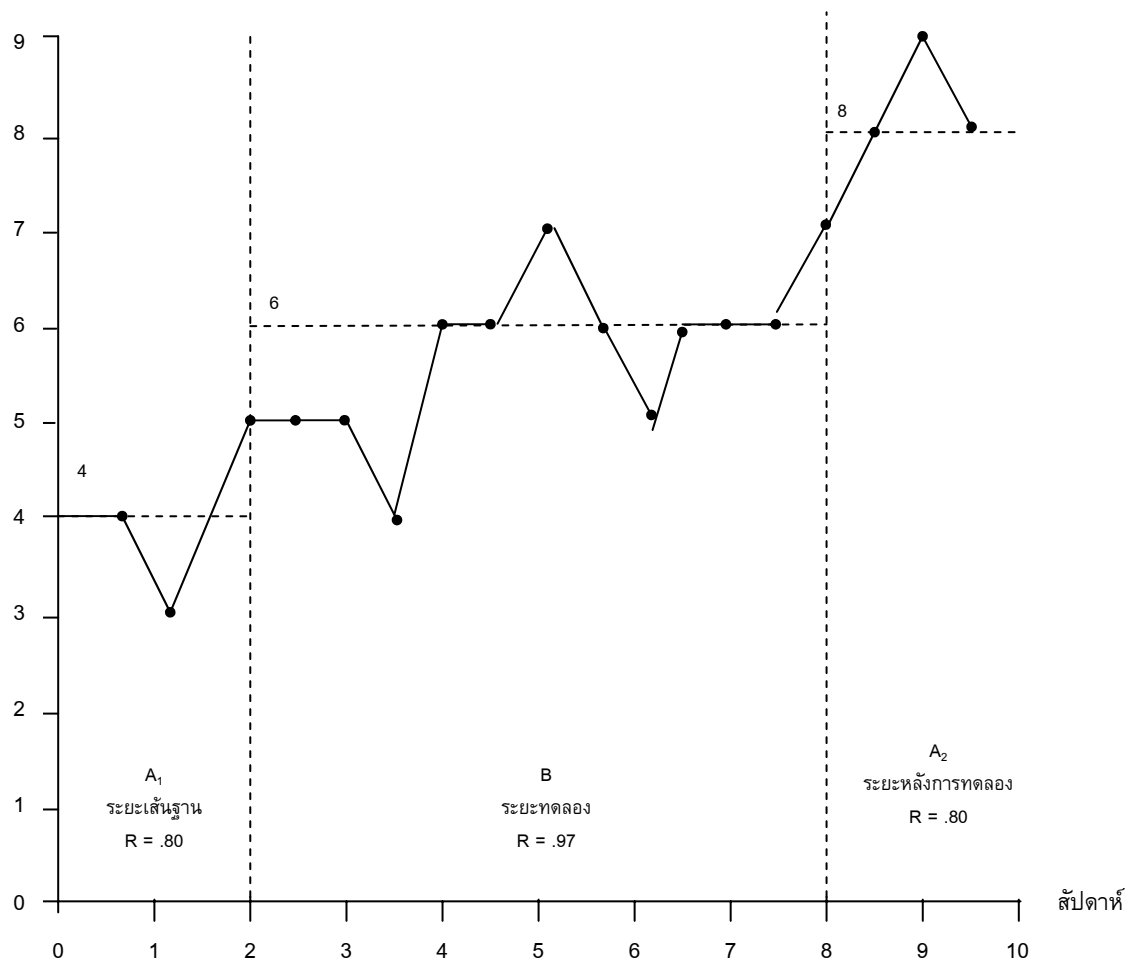
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 7 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 5 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

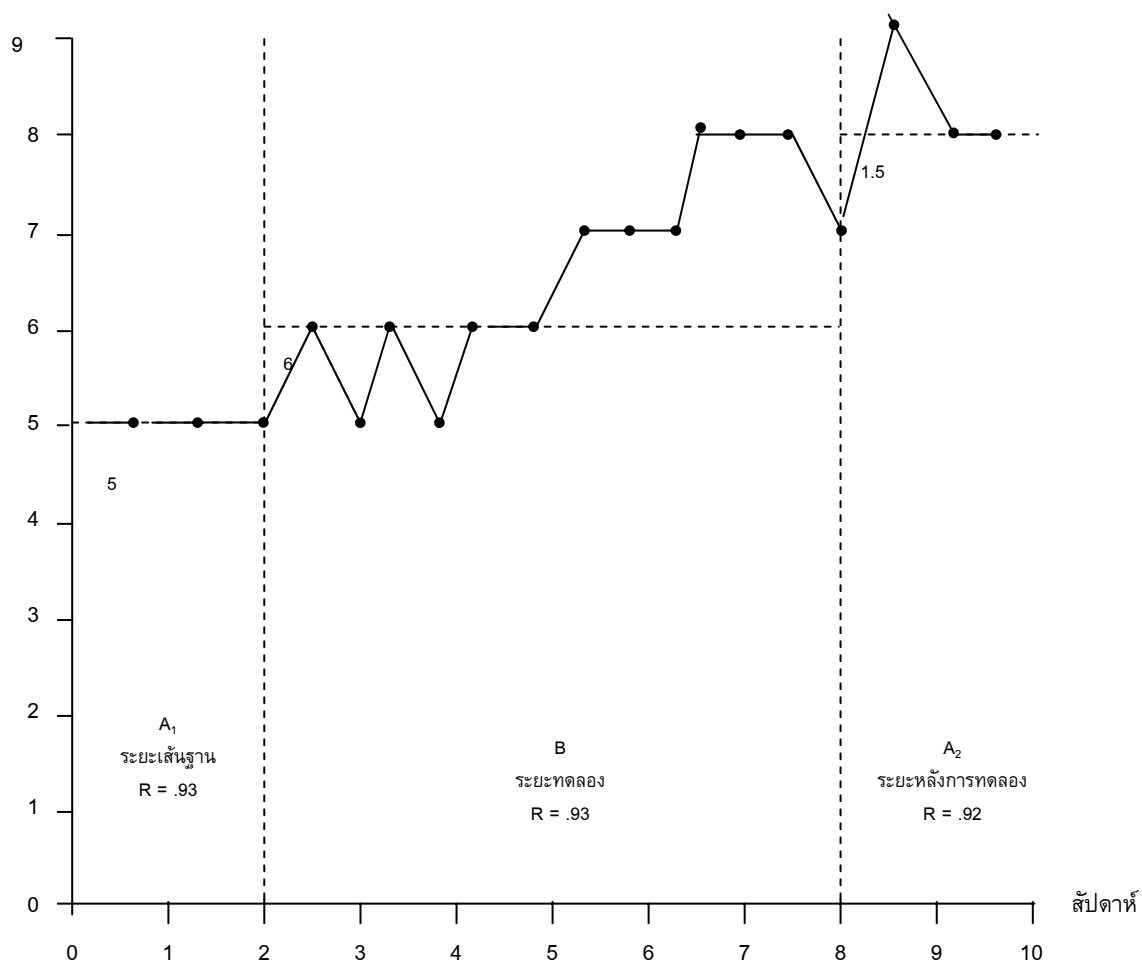
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษากลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 8 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 6 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

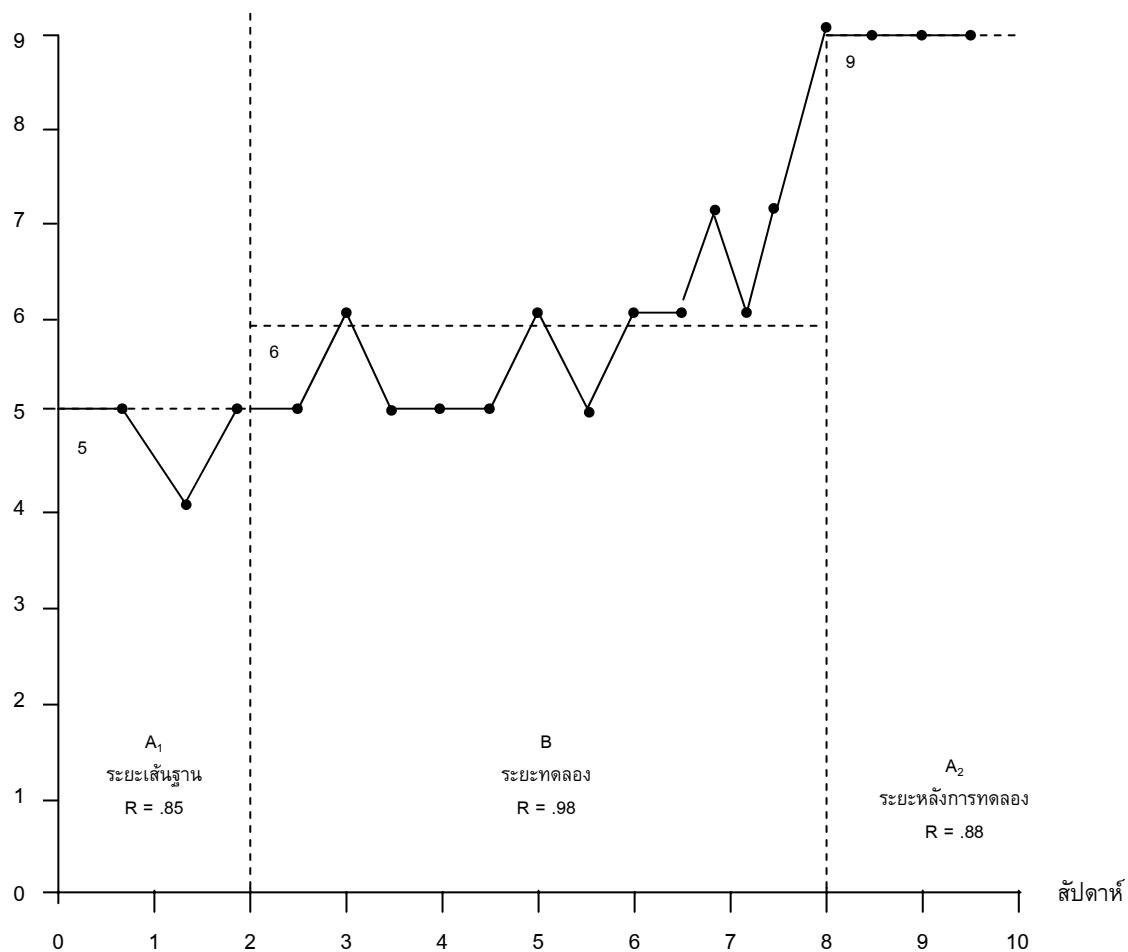
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์
 ----- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 9 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 7 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



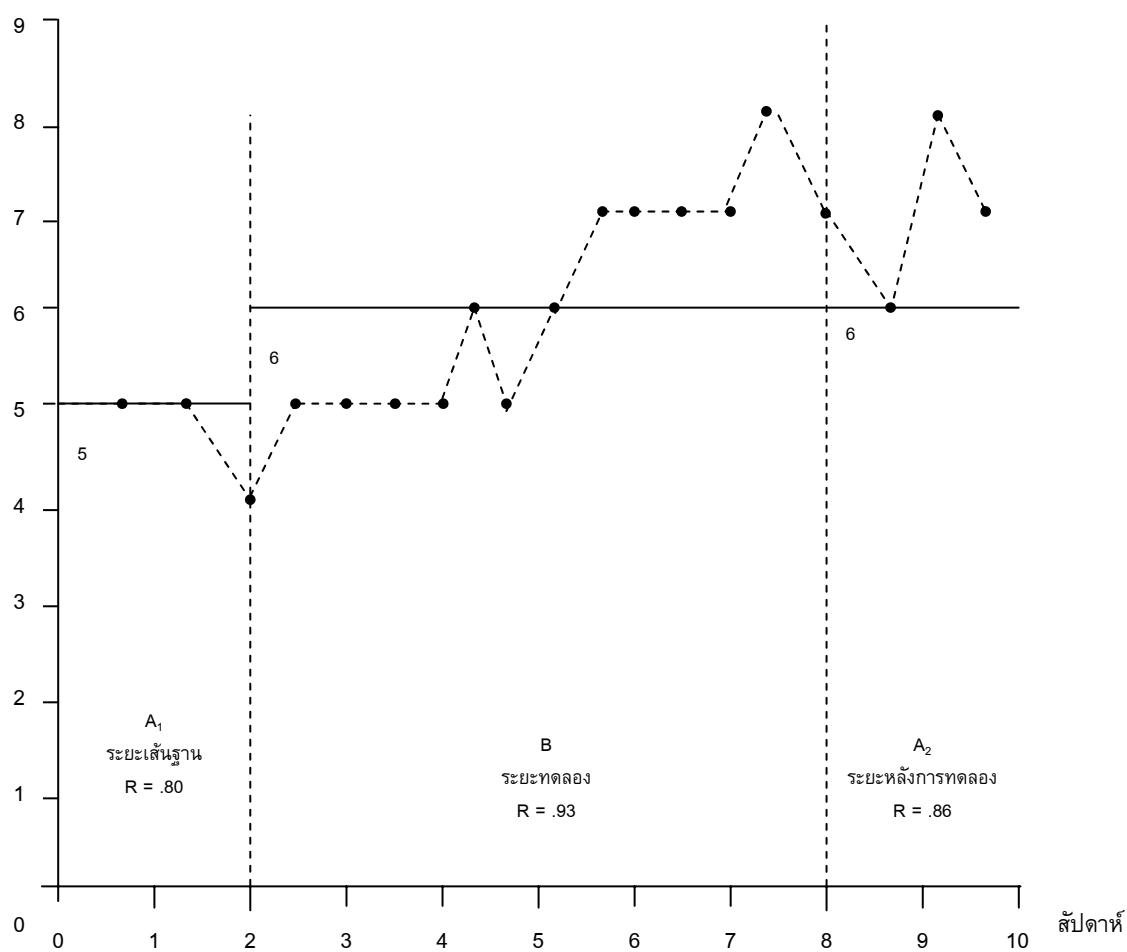
—●— จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองในแต่ละสัปดาห์

----- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มทดลองในแต่ละช่วง

R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มทดลอง

ภาพประกอบ 10 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 8 ที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

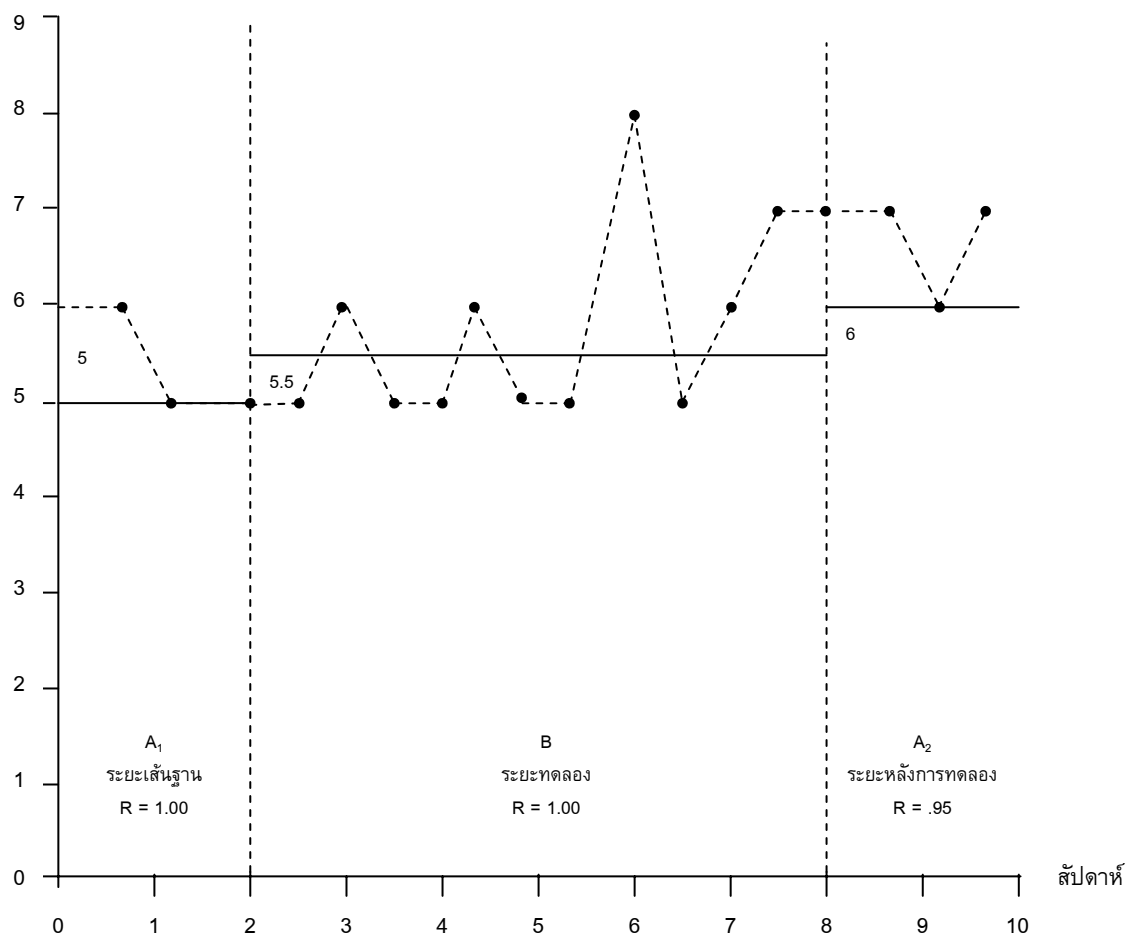
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 11 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 1 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

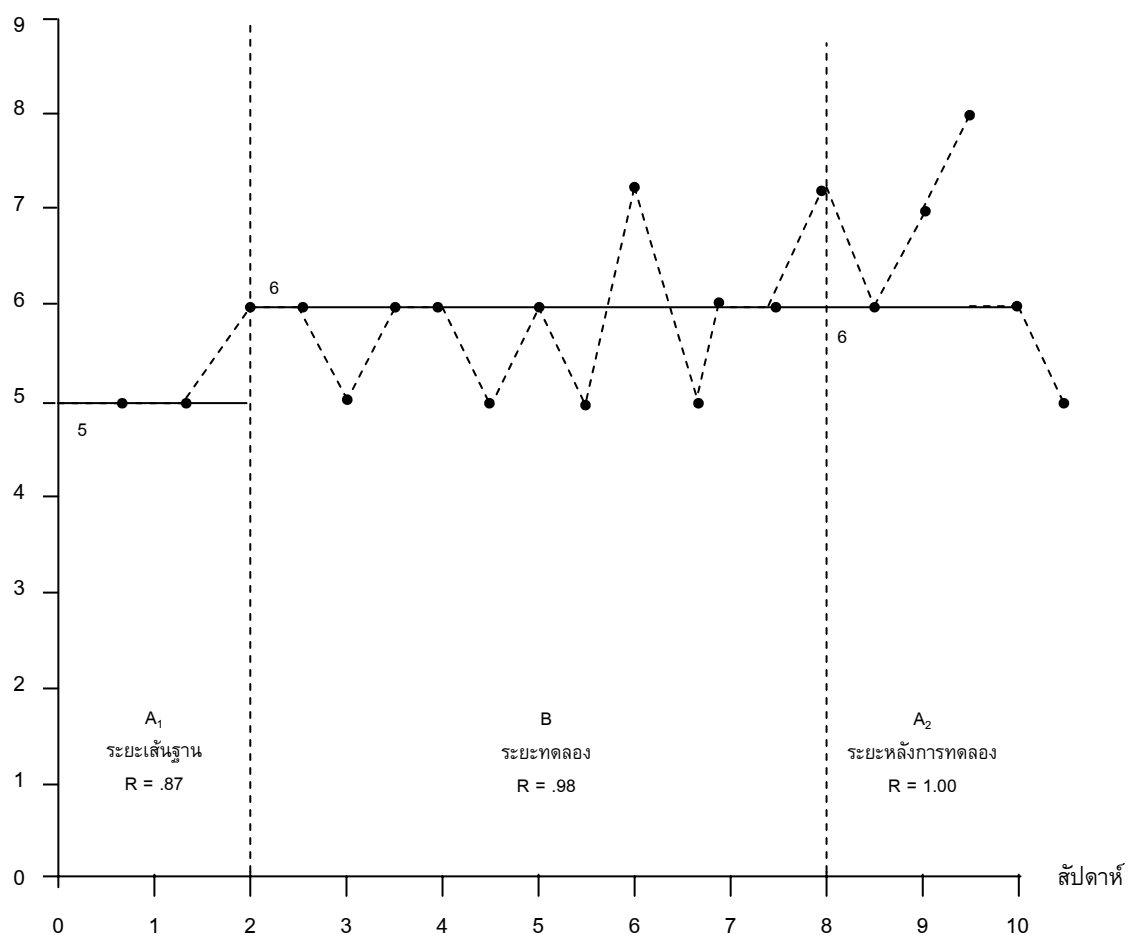
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
- ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
- R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 12 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 2 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

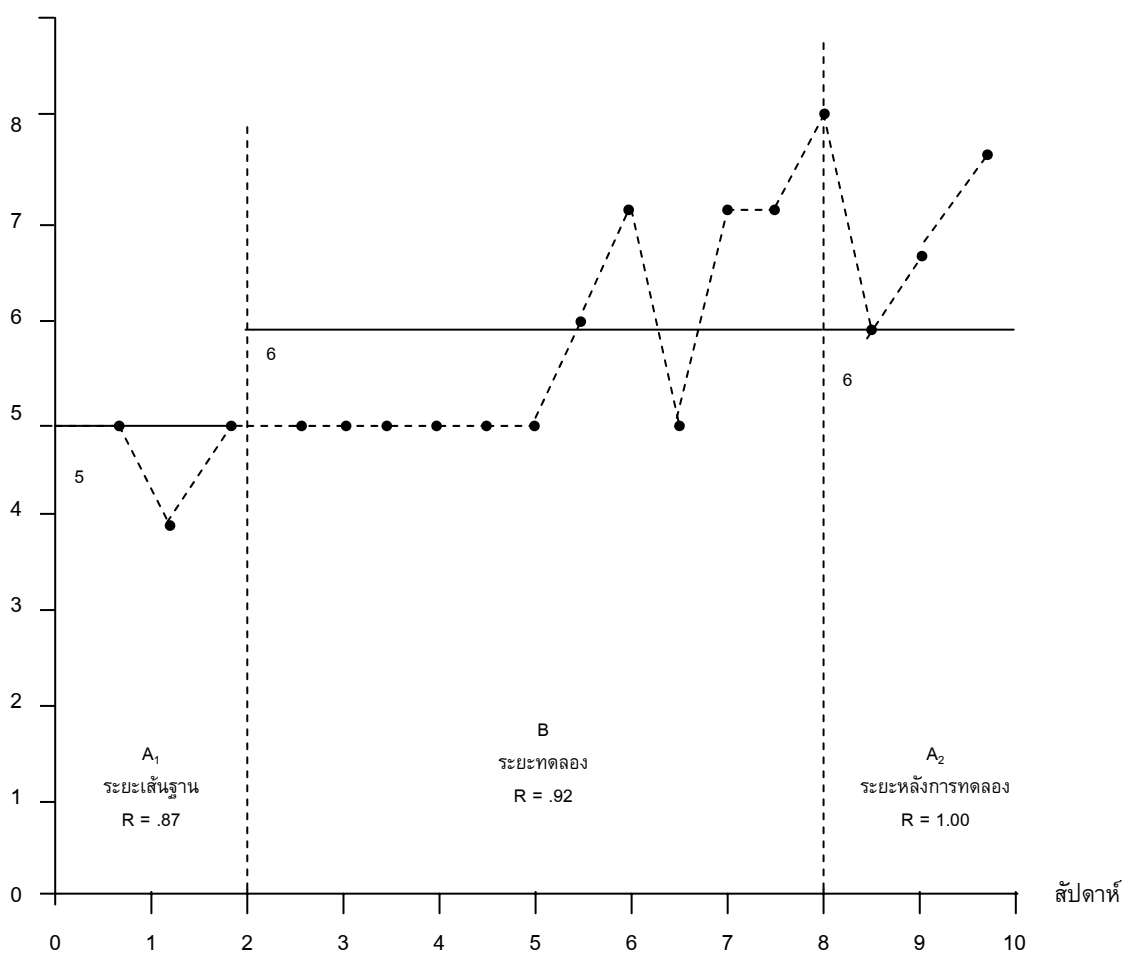
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 13 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 3 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

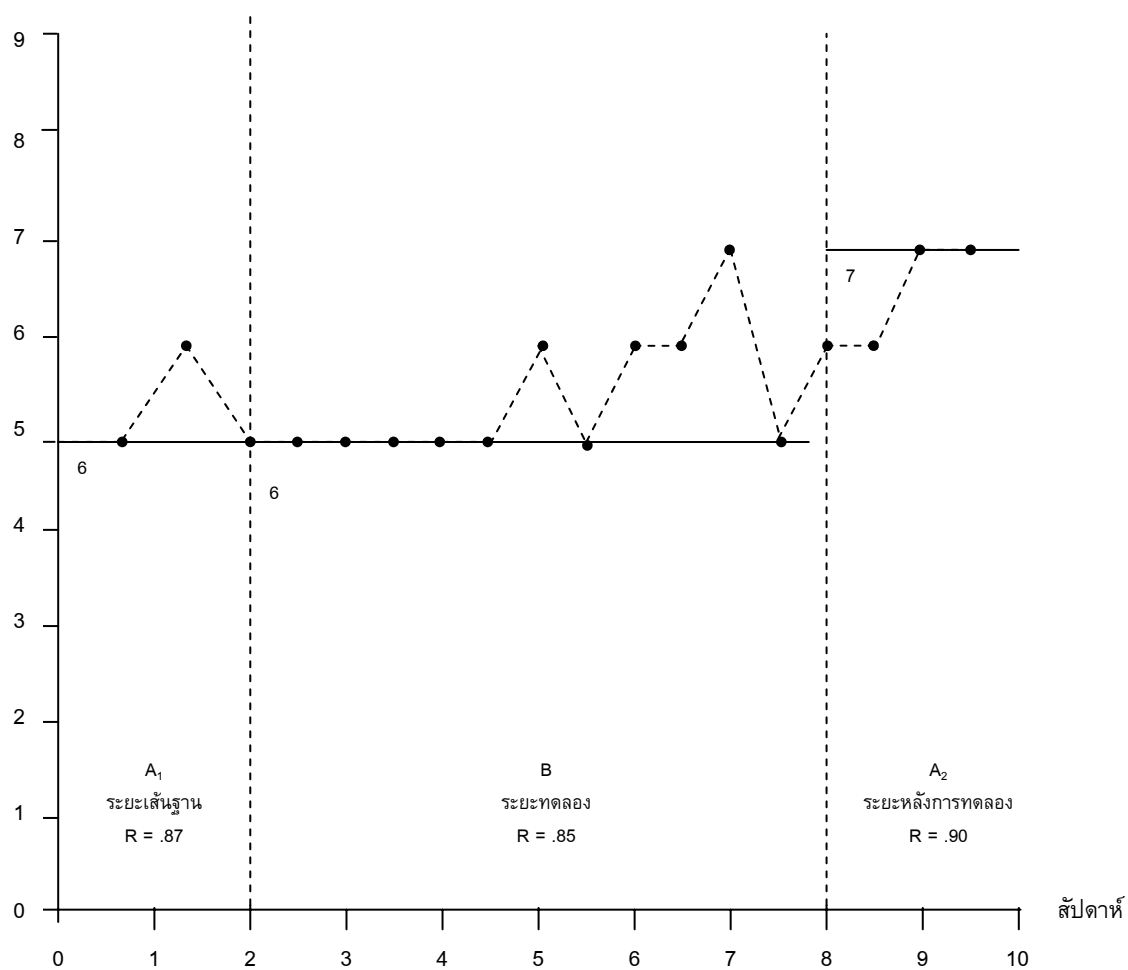
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 14 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 4 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

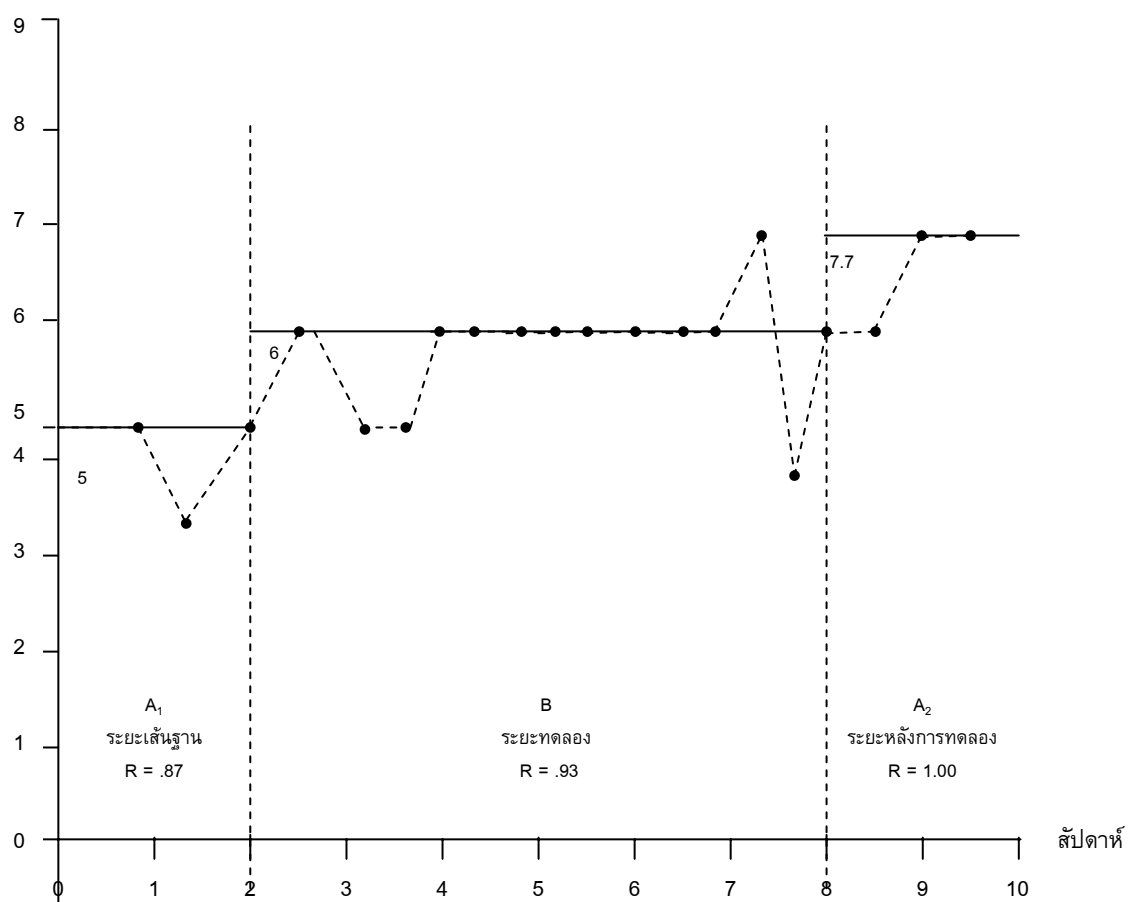
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 15 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 5 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

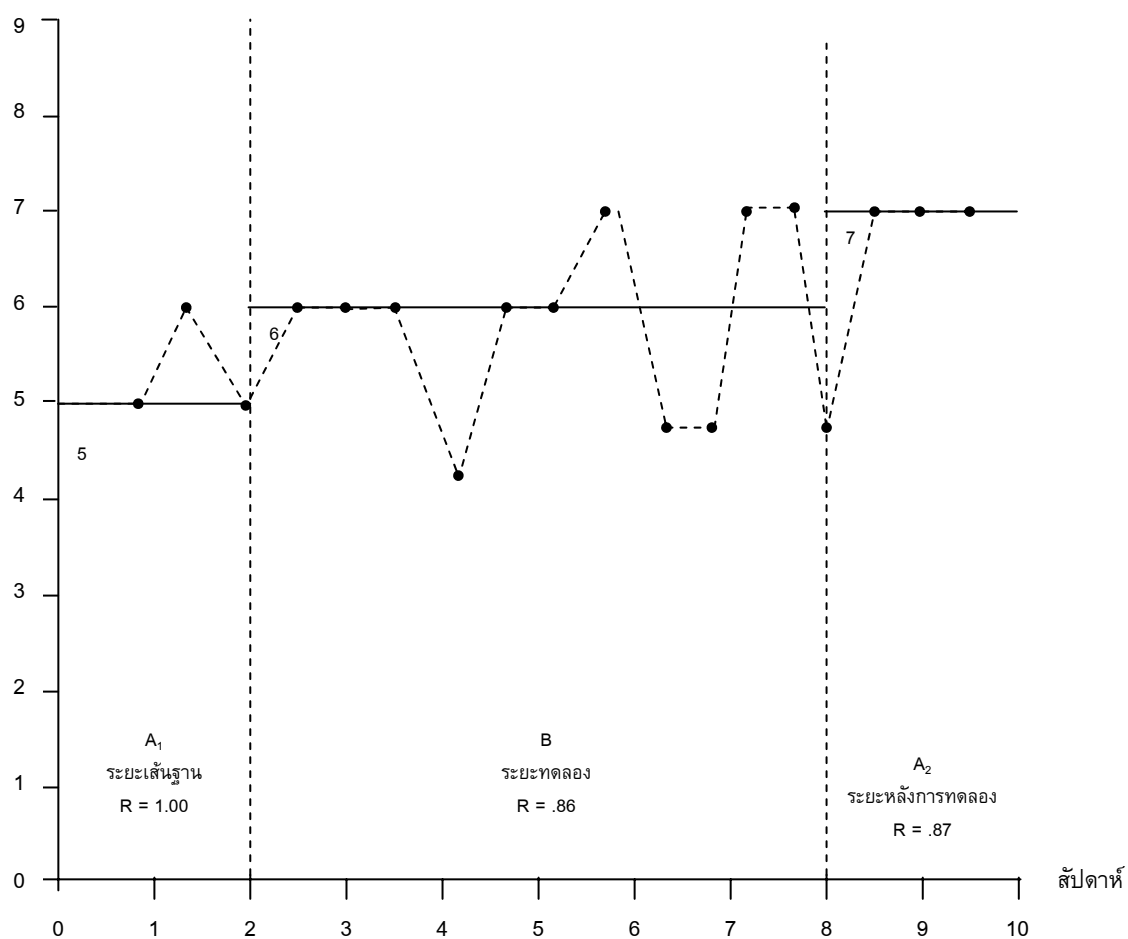
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 16 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 6 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

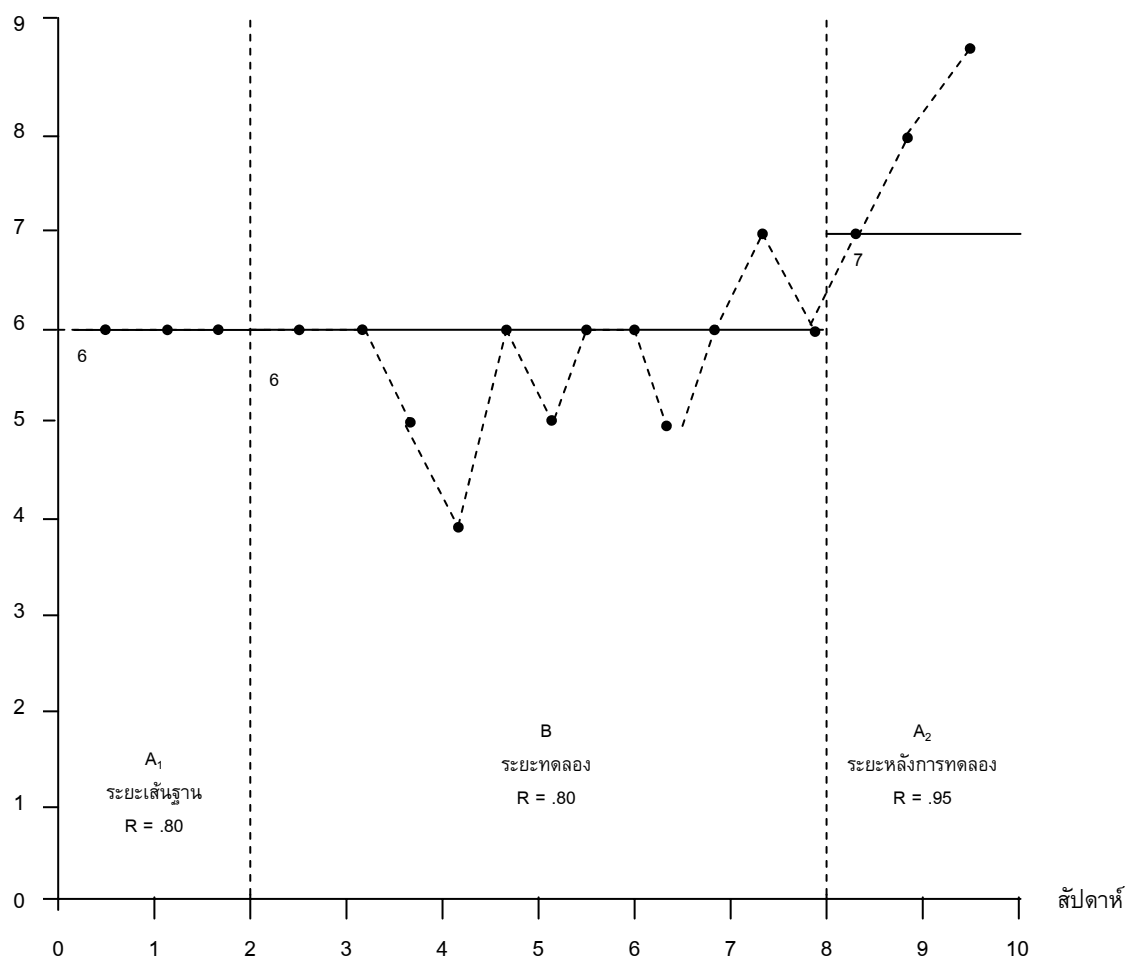
จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 17 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 7 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ

จำนวนของพฤติกรรมกล้าแสดงออก



- จำนวนพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละสัปดาห์
 ——— ค่ามัธยฐานของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาในกลุ่มควบคุมในแต่ละช่วง
 R ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องของกลุ่มควบคุม

ภาพประกอบ 18 ความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาคนที่ 8 ที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ได้รับการทดลอง 3 ระยะ

ตาราง 4 แสดงความถี่ของพฤติกรรมของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นรายบุคคล
ในกลุ่มทดลองที่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะพื้นฐาน ระยะ
ทดลอง และระยะหลังการทดลอง

ระยะที่	สัปดาห์ที่	ครั้งที่	นักศึกษาคนที่								ค่าเฉลี่ย
			1	2	3	4	5	6	7	8	
ระยะ พื้นฐาน A_1	1	1	4	5	5	4	6	4	5	5	5
		2	5	5	6	4	5	3	5	4	5
		3	6	5	5	4	6	5	5	5	5
	2	มัธยมฐาน	5	5	5	4	6	4	5	5	5
ระยะ ทดลอง B	3	4	5	5	4	6	5	5	6	5	5
		5	5	5	6	4	5	5	5	6	5
		6	6	6	7	5	6	4	6	5	6
	4	7	6	6	6	5	6	6	5	5	6
		8	6	5	6	5	6	6	6	6	6
		6	7	5	8	5	6	7	6	5	6
	5	10	7	6	5	6	7	6	7	6	6
		11	7	6	7	7	7	5	5	6	6.5
		12	7	6	6	6	6	6	5	7	6
	6	13	8	6	6	8	8	6	8	6	7
		14	8	7	6	9	3	6	8	7	7
		15	8	7	7	8	7	7	7	9	7
	7	มัธยมฐาน	7	6	6	6	8	6	6	3	6
ระยะ หลังการ ทดลอง A_2	9	16	6	8	8	7	7	8	9	9	8
		17	8	7	7	9	9	9	8	9	8.5
		18	7	8	9	7	7	8	8	9	8
	10	มัธยมฐาน	7	8	8	7	7	8	8	9	7

ตาราง 5 แสดงความถี่ของพฤติกรรมของพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาเป็นรายบุคคล
ในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ ตลอด 3 ระยะ คือ ระยะพื้นฐาน ระยะ
ทดลอง และระยะหลังการทดลอง

ระยะที่	สัปดาห์ที่	ครั้งที่	นักเรียนคนที่								ค่าเฉลี่ย
			1	2	3	4	5	6	7	8	
ระยะ พื้นฐาน A_1	1	1	5	6	5	5	5	5	5	6	5
		2	5	5	5	4	6	4	6	6	5
	2	3	4	5	6	5	5	5	5	6	5
		มัธยมฐาน	5	5	5	5	5	5	5	6	5
ระยะ ทดลอง B	3	4	5	5	6	5	5	6	6	6	5
		5	5	6	5	5	5	5	6	6	5
		6	5	5	6	5	5	5	6	5	5
	4	7	5	5	6	5	5	6	4	4	5
		8	6	6	5	5	5	6	6	6	6
		9	5	5	6	5	6	6	6	5	5.5
	5	10	6	5	5	6	5	6	7	6	6
		11	7	8	7	7	6	6	5	6	6.5
		12	7	5	5	5	6	6	5	5	6.5
	6	13	7	6	6	7	7	6	7	6	6.5
		14	8	7	6	7	4	5	7	7	7
		15	7	7	7	8	6	6	5	6	6.5
	7	มัธยมฐาน	6	5.5	6	6	5	6	6	6	6
		16	6	7	6	6	6	7	7	7	6.5
		17	7	6	7	7	7	7	7	7	7
	8	18	6	7	8	7	7	7	7	8	7
		มัธยมฐาน	6	6	6	6	7	7	7	7	7
		19	6	6	6	6	7	7	7	7	7
ระยะ หลังการ ทดลอง A_2	9	20	6	6	6	6	7	7	7	7	7
		21	6	6	6	6	7	7	7	7	7
		22	6	6	6	6	7	7	7	7	7

ตาราง 6 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาโดยรวมของ นักศึกษา
กลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

คนที่	พฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของ นักศึกษา		ผลต่างของพฤติกรรม กล้าแสดงออก โดยรวมของนักศึกษา	อันดับ	R^-	R^+
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	15	21	6	7.5	0	7.5
2	15	23	8	5.5	0	5.5
3	16	24	8	5.5	0	5.5
4	17	23	11	3	0	3
5	17	23	6	7.5	0	7.5
6	12	25	13	1.5	0	1.5
7	15	25	10	4	0	4
8	14	27	13	1.5	0	1.5
Mdn	15	23.50	9.00		$\sum R^- = 0$	$\sum R^+ = 36$
Q.D.	1.25	1.25	2.25			

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

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 7 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของนักศึกษากลุ่มควบคุม
ก่อนและหลังที่ไม่ได้รับการเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ

คนที่	พฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของ นักศึกษา		ผลต่างของพฤติกรรม กล้าแสดงออก โดยรวมของนักศึกษา	อันดับ	R^-	R^+
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	15	19	4	4	0	4.5
2	15	20	5	5	0	2.5
3	14	18	4	4	0	4.5
4	16	19	3	3	0	6
5	17	19	2	2	0	7
6	14	20	6	6	0	1
7	17	18	1	1	0	8
8	15	20	5	5	0	2.5
Mdn	15	0.75	4		$\sum R^- = 0$	$\sum R^+ = 36$
Q.D.	19	0.75	1.5			

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

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 8 แสดงการเปรียบเทียบพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยรวมของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

คนที่	กลุ่มทดลอง		ผลต่าง	อันดับ	กลุ่มควบคุม		ผลต่าง	อันดับ
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง			ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง		
1	15	21	6	7.5	15	19	4	4
2	15	23	8	5.5	15	20	5	5
3	16	24	8	5.5	14	18	4	4
4	17	23	11	3	16	19	3	3
5	17	23	6	7.5	17	19	2	2
6	12	25	13	1.5	14	20	6	6
7	15	25	10	4	17	18	1	1
8	14	27	13	1.5	15	20	5	5
$\sum R_1 = 100$				$\sum R_2 = 36$				

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

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

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

$$U_1 = 0$$

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

$$U_2 = 64$$

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ ชื่อสกุล	วนิดา สายฟ้า
วัน เดือน ปี เกิด	10 ตุลาคม 2523
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	177 ซอยพัฒนาการ 32 ถนนพัฒนาการ แขวงสวนหลวง เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร 10250 โทรศัพท์ 081-711-9010
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ.2537	ประถมศึกษาจาก โรงเรียนนาคนาวาอุปถัมภ์
พ.ศ.2540	มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนศรีพฤฒา
พ.ศ.2542	ประกาศนียบัตรวิชาชีพ สาขาวิชาการบัญชี จาก วิทยาลัยพาณิชยการอินทราชัย
พ.ศ.2544	ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง สาขาวิชาการบัญชี จาก กรุงเทพมหานครวิทยาลัย
พ.ศ.2546	การศึกษามัธยมศึกษา คณะบริหารธุรกิจ สาขาวิชาการบัญชี จาก มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
พ.ศ.2551	การศึกษามหาบัณฑิต (สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา) จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ