

การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

ปริญญาณิพนธ์
ของ
ภาวนินิภา โรจนพันธ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนของการศึกษา
ตามหลักปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา
ตุลาคม 2547

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖
โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
ภวันนิภา โรจนพันธ์

20 ม.ค. 2548

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนของการศึกษา
ตามหลักปรัชญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา
ตุลาคม 2547

ภวันนิภา โรจนพันธ์. (2547). การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง อาจารย์ ดร. พาสนา จุลรัตน์

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน วัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2547 ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อย จำนวน 30 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่1และกลุ่มทดลองที่2 กลุ่มละ 15 คน โดยกลุ่มทดลองที่1 ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองที่2 ได้รับการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่ม ได้รับเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกันและ t – test แบบเป็น อิสระต่อกัน

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีความเชื่อมั่นตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมการ กล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีความเชื่อมั่นในตนเอง มากกว่านักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

A COMPARISON OF THE EFFECTS OF ASSERTIVE BEHAVIOR TRAINING AND
GROUP WORK ON SELF COFIDENCE OF PRATHOM SUKSA VI
STUDENTS OF WATRACHAPATIGARAM SCHOOL
IN KHET DUSIT, BANGKOK

AN ABSTRACT

By

PAWANNIPA ROCHANAPHAN

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Educational Psychology
at Srinakharinwirot University
October 2004

Pawannipa Rochanaphan. (2004). *A Comparison of the Effects of Assertive Behavior Training and Group work on Self Confidence of Prathom suksa VI Students of Watrachapatigaram School in Khet Dusit, Bangkok*. Master thesis, M.Ed. (Educational Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assist Prof. Pannarat Ploylearmsang, Inst Dr. Pasana Chularut.

The purposes of this experimental research were to study the effect of assertive behavior training on self confidence of prathom suksa VI students of Watrachapatigaram School in Khet Dusit, Bangkok. in academic year 2004. The 30 samples were randomly divided into an experimental group 1 and an experimental group 2. Each group was consisted of 15 students. An experimental group was exposed to assertive behavior training and an experimental group 2 was exposed to group work. The instrument was self confidence questionnaires. The data was analyzed by t-test for dependent sample and t-test for independent sample.

The results were as follows :

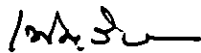
1. The self confidence of the students that exposed to assertive behavior training was significantly increased than before the experiment at .01 level.
2. The self confidence of the students that exposed to group work was significantly increased than before the experiment at .01 level.
3. The self confidence of the students that exposed to assertive behavior training was significantly increased higher than those who was exposed to group work at .01 level.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

ของ
นางสาววันนิภา โรจนพันธ์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

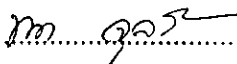
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)
วันที่ 15 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2547

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์



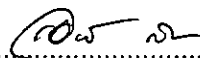
.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง)



.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร. พาสณา จุลรัตน์)



.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(รองศาสตราจารย์ เวชณี กรีทอง)





.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ เวหนี กรีทอง และอาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา กรรมการที่ได้รับแต่งตั้งเพิ่มเติมในการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ด้วยความกรุณาต่อผู้วิจัย ตั้งแต่เริ่มดำเนินการวิจัยจนเสร็จเรียบร้อยสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ เวหนี กรีทอง อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ กนกวัต พึ่งโพธิ์ทอง ซึ่งเป็นอาจารย์เอกสนทนากาญ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ที่ได้กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และกรุณาให้คำแนะนำต่าง ๆ แก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณนาง โฉม พูลสวัสดิ์ ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดราชผาติการามสังกัด กรุงเทพมหานคร เขตดุสิต และผู้อำนวยการโรงเรียนวัดบ่อ(นนทวิทยา) ตลอดจนคณะคุณครูทุกท่านที่ได้กรุณาอนุญาตให้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบใจนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม สังกัดกรุงเทพมหานคร เขตดุสิต และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบ่อ(นนทวิทยา) ที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณพี่ๆ และเพื่อนร่วมงานทุกท่านที่ได้กรุณาอนุญาตให้โอกาสผู้วิจัยไปเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณเพื่อนๆ พี่ๆ วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา ที่ให้ความช่วยเหลือ ให้กำลังใจ ผู้วิจัยในระหว่างการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เป็นอย่างดี

คุณค่าทั้งหมดที่เกิดจากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้กับคุณพ่อ คุณแม่ ญาติ พี่น้องที่สนับสนุน ส่งเสริม กำลังใจ แก่ผู้วิจัยในการศึกษาค้นคว้าจนปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี ตลอดจนบูรพาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิทยาการ ความรู้ให้กับผู้วิจัยมาตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน

ภวันนิภา โรจนพันธ์

สารบัญ

บทที่

หน้า

1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	6
ตัวแปรที่ศึกษา.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	10
สมมติฐานในการศึกษา.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	35
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	41
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง.....	42
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง.....	47
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	51
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	51
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	52
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	55

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	58
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	58
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	58
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	62
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	62
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	63
อภิปรายผล.....	64
ข้อเสนอแนะ.....	67
บรรณานุกรม.....	69
ภาคผนวก ก	79
ภาคผนวก ข.....	156
ภาคผนวก ค.....	162
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	168

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized two Group Pretest – Posttest Design.....	56
2	แสดงการเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังการได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	59
3	แสดงการเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังการได้รับกิจกรรมกลุ่ม.....	60
4	แสดงการเปรียบเทียบผลต่างความเชื่อมั่นในตนเองของกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการฝึก พฤติกรรมกล้าแสดงออก และกลุ่มที่ได้รับการฝึกการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	61
5	แสดงเวลาในการใช้การฝึกการกล้าแสดงออกในกลุ่มทดลองที่ 1 และการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่มในกลุ่มทดลองที่ 2.....	81
6	แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความ เชื่อมั่นในตนเอง.....	158
7	แสดงคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลัง ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก.....	159
8	แสดงคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลัง การได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	160
9	แสดงค่าผลต่างของคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2.....	161

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การพัฒนาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้า นอกจากพัฒนาทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การศึกษาและเทคโนโลยีแล้ว ยังคงต้องคำนึงถึงทรัพยากรมนุษย์และจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องพัฒนาเยาวชน เพราะเยาวชนเป็นส่วนหนึ่งในสังคมจึงต้องร่วมมือกันพัฒนาเยาวชนให้เจริญในทุกๆ ด้าน ส่วนหนึ่งของการพัฒนาเยาวชนก็คือการพัฒนาให้มีบุคลิกภาพที่ดีและมีความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเองจึงเป็นคุณลักษณะที่ควรส่งเสริม เพราะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาบุคลิกภาพที่จะส่งผลให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง กล้าคิดกล้าแสดงออก สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสมมีความภาคภูมิใจและแก้ปัญหาด้วยความรู้สึกที่มั่นคงมีสุขภาพจิตที่ดีมีความสุขในการดำรงชีวิต (กรมวิชาการ, 2537:1) แต่การจัดการศึกษาของไทยที่ผ่านมาไม่สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตและไม่สามารถเตรียมคนไทยให้เผชิญกับระบบการเปลี่ยนแปลงของสังคมที่เกิดขึ้นได้ทำให้สังคมไทยอ่อนแอเกิดการขัดแย้งและเกิดวิกฤต ซึ่งเกิดจากการศึกษาไทยไม่มีพลังพอที่จะสร้างความเข้มแข็งให้สังคมไทยโดยให้มีทรรศนะใหม่ จิตสำนึกใหม่และทักษะใหม่ที่จะสามารถเผชิญสถานการณ์ในสังคมได้ เพราะในช่วงที่ผ่านมาการศึกษาของเรามุ่งเน้น ที่การสอนโดยการถ่ายทอดเนื้อหาโดยการท่องจำซึ่งจะทำให้ผู้เรียนคิดไม่เป็นทำไม่เป็นและ แก้ปัญหาไม่เป็นการทำให้การศึกษาของเราประสบความล้มเหลวในการพัฒนาคน (ประเวศ วสี, 2541 : 21) ดังนั้นการจัดการศึกษาในปัจจุบันจึงมุ่งเน้นเพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ ซึ่งมีคุณลักษณะมองกว้างคิดไกลใฝ่ดีและมีทักษะสำหรับสังคมยุคใหม่หรือสำหรับแบบโลกาภิวัตน์โดยยึดการเรียนรู้ตามแนวการสร้างองค์ความรู้ความสามารถด้วยตนเอง โดยการใช้วิธีการเรียนการสอนที่ส่งเสริมสนับสนุนและสร้างบรรยากาศให้เด็ก เกิดความคิดอิสระ กล้าเสนอแนวคิดของตนเองกล้าแสดงออก กล้าวิพากษ์วิจารณ์เหตุผล ซึ่งการจัดสร้างบรรยากาศและสิ่งแวดล้อม เหล่านี้จะช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในเด็กและเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้สำรวจและค้นคว้าด้วยตนเองซึ่งทำให้เด็กเกิดการพัฒนาความคิดและมีทักษะทางสังคม ซึ่งจะเป็นแนวทางในการนำไปปฏิบัติจริง ในการดำรงชีวิตสามารถคิดเป็นทำเป็นและแก้ปัญหาได้จริง ซึ่งเป็นวิธีการเรียนการสอน ที่จะช่วยแก้ไขวิกฤตทางการศึกษาได้ในปัจจุบัน (กรมวิชาการ, 2541 : 38)

บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงจะตัดสินใจจากความคิดและเหตุผลของตนเองมากกว่าการคล้อยตามความคิดของกลุ่มส่วนคนที่ไม่มี ความเชื่อมั่นในตัวเองก็จะคล้อยตามกลุ่มได้ง่าย (เดมศักดิ์ คทวนิชม.2546 : 350) เด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองมักจะมีแต่ความขลาดกลัวไม่แน่ใจในตนเองมักจะใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในทางจินตนาการในสิ่งที่ตนต้องการและ ไม่กระทำการใดตามลำดับแห่งความเป็นจริง เนื่องจากขาดความรู้ขาดความกล้าและเกียจคร้านจนกระทั่งทำอะไร

ไม่เป็นเลย (พิสิทธิ์ คงรักษา. 2536 : 40) นอกจากนี้เด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองอาจทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัวได้ (เดโช สวานานนท์. 2516 : 350) ซึ่งจะเป็นอุปสรรคในอนาคตดังนั้นจึงควรให้ความช่วยเหลือเด็กที่ประสบปัญหาดังกล่าว ซึ่งถ้าเด็กไม่ได้รับการช่วยเหลืออย่างทันท่วงทีแล้วความรู้สึกดังกล่าวจะติดตัวเรื่อยไปและเป็นผลร้ายต่อการพัฒนาบุคลิกภาพโดยรวมและเมื่อโตขึ้นอาจกลายเป็นสมาชิกที่น่าหนักใจของสังคมก็เป็นได้ ซึ่งควรแก้ไขอย่างรีบด่วน

เนื่องจากผู้วิจัยเคยไปสังเกตการณ์การเรียนการสอนของนักเรียนที่โรงเรียนวัดราชผาติการาม และได้สังเกตเห็นปัญหาของนักเรียน คือนักเรียนไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง เช่น ไม่กล้าแสดงออก หน้าห้องเรียนเมื่อครูเรียกให้ออกมาทำกิจกรรมคนเดียว ไม่กล้าสบตาครูและเพื่อนๆ ในขณะที่พูดและตอบคำถาม ไม่กล้าเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม เป็นต้น และจากการที่ผู้วิจัยได้เรียนต่อในระดับมหาบัณฑิตในสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาจึงได้มีแนวความคิดที่จะนำความรู้ที่ได้จากการเรียนนำไปแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นดังกล่าว ผู้วิจัยจึงกลับไปสังเกตการณ์การเรียนการสอนอีกครั้ง และสำรวจสภาพปัญหาการเรียนการสอนและได้สังเกตพบปัญหาที่เกิดขึ้นกับนักเรียนเช่นเดิม คือ นักเรียนไม่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง ผู้วิจัยจึงสัมภาษณ์ผู้บริหารโรงเรียน ครูประจำชั้น ครูประจำวิชาช่วงชั้นที่ 2 เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ผลจากการสัมภาษณ์พบปัญหาดังต่อไปนี้ นักเรียน ไม่กล้าแสดงออกหน้าห้องเรียนเมื่อครูเรียกให้ออกมาทำกิจกรรมคนเดียว ไม่กล้าสบตาครูและเพื่อนๆ ในขณะที่พูดและตอบคำถาม และไม่กล้าเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม

ดังนั้น ผู้วิจัย จึงได้สำรวจข้อมูลเบื้องต้นกับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2546 จำนวน 137 คน โดยให้ตอบคำถามปลายเปิด ซึ่งแบบสอบถามปลายเปิดที่ผู้วิจัยใช้มีข้อความคำถามปลายเปิดจำนวน 2 ข้อ ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

คำถามข้อที่ 1 ถามว่าขณะที่นักเรียนอยู่ในปัจจุบัน นักเรียนคิดว่าตนเองมีปัญหาหรือไม่ ถ้ามีคือปัญหาอะไร ผลการสำรวจพบว่า

1.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 47 คน โดยเรียงลำดับจากมากที่สุดถึงน้อยที่สุด ดังนี้ 1) ปัญหาด้านความเชื่อมั่นจำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 38.29 โดยระบุว่าไม่กล้าแสดงออกหน้าห้องเรียนเมื่อครูเรียกให้ออกมาทำกิจกรรมคนเดียวด้วยความมั่นใจ ไม่กล้าออกมาทำกิจกรรมกลุ่ม ไม่กล้าซักถามในสิ่งที่ยังไม่เข้าใจ และตอบคำถามครูด้วยความไม่มั่นใจ ไม่กล้าที่จะสบตาครูและเพื่อนๆ ในขณะที่พูดและตอบคำถาม ไม่กล้าเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม 2) ปัญหาด้านการเรียนจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 21.27 โดยระบุว่า เรียนหนังสือไม่เก่ง อ่านหนังสือไม่คล่อง เขียนหนังสือไม่คล่อง พูดอักขระคำควบกล้ำไม่ได้ 3) ปัญหาส่วนตัว จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 19.14 โดยระบุว่า มีปัญหาสายตาสั้น ชอบทะเลาะกับเพื่อนซี้เกียจ 4) ปัญหาครอบครัวจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 14.89 โดยระบุว่า ไม่มีใครสนใจ 5) ไม่ตอบคำถามจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 6.38

1.2 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 44 คน โดยเรียงลำดับจากมากที่สุดถึงน้อยที่สุดดังนี้ 1) ปัญหาด้านความเชื่อมั่นจำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 68.18 โดยระบุว่าไม่กล้า

แสดงออกหน้าห้องเรียนเมื่อครูเรียกให้ออกมาทำกิจกรรมคนเดียวด้วยความมั่นใจ ไม่กล้าแสดงออกทำกิจกรรมกลุ่ม ไม่กล้าซักถามในสิ่งที่ยังไม่เข้าใจ และตอบคำถามครูด้วยความ ไม่มั่นใจ ไม่กล้าที่จะสบตาครูและเพื่อนๆ ในขณะที่พูดและตอบคำถาม ไม่กล้าเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม ไม่สามารถที่จะแสดงความคิดเห็นด้วยความมั่นใจและไม่กล้ายอมรับผิดชอบเมื่อตนเองทำผิด ไม่มีความพยายามที่จะทำงานให้สำเร็จด้วยตนเองไม่มีความรับผิดชอบงานทั้งของตนเองและส่วนรวมไม่มีความสามารถที่จะสร้างผลงานด้วยตนเอง ไม่มีเหตุผลคล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรอง

2) ปัญหาด้านการเรียนจำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 13.63 โดยระบุว่า เรียนหนังสือไม่เก่ง อ่านหนังสือไม่คล่อง เขียนหนังสือไม่คล่อง 3) ปัญหาครอบครัวจำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 13.63 โดยระบุว่า พ่อแม่ทะเลาะกัน ไม่กล้าพูดกับแม่ 4) ไม่ตอบคำถามจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 4.54

1.3 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 46 คน โดยเรียงลำดับจากมากที่สุดถึงน้อยที่สุดดังนี้ 1) ปัญหาด้านความเชื่อมั่นจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 28.26 โดยระบุว่า ไม่กล้าออกไปพูดหน้าชั้นเรียนหรือรายงานหน้าชั้นเรียน ไม่กล้าซักถามครูเมื่อสงสัยหรือไม่เข้าใจ ไม่กล้ายอมรับผิดชอบเมื่อตัวเองทำผิด ขาดความกระตือรือร้นในการทำงาน ขาดความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย 2) ปัญหาส่วนตัวจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 26.08 โดยระบุว่า ชอบทะเลาะวิวาท ใจร้อน ชอบคุย 3) ปัญหาการเรียนจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 21.73 โดยระบุว่า เรียนไม่เก่ง อ่านหนังสือไม่ได้ ไม่ชอบทำการบ้าน ชอบคุยในห้องเรียน 4) ไม่ตอบ 11 คน คิดเป็นร้อยละ 23.91

ข้อคำถามที่ 2 ถ้ามีปัญหาในข้อที่ 1 นักเรียนแก้ปัญหาได้อย่างไร

2.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 47 คน เสนอวิธีการแก้ปัญหา จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 91.61 โดยเรียงลำดับจากมากที่สุดถึงน้อยที่สุดดังนี้ 1) ด้านความเชื่อมั่น มีวิธีการแก้ปัญหาดังนี้ คือ พยายามตอบคำถามครู ฝึกพูดหน้ากระดาน หมั่นฝึกซ้อมบ่อยๆ นั่งสมาธิ พูดตามสบาย พยายามตอบเป็นคนแรก หมั่นไปพูดหน้าชั้นบ่อยๆ 2) ด้านการเรียนวิธีการแก้ปัญหาดังนี้ คือ อ่านหนังสือทุกวัน ตั้งใจฟังครูสอน เรียนซ่อมเสริม ปรีชาครู 3) ด้านส่วนตัว มีวิธีการแก้ปัญหาดังนี้ คือ ไม่คิดมาก ไม่อาย

2.2 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 44 คน เสนอวิธีการแก้ปัญหา จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 95.45 โดยเรียงลำดับจากมากที่สุดถึงน้อยที่สุดดังนี้ 1) ด้านความเชื่อมั่น มีวิธีการแก้ปัญหาดังนี้ คือ พยายามสร้างความเชื่อมั่นในตนเองเพื่อที่จะได้กล้าแสดงออกเยอะๆ โดยการยกมือตอบคำถาม พยายามตัดสินใจด้วยตัวเองให้มากขึ้น ซักถามครูหรือเพื่อนเมื่อสงสัย ทบทวนดูก่อนเชื่อเพื่อน 2) ด้านการเรียนวิธีการแก้ปัญหาดังนี้ คือ อ่านหนังสือให้มากขึ้นและตั้งใจเรียน 3) ด้านส่วนตัว มีวิธีการแก้ปัญหาดังนี้ คือ พยายามทำให้มากขึ้นกว่าทุกวัน ดื่นให้เช้าและทำอะไรให้เร็วขึ้นกว่าเดิม เชื่อฟังพ่อแม่ หาทางพูดกับแม่

2.3 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 46 คน เสนอวิธีการแก้ปัญหา จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 76.08 โดยเรียงลำดับจากมากที่สุดถึงน้อยที่สุดดังนี้ 1) ด้านความเชื่อมั่น มีวิธีการ

แก้ปัญหา ดังนี้ คือ ทำเท่าที่ทำได้ไม่รู้สึกลาย หัดพูดหน้ากระจกคนเดียว หายใจเข้าลึกๆ ก่อนออกไปพูด ทำสมาธิ หัดพูดให้พ้องกับแม่พิมพ์ ฝึกทำงานบ่อยๆ 2) ด้านส่วนตัว มีวิธีการแก้ปัญหา ดังนี้ คือ ใจเย็นลง รักษาร่างกายให้ดี 3) ด้านการเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหา ดังนี้ คือ ไม่เข้าใจ ถามจากครู จากผู้รู้ หรือถามเพื่อนๆ ไม่คุยกับเพื่อนเวลาเรียน หัดพูดคำควบกล้ำ

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 น่าจะมีความเชื่อมั่นในตัวเองน้อย ดังที่พรรณราย ทรรศนะประภา (2529 : 12) กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่ขาดความเชื่อมั่นในตัวเองมักรู้สึกว่าคุณเองมีปมด้อยขลาดกลัวไม่กล้าแสดงออกไม่ว่าจะเป็นภาระหรือความคิดเห็นก็ตาม ซึ่งทำให้เกิดผลเสียต่อบุคลิกภาพและการดำรงชีวิตในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นของเด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ดังคำกล่าวของ เบรก เคนบริดจ์ (Breckenridge, 1955 : 80) ที่ว่าถ้าไม่พัฒนาความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นในตัวเด็กแล้ว จะทำให้เป็นผู้ที่ไม่มีความสามารถในการควบคุมตัวเอง ความรับผิดชอบ และไม่สามารถแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมได้ คอยฟังผู้อื่นอยู่เสมอ นอกจากนี้ยังทำให้มีประสบการณ์ในวงแคบไม่กล้าเผชิญหรือกระทำสิ่งใดที่อาจเป็นประโยชน์ต่อตนเองได้อันเป็นผลร้ายต่อการพัฒนาในด้านต่าง ๆ อย่างเห็นได้ชัดซึ่งถ้าเด็กไม่ได้รับความช่วยเหลืออย่างถูกต้องและทันทั่วทั้งที่แล้ว ความรู้สึกดังกล่าวจะติดตัวเรื่อยไป และเป็นผลร้ายต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพโดยส่วนรวมและเมื่อโตขึ้นอาจกลายเป็นปัญหาของสังคมได้ ซึ่งผู้วิจัยคิดว่าน่าจะพัฒนาความเชื่อมั่นในตัวเองกับนักเรียนกลุ่มดังกล่าวข้างต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้น การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดขึ้นนั้น ควรจะได้มีการพัฒนาให้เกิดขึ้นตั้งแต่เด็กเพราะเป็นช่วงสำคัญที่จะวางรากฐานกับพฤติกรรมทางสังคม และการปรับตัวทางด้านการพัฒนาความรู้สึกที่ดีต่อตนเองสำหรับเด็กประถมศึกษาควรอยู่ในช่วงอายุ 6-10 ปีสำหรับเด็กหญิง และ 6-12 ปี สำหรับเด็กชาย (นวลศิริ เปาโรหิตย์, 2520 : 176) เพราะเด็กที่ได้รับการพัฒนาอย่างถูกวิธี ย่อมเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสามารถที่จะช่วยเหลือตนเอง บากบั่นมานะพยายามเพื่อเอาชนะอุปสรรคสามารถเผชิญกับปัญหาอย่างยาก

การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองสามารถพัฒนาได้หลายวิธี เช่น การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสม การปรับพฤติกรรม การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกเป็นต้น ในที่นี้ผู้วิจัยสนใจที่จะใช้การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ทั้งนี้เพราะการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก เป็นวิธีการที่ช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะทำให้ความวิตกกังวลลดน้อยลง กล้าแสดงออกมากขึ้นโดยสามารถแสดงความคิดเห็นและ ความรู้สึกแท้จริงของตนให้ผู้อื่นได้รับรู้ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของโวลเป (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต 2536 : 132 ; อ้างจาก Wolpe, 1982. *The practice of behavior therapy*. p.318) ที่ว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก จะทำให้นักเรียนลดความวิตกกังวลและเกิดความเชื่อมั่นในการแสดงออกอย่างเหมาะสม นอกจากนี้ หลุย จาปาเทศ (2533:126) ยังได้กล่าวถึงพฤติกรรมกล้าแสดงออกว่าเป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ที่เหมาะสมของบุคคลทั้งด้านภาษาถ้อยคำและท่าทางตามสิทธิที่ตนมีโดยไม่ก้าวท้าวสิทธิของผู้อื่นและเป็นที่ยอมรับของสังคม ดังผลงานวิจัยของ ณรงค์เดช ชัยเนตร

(2545 : 54) ที่ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนชนะสงคราม เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร ผลจากการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นก่อนได้รับการฝึก

สำหรับกิจกรรมกลุ่มมีคุณค่าในด้านการพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม ที่สำคัญคือพัฒนาการด้านทัศนคติ ความสนใจ ความสามารถ มีมนุษยสัมพันธ์ นอกจากนี้ยังให้เกิดความเจริญงอกงามด้านความรู้และทักษะต่าง ๆ (คมเพชร ฉัตรศุภกุล. 2530 : 15-17) และเป็นการนำเอาประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่สมาชิกต้องการและการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยรวม ผู้นำจะสามารถทำงานให้มีประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อเขาได้เรียนรู้วิธีการที่จะช่วยอำนวยความสะดวกให้เกิดปฏิสัมพันธ์อย่างสร้างสรรค์ระหว่างสมาชิกแต่ละคน โดยวิธีการดังกล่าวนี้ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดพัฒนาการในตัวบุคคลทุกคน และกลุ่มก็จะดำเนินการไปด้วยความสำเร็จ (คมเพชร ฉัตรศุภกุล, 2530 : 14) นอกจากนี้ พรณพิศ วาณิชยกร (2535 : 24) ได้กล่าวไว้ว่าการกระทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของบุคคล ในกลุ่มร่วมกันวางแผนงานตามเป้าหมายประสงค์และจัดประสบการณ์เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ที่พึงประสงค์ขึ้นทั้งในตัวบุคคลและกลุ่มดังผลงานวิจัยของ อังศุธร ถิ่นหลวง (2542 : 45) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกในชั้นเรียนของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดภาษี กรุงเทพมหานคร ผลจากการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในชั้นเรียนสูงขึ้นก่อนได้รับการฝึกจากเอกสารดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการฝึก พฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถพัฒนาพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ได้ และนักเรียนที่สำรวจพบปัญหาดังกล่าวได้เลื่อนชั้นเป็นชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2547 ผู้วิจัยได้สำรวจปัญหาอีกครั้งหนึ่งก็ยังพบปัญหาอีกเช่นเดิม

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับนักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแนวทางให้แก่ครูผู้สอน ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้อง ที่มีความรู้ความชำนาญในเรื่องของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนำไปใช้พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยจำนวน 30 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2547 ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยจำนวน 30 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 15 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 วิธี คือพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตัวเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ลักษณะพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกด้วยการกระทำและคำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ ทั้งในและนอกห้องเรียน ซึ่งมีลักษณะต่างๆ 4 ลักษณะ คือ
 - 1.1 การกล้าแสดงออก ได้แก่ การกล้าแสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมต่างๆ การกล้าแสดงความคิดเห็น การกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ
 - 1.2 การพึ่งตนเอง ได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง การทำงานประสบผลสำเร็จ การมีความเพียรพยายาม
 - 1.3 การเป็นตัวของตัวเอง ได้แก่ การมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรอง การตัดสินใจด้วยตนเอง
 - 1.4 การมีความรับผิดชอบ ได้แก่ มีความรับผิดชอบทั้งงานตัวเองและส่วนรวม การกล้ารับผิดชอบเมื่อกระทำผิด การรู้จักช่วยเหลือและร่วมมือแก่มุ่กณะ

2. การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยให้นักเรียนสามารถแสดงออกซึ่งความรู้สึกของตนเองมาได้อย่างเหมาะสม และมีประสิทธิภาพทั้งภาษาท่าทาง และภาษาถ้อยคำ โดยไม่เป็นการล่วงละเมิดซึ่งสิทธิของบุคคลอื่น เพื่อให้นักเรียนเพิ่มพูนความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดขึ้น อีกทั้งเป็นวิธีการที่จะช่วยให้นักเรียนสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ และเกิดความเชื่อมั่นในการแสดงออกอย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น โดยมีลำดับขั้นตอน 3 ขั้นตอน ดังนี้

2.1 ขั้นนำ

2.1.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประวัติเกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมา พร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

2.2 ขั้นฝึก

2.2.1 ผู้วิจัยดำเนินการฝึกโดยใช้เทคนิคแม่แบบ การแสดงบทบาทสมมุติ การเสริมแรงทางสังคมและการมอบหมายการบ้าน ดังรายละเอียดดังนี้

1) เทคนิคแม่แบบ หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยเสนอแม่แบบให้นักเรียนลอกเลียนแบบโดยมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ

ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตัวเอง

ขั้นที่ 2 การเสนอตัวแบบ

1. ผู้วิจัยเสนอตัวแบบในการแสดงความเชื่อมั่นในตัวเองทั้งทางบวกและทางลบ ซึ่งตัวแบบจะเป็นนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองและเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ เพื่อให้นักเรียนสังเกตและเลียนแบบพฤติกรรมจากตัวแบบ

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบพฤติกรรมทางบวกจากตัวแบบถ้าเลียนแบบได้เหมาะสม ผู้วิจัยจะให้เสริมทางสังคม ถ้าเลียนแบบยังไม่เหมาะสมผู้วิจัยจะให้กำลังใจแล้วให้ฝึกต่อไป

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปราย แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ได้จากการเลียนแบบ ในขั้นการเสนอตัวแบบนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสริมแรงทางสังคมร่วมด้วยเพื่อให้กำลังใจแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้เหมาะสม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้หลังจากการเลียนแบบจากตัวแบบและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วให้ไปฝึกที่บ้านและ/หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสม

ในขั้นสรุปนี้ผู้วิจัย ใช้เทคนิคการมอบหมายการบ้านร่วมด้วยเพื่อมอบหมายให้นักเรียนนำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ไปฝึกต่อเป็นการบ้าน

2) การแสดงบทบาทสมมุติ หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรม โดยมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการ

1. ผู้วิจัยซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วให้นักเรียนเตรียมเนื้อหาก่อนการแสดง

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนส่วนหนึ่งอาสาสมัครเป็นผู้แสดง และอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์

ขั้นที่ 2 ขั้นแสดง

ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทที่ได้รับและให้ผู้สังเกตการณ์สังเกตพฤติกรรมที่เพื่อนแสดง

ขั้นที่ 3 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

เมื่อนักเรียนแสดงเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับการแสดง ความเชื่อมั่นในตนเอง

ขั้นที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ต้องปรับปรุงการแสดง แสดงใหม่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้นถ้าแสดงได้ถูกต้องผู้วิจัยให้แรงเสริมทางสังคม ถ้ายังแสดงไม่ได้ผู้วิจัยให้กำลังใจที่จะทำต่อไป ในขั้นการแสดงเพิ่มเติมนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสริมแรงทางสังคมร่วมด้วย เพื่อให้กำลังใจแก่ นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม

ขั้นที่ 5 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและ ประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมุติ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วให้ไปฝึกที่บ้านและ/หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสม

ในขั้นสรุปนี้ผู้วิจัย ใช้เทคนิคการมอบหมายให้ไปฝึกที่บ้านร่วมด้วยเพื่อมอบหมายให้นักเรียนนำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ไปฝึกต่อเป็นการบ้าน

3) การให้แรงเสริมทางสังคม หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยมอบสิ่งที่พอใจให้แก่ นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้เหมาะสม ได้แก่ คำชมเชยจากครู และเพื่อนนักเรียนด้วยกัน ซึ่งจะเป็นสิ่งเสริมแรงให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เข้ารับการฝึกได้รวดเร็วยิ่งขึ้น

4) การมอบหมายการบ้าน หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนนำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้จากการที่ได้ฝึกกับผู้วิจัยแล้ว ไปฝึกเพิ่มเติมด้วยตนเองไปฝึกที่บ้านและ/หรือที่โรงเรียน เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกแสดงพฤติกรรมได้เหมาะสมยิ่งขึ้น

2.3 ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกแล้วผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม วิธีใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

5) การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การจัดประสบการณ์และประสบการณ์ ต่างๆ มาวางแผนแลกเปลี่ยนกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม โดยทุกคนได้มีส่วนร่วมลงมือปฏิบัติในการแก้ปัญหา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง และเกิดทักษะในการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน

โดยการวิเคราะห์พฤติกรรมของสมาชิกเองและผู้ร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตนเองในพฤติกรรมที่มีความเชื่อมั่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 แต่ละคนได้มีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ทางจิตวิทยา ได้แก่ เกม การอภิปรายกลุ่ม และการใช้สถานการณ์จำลอง โดยมี 4 ขั้นตอนดังนี้

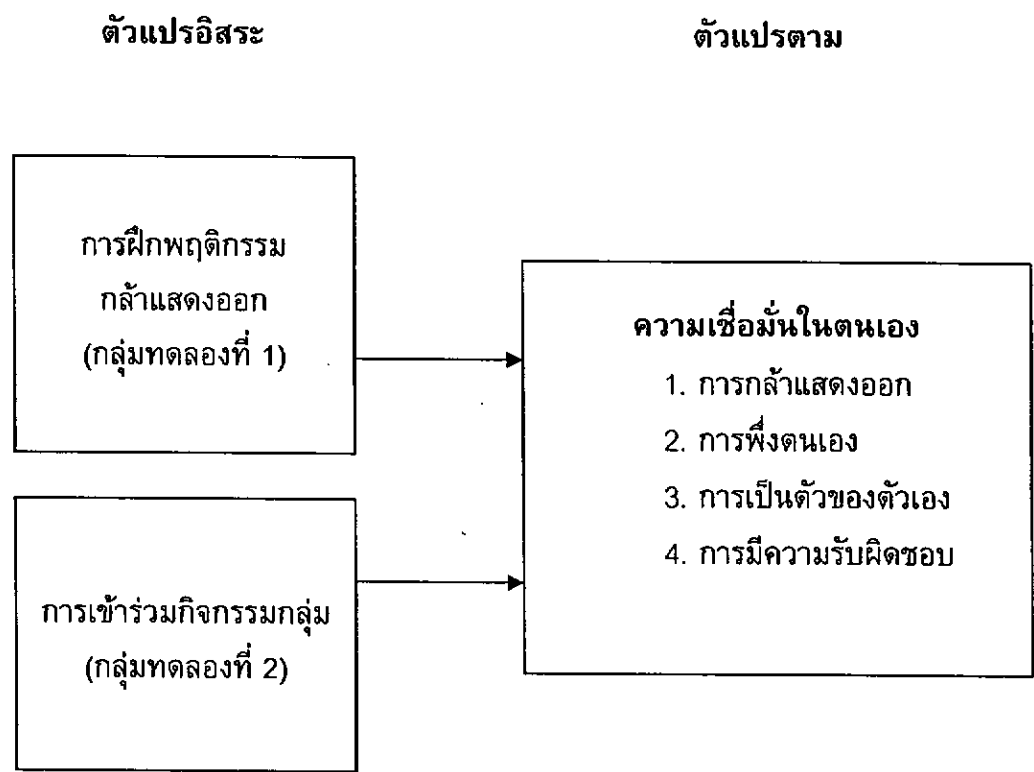
5.1 ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตัวเองที่นักเรียนเคยปฏิบัติและชี้แจงวัตถุประสงค์ กติกา กฎ ระเบียบ แนวทางการทำกิจกรรม

5.2 ขั้นมีส่วนร่วม ผู้วิจัยให้นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมทางจิตวิทยา ได้แก่ การอภิปรายกลุ่ม และการใช้สถานการณ์จำลอง เกม สลับกันไปในแต่ละครั้งของการทดลอง

5.3 ขั้นวิเคราะห์และอภิปรายผล ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมวิเคราะห์และอภิปรายผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมและการสังเกต

5.4 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติแนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การเรียนรู้ร่วมกันเป็นหลักการของตนเองเพื่อนำมาใช้ให้เหมาะสมและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า



สมมุติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับนักเรียนที่ได้รับความร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง
 - 3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1.1.1 ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก (Assertive Behavior) ได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลายแนวความคิด ดังนี้

บาวเวอร์ และบาวเวอร์ (Bower and Bower. 1976 : 4) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็นความสามารถที่จะแสดงความรู้สึกต่าง ๆ เป็นการเลือกกว่าจะทำอย่างไรเป็นการแสดงสิทธิของตนตามความเหมาะสม เป็นการเพิ่มความภาคภูมิใจให้แก่ตนเอง เป็นการสร้างความมั่นใจกับตนเองมากขึ้นเป็นการแสดงความไม่เห็นด้วยเป็นการวางแผนที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองและการขอร้องให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อต้านของเขา

วิลด์ และโคปลาน (Wilk and Coplan. 1977 : 460) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออกว่าเป็นวิธีการอย่างหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้และเป็นการเพิ่มพูนความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองตลอดจนทั้งมีผลทั้งระยะสั้นและระยะยาวต่อการเพิ่มระดับความตระหนักรู้ในตนเองและความเคารพนับถือต่อตนเองและผู้อื่น

หลุย จำปาเทศ (2533 : 136) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงไว้ว่าเป็นลักษณะการแสดงที่ไม่ต้องการอำนาจไม่ต้องการบังคับขู่เข็ญควบคุมพฤติกรรมของคู่สนทนาแต่ตรงกันข้ามการแสดงออกที่เหมาะสมคือ การพัฒนาตนเองให้เกิดความเชื่อมั่นที่ถูกทางเป็นที่นับถือของผู้อื่นและสังคมยอมรับโดยคำนึงถึงสิทธิและความเหมาะสมของทั้งสองฝ่าย

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536 : 133) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็นความสามารถที่จะเสนอหรือแสดงออกของบุคคลได้อย่างเป็นธรรมชาติมากที่สุด ตามสถานการณ์ที่เป็นอยู่และสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ด้วยวิธีการทางบวกโดยปราศจากความวิตกกังวล

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นการแสดงออกซึ่งสิทธิความรู้สึกรู้สึกของบุคคลออกมาได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพทั้งภาษาท่าทางและน้ำเสียงโดยไม่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิของบุคคลอื่นเพื่อเพิ่มพูนความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดขึ้น อีกทั้งเป็นวิธีการที่จะช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์

1.1.2 ลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ซอลเตอร์ (พรรณราย ทรรศนะประภา. 2524 : 48-50 ; อ้างอิงจาก Salten 1949. *Conditioned reflex therapy*. p. 208) ได้สรุปว่า บุคคลที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมต่าง ๆ ดังนี้

1. การพูดแสดงความรู้สึกที่แท้จริง (User-Feeling – Talk) เป็นการแสดงออกถึงความลึกซึ้งและความสนใจได้อย่างไม่ขัดเขินแทนการพูดอะไรออกมาอย่างเป็นกลางๆ สามารถที่จะใช้วาจา “ฉันรู้สึกว้า...” หรือ “ฉันคิดว่า...” ได้ในเวลาอันเหมาะสม
2. การพูดเกี่ยวกับตนเอง (Talk about Yourself) เมื่อบุคคลทำอะไรก็ตามที่คุณค่าและน่าสนใจบุคคลนั้นสามารถที่จะพูดหรือเล่าให้บุคคลอื่นทราบได้โดยไม่พูดโอ้อวดหรือผูกขาดการสนทนาเพียงผู้เดียวแต่สามารถที่จะเล่าถึงความสำเร็จของตนได้เมื่อเวลาอันเหมาะสม
3. การพูดทักทายปราศรัย (Make Greeting Talk) บุคคลสามารถที่จะแสดงความเป็นมิตรกับบุคคลที่ต้องการรู้จักให้มากขึ้นได้ด้วยการแสดงความยินดีที่ได้พบเขาด้วยความยิ้มแย้มแจ่มใสสามารถทักทายกล่าวว่า “สวัสดีค่ะ ดีใจที่ได้พบคุณอีก” มากกว่าที่จะกล่าวเพียงว่า “สวัสดี” หรือ พยักหน้าอย่างเดียว
4. การยอมรับคำยกย่องชมเชย (Accept Complement) บุคคลสามารถยอมรับคำชมเชยได้อย่างจริงใจแทนการแสดงความไม่เห็นด้วย เช่น เมื่อมีคนชมว่า “เสื้อของคุณตัวนี้สวย” สามารถตอบได้ว่า “ขอบคุณค่ะ ดิฉันก็ชอบเหมือนกัน” โดยถือว่า การยอมรับคำชมเชยเป็นการให้รางวัลผู้กล่าวคำชมเชยแทนที่การพูดในลักษณะเป็นการลงโทษเขา
5. การแสดงออกทางสีหน้าอย่างเหมาะสม (Use Appropriate Facial Talk) เป็นการแสดงออกทางใบหน้าและน้ำเสียงที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริง และสามารถสบสายตากับคู่สนทนาได้อย่างตรงไปตรงมา

6. การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ (Disagree Mildly) เมื่อมีความคิดที่ไม่ตรงกันหรือไม่เห็นด้วยกับผู้อื่นโดยที่ตนเองมีความแน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยนั้น สามารถที่จะแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างนุ่มนวลด้วยการแสดงกิริยาบางอย่าง เช่น มองไปทางอื่น เลิกคิ้ว สันตริษะ หรือเปลี่ยนเรื่องสนทนา

7. การขอให้แสดงความกระจ่าง(Ask For Clarification) เมื่อมีคนให้คำแนะนำ คำสั่งสอนหรือคำอธิบายไม่ชัดเจนก็สามารถที่จะขอร้องให้เขาอธิบายให้ฟังอีกครั้งให้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยสามารถพูดว่า "ดิฉันยังไม่เข้าใจคำอธิบายของคุณดีนัก กรุณาพูดใหม่อีกครั้งได้ไหมคะ"

8. การถามเหตุผลว่า ทำไม (Ask why) เมื่อมีผู้ใดมาขอร้องให้ทำในสิ่งที่ไม่มีเหตุผลก็สามารถถามได้ว่า "เพราะเหตุใดคุณจึงต้องการให้ดิฉันทำในสิ่งนั้นเล่าคะ" ด้วยน้ำเสียงที่สุภาพและไม่ทำหน้าบึ้งตึงแต่ไม่ต้องอึด

9. การแสดงความไม่เห็นด้วยในขณะนั้น (Express Active Disagreement) เมื่อมีความคิดเห็นไม่ตรงกันหรือไม่เห็นด้วยกับผู้อื่นโดยที่ตนเองมีความแน่ใจในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยนั้น ก็สามารถแสดงความไม่เห็นด้วยได้โดยพูดว่า "ดิฉันมีความเห็นที่แตกต่างออกไป ดิฉันมีความเห็นว่า..."

10. การพูดเพื่อรักษาสិทธิของตนเอง (Speak up for Your Rights) การไม่ยอมให้ใครมาเอารัดเอาเปรียบโดยไม่ยุติธรรมสามารถที่จะปฏิเสธได้โดยไม่รู้สึกผิดสามารถที่จะแสดงสิทธิและขอร้องให้ผู้อื่นแสดงต่อตนเองด้วยความยุติธรรม เช่น สามารถพูดว่า "ดิฉันมาเข้าคิวก่อน" หรือ "กรุณาหรีววิทยุหน่อยได้ไหมคะ" โดยไม่ต้องทำลายสถานการณ์ คือ ไม่ต้องทะเลาะวิวาทหรือโกรธคนอื่น

11. การแสดงความมั่นคง (Be Persistent) เมื่อมีเรื่องข้องใจในเรื่องที่มีเหตุผลสมควรสามารถที่จะดำเนินการร้องทุกข์ได้จนกว่าจะได้รับความพอใจแม้จะมีผู้ใดขัดขวางก็ไม่เลิกล้มความตั้งใจ

12. หลีกเลี่ยงการที่จะต้องแสดงเหตุผลในทุก ๆ ความเห็น (Avoid Justifying Every Opinion) ในการอภิปรายหรือเจรจาถ้าใครโต้แย้งอยู่ตลอดเวลา เช่น มีคนคอยถามว่า "ทำไม" อยู่ตลอดเวลาก็สามารถที่จะปฏิเสธการตอบคำถามเพื่อที่จะยุติปัญหาเหล่านั้นโดยพูดว่า "ดิฉันมีความรู้สึกเช่นนี้คะ ดิฉันไม่จำเป็นต้องแสดงเหตุผลในทุก ๆ สิ่ง ที่พูด ถ้าการแสดงเหตุผลมีความสำคัญต่อคุณมากคุณน่าจะหาเหตุผลดูว่าทำไมคุณจึงไม่เห็นด้วยกับดิฉันไปเสียทั้งหมด"

13. การใช้การประสานสายตา (Eye Contact) ในขณะที่สนทนากันสามารถที่จะมองตาผู้ฟังได้ซึ่งการประสานสายตานับว่ามีความสำคัญมากเพราะจะช่วยสะท้อนความรู้สึกจริงใจของผู้พูดได้และในขณะเดียวกันทำให้ผู้พูดรู้ว่าผู้ฟังมีความสนใจในเรื่องที่กำลังสนทนากันมาน้อยเพียงใด หรือผู้ฟังมีความรู้สึกอย่างไร

วิลลิส (Willis, 1995 : 11) ได้กล่าวถึงลักษณะพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ ดังนี้

1. เป็นคนเปิดเผย ซื่อสัตย์ต่อตนเองและบุคคลอื่น
2. เป็นผู้ฟังความคิดเห็นของบุคคลอื่น
3. เป็นผู้ที่เข้าใจสภาพการณ์ของบุคคลอื่นได้
4. สามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างชัดเจน โดยไม่พาดพิงถึงบุคคลอื่น
5. เป็นคนที่สามารถแก้ปัญหาความยุ่งยากได้
6. สามารถตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ได้
7. มีความชัดเจนในจุดยืนของตนเอง โดยไม่หลีกเลี่ยงหรือโกหกตนเอง
8. เผชิญหน้ากับปัญหาที่เกิดขึ้นได้
9. สามารถยืนกรานพูดในสิ่งที่ตนเองต้องการได้
10. มีความเคารพต่อตนเองและต่อผู้อื่น
11. เป็นผู้ที่มีความเสมอภาคเท่ากับบุคคลอื่นและคงไว้ซึ่งความเป็นเอกลักษณ์
12. แสดงความรู้สึกรับของตนเองอย่างซื่อสัตย์
13. เป็นผู้ที่ยืนหยัดความเป็นตัวของตัวเอง

นอกจากนี้ ละเอียต ซูประยูร และคนอื่น ๆ (2521 : 9-10) ได้กล่าวถึงลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ ดังนี้

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

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะของพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นการแสดงออกของบุคคลทั้งทางภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเพื่อรักษาสิทธิของตนเองโดยไม่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่นซึ่งการแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออกนี้เป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่นในตนเองได้

1.1.3 ชนิดของพฤติกรรมกล้าแสดงออก

สมากี้ และแทมมินเนน (Smaky and Tamminen, 1976 : 423) ได้แบ่งชนิดของพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้เป็น 3 ระดับ ดังนี้

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

2. พฤติกรรมกล้าแสดงออกด้วยความมั่นใจ (Confidently Assertive) ซึ่งสามารถสังเกตได้จากน้ำเสียงที่หนักแน่นเชื่อมั่นโต้ตอบได้อย่างรวดเร็วรู้จักที่จะใช้คำพูดที่ตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นโดยปราศจากการเหน็บแนมแก้แค้นฝ่ายตรงข้ามและพูดด้วยเหตุผล

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

นอกจากนี้ หลุย จาปาเทศ (2533 : 134-136) ได้จำแนกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็น 5 ชนิด ดังนี้

1. การแสดงออกในเหตุการณ์ทั่วไป (Basic Assertive) เป็นความแสดงโดยตรงถึงความเชื่อความรู้สึกความคิดเห็นตามสิทธิโดยไม่เกี่ยวข้องกับทักษะทางสังคมอื่นๆ การแสดงออกเช่นนี้ ได้แก่ การเชื่อเชิญ การชักชวน การโฆษณา การตอบ การปฏิเสธ แสดงการปลอบใจ การขอความช่วยเหลือ การมอบน้อม

2. การแสดงออกถึงความเห็นใจ (Empathic Assertive) เป็นการแสดงแบบเอาใจเขามาใส่ใจเราเพื่อถ่ายทอดความรู้สึกความต้องการที่มีอยู่ให้คู่สนทนาทราบ การแสดงออกแบบนี้จะสัมพันธ์กับการแสดงออกของคู่สนทนามากกว่าการแสดงออกแบบธรรมดาซึ่งจะประกอบด้วยการยอมรับสถานการณ์หรือความรู้สึกของคู่สนทนาตามที่เขายกหรือเล่าให้ฟังการยอมรับในสิทธิของตนเองและผู้อื่นจำเป็นต้องคำนึงถึงเสมอ

3. การแสดงออกที่ค่อนข้างรุนแรงขึ้น (Escalating Assertive) เป็นการแสดงออกที่แสดงถึงความเข้มแข็งหรือข้างรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ อาจมีอารมณ์และเนื้อหาค่อนข้างไปทางลบเป็นเป้าหมายเพื่อตอบสนองบุคคลที่บุกรุกสิทธิมากเกินไประดับของการแสดงออกจะค่อย ๆ รุนแรงขึ้นกว่าธรรมดาเชิงก้าวร้าวขึ้นแต่มิใช่เป็นการก้าวร้าว การแสดงออกแบบนี้มีเป้าหมายที่จะเรียกร้องสิทธิหรือต้องการปฏิเสธอย่างตรงไปตรงมา

4. การแสดงออกแบบเผชิญกับความเป็นจริง (Confrontive Assertive) ใช้เพื่อวัตถุประสงค์ในการหยุดการกระทำของผู้อื่น โดยการปรึกษากันหรืออธิบายการกระทำของผู้อื่นว่าเขาทำอะไรแสดงออกมาอย่างไรซึ่งเป็นไปตามความเป็นจริงโดยไม่ได้เป็นการประณามผลของผู้พูด

อันจะทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันรู้ความต้องการรู้ข้อมูล เพื่อช่วยในการตัดสินใจแก้ปัญหา ทำให้สัมพันธภาพระหว่างกันดีขึ้นแต่ถ้าแสดงออกแบบก้าวร้าวก็จะเป็นการบีบบังคับควบคุม หรือทำให้ผู้อื่นต่อต้านได้

5. การแสดงออกโดยเปลี่ยนสรรพนามเป็น “ฉัน” (I Language Assertive)

I language ในที่นี้ตรงข้ามกับ You Language เป็นการพูดถึงความรู้สึกส่วนตัวของเราแทนที่จะใช้คำว่า “คุณ” (You) เป็นอย่างนั้นอย่างนี้กลับใช้คำว่า “ฉัน” (I) เพื่อแสดงความรู้สึกความคิดเห็นหรือความต้องการส่วนตัวโดยไม่ทำให้คู่สนทนาได้รับความไม่สบายใจในเชิงของการตำหนิหรือคุกคามสิทธิและความรู้สึกส่วนตัวของเขา เช่น

I Language : ฉันรู้สึกอึดอัดใจถ้าจะขอให้คุณเข้าประชุมด้วยกันทุกๆ ครั้ง
ฉันรู้ว่าคุณก็มีงานอื่น ๆ ทำอยู่ แต่ที่ประชุมต้องการความคิดเห็นของคุณ

You Language : คุณทำไมไม่เข้าประชุมเพราะหลายๆ คนต้องการความคิดเห็นของคุณ คุณมัวแต่ไปทำงานอื่น ๆ จนไม่ยอมเข้าประชุม

ซึ่งความนุ่มนวลในการสื่อสารจะดีกว่าถ้าใช้ I Language เพราะ You Language เป็นการบ่งชี้ไปที่คู่สนทนาทำให้คู่สนทนาหรือผู้ฟังเกิดการป้องกันตนเองหรือต่อต้าน

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ชนิดของพฤติกรรมกล้าแสดงออกมีทั้งการแสดงออกในเรื่องต่างๆ ไปการแสดงออกถึงความเห็นใจซึ่งระดับของการแสดงออกจะค่อยๆ รุนแรงขึ้นจนถึงขั้นต้องเผชิญกับความเป็นจริงและการแสดงออกที่ใช้ในการสื่อสารได้ดีที่สุดควรจะเปลี่ยนสรรพนามจากคำว่า “ฉัน” แทนคำว่า “คุณ”

1.1.4 วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ฟิชเชอร์ และโกชโรส (วงพัคตร์ ภูพันธ์ศรี. 2523 : 35-36 ; อ้างอิงจาก Fisher and Gochros. 1975. Planned behavior change : Behavior modification in social work. p. 109) ได้กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็นกระบวนการที่ใช้สำหรับบุคคลที่เมื่อมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ แล้วมีความวิตกกังวลจึงทำให้ไม่กล้าพูดหรือกล้ากระทำในสิ่งที่ถูกต้องและมีเหตุผลอันสมควร

ลาซารัส (พรรณราย ทวีพะระภา. 2524 : 16 ; อ้างอิงจาก Lazarus. 1973. On assertive behavior : A brief note. p. 697-699) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่าเป็นการส่งเสริมการสื่อสารระหว่างบุคคลโดยช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกรู้จักการแสดงความรู้สึกทางบวกออกมา เช่น ความรักใคร่ชื่นชมยินดี ยกย่องสรรเสริญ และทางลบ เช่น การแสดงอาการคัดค้าน โกรธ ในลักษณะตรงไปตรงมา และมีความเชื่อมั่นในตนเอง โดยไม่ละเมิดสิทธิของตนเองและผู้อื่น

แลงริช (Langrish. 1986 : 72) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไว้ว่า เป็นการช่วยให้บุคคลสามารถเรียนรู้การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอย่างมี

ประสิทธิภาพด้วยความรู้สึกที่ดีและยอมรับตนเองรวมทั้งการเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม เพื่อให้การทำงานบรรลุผลสำเร็จด้วยดี โดยการพัฒนาทักษะและความสามารถในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ความสามารถที่จะปฏิบัติต่อบุคคลที่ชอบวัดการหรือชอบวิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่น โดยปราศจากการโต้ตอบที่รุนแรงหรือการหลีกเลี่ยงด้วยความรู้สึกเจ็บปวดความรู้สึกผิดหรือความรู้สึกละอาย
2. ความสามารถในการขอร้องและมีความเชื่อมั่นในตนเองด้วยท่าทางที่มั่นคง โดย ปราศจากการใช้เสียงดังการรบกวนผู้อื่นหรือการแสดงความโกรธ
3. ความสามารถที่จะให้ความร่วมมือกับผู้อื่นในการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล เพื่อทั้งสองฝ่ายจะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันตลอดจนได้รับในสิ่งที่แต่ละฝ่ายต้องการมากที่สุด

นอกจากนี้ วัลลภ ปิยะมโนธรรม (2528 : 76) กล่าวว่า วัดอุปประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก คือ การฝึกความรู้สึกให้เป็นอิสระ ซึ่งเกี่ยวข้องโดยตรงกับการกระทำที่เป็นลักษณะเปิดเผยตรงไปตรงมาจริงใจและลงท้ายผลก็คือเป็นการแสดงความรู้สึกออกมาได้อย่างเหมาะสมถูกกาลเทศะ

จากเอกสารดังกล่าว สรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความมั่นใจในตนเองสามารถรับรู้เจตนาทั้งของตนเองและผู้อื่นได้ดีช่วยให้รู้จักการแสดงความรู้สึกทางบวกและการมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อให้เป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม

1.1.5 องค์ประกอบของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. 2527 : 30-31 ; อ้างอิงจาก Alberti and Emmons. 1978. *A guide to assertive behavior*. p. 247) กล่าวว่า ผู้เข้ารับการฝึกจะต้องได้รับการฝึกเป็นพิเศษในเรื่องต่อไปนี้

1. การประสานสายตา (Eye Contact) เมื่อสนทนากับผู้ใดผู้พูดสามารถมองประสานสายตากับผู้ฟังได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้ผู้ฟังได้ทราบถึงความรู้สึกจริงใจเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังพูดอยู่
2. การวางตัว (Body Posture) เรื่องราวที่กำลังพูดจะมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นถ้าหากว่าผู้พูดเว้นระยะห่างจากตัวผู้ฟังหรือยืนนั่งการโน้มตัวเข้าหาผู้ฟังหรือการวางตัวได้อย่างเหมาะสม
3. การแสดงท่าทาง (Postures) เรื่องราวที่จะพูดจะมีความหนักแน่นมากขึ้นถ้าหากว่าผู้พูดมีการแสดงท่าทางประกอบอย่างเหมาะสม
4. การแสดงทางใบหน้า (Facial Expression) ผู้ที่พูดสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ดีจะต้องแสดงสีหน้าหรือแสดงออกทางใบหน้าได้ตรงกับเรื่องราวที่กำลังจะพูดมิใช่ว่าขณะที่ผู้พูดกำลังโกรธแต่สีหน้าที่แสดงออกกลับกลายเป็นยิ้มแย้มหรือหัวเราะซึ่งนับว่าเป็นการแสดงออกทางสีหน้าที่ไม่สอดคล้องกับเรื่องที่กำลังพูด

5. น้ำเสียงและระดับเสียง (Tone of Voice and Voiume) การพูดเสียงเรียบๆ กระชับเบา ๆ จะเป็นการยากที่จะชักจูงให้ผู้อื่นหรือเป็นจริงเป็นจังในทำนองเดียวกันเสียงตะโกน ก็เป็นอุปสรรคในการสื่อสารกับผู้อื่นดังนั้นการใช้ระดับเสียงและน้ำเสียงที่สอดคล้องกับเรื่องราวที่สนทนาจะเป็นการชักจูงให้ผู้ฟังเชื่อถือตั้งใจฟังและสนใจที่จะฟัง

6. โอกาสหรือเวลาในการพูด (Timing) โอกาสเวลาหรือกาลเทศะในการแสดงออกนั้นมีความสำคัญยิ่งเพราะฉะนั้นการพูดหรือการแสดงออกในลักษณะใดๆจะต้องเลือกโอกาสที่เหมาะสมด้วย เช่น กรณีที่นายจ้างและลูกจ้างเกิดการขัดแย้งกันการพูดของลูกจ้างกับนายจ้างใน ห้องส่วนตัว ย่อมดีกว่าพูดต่อหน้ากลุ่มคนงาน

7. เนื้อหาที่จะพูด (Content) บุคคลมักจะมีพลังใจเพราะไม่ทราบว่าจะพูดอะไรซึ่งนับว่าจะต้องมีการพูดในบางสิ่งบางอย่างเพื่อที่จะให้ผู้ฟังได้รู้ถึงความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูดในขณะนั้น

8. การฟัง (Listening) การแสดงให้ผู้พูดทราบถึงความสนใจฟังการสะท้อนความคิดเห็นการแสดงสีหน้าที่เหมาะสมในขณะนั้น เช่น พยักหน้าและการพยายามทำความเข้าใจในสิ่งที่ผู้พูดให้ชัดเจนเสียก่อนที่จะพูดโต้ตอบ

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

1. สอนให้ผู้รับการฝึกแยกแยะความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกกับพฤติกรรมอื่น ๆ
2. ช่วยให้ผู้รับการฝึกสามารถจำแนกสิทธิต่างๆ ยอมรับสิทธิส่วนบุคคลทั้งของตนเองและผู้อื่น
3. ช่วยให้ผู้รับการฝึกแก้ไขความคิดความรู้สึกที่เป็นอุปสรรคต่อการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก เช่น ความคิดที่ไร้เหตุผล ความโกรธที่มากเกินไป
4. ช่วยให้ผู้รับการฝึกสามารถพัฒนาการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกโดยใช้วิธีการฝึกปฏิบัติแบบต่าง ๆ

นอกจากนี้พรรณราย ทรัพย์ะประภา (2527 : 53) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นการฝึกให้บุคคลมีความประสงค์ที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาจากไม่กล้าแสดงออกให้มีการแสดงออกที่ถูกต้องเหมาะสมยิ่งขึ้นโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลการฝึกดังกล่าวจะเน้นในเรื่องต่อไปนี้

1. การแสดงสิทธิอันพึงได้ของตนที่ไม่เป็นการล่วงละเมิดหรือก้าวท้าวสิทธิของผู้อื่น
2. การกล่าวปฏิเสธที่จะทำตามคำสั่ง หรือคำขอร้องที่ไร้เหตุผลอันสมควรของผู้อื่น
3. การกล่าวคำขอร้อง หรือออกคำสั่งที่มีเหตุผลอันสมควรแก่ผู้อื่น

4. การแสดงความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบออกมาเพื่อให้ผู้อื่นทราบอย่างถูกต้องเหมาะสมแก่กาลเทศะอย่างจริงใจ ตรงไปตรงมา

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นการฝึกทักษะทางด้านภาษาถ้อยคำและท่าทางซึ่งเป็นการไม่ล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่นโดยมีพื้นฐานในการแสดงออกอยู่ที่ความรู้สึกในการประสานสายตากการวางตัวการแสดงความรู้สึกทางใบหน้า น้ำเสียง การพูด และการฟัง

1.1.6 ขนาดของกลุ่มและเวลาที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

โฟเดอร์ (Fodor.1980 : 571) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถทำได้ทั้งเป็นรายบุคคลและรวมกลุ่ม ในการจัดกลุ่มสามารถจัดเป็นกลุ่มใหญ่หรือกลุ่มที่มีขนาดเล็กก็ได้

อัลเบอร์ตี และเอมมอนส์ (Alberti and Emmons. 1982 : 157) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้นถ้ามีกลุ่มขนาด 5-12 คนโดยใช้เวลาในการฝึกทั้งหมดนั้น 5-6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมงก็จะทำให้การฝึกมีประสิทธิภาพใกล้เคียงกับการฝึกที่ใช้ระยะเวลานาน

นอกจากนี้ หลุย จาปาเต (2533 : 137) กล่าวว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้นอาจทำเป็นรายบุคคลหรือเป็นรายกลุ่มก็ได้แต่มีความเชื่อว่าการฝึกเป็นกลุ่มโดยทั่วไปแล้วจะได้รับผลดีกว่าการฝึกเป็นรายบุคคล เช่น การฝึกเป็นกลุ่มสมาชิกจะได้รับการกระตุ้นหรือการเสริมแรงจากเพื่อสมาชิกภายในกลุ่มการฝึกเป็นกลุ่มสมาชิกจะเรียนรู้ความแตกต่างของสมาชิกในกลุ่มและสมาชิกในกลุ่มสามารถที่จะยอมรับสิทธิของเพื่อนสมาชิกที่เสนอเหตุผลตามสิทธิของเขา

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ขนาดของกลุ่มที่ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกควรมีสมาชิกประมาณ 8-10 คน และเวลาที่ใช้ในการฝึกประมาณ 1-2 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง จะทำการฝึกเป็นรายบุคคลหรือกลุ่มก็ได้

1.1.7 เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

โฟเดอร์ (Fodor. 1980 : 504-508) ได้กล่าวถึงเทคนิคต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก พอสรุปได้ดังนี้

1. การให้คำแนะนำ (Coaching) ได้กล่าวถึงเทคนิคต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในการฝึกเพื่อส่งเสริมหรือทำให้เกิดความเข้าใจในการฝึกทักษะการแสดงออกมากยิ่งขึ้นพร้อมทั้งชี้แนะแนวทางให้ผู้รับการฝึกปฏิบัติเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2. การแสดงตัวแบบ (Modeling) ผู้นำการฝึกจะสังเกตพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผู้รับการฝึกและผู้เข้ารับการฝึกอื่นๆ สาธิตหรือแสดงแบบอย่างให้ดูนอกจากนี้อาจสังเกตจากเทปบันทึกภาพเพื่อให้ผู้รับการฝึกเกิดการเรียนรู้และเลียนแบบพฤติกรรมที่เหมาะสม

3. การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) เป็นการกำหนดสถานการณ์ที่เป็นปัญหาแล้วให้ผู้รับการฝึกซึ่งมีการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมนึกถึงสภาพการณ์นั้นๆ แล้วแสดงเป็นตัวเอง

4. การฝึกซ้อมพฤติกรรม (Behavioral Rehearsal) การให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ซ้อมบทบาทพฤติกรรมที่ตนเองมีความต้องการที่จะแสดงออกต่อบุคคลอื่นก่อนที่จะไปแสดงพฤติกรรมนั้นจริง ๆ ซึ่งจะช่วยให้เกิดความมั่นใจมากขึ้น

5. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) ผู้นำและผู้รับการฝึกจะเป็นผู้ให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้ที่ได้ฝึกปฏิบัติหลังจากที่ได้ฝึกในแต่ละทักษะแล้ว

6. การให้แรงเสริม (Reinforcement) การที่ผู้นำหรือผู้เข้ารับการฝึกซึ่งเป็นสมาชิกของกลุ่มได้คำชมเชยให้กำลังใจและให้ความสนับสนุนในพฤติกรรมที่เหมาะสมของผู้ที่ฝึกปฏิบัติ

7. การทำการบ้าน (Assigning Homework) เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีประสบการณ์มากขึ้นจึงต้องให้ผู้รับการฝึกไปฝึกต่อที่บ้าน

โวลเป (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2536 :162-164 ; อ้างอิงจาก (Wolpe. 1982. The practice of behavior therapy. p. 318) ได้กล่าวถึงเทคนิคต่างๆ ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ดังนี้

1. การชักซ้อมพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) และการแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) ซึ่งเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการฝึก ผู้เข้ารับการฝึกจะได้รับการบอกให้ฝึกซ้อมว่าจะทำอะไรลักษณะท่าทางที่แสดงออกและคำพูดในสภาพการชักซ้อมจะจำลองสภาพการณ์จริงจนเกิดความเหมาะสมในการแสดงออกไม่มีความวิตกกังวลส่วนการแสดงบทบาทสมมตินั้นคล้ายๆกับการซ้อมพฤติกรรมจะต่างกันตรงที่ผู้เข้ารับการฝึกจะแสดงบทบาทของผู้อื่น

2. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) การให้ข้อมูลย้อนกลับจะช่วยพัฒนาพฤติกรรมได้เหมาะสมยิ่งขึ้นโดยมีวิธีการทำดังนี้

การให้ข้อมูลย้อนกลับทางบวกก่อนโดยบอกว่าผู้ที่แสดงบทนั้นทำได้ดี เช่น "คุณประสานสายตา ผู้ฟังได้ดีมาก"

การให้การเสนอแนะในสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้แทนการวิจารณ์ เช่น "คุณสามารถทำเสียงให้ดังขึ้นอีกหน่อยได้ไหมครับ"

การให้ข้อมูลย้อนกลับควรที่จะเจาะจงที่พฤติกรรมให้ชัดเจน เช่น การเคลื่อนไหวมือลักษณะนี้ (แสดงให้ดู) อาจทำให้รบกวนผู้ฟังได้

3. การใช้ตัวแบบ (Modeling) โดยการสร้างตัวแบบที่เป็นตัวแบบชีวิตจริงให้ผู้เข้ารับการฝึกดู หรืออาจเป็นตัวแบบสัญลักษณ์ แถบบันทึกภาพ ทำให้ผู้เข้ารับการฝึกเลียนแบบได้

4. การฝึกจินตนาการถึงสภาพการณ์ โดยการให้ผู้เข้ารับการฝึกได้นึกถึงลักษณะของพฤติกรรมที่ต้องแสดง เป็นการซ้อมการแสดงพฤติกรรมของตนเองในความคิด จะทำให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความมั่นใจในการแสดงออกยิ่งขึ้น

5. การใช้แรงเสริม โดยเฉพาะการเสริมแรงทางสังคมเมื่อผู้เข้ารับการฝึกได้รับการพัฒนาพฤติกรรมในระดับที่ดีขึ้น

นอกจากนี้ พรณราย ทรัพย์ะประภา (2527 : 70-75) ได้กล่าวถึงเทคนิคต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก พอสรุปได้ ดังนี้

1. การให้คำแนะนำ (Instructional Coaching) คือ ผู้นำกลุ่ม หรือผู้ฝึกจะเป็นผู้แนะนำให้ผู้รับการฝึกทราบว่าเพราะเหตุใดบุคคลจึงไม่กล้าแสดงออกและชี้ให้เห็นว่าการไม่กล้าแสดงออกนั้นมีผลเสียอย่างไรบ้าง พร้อมทั้งชี้แนะแนวทางให้ผู้รับการฝึกเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมกล้าแสดงออก

2. การแสดงตัวอย่าง (Modeling) เป็นเทคนิคที่ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยแสดงแบบหรือตัวอย่างให้ผู้รับการฝึกดูหรืออาจจะดูจากเทปโทรทัศน์ก็ได้

3. การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) เป็นการกำหนดสถานการณ์ที่เป็นปัญหาจริง ๆ และให้ผู้เข้ารับการฝึกซึ่งมีลักษณะไม่กล้าแสดงออกนึกถึงสถานการณ์นั้น ๆ แล้วแสดงเป็นตัวเอง

4. การซ้อมบทบาทของพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) คือ การให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ซ้อมบทบาทพฤติกรรมที่ตนเองมีความต้องการจะแสดงต่อผู้อื่นก่อนที่จะไปแสดงพฤติกรรมนั้นจริง ๆ ช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ลดความวิตกกังวลเกิดความมั่นใจในตนเองมากขึ้น

5. การให้ส่งเสริมแรง (Reinforcement) คือ การให้ผู้นำกลุ่มหรือผู้เข้ารับการฝึกซึ่งเป็นสมาชิกของกลุ่มให้คำชมเชยให้กำลังใจแก่กันและกันซึ่งจะเป็นสิ่งเสริมแรงให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เข้ารับการฝึกได้รวดเร็วยิ่งขึ้น

6. การทำการบ้าน (Assigning Homework) เป็นการให้ผู้เข้ารับการฝึกมีประสบการณ์มากขึ้นโดยให้ผู้รับการฝึกไปฝึกต่อที่บ้าน

7. การเขียนบทพูด (Assertive Script) คือ การให้ผู้เข้ารับการฝึกเขียนบทพูดเพื่อสื่อสารตามความต้องการอันแท้จริงของตนเอง เป็นการเตรียมบทพูดมาก่อนช่วยให้เกิดความมั่นใจขึ้น

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นการฝึกให้บุคคลสามารถที่จะแสดงความรู้สึกรสของตนเองออกมาอย่างเหมาะสมโดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การให้คำแนะนำ การใช้เทคนิคแม่แบบ การใช้บทบาทสมมติ การให้แรงเสริม การให้ไปฝึกที่บ้าน การซักซ้อมบทบาท และการให้ข้อมูลย้อนกลับ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ประกอบ ดังนี้

1.1.7.1 เทคนิคแม่แบบ

(1) ความหมายของแม่แบบ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2527 : 70) ได้ให้ความหมายของแม่แบบหรือตัวแบบไว้ว่า หมายถึง สิ่งที่เป็นแบบอย่างที่ดีเป็นบรรทัดฐานได้ เป็นแบบหรือตัวอย่างที่นำมาให้เห็นเพื่อเป็นแนวทางในการเปรียบเทียบและเพื่อเป็นแบบอย่างในการเลียนแบบ ตัวแบบมีหลายลักษณะ เช่น ตัวแบบที่เป็นชีวิตจริง ได้แก่ ตัวแบบที่มนุษย์เป็นผู้แสดง ตัวแบบรูปสัญลักษณ์ ได้แก่ ตัวแบบ ภาพยนตร์ ตัวแบบทางโทรทัศน์

(2) ความหมายของเทคนิคแม่แบบ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 52) ได้ให้ความหมายของเทคนิคแม่แบบว่า หมายถึง กลวิธีในการสร้างหรือสอนพฤติกรรมใหม่วิธีหนึ่งโดยผู้สังเกตหรือผู้ที่ประสงค์จะเลียนแบบจากตัวแบบสังเกตพฤติกรรมและกิจกรรมต่าง ๆ ของตัวแบบที่ผู้สังเกตหรือผู้ที่ประสงค์จะเลียนแบบสนใจและผลจากการเลียนแบบพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของแม่แบบจะทำให้ผู้เลียนแบบสามารถปรับเปลี่ยน และแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์เช่นเดียวกับแม่แบบ

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2528 : 79) ได้กล่าวถึงการใช้เทคนิคแม่แบบว่าเป็นกระบวนการที่บุคคลสังเกต ฟัง หรืออ่าน เกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคลหรือสัญลักษณ์แทนบุคคลแล้วประมวลเป็นข้อมูลในการแสดงพฤติกรรมของตนต่อไป

แบนดูรา (Bandura, 1968 : 99-108) กล่าวว่า การใช้เทคนิคแม่แบบหมายถึง กลวิธีในการสร้างหรือสอนพฤติกรรมใหม่โดยสังเกต หรือผู้ที่ประสงค์จะเลียนแบบสังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบที่ผู้สังเกตหรือผู้ที่ประสงค์จะเลียนแบบสนใจ

(3) ประเภทของแม่แบบ

แบนดูรา (Bandura, 1977 : 40-51) แบ่งแม่แบบไว้ 2 ชนิด คือ แม่แบบที่มีชีวิต และแม่แบบที่เป็นสัญลักษณ์ โดยเสนอแม่แบบไว้ 2 วิธี คือ

1. การเสนอแม่แบบที่มีชีวิต (Life Model) การเสนอแม่แบบวิธีนี้เป็น การให้ผู้สังเกตได้เห็นแม่แบบในสภาพการณ์จริง ซึ่งมีข้อดี คือ แม่แบบสามารถเพิ่มเติมหรือปรับปรุงพฤติกรรมเพื่อให้การแสดงพฤติกรรมชัดเจน หรือเหมาะสมกับสภาพการณ์มากขึ้น การเสนอแม่แบบวิธีนี้ช่วยให้ผู้สังเกตเกิดความสนใจในแม่แบบและลอกเลียนแบบพฤติกรรมของแม่แบบได้ดีกว่าการเสนอแม่แบบวิธีอื่น แต่การเสนอแม่แบบวิธีนี้ต้องระมัดระวังเรื่องการควบคุมผลกระทบ เพราะอาจมีเหตุการณ์ที่ไม่ได้คาดไว้ล่วงหน้าเกิดขึ้นทำให้แม่แบบไม่ได้รับผลกระทบที่พึงพอใจตามที่ควรจะได้รับ

2. การเสนอแบบในรูปสัญลักษณ์ (Symbolic Model) การเสนอแม่แบบสัญลักษณ์นี้ ได้แก่ การเสนอแม่แบบจากภาพยนตร์ เทปบันทึกภาพ สไลด์ หนังสือ หุ่นกระบอก หรือ การ์ตูน ซึ่งเตรียมเรื่องราวของแม่แบบไว้เรียบร้อยแล้วทำให้มีผลดีในการที่จะเน้นจุดสำคัญของการแสดงและสามารถควบคุมพฤติกรรมและผลกระทบของแม่แบบได้ทั้งยังเก็บไว้ใช้ในการให้แม่แบบครั้งต่อไปได้และใช้ได้ทั้งบุคคลเดียวหรือกลุ่มบุคคลได้

(4) กลวิธีในการเรียนรู้จากตัวแบบ

ในการนำทฤษฎีแม่แบบของแบนดูราไปใช้เพื่อให้ผู้สังเกตเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้นนั้น แบล็คแมน และซิลเบอร์แมน (Blackman and Silberman. 1975 : 57) ได้สรุปไว้ เพื่อนำไปใช้ ดังนี้

1. กำหนดพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้สังเกตเรียนรู้
2. มีแบบซึ่งแสดงพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้สังเกตเรียนรู้ที่เหมาะสม
3. ให้แรงเสริมกับแม่แบบ เมื่อแม่แบบสามารถแสดงพฤติกรรมที่

ต้องการจะให้ผู้สังเกตเรียนรู้

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2522 : 121-213) สรุปหลักการเรียนรู้จากตัวแบบไว้ ดังนี้

1. ให้ผู้สังเกตได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่จากการสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ ซึ่งจะช่วยให้ผู้สังเกตได้เรียนรู้ทักษะในการก่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่
2. ผู้สังเกตอาจจะรับรู้วิธีการที่จะนำมาสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนา ก่อนแล้ว แต่ยังไม่ได้ทำหรือคาดว่าจะทำไม่ได้ จากการสังเกตพฤติกรรมที่แม่แบบแสดงจะช่วยกระตุ้นให้ผู้สังเกตได้แสดงพฤติกรรมที่เรียนมาแล้วนั้น

3. แม่แบบจะต้องมีลักษณะน่าสนใจเพื่อเป็นแรงจูงใจหรือส่งเสริมให้ผู้สังเกตเลียนแบบ

4. หลังจากผู้สังเกตได้สังเกตพฤติกรรมของแม่แบบแล้ว จะจดจำไว้ในความทรงจำเพื่อนำไปแสดงในอนาคตควรให้โอกาสผู้สังเกตฝึกฝนพฤติกรรมนั้นแล้วผู้ควบคุมเป็นผู้ให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้สังเกตตัวแบบไปใช้ในการปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ด้านต่าง ๆ โดยให้ผู้สังเกตตัวแบบได้รับการแสดงพฤติกรรมนั้นซึ่งกลวิธีในการเรียนรู้จากตัวแบบสามารถทำได้หลายรูปแบบ

(5) บุคคลที่เด็กเลียนแบบ

สวนา พรพัฒน์กุล (2525 : 2-7) กล่าวว่า บุคคลที่เด็กจะเลียนแบบนั้นจะเริ่มต้นจากคนใกล้ชิดที่สุดแล้วค่อย ๆ ห่างออกไปจากตัวเด็กตามพัฒนาการทางสังคมของเด็ก ซึ่งสามารถแบ่งออกได้ ดังนี้

1. เลียนแบบจากพ่อแม่และครู ในช่วงที่เด็กเริ่มเลียนแบบได้นั้น เด็กจะเลียนแบบบุคคลที่ใกล้ชิดที่สุด คือ พ่อแม่ ซึ่งหมายถึงผู้ปกครองและผู้เลี้ยงดูเด็กแทนพ่อแม่

ด้วยเมื่อเด็กเติบโตขึ้นและไปโรงเรียนใช้เวลาครึ่งหนึ่งของชีวิตในแต่ละวันอยู่กับครูซึ่งความสำคัญของครู ในการเป็นแม่แบบจึงสำคัญพอ ๆ กับพ่อแม่ผู้ปกครอง ดังนั้น ครูจึงควรเป็นแม่แบบที่ดี แต่ต้องไม่สร้างแสดงบทบาทของแม่แบบให้แก่เด็ก

2. เลียนแบบจากแม่แบบที่เด็กชอบจะต้องเป็นแม่แบบที่ก่อให้เกิดความพอใจแก่เด็กอาจเป็นเพื่อนและบุคคลอื่น ๆ ที่แวดล้อมเด็กอยู่

3. เลียนแบบจากแม่แบบที่ตรงกับความสนใจการเลียนแบบจะเกิดขึ้นเมื่อแม่แบบนั้นตรงตามความสนใจเด็กหญิงจะเลียนแบบแตกต่างไปจากเด็กชาย เนื่องจากความสนใจแตกต่างกันแม้ในเด็กหญิงหรือเด็กชายด้วยกันความสนใจก็จะแตกต่างกันไปอีก เช่น เด็กหญิงบางคนสนใจเลียนแบบการทำงานในบ้านของพ่อแม่ แต่บางคนอาจจะสนใจศิลปะการแสดงต่าง ๆ ที่ตนเห็นในรายการโทรทัศน์ และพยายามเลียนแบบสิ่งนั้น

4. เลียนแบบจากผู้กล้าหาญไม่ว่าจะเป็นเด็กหญิงหรือเด็กชายย่อมจะมีผู้กล้าหาญที่ตนยกย่องและพอใจจะเลียนแบบตามผู้กล้าหาญของตนแม่แบบอาจมาจากเรื่องจริงหรือ ไม่จริง ก็ได้แม่แบบของเด็กมักได้แก่ บุคคลที่อายุมากกว่า

5. เลียนแบบจากตัวละครในนวนิยาย ภาพยนตร์ โทรทัศน์ เป็นต้น สติปัญญาการเลียนแบบจะไม่ออกมาในลักษณะตรง ๆ แต่จะมีการดัดแปลงปรับปรุงให้เหมาะสมเสียก่อน

(6) อิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกต

แบนดูรา (Bandura, 1977 : 41-45) ได้สรุปอิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกตดังนี้

1. การสร้างพฤติกรรมใหม่เมื่อผู้สังเกตได้เห็นการกระทำที่ไม่เคยพบเห็นมาก่อนของแม่แบบ ผู้สังเกตจะรวบรวมรูปแบบของการกระทำใหม่นี้ในรูปของสัญลักษณ์ และถ่ายทอดออกมาเป็นพฤติกรรมใหม่

2. การสร้างกฎเกณฑ์หรือหลักการใหม่จะเกิดขึ้นในสภาพการณ์ที่ผู้สังเกตเห็นการกระทำของแม่แบบในลักษณะต่าง ๆ เช่น การตัดสินใจ รูปแบบทางภาษา เป็นต้น จากนั้นผู้สังเกตจะทดสอบการกระทำตามตัวแบบลักษณะต่าง ๆ ภายในสภาพการณ์ต่าง และถ้าการตอบสนองส่งผลทางบวกผู้สังเกตจะรวบรวมรูปแบบลักษณะของตัวแปรในรูปแบบต่าง ๆ แล้วนำมา สร้างเป็นกฎเกณฑ์หรือหลักการใหม่

3. การสอนความคิดและพฤติกรรมสร้างสรรค์การมีตัวแบบจะช่วยสนับสนุนการพัฒนาสร้างสรรค์เพราะเมื่อมนุษย์เห็นตัวแบบกระทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งมนุษย์อาจใช้ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่มีอยู่ประกอบกับการกระทำของตัวแบบมาพัฒนาเป็นความคิดหรือพฤติกรรมใหม่ขึ้นมาอย่างไรก็ตามพฤติกรรมสร้างสรรค์ จะไม่มีอิทธิพลต่อการกระทำของผู้สังเกต ถ้ามีประสิทธิภาพไม่พอหรือผู้สังเกตมีทักษะจำกัด

(7) การใช้ตัวแบบ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2527 : 70-86) กล่าวว่า การใช้ตัวแบบโดยเสนอตัวแบบที่มีลักษณะที่พึงประสงค์เพื่อให้ผู้สังเกตหรือผู้ที่มีประสงค์จะเลียนแบบจากตัวแบบนั้นสังเกตพฤติกรรมตลอดจนกิจกรรมต่าง ๆ ของตัวแบบ ผลจากการสังเกตจะทำให้บุคคลนั้นเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบหรือเกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ ที่พึงประสงค์

การใช้ตัวแบบอย่างมีประสิทธิภาพจะต้องพิจารณาองค์ประกอบต่อไปนี้ประกอบด้วย

1. การคัดเลือกตัวแบบ

1.1 ตัวแบบจะต้องมีชื่อเสียงมีความน่าเชื่อถือ และเป็นตัวแบบที่ได้รับการคัดเลือกแล้วว่าเป็นตัวอย่างที่ดีเหมาะสมและสอดคล้องกับเป้าหมายซึ่งจะทำให้ผู้เลียนแบบมั่นใจที่เลียนแบบตัวแบบนั้นมาก ยิ่งขึ้น

1.2 ตัวแบบและผู้เลียนแบบควรมีความคล้ายคลึงกันหรือมีคุณลักษณะหรือ คุณสมบัติร่วมกันซึ่งจะช่วยดึงดูดความสนใจของผู้สังเกตและจะช่วยให้ประสิทธิภาพของการ เลียนแบบสูงขึ้น เช่น อยู่ในวัยเดียวกัน เป็นเพื่อนกัน เป็นต้น

1.3 ลักษณะของกิจกรรมที่เลียนแบบ ควรจะเป็นกิจกรรมที่ประกอบด้วยพฤติกรรมที่ไม่สลับซับซ้อนจะทำให้การเลียนแบบเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว และดึงดูดความสนใจของผู้สังเกตได้เป็นอย่างดี

2. การใช้ตัวแบบอย่างมีประสิทธิภาพมีวิธีการดังต่อไปนี้

2.1 เสนอตัวแบบควบคู่กับการเสริมแรงโดยจะต้องให้แรงเสริมแก่ตัวแบบ และแก่ผู้สังเกตเมื่อสามารถแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้เช่นเดียวกับตัวแบบหรือพฤติกรรมใหม่ ๆ อย่างเหมาะสม

2.2 การเสนอตัวแบบควบคู่กับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง โดยสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่างจะทำหน้าที่เป็นสัญญาณบอกให้ผู้สังเกตรู้ว่าถ้าแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์แล้วจะได้รับการเสริมแรง สิ่งเร้าประเภทนี้ควรเสนอควบคู่กับการเสริมแรงจะทำให้การเลียนแบบเกิดขึ้นอย่างคงทนถาวรและมีประสิทธิภาพ

2.3 เสนอตัวแบบควบคู่กับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่างการเสริมแรงทางบวกและการให้ข้อมูลย้อนกลับ

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2528 : 408) กล่าวถึงหลักการที่จะใช้ตัวแบบในการ เสริมสร้างพฤติกรรมให้มีประสิทธิภาพดังนี้ คือ ต้องกำหนดพฤติกรรมที่ต้องการจะให้ตัวแบบแสดงเพื่อให้บุคคลสังเกตและเลียนแบบให้ชัดเจนซึ่งความชัดเจนของพฤติกรรมนั้นต้องหมายถึงการสังเกตเห็นวัดได้โดยใช้คนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป และพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงนั้นจะต้องอยู่ในระดับความสามารถที่จะกระทำได้ มิฉะนั้นจะก่อให้เกิดความคับข้องใจในการเรียนรู้ผู้สังเกตจะต้อง

ใกล้เคียงแล้วควรให้แรงเสริมทันทีผู้ดำเนินโปรแกรมจะต้องไม่ควบคุมความสนใจของผู้สังเกตด้วยวิธีการรุนแรง เช่น ตีหรือดุด่า

แบลคแคม และซิลเบอร์แมน (Blackam and Silberman. 1975 : 55-56)

เสนอเกณฑ์สำคัญ 4 ประการ ในการใช้เทคนิคแม่แบบ คือ

1. กำหนดพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดขึ้นให้ผู้เรียนเห็น
2. แม่แบบที่เหมาะสมแสดงพฤติกรรมนั้นให้ผู้เรียนเห็น
3. เสริมแรงแม่แบบเมื่อแสดงพฤติกรรมที่ต้องการ
4. เสริมแรงผู้เรียนเมื่อแสดงพฤติกรรมที่ต้องการตามอย่างแม่แบบ

(8) ข้อดีและข้อจำกัดของวิธีการใช้ตัวแบบ

การใช้วิธีการใดก็ตามย่อมมีทั้งผลดีและผลเสีย ดังนั้น ควรทราบข้อดีและข้อจำกัดของการใช้แม่แบบก่อนที่จะนำไปใช้เพื่อป้องกันความผิดพลาด (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 69)

8.1 ข้อดีของวิธีการให้ตัวแบบ

1. ถ้ามีการเสริมแรงแก่ผู้สังเกตภายหลัง ที่ผู้สังเกตสามารถเลียนแบบหรือแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้เช่นเดียวกับตัวแบบหรือผู้สังเกตสามารถแสดงพฤติกรรมใหม่ ๆ ที่เหมาะสม จะทำให้ความถี่ของการเกิดค่อย ๆ สูงขึ้น และจะคงทนถาวรยิ่งขึ้น
2. การให้ตัวแบบช่วยให้ผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบเกิดพฤติกรรมใหม่ที่ไม่เคยเกิดมาก่อน
3. การให้ตัวแบบช่วยเพิ่มพฤติกรรม ที่พึงประสงค์หรือระงับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบ
4. การให้ตัวแบบช่วยเอื้ออำนวยให้พฤติกรรมของผู้สังเกตที่เคยเรียนรู้มาก่อนแล้วมีแนวโน้มที่จะแสดงออกมา

8.2 ข้อจำกัดของวิธีการให้ตัวแบบ

1. การให้ตัวแบบแต่เพียงอย่างเดียวทำให้การเกิดพฤติกรรมใหม่มีความล่าช้า และสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง เพื่อให้พฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่ต้องการสร้างหรือสอนนั้นเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว
2. การคัดเลือกตัวแบบตลอดทั้งกิจกรรมที่จะใช้เลียนแบบ ผู้คัดเลือกจะต้องตระหนักถึงความสำคัญของเรื่องดังกล่าว เพราะมีฉะนั้นจะทำให้เสียเวลาในการทดลอง

1.1.7.2 บทบาทสมมติ

(1) ความหมายของบทบาทสมมติ

ทิตนา แชมมณี (2519 : 41) ให้ความหมายของการแสดงบทบาทสมมติว่าเป็นเครื่องมือและวิธีการอย่างหนึ่งที่ใช้ในการสอน เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในเรื่องที่เรียน โดยที่ผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติและบทบาทสมมติขึ้นมาให้ผู้เรียนได้แสดงออกตามที่ตนคิดว่าควรจะเป็น และถือเอาการแสดงออกทั้งทางความรู้และพฤติกรรมของผู้แสดงมาเป็น ข้ออภิปรายเพื่อการเรียนรู้

กรมวิชาการ (2521 : 52) ได้ให้ความหมายของบทบาทสมมติว่า บทบาทสมมติเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนสนุกสนานและเรียนรู้ความรู้สึกนึกคิด เรียนรู้ที่จะเข้าใจคนอื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเราเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงบทบาทของคนอื่นที่ไม่ใช่ของตนเอง

คมเพชร จันทรศุกถ (2522 : 82-83) กล่าวถึงบทบาทสมมติว่า เป็นเครื่องมือในการพัฒนาทักษะและความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในขอบเขตของเนื้อหาความสัมพันธ์ของบุคคล โดยการแสดงออกมาในสถานการณ์ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับปัญหาของชีวิตจริง โดยใช้บทบาทสมมติในสถานการณ์และเป็นกระบวนการสื่อสารในสถานการณ์ที่คล้ายกับความเป็นจริง

ประกอบ ระกิติ (2523 : 145) กล่าวว่า บทบาทสมมติเป็นการแสดงแบบหนึ่ง โดยการสร้างสถานการณ์ที่เป็นปัญหาขึ้นแล้วให้บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปแสดงบทบาทตามสถานการณ์ ซึ่งโดยปกติมักไม่ใช่บทบาทของตนชั่วระยะเวลาสั้น ๆ ต่อหน้าผู้ชม เพื่อพิสูจน์สิ่งที่สมมติขึ้นว่า ผู้แสดงจะประพฤติดต่อบุคคลอื่นในสถานการณ์นั้น ๆ อย่างไร ผู้ชมมีส่วนร่วมในการนึกคิดหรือนำความเกี่ยวข้องของการแสดงไปประยุกต์ต่อสถานการณ์เพื่อการแก้ปัญหา และการเรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมของตนอย่างมี ประสิทธิภาพในสภาวะต่าง ๆ

สุนน อมรวิวัฒน์ แรมสมร อยู่สุภาพร และโสภภาพรณ ชัยสมบัติ (2526 : 99) ได้ให้ความหมายของบทบาทสมมติว่าเป็นเครื่องมือและวิธีสอนอย่างหนึ่งที่ใช้ในการสอนเพื่อให้ผู้เรียนได้มีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในเรื่องที่จะเรียนโดยผู้ที่สอนสร้างสถานการณ์สมมติและบทบาทขึ้นมาให้ผู้เรียนได้แสดงออกตามที่ตนคิดว่าควรจะเป็นการแสดงบทบาทสมมติขึ้นมานั้น มักจะมีปัญหาและข้อขัดแย้ง ต่าง ๆ ผ่ามาด้วยการที่ผู้เรียนได้เลือกที่จะแสดงบทบาทต่าง ๆ โดยไม่ต้องฝึก และเตรียมตัวก่อนนั้น ผู้แสดงจะต้องแสดงไปตามธรรมชาติ โดยที่ไม่รู้ว่าผู้แสดงคนอื่นจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบอย่างไรบ้างนับว่าเป็นการช่วยฝึกให้ผู้แสดงได้เรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรม และหาทางแก้ปัญหาตัดสินใจอย่างธรรมชาติ

แชฟเทิล และแชฟเทิล (Shaftel and Shaftel. 1967 : 83-84) ได้ให้ความหมายของการแสดงบทบาทสมมติไว้ว่า เป็นวิธีการที่จะฝึกฝนเพื่อให้ผู้เรียนรู้สภาพชีวิตในสังคมโดยถ่องแท้ และเป็นแนวทางที่จะช่วยให้บุคคลดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างเป็นสุขการแสดงบทบาทสมมติจะแฝงไว้ด้วยมวลประสบการณ์และกลวิธีแก้ปัญหาหลายด้าน เช่น การอภิปรายปัญหาการ

วิเคราะห์ปัญหา และการให้คำจำกัดความโดยผ่านขั้นตอนต่าง ๆ คือ การแสดงบทบาทสมมติ ปฏิบัติการตอบสนองของผู้ที่มีต่อบทบาทสมมติ ปฏิบัติการตอบสนองของผู้ที่มีต่อบทบาท ที่แสดง การเลือกบทบาทที่เหมาะสมและการสรุปนำไปใช้

เทลเลอร์และวอลฟอร์ด (Tayler and Waiford. 1974 : 19) ได้ให้ความหมายของ บทบาท สมมติว่าการแสดงบทบาทเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้สวมบทบาทในสภาพการณ์ต่าง ๆ เพื่อฝึกว่าตนควรมีพฤติกรรมแบบใดจึงจะแก้ปัญหาได้ดีที่สุด ผู้แสดงต้องรับบทบาทของตน เพื่อให้เข้าใจและมีอารมณ์ในการแสดง

ลี (Lee. 1974 : 316) ให้ความหมายของการแสดงบทบาทสมมติว่า หมายถึง การเรียนรู้จากการดูบทบาทของผู้แสดงในสถานการณ์จำลอง ซึ่งผู้แสดงบทบาทสมมติจะต้องคิดคำพูด และแสดงท่าทาง โดยไม่มีการเตรียมบทพูดไว้ล่วงหน้า

จากความหมายข้างต้นพอสรุปได้ว่า บทบาทสมมติเป็นวิธีการที่จะฝึกให้ผู้เรียนได้เรียนรู้สิ่ง ต่าง ๆ โดยการจัดสภาพการณ์ให้เสมือนจริงและใกล้เคียงกับชีวิตจริง เพื่อให้ สมาชิกในกลุ่มได้แสดงบทบาทต่าง ๆ และสังเกตบทบาทที่สมาชิกในกลุ่มได้แสดง แล้วนำมา อภิปรายเพื่อให้เกิดการเรียนรู้

(2) จุดมุ่งหมายและประโยชน์ของการแสดงบทบาทสมมติ

ทิตนา แชมมณี (2519 : 42-43) กล่าวว่า บทบาทสมมติเป็นเครื่องมือและ วิธีการอย่างหนึ่งที่จะช่วยในการสอนได้มาก ครูสามารถนำเอาบทบาทสมมติไปช่วยให้ผู้เรียนได้ เกิดการเรียนรู้ในด้านต่าง ๆ หลายด้าน ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจว่าพฤติกรรมทุกพฤติกรรมย่อมมีสาเหตุการที่ทำให้ ผู้เรียนได้แสดงบทบาทต่าง ๆ ที่ถูกจำกัดอยู่ในสภาพการณ์ต่าง ๆ จะทำให้ผู้เรียนเข้าใจถึงสาเหตุ ต่าง ๆ ที่ผลักดันให้คนแสดงพฤติกรรมใด ๆ ออกไป
2. ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และเข้าใจความรู้สึกของบุคคลอื่นการที่ผู้เรียนได้ แสดงบทบาทเป็นบุคคลอื่น ๆ จะทำให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ว่าผู้อื่นมีความคิดและความรู้สึกอย่างไร ความเข้าใจนี้จะช่วยให้ผู้เรียนรู้เอาใจเขามาใส่ใจเรา
3. ช่วยลดความรู้สึกตึงเครียดของผู้เรียนในบางครั้งผู้เรียนอาจจะมีความรู้สึกเกร็งในใจหลายประการที่ไม่สามารถจะแสดงออกมาได้ครูอาจใช้บทบาทสมมติเป็น เครื่องมือในการช่วยให้ ผู้เรียนได้ระบายความรู้สึกนั้น ๆ ออกมา
4. ช่วยให้ผู้เรียนรู้ถึงความต้องการของผู้เรียนในกรณีที่ผู้เรียนไม่สามารถ จะบอกความต้องการของตนเองออกมาได้ ครูอาจจะจับบทบาทสมมติให้ผู้เรียนแสดง ซึ่งผู้เรียน อาจจะเปิดเผยความต้องการของตนเองออกมาโดยไม่รู้ตัว
5. ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองในทางที่ดี การ ให้ผู้เรียนมีโอกาสสำรวจตนเองและเรียนรู้เกี่ยวกับผู้อื่นโดยใช้บทบาทสมมติ เป็นเครื่องมืออาจจะ ช่วยให้ผู้เรียนมีความเข้าใจตนเองมากขึ้น และพัฒนาความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับตนเอง

6. ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีโอกาสรวบรวมค่านิยมของตนและหาหลักยึดเหนี่ยวในการดำรงชีวิตของตนในขณะที่ผู้เรียนแสดงบทบาทสมมติอยู่นั้น ผู้เรียนจะมีพฤติกรรมการตัดสินใจที่แสดงให้เห็นถึงค่านิยมของตนเองการที่มีโอกาสได้แสดง อภิปราย และวิเคราะห์ถึงค่านิยมเหล่านั้น จะช่วยให้ผู้เรียนมีความเข้าใจตนเองมากขึ้น

7. ช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาความสามัคคีในกลุ่มให้ดีขึ้น ในการทำงานร่วมกัน สมาชิกในกลุ่มมักจะมีปัญหาขัดแย้งกันอยู่เนื่อง ๆ วิธีการสมมตินี้ สามารถนำมาใช้ทำให้คนในกลุ่มเกิดความ เข้าใจกันและมีความสามัคคีปรองดองกัน

8. ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในสังคมมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ดังนั้น การเรียนรู้ที่จะปฏิบัติตนให้เหมาะสมในสังคมจึงเป็นสิ่งจำเป็น

9. ช่วยให้ผู้เรียนฝึกการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ บทบาทสมมติแทบทุกบทบาทมักจะมีสถานการณ์ที่มีความขัดแย้งแฝงอยู่ผู้แสดงจะต้องใช้วิจารณญาณและไหวพริบในการแก้ปัญหา

10. ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และฝึกการปฏิบัติตนให้ถูกต้องเหมาะสมในหลาย ๆ บทบาทเพราะคน ๆ หนึ่งมักจะมีบทบาทในชีวิต เช่น เป็นพี่ เป็นลูก เป็นหลาน เป็นนักเรียน เป็นหัวหน้าชั้น เป็นต้น ผู้เรียนควรมีโอกาสฝึกฝนบทบาทต่าง ๆ เพื่อค้นหาพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์แต่ละอย่าง

11. ช่วยฝึกให้ผู้เรียนปฏิบัติตามขั้นตอน "รู้สึก คิด กระทำ" โดยปกติเมื่อผู้เรียนเผชิญปัญหาก็จะเกิด "รู้สึก" แล้วจะ "กระทำ" ไปตามความรู้สึกนั้นทันทีแล้วจึงจะหวนกลับมา "คิด" หาวิธีที่ดีกว่า จึงเท่ากับขั้นตอน "รู้สึก กระทำ คิด" แต่การแสดงบทบาทสมมติจะช่วยเปลี่ยนให้ผู้เรียนทำตามขั้นตอนที่ดีกว่า คือ "รู้สึก คิด กระทำ" แทน

(3) ทฤษฎีการใช้บทบาทสมมติ

ทิสนา เทียนแสม (Tisana Tiansame. 1972 : 122-123)

ได้สรุปทฤษฎีการใช้บทบาทสมมติมีอยู่ด้วยกัน 2 วิธี คือ

1. บทบาทสมมติที่เตรียมไว้ล่วงหน้า (Programmed or Structured Role -Playing)

ทฤษฎีนี้มีรากฐานมาจากความคิดว่าการเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นการเรียนรู้ที่มีความหมายต่อผู้เรียนมากที่สุดผู้เรียนเรียนรู้ได้ด้วยการกระทำ ทดลอง ฝึกหัด และลองผิดลองถูกผู้เรียนสามารถสังเกตพฤติกรรมของผู้อื่นแล้วเลียนแบบหรือเรียนรู้โดยการมีปฏิริยาโต้ตอบพฤติกรรมของผู้เล่นบทบาท ผู้นำจะทำหน้าที่ให้ความรู้และตัดสินใจอย่างพิถีพิถัน สมาชิกในกลุ่มจะเกิดความวิตกกังวลในเรื่องหลักการที่เกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์เป็นโอกาสที่สมาชิกจะเพิ่มความรู้สึกเกี่ยวกับการรับรู้การมองเห็น และการเกิดปัญหาทฤษฎีจึงประกอบไปด้วยการวิเคราะห์ การประเมินผล และการแนะนำการปรับปรุงพฤติกรรมและทักษะในตัวสมาชิก

2. การใช้บทบาทสมมติแบบอัตโนมัติ (Spontaneous Role-Playing)

ทฤษฎีนี้คล้ายทฤษฎีแรก คือ สมาชิกในกลุ่มเรียนด้วยการสังเกตเลียนแบบและการวิจารณ์ หรือ ดิชมแต่ข้อแตกต่างระหว่างทฤษฎีนี้กับทฤษฎีแรกก็คือ กระบวนการคิดวิเคราะห์ในสถานการณ์การเรียนรู้ทฤษฎีนี้เน้นหนักในเรื่องความเป็นธรรมชาติมากกว่าการวิเคราะห์ทฤษฎีนี้ผู้เรียนจะได้รับการส่งเสริมในการคิดหาโครงสร้างของเขาเองมาทดลองและค้นคว้าหาแบบของพฤติกรรมใหม่ ๆ และ ทฤษฎีใหม่ ๆ ทฤษฎีนี้มักใช้ปนกับทฤษฎีแรกซึ่งขึ้นอยู่กับความมุ่งหมายของกลุ่ม

จากทฤษฎีการใช้บทบาทสมมติดังกล่าวข้างต้น นักการศึกษาได้นำมาประยุกต์ใช้กับการเรียนการสอนโดยกำหนดขั้นตอนในการใช้บทบาทสมมติในการเรียนการสอนเพื่อช่วยทำความเข้าใจ และนำเอาวิธีการของบทบาทสมมติไปใช้ได้ง่ายขึ้น

(4) ขั้นตอนในการใช้บทบาทสมมติ

ทิตนา แชมมณี (2419 : 44-47) ได้เสนอขั้นตอนของการนำบทบาทสมมติมาใช้ในการเรียน การสอนดังต่อไปนี้ คือ

ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการ แบ่งออกเป็นขั้นตอนย่อย ๆ 2 ขั้นตอน คือ

1.1 การกำหนดวัตถุประสงค์เฉพาะในขั้นนี้ครูจำเป็นต้องศึกษาก่อนว่าจะใช้บทบาทสมมติเพื่ออะไรครูต้องการให้ผู้เรียนได้อะไรบ้างจากการแสดง

1.2 การกำหนดสถานการณ์และบทบาทสมมติ เมื่อครูเข้าใจวัตถุประสงค์ชัดเจนแล้ว ก็ควรจะสร้างสถานการณ์และบทบาทสมมติขึ้นมาให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์นั้นมีความชัดเจน ยากง่ายให้เหมาะสมกับระดับผู้เรียนมีเนื้อใกล้เคียงกับความเป็นจริงควรมีความขัดแย้งหรืออุปสรรคที่ต้องแก้ไขเพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสได้ฝึกคิดและแก้ปัญหา

ขั้นที่ 2 ขั้นแสดง ในขั้นนี้แบ่งออกเป็น 7 ตอน คือ

2.1 การอุ่นเครื่อง หมายถึง การนำผู้เรียนให้ไปสู่เรื่องที่จะศึกษาหรือปูพื้นให้ผู้เรียนมีความเข้าใจตรงกันในเรื่องที่จะเรียนครูอาจจะเล่าเรื่องราวหรือสถานการณ์สมมติให้ผู้เรียนฟัง

2.2 การเลือกตัวผู้แสดงอาจเป็นไปได้ในสองลักษณะ คือ อาจจะเลือกตัวผู้แสดงที่มีลักษณะใกล้เคียงและลักษณะตรงกันข้ามกับลักษณะของบทบาทที่มอบหมายให้ก็ได้ในกรณีแรกการแสดงจะช่วยให้กลุ่มเข้าใจปัญหาได้ดีเพราะการแสดงเป็นไปโดยไม่เคอะเขินในกรณีหลังการแสดงจะช่วยให้ผู้แสดงและผู้ชมเข้าใจถึงบทบาทของผู้ที่มีลักษณะแตกต่างกันออกไป ดังนั้น การเลือกตัวแสดงจึงขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของการแสดงและการสอนเป็นสำคัญ

2.3 การจัดฉากแสดง การจัดฉากนั้นก็เป็นการจัดฉากแบบสมมติขึ้นมาเพื่อให้การแสดงนั้นดูใกล้เคียงกับความเป็นจริงขึ้นการจัดฉากอาจจะเป็นไปในลักษณะแบบง่าย ๆ โดยการเลื่อนโต๊ะเพียงตัวเดียวจนไปถึงการจัดฉากแบบหรูหรา

2.4 การเตรียมผู้สังเกตการณ์ ครูควรช่วยให้ผู้เรียนหัดสังเกตและวิเคราะห์เหตุการณ์ไม่เช่นนั้นการอธิบายและวิเคราะห์หลังการแสดงนั้นจะไม่ได้ผลเท่าที่ควร

2.5 การเตรียมความพร้อมก่อนการแสดง การที่ผู้เรียนจะแสดงบทบาทสมมติให้เป็นไปอย่างธรรมชาติได้มากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับความพร้อมของผู้แสดง ดังนั้นครูจำเป็นต้องช่วยจัดความตื่นเต้นประหม่าและความวิตกกังวลของผู้แสดงออกไปด้วยวิธีต่าง ๆ

2.6 การแสดง เมื่อผู้แสดงและผู้ชมพร้อมแล้วผู้แสดงก็เริ่มแสดงได้การแสดงนี้ควรให้เป็นไปตามธรรมชาติไม่มีการขัดกลางคันนอกจากในกรณีที่ผู้แสดงต้องการความช่วยเหลือครูหรือ ผู้กำกับการแสดงอาจเข้าไปช่วยได้ตามโอกาส

2.7 การตัดบท เมื่อผู้แสดงได้แสดงไปเป็นเวลาพอสมควรแล้วครูหรือผู้กำกับการแสดงควรตัดบท หรือหยุดการแสดงไม่ควรปล่อยให้การแสดงนานเกินไปจะทำให้เสียเวลาและผู้ชมเกิดความเบื่อหน่ายการตัดบททำได้ในกรณีต่อไปนี้

2.7.1 เมื่อการแสดงนั้นได้ข้อมูลเพียงพอที่จะนำมาวิเคราะห์และอภิปรายได้

2.7.2 กลุ่มพอจะเดาได้ว่าเรื่องราวเป็นอย่างไร ถ้ามีการแสดงต่อไป

2.7.3 ผู้แสดงไม่สามารถแสดงต่อไปได้เพราะเกิดความเข้าใจผิดบางประการ

2.7.4 การแสดงจบเรื่อง

ขั้นที่ 3 ขั้นวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดง

การวิเคราะห์การแสดงมักจะเป็นไปในรูปการอภิปรายร่วมกันระหว่างผู้แสดงกับผู้สังเกตการณ์การอภิปรายจะเป็นไปในรูปใดนั้นมักจะขึ้นกับวัตถุประสงค์ของการเรียน การอภิปรายนี้จะต้องเป็นไปอย่างตรงไปตรงมาและเน้นที่เหตุผลของการแสดง และพฤติกรรมที่บทแสดงออกมาโดยปกติการอภิปรายจะไม่มุ่งถึงว่าใครแสดงดีไม่ดีเพียงใดการเรียนรู้ทั้งหลายจะอยู่ตรงขั้นนี้สำคัญครูจะต้องช่วยกระตุ้นผู้เรียนให้คิดและหาคำตอบใช้วิธีการตั้งคำถามด้วย

ขั้นที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม

หลังจากการวิเคราะห์และอภิปรายผลการแสดงแล้วกลุ่มอาจจะเสนอแนะแนวความคิดใหม่ ๆ ในการแก้ปัญหาหรือการตัดสินใจหรือถ้าหากการแสดงครั้งแรกยังได้ผลไม่เป็นที่น่าพอใจครูอาจจะให้มีการแสดงซ้ำหากการแสดงใหม่นี้ไม่จำเป็นครูอาจจะข้ามไปขั้นที่ 5 ได้เลย

ขั้นที่ 5 ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป

หลังจากการอภิปรายเกี่ยวกับการแสดงแล้วครูควรกระตุ้นให้ผู้เรียนได้อภิปรายทั่ว ๆ ไปซึ่งโดยมากจะเป็นการเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับเรื่องที่เกี่ยวข้องให้กันและกันฟังจะช่วยให้ ผู้เรียนได้แนวความคิดกว้างขวางขึ้นและส่งเสริมให้ผู้เรียนเห็นว่าสิ่งที่เรียนนั้นเกี่ยวข้องกับความเป็นจริงจะทำให้ผู้เรียนสามารถหาข้อสรุปหรือได้แนวความคิดรวบยอดที่ตนสามารถเข้าใจได้อย่างดี

(5) หลักการนำบทบาทสมมติไปใช้ในการเรียนการสอน

การนำบทบาทสมมติไปใช้ในการเรียนการสอนนั้น วิมลรัตน์ ชัยสิทธิ์ (2522 : 27-29) ได้เสนอแนะไว้ ดังนี้

1. การแสดงบทบาทสมมติควรใช้ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ และไม่ควรใช้เพื่อการบันเทิงเพียงอย่างเดียว
2. ในการแสดงบทบาทสมมติไม่ควรกำหนดเวลาแน่นอนตายตัวลงไป
3. เรื่องที่นำมาใช้ไม่ควรเป็นเรื่องที่ยากเกินไป เป็นเรื่องที่กระตุ้นให้ผู้เรียนอยากอภิปรายเมื่อแสดงจบแล้ว
4. การแสดงบทบาทสมมติจะได้ผลเต็มที่เมื่อนำมาใช้ติดต่อกันพอสมควร ไม่ใช่เป็นเพียงการค้นการเรียนรู้เพียงครั้งหรือสองครั้งเพื่อแก้ความเบื่อหน่ายของผู้เรียนเท่านั้น
5. ควรใช้การแสดงบทบาทสมมติเมื่อต้องการให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง และ ฝึกทักษะในการปฏิบัติในเรื่องความสัมพันธ์ของมนุษย์

(6) วิธีและเทคนิคในการแสดงบทบาทสมมติ

ซอร์ (Show) กับเมเยอร์ (Meier) และ The Adult Education Association of U.S.A.

ได้เสนอเทคนิคการแสดงบทบาทสมมติไว้หลายประการ ดังนี้

1. การแลกเปลี่ยนบทบาท (Role Reversal) เป็นวิธีการที่ผู้แสดงจะหมุนเวียนกันแสดงบทบาทที่กำหนดไว้ในสถานการณ์หนึ่งจนครบทุกบทบาทวิธีการนี้จะช่วยให้ผู้แสดงเข้าใจบทบาททุกบทบาทเกิดความคล่องตัวในการแสดงสามารถแสดงให้ทุกบทบาทเกิดความเข้าใจในสิ่งที่ทำอย่างแท้จริงและสามารถปรับตัวในการแสดงเป็นบุคคลต่าง ๆ ได้
2. การแสดงโดยมีลูกคู่ (Doubling) วิธีการนี้ผู้แสดงคนหนึ่งจะมีลูกคู่คอยรับอยู่ 1 คน คอยเสริมความคิดของผู้แสดง เช่น ผู้แสดงกล่าวว่า "ฉันไม่รังเกียจคนสูบบุหรี่" ผู้ที่เป็นลูกคู่กล่าวว่า "แต่ฉันคิดว่าคนสูบบุหรี่ควรจะเห็นใจคนอื่นบ้าง" วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้แสดงได้เปิดเผยความรู้สึกทัศนคติและความคิดเห็นของตนโดยผ่านการแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ
3. การแสดงบทบาทที่มีลูกคู่มากกว่าหนึ่งคน (Mass Doubling) วิธีนี้เหมือนกับข้อ 2 แต่ผู้แสดงจะมีผู้ช่วยเหลือลูกคู่มากกว่าหนึ่งคนเพื่อช่วยให้ได้ความคิดและความรู้สึกรวมทั้งทัศนคติหลาย ๆ ด้าน
4. การแสดงบทบาทที่ผู้แสดงรำพึงกับตนเอง (Soliloquy) วิธีนี้มีขึ้นเพื่อถ่ายทอดความคิดเห็นออกมาเป็นคำพูดโดยให้ผู้แสดงพูดรำพึงหรือรำพันออกมาดัง ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้แสดงและกลุ่มเกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน เช่น ในเรื่องการปฏิบัติต่อมารดานักเรียนที่แสดงเป็นมารดารำพันออกมาว่าเรามีความรู้สึกอย่างไรต่อลูกและต้องการให้ลูกปฏิบัติต่อเขาอย่างไร
5. การแสดงบทบาทผสม (Multiple Role-Playing) คือหลาย ๆ กลุ่มแสดงบทบาทเดียวกันนั้นไปพร้อม ๆ กัน เช่น เรื่องการใช้โทรศัพท์สาธารณะจะแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ๆ แต่ละกลุ่มก็จะมีคนแสดงเป็นลูกค้าใช้โทรศัพท์คนรองจะใช้โทรศัพท์และโทรศัพท์ เป็นต้น ให้แต่ละกลุ่มต่างแสดงและนำอภิปรายหาข้อสรุปวิธีการเช่นนี้จะช่วยให้นักเรียนได้รับประสบการณ์

ตามความเป็นจริงเกี่ยวกับการตัดสินใจเป็นกลุ่ม (Group Decision – Making) ช่วยให้นักเรียนไม่ประหม่าและข้อมูลที่ได้จากการแสดงวิธีนี้จะให้เกิดการเปรียบเทียบและหาข้อสรุปได้ง่ายขึ้น

6. การหมุนเวียนบทบาท (Role-Relation) วิธีการนี้คือให้หลาย ๆ คนเปลี่ยนมาแสดงเป็นตัวละครเดิม เช่น จะสอนเรื่องการทำความสะดวกฟันและปากก็ให้นักเรียนหลายๆ คนออกมาแสดงการแปรงฟันซ้ำกันหลายครั้งเพื่อให้ได้การแปรงฟันหลาย ๆ แบบนำมาเปรียบเทียบและสรุปแบบที่ดีที่สุดภายในหลังวิธีการนี้จะให้ได้ดีถ้าต้องการคำตอบจากปัญหาหนึ่งให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้

7. การแสดงบทบาทสองบทบาท (Mobodrama) วิธีนี้ผู้แสดงคนเดียวแสดง 2 บทบาทสลับไปมา เช่น แสดงเป็นทั้งแม่และลูกสลับกันไป เพื่อให้เข้าใจถึงความรู้สึกทั้งของแม่และของลูก

8. การใช้วิธีดูภาพสะท้อน (The Mirror Technique) วิธีนี้เป็นวิธีการแสดงเป็นหมู่โดยนำปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่มมาให้ผู้อื่นแสดงเพื่อช่วยให้เจ้าของปัญหามองเห็นตนเองว่าเป็นอย่างไรเมื่อได้ดูเพื่อนแสดงบทบาทของตนซึ่งเปรียบเสมือนเพื่อนช่วยเป็นกระจกเงาสะท้อนภาพได้

9. การเปลี่ยนบทบาทเป็นกลุ่ม (Group Role-Reversed) วิธีนี้คือการกำหนดให้สมาชิกในกลุ่มได้รับบทบาทของผู้อื่นในกลุ่มแล้วกำหนดปัญหาขึ้นให้ทุกคนในกลุ่มอาจถูกกำหนดให้เป็นแม่ทุกคนจะหาวิธีการที่แม่จะทำให้ลูกช่วยงานบ้านได้หลังจากจบการแสดงแล้วมีการอภิปรายว่า การที่ตนเป็นแม่นั้นมีความรู้สึกอย่างไร

10. การแสดงบทบาทของผู้ชม (Audience Role-Play) วิธีนี้ใช้เมื่อมีสมาชิกในกลุ่มเป็นจำนวนมากโดยเริ่มจากการสร้างทัศนคติในทางลบให้แก่ผู้ชมแล้วจึงจะให้ประสบการณ์ใหม่หลาย ๆ ชนิดที่จะช่วยให้ผู้ชมค้นพบทัศนคติที่ดีว่าดีที่สุดสำหรับตัวเขาเอง

จากเนื้อหาทฤษฎีการใช้บทบาทสมมติจะพบว่า การแสดงบทบาทสมมติเป็นวิธีการที่เป็นประโยชน์ในด้านการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีโอกาสนฝึกฝนการคิด การพูด และการแสดงออกทางพฤติกรรม ทำให้เกิดการเรียนรู้จากการแสดงบทบาทต่าง ๆ ที่ผู้สอนต้องการจะพัฒนาผู้เรียน นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดความสนุกสนานไม่เบื่อหน่ายในการเรียน

(7) การเสริมแรงทางสังคม

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2526 : 98-99) กล่าวถึงการใช้แรงเสริมทางสังคม ดังนี้

แรงเสริมทางสังคม ได้แก่ การพูดจายกย่องชมเชย การให้ความสนใจ การแตะตัวการกอดการแสดงออกทางสีหน้า (การยิ้ม การมองตา การยกคิ้ว เป็นต้น) แรงเสริมทางสังคมนั้นจัดได้ว่าเป็นแรงเสริมประเภทที่ต้องวางเงื่อนไขและสามารถนำมาใช้ในสถานการณ์ทั่วไปได้อย่างมีประสิทธิภาพแรงเสริมทางสังคมนั้นอาจแบ่งออกได้เป็นลักษณะใหญ่ ๆ ได้ 2 ลักษณะ คือ ลักษณะที่เป็นภาษาพูดและลักษณะที่เป็นภาษาท่าทาง ซึ่งถ้าให้การเสริมแรงทางสังคมผู้ใช้ จะต้องคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

1. ในกรณีที่เป็นภาษาพูด

1.1 ผู้ใช้จะต้องแสดงความจริงใจออกมา โดยที่ไม่พูดในสิ่งที่ตนไม่ได้สนใจ เช่น ครูเห็นนักเรียนวาดภาพอยู่แล้วพูดว่า “ฉันชอบภาพวาดของเธอมากเลยนะ” แต่สายตากลับมองไปที่อื่น จะทำให้นักเรียนทราบว่าครูไม่ได้ชมอย่างจริงใจ ซึ่งก็ไม่ใช่ผลดีและไม่เป็นการเสริมแรงด้วย

1.2 ใช้คำพูดที่มีลักษณะเป็นส่วนตัว เช่น พูดว่า “ครูภูมิใจในตัวของเธอมากที่เธอทำงานส่งครูทุกครั้ง” แทนที่จะพูดว่า “มีความพยายามทำงานมาส่งดีมาก น่าเลื่อมใส”

1.3 ใช้คำพูดที่เจาะจงถึงพฤติกรรมมากกว่าที่บุคคล เพราะจะทำให้เด็กรู้ว่าตนได้รับการเสริมแรงเพราะอะไร เช่น “เธอทำงานมาส่งครูทุกครั้งดีมาก” แทนที่จะพูดว่า “เธอมีความรับผิดชอบดีมาก” เป็นต้น

2. ในกรณีที่ เป็นภาษาท่าทาง

2.1 ผู้แสดงจะต้องมีความจริงใจไม่ใช่หน้ายิ้มแต่มือกำหมัด เป็นต้น

2.2 จะต้องทำสม่ำเสมอและนอกจากนี้ท่าทางที่ครูใช้ในการเสริมแรงก็ต้องไม่นำมาใช้ในการลงโทษ เช่น การที่ครูยิ้มยอมรับพฤติกรรมของเด็กครูจะต้องไม่ใช้การยิ้มนั้นไปเกี่ยวข้องกับการลงโทษเด็กเพราะจะทำให้เด็กปรับตัวไม่ได้

(8) ข้อดีของการใช้แรงเสริมทางสังคม

1. ใช้อย่างทุกคนสามารถใช้ได้เนื่องจากเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมมนุษย์อยู่แล้ว

2. ไม่รบกวนพฤติกรรมที่กำลังกระทำอยู่ เช่น การที่เด็กทำแบบฝึกหัดอยู่นั้น ครูอาจจะเดินเข้าไปใกล้และแตะไหล่เบา ๆ เป็นการแสดงความพอใจ ซึ่งการกระทำเพียงแค่นี้จะไม่รบกวนพฤติกรรมการทำแบบฝึกหัดของเด็ก แต่ยังช่วยเสริมแรงการทำแบบฝึกหัดอีกด้วย

3. เป็นตัวเสริมแรงชนิดแผ่ขยาย หมายความว่า ตัวเสริมแรงทางสังคมนั้นสามารถไปมีความสัมพันธ์กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ ได้ เช่น คุณพ่อบอกว่า “ลูกขยันทำงานจริง อาทิตย์นี้พ่อจะพาไปซื้อของเล่น” เป็นต้น จากนั้นเด็กอาจจะคาดคิดว่าพ่อคุณพ่อชมอาทิตย์นี้อาจจะได้ของเล่น ได้ดูภาพยนตร์ เป็นต้น เหตุนี้เองจึงทำให้ตัวเสริมแรงทางสังคมมีประสิทธิภาพมาก

4. เกิดขึ้นตามธรรมชาติในชีวิตประจำวันของมนุษย์ ดังนั้นการใช้โปรแกรมทางสังคมจึงเป็นการประหยัดอย่างมากเพราะไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ เพียงแต่ผู้ใช้จะต้องเลือกคำพูดหรือแสดงท่าทางที่เหมาะสมกับสภาพการณ์

(9) ข้อควรระวังในการใช้แรงเสริมทางสังคม

ในการใช้แรงเสริมทางสังคม ผู้ใช้จะต้องระลึกไว้เสมอว่า ตัวเสริมแรงทางสังคมเป็นตัวเสริมแรงชนิดที่ต้องวางเงื่อนไข ดังนั้น ตัวเสริมแรงทางสังคมจึงอาจจะไม่เสริมแรงเด็กทุกคน

ในการใช้ตอนแรกจึงควรที่จะใช้ควบคู่กับตัวเสริมแรงอื่น ๆ เช่น อาหารหรือสิ่งของที่เด็กพอใจเสียก่อน จากนั้นจึงค่อยใช้ตัวเสริมแรงทางสังคมแต่เพียงอย่างเดียว

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ลี ฮอลล์เบอร์ก และแฮซซาร์ด (Lee Hallberg and Hassard. 1979 : 459-461)

ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อเด็กวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับ 9 จำนวน 30 คน เป็นชาย 24 คน หญิง 6 คน ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ที่เพื่อนเป็นผู้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างนี้เป็นนักเรียนโรงเรียนมัธยมขนาดใหญ่ของรัฐบาล ในลอนดอน ออนแทรีโอ และแคนาดาโดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 3 กลุ่ม คือ 1) กลุ่มที่ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก 2) กลุ่มลวง 3) กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกใด ๆ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ

โบโรเวย์ (ยุพิน กองธรรม. 2523 ; อ้างอิงจาก Borovay. 1997. Behavior research and therapy. p. 367) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเก็บกอดความเชื่อเรื่อง

อำนาจควบคุมและพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหญิงชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยไมอามีจำนวน 43 คน พบว่า นักศึกษาหญิงที่มีความเชื่อในอำนาจควบคุมภายนอกและมีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกมีระดับ ความเก็บกอดสูงกว่านักศึกษาที่มีความเชื่อมั่นในอำนาจควบคุมภายใน และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ฮอลแลนด์เวอร์ธ และวอลล์ (ยุพิน กองธรรม. 2523 : 37-38 ; อ้างอิงจาก Hollandsworth and Wall. 1977. *Differentiating assertion and aggression : Some behavioral guidelines*. P. 347-352) มีความเชื่อว่าเพศหญิงน่าจะมีความกล้าแสดงออกน้อยกว่าเพศชายจึงได้ศึกษาพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 702 คน เป็นชาย 294 คน และหญิง 408 คน แบ่งเป็น 4 กลุ่ม จากการศึกษาพบว่า นักศึกษาชายจะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่แตกต่างจากนักศึกษาหญิงโดยนักศึกษาชายจะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่านักศึกษาหญิงในเรื่องเกี่ยวกับนายจ้าง บิดามารดาและความพร้อมในการเริ่มมีความสัมพันธ์ทางสังคมกับเพศตรงข้ามส่วนนักศึกษาหญิงจะมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากกว่านักศึกษาชาย ในเรื่องการแสดงความรักใคร่ชมเชย และการแสดงความโกรธที่มีต่อบิดามารดา

1.2.2 งานวิจัยในประเทศ

อารีย์ ลีลา (2535 : 61) ได้ศึกษาผลของการพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านน้ำรอบ อำเภอสามโก้ จังหวัดอุทัยธานี จำนวน 16 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกจะมีการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนดีขึ้นกว่ากลุ่มที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ไพโรพรรณ ไชยสุวรรณ (2537: 66) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออก เพื่อลดพฤติกรรมการพูดที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคลองบางพรหม กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการพูด ที่ไม่เหมาะสมลดลง ทั้งนี้ เพราะว่าวิธีฝึกพฤติกรรมการแสดงออก เป็นวิธีช่วยให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมการพูดที่เหมาะสม ทั้งภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทางได้อย่างเหมาะสม

วรายุทธ ทวีลาภ (2539 : 78) ได้ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการควบคุมตนเองที่มีต่อพฤติกรรมประชาธิปไตยด้านคุณธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบ้านห้วยยายจิว อำเภอเทพสถิต จังหวัดชัยภูมิ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกสูงขึ้น

สุลักษณ์ สินทรัพย์ (2543 : 48) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก การใช้ตัวแบบการ์ตูน และการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงยาเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง โรงเรียนบ้านมะค่า (คงฤทธิ บัวสุวรรณอนุสรณ์) อำเภอโนนสูง จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรม กล้าแสดงออกมีพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงยาเสพติดเพิ่มขึ้น

จากผลงานวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้น เป็นวิธีการอย่างหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น ได้แก่ มีการยอมรับตนเองมากขึ้น มีความวิตกกังวลลดลง มีสัมพันธภาพที่ดีขึ้นในกลุ่ม มีการพูดที่เหมาะสมทั้งภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทาง ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำวิธีการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไปประยุกต์ใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดง ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

2.1.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2526 : 35) ได้กล่าวไว้ว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึงกิจกรรมใด ๆ ที่ให้สมาชิกกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกัน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เนื่องจากมีโอกาสวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น ตลอดจนได้วิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่มโดยการช่วยเหลือและสนับสนุนจากผู้นำกลุ่มตลอดเวลาที่ร่วมกระทำกิจกรรมนั้น และมิผลทำให้บุคคลเกิดความเจริญงอกงามในทุก ๆ ด้าน

ศุภวดี บุญญวงศ์ (2527 : 2) ได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม (Group Work) หมายถึง การร่วมกันวางแผนการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกต่อสมาชิกภายในกลุ่มหรือสมาชิกต่อกลุ่มหรือกลุ่มต่อสมาชิก ซึ่งมีผู้นำกลุ่มที่ได้รับการฝึกฝนมาเป็นอย่างดีช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกได้พัฒนาบุคลิกภาพที่เป็น

ประโยชน์ต่อการทำงานกลุ่มได้เรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานกลุ่ม และกลุ่มได้ประสบผลสำเร็จในการทำงานครั้งนั้น ๆ ด้วย

คมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 14) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึงการนำประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่สมาชิกต้องการและการเปลี่ยนของกลุ่มโดยส่วนรวม ผู้นำจะสามารถทำงานให้มีประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อเขาได้เรียนรู้วิธีการที่จะช่วยอำนวยความสะดวกให้เกิดปฏิสัมพันธ์อย่างสร้างสรรค์ระหว่างสมาชิกแต่ละคน โดยวิธีการดังกล่าวนี้ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดพัฒนาการในตัวบุคคลทุกคน และกลุ่มก็จะดำเนินไปด้วยความสำเร็จ

ประนอม เดชชัย (2531 : 100-101) ได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มหมายถึงกิจกรรมต่างๆ ที่ดำเนินการโดยกลุ่มทำเป็นกลุ่มกิจกรรมประเภทนี้จะช่วยฝึกประสบการณ์ต่างๆ ของผู้เรียนให้พัฒนาขึ้นเช่น ช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ฝึกทักษะทางสังคม ฝึกให้ผู้เรียนยอมรับมติของกลุ่มเพื่อพัฒนาความเป็นประชาธิปไตยของผู้เรียน

พรรณพิศ วาณิชการ (2535 : 24) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า หมายถึงการกระทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของบุคคลในกลุ่มซึ่งร่วมกันวางแผนงานตามเป้าหมายและจัดประสบการณ์เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ขึ้นทั้งในตัวบุคคลและในกลุ่ม

จากความหมายของกิจกรรมกลุ่ม สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มหมายถึง การจัดกิจกรรมและการจัดประสบการณ์ต่าง ๆ มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม โดยทุกคนได้มีส่วนร่วมลงมือปฏิบัติในการแก้ปัญหาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง และเกิดทักษะในการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันโดยวิเคราะห์พฤติกรรมของสมาชิกเองและผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตนเอง

2.1.2 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

ทองเรียน อมรัชกุล (2520 : 5-6) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมไว้ดังนี้

1. เพื่อให้การศึกษาอบรมแก่บุคคลที่ยังไม่ได้คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมโดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัยหรือในโรงเรียนโดยการจัดโครงการ เช่น ปฐมนิเทศนักเรียนใหม่หรือนำไปจัดในรูปแบบของการแนะแนวได้ตลอดทั้งปี
2. เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ที่แตกต่างไปจากประสบการณ์ที่ได้รับในหลักสูตร โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดกิจกรรมในโรงเรียน เพื่อพัฒนาประสิทธิภาพในการศึกษาเล่าเรียน
3. เพื่อเป็นรากฐานที่จะไปสู่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เพราะจะทำให้ นักเรียน คุ้นเคยกับครูผู้แนะแนวในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรม
4. เพื่อการปรับตัวการบำบัดรักษา และความเจริญงอกงามของบุคคลในกลุ่ม นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังสามารถนำมาเป็นเครื่องช่วยในการแก้ไขเรื่องส่วนตัวได้ เช่น การปรับปรุงบุคลิกภาพ การพัฒนาทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ เป็นต้น

นอกจากนี้ บัทตัน (Bulton. 1974 : 1-2) ยังได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นสิ่งที่จัดขึ้น โดยมีจุด มุ่งหมายที่จะช่วยส่งเสริมให้มนุษย์ได้เติบโตและพัฒนาโดยเฉพาะทักษะด้านสังคม และ ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ดังนั้นการจัดกิจกรรมกลุ่มจึงเป็นการสร้างโอกาสให้มนุษย์ได้เรียนรู้ เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ในบรรยากาศที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มจะพยายามช่วยกลุ่มและช่วยบุคคลแต่ละคนเพื่อทำงานไปสู่จุดมุ่งหมาย

คมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 170-172) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มว่าเพื่อ พัฒนาบุคคลโดยอาศัยผู้จัดกิจกรรมกลุ่มที่มีความสามารถตลอดจนรู้กระบวนการของการจัด กิจกรรมกลุ่มเป็นอย่างดี จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มอาจแบ่งได้ดังนี้

1. เพื่อให้เกิดความเข้าใจตนเองการอยู่ร่วมกันกับสมาชิกอื่นในกลุ่มจะมีส่วนช่วยให้บุคคลเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองได้ดีขึ้น เช่น รู้ความสามารถบางประการของตน รู้จัก ข้อบกพร่องบางอย่างทั้งนี้เพราะกลุ่มจะมีปฏิกิริยาให้เห็นข้อเท็จจริงได้

2. เพื่อให้เข้าใจบุคคลอื่นเมื่อสมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ก็ย่อมจะทำให้เกิดการเรียนรู้และรู้จักซึ่งกันและกันได้ดีขึ้น

3. เพื่อให้บุคคลสามารถทำงานร่วมกันได้ดีขึ้น

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนา บุคคลโดยเปิดโอกาสให้บุคคลได้ปรับปรุง แก้ไข เปลี่ยนแปลงความคิดเห็น ความรู้สึกพฤติกรรม ต่าง ๆ และความสามารถทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นด้วย

2.1.3 ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ออตตาเวย์ (Ottaway. 1966 : 7) กล่าวว่า กลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่มควรมีขนาดเล็ก เพราะจะช่วยให้สมาชิกได้มีโอกาสแสดงออกอย่างเป็นอิสระโดยทั่วถึงกันดังนั้นกลุ่มควรมีขนาดมากที่สุดคือ 12 คน หรือถ้ามากกว่าก็ไม่ควรเกิน 15 คน เพราะมีฉะนั้นแล้วจะทำให้แบบแผน พฤติกรรมผิดไปจากเดิม ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมที่สุด ควรมีจำนวนสมาชิก 9-10 คน ซึ่งจะทำให้การทำงานบังเกิดผลดีที่สุด

ชอร์ (Shaw. 1971 : 4) ได้กล่าวถึงขนาดของกลุ่มแตกต่างกันออกไปว่ากลุ่มย่อยควรมี สมาชิก 10 คน เป็นอย่างมากถ้าสมาชิก 30 คนขึ้นไปจะจัดเป็นกลุ่มใหญ่ก็อาจแบ่งเป็นกลุ่มย่อยได้ จำนวนสมาชิกไม่เป็นปัญหาสำคัญแต่ต้องประกอบอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ ความสัมพันธ์ของสมาชิกและ การร่วมมือในการทำงานของสมาชิกจะมีความสำคัญต่อการทำงานของกลุ่มมากกว่า

จำเนียร โชติช่วง (2521 : 38) กล่าวว่า ส่วนใหญ่นักจิตวิทยานิยมศึกษากลุ่มขนาดเล็กที่มีสมาชิก 5-9 คน เพราะจะดูการเปลี่ยนแปลงและขบวนการของกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับสมาชิกได้ ง่ายกว่าศึกษาจากกลุ่มใหญ่และยังได้กล่าวว่า กลุ่มเล็กยังจัดได้ว่ามีขนาดพอเหมาะที่จะดำเนินการได้ อย่างมีประสิทธิภาพเพราะจะทำให้สมาชิกทุกคน ในกลุ่มได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นของตนเอง อย่างเต็มที่ แต่ถ้ามีจำนวนมากเกินไปสมาชิกทุกคนก็จะไม่มีโอกาสแสดงความต้องการได้เป็น

รายบุคคลก็จะทำให้บรรยากาศน่าเบื่อหน่ายสมาชิกจะเกิดความไม่สนใจและอาจจะออกจากกลุ่มไปในที่สุด

2.1.4 เวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกลุ่ม

ซูซีย์ สมิททิกอร์ (2527 : 18-19) กล่าวว่า ในการกำหนดระยะเวลา และความถี่ของการเข้ากลุ่มหากจัดในสถาบันการศึกษาจะต้องพิจารณาถึงการจับเวลาเรียนของนักศึกษาชั้นด้วย โรงเรียนที่เป็นสถานศึกษาส่วนมากจะจัดเวลาเรียนเป็นคาบๆ ละ 50 นาที ซึ่งจะช่วยให้สามารถกำหนดได้ว่าควรใช้เวลาในการเข้ากลุ่มนานเท่าใดสำหรับจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มนั้นขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่มและธรรมชาติของสมาชิกกลุ่มแต่อย่างน้อยที่สุดควรจะได้มีการเข้ากลุ่มไม่ต่ำกว่า 8 ครั้ง ถ้าหากมากกว่านี้ก็จะยิ่งเป็นการดี

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า เวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากิจกรรมกลุ่มควรจะมีสัปดาห์ละ 2 ครั้ง และในการเข้ากลุ่มไม่ควรน้อยกว่า 8 ครั้ง สำหรับช่วงเวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรมกลุ่มไม่ควรใช้เวลาเกิน 1 ชั่วโมง เพราะเด็กอาจจะเกิดความเบื่อหน่ายได้

2.1.5 กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ทิสนา แวมมณี (2522 : 201-202) ได้เสนอการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับทฤษฎีไวหลายวิธี ดังนี้คือ

1. เกม (Game) เป็นวิธีการหนึ่งซึ่งสามารถนำไปใช้ในการสอนได้เป็นอย่างดีโดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้นให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันมีผลออกมาในรูปของการแพ้ ชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจและนอกจากนั้นจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียนด้วย

2. บทบาทสมมติ (Role-play) วิธีการนี้มีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกมแต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมติขึ้นมาแล้วให้ผู้เรียนสวมบทบาทนั้นแล้วแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลักดังนั้นวิธีการนี้มีส่วนช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้งและยังช่วยเสริมบรรยากาศการเรียนรู้ให้น่าสนใจและน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีซึ่งใช้ในการนำกรณีหรือเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงๆ นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายร่วมกันเพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหานั้น วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิดพิจารณาข้อมูลที่ตนเองได้รับอย่างถี่ถ้วนและการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกันรวมทั้งนำเอากรณีต่าง ๆ ซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาช่วยช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริงซึ่งมีส่วนทำให้เกิดการเรียนรู้ที่มีความหมาย กับผู้เรียน

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองสถานการณ์จริงหรือสร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงแล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์และมีปฏิกิริยาโต้ตอบ

กัน วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งในสถานการณ์จริงผู้เรียนอาจจะไม่กล้าแสดงเพราะอาจจะเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับจนเกินไป

5. ละคร (Acting or Dramatization) คือ การที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทตามบทที่เขียนหรือกำหนดไว้ให้โดยผู้แสดงจะต้องพยายามแสดงให้สมบทบาทตามที่กำหนดไว้โดยไม่เอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้องวิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในการที่จะเข้าใจความรู้สึกมีเหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่นซึ่งความเข้าใจนี้จะมีส่วนช่วยเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจกันนอกจากนี้การที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกันจะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบในการเรียนรู้ร่วมกันและได้ฝึกการทำงานร่วมกันด้วย

6. กลุ่มย่อย (Small Group) เป็นวิธีการที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีส่วนในการแสดงออกและช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้นการใช้กลุ่มย่อยมีวิธีต่าง ๆ กัน เช่น Bull session, Fishbowl Technique และ Buzz Group

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนั้น มีเทคนิคหลายวิธีในการนำมาใช้ในกิจกรรมกลุ่ม เช่น เกม บทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง สถานการณ์จำลอง ละคร และกลุ่มย่อย ซึ่งเป็นเทคนิคที่ให้นักศึกษาได้แสดงออก ได้ฝึกทักษะต่าง ๆ จากกระบวนการที่ได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรม ซึ่งจะให้นักศึกษาได้เรียนรู้ และลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2.1.6 ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

โรเจอร์ (ทศพร มณีศรีขำ. 2539 :129-130 ; อ้างอิงจาก Roger. 1970.

Psychotherapy and Personality Change. P. 120-122) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยของกิบ

(Gibb) พบว่า กิจกรรมกลุ่มจะให้ผลส่งเสริมสร้างสรรค์ทางจิตวิทยามาก กล่าวคือจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ทางความรู้สึกได้ตระหนักถึงความรู้สึกของตนเอง และผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจและเป็นไปอย่างมีธรรมชาติมีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเอง มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตนเองมีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ หมายถึงการเข้าใจตนเอง การรู้จักตัดสินใจได้ด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น หมายความว่าบุคคลจะยอมรับตนเองพัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเอง และมีความมั่นคงยิ่งขึ้นลดการสั่งสอนและควบคุมผู้อื่น ได้แก่ การใช้อำนาจลดน้อยลง และมีความรู้สึกพึ่งพากันและกัน เชื่อในความสามารถของบุคคล มีการแก้ปัญหาโดยการทำงานเป็นกลุ่ม และเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม

จิรวรรณ วัฒนจินะพงษ์ (2537 : 20) กล่าวว่ากิจกรรมกลุ่มมีส่วนช่วยในการพัฒนาต่าง ๆ จึงเป็นการช่วยให้บุคคลได้พัฒนาตนเองนับตั้งแต่การเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเองอย่างเหมาะสม เข้าใจตนเอง และการที่บุคคลได้ทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน ก็ย่อมจะช่วยพัฒนาทักษะในด้านการฟัง เป็นการฝึกให้เป็นผู้ฟังที่ดี รู้จักกล้าแสดงออก กล้าแสดงความคิดเห็น รู้จักควบคุมการแสดงออกของอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม กล้าที่จะเปิดเผยตนเองต่อบุคคลอื่น

บัทตัน (Button. 1974 : 1-2) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นสิ่งที่จัดขึ้นโดยมี จุดมุ่งหมาย ช่วยส่งเสริมให้มนุษย์เติบโตและพัฒนาขึ้นโดยเฉพาะทักษะด้านสังคม และด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น การจัดกิจกรรมกลุ่มจึงเป็นการสร้างโอกาสให้มนุษย์ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ในบรรยากาศที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อสมาชิกกลุ่มจะพยายามช่วยกลุ่ม และช่วยบุคคลทำงานไปสู่จุดมุ่งหมาย ด้วยเหตุนี้ การเรียนรู้โดยวิธีการกลุ่ม จึงช่วยฝึกทักษะที่จำเป็นหลาย ๆ ด้าน และด้านหนึ่งที่สำคัญก็คือทักษะทางสังคม (Social Skill) เป็นทักษะที่ช่วยให้อยู่ร่วมกันและทำงานกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เช่น ทักษะการเป็นผู้ให้และผู้รับ การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม การควบคุมตนเอง การยอมรับความสามารถของตนเองและผู้อื่น

คมเพชร จิตรสุกุล (2530 : 15-17) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มมีคุณค่าในด้านความเจริญงอกงาม เพิ่มความมั่นใจในตนเอง มีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเองดีขึ้น เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มมีหลายด้าน เช่น มีคุณค่าในด้านการพัฒนา เพราะสามารถสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ได้ มีคุณค่าในการสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม เพราะเมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมจะได้มีโอกาสเรียนรู้เรื่องการปฏิบัติตนในสังคม และในขณะเดียวกันได้เรียนรู้เรื่องการควบคุมการแสดงออกทางด้านอารมณ์ด้วย การได้รับประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนมีคุณค่าในการพัฒนาการด้านทัศนคติ ความสนใจ ความสามารถ และในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม บุคคลจะต้องมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น มีความเคารพบุคคลอื่นจึงจะทำให้อยู่ร่วมกับกลุ่มได้ นอกจากนี้แล้วยังช่วยให้บุคคลอื่นที่มาจากครอบครัวอื่นได้เรียนรู้สังคมสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม

จากการศึกษาเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ประโยชน์ของการจัดกิจกรรมกลุ่มนั้น ช่วยพัฒนาบุคคลในด้านต่าง ๆ ช่วยให้อำนาจการเรียนรู้ด้วยตนเอง เข้าใจตนเอง พัฒนาทักษะทางสังคม และเป็นการส่งเสริมให้เกิดความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ด้วยการใช้เทคนิคต่าง ๆ โดยให้เรียนรู้การอยู่ร่วมกัน การปฏิบัติต่อกันด้วยการแสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อได้อยู่ในสังคมร่วมกัน

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

2.2.1 งานวิจัยในประเทศ

ฤทัยรัตน์ ธรเสนา (2535 : 100) ได้ศึกษาอัตมโนทัศน์หลายมิติของนักศึกษาพยาบาลอุดรธานี จังหวัดอุดรธานี โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า การที่นักศึกษาพยาบาลได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น และความสามารถของตนประสานความคิดของตนเองและกลุ่ม ทำให้นักศึกษาพยาบาลกล้าคิด กล้าทำมากยิ่งขึ้น เกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่นมีความมั่นใจในตนเอง รวมทั้งตระหนักถึงคุณค่าและทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น

วรรณพร โรจน์สัญญากุล (2538 : 53) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนวธิระ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มมีสัมพันธภาพกับเพื่อนดีกว่ากลุ่มที่ได้รับ

ข้อสนเทศ ทั้งนี้เพราะสมาชิกทุกคนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมได้ ลงมือปฏิบัติซึ่งทำให้เกิดแนวคิด และเกิดการเรียนรู้ในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนดีขึ้น

2.2.2 งานวิจัยต่างประเทศ

เล็กซ์ (พิจิตรา พงษ์จินดาการ. 2525 : 41 อ้างอิงจาก Lex. 1975. Disseertation Abstracts International. P. 9039) ได้ทำการวิจัยโดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็น นักเรียนที่เรียนธรรมะปีที่1 ของโรงเรียน St. Meinard Seminary ในมลรัฐอินเดียนาสหรัฐอเมริกา เพื่อศึกษาพัฒนาทางด้านจิตใจของนักศึกษา โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมใช้วิธีการสอนแบบเก่าและกลุ่มทดลองจะใช้กิจกรรมกลุ่มในการสอน ผลปรากฏว่าการพัฒนาจิตใจของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มไม่มีความแตกต่าง แต่ในกลุ่มทดลองนักเรียนพอใจในประสบการณ์ที่ได้เพราะได้รับแรงกระตุ้นให้อภิปราย ได้อย่างอิสระในเรื่องค่านิยมซึ่งเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้เรียน

เทรปปาและไพรค์ (Treppa and Prike. 1972 : 466-467) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเข้าใจในตนเอง โดยแบ่งกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการฝึก และกลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการฝึกเลย กลุ่มละ 11 คน ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ในด้านความสามารถ ในการควบคุมตนเอง คุณค่าของการมีชีวิตรอยู่ การนับถือตนเอง การยอมรับตนเอง ความเข้าใจในความเป็นมนุษย์ ความสามารถในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ และความคิดเกี่ยวกับตนในอุดมคติ

เดอร์ชมิทท์ (Derschmidt. 1977 : 3935 – A) ได้ทำการศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเข้าใจในตนเองของนักศึกษาในกลุ่มทดลองจำนวน 38 คน โดยการให้เข้าร่วมกลุ่มการสัมมนาที่เปิดโอกาสให้แต่ละบุคคลได้แสดงศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุมจำนวน 63 คน ใช้วิธีการเรียนตามปกติ ปรากฏว่าเมื่อเปรียบเทียบทั้ง 2 กลุ่มแล้ว กลุ่มทดลองมีการยอมรับตนเองดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเข้าใจตนเองของทั้งสองกลุ่มนั้นไม่แตกต่าง

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่มพอสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาพฤติกรรมของตนเอง พฤติกรรมกล้าแสดงออก การปรับตัว การรับผิดชอบ การยอมรับตนเอง และการเข้าใจตนเองให้ดีขึ้นได้

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

3.1.1 ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเอง

ไซมอนด์ (Symonds. 1964. 85-86) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ลักษณะพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกด้วยการกระทำและคำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์ ต่างๆ ทั้งในและนอกห้องเรียน ซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ 5 ลักษณะ คือ

1. การกล้าแสดงออก ได้แก่ การกล้าแสดงความสามารถของตนเอง การกล้าแสดงความคิดเห็น การกล้าซักถามข้อสงสัย

2. การพึ่งตนเอง ได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง การทำงานประสบผลสำเร็จ การมีความเพียรพยายาม

3. การเป็นตัวของตัวเอง ได้แก่ การมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรอง การตัดสินใจด้วยตนเอง

4. การมีความรับผิดชอบ ได้แก่ การปฏิบัติหน้าที่ในความรับผิดชอบได้ครบถ้วน การกล้ารับผิดชอบเมื่อกระทำผิด

5. การมีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การมีมนุษยสัมพันธ์กับคนอื่น การรู้จักช่วยเหลือและร่วมมือแก่หมู่คณะ การยอมรับสถานการณ์ใหม่ ๆ

สมิธ (Smith. 1968 : 185) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ความพึงพอใจความภูมิใจในตนเองหรือการยอมรับตนเอง บุคคลใดมีความเชื่อมั่นในตนเองมากน้อยเพียงใดนั้นสามารถพิจารณาได้จากความขัดแย้งระหว่างตนตามเป็นจริง (Real Self) กับตนตามอุดมคติ (Ideal Self) ถ้าความขัดแย้งเกิดขึ้นมากจะเป็นเหตุทำให้ตนมีความรู้สึกไม่มีคุณค่าไม่เหมาะสมและไม่พึงพอใจ ซึ่งหมายถึงขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เกิดความวิตกกังวล ขาดความอบอุ่นใจและชอบพึ่งผู้อื่น

แบลร์ (อุดม สำอางค์กุล. 2519 : 22 ; อ้างอิงจาก Blair. 1968. *Educational Psychology*. P. 138) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นความมั่นใจ ความเพียรพยายาม และความกล้าหาญในการที่จะกระทำสิ่งใดให้ประสบความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ โดยไม่หวาดหวั่นต่ออุปสรรค กล้าที่จะเผชิญกับสถานการณ์ใด ๆ ด้วยความไม่กลัว

สุชา จันทน์เอม (2510 : 152) กล่าวว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะเป็นคนที่มีความสามารถตัดสินใจได้อย่างฉับพลัน ไม่มีจิตใจเรววนทั้งสิ้น จะทำให้มีลักษณะของความเป็นผู้นำเป็นที่เชื่อถือและไว้วางใจของผู้อื่น ทำให้ผู้อื่นอยากทำงานร่วมด้วย

นอกจากนี้ ซูซีฟ อ่อนโคสูง (2516 : 7) ให้ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองว่าเป็นความแน่ใจหรือมั่นใจหรือกล้าหาญของบุคคลที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จลุล่วงได้ตามที่บุคคลนั้นตั้งใจ แม้จะมีเหตุการณ์หรือสิ่งอื่นใดมาเป็นอุปสรรคก็ไม่เกิดความท้อถอยแต่อย่างใด ยังคงตั้งใจกระทำสิ่งนั้น ๆ ต่อไปจนกว่าตนจะสามารถกระทำสิ่งที่กำลังทำอยู่ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความถูกต้อง

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกด้วยการกระทำและคำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ โดยไม่ขัดแย้งกันระหว่างตนที่เป็นจริง (Real self) กับตนตามอุดมคติ (Ideal self) เพื่อทำสิ่งที่ตนมุ่งหวังให้สำเร็จถึงแม้จะมีอุปสรรคก็ไม่รู้สึกหวาดหวั่น

3.1.2 ความสำคัญของความเชื่อมั่นในตนเอง

สุชา จันทรโธม (2510 : 147) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นบุคลิกภาพทางสังคมที่ควรปลูกฝังและส่งเสริมให้เด็กมีการพัฒนาอยู่เสมอ เพราะคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีบุคลิกภาพดี มองโลกในแง่ดี มีความรู้สึกปลอดภัย กล้าแสดงออกในทางที่ถูกที่ควร มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานและสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

สวนา พรพัฒน์กุล (2520 : 17) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นสิ่งที่แสดงว่าบุคคลเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีความหมายต่อสังคม ถ้าบุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเองแล้วก็จะไม่เฉยเมยต่อสภาวะการณ์ต่างๆ ในสังคมของตน แต่จะเข้าไปมีส่วนร่วมตามสิทธิและหน้าที่อย่างถูกต้อง ดังนั้นความเชื่อมั่นในตนเองจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะกระตุ้นให้ทุกคนกล้าแสดงออกซึ่งความคิดเห็นและการกระทำในทุก ๆ สิ่งที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความอยู่รอดของสังคม

สมาคมการศึกษาแห่งอเมริกา (มานิดา ทองทวี. 2526 : 7 ; อ้างอิงจาก Child Study Association of America. 1952. *Our children today*. P. 366) ได้ระบุถึงความเชื่อมั่นในตนเองว่า มักเกิดขึ้นกับเด็กที่ประสบความสำเร็จในการกระทำสิ่งต่าง ๆ เสมอ บุคคลที่ประสบความสำเร็จมากเท่าไร ย่อมมีความเชื่อมั่นในตนเองมากเท่านั้น บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะรู้สึกว่าไม่ถูกข่มขู่จากบุคคลอื่น ส่งผลให้ความยุ่งยากใจต่าง ๆ ลดลงหรือหมดไป ทำให้มีความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้ได้ผลดียิ่งขึ้น สามารถฟังความคิดเห็น คำนิยมของผู้อื่นได้ด้วยลักษณะของบุคคลที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์

นอกจากนี้ ชูชีพ อ่อนโกลสูง (2516 : 14-16) กล่าวว่า เด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีความสามารถในการควบคุมตนเอง มีความรับผิดชอบและสามารถแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ส่วนเด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง คือเด็กที่ไม่บรรลุนิติภาวะ ไม่กระปรี้กระเปร่าในการทำสิ่งต่าง ๆ ไม่ยอมต่อสู้กับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง ซึ่งผลของการขาดความเชื่อมั่นในตนเองจะทำให้เด็กคอยพึ่งพาคนอื่นอยู่เสมอ ผลที่ตามมาคือ ขาดความกล้าที่จะเผชิญต่ออุปสรรคและเป็นอุปสรรคอย่างยิ่งในการพัฒนาบุคคลอันเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ ดังนั้น จึงควร ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเองจะเกิดขึ้นกับบุคคลที่ประสบผลสำเร็จในกระทำการต่าง ๆ และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ทำให้มีบุคลิกภาพที่งดงามและมีความกล้าที่จะแสดงความสามารถของตนทั้งที่เป็นความคิดและการกระทำออกมาให้คนอื่นได้รับรู้ได้อย่างเหมาะสม

3.1.3 ลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง

เบรคเคนริดจ์ (Breckenridge. 1955 : 249) ได้กล่าวถึงลักษณะของเด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าจะต้องมีความสามารถในการควบคุมตนเอง มีความรับผิดชอบและสามารถแสดงความคิดเห็นอันเป็นประโยชน์ต่อสังคม ส่วนเด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองจะมีลักษณะไม่บรรลุนิติภาวะทางอารมณ์ ไม่กระตือรือร้นในกระทำการต่าง ๆ และไม่ยอมต่อสู้กับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง

ไซมอนด์ (Symonds. 1969 : 85-86) ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าจะกระทำการต่าง ๆ โดยคิดก่อนที่จะกระทำการใดลงไปและจะไม่ยอมจำนนต่อสิ่งใดโดยสิ้นเชิงเสียทีเดียว โดยลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองประกอบด้วย

1. รู้ในสิ่งที่ต้องกระทำ
2. คิดในสิ่งที่เห็นว่าสามารถกระทำได้สำเร็จ
3. สามารถกระทำจริง ๆ กับสิ่งที่ได้ตัดสินใจแล้ว

ส่วนบุคคลขาดความเชื่อมั่นในตนเองมักจะมีแต่ความขลาดกลัวไม่แน่ใจในตนเองมักใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในทางจินตนาการในสิ่งที่ตนต้องการ และไม่กระทำการใดตามลำดับแห่งความเป็นจริง เนื่องจากขาดความรู้ ขาดความกล้าและเกียจคร้าน จนกระทั่งกลายเป็นไม่ทำอะไรเลย (พิสันท์ คงรักษา. 2536 : 40)

ซูซีฟ อ่อนโคกสูง (2516 : 27) ได้แบ่งลักษณะพฤติกรรมของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองไว้ ดังนี้

1. มีความมั่นใจในการคิด การพูด และการกระทำของตน และมั่นใจว่าจะพบความสำเร็จในสิ่งที่ต้องการ
2. ไม่เชื่อผู้อื่นโดยไร้เหตุผล มีความมั่นคงทางจิตใจ
3. มีความรอบคอบและมีการวางแผน
4. มีความริเริ่มสร้างสรรค์ชอบกระทำการแปลก ๆ ใหม่ ๆ
5. ไม่วิตกกังวลจนเกินไป สามารถควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในสภาวะปกติได้
6. ไม่หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เป็นปัญหา และมีความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี กล้าเสี่ยง
7. กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าตัดสินใจและกล้าเผชิญความเป็นจริง
8. มีความรับผิดชอบสูง
9. ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ง่าย
10. เป็นผู้นำ
11. รักความยุติธรรม
12. มีความเกรงใจและเห็นใจผู้อื่น
13. ชอบช่วยเหลือผู้อื่น

สุชา จันทน์เอม (2510 : 147) ได้กล่าวว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีบุคลิกภาพที่มองโลกในแง่ดี มีความรู้สึกปลอดภัยและกล้าแสดงออกในทางที่ถูกที่ควรมีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานของตน มีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

นอกจากนี้ วินัย ธรรมศิลป์ (2527 : 27) กล่าวว่า ลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะกล้าตัดสินใจด้วยตนเองเมื่อประสบปัญหา มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานของตนสามารถประสบความสำเร็จในการงาน สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง จะเป็นผู้ที่สามารถควบคุมตนเองได้ มีความรับผิดชอบ สามารถแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคมประเทศชาติ มีความกระตือรือร้น คิดก่อนที่จะกระทำการสิ่งต่าง ๆ มองโลกในแง่ดี สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดี และมีความเชื่อมั่นในการกระทำของตนเอง

3.1.4 แนวทางในการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง

การที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะทำให้บุคคลมีบุคลิกภาพ และมีคุณลักษณะที่เหมาะสมในการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กนั้น เกิดความรู้สึกนึกคิดและการรับรู้เกี่ยวกับตนเองทั้งในแง่บวกและแง่ลบ ซึ่งเป็นความคิดพื้นฐาน หรือความเชื่อมั่นเบื้องต้น ที่ทำให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเอง หรือขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองได้ ก็ต่อเมื่อได้รับความรักความสนใจจากพ่อแม่ การส่งเสริมให้เด็กแสดงความคิดเห็นและมีอิสระในการตัดสินใจหากเด็กที่ถูกพ่อแม่ควบคุมให้ปฏิบัติตามอยู่ในขอบเขตที่พ่อแม่ต้องการ จะทำให้เด็กขาดอิสระที่จะคิดหรือตัดสินใจด้วยตนเอง เมื่อพบปัญหาที่ไม่สามารถตัดสินใจได้ เพราะไม่เคยฝึกการแก้ปัญหา มาก่อน (สุมาลี วงศ์ปลุกแก้ว, 2526 : 19) ดังนั้น ทางโรงเรียนควรสร้างบรรยากาศที่จะช่วยให้เด็กรู้สึกอบอุ่นด้วยการแสดงความเป็นมิตรกับเด็ก พูดกับเด็กอย่างเป็นกันเอง อดทนที่จะฟังเด็กพูดอย่างตั้งใจเปิดโอกาสให้เด็กแสดงออก และยอมรับความสามารถของเด็กทุกคน (แจ่มจันทร์ เกียรติกุล, 2531 : 23-24)

ปัจจัยในการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ได้แก่ การจัดกิจกรรมให้เด็กได้แสดงออกได้ตัดสินใจ มีความมุ่งมั่นที่จะทำงานให้สำเร็จตามต้องการ มีความรับผิดชอบและปรับตัวเข้ากับ สิ่งแวดล้อมได้ดี โดยครูเป็นผู้ให้เด็กได้มีโอกาสเลือกทำกิจกรรมอย่างอิสระด้วยตนเอง (จงใจ ขจรศิลป์, 2532 : 29)

3.1.5 การสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง

เดโช สวานนท์ (2516 : 255) ได้เสนอแนวทางปฏิบัติเพื่อสร้างความเชื่อมั่นในตนเองไว้ดังนี้

1. ไม่แะแสดอดีตที่ผิดพลาดและเริ่มต้นให้ได้ตั้งแต่นี้เป็นต้นไป
2. ไม่พูดในเรื่องที่ก่อให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ถดถอย
3. เชื่อมั่นในความสามารถพิเศษที่มีอยู่ในตนเอง ความสามารถส่วนที่ยังปิดบังซ่อนเร้นในตัวของเราแล้วยังมีอยู่อีก
4. จงคิดแต่ในด้านที่ไม่เป็นอุปสรรคและคิดถึงอุปสรรคแต่เพียงพอประมาณ
5. สร้างภาพความเป็นผู้มีชัยในความคิดเสมอ
6. สะสมความสำเร็จเล็ก ๆ น้อย ๆ ในชีวิต เพื่อเป็นบันไดก้าวไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเองอย่างแท้จริงในบั้นปลาย

นอกจากนี้ ละเอียต จงกลมณี (2529 : 14-15) ได้เสนอแนวทางในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเองสำหรับบุคคลที่ต้องการจะปรับปรุง และพัฒนาดตนเองไว้ ดังนี้

1. กล้าเป็นตัวของตัวเอง รับสภาพความเป็นจริงทั้งหมดเกี่ยวกับตนเองว่า เด่น ด้อย ด้านใด กล้าหาญในการตัดสินใจและเป็นตัวของตัวเอง

2. สร้างความสามารถให้กับตน เมื่อรู้ว่าตนขาดความเชื่อมั่นด้านใด เพราะอะไรก็ควรศึกษาหาความรู้ฝึกฝนให้รู้และเชี่ยวชาญยิ่งขึ้น เพราะยิ่งมีความรู้มากก็มีคนมาขอคำแนะนำปรึกษามีคนนิยมเชื่อถือมากขึ้น จะก่อให้เกิดความรู้สึกพอใจและภูมิใจในตนเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานของความเชื่อมั่นในตนเอง

3. สะสมความสำเร็จ ผลสำเร็จของงานที่เราสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ หรือคำยกย่องชมเชยจากผู้อื่น จะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ในทางตรงกันข้ามงานที่เราทำไม่ค่อยสำเร็จความผิดพลาดต่าง ๆ ตลอดจนคำตำหนิตติเตียนจากผู้อื่นจะเป็นสิ่งที่ทำให้ความเชื่อมั่นในตนเองลดน้อยลงไปได้เช่นกัน บางครั้งการติชมอาจเชื่อถือไม่ได้นัก ถ้าคนอื่นมีความลำเอียง จึงควรใช้วิจารณญาณเลือกรับคำชมที่เป็นประโยชน์ และสมเหตุผลไว้เป็นรากฐานสร้างความเชื่อมั่นต่อไป

4. ปรับปรุงแก้ไขสิ่งที่เป็นปัญหาที่สำคัญต่ออาชีพหรือชีวิตประจำวัน ปัญหาที่เล็กน้อยไม่สำคัญควรตัดทิ้งไป ไม่เอามาวิตกกังวลเป็นปมด้อย ถ้าปัญหานั้นสำคัญต่ออาชีพหรือชีวิตประจำวันของเราก็ควรปรับปรุงแก้ไขเสีย ก็สามารถแก้ไขได้ เราจะรู้สึกภูมิใจ และมีความเชื่อมั่นในตนเองยิ่งขึ้น

5. เห็นคุณค่าของสิ่งที่ดีที่ตนมีอยู่ เราควรมองเห็นคุณค่าของตนเอง เพราะเราเป็นผู้เดียวที่มองเห็นความสามารถและความเจริญเติบโตของตัวเรามาตลอด ใช้สิ่งที่เป็นข้อดีที่เรามีอยู่นั้นให้เป็นประโยชน์พร้อมกับศึกษาหาทางปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป เพื่อจะได้สร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้สูงขึ้น

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การสร้างความเชื่อมั่นในตนเองมีแนวทางปฏิบัติ คือ ต้องไม่ยึดติดกับความผิดพลาดที่ผ่านมาในอดีต ชอบสะสมความสำเร็จเล็กๆ น้อย ๆ เพื่อก้าวไปสู่ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ กล้าที่จะเป็นตัวของตัวเอง และเห็นคุณค่าในสิ่งที่ดีที่ตนเองมีอยู่

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

3.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

มัสเสน (Mussen. 1969 : 261) ได้ศึกษาพบว่าพ่อแม่ที่ปล่อยให้เด็กเป็นอิสระในการช่วยเหลือตนเองและสนองความต้องการในด้านความอยากรู้อยากเห็น จะทำให้เด็กมีความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง ฟังตนเอง มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าคิด กล้าตัดสินใจ กล้าพูด กล้าแสดงออก สามารถเผชิญสถานการณ์ใหม่ โดยไม่วิตกกังวล และมีความเชื่อมั่นในตนเอง

โซเบน (สุมาลี วงศ์ปลุกแก้ว. 2526 : 21 ; อ้างอิงจาก Shoben. 1950 *Assessment of parental attitudes in relation to child adjustment*. P. 148) ได้ศึกษาพบว่า บิดามารดาที่เข้มงวด กวดขันกับลูกทำให้ลูกขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ขาดความกล้าแสดงความคิดเห็น ไม่กล้าตัดสินใจด้วยตนเอง

เพนเทอร์ (วินัย ธรรมศิลป์. 2527 : 31 ; อ้างอิงจาก Painter. 1968. *Dissertation science*. P. 875) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการจูงใจกับความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชายระดับวิทยาลัย 10 คน พบว่า ระดับความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์เป็นเส้นตรงกับความสามารถในการจูงใจ กล่าวคือ คนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงจะมีความสามารถในการจูงใจสูงและมักจะได้เป็นผู้นำ

ดักเกอร์ (วาสนา ผดุงธรรม. 2529 : 10 ; อ้างอิงจาก Dugger. 1969. *Dissertation Abstracts*. P. 1817-A) ได้ศึกษาเรื่องความเป็นผู้นำและไม่เป็นผู้นำพบว่า ผู้นำจะมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงและมีบุคลิกภาพแสดงตัว

เมดินัส และจอห์นสัน (มานิดา ทองทวี. 2526 : 12 ; อ้างอิงจาก Medinus and Johnson. 1969. *Journal of experimental*. P. 596) ได้สรุปคุณสมบัติความเป็นผู้นำว่า บุคคลที่สามารถเป็นผู้นำได้นั้น นอกจากจะมีลักษณะเด่นหลายอย่าง เช่น สถิติปัญญาดี ปรับตัวเก่ง มีความคิดสร้างสรรค์ลักษณะเด่นที่จะขาดเสียไม่ได้ คือ มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง และมีความรับผิดชอบ

เฟลมมิง (Fleming. 1995 : 779) ได้ศึกษาพบว่า การให้ประสบการณ์ต่าง ๆ แก่นักเรียนก่อนการปฏิบัติจริง จะทำให้นักเรียนมีความเป็นตัวของตัวเอง และมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นตลอดทั้งสามารถปฏิบัติงานต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี

3.2.2 งานวิจัยในประเทศ

ซูชีพ อ่อนโคกสูง (2526 : 96-98) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว ความวิตกกังวล ความเชื่อมั่นในตนเองกับคุณธรรมแห่งพลเมืองดี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 300 คน ผลการศึกษาพบว่า เด็กชายมีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่าเด็กหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงมีบุคลิกภาพแสดงตัวมากกว่าเด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงมีความวิตกกังวลต่ำกว่าเด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ เด็กที่ผู้ปกครองรับราชการและค้าขายมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าเด็กที่ผู้ปกครองประกอบอาชีพอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเด็กที่ผู้ปกครองมีอาชีพรับราชการมีความเชื่อมั่นไม่แตกต่างไปจากเด็กที่ผู้ปกครองมีอาชีพค้าขายและนอกจากนี้ยังพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์เป็นเส้นตรงกับความเป็นผู้นำและความเกรงใจ

ทัศนิตา ระเบียบดี (2529 : 45-46) ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิค "แม่แบบ" โดยใช้สไลด์การ์ตูนเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร จำนวน 40 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้แม่แบบ มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วาสนา ผดุงทรง (2529 : 47-49) ได้ศึกษาผลของการอภิปรายภาพวาดเป็นกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2528 โรงเรียนปัญญาวรคุณ จำนวน 20 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยวิธีอภิปรายภาพวาดเป็นกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าเดิม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนตามปกติมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าเดิม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มานะ พ่วงความสุข (2536 : 58) ได้ศึกษาผลของการฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนหาดอมราอักษรลักษณ์วิทยา จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 16 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกความรู้สึกไวมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มมากขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับข้อสนเทศ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุวรรณี จิตวิริยะยิ่งยง (2540 : 61) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิสุทธิกษัตริย์ จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 20 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จิรวดี จุลสำรวล (2540 : 68-69) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลองกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ วัดใหญ่อินทาราม จังหวัดชลบุรี จำนวน 16 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการใช้สถานการณ์จำลองและนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ชิตชนก รุ่งแสง (2541 : 42) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองเกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ กรุงเทพมหานคร จำนวน 20 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองเกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยมากกว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เยาวเรศ สุมณ (2542 : 46) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการเสริมแรงแบบ ดี อาร์ เอชกับการควบคุมตนเองที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนประชานิเวศน์ กรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการเสริมแรงแบบ ดี อาร์ เอช กับนักเรียนที่ควบคุมตนเองมีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มที่ควบคุมตนเองมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มที่ได้รับการเสริมแรงแบบ ดี อาร์ เอช

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเองทั้งในประเทศและต่างประเทศ สรุปได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นความรู้สึกของบุคคลที่แสดงออกมาได้อย่างเหมาะสม โดยไม่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิของบุคคลอื่น ดังนั้น จึงจำเป็นต้องหาวิธีการที่จะพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งมีผู้ที่ศึกษาวิธีการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้เสนอไว้หลายวิธีที่ได้ผลดี ได้แก่ การให้เด็กเป็นอิสระในการช่วยเหลือตนเองและตอบสนองความต้องการของเด็ก การให้ประสบการณ์ต่าง ๆ แก่เด็กก่อนลงมือปฏิบัติจริง การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคล การใช้เทคนิคแม่แบบ การอภิปรายภาพวาดเป็นกลุ่ม การฝึกความรู้สึกไว การใช้สถานการณ์จำลอง การเสริมแรง การควบคุมตนเอง ส่วนวิธีการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกิจกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เป็นวิธีที่ผู้วิจัยคาดว่าน่าจะพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงศึกษาการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2547 ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อย จำนวน 30 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2547 ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยจำนวน 30 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 15 คน โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังนี้

2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 44 คน ตอบแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับปัญหาทั่วไป แล้วคัดเลือกเฉพาะนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยได้จำนวน 30 คน

2.2 ผู้วิจัยขอความร่วมมือนักเรียนให้เข้าร่วมการทดลองทุกคน แล้วผู้วิจัยจึงสุ่มนักเรียนอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 15 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกดังนี้

1.1 ศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก

1.2 สร้างโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก จากข้อมูลที่ได้ในข้อ 1.1 ให้ สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและนิยามศัพท์เฉพาะ

1.3 นำโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน ได้แก่ รองศาสตราจารย์เวณิ กรีทอง อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ กนกวดี พึ่งโพธิ์ทอง ตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์ เนื้อหา และวิธีดำเนินการกับนิยามศัพท์เฉพาะ

1.4 นำโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบ่อ (นนทวิทยา) ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ และเวลาที่ใช้ในการทดลอง

1.5 นำโปรแกรมที่ทดลองใช้มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อใช้ในงานวิจัยต่อไป

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ดำเนินการเป็นเวลา 6 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เวลา 15.00 ถึง 15.50 น. ในวันจันทร์ และวันพุธ (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

2. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโปรแกรมเข้าการร่วมกิจกรรมกลุ่มดังนี้

2.1 ศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

2.2 สร้างโปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจากข้อมูลที่ได้ในข้อ 1.1 ให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและนิยามศัพท์เฉพาะ

2.3 นำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม จำนวน 3 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรง โดยตรวจสอบให้มีความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์ และวิธีดำเนินการกับนิยามศัพท์เฉพาะ

2.4 นำโปรแกรมการร่วมกิจกรรมกลุ่มมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบ่อ(นนทวิทยา) ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 15 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ และเวลาที่ใช้การทดลอง

2.5 นำโปรแกรมที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อใช้ในงานวิจัยต่อไป

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มดำเนินการเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เวลา 15.00 ถึง 15.50 น. ในวันอังคาร และวันพฤหัสบดี

(ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

3. แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนี้

3.1 ผู้วิจัยศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

3.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 3.1 โดยปรับปรุงจากแบบสอบถามของ ชูชีพ อ่อนโคกสูง (2516) และทัศนิตา ระเบียบดี (2529)

3.3 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองที่สร้างขึ้นจำนวน 21 ข้อไปหาความเที่ยงตรงโดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม จำนวน 3 คน พิจารณาข้อความในแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ และผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.4 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบ่อ(นนทริทาลัย) ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน แล้วนำแบบสอบถามมาตรวจให้คะแนนเพื่อวิเคราะห์หา ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถาม โดยใช้เทคนิค 25% กลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ แล้วทดสอบด้วย t - test และคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดย มีค่า t ระหว่าง 2.222 - 5.996 ได้จำนวน 15 ข้อ

3.5 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วในข้อ 3.4 มาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .7570

ลักษณะแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นแบบสอบถามที่เป็นสถานการณ์ ดังตัวอย่าง

ตัวอย่างแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

คำชี้แจง แบบสอบถามชุดนี้ มีวัตถุประสงค์ที่จะสำรวจความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของนักเรียน ถ้านักเรียนประสบกับสถานการณ์หรือเรื่องราวต่าง ๆ เหล่านั้น นักเรียนจะรู้สึกอย่างไรในสถานการณ์นั้น ๆ โดยให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกและการกระทำจริง ๆ ของนักเรียนเพียงข้อเดียว เมื่อเลือกข้อใดแล้วให้นำไปเขียนลงในกระดาษคำตอบที่แจกให้ต่างหาก ดังนั้น ในการตอบแบบสอบถามจึงควรปฏิบัติดังนี้

1. ก่อนตอบแบบสอบถามแต่ละข้อ โปรดอ่านข้อความที่กำหนดให้เข้าใจเสียก่อน
2. เมื่อเข้าใจข้อความที่อ่านแล้ว จึงพิจารณาตัดสินใจเลือกคำตอบ โดยขีดเครื่องหมาย X ลงบนอักษร ก ข หรือ ค บนกระดาษคำตอบ ที่ตรงกับความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด
3. คำตอบของนักเรียน ไม่มีคำตอบใดผิด แต่คำตอบอาจแตกต่างกันไปตามความรู้สึกหรือความคิดเห็นของแต่ละบุคคล
4. โปรดตอบคำถามทุกข้อ เพราะถ้าขาดข้อใดข้อหนึ่งไป แบบสอบถามนี้จะใช้ไม่ได้ทันที

ตัวอย่าง ความเชื่อมั่นในตนเองด้าน การกล้าแสดงออก

ครูมอบหมายให้เอกรัฐ ซึ่งเป็นหัวหน้าห้อง ป.5 ไปกล่าวนำสวดมนต์หน้าแถวตอนเช้า แม้ว่าเอกรัฐจะเคยทำหน้าที่นี้มาบ้างแล้วที่โรงเรียนเดิม แต่โรงเรียนใหม่เป็นโรงเรียนใหญ่และมีนักเรียนมากกว่าโรงเรียนเดิมมาก ถ้านักเรียนเป็นเอกรัฐ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ยืนตื้อออกไปกล่าวนำสวดมนต์ด้วยความเต็มใจ (3)
- ข. ไปขอร้องให้คนอื่นทำหน้าที่แทน (1)
- ค. ยอมออกไปสวดมนต์ด้วยความรู้สึกประหม่า (2)

ตัวอย่าง ความเชื่อมั่นในตนเองด้าน การพึ่งตนเอง

ครูสั่งให้นักเรียนทำการบ้านวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตมาส่ง โดยให้นักเรียนค้นคว้าในหัวข้อต่าง ๆ อิมใจมีปัญหาในการทำการบ้านครั้งนี้ เพราะเรื่องที่จะค้นคว้านั้นเป็นเรื่องที่หายาก สมบัติซึ่งเป็นเพื่อนจากโรงเรียนเดิมของอิมใจ เสนอความคิดเห็นว่า ตนเองมีการบ้านหัวข้อคล้ายกัน และให้เอาการบ้านของตนไปลอก เพราะสมบัติได้ค้นคว้ามามากแล้ว ถ้านักเรียนถ้านักเรียนเป็นอิมใจ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ขอดูการบ้านจากสมบัติเป็นตัวอย่าง (2)
- ข. พยายามค้นคว้าด้วยตนเอง (3)
- ค. ไม่ทำการบ้านส่งครู เพราะหาไม่ได้ (1)

ตัวอย่าง ความเชื่อมั่นในตนเองด้าน เพียรพยายามการเป็นตัวของตนเอง

อัมบุญ เป็นคนที่กลัวผีและเชื่อเรื่องผีมากเข้าวันหนึ่ง อัมบุญเล่าให้เพื่อนสนิทที่ชื่อบาร์มีฟังว่า เมื่อคืน อัมบุญได้ฝันถึงยายที่ตายไปแล้วมาหา และในขณะเดียวกัน ที่ใกล้ ๆ บ้านของเขามีหมาหอนทั้งคืน หมามันคงจะเห็นผียายจึงหอนแบบนั้น ถ้านักเรียนเป็นบาร์มี นักเรียนจะคิดอย่างไรเกี่ยวกับเรื่องนี้

- ก. คิดว่าหมาหอนเพราะเห็นผีจริง (1)
- ข. ยังไม่แน่ใจว่าหมาจะเห็นผีจริง (2)
- ค. คิดว่าหมาอาจจะหอนเอง โดยไม่จำเป็นต้องเห็นผี (3)

ตัวอย่าง ความเชื่อมั่นในตัวเองด้าน การมีความรับผิดชอบ

สุดาชอบยืมหนังสือมาจากมยุรี ขณะที่สุดาอ่านหนังสือเล่มนั้นอยู่ บังเอิญมือไปโดนแก้วนมหกใส่หนังสือ จึงทำให้หนังสือเปียกและสกปรก เมื่อมาลียืมหนังสือไปอ่านต่อและส่งคืนหนังสือให้มยุรี จึงเกิดปัญหาว่าใครกันที่เป็นคนทำหนังสือสกปรก ถ้านักเรียนเป็นสุดา นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. เฉย ๆ ทำเป็นไม่รู้เรื่องที่เกิดขึ้น (1)
- ข. บอกกับมยุรีตรง ๆ ว่าตนเองเป็นคนทำ โดยไม่ต้องรอให้ถาม (3)
- ค. ยอมรับว่าตนทำสกปรก เมื่อมยุรีไปถามมาลีมาแล้ว (2)

เกณฑ์การให้คะแนน

3 คะแนน	หมายถึง	นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมาก
2 คะแนน	หมายถึง	นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองปานกลาง
1 คะแนน	หมายถึง	นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยมาก

การเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบ Randomized Two Group Pretest – Posttest Design
ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Two Group Pretest – Posttest Design

กลุ่มตัวอย่าง	ทดสอบก่อน	ทดลอง	ทดสอบหลัง
RE ₁	T ₁ E ₁	X ₁	T ₂ E ₁
RE ₂	T ₁ E ₂	X ₂	T ₂ E ₂

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิจัย

RE ₁	หมายถึง	กลุ่มทดลองที่ 1ที่ได้จากการสุ่ม
RE ₂	หมายถึง	กลุ่มทดลองที่ 2ที่ได้จากการสุ่ม
T ₁ E ₁	หมายถึง	การทดสอบก่อนทดลองของกลุ่มทดลองที่ 1
T ₁ E ₂	หมายถึง	การทดสอบก่อนทดลองของกลุ่มทดลองที่ 2
X ₁	หมายถึง	การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
X ₂	หมายถึง	การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
T ₂ E ₁	หมายถึง	การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่ 1
T ₂ E ₂	หมายถึง	การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่ 2

วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามแบบแผนการทดลอง Randomized Two Group Pretest – Posttest Design เป็นขั้น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นก่อนทดลอง

ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองแล้วเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนทดลอง (Pretest)

ขั้นที่ 2 ขั้นทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเอง ทั้งสองกลุ่ม ดังนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามโปรแกรมการฝึก

พฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็น เวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เวลา 15.00 – 15.50 น. ในวันจันทร์ และวันพุธ ตั้งแต่วันที่ 21 มิถุนายน 2547 – 4 สิงหาคม 2547

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามโปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เวลา 15.00 – 15.50 น. ในวันอังคาร และพฤหัสบดี ตั้งแต่วันที่ 22 มิถุนายน 2547 – 5 สิงหาคม 2547

ขั้นที่ 3 ขั้นหลังทดลอง

ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองชุดเดิมแล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังทดลอง (Posttest)

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)

2. เปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)

3. เปรียบเทียบผลต่างของความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยใช้ t-test แบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent sample)

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

4.2 สถิติวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ

4.2.1 หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง โดยใช้แบบเทคนิค 25% กลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ แล้วทดสอบด้วย t-test

4.2.2 หาค่าความเชื่อมั่นโดยหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient)

ของครอนบาค (Cronbach)

4.3 สถิติวิเคราะห์สมมติฐาน

4.3.1 วิเคราะห์เปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละกลุ่ม โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 และข้อ 2

4.3.2 วิเคราะห์เปรียบเทียบผลต่างของความเชื่อมั่นในตนเอง ของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้ t-test แบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent sample) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 3

บทที่ 4

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลของการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}_{diff}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของผลต่างของคะแนนก่อนและ หลังการทดลอง
S	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความ เชื่อมั่นในตนเองก่อนและหลังการทดลอง
S_{diff}	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลต่างของ คะแนนความเชื่อมั่นในตนเองก่อนและหลังการทดลอง
ΣD	แทน	ผลรวมของคะแนนความแตกต่างของความเชื่อมั่นใน ตนเองก่อนและหลังการทดลอง
ΣD^2	แทน	ผลรวมของคะแนนความแตกต่างของความเชื่อมั่นใน ตนเองก่อนและหลังการทดลองยกกำลังสอง
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาการแจกแจง t

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. เปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
 2. เปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
 3. เปรียบเทียบผลต่างของความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับนักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 2,3 และ 4 ตามลำดับ

ตาราง 2 แสดงการเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
กลุ่มทดลองที่1 ก่อนและหลังได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

กลุ่มทดลองที่ 1	N	$\bar{X}$	S	ΣD	ΣD^2	t
ก่อนทดลอง	15	26.20	3.16			
				155	1725	13.484**
หลังทดลอง	15	36.53	2.80			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือ การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

ตาราง 3 แสดงการเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
กลุ่มทดลองที่2 ก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มทดลองที่ 2	N	$\bar{X}$	S	ΣD	ΣD^2	t
ก่อนทดลอง	15	25.40	2.82	85	701	5.545**
หลังทดลอง	15	31.06	3.43			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือ การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2

ตาราง 4 แสดงการเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรม
กล้าแสดงออก และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการฝึกการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}_{diff}$	S _{diff}	t
กลุ่มทดลองที่ 1	15	9.93	3.10	4.780**
กลุ่มทดลองที่ 2	15	5.66	3.95	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือ การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกทำให้นักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่านักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ซึ่ง สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

บทที่ 5

สรุปผลและอภิปรายผล

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับนักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยจำนวน 30 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2547 ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยจำนวน 30 คนแล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 15 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

วิธีการดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามแบบแผนการทดลอง Randomized Two Group Pretest – Posttest Design เป็นขั้น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นก่อนทดลอง

ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนทดลอง (Pretest)

ขั้นที่ 2 ขั้นทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเอง ทั้งสองกลุ่ม ดังนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามโปรแกรมการฝึก พฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็น เวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เวลา 15.00 – 15.50 น. ในวันจันทร์ และวันพุธ ตั้งแต่วันที่ 21 มิถุนายน 2547 – 4 สิงหาคม 2547

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามโปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เวลา 15.00 – 15.50 น. ในวันอังคารและวันพฤหัสบดี ตั้งแต่วันที่ 22 มิถุนายน – 5 สิงหาคม 2547

ขั้นที่ 3 ขั้นหลังทดลอง

ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง ชุดเดิมแล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังทดลอง (Posttest)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)
2. เปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent sample)
3. เปรียบเทียบผลต่างของความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยใช้ t – test แบบเป็นอิสระต่อกัน (t- test for independent sample)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกกับนักเรียนที่รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า

จากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ปรากฏผล ดังนี้

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 แสดงว่าการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนได้ ทั้งนี้เพราะการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นวิธีการที่ช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะทำให้ความวิตกกังวลลดน้อยลงกล้าแสดงออกมากขึ้น โดยสามารถแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองให้ผู้อื่นได้รับรู้เป็นการเลือกที่จะทำอย่างไร เป็นการแสดงสิทธิของตนเองตามคงตามความเหมาะสม ซึ่งจะทำให้นักเรียนลดความวิตกกังวลและเกิดความเชื่อมั่นในการแสดงออกอย่างเหมาะสม ทั้งด้านภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทางตามสิทธิที่ตนมี โดยไม่ก้าวร้าวสิทธิของผู้อื่นและเป็นที่ยอมรับของสังคม (Bower and Bower. 1976 : 4)

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ วรายุทธ ทวีลาภ (2539 : 54) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการควบคุมตนเองที่มีต่อพฤติกรรมประชาธิปไตยด้านการระดมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบ้านห้วยยายจิว อำเภอเทพสถิต จังหวัดชัยภูมิ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมประชาธิปไตยด้านการระดมเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับ ผลการวิจัยของ สุลักษณ์ สินทร์พย (2543 : 48) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกการใช้ตัวแบบการรื้อ และการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อพฤติกรรมกรหลีกเลียงยาเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงโรงเรียนบ้านมะค่า (คงฤทธิบัวสุวรรณอนุสรณ์) อำเภอโนนสูง จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมกรหลีกเลียงยาเสพติดเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับ ผลการวิจัยของณรงค์เดช ชัยเนตร (2545:52) ที่ได้ศึกษาผลการศึกษาการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดชนะสงคราม เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร นักเรียนมีพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกมากขึ้น หลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการสังเกตของผู้วิจัยในขณะดำเนินการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลอง พบว่า นักเรียนความสนใจและให้ความร่วมมือในการฝึก ทั้งนี้

เพราะว่า ในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกแต่ละครั้ง ผู้วิจัยได้จัดเนื้อหาของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกให้มีความหลากหลายและใกล้เคียงกับชีวิตประจำวันทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน และเหมาะสมกับวัยของนักเรียน นักเรียนจึงมีความสนใจเป็นอย่างมาก ถึงแม้ในช่วงแรกนักเรียนจะยังไม่มีความเข้าใจในกิจกรรมมากนักจึงยังทำกิจกรรมได้ไม่ดีเท่าที่ควรแต่เมื่อร่วมกิจกรรมไประยะหนึ่งนักเรียนก็สามารถเข้าใจและร่วมกิจกรรมอย่างเต็มที่ซึ่งทำให้เกิดพัฒนาการมากขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนให้ความสนใจและปฏิบัติตามพร้อมทั้งฝึกซ้อมและร่วมแสดงความคิดเห็นมากขึ้น ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคในการดำเนินการฝึก ซึ่งได้แก่ การใช้บทบาทสมมติ การใช้เทคนิคแม่แบบ การให้แรงเสริมทางสังคม ซึ่งนักเรียนจะได้รับคำชม เมื่อนักเรียนแสดงความเชื่อมั่นในตนเองได้อย่างเหมาะสม แต่ถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมยังไม่เหมาะสม ผู้วิจัยจะให้นักเรียนนำไปฝึกเป็นการบ้านทั้งที่โรงเรียนและ / หรือที่บ้าน นอกจากนี้ในระหว่างการฝึก นักเรียนมีโอกาสได้วิเคราะห์อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง และได้แสดง บทบาทตามสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งใกล้เคียงกับสภาพที่เป็นจริง ตลอดจนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มจึงทำให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น หลังจากได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก แสดงว่าการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 แสดงว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม สามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนได้ และกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองเกี่ยวกับการฝึกการแสดงออก ตามความเชื่อมั่นในตัวเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ จันทิมา ลิ้มปิเจริญ (2522 : 9) ที่กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์จะช่วยให้สมาชิกในกลุ่มมีการพัฒนาในด้าน ทักษะคิด ค่านิยม และพฤติกรรม เพราะกระบวนการกลุ่มเป็นกิจกรรมที่นำไปสู่การปฏิบัติจริงสู่การวิเคราะห์ทำให้ ผู้เรียนรู้จักตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองที่จะกระทำการสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มากขึ้นและเป็นไปตามที่ ชิมบาร์โด (กรองแก้ว สานุสนธิ์. 2529 : 46 ; อ้างอิงมาจาก Simbarido. 1969) ได้กล่าวว่า กลุ่มเป็นเครื่องมือที่จะก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านทัศนคติและพฤติกรรม

ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ คณางค์ คำญเอนก (2544 : 45) ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบรมนิวาส กรุงเทพฯ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำงานกลุ่มดีขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสิริวรรณ จันทะสานนท์ (2541 : 48) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์สีลม กรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อดีขึ้นกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ประนอม เดชชัย (2531 : 101 - 102) ที่กล่าวว่ากิจกรรมกลุ่มจะช่วยฝึกประสบการณ์ต่างๆ ของผู้เรียนให้พัฒนาขึ้นทำให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองและบุคคลอื่นในกลุ่มได้ดียิ่งขึ้น

จากการสังเกตของผู้วิจัยในขณะดำเนินการฝึกกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลองที่ 2 พบว่า นักเรียนมีความสนใจและให้ความร่วมมือในการฝึกถึงแม้ในช่วงแรกนักเรียนจะยังไม่มีสมาธิในกิจกรรมมากนักจึงยังทำกิจกรรมได้ไม่ดีเท่าที่ควรแต่เมื่อร่วมกิจกรรมไประยะหนึ่งนักเรียนก็สามารถเข้าใจและร่วมกิจกรรมอย่างเต็มที่จึงทำให้เกิดพัฒนาการมากขึ้น ทั้งนี้เพราะว่า ในการฝึกกิจกรรมกลุ่มแต่ละครั้ง ผู้วิจัยได้จัดเนื้อหาของการฝึกกิจกรรมกลุ่มให้มีความหลากหลายและใกล้เคียงกับชีวิตประจำวันทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน และเหมาะสมกับวัยของนักเรียน นักเรียนจึงมีความสนใจเป็นอย่างมาก นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนให้ความสนใจและปฏิบัติตามพร้อมทั้งฝึกซ้อมและร่วมแสดงความคิดเห็นมากขึ้น ระหว่างการฝึก นักเรียนมีโอกาสดูวิเคราะห์ อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มจึงทำให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น หลังจากได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่ม แสดงว่าการฝึกกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้

จากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถนำมาใช้พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้เพราะในระหว่างการทำทดลอง ผู้วิจัยได้จัดประสบการณ์เกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองเกี่ยวกับการฝึกกิจกรรมกลุ่ม โดยให้ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้แสดงสถานการณ์จำลอง การอภิปราย เกม ตลอดจนโดยจัดประสบการณ์ให้นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา และกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อภิปราย และสรุปสิ่งที่ได้ร่วมกัน ทำให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ ส่งผลให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้

3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก มีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่านักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 แสดงว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนได้มากกว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพราะการทำฝึกที่จัดให้ ซึ่งมีความแปลกใหม่และเทคนิคที่หลากหลายเช่น การใช้บทบาทสมมติ การใช้เทคนิคแม่แบบ การให้แรงเสริมทางสังคม และการมอบหมายให้ไปฝึกที่บ้านและ / หรือที่โรงเรียน ส่วนนักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แม้จะมีความสนใจ แต่เนื่องจากการให้การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มไม่มี การให้การเสริมแรงทางสังคม และการมอบหมายงานให้ไปฝึกที่บ้าน ถึงแม้ว่ากลุ่มที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่ม จะมีความเชื่อมั่นในตนเองดีขึ้นก่อนได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แต่เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนทั้งสองกลุ่มแล้ว พบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 มีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่ากลุ่มทดลองที่ 2

จากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 มีความสนใจ กระตือรือร้นในการทำฝึกที่จัดให้ ซึ่งมีความแปลกใหม่และเทคนิคที่หลากหลาย เช่น การใช้บทบาทสมมติ การใช้เทคนิคแม่แบบ การให้แรงเสริมทางสังคม และการมอบหมายให้ไปฝึกที่บ้านและ / หรือที่โรงเรียน ส่วนนักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แม้จะมีความสนใจ แต่เนื่องจากการให้การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มไม่มี

การให้การเสริมแรงทางสังคม และการมอบหมายงานให้ไปฝึกต่อที่บ้าน นักเรียนจึงมีความกระตือรือร้นน้อยกว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก จึงทำให้มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยกว่า ซึ่งสอดคล้องกับ คำกล่าวของ ทิศนา ขัมมณี และเยาวพา เดชะคุปต์ (2522 : 7) ที่กล่าวว่า ประสบการณ์การเรียนรู้จากการมีส่วนร่วมกระทำกิจกรรม ส่งเสริมการวิเคราะห์ความรู้สึก ความต้องการ ตลอดจนพฤติกรรมและสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งการฝึกเช่นนี้จะทำให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาบุคลิกภาพของตนได้เป็นอย่างดี

ดังนั้นจากกล่าวได้ว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกสามารถนำมาพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้มากกว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยผู้วิจัยสัมภาษณ์นักเรียนทั้งสองกลุ่มนักเรียนได้ให้ความเห็นสอดคล้องกันว่า การเข้าร่วมการทดลองในครั้งนี้ ได้รับความรู้ มีประโยชน์และสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ แต่กลุ่มทดลองที่ 1 ตอบว่า นอกจากได้รับความรู้แล้วยังเกิดความสนุกสนานในระหว่างการทำกิจกรรม ในขณะที่ยังกลุ่มทดลองที่ 2 เป็นการทำกิจกรรมร่วมกัน จะเป็นการแลกเปลี่ยนสัมพันธภาพกันมากกว่า ซึ่งเด็กช่วยกันวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันระหว่างกลุ่ม ทุกคนมีส่วนร่วมลงมือแก้ปัญหา ทำให้เกิดการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ด้วยตนเองและเกิดทักษะในการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน แต่กิจกรรมกลุ่มไม่ได้ช่วยลดความรู้สึกกังวลกลัว ประหม่า กล้าปฏิเสธ และการบอกความรู้สึกที่แท้จริงให้ผู้อื่นรู้ได้ เนื่องจากจะต้องทำเป็นกลุ่ม จึงทำให้มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อยกว่าการฝึกแบบพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกทำให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่านักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ดังนั้น ควรมีการอบรมครู ผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนให้มีความชำนาญในการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ตลอดจนมีความสามารถในการสังเกตพฤติกรรมในขณะทำการฝึก เพื่อนำไปพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนต่อไป

2. เนื่องจากการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม สามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนได้ การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มก็สามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้เช่นกัน จึงควรนำวิธีการทั้งสองดังกล่าวข้างต้น ไปใช้พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนตามความเหมาะสม โดยที่บุคลากรที่จะใช้กิจกรรมทั้งสองชนิดนี้ มีความรู้ความเข้าใจเป็นอย่างดี ก็จะสามารถนำวิธีการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มไปใช้ทั้งสองแบบควบคู่กัน หรือจะเลือกใช้กิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งไปพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนได้เช่นกัน การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก นอกจากบทบาทสมมติ เทคนิคแม่แบบ การเสริมแรงทางสังคม และการมอบหมายการให้ไปฝึกต่อที่บ้านและ / หรือที่โรงเรียนแล้ว สามารถใช้การให้คำแนะนำการฝึกซ้อมพฤติกรรมและการให้ข้อมูลย้อนกลับ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการทดลองโดยใช้การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ที่ต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนในระดับอื่นๆ เช่น นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 และนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 เป็นต้น
2. ควรใช้เทคนิคการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกไปพัฒนาตัวแปรอื่น เช่น ความมีวินัย ความภาคภูมิใจในตนเอง ความอดทน ความตรงต่อเวลา ความซื่อสัตย์ เป็นต้น
3. ควรพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองโดยใช้เทคนิคจิตวิทยาตัวอื่น เช่น การฝึกความรู้สึก อ่อนไหวอย่างเป็นระบบหรือการปรับพฤติกรรม

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ กอง สำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร. (2536). สภาพความเป็นประชาธิปไตย
ในโรงเรียนประถมศึกษาในสังกัดกรุงเทพมหานคร.
- คณางค์ คำญเอกน. (พฤษภาคม 2544). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการทำงานกลุ่มของ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบวรนิเวศ กทม. สารนิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาแนะแนว). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- คมเพชร จัตรศุภกุล. (2521). กิจกรรมกลุ่มโรงเรียน. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.
- คมเพชร จัตรศุภกุล. (2530). กิจกรรมกลุ่มโรงเรียน. กรุงเทพฯ : แสงรุ่งการพิมพ์.
- _____. (2530). กิจกรรมกลุ่ม (เอกสารประกอบการสอนกิจกรรมกลุ่มโรงเรียน).
กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรี นครินทรวิโรฒประสานมิตร. อัดสำเนา.
- ชิดชนก ช่างโชติ, และคนอื่นๆ. (2521). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง
เกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 คณะ
พยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์
กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
ถ่ายเอกสาร.
- ชูชีพ อ่อนโคงสูง. (2516). ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว ความวิตกกังวล ความ
เชื่อมั่นในตนเองกับคุณธรรมแห่งผลเมืองดี. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ชูชีพ สมितिไกร. (2527). การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม. ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ณรงค์เดช ชัยเนตร. (2545). ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อความเชื่อมั่นใน
ตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดชัยชนะสงคราม เขตสัมพันธวงศ์
กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- เต็มศักดิ์ คทวนิช. (2546). จิตวิทยาทั่วไป (General Psychology). กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดดูเคชั่น
- _____. (2540). ตัวแปรที่เกี่ยวกับปัญหาการเรียนและวิธีเผชิญปัญหาทางการเรียนของ
นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขต
เทคนิคกรุงเทพ. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตศึกษา). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.

- จงใจ ขจรศิลป์. (2532). การศึกษาลักษณะการจัดกิจกรรมศิลปสร้างสรรค์และการเล่นตามมุมที่มีความคิดสร้างสรรค์และความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จิรดี จุลสารวล. (2540). การเปรียบเทียบผลการใช้สถานการณ์จำลองกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- _____. (2540). การเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลองกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- แจ่มจันทร์ เกียรติกุล. (2531). การศึกษาความเชื่อมั่นในตนเองและวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เดโช สวานนท์. (2516). การสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง. รวบรวมข้อเขียนและบทความทางจิตวิทยา. ม.ป.พ.
- ทศพร มณีศรีจำ. (2539). กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการพัฒนาสำหรับครู. กรุงเทพฯ. คณะศึกษาศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- _____. (2539). เอกสารประกอบการสอนวิชาแนะแนว 215 : กลุ่มสัมพันธ์สำหรับครู = *Group dynamics for teacher*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ทัศนิตา ระเบียบดี. (2529). ผลการใช้เทคนิค"แม่แบบ" โดยใช้สไลด์การ์ตูน เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย กรุงเทพมหานคร. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ทิศ เขมมณี และคนอื่น ๆ. (2522). กลุ่มสัมพันธ์ : ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1. กรุงเทพฯ : บุรพาศิลป์การพิมพ์.
- ทองเรือน อมรัชกุล. (2520). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- บุหงา วชิระศักดิ์มงคล. (2526). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก : แผนกเอกสารการพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.

- ประกอบ ระกิติ. (2523). *บทความทางวิชาการเรื่อง บุคลิกภาพกับการปรับตัว = Personality and adjustment*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว วิทยาลัยครูบ้านสมเด็จเจ้าพระยา.
- ประนอม เดชชัย. (2531). *แนวทางการเรียนการสอนและแนวปฏิบัติสังคมศึกษา*.
เชียงใหม่ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ประเวส วะสี. *ปฏิรูปการศึกษา : ยกเครื่องทางปัญญาทางรอดจากความหายนะ*.
กรุงเทพฯ : มูลนิธิสิดดรี – สฤณี. 2541.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2527). *การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น*. ขอนแก่น : ศึกษาสาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- พรทิพย์ ทรัพย์สิน. (2532). *การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อลดพฤติกรรม
ก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมวัดด่านสำโรง
จังหวัดสมุทรปราการ*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว)
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
ถ่ายเอกสาร.
- พรพรรณ กลิ่นเกษร. (2538). *การเปรียบเทียบผลของการใช้บทบาทสมมติกับการใช้กรณี
ตัวอย่างที่มีต่อทัศนคติต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนวัดหนองหลวง อำเภอหนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พรรณราย ทรัพย์ะประภา. (2522, กรกฎาคม). *การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก*.
เอกสารประกอบการประชุมปฏิบัติการ หน่วยพัฒนาคณาจารย์. หน้า 5 – 9
ฝ่ายวิชาการจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2521, สิงหาคม). *การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก*. วารสารจิตวิทยา
คลินิก (8) : 47 – 65.
- _____. (2524, สิงหาคม – กันยายน). *การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก*.
แนะแนว 15 (76) : 9 – 30.
- _____. (2526, กรกฎาคม – สิงหาคม). *การเข้าใจธรรมชาติของคนและการสร้างความ
มั่นใจในตนเอง*. จันทรเกษม. 173 (1) : 4 – 14.
- พิจิตรา พงษ์จินดากร. (2525). *การทดลองสอนความรับผิดชอบแก่เด็กที่มีระดับพัฒนาการทาง
สติปัญญาต่างกันโดยวิธีกลุ่มสัมพันธ์*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- พิสัณห์ จงรักษา. (2536). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนไกรในวิทยาคม จังหวัดสุโขทัย. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เพ็ญศรี วชิราวิโรจน์. (2527). การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกเพื่อลดพฤติกรรมการพูดที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนชั้น ม.ศ. 5 โรงเรียนนุสดีไพบุลย์ชนูปถัมภ์ จังหวัดชัยนาท. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ไพพรรณ ไชยสุวรรณ (2537). ผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกเพื่อลดพฤติกรรมการพูดที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคลองบางพรหม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มณฑกรพ กาศเกษม. (2537). ผลการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). มหาวิทยาลัยนครสวรรค์.
- มานะ พ่วงความสุข. (2536). ผลของการฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนหาดอมราอักษรลักษณ์วิทยา จังหวัดสมุทรปราการ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มานิดา ทองทวี. (2526). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ยุพิน กองธรรม. (2532). ผลการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกที่เหมาะสมในการแสดงออกเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. ถ่ายเอกสาร.
- เยาวเรศ สุนน (2542). การเปรียบเทียบผลของการเสริมแรงแบบดี บาร์ เชชกับการควบคุมตนเองที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนประชานิเวศน์ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ระวีวรรณ แก้วคงทอง. (2539). ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชน ในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาคลินิก). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

- รังสรรค์ เพ็งอนุ. (2523). การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนหญิงวัยรุ่นโดยวิธีจัดโครงการให้
คำปรึกษาเชิงพฤติกรรม. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ละเอียด จงกลมนี. (2529, มิถุนายน - กันยายน). "ความเชื่อมั่นในตนเอง." วารสารศึกษาศาสตร์.
10(3) : 13-15.
- วัชร ทรัพย์มี. (2525). ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัลลภ ปิยะมโนธรรม. (2528). เทคนิคการรักษาโรคประสาทด้วยตนเอง. กรุงเทพฯ : บริษัทเยียร์บุค
พลับลิชเชอร์ จำกัด.
- วรายุทธ ทวีลาภ. (2529). ผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการควบคุมตนเองที่มีต่อพฤติกรรม
ประชาธิปไตยด้านการรวมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบ้านยายจิว
อำเภอเทพสถิต จังหวัดชัยภูมิ. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วาสนา ผดุงทรง. (2529). ผลของการอภิปรายภาพวาดเป็นกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปัญญาวรคุณ กรุงเทพมหานคร. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- วินัย ธรรมศิลป์. (2527). การสร้างแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพด้านความเชื่อมั่นในตนเองสำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดเชียงใหม่. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วงพักรตร์ ภูพันธ์ศรี. (2523). ผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อการเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมและบุคลิกภาพของนักศึกษาหญิง. วิทยานิพนธ์ จ.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. (2535). หลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533).
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา.
- ศุภวดี บุญญวงศ์. (2527). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. สงขลา : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตสงขลา.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2526). การปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- _____. (2536). ทฤษฎีและการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สวนา พรพัฒน์กุล. (2525). อิทธิพลของตัวแบบที่มีต่อพัฒนาการทางด้านความคิดและการเรียนรู้ทางสังคมของเด็กไทย. รายงานการวิจัยฉบับที่ 3. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุชา จันท์เอม. (2510). จิตวิทยาเด็ก. กรุงเทพฯ : ประสานมิตร.
- _____. (2510). ปัญหาเด็กและวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- สุนน อมรวิวัฒน์ และสมพงษ์ จิตระดับ. (2528). "โรงเรียนประถมศึกษากับการพัฒนาจริยธรรม." จริยศึกษา. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุมาลี วงศ์ปลุกแก้ว. (2526). ความสัมพันธ์ระหว่างปฏิสัมพันธ์ของครูกับนักเรียนในชั้นเรียน ความรู้สึก รับผิดชอบและความเชื่อมั่นในตนเอง. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สิริวรรณ ฉันทะสานนท์. (2541). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอัญมณีสุขอนุบาลแคว้นดิลก กทม. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. อัดสำเนา.
- สุรจิตต์ แสงอรุณ. (2529). การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในกลุ่มเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนหัวเสือบุญแจ่มเนียมนิล จังหวัดสมุทรปราการ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุวรรณคดี จิตวิริยะยังยง. (2540). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวิสุทธิกษัตริย์ จังหวัดสมุทรปราการ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุวลักษณ์ สันทรัพย์. (2543). การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก การใช้ตัวแบบการดู และการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อพฤติกรรมหลักเลี้ยวขวาเสด็จของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง โรงเรียนบ้านมะค่า (คงฤทธิบัวสุวรรณอนุสรณ์) อำเภอสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อารีย์ ลิลา. (2535). ผลการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีต่อการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านน้ำรอบ อำเภอสามโก้ จังหวัดอุทัยธานี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- อังศุธร ถิ่นหลวง. (2542). ผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดเกษี กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อัจฉรา เนตรล้อมวงศ์. (2531). ผลของการใช้บทบาทสมมติที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อำไพ สุจริตกุล. (ม.ป.ป.). ข้อเสนอแนะการสอนโดยใช้กิจกรรม และเทคนิควิธีการต่าง ๆ. เอกสารประกอบวิชา 413 803 การฝึกอบรมครูประจำการ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุดม สำอางค์กุล. (2519). ลักษณะความเป็นผู้นำ ความเคร่งครัดและความเชื่อมั่นในตนเองของวัยรุ่นไทยในภาคกลาง. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ฤทัยรัตน์ ธารเสนา. (2535). การพัฒนาอัตมโนทัศน์หลายมิติของนักศึกษาพยาบาลที่มีต่อทัศนคติต่อวิชาชีพแตกต่างกัน โดยใช้กลุ่มสัมพันธ์. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Alberti, R. & Emmons, M. (1982). *Your Perfect Right*. San Luis Obispo, CA: IMPACT.
- Bandura, Albert. (1997). *Social Learning Theory*. New jersey : Prentice – Hall.
- Bandura, Albert Ross and Ross. (1963). *Imitation Of Film Mediated Aggressive Models in Child Development and Behavior*. New York : Alfred A Knapt.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action : A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice – Hall.
- Bower, Sharon Anthony and Bower, Gordon H. (1976). *Assertive Yourself : A practical Guide For Positive Change*. Massachusetts : Addison Wesley Publishing Company.
- Branden, N. (1985). *Honoring the Psychology of Confidence and Respect*. New York : Bantam Nook, Inc.
- Breckenridge, marian Edar. (1955). *Child Development*. London : W.B. Saunders.
- Bishop, Sue. (1995). *Assertiveness Skills Training*. London : Kogan page.

- Erickson, E.H. (1975). *Childhood and Society*. New York : W.W. Norton and Company.
- Fensterheim, Herbert & Bear, J. (1981). *Don't Say Yes When You Want to Say no*. New York : Dell Publishing Co.
- Fodor, Iris Goldston. (1980). The Treatment of Communication Problems with Assertiveness Training. In *Handbook of Behavioral Interventions : A Clinical Guide*. New York : John Wiler and Sons, Inc.
- Kelley. Collen. (1979). *Assertion Training : A Facilitator's Guide*. La Jolla, California : University Associates.
- Langlish, Sandra V. (1986). *Assertiveness Training*. In *Improving Interpersonal Relations*. Edited Cary L. Cooper. p. 69 – 80. England : Wildwood House Limited.
- Lee, John R. (1974). *Teaching Social Studies in the Elementary School*. New York : Free Press.
- Maslow, A.H. (1954). *Motivation and Personality*. New York : harper & Row.
- Mussen, Paul Henny and others. (1969). *Child Development and Personality*. New York : Harper & Row.
- Taylor, D.W. (1972). Treatment of Excessive Frequency of Urination by Desensitization. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 3(8) : 311 – 314.
- Willis, Liz. (1995). *Assertive Trainer*. Washington, DC : McGraw – Hill.
- Willson, Brown Gwynne. (1994). *The Assertive Teaching*. Aldershot : Brookfield, vt : Arena : ashate Pub. Co.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

1. แสดงเวลาในการใช้การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกในกลุ่มทดลองที่ 1 และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มในกลุ่มทดลองที่ 2
2. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1
3. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2
4. แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

1. แสดงเวลาในการใช้การฝึกการกล้าแสดงออกในกลุ่มทดลองที่ 1
และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มในกลุ่มทดลองที่ 2

ตาราง 5 แสดงเวลาในการใช้การฝึกการกล้าแสดงออกในกลุ่มทดลองที่ 1 และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ในกลุ่มทดลองที่ 2

สัปดาห์ที่	กลุ่มทดลองที่ 1	กลุ่มทดลองที่ 2
1	วันที่ 21 มิถุนายน 2547 ปฐมนิเทศ เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 22 มิถุนายน 2547 ปฐมนิเทศ เวลา 15.00-15.50 น.
	วันที่ 23 มิถุนายน 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 1 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 24 มิถุนายน 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 1 เวลา 15.00-15.50 น.
2	วันที่ 28 มิถุนายน 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 2 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 29 มิถุนายน 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 2 เวลา 15.00-15.50 น.
	วันที่ 30 มิถุนายน 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 3 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 1 กรกฎาคม 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 3 เวลา 15.00-15.50 น.
3	วันที่ 5 กรกฎาคม 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 4 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 6 กรกฎาคม 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 4 เวลา 15.00-15.50 น.
	วันที่ 7 กรกฎาคม 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 5 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 8 กรกฎาคม 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 5 เวลา 15.00-15.50 น.
4	วันที่ 19 กรกฎาคม 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 6 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 20 กรกฎาคม 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 6 เวลา 15.00-15.50 น.
	วันที่ 21 กรกฎาคม 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 7 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 22 กรกฎาคม 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 7 เวลา 15.00-15.50 น.

ตาราง 5 (ต่อ)

ลำดับที่	กลุ่มทดลองที่ 1	กลุ่มทดลองที่ 2
5	วันที่ 26 กรกฎาคม 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 8 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 27 กรกฎาคม 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 8 เวลา 15.00-15.50 น.
	วันที่ 28 กรกฎาคม 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 9 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 29 กรกฎาคม 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 9 เวลา 15.00-15.50 น.
6	วันที่ 4 สิงหาคม 2547 การฝึกการกล้าแสดงออก ครั้งที่ 10 เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 3 สิงหาคม 2547 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ 10 เวลา 15.00-15.50 น.
	วันที่ 6 สิงหาคม 2547 ปัจฉิมนิเทศ เวลา 15.00-15.50 น.	วันที่ 5 สิงหาคม 2547 ปัจฉิมนิเทศ เวลา 15.00-15.50 น.

หมายเหตุ
เนื่องจากวันที่ 2 เป็นวันหยุดชดเชย จึงย้ายมาทำเป็นวันที่ 4

2. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

โปรแกรมการฝึกการกล้าแสดงออก
(สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1)

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1.	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความเป็นกันเอง และบรรยากาศ ที่ดีภายในกลุ่มให้ กับนักเรียนที่ เข้ารับการฝึกอบพฤติกรรมกล้า แสดงออก 2. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจ จุดมุ่งหมาย ข้อตกลง กฎ ระเบียบ บทบาทของผู้วิจัยและ นักเรียนที่เข้ารับการฝึก พฤติกรรมกล้าแสดงออกตลอดจน วัน เวลา และสถานที่ที่จะใช้ในการ การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก 3. เพื่อเป็นการเตรียม นักเรียนให้พร้อมที่จะเข้าร่วมเข้า รับการฝึกพฤติกรรมกล้า แสดงออก	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้ นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยโดย ใช้กิจกรรม “ล่าขุมทรัพย์” มีขั้นตอนดังนี้ 2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบ สมบัติส่วนตัว คนละ 1 ชิ้น มา วางรวมกันโดยไม่ให้ผู้อื่นเห็น 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบ ของที่ไม่ใช่ของตน คนละ 1 ชิ้น แล้วตามหาเจ้าของจนพบ 2.3 เมื่อพบแล้วให้นักเรียน นั่งสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนตัวเพื่อน โดยให้พยายามมาหาข้อมูลจาก เพื่อนให้ได้มากที่สุดคนละ 5 นาที เมื่อบรรยากาศในกลุ่มมีความ อบอุ่นเป็นกันเองและทุกคนรู้จัก กันมาก 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทราบ จุดมุ่งหมายของการฝึกพฤติกรรม การกล้าแสดงออก 4. ผู้วิจัยแจกเอกสารและชี้ ตารางกำหนดวัน เวลา และ สถานที่ที่ใช้ในการ ทดลอง คือ ห้องเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในวันจันทร์ วันพุธ 15.00 – 15.50 น.

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-3.	ความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออกได้แก่แสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมต่างๆ การกล้าแสดงความคิดเห็น การกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออกได้แก่ การกล้าแสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมต่าง ๆ การกล้าแสดงความคิดเห็น การกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ	ตั้งแต่ครั้งที่ 2 -11 ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ดังนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคแม่แบบ ในครั้งที่ 3,5 , 9,10 และโดยมีการดำเนินการทดลอง 3 ขั้น ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประวัติเกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น
4-5.	ความเชื่อมั่นในตนเองการพึ่งตนเองได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง การทำงานประสบผลสำเร็จ การมีความเพียรพยายาม	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองการพึ่งตนเอง ได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง การทำงานประสบผลสำเร็จ การมีความเพียรพยายาม	2. ขั้นฝึก ผู้วิจัยดำเนินการฝึกโดยใช้เทคนิคแม่แบบการแสดงบทบาทสมมุติการเสริมแรงทางสังคมและการมอบหมายการบ้าน ดังรายละเอียดดังนี้ เทคนิคแม่แบบหมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยเสนอแม่แบบให้นักเรียนลอกเลียนแบบ โดยมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ ผู้วิจัยดำเนินการฝึก ขั้นที่ 1 ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตัวเอง ขั้นที่ 2 การเสนอตัวแบบ 1. ผู้วิจัยเสนอตัวแบบในการแสดงความเชื่อมั่นในตัวเองทั้งทางบวกและทางลบ ซึ่งตัวแบบจะเป็นนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองและเป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ ให้นักเรียน

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6-7.	เพื่อพัฒนาการความเชื่อมั่นในตนเอง การเป็นตัวของตัวเองได้แก่ การมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรองการตัดสินใจด้วยตนเอง	เพื่อพัฒนาการความเชื่อมั่นในตนเองการเป็นตัวของตัวเองได้แก่ การมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรองการตัดสินใจด้วยตนเอง	สังเกตและเลียนแบบพฤติกรรมจากตัวแบบ 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแบบพฤติกรรมทางบวกจากตัวแบบถ้าเลียนแบบได้เหมาะสม ผู้วิจัยจะให้แรงเสริมทางสังคมถ้าเลียนแบบยังไม่เหมาะสมผู้วิจัยจะให้กำลังใจแล้วให้ฝึกต่อไป 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปราย แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ได้จากการเลียนแบบ ในชั้นการเสนอตัวแบบนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสริมแรงทางสังคมร่วมด้วยเพื่อให้กำลังใจแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้เหมาะสม 3. ขั้นสรุป ในขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้หลังจากการเลียนแบบจากตัวแบบ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วให้ไปฝึกที่บ้าน และ / หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสมในขั้นนี้ผู้วิจัย ใช้เทคนิคการมอบหมายการบ้านร่วมด้วยเพื่อมอบหมายให้นักเรียนนำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ไปฝึกต่อเป็นการบ้าน ผู้วิจัยใช้เทคนิคบทบาทสมมติในครั้งที่ 2,4,6,8 และ 11 โดยมีการดำเนินการทดลอง 3 ขั้นตอน ดังนี้

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
8-9.	ความเชื่อมั่นในตนเองมีความรับผิดชอบ ได้แก่ มีความรับผิดชอบทั้งงานตัวเอง และส่วนรวมการ กล้ารับผิดชอบเมื่อกระทำผิด	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองการมีความรับผิดชอบ ได้แก่ มีความรับผิดชอบทั้งงานตัวเองและส่วนรวม การกล้ารับผิดชอบเมื่อกระทำผิด	ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการ 1. ผู้วิจัยซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วให้นักเรียนเตรียมเนื้อหาก่อนการแสดง 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนส่วนหนึ่งอาสาสมัครเป็นผู้แสดง และอีกส่วนหนึ่งเป็น ผู้สังเกตการณ์ ขั้นที่ 2 ขั้นแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทที่ได้รับ และให้ผู้สังเกตการณ์สังเกตพฤติกรรมที่เพื่อนแสดง ขั้นที่ 3 ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย เมื่อนักเรียนแสดงเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยนักเรียนได้อภิปรายกันเกี่ยวกับการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ขั้นที่ 4 ขั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ต้องปรับปรุงการแสดง แสดงใหม่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ถ้าแสดงได้ถูกต้องผู้วิจัยให้แรงเสริมทางสังคม ถ้ายังแสดงไม่ได้ผู้วิจัยให้กำลังใจที่จะทำต่อไป ในขั้นการแสดงเพิ่มเติมนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสริมแรงทางสังคมร่วมด้วยเพื่อให้กำลังใจแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
10-11.	ความเชื่อมั่นในตนเอง 1. ด้านการกล้าแสดงออก 2. ด้านการพึ่งตนเอง 3. การเป็นตัวของตัวเอง 4. การมีความรับผิดชอบ	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง 1. ด้านการกล้าแสดงออก 2. ด้านการพึ่งตนเอง 3. การเป็นตัวของตัวเอง 4. การมีความรับผิดชอบ	ขั้นที่ 5 ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วให้ไปฝึกที่บ้านและ / หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสม ในขั้นสรุปนี้ผู้วิจัย ใช้เทคนิคการมอบหมายให้ไปฝึกที่บ้านร่วมกับเพื่อนมอบหมายให้นักเรียนนำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ไปฝึกต่อการบ้าน การให้แรงเสริมทางสังคม หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยมอบให้สิ่งที่พอใจแก่นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมได้เหมาะสม ได้แก่ คำชมเชยจากครู และเพื่อนนักเรียนด้วยกัน ซึ่งเป็นสิ่ง เสริมแรงให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เข้ารับการฝึกได้รวดเร็วยิ่งขึ้น การมอบหมายการบ้าน หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยมอบหมายให้นักเรียนนำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้จากการที่ได้ฝึกกับผู้วิจัยแล้ว ไปฝึกเพิ่มเติมด้วยตนเองไปฝึกที่บ้านและ/หรือที่ โรงเรียน เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกแสดงพฤติกรรมได้เหมาะสมยิ่งขึ้น

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			3. ขึ้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการฝึกปฏิบัติกรรมกล้าแสดงออกแล้ว ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
12.	ปัจจัยนิเทศ	1. เพื่อให้นักเรียนพัฒนาการเชื่อมั่นในตนเองได้ 2. เพื่อสรุปผลที่ได้จากการทดลอง	1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลจากการทดลองและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน ผู้วิจัยแจกกระดาษรูปหัวใจผ่าซีกให้นักเรียนคนละ ชิ้น และให้นักเรียนเขียนความประทับใจที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ และสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมเมื่อนักเรียนเขียนเสร็จแล้ว ให้นำชิ้นหัวใจไปติดที่กระดาษโปสเตอร์ 3. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรม 4. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทดลองเป็นอย่างดีและกล่าวปิดการทดลอง

โปรแกรมการฝึกการกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 1 เวลา 50 นาที

เรื่อง ปฐมนิเทศ

- วัตถุประสงค์
1. เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความเป็นกันเอง และบรรยากาศที่ดีในกลุ่มให้กับนักเรียน และระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการกล้าแสดงออก
 2. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจ จุดมุ่งหมาย ข้อตกลง กฎระเบียบบทบาทของผู้วิจัย และนักเรียน ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตลอดจน วัน เวลา และสถานที่ที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมการกล้าแสดงออก
 3. เพื่อเป็นการเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมการกล้าแสดงออก

อุปกรณ์ กระดาษขนาด A 4 จำนวน 15 แผ่น

- วิธีการดำเนินการ
1. ผู้วิจัยแนะนำตัวเอง และให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตัวเอง
 2. ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยโดยใช้กิจกรรม "ล่าขุมทรัพย์" มีขั้นตอนดังนี้
 - 2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบสมบัติส่วนตัว คนละ 1 ชิ้น มาวางร่วมกันโดยไม่ให้ผู้อื่นเห็น
 - 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบของที่ไม่ใช่ของตนเอง คนละ 1 ชิ้น แล้วให้ตามหาเจ้าของจนพบ
 - 2.3 เมื่อพบแล้วให้นักเรียนนั่งสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนตัวของเพื่อน โดยให้พยายามมาหาข้อมูลจากเพื่อนให้ได้มากที่สุด คนละ 5 นาที เมื่อบรรยากาศในกลุ่มมีความอบอุ่นเป็นกันเองและทุกคนรู้จักกันมากขึ้น
 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทราบจุดมุ่งหมายของการเข้าร่วมกิจกรรม
 4. ผู้วิจัยแจกเอกสารและชี้แจงตารางกำหนดวัน เวลา และสถานที่ที่ใช้ในการทดลองคือ ห้องเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในวันจันทร์
วันพุธ 15.00 – 15.30 น.

การประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทในการเข้าร่วมกิจกรรมสร้างความคุ้นเคย
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ชักถาม และการสรุปของนักเรียน

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 2	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ยีนดีด้วย
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองการกล้าแสดงออก ได้แก่ การแสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมและการแสดงความคิดเห็น
อุปกรณ์	เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง “ยีนดีด้วย”
วิธีการดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วให้นักเรียนเตรียมเนื้อหาก่อนที่จะแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ด้วยการกระทำและคำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ 2. ขั้นแสดง 2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนมีส่วหนึ่งอาสาเป็นผู้แสดง และอีกส่วนหนึ่งเป็นสังเกตการณ์ 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาแสดงบทบาทที่ได้รับ และผู้สังเกตการณ์สังเกตพฤติกรรมของเพื่อนที่แสดง 3. ขั้นวิเคราะห์และอภิปรายผล เมื่อนักเรียนแสดงเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนได้อภิปรายผลร่วมกันเกี่ยวกับการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง 4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ต้องปรับปรุงการแสดง แสดงใหม่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ถ้าแสดงได้ถูกต้องผู้วิจัยให้แรงเสริมทางสังคม 5. ขั้นสรุปผล ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติ และผู้วิจัยสรุปผลเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกต่อบ้านและ/หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทและการแสดงความสนใจขณะเพื่อนแสดง
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถาม และการสรุปของนักเรียน

เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง “ยินดีด้วย”

เนื้อเรื่อง

ครูกำธร เป็นครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 หลังจากเปิดเทอมวันที่สอง ในคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต พอครูเดินเข้ามาเตรียมที่จะทำการสอนตามปกติ มานะซึ่งเป็นหัวหน้าห้องได้ลุกขึ้นยื่นขออนุญาตลาออกจากการเป็นหัวหน้าห้อง ด้วยเหตุผลที่ว่าเป็นการเปิดโอกาสให้เพื่อนคนอื่น ๆ ได้ทำหน้าที่เป็นผู้นำบ้าง ครูกำธรกล่าวขอบใจมานะที่ได้ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าห้องด้วยดีมาโดยตลอด และได้มอบหมายให้มานะดำเนินการเลือกหัวหน้าห้องคนใหม่ มานะได้สอบถามเพื่อนในชั้นเรียนว่ามีใครจะสมัครเป็นหัวหน้าบ้าง เมื่อไม่มีผู้สมัคร เขาจึงบอกให้เพื่อนช่วยกันเสนอเพื่อนในห้องเรียน ซึ่งมีรายชื่อที่เพื่อนเสนอ มีดังนี้ วิมล กนก และสุรียา มานะให้เพื่อนทั้งสามคนออกมายืนหน้าห้อง เพื่อเป็นการหาเสียงสนับสนุนสุรียาเป็นคนแรกที่ได้พูด เขากล่าวแนะนำตัวเองด้วยความมั่นใจ และกล่าวว่า จะทำหน้าที่การเป็นหัวหน้าห้องให้ดีที่สุด ต่อจากนั้นวิมลได้แนะนำตนเอง โดยกล่าวถึงตนเองเป็นผู้หญิงแต่จะทำหน้าที่มิให้เพื่อนต้องเสียผลประโยชน์ กนกออกไปพูดเป็นคนสุดท้าย เธอมีท่าทางเอียงอายไม่มั่นใจในตนเอง และกล่าวเพียงการแนะนำตนเองเท่านั้น มานะจึงให้เพื่อนโหวตคะแนนเสียงโดยการยกมือ ผลปรากฏว่า สุรียาได้คะแนนเป็นอันดับ 1 วิมลได้คะแนนเป็นอันดับ 2 และกนกได้คะแนนอันดับ 3 ครูกำธรจึงสรุปผลสุรียาเป็นหัวหน้าห้อง วิมลเป็นรองหัวหน้า และกล่าวแสดงความยินดีกับนักเรียนที่ได้รับการคัดเลือกทั้ง 2 คน

บทบาทของครูกำธร

ฉันชื่อกำธร เป็นครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 หลังจากเปิดเทอมวันที่สอง ในคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต มานะขออนุญาตลาออกจากการเป็นหัวหน้าห้อง ฉันกล่าวขอบใจมานะที่ปฏิบัติหน้าที่ด้วยดีมาโดยตลอด ฉันมอบหมายให้มานะดำเนินการเลือกหัวหน้าคนใหม่ เมื่อมานะโหวตคะแนนเสียงแล้วฉันกล่าวแสดงความยินดีกับสุรียาและวิมลที่ได้รับการคัดเลือก

บทบาทของมานะ

ฉันชื่อมานะ เป็นหัวหน้าของชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 หลังจากเปิดเทอมวันที่สอง ในคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ฉันขออนุญาตลาออกจากการเป็นหัวหน้าห้อง ครูมอบหมายให้ฉันดำเนินการเลือกหัวหน้าคนใหม่ ฉันเปิดโอกาสให้เพื่อนเสนอตนเองเป็นหัวหน้า เมื่อไม่มีใครสมัคร ฉันจึงให้เพื่อนเสนอชื่อในห้องเรียน โดยขอให้ผู้ที่ได้รับเสนอชื่อทุกคนออกมายืนหน้าชั้นเรียนเพื่อที่จะแนะนำตนเอง และเมื่อได้รับเลือกแล้วจะทำอะไรที่เป็นประโยชน์บ้าง เพื่อเป็นการหาเสียงสนับสนุน เมื่อเพื่อนพูดจบ ฉันดำเนินการโหวตคะแนน สุรียาได้เป็นหัวหน้าห้องคนใหม่ และวิมลเป็นรองหัวหน้า

บทบาทของสุรียา

ฉันชื่อสุรียา เพื่อนเสนอชื่อให้ฉันเป็นหัวหน้า มานะให้ฉันออกมาหน้าห้องเพื่อให้พูดแนะนำตัวเองและเมื่อได้รับการคัดเลือกแล้วจะทำอะไรที่เป็นประโยชน์บ้างเป็นการหาเสียงสนับสนุนฉันพูดกับเพื่อนด้วยความมั่นใจ และกล่าวว่า ฉันจะทำหน้าที่การเป็นหัวหน้าห้องคนใหม่ดีที่สุด ฉันได้รับการโหวตคะแนนเสียงมากที่สุด และเป็นหัวหน้าห้องคนใหม่

บทบาทของวิมล

ฉันชื่อ วิมล เพื่อนเสนอชื่อให้ฉันเป็นหัวหน้า มานะให้ฉันออกมาหน้าห้อง และพูดแนะนำตัวเองเหมือนสุรียา ฉันพูดกับเพื่อนว่า ถึงฉันจะเป็นผู้หญิงแต่จะทำหน้าที่มิให้เพื่อนต้องเสียผลประโยชน์ ฉันได้รับการโหวตคะแนนเสียงเป็นอันดับ 2 และได้เป็นรองหัวหน้าห้อง

บทบาทของกนก

ฉันชื่อ กนก เพื่อนเสนอชื่อให้ฉันเป็นหัวหน้า มานะให้ฉันออกมาหน้าห้องและพูดแนะนำตัวเอง ฉันอายเพื่อนไม่มั่นใจในตนเอง กล่าวเพียงแต่แนะนำชื่อเท่านั้น ฉันได้รับคะแนนในการโหวตเสียงน้อยที่สุด ฉันจึงไม่ได้รับตำแหน่งอะไรเลยในครั้งนี้

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 3	เวลา 50 นาที
เรื่อง	เสียดาย
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองการกล้าแสดงออก กล้าซักกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ
อุปกรณ์	เอกสารการแสดงเทคนิคแม่แบบเรื่อง "เสียดาย"
วิธีการดำเนินการ	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เทคนิคแม่แบบ ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง 2. ชี้นเสนอตัวแบบ 2.1 ผู้วิจัยเสนอตัวแบบในการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองและเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบจากตัวแบบ ถ้าเลียนแบบจากตัวแบบไม่ได้ผู้วิจัยให้กำลังใจที่จะทำต่อไป 3. ชี้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้หลังจากการเลียนแบบจากตัวแบบและผู้วิจัยสรุปผลเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกที่บ้านและ/หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสมต่อไป
การประเมินผล	1. สังเกตจากการแสดงบทบาทและการแสดงความสนใจขณะเพื่อนแสดง 2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถาม และการสรุปของนักเรียน

เอกสารการแสดงเทคนิคแม่แบบ “เรื่องการเสียดาย”

สถานการณ์

ในคาบเรียนวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูวณิเข้าสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เรื่อง กระบวนการทางวิทยาศาสตร์โดยครูอธิบายสรุป

ครูวณิ : กระบวนการทางวิทยาศาสตร์ หมายถึง ขั้นตอนการหาคำตอบในทาง วิทยาศาสตร์มี 4 กระบวนการ คือ 1. ปัญหา 2. สมมติฐาน 3. การทดลอง 4. สรุป ปัญหา คือ สิ่งที่ยังสงสัยได้จากการสังเกต สมมติฐาน คือ การคาดเดาคำตอบอย่างมีเหตุผล การทดลอง คือ การดำเนินการหาคำตอบโดยอิงจากสมมติฐาน สรุป คือ คำตอบที่ได้จากการทดลอง หาก นักเรียนคนใดไม่เข้าใจหรือยังสับสนอยู่ให้ถามครูเลยนะค่ะ ครูจะใช้เวลาที่เหลือสอบเก็บคะแนนเรื่องกระบวนการทางวิทยาศาสตร์

ญาดา : ครูคะปัญหาได้จากอะไร

ครูวณิ : ได้จากการสังเกตค่ะ

สุภรณ์ : สมมติฐานสร้างได้กี่ข้อคะ

ครูวณิ : สร้างได้มากกว่าหนึ่งข้อคะ และสามารถนำไปสู่การทดลองได้

วีระมีความสับสนระหว่างการทดลองกับข้อสรุปว่ามีความแตกต่างกันอย่างไรแต่เขาไม่กล้าถาม ครูมองไปรอบ ๆ ห้องและถามนักเรียนว่ามีใครบ้างที่ยังไม่เข้าใจ

ครูวณิ : มีนักเรียนคนไหนจะถามอีกไหมคะ ถ้าไม่มีแสดงว่าทุกคนเข้าใจดีแล้ว ครูจะสอบเก็บคะแนนโดยให้นักเรียนเขียนความหมายของกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ทั้ง 4 กลุ่ม โดยให้เวลา 10 นาที ถ้าใครทำถูกต้องทุกข้อจะได้ 10 คะแนน

ครูแจกกระดาษคำถามและคำตอบให้นักเรียน เมื่อหมดเวลาครูเก็บกระดาษคำตอบจากนักเรียนและนำไปตรวจที่โต๊ะ

ครูวณิ : ครูจะบอกคะแนนให้นักเรียนทราบ โปรดตั้งใจฟังนะค่ะ ญาดาได้ 10 คะแนนสุภรณ์ได้ 10 คะแนน วีระได้ 5 คะแนน

พอพักกลางวัน วีระนั่งอยู่ที่โต๊ะในห้อง เรียนคนเดียว สุภรณ์จึงเข้าไปพูดคุยกับวีระ

สุภรณ์ : เป็นอย่างไรบ้าง เมื่อเข้าวิชาของครูวณิ เธอไม่เข้าใจหรือไม่สบาย ถึงได้แค่ 5 คะแนน ซึ่งเธอน่าจะได้แค่ 10 คะแนนนะ

วีระ : ใช่ ฉันไม่เข้าใจ ฉันสับสนระหว่างการทดลองกับข้อสรุป ก็เลยทำข้อสอบไม่ได้ทุกข้อ

สุภรณ์ : อ้าว ก็ครูวณิเปิดโอกาสให้ถามแล้ว ทำไมเธอไม่ถามครูละ

- วีระ : ฉันไม่กล้า ฉันไม่รู้จะทำไม่ถึงไม่กล้า อีกอย่างฉันอายเพื่อน ด้วย
- สุภรณ์ : เธอเลิกคิดแบบนี้เลยนะ คบหาหน้าถ้าเธอไม่เข้าใจอะไรก็ควรถามครูทันที เธอไม่ต้องอายใคร เพราะในห้องก็มีแต่เพื่อน ของเราทั้งนั้น และการที่เธอถามในสิ่งที่เธอไม่เข้าใจ ก็จะเป็นประโยชน์ต่อเพื่อน คนอื่นด้วย
- วีระ : ชอบใจมากเลยนะที่ให้คำแนะนำเรา ต่อไปเราจะไม่ยอมเสียโอกาสอันดีอีกแล้วล่ะ

หลังจากนั้นต่อมาวีระก็ได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่ โดยกล้าที่จะตอบคำถามและตั้งใจฟังครูให้มากขึ้น รวมไปถึงการซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ

โปรแกรมการฝึกหัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 4

เวลา 50 นาที

เรื่อง

ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

วัตถุประสงค์

เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง

ได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง

อุปกรณ์

เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน"

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองแล้วให้นักเรียนเตรียมเนื้อหาก่อนที่จะแสดงความเชื่อมั่นในตนเองเพื่อให้มีความพร้อมทางด้านเนื้อหาก่อนการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ด้วยการกระทำและคำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ
2. ขั้นแสดง
 - 2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนส่วนหนึ่งอาสาสมัครเป็นผู้แสดง และอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์
 - 2.4 ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทที่ได้รับ และผู้สังเกตการณ์สังเกตพฤติกรรมของเพื่อนที่แสดง
3. ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

เมื่อนักเรียนแสดงเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง
4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ต้องปรับปรุงการแสดง แสดงใหม่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ถ้าแสดงให้ถูกต้องผู้วิจัยให้แรงเสริมทางสังคม
5. ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกต่อบ้านและ/หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสม

โปรแกรมการฝึกหัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 4

เวลา 50 นาที

เรื่อง

ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

วัตถุประสงค์

เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง

ได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง

อุปกรณ์

เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน"

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองแล้วให้นักเรียนเตรียมเนื้อหาก่อนที่จะแสดงความเชื่อมั่นในตนเองเพื่อให้มีความพร้อมทางด้านเนื้อหาก่อนการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ด้วยการกระทำและคำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ
2. ขั้นแสดง
 - 2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนส่วนหนึ่งอาสาสมัครเป็นผู้แสดง และอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์
 - 2.4 ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงบทบาทที่ได้รับ และผู้สังเกตการณ์สังเกตพฤติกรรมของเพื่อนที่แสดง
3. ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

เมื่อนักเรียนแสดงเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง
4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ต้องปรับปรุงการแสดง แสดงใหม่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ถ้าแสดงให้ถูกต้องผู้วิจัยให้แรงเสริมทางสังคม
5. ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกต่อบ้านและ/หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสม

เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน"

เนื้อเรื่อง

มาลี เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยปกติแล้วมาลีเป็นคนที่มีความสามารถแก้ไขปัญหาด่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง มีความพยายามที่จะทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง เป็นที่ชื่นชมของครูและพ่อแม่ วันหนึ่งครูวิมล เข้าสอนวิชาคณิตศาสตร์ ซึ่งเรื่องที่สอนเป็นเรื่องที่ยาก เมื่อครูสอนจบก็ส่งการบ้านให้นักเรียนทำ 10 ข้อ ส่งตอนเช้าของวันพรุ่งนี้

นักเรียนส่วนใหญ่แอบบ่นกันว่าครูให้การบ้านมากมายเพราะการบ้านวิชาอื่นก็มีอยู่แล้ว แต่ในที่สุดนักเรียนทุกคนก็ต้องทำการบ้านมาส่งครูวิมล แจ่มจันทร์ก็ได้เสนอความคิดเห็นว่า จะให้พี่ชายของแจ่มจันทร์ช่วยทำการบ้านวิชาคณิตศาสตร์ให้ แล้วจะนำการบ้านมาให้เพื่อนลอก

เมื่อมาลีกลับถึงบ้าน เธอได้ใช้ความพยายามในการทำการบ้าน โดยไม่ยอมดูโทรทัศน์และยอมนอนดึกกว่าปกติ เพื่อที่จะทำการบ้านให้เสร็จหมดทุกวิชา โดยจำสิ่งที่ครูสอนไว้ว่า เวลาทำงานอะไรต้องทำให้สำเร็จ

ตอนเช้าของวันรุ่งขึ้นในขณะที่เพื่อน ๆ ในห้องเรียนรอที่จะลอกการบ้านจากแจ่มจันทร์ มาลีจึงบอกว่าจะช่วยอธิบายให้ฟังแต่เพื่อน ๆ ก็ไม่สนใจ จนเหลือเวลาอีก 10 นาที ต้องเข้าแถวเคารพธงชาติ เพื่อน ๆ ทุกคนต่างพากันผิดหวังไม่มีการบ้านส่งครู เพราะแจ่มจันทร์มาโรงเรียนสายเนื่องจากท้องเสีย และไม่ได้นำการบ้านมาส่งครูวิมลด้วย ถึงแม้ว่าจะให้มาอธิบายให้ฟังก็ไม่มีเวลาแล้ว มาลีคิดในใจว่าถ้าเพื่อน ๆ มีความพยายามที่จะทำงานให้สำเร็จด้วยตนเองก็คงจะไม่ตกอยู่ในสภาพเช่นนี้

บทบาทของมาลี

ฉันชื่อมาลี เป็นนักเรียนห้องเดียวกันกับแจ่มจันทร์ วันหนึ่งครูวิมลสอนวิชาคณิตศาสตร์และให้การบ้าน 10 ข้อ ฉันและเพื่อน หนักใจมาก และเพื่อน ๆ คิดจะลอกการบ้านกับแจ่มจันทร์ เนื่องจากแจ่มจันทร์มีพี่ชายที่เก่งคณิตศาสตร์ช่วยทำให้ เพราะการบ้านวิชาอื่นก็มากอยู่แล้ว ในที่สุดฉันก็เสนอความคิดเห็นว่า ควรที่จะลองทำด้วยตัวเองเสียก่อน ใครจะมาช่วยเราหากเราไม่ช่วยตัวเอง ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

บทบาทของครูวิมล

ฉันชื่อครูวิมล เป็นครูสอนวิชาคณิตศาสตร์ วันหนึ่งเมื่อฉันสอนวิชาคณิตศาสตร์เสร็จแล้ว จึงให้ทำการบ้าน 10 ข้อ เพื่อส่งในวันรุ่งขึ้น

บทบาทของแจ่มจันทร์

ฉันชื่อแจ่มจันทร์ เป็นนักเรียนห้องเดียวกับมาลี ฉันมีพี่ชายที่เรียนเก่งวิชาคณิตศาสตร์ วันหนึ่งครูวิมลสอนวิชาคณิตศาสตร์และให้การบ้าน 10 ข้อ ฉันและเพื่อน นึกใจมาก เพราะการบ้านวิชาอื่นก็มากอยู่แล้ว ในที่สุดฉันก็เสนอความคิดเห็นว่า จะให้พี่ชายของฉันช่วยทำการบ้านวิชาคณิตศาสตร์ให้ แล้วจะนำการบ้านมาให้เพื่อนลอก ในตอนเช้าฉันมาโรงเรียนสายและไม่ได้ทำการบ้านเพราะฉันท้องเสีย

บทบาทของเพื่อน

พวกเราเป็นเพื่อน ของมาลี วันหนึ่งครูวิมลสั่งการบ้านวิชาคณิตศาสตร์ 10 ข้อ นอกจากนั้น พวกเรายังมีการวิชาอื่นอีก พวกเราแอบบ่นกันว่าการบ้านมาก แต่โชคดีแจ่มจันทร์จะนำการบ้านวิชาคณิตศาสตร์ไปให้พี่ชายของเธอทำให้ แล้วจะนำมาให้พวกเราลอกพวกเราไม่มีความคิดจะต้องทำการบ้านเอง รุ่งเช้าของวันส่งงาน พวกเราขอแจ่มจันทร์เพื่อจะลอกการบ้าน ซึ่งมาลีบอกว่าจะช่วยอธิบายให้ฟังแต่พวกเราก็ไม่สนใจ จนเหลือเวลาอีก 10 นาที ต้องเข้าแถวเคารพธงชาติ แจ่มจันทร์มาโรงเรียนสายและไม่ได้ทำการบ้านมา เพราะเธอท้องเสีย พวกเรารู้สึกผิดหวังมากที่ไม่มีการบ้านส่งครู

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 5	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ทำได้อยู่แล้ว
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเองในการทำงานประสบ ผลสำเร็จการมีความเพียรพยายาม
อุปกรณ์	เอกสารการแสดงเทคนิคแม่แบบเรื่อง “ทำได้อยู่แล้ว”
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เทคนิคแม่แบบ ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง 2. ขั้นเสนอตัวแบบ 2.1 ผู้วิจัยเสนอตัวแบบในการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็น นักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองและเป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบจากตัวแบบ ถ้าเลียนแบบจากตัวแบบ ไม่ได้ให้ผู้วิจัยให้กำลังใจที่จะทำต่อไป 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้หลังจากเลียนแบบจาก ตัวแบบและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกต่อบ้านและ/หรือที่ โรงเรียนตามความเหมาะสมต่อไป
ประเมินผล	1. สังเกตจากการแสดงบทบาทและการแสดงความสนใจขณะสังเกตเพื่อน 2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็นซักถามและการสรุป ของนักเรียน

เอกสารการแสดงเทคนิคแม่แบบ “ทำได้อยู่แล้ว”

สถานการณ์

กานดา มณี และดวงตา เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้ง 3 คนเรียนอยู่ห้องเดียวกัน และมีความรักใคร่กันมาก วันหนึ่งในชั่วโมงการทำงานพื้นฐานอาชีพ ครูกรมลรัตน์ สอนเรื่องการเย็บผ้า ด้วยมือโดยวิธีการต่าง ๆ เช่นการสอบ การเย็บด้นถอยหลัง และการถักรังดุม

ครูกรมลรัตน์ : ครูจะสอนเรื่องการเย็บผ้าด้วยฝีมือโดยวิธีต่าง ๆ เช่นการสอบ การเย็บด้นถอยหลัง และการถักรังดุม เมื่อครูแสดงวิธีทำให้นักเรียนดูแล้วก็ให้นักเรียนทำตามนะค่ะ

พอครูแน่ใจว่านักเรียนเข้ากันทุกคนแล้วก็สั่งงานให้ไปทำเป็นการบ้านมาส่งในวันพรุ่งนี้ กานดาและมณีต่างไม่มีความถนัดในงานประเภทนี้ ส่วนดวงตารักงานประเภทนี้มาก เมื่อเลิกเรียนทั้ง 3 คน ก็ชวนกันไปทำงานที่บ้านดวงตา เมื่อลงมือทำไปได้สักครู

กานดา : โอ๊ย! ไม่ทำต่อแล้ว ทำอย่างไรก็ทำไม่ได้สักที ฉันกลับบ้านก่อนนะ

มณีก็มีปัญหาเหมือนกัน แต่นึกในใจว่าตนต้องทำได้แต่ต้องใช้ความพยายาม จึงขอร้องดวงตาช่วยสอนวิธีทำให้ดูอีกที ในระยะแรก ๆ มณีก็ทำไม่ได้ แต่เมื่อพยายาม หลายครั้ง ก็ทำจนสำเร็จได้ในวันรุ่งขึ้น

ครูกรมลรัตน์ : ให้นักเรียนทุกคนนำงานมาส่งครูด้วยค่ะ

ดวงตา : นี่ค่ะครู

มณี : นี่ของหนูค่ะครู

กานดา : หนูไม่มีงานมาส่งค่ะ เพราะหนูทำไม่ได้

ครูกรมลรัตน์ : ถ้าอย่างนั้นครูขอให้มณีเล่าวิธีการที่มณีทำงานได้ให้เธอฟังนะ แล้วเมื่อเธอฟังแล้วก็ให้สรุปว่า การที่มณีทำงานนี้ได้เพราะอะไร

มณี : ฉันก็ทำไม่ได้เหมือนกันแต่ มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าต้องสามารถทำได้จึงให้ดวงตาช่วยสอนเมื่อพยายามหลายครั้งจึงทำงานสำเร็จได้

กานดา : เข้าใจแล้วค่ะครู ว่าเหตุที่เราทำงานนี้ได้เราต้องมีความเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความพยายามที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง ครูคะหนูขออนุญาตส่งงานในตอนเย็นหลังเลิกเรียนโดยให้มณีเป็นคนสอนให้ค่ะ

ครูกรมลรัตน์ : เข้าใจก็ดีแล้ว ครูอนุญาตค่ะ

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 6	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ราหู
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของการมีเหตุผล ไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรอง
อุปกรณ์	เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง "ราหู"
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1.ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วให้นักเรียนเตรียมเนื้อหาก่อนที่จะแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง เพื่อให้มีความพร้อมทางด้านเนื้อหาก่อนการแสดง ความเชื่อมั่นในตนเอง ด้วยการกระทำและคำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ 2. ขั้นแสดง 2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนส่วนหนึ่งอาสาสมัครเป็นผู้แสดง และอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์ 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงตามบทบาทที่ได้รับ และผู้สังเกตการณ์สังเกตพฤติกรรมของเพื่อนที่แสดง 3. ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย เมื่อนักเรียนแสดงเสร็จเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน เกี่ยวกับการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง 4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ต้องปรับปรุงการแสดง แสดงใหม่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ถ้าแสดงได้ถูกต้องผู้วิจัยให้แรงเสริมทางสังคม 5. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกต่อบ้านและ/หรือที่โรงเรียน ตามความเหมาะสม

ประเมินผล

1. สังเกตการแสดงบทบาทและการแสดงความสนใจขณะสังเกตเพื่อนแสดง
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถาม และการสรุปของนักเรียน

เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง "ราหู"

เนื้อเรื่อง

จิรา ฤทัย อรทัย เป็นเพื่อนบ้านที่สนิทกัน เพราะเรียนที่ห้องเดียวกันและมีบ้านอยู่ใกล้กัน ในช่วงเย็นสมฤทัยและอรทัยมักจะมาทำการบ้านที่บ้านของจิรายุ่เป็นประจำ วันหนึ่งขณะที่กำลังนั่งคุยกันอยู่

จิรา บอกเพื่อนว่า มีเรื่องด่วนจะเล่าให้เพื่อนฟังถึงเรื่องที่ไต่ยืนยันจากน้าติ่มที่อยู่หลังบ้านว่า ปีนี้ คนที่เกิดปีที่ยี่สิบต้นด้วยคำว่า "มะ" กำลังมีเคราะห์ร้ายถึงขั้นเสียชีวิตเลย แต่มีวิธีการแก้ คือ ใครต้องการที่จะพ้นเคราะห์กรรมในครั้งนี้ จะต้องสะเดาะเคราะห์โดยการนำของดำแปดอย่าง มาบูชาพระราหู แล้วชีวิตจะดีขึ้น เพื่อนพอฟังแล้วก็เกิดความไม่สบายใจเพราะทั้ง 3 คน คนมีชื่อที่ยี่สิบต้นด้วยปี "มะ" โดยเฉพาะจิราและฤทัย ได้ตกลงกันที่จะนำเงินของตนเองที่เก็บไว้ทั้งหมดไปซื้อของดำแปดอย่างมาบูชาพระราหูให้ได้ แต่อรทัยนั้นคิดว่าจะนำเรื่องปรึกษาพ่อแม่ดูก่อนดีไหม พอกลับบ้านอรทัยเล่าให้พ่อแม่ฟัง พ่อแม่ จึงบอกอรทัยว่า ถ้าหนูทำตามที่คุณเล่ามา หนูอาจจะสบายใจขึ้น แต่ข้อเสียคือไม่มีใครสามารถจะรู้ได้ว่าทำไปแล้วจะดีขึ้นหรือเปล่า และจะต้องใช้เงินมากเปล่า ลำพังเงินที่เก็บก็คงไม่พอ เพราะของพวกนั้นราคาแพง อีกอย่างถ้าหนูทำ หนูก็จะเป็นคนหนึ่งที่ทำให้พ่อค้าแม่ค้าได้กำไรเกินควร และถือโอกาสขึ้นราคาสินค้า ซึ่งเมื่อคิดดูตรงนี้แล้วพ่อแม่เห็นว่าข้อดีมีน้อยกว่าข้อเสีย อรทัยพอไต่ยืนยันคำนี้แล้วก็มีความสบายใจขึ้นจึงตัดสินใจที่จะไม่ทำตามคำบอกเล่าของเพื่อน ๆ และได้นำเงินที่เก็บไว้ไปซื้อพจนานุกรมไว้ใช้เพราะอรทัยตั้งใจไว้ พอเจอเพื่อนในวันรุ่งขึ้น ก็มาถามอรทัยว่าทำการบูชาพระราหูหรือยัง พวกเรา 2 คนทำแล้วนะ อรทัยจึงเล่าให้ฟังเรื่องที่พ่อแม่แนะนำเธอให้เพื่อนฟัง เพื่อนพอฟังแล้วก็รู้สึกว่สิ่งที่ตนเองทำไปนั้นมันมีข้อเสียมากกว่าข้อดีเยอะเลย จึงพูดกับอรทัยว่า ถ้าเราคิดได้แบบเธอ เราทั้ง 2 คนคงมีพจนานุกรมเล่มใหม่แบบเธอแล้วละ ต่อไปนี้เราไต่ยืนยันอะไรมาก็ตาม จะไม่เชื่อโดยไม่ไตร่ตรองดูก่อน พวกเราสัญญา

บทบาทของจิรา

ฉันชื่อจิรา จิราบอกเพื่อนว่า มีเรื่องด่วนจะเล่าให้เพื่อนถึงเรื่องที่ไต่ยืนยันจากน้าติ่มที่อยู่หลังบ้านว่าปีนี้ คนที่เกิดปีที่ยี่สิบต้นด้วยคำว่า "มะ" กำลังมีเคราะห์ร้ายถึงขั้นเสียชีวิตเลย แต่มีวิธีการแก้คือใครต้องการที่จะพ้นเคราะห์กรรมในครั้งนี้ จะต้องสะเดาะเคราะห์โดยการนำของดำแปดอย่างมาบูชาพระราหู แล้วชีวิตจะดีขึ้น แต่สุดท้ายเมื่อได้ฟังเหตุผลที่อรทัยเล่าถึงสิ่งที่พ่อแม่ของฤทัยบอกมาก็รู้สึกว่สิ่งที่ตนเองทำไปนั้นมันมีข้อเสียมากกว่าข้อดีเยอะเลย จึงพูดกับอรทัยว่า ถ้าเราคิดได้แบบเธอ เราทั้ง 2 คนคงมีพจนานุกรมเล่มใหม่แบบเธอแล้วละ ต่อไปนี้เราไต่ยืนยันอะไรมาก็ตามจะไม่เชื่อโดยไม่ไตร่ตรองดูก่อน

บทบาทของ อรทัย

ฉันทชื่ออรทัย เป็นคนที่มีชื่อที่ขึ้นต้นด้วยปี “มะ” เมื่อได้ยินคำบอกเล่าจากจิราว่า คนที่เกิดในปีที่ขึ้นต้นด้วยคำว่า “มะ” จะมีเคราะห์ร้าย อรทัยนั้นคิดว่าจะนำเรื่องปรึกษาพ่อแม่ดูก่อนเมื่อกลับถึงบ้านอรทัยเล่าให้พ่อแม่ฟัง อรทัยพอได้ปรึกษาพ่อแม่แล้วก็มี ความสบายใจขึ้นจึงตัดสินใจที่จะไม่ทำตามคำบอกเล่าของเพื่อน ๆ และได้นำเงินที่เก็บไว้ไปซื้อพจนานุกรมไว้ใช้เพราะตั้งใจไว้ อรทัยจึงเล่าให้ฟังเรื่องที่พ่อแม่แนะนำเธอให้เพื่อนฟัง และเพื่อนก็ได้รับฟังถึงเหตุผลและได้ช่วยกันไตร่ตรอง และไม่เชื่อในสิ่งที่ไม่มีเหตุผล

บทบาทของ พ่อแม่

พ่อแม่ จึงบอกอรทัยว่า ถ้าหนูทำตามที่คุณเล่ามา หนูอาจจะสบายใจขึ้น แต่ข้อเสียคือไม่มีใครสามารถจะรู้ได้ว่าทำไปแล้วจะดีขึ้นหรือเปล่า และจะต้องใช้เงินมาก ลำพังเงินที่เก็บก็คงไม่พอ เพราะของพวกนั้นราคาแพง อีกอย่างถ้าหนูทำ หนูก็จะเป็นคนหนึ่งที่ทำให้พ่อค้าแม่ค้าได้กำไรเกินควร และถือโอกาสขึ้นราคาสินค้า ซึ่งเมื่อคิดดูตรงนี้แล้วพ่อแม่เห็นว่าข้อดีมีน้อยกว่าข้อเสีย

บทบาทของ ฤทัย

ฉันทชื่อฤทัยพอฟังแล้วก็รู้สึกว่สิ่งที่ตนเองทำนั้นมันมีข้อเสียมากกว่าข้อดีเยอะเลย จึงพูดกับอรทัยว่า ถ้าเราคิดได้แบบเธอ เราทั้ง 2 คนคงมีพจนานุกรมเล่มใหม่แบบเธอแล้วละ ต่อไปนี้เราได้ยินอะไรมาก็ตามจะไม่เชื่อโดยไม่ไตร่ตรองดูก่อน พวกเราสัญญา

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 7 เวลา 50 นาที

เรื่อง ร่วมกันคิด

วัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเองตัดสินใจด้วยตัวเอง

อุปกรณ์ เอกสารการแสดงเทคนิคแม่แบบเรื่อง "ร่วมกันคิด"

วิธีการดำเนินงาน ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การเทคนิคแม่แบบ ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นนำ

ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง

2. ขั้นเสนอตัวแบบ

2.1 ผู้วิจัยตัวแบบในการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองและเป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ

2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบจากตัวแบบ ถ้าเลียนแบบจากตัวแบบไม่ได้ให้ผู้วิจัยให้กำลังใจที่จะทำต่อไป

3. ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้หลังจากการเลียนแบบจากตัวแบบไม่ได้ให้ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกต่อที่บ้านและ/หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสมต่อไป

ประเมินผล

- สังเกตการแสดงบทบาทและการแสดงความสนใจขณะสังเกตเพื่อนแสดง
- สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถามและการสรุปของนักเรียน

เอกสารการแสดงเทคนิคแม่แบบเรื่อง "ร่วมกันคิด"

เนื้อเรื่อง

ในคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูครรรชิต เข้าสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 และได้อธิบายถึงเรื่องความสัมพันธ์กับประเทศตะวันตก

ครูครรรชิต: เมื่ออาทิตย์ที่แล้วเราได้เรียนเรื่อง ความสัมพันธ์กับประเทศตะวันตก เช่น โปรตุเกส ฮอลันดา อังกฤษ และฝรั่งเศส ในสมัยอยุธยา วันนี้เราจะมาสรุปกันถึงประโยชน์ที่คนไทยได้รับจากการติดต่อสัมพันธ์กับประเทศเหล่านั้น หากใครจะพูดแสดงความคิดเห็นให้ยกมือนะคะ

นทลุกยืนขึ้น และพูดแสดงความคิดเห็นเป็นคนแรก

นท: ประโยชน์ที่เราได้รับก็คือ ประเทศของเราไม่ตกเป็นเมืองขึ้นของประเทศตะวันตกครับ หลังจากที่นั่งทพุดจบก็ไม่มีใครยกมือพูดอีกเลย นทจึงยกมือขึ้นเพื่อขอพูดเป็นครั้งที่ 2

ครูครรรชิต: ดีมากที่นทพยายามจะพูด แต่ครูขอให้นักเรียนในห้องได้พูดให้ครบทุกคนก่อน

क्रमองไปรอบ ๆ ห้อง ก็ยังไม่มีใครยกมือขอพูด ครูจึงพูดว่า

ครูครรรชิต: นักเรียนครับ นักเรียนต้องหัดเป็นคนกล้าคิดและพูดแสดงความคิดเห็น เพราะความเห็นของทุกคนเป็นสิ่งที่ดี ไม่มีถูก ไม่มีผิด แต่ที่สำคัญจะต้องมีเหตุผลประกอบ ความคิดเห็นของเรา ส่วนสมาชิกจะยอมรับหรือไม่ั้น อยู่ที่เราจะสามารถแสดงเหตุผลได้ดีเพียงไร มีใครจะแสดงความคิดเห็นอีกบ้างครับ

ทัศนดาว: ประโยชน์ที่เราได้รับ คือ ทำให้คนไทยเรามีขนมที่อร่อยรับประทาน

เพื่อน ๆ ต่างพากันหัวเราะกับคำตอบของทัศนดาว

ครูครรรชิต: เอ...ขนมที่เธอว่าเกี่ยวข้องกับอะไรกับการติดต่อสัมพันธ์กับประเทศตะวันตก

ทัศนดาว: ขนมไทยโบราณประเภทหนึ่ง คือฝอยทองนั้นได้รับอิทธิพลมาจากโปรตุเกส เนื่องจากสมัยนั้นชาวโปรตุเกสได้เข้ามาตั้งหลักแหล่งในประเทศ ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมไทยกับโปรตุเกส ซึ่งรวมถึงขนมฝอยทองด้วย

เมื่อทัศนดาวพูดจบเพื่อน ๆ ในห้องต่างปรบมือ ชื่นชมในคำตอบ ครูครรรชิต ยินยอมอยู่หน้าชั้นเรียนพร้อมกับกล่าวชม

ครูครรรชิต: ดีมาก ทัศนดาว

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 8 เวลา 50 นาที

เรื่อง ลืมอีกแล้ว

วัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบ การกล้ารับผิดชอบ การทำผิด การรู้จักช่วยเหลือและให้ความร่วมมือแก่หมู่คณะ

อุปกรณ์ เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง "ลืมอีกแล้ว"

วิธีการดำเนินงาน ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วให้นักเรียนเตรียมเนื้อหาที่จะแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง เพื่อให้มีความพร้อมทางด้านเนื้อหา ก่อนการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ด้วยการกระทำและคำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ
2. ขั้นแสดง
 - 2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนส่วนหนึ่งอาสาสมัครเป็นผู้แสดง และอีกส่วนหนึ่งเป็นผู้สังเกตการณ์
 - 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนที่อาสาสมัครแสดงตามบทบาทที่ได้รับ และผู้สังเกตการณ์สังเกตพฤติกรรมของเพื่อนที่แสดง
3. ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

เมื่อนักเรียนแสดงเสร็จเรียบร้อย ผู้วิจัยให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน เกี่ยวกับการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง
4. ขั้นแสดงเพิ่มเติม

ผู้วิจัยให้นักเรียนที่ต้องปรับปรุงการแสดง แสดงใหม่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ถ้าแสดงได้ถูกต้องผู้วิจัยให้แรงเสริมทางสังคม
5. ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้จากการแสดงบทบาทสมมติและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกต่อที่บ้านและ/หรือที่โรงเรียน ตามความเหมาะสม

ประเมินผล

1. สังเกตการแสดงบทบาทและการแสดงความคิดเห็นสังเกตเพื่อนแสดง
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถาม และการสรุปของนักเรียน

เอกสารการแสดงบทบาทสมมติเรื่อง "ลืมอีกแล้ว"

เนื้อเรื่อง

ครูยุทธนาเป็นครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 ในวันเปิดเทอมวันแรกครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มกันเพื่อช่วยกันรับผิดชอบในการทำความสะอาดห้องเรียน และดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียนหลังเลิกเรียนเด็ก ๆ ทุกคนเมื่อถึงวันที่ตนเองรับผิดชอบก็จะช่วยกันดีเสมอมา วันนี้เป็นวันศุกร์ซึ่งเป็นหน้าที่ของอ๊อ อ้อ และเอ๋ ที่ต้องกันช่วยกันรับผิดชอบ พอถึงเวลาใกล้เลิกเรียน อ๊อรู้สึกเพลียมากเพราะเมื่อคืนต้องเสียแทบไม่ได้นอนทั้งคืน และอ้อก็มีธุระรีบกลับเพราะผู้ปกครองมารับให้รีบกลับเนื่องจากคุณย่าป่วยหนัก ทั้งอ๊อและอ้อขอกลับก่อน อ๊อและอ้อจึงบอกให้เอ๋ช่วยดูแลความเรียบร้อยภายในเรียนคนเดียวไปก่อน ในวันนี้อ๊อรับคำเพราะเห็นในเพื่อนที่ไม่สามารถอยู่ช่วยทำหน้าที่ได้ แต่พอถึงเวลาเลิกเรียนเอ๋คิดว่าวันนี้ตนเองทำหน้าที่คนเดียวคงซ้ำมากจึงรีบทำความสะอาดห้องเรียน เพราะว่ากลัวกลับบ้านไม่ทันเพื่อนคนอื่น ด้วยความรีบร้อนทำให้เอ๋ไม่ทันสังเกตว่ามีหน้าต่างบางบานในห้องเรียนยังไม่ได้ปิด พอถึงเช้าวันจันทร์ เมื่อเพื่อนเปิดประตูเข้ามาเพื่อที่จะเข้าเรียน ทุกคนเห็นสภาพห้องเรียนแล้วต้องตกใจเพราะห้องเรียนเต็มไปด้วยฝุ่นและเศษกิ่งไม้ใบไม้ และทำให้อุปกรณ์การเรียนบางอย่างในห้องเรียนเปียกเนื่องจากในวันเสาร์และวันอาทิตย์ที่ผ่านมามีพายุทำให้ฝนตกหนักมาก พอทุกคนหายตะลึงปรากฏว่าเอ๋มีสีหน้าซีดตัวสั่นเพราะนึกขึ้นได้ว่าตนเองลืมปิดหน้าต่างก่อนออกจากห้องเรียนไป พอครูยุทธนามาเข้ามานักเรียนก็รายงานให้ทราบถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทันที เอ๋สารภาพผิดและยอมรับผิดในความไม่รอบคอบของตนเอง จนทำให้เกิดความเสียหายขึ้นได้ แต่อ๊อและอ้อก็ยอมรับผิดด้วย เพราะจะต้องช่วยกันรับผิดชอบในการดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียน ถึงแม้ว่าจะกลับบ้านก่อน

บทบาทของครูยุทธนา

ฉันชื่อครูยุทธนา เป็นครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 ในวันเปิดเทอมวันแรกฉันได้ ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มกันเพื่อช่วยกันรับผิดชอบในการทำความสะอาดห้องเรียน และดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียนหลังเลิกเรียน เด็กทุกคนเมื่อถึงวันที่ตนเองรับผิดชอบก็จะช่วยกันดีเสมอมา แต่พอเช้าวันจันทร์ฉันเดินเข้ามานักเรียนรายงานว่าให้ทราบถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ทันทีที่เอ๋สารภาพผิดและยอมรับในความไม่รอบคอบของตนเอง จนทำให้เกิดความเสียหาย แต่อ๊อและอ้อก็ยอมรับผิดด้วย เพราะจะต้องช่วยกันรับผิดชอบในการดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียน

บทบาทของเอ๋

ฉันชื่อเอ๋ เป็นนักเรียนประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 ในการแบ่งกลุ่มกัน เพื่อช่วยกันรับผิดชอบในการทำความสะอาดห้องเรียน และดูแลความเรียบร้อยภายในห้องหลังเลิกเรียน ฉันรับผิดชอบในวันศุกร์กับอ๊อและอ้อ พอถึงเวลาใกล้เลิกเรียน ทั้งอ๊อและอ้อขอตัวกลับก่อน เพราะมีธุระ

จำเป็น อีวและอ้อจึงบอกให้ฉันช่วยดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียนคนเดียวไปก่อนในวันนี้ ฉันรับคำเพราะเห็นใจเพื่อน ที่ไม่สามารถอยู่ช่วยหน้าที่ได้ แต่พอถึงเวลาเลิกเรียน ฉันคิดว่าวันนี้ตนเองทำหน้าที่คนเดียวคงช้ำมากจึงรีบทำความสะอาดห้องเรียน เพราะว่ากลัวกลับบ้านไม่ทันเพื่อนคนอื่น ด้วยความรีบร้อนทำให้ฉันไม่ทันสังเกตว่า มีหน้าต่างบางบานในห้องเรียนยังไม่ได้ปิด พอถึงเช้าวันจันทร์ เมื่อเพื่อนเปิดประตูเข้ามาเพื่อที่จะเข้าเรียน ทุกคนเห็นสภาพห้องเรียนแล้วต้องตกใจ เพราะห้องเรียนเต็มไปด้วยฝุ่นและเศษกิ่งไม้ใบไม้ และทำให้อุปกรณ์การเรียนบางอย่างในห้องเรียนเปื่อยเนื่องจากในวันเสาร์และวันอาทิตย์ที่ผ่านมามีพายุทำให้ฝนตกหนักมาก พอทุกคนหายตะลึงปรากฏว่าฉันมีสีหน้าซีดตัวสั่นเพราะนึกขึ้นได้ว่าตนเองลืมปิดหน้าต่างก่อนออกจากห้องเรียนไป พอครูยูทนามาเข้ามาเพื่อนก็รายงานให้ครูทราบถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทันที ฉันสารภาพผิดและยอมรับผิดในความไม่รอบคอบของตนเอง จนทำให้เกิดความเสียหายขึ้นได้ แต่อีวและอ้อก็ยอมรับในความไม่รอบคอบ จนทำให้เกิดความเสียหาย

บทบาทของอีว

ฉันชื่ออีว เป็นนักเรียนประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 ในการแบ่งกลุ่มกัน เพื่อช่วยกันรับผิดชอบในการทำความสะอาดห้องเรียน และดูแลความเรียบร้อยภายในห้องหลังเลิกเรียน ฉันรับผิดชอบในวันศุกร์กับอ้อและเอ๋ แต่พอถึงเวลาฉันรู้สึกเพลียมากเพราะเมื่อคืนต้องเสียแทบไม่ได้นอน ทั้งคืนจึงบอกให้เอ๋ช่วยดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียนคนเดียวไปก่อนวันนี้ พอถึงเช้า วันจันทร์ เมื่อเห็นเหตุการณ์ที่ทำให้ห้องเรียนเสียหายนั้น ฉันยอมรับผิดด้วย เพราะจะต้องช่วยกันรับผิดชอบในการดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียน ถึงแม้ว่าฉันจะกลับก่อนก็ตาม

บทบาทของอ้อ

ฉันชื่ออ้อ เป็นนักเรียนประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 ในการแบ่งกลุ่มกัน เพื่อช่วยกันรับผิดชอบในการทำความสะอาดห้องเรียน และดูแลความเรียบร้อยภายในห้องหลังเลิกเรียน ฉันรับผิดชอบในวันศุกร์กับอีวและเอ๋ แต่พอถึงเวลาใกล้เลิกเรียน ฉันก็มีธุระรีบด่วนเพราะผู้ปกครองมารับให้รีบกลับเนื่องจากคุณย่าป่วยหนัก จึงบอกให้เอ๋ช่วยดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียนคนเดียวไปก่อนวันนี้ พอถึงเช้าวันจันทร์ เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ทำให้ห้องเรียนเสียหายนั้น ฉันยอมรับผิดด้วย เพราะจะต้องช่วยกันรับผิดชอบในการดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียน ถึงแม้ว่าฉันจะกลับก่อนก็ตาม

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

- ครั้งที่ 9** เวลา 50 นาที
- เรื่อง** บางสิ่งที่หายไป
- วัตถุประสงค์** เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเองมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรอง
- อุปกรณ์** เอกสารการแสดงเทคนิคแม่แบบเรื่อง "บางสิ่งที่หายไป"
- วิธีการดำเนินงาน** ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้การเทคนิคแม่แบบ ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้
1. ขั้นนำ

ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง
 2. ขั้นเสนอตัวแบบ
 - 2.1 ผู้วิจัยตัวแบบในการแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองและเป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ
 - 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนเลียนแบบจากตัวแบบ ถ้าเลียนแบบจากตัวแบบไม่ได้ให้ผู้วิจัยให้กำลังใจที่จะทำต่อไป
 3. ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้หลังจากการเลียนแบบจากตัวแบบไม่ได้ให้ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วให้ไปฝึกต่อที่บ้านและ/หรือที่โรงเรียนตามความเหมาะสมต่อไป
- ประเมินผล**
1. สังเกตการแสดงบทบาทและการแสดงความสนใจขณะสังเกตเพื่อนแสดง
 2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถามและการสรุปของนักเรียน

เอกสารการแสดงเทคนิคแม่แบบเรื่อง "บางสิ่งที่หายไป"

สถานการณ์

ในวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูสมพลได้ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 3 คน ให้ไปทำรายงานเรื่องประวัติศาสตร์สมัยกรุงธนบุรี โดยแบ่งหัวข้อย่อยออกเป็นเรื่อง เศรษฐกิจ สังคม และการเมืองในสมัยนั้น มาส่งครูในวันจันทร์หน้า ถ้ากลุ่มไหนทำครบทุกหัวข้อจะได้ 30 คะแนน หลังจากเลิกเรียนแล้วกลุ่มของโจ ซึ่งประกอบด้วยเพื่อนอีก 2 คน คือ ก้อง และจอห์น ได้ตกลงที่จะแบ่งงานกัน

โจ : พวกเราจะแบ่งงานกันไปทำมาคนละหัวข้อ ทุกคนเห็นว่าดีหรือเปล่า

ก้อง : ดีเราเห็นด้วย แล้วเธอละ จอห์น

จอห์น : เราเห็นด้วยตามที่พวกนายพูด

โจ : ถ้าอย่างนั้น ให้ก้องทำหัวข้อเกี่ยวกับเศรษฐกิจนะ เพราะเราเห็นว่าก้องสนใจเรื่องนี้อยู่แล้ว ส่วนจอห์นนายเก่งเรื่องสังคมอยู่แล้ว นายทำหัวเรื่องสังคมนะ เราจะทำหัวข้อเรื่องการปกครองเอง

ก้อง : แล้วเราจะเอามารวมกันเข้าเล่มวันไหนดีล่ะ

โจ : วันจันทร์ตอนพักเที่ยง เพราะครูสมพลให้ไปส่งไว้ที่ห้องสมุดขณะที่โจและก้องนั่งรอจอห์นอยู่

ก้อง : ป่านนี้แล้ว จอห์นยังไม่มาอีกหรือ

โจ : รออีกนิดก็คงมา จอห์นอาจทำธุระอยู่ก็ได้

อีกประมาณเวลา 15 นาทีก่อนเข้าห้องเรียนตอนบ่าย จอห์นเดินเข้ามาในห้องสมุดด้วยท่าทางเร่งรีบ

จอห์น : ขอโทษด้วยนะ เราคุยกับพี่ชั้น ป. 6 อยู่

โจ : ไม่เป็นไรหรอก ไหนผลงานที่จะรวมกันส่งครู

จอห์น : เราต้องขอโทษพวกนายจริง ๆ คือว่าเมื่อวันเสาร์อาทิตย์ที่ผ่านมาเราไปเที่ยวต่างจังหวัดกับพี่ ๆ ตอนกลับมาระหว่างทางรถเกิดเสียทำให้เรากลับถึงบ้านดึก และเราก็เพลียมากด้วยจึงเผลอหลับไป ทำให้ไม่ได้เขียนรายงานเลย

ก้อง : แล้วเราจะทำอย่างไรละ ครูคงหักคะแนนเราแน่ ๆ เลย

โจ : ถ้าอย่างนั้น เราก็ส่งเท่าที่มีแล้วกัน ครูจะว่าอย่างไรก็ต้องยอมรับละ เราทำส่งตอนนี้คงไม่ทันแล้ว

ก้อง : เพราะจอห์นแท้ ๆ เชียว

โจ : อย่าพูดอย่างนั้นเลย ยังไงก็แก้ไขไม่ได้แล้วละ

พอถึงคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูแจ้งคะแนนของแต่ละกลุ่มให้นักเรียนทราบ ทุกกลุ่มได้คะแนนเต็ม 30 หก ยกเว้นกลุ่มโจได้เพียง 20 คะแนน

ครูสมพล : ทุกกลุ่มทำดีมาก ครูให้คะแนนเต็ม แต่กลุ่มของโจ ก้องและจอห์น ทำมาไม่ครบครูให้ 20 คะแนน

พอครูพูดจบ จอห์นมีสีหน้าไม่สบายใจ และลุกขึ้นยืนบอกครู

จอห์น : เป็นความผิดของผมเองครับครู คือผมไม่มีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเอง จนทำให้เพื่อนต้องเสียคะแนน

ครูสมพล : ทำไมเธอไม่ได้ทำล่ะ เล่าให้ครูฟังสิ

จอห์น : ผมไปเที่ยวต่างจังหวัดกับพี่ ๆ มาครับ คิดว่าจะกลับมาเขียนทันที แต่รถเสียกลางทาง เลยทำให้กลับดึกมาก พอถึงบ้านก็เพลียเพลอหลับไป จนไม่ได้ทำรายงานครับ

ครูสมพล : การที่คนเราทำงานอะไรก็ตามถ้าไม่มีความรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองได้รับมอบหมาย จะทำให้เสียประโยชน์ทั้งของตนเองและผู้อื่น เราควรที่จะทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายของตนเองให้เสร็จเสียก่อนแล้วจึงไปทำอย่างอื่น

จอห์น : ขอบคุณมากครับครูที่แนะนำ และผมต้องขอโทษเพื่อนๆ ด้วยที่ไม่รับผิดชอบงานของตนเองจนทำให้เพื่อนเสียประโยชน์ ผมสัญญาว่าต่อไปจะมีความรับผิดชอบมากขึ้นครับ

ครูสมพล : ดีมาก จอห์น เธอคิดถูกต้องแล้วล่ะ

โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

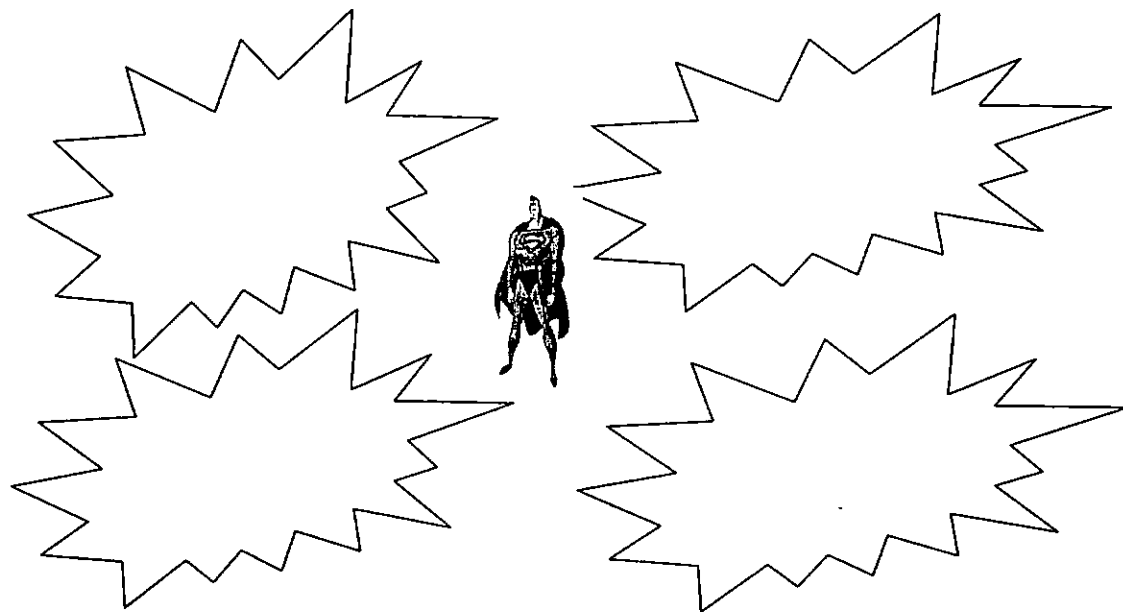
ครั้งที่ 10	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ความเชื่อมั่น
วัตถุประสงค์	1. เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก ได้แก่ การกล้าแสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมต่าง ๆ การ กล้าแสดงความคิดเห็น การกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ 2. เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง ได้แก่ การแก้ ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง การทำงานประสบความสำเร็จ การมีความเพียรพยายาม
อุปกรณ์	1. ใบงาน แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก 2. ใบงาน แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองด้าน การพึ่งตนเอง
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เทคนิคแม่แบบ ดังนี้ 1. แจกใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก และใบงาน ความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง คนละ 1 แผ่น 2. ให้นักเรียนลงตอบคำถามตามความเข้าใจของนักเรียนที่ได้เข้าร่วมฝึก พฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมอีก ครั้งหนึ่งในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง
ประเมินผล	1. สังเกตการแสดงบทบาทและการแสดงความสนใจขณะสังเกต เพื่อนแสดง 2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถาม และการสรุปของนักเรียน

ใบงาน

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

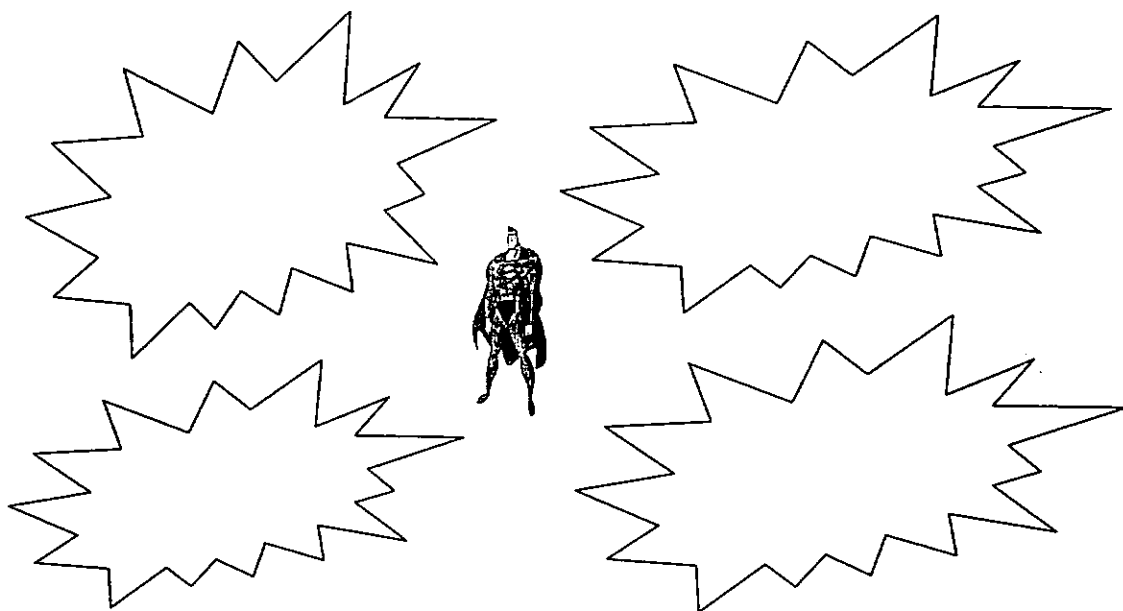
ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก

1. ให้นักเรียนยกตัวอย่างเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก



ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง

2. ให้นักเรียนยกตัวอย่างเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง



โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

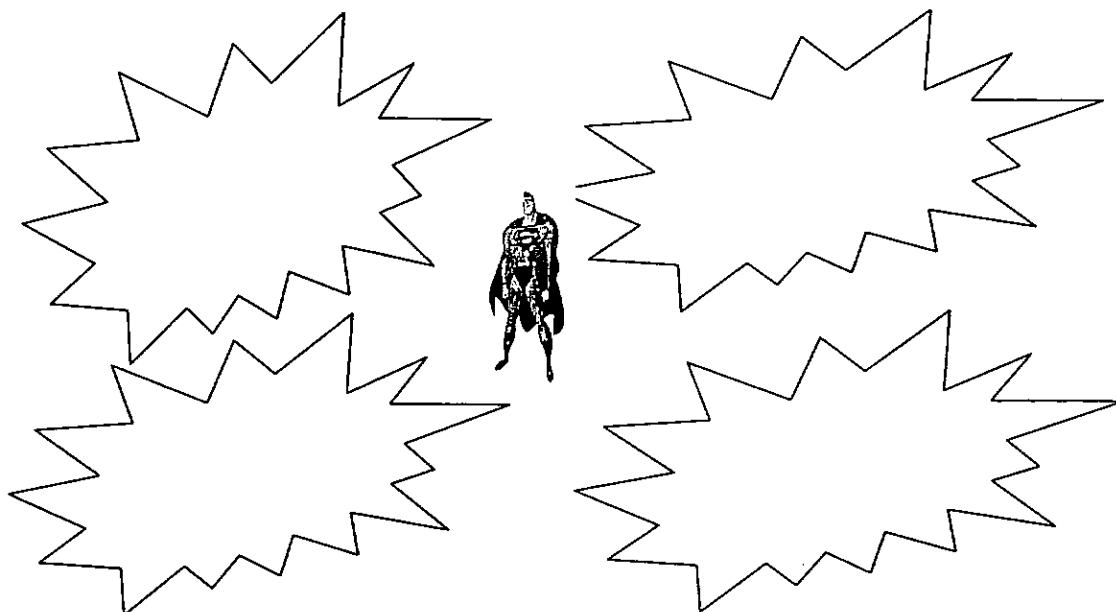
ครั้งที่ 11	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ความเชื่อมั่น
วัตถุประสงค์	1. เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเอง ได้แก่ การมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรอง การตัดสินใจด้วยตนเอง 2. เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบ ได้แก่ มีความรับผิดชอบต่อทั้งงานตัวเองและส่วนรวม การกล้ารับผิดชอบ เมื่อกระทำผิดการรู้จักช่วยเหลือและร่วมมือแก่หมู่คณะ
อุปกรณ์	ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเอง และใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบ
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เทคนิคแม่แบบ ดังนี้ 1. แจกใบงานความเข้าใจความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก และใบงานแบบสอบถามความเข้าใจความเชื่อมั่นในตนเองด้านการฟังตนเอง คนละ 1 แผ่น 2. ให้นักเรียนลงมือตอบคำถามตามความเข้าใจของนักเรียนที่ได้เข้าร่วมการฝึกพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมอีกครั้งหนึ่งในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง
ประเมินผล	1. สังเกตจากการการตอบคำถามในใบงาน 2. แสดงสังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็นซักถามและการสรุปของนักเรียน

ใบงาน

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

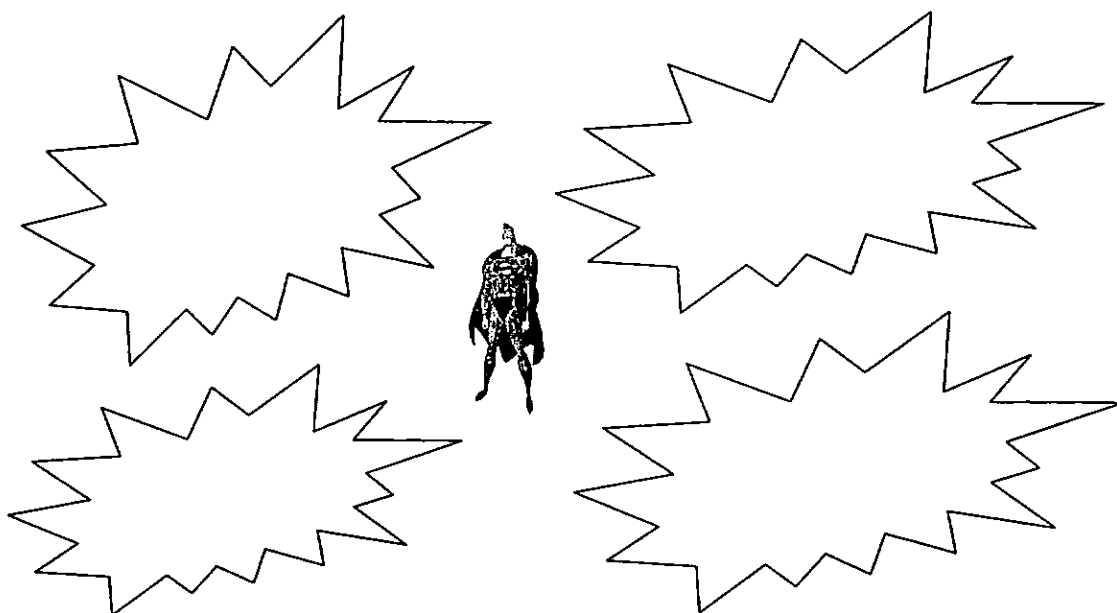
ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเอง

1. ให้นักเรียนยกตัวอย่างเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเอง



ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบ

2. ให้นักเรียนยกตัวอย่างเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบ



โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 12 เวลา 50 นาที

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้นักเรียนพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง
 2. เพื่อสรุปผลที่ได้จากการทดลอง

อุปกรณ์ 1. กระดาษโปสเตอร์
 2. กระดาษรูปหัวใจผ่าซีก
 3. กาว

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลที่ได้จากการทดลอง และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน ผู้วิจัยแจกกระดาษรูปหัวใจผ่าซีกให้นักเรียนคนละ 1 ชิ้นให้นักเรียนเขียนความประทับใจที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ และสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมเมื่อนักเรียนเขียนเสร็จแล้วให้นำชิ้นหัวใจไปติดที่กระดาษโปสเตอร์
3. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรม
4. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทดลองเป็นอย่างดี และกล่าวปิดการทดลอง

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการซักถาม
2. สังเกตจากความร่วมมือในการทำกิจกรรม และการสรุปของนักเรียน

3. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
(สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2)

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1.	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความเป็นกันเอง และบรรยากาศ ที่ดีภายในกลุ่มให้ กับนักเรียนที่ เข้ารับการฝึกอบพฤติกรรมกล้า แสดงออก 2. เพื่อให้ให้นักเรียนได้เข้าใจ จุดมุ่งหมาย ข้อตกลง กฎ ระเบียบ บทบาทของผู้วิจัยและ นักเรียนที่เข้ารับการฝึก พฤติกรรมกล้าแสดงออก ตลอดจนวัน เวลา และสถานที่ที่ จะใช้ในการฝึกพฤติกรรมกล้า แสดงออก 3. เพื่อเป็นการเตรียม นักเรียนให้พร้อมที่จะเข้าร่วมเข้า รับการฝึกพฤติกรรมกล้า แสดงออก	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้ นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคย โดยใช้กิจกรรม “ล่าขุมทรัพย์” มี ขั้นตอนดังนี้ 2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบ สมบัติส่วนตัว คนละ 1 ชิ้น มา วางรวมกันโดยไม่ให้ผู้อื่นเห็น 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบ ของที่ไม่ใช่ของตน คนละ 1 ชิ้น แล้วตามหาเจ้าของจนพบ 2.3 เมื่อพบแล้วให้ นักเรียนนั่งสัมภาษณ์ข้อมูล ส่วนตัวเพื่อน โดยให้พยายามมา หาข้อมูลจากเพื่อนให้ได้มากที่สุด คนละ 5 นาที เมื่อบรรยากาศใน กลุ่มมีความอบอุ่นเป็นกันเองและ ทุกคนรู้จักกันมาก3. ผู้วิจัยชี้แจง ให้นักเรียนทราบจุดมุ่งหมายของ การฝึก พฤติกรรมกล้า แสดงออก 4. ผู้วิจัยแจกเอกสาร และชี้ ตารางกำหนดวัน เวลา และ สถานที่ที่ใช้ในการ ทดลองคือ ห้องเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในวันอังคาร วันพฤหัสบดี 15.00 – 15.50 น.

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-3.	ความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก ได้แก่ 1. การกล้าแสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรม 2. การกล้าแสดงความคิดเห็น 3. การกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก ได้แก่ การกล้าแสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมต่าง ๆ การกล้าแสดง ความคิดเห็น การกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ	ตั้งแต่ครั้งที่ 2-11 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองใช้เกมในครั้งที่ 2,5,8,10 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองอภิปรายกลุ่ม ในครั้งที่ 3,6,9 โดยผู้วิจัยดำเนินการทดลองสถานการณ์จำลอง 4,7 โดยมี 4 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตัวเองที่นักเรียนเคยปฏิบัติและชี้แจงวัตถุประสงค์กติกา กฎ ระเบียบ แนวทางการทำกิจกรรม 2. ขั้นมีส่วนร่วม ผู้วิจัยให้นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมทางจิตวิทยาได้แก่ การอภิปรายกลุ่ม และการใช้สถานการณ์จำลองเกมสลับกันไปในแต่ละครั้งของการทดลอง 3. ขั้นวิเคราะห์และอภิปรายผล ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมวิเคราะห์อภิปรายผลที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรมและการสังเกต 4. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลที่ได้จากการปฏิบัติ แนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การเรียนรู้ร่วมกันเป็นหลักการของตนเองเพื่อนำมาใช้ให้เหมาะสม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
4-5.	ความเชื่อมั่นในตนเอง การพึ่งพาตนเอง ได้แก่ 1. การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง 2. การทำงานประสบผลสำเร็จ	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก ได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง การทำงานประสบผลสำเร็จ การมีความเพียรพยายาม	
6-7.	ความเชื่อมั่นในตนเองการเป็นตัวของตัวเอง ได้แก่ การมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรองการตัดสินใจด้วยตนเอง	เพื่อพัฒนาการความเชื่อมั่นในตนเอง การเป็นตัวของตัวเอง ได้แก่ การมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรองการตัดสินใจด้วยตนเอง	
8-9.	ความเชื่อมั่นในตนเองมีความรับผิดชอบ ได้แก่ มีความรับผิดชอบทั้งงานตัวเอง และส่วนรวม การกล้ารับผิดชอบเมื่อกระทำผิด	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองมีความรับผิดชอบ ได้แก่ มีความรับผิดชอบทั้งงานตัวเอง และส่วนรวม กล้ารับผิดชอบเมื่อกระทำความผิด	
10-11.	ความเชื่อมั่นในตนเอง 1.ด้านการกล้าแสดงออก 2.ด้านการพึ่งตนเอง 3.การเป็นตัวของตัวเอง 4.การมีความรับผิดชอบ	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง 1.ด้านการกล้าแสดงออก 2.ด้านการพึ่งตนเอง 3.การเป็นตัวของตัวเอง 4.การมีความรับผิดชอบ	

ครั้งที่	ชื่อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12.	ปัจจัยนิเทศ	1. เพื่อให้นักเรียนพัฒนาการ ความเชื่อมั่นในตนเองได้ 2. เพื่อสรุปผลที่ได้จากการ ทดลอง	1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผล จากการทดลองและผู้วิจัยสรุป เพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็น วงกลมหันหน้าเข้าหากัน ผู้วิจัย แจกกระดาษรูปหัวใจผ่าซีกให้ นักเรียนคนละ ชิ้น และให้ นักเรียนเขียนความประทับใจที่ เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ และสิ่งที่ ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม เมื่อนักเรียนเขียนเสร็จแล้ว ให้นำ ชิ้นหัวใจไปติดที่กระดาษ โปสเตอร์ 3. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ นักเรียนแสดงความรู้สึกในการ เข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการทดลอง เป็นอย่างดีและกล่าวปิดการ ทดลอง

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 1	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ปฐมนิเทศ
วัตถุประสงค์	1. เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความเป็นกันเอง และบรรยากาศที่ดีภายในกลุ่มให้กับนักเรียน และระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม 2. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจ จุดมุ่งหมาย ข้อตกลง กฎระเบียบบทบาทของ ผู้วิจัยและนักเรียน ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตลอดจน วัน เวลา และสถานที่ที่จะใช้ในการเข้ารับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม 3. เพื่อเป็นการเตรียมนักเรียนให้พร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
อุปกรณ์	กระดาษขนาด A4 จำนวน 15 แผ่น
วิธีการดำเนินการ	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยโดยใช้กิจกรรม " ล่าขุมทรัพย์" มีขั้นตอนดังนี้ 2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบบัตรส่วนตัว คนละ 1 ชิ้น มาวางรวมกัน โดยไม่ให้ผู้อื่นเห็น 2.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบของที่ไม่ใช่ของตน คนละ 1 ชิ้น แล้วตามหาเจ้าของจนพบ 2.3 เมื่อพบแล้วให้นักเรียนนั่งสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนตัวของเพื่อน โดยให้พยายามมาหาข้อมูลจากเพื่อนให้ได้มากที่สุด คนละ 5 นาที เมื่อบรรยากาศในกลุ่มมีความอบอุ่นเป็นกันเองและทุกคนรู้จักกันมากขึ้น 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทราบจุดมุ่งหมายของการเข้าร่วมกิจกรรม 4. ผู้วิจัยแจกเอกสารและชี้แจงตารางกำหนดวัน เวลา และสถานที่ที่ใช้ในการทดลองคือ ห้องเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ใน วันอังคาร วันพฤหัสบดี 15.00 – 15.50 น.

การประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทในการเข้าร่วมกิจกรรมสร้างความคุ้นเคย
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ชักถาม และการสรุปของนักเรียน

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 2	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ยินดีด้วย
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองการกล้าแสดงออก ได้แก่ การกล้าแสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมต่างๆ การกล้าแสดงความคิดเห็น
อุปกรณ์	เอกสารเกม " ยินดีด้วย "
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นวิเคราะห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านเอกสารที่เป็นเกมแล้วนำไปสู่เกมที่เป็นใบงานหลังจากเล่นแล้วให้นักเรียนซักถาม เมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสารหัวข้อการเล่นเกม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจในการเล่นเกมและซักถามเมื่อมีข้อสงสัยของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารเกม "ยินดีด้วย"

เนื้อเรื่อง

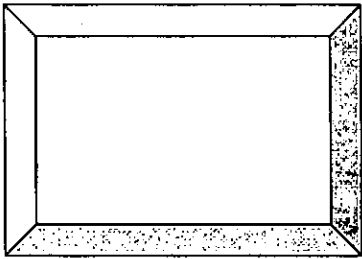
ครูกำธร เป็นครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 หลังจากเปิดเทอมเป็นวันที่สอง ในคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต พอครูเดินเข้ามาเตรียมที่จะทำการสอนตามปกติ มานะซึ่งเป็นหัวหน้าห้องได้ลุกขึ้นยื่นขออนุญาตลาออกจากการเป็นหัวหน้าห้อง ด้วยเหตุผลว่าเป็นการเปิดโอกาสให้เพื่อนคนอื่น ๆ ได้ทำหน้าที่เป็นผู้นำบ้าง ครูกำธรกล่าวขอใจมานะที่ได้ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าห้องด้วยดีมาโดยตลอด และได้มอบหมายให้มานะดำเนินการเลือกหัวหน้าคนใหม่ มานะได้สอบถามเพื่อนในชั้นเรียนว่ามีใครจะสมัครเป็นหัวหน้าห้องบ้าง เมื่อไม่มีผู้สมัคร เขาจึงบอกให้เพื่อน ๆ ช่วยกันเสนอชื่อเพื่อนในห้อง ซึ่งรายชื่อที่เพื่อน ๆ เสนอมียังนี้ วิมล กนก และสุริยา มานะให้ทั้งสามคนออกมายืนหน้าห้องเพื่อที่จะให้พูดแนะนำตัวเองและเมื่อได้รับเลือกแล้วจะทำอะไรที่เป็นประโยชน์บ้างเพื่อเป็นการหาเสียงสนับสนุนสุริยาเป็นคนแรกที่ได้พูดเขากล่าวแนะนำตัวเองด้วยความมั่นใจและกล่าวว่า จะทำหน้าที่การเป็นหัวหน้าห้องให้ดีที่สุด ต่อจากนั้นวิมลได้แนะนำตนเอง โดยกล่าวว่าถึงตนเองเป็นผู้หญิงแต่จะทำหน้าที่มิให้เพื่อน ๆ ต้องเสียประโยชน์ กนกออกไปพูดเป็นคนสุดท้าย เธอมีท่าทางเอียงอายไม่มั่นใจในตนเอง และกล่าวเพียงการแนะนำตนเองเท่านั้น มานะจึงให้เพื่อนโหวตคะแนนเสียงโดยการยกมือ ผลปรากฏว่า สุริยาได้คะแนนเป็นอันดับ 1 วิมลได้คะแนนเป็นอันดับ 2 และกนกได้คะแนนอันดับ 3 ครูกำธรจึงสรุปให้สุริยาเป็นหัวหน้าห้อง วิมลเป็นรองหัวหน้า และกล่าวแสดงความยินดีกับนักเรียนที่ได้รับการคัดเลือกทั้ง 2 คน

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

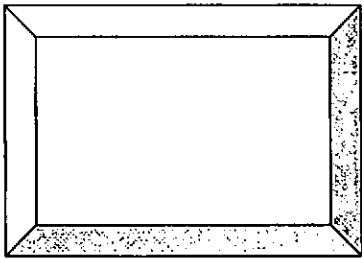
ใบงานบอกได้ไหมเอ๋ย?

ใครที่ไม่มี ความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออกการกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ

ผู้ที่กล้าแสดงออก



ผู้ที่ไม่กล้าแสดงออก



นักเรียนจะเลือกทำแบบใคร.....

เหตุผลเพราะ.....

.....

ทำไมครูต้องกล่าวยินดีด้วย.....

.....

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 3	เวลา 50 นาที
เรื่อง	เสียดาย
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก การกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ
อุปกรณ์	เอกสารการอภิปรายกลุ่มเรื่อง " เสียดาย "
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอนดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นอภิปรายกลุ่ม ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านเอกสารที่เป็นเนื้อเรื่องแล้วนำไปสู่การอภิปรายกลุ่มหลังจากอ่านแล้วให้นักเรียนซักถาม เมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องราวที่ได้รับจากการอภิปรายกลุ่ม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
ประเมินผล	1. สังเกตจากการความสนใจในการอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัยของนักเรียน 2. แสดงสังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารการอภิปรายกลุ่มเรื่อง“ เสียตาย”

เนื้อเรื่อง

ในคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูวณิเข้าสอนประถมศึกษาปีที่ 6 เรื่อง กระบวนการทางวิทยาศาสตร์ มีเนื้อหา โดยย่อ กระบวนการทางวิทยาศาสตร์ หมายถึง ขั้นตอนการหาคำตอบในทางวิทยาศาสตร์มี 4 กระบวนการ คือ 1. ปัญหา 2. สมมติฐาน 3. การทดลอง 4. สรุป ปัญหา คือ สิ่งที่สงสัยได้จากการสังเกต สมมติฐาน คือ การคาดเดาคำตอบอย่างมีเหตุผล การทดลอง คือ การดำเนินการหาคำตอบโดยอิงจากสมมติฐาน สรุป คือ คำตอบที่ได้จากการทดลอง เมื่อครูอธิบายจนจบ ครูถามนักเรียนว่าหากนักเรียนคนใดไม่เข้าใจหรือยังสับสนอยู่ให้ถามครูเลย ครูจะใช้เวลาที่เหลือสอบเก็บคะแนนเรื่องกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ ญาดายกมือถามเป็นคนแรก ครูจะปัญหาได้จากอะไร ครูตอบว่าได้จากการสังเกต คะ สุภรณ์ยกมือขึ้นแล้วถามว่า สมมติฐานสร้างได้กี่ข้อคะ ครูตอบว่าสร้างได้มากกว่าหนึ่งข้อคะ และสามารถนำไปสู่การทดลองได้

วีระมีความสับสนระหว่างการทดลองกับข้อสรุปว่ามีความแตกต่างกันอย่างไรแต่เขาไม่กล้าถาม ครูมองไปรอบๆห้องและถามนักเรียนว่ามีใครบ้างที่ยังไม่เข้าใจครูวณิ จึงถามว่ามีนักเรียนคนไหนจะถามอีกไหมคะ ถ้าไม่มีแสดงว่าทุกคนเข้าใจดีแล้ว ครูจะสอบเก็บคะแนนโดยให้นักเรียนเขียนความหมายของกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ทั้ง 4 กลุ่ม โดยใช้เวลา 10 นาที ถ้าใครทำถูกหมดทุกข้อจะได้ 10 คะแนนครูแจกกระดาษคำถามและคำตอบให้นักเรียน

เมื่อหมดเวลาครูเก็บกระดาษคำตอบจากนักเรียนและนำไปตรวจที่โต๊ะครูจะบอกคะแนนให้นักเรียนทราบ โปรดตั้งใจฟังนะคะ ญาดาได้ 10 คะแนน สุภรณ์ได้ 10 คะแนน วีระได้ 5 คะแนน พอพักกลางวัน วันนั้นเองวีระนั่งอยู่ที่โต๊ะในห้องเรียนคนเดียว สุภรณ์จึงเข้าไปพูดคุยกับวีระสาเหตุที่ได้คะแนนน้อยเป็นเพราะไม่สบายหรือไม่เข้าใจ สุภรณ์จึงถามเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อเข้าวิชาของครูวณิ เธอไม่เข้าใจหรือไม่สบาย ถึงได้แค่ 5 คะแนน ซึ่งเธอน่าจะทำได้แค่ 10 คะแนนนะ วีระตอบว่าใช่ฉันไม่เข้าใจ ฉันสับสนระหว่างการทดลองกับข้อสรุป ก็เลยทำข้อสอบไม่ได้ทุก

ข้อสุภรณ์จึงถามว่าทำไมเธอไม่ถามครูล่ะครูวณิเปิดโอกาสให้ถามแล้ว

วีระตอบว่าเธอไม่กล้า สุภรณ์แนะนำว่าเธอเลิกคิดแบบนี้เลยนะ คราวหน้าถ้าเธอไม่เข้าใจอะไรก็ควรถามครูทันที เธอไม่ต้องอายใคร เพราะในห้องก็มีแต่เพื่อนๆ ของเราทั้งนั้น และการที่เธอถามในสิ่งที่เธอไม่เข้าใจ ก็จะเป็นประโยชน์ต่อเพื่อนๆ คนอื่นด้วยวีระจึงกล่าวขอบคุณมากเลยนะที่ให้คำแนะนำเรา ต่อไปเราจะไม่ยอมเสียโอกาสอันดีอีกแล้วละ

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 4	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง ได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง
อุปกรณ์	เอกสารการแสดงสถานการณ์จำลองเรื่อง "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน "
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นวิเคราะห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านเอกสารหัวข้อเรื่องเกี่ยวกับสถานการณ์จำลองหลังจากอ่านแล้วให้นักเรียนซักถาม เมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสารหัวข้อเรื่องเกี่ยวกับสถานการณ์จำลอง และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

ประเมินผล

1. สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมนักเรียน
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปรายของนักเรียนและการให้ข้อมูลย้อนกลับการเสนอแนะซึ่งกันและกัน

เอกสารการแสดงสถานการณ์จำลองเรื่อง "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน "

สถานการณ์

มาลี เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยปกติแล้วมาลีเป็นคนที่มีความสามารถ แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง มีความพยายามที่จะทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง เป็นที่ชื่นชมของครูและพ่อแม่ วันหนึ่งครูวิมล เข้าสอนวิชาคณิตศาสตร์ ซึ่งเรื่องที่สอนเป็นเรื่องที่ยาก เมื่อครูสอนจบก็ส่งการบ้านให้นักเรียนทำ 10 ข้อ ส่งตอนเช้าของวันพรุ่งนี้

ฉากที่ 1

นักเรียนส่วนใหญ่แอบบ่นกันว่าครูให้การบ้านมากมายเพราะการบ้านวิชาอื่นก็มีอยู่แล้วแต่ในที่สุดนักเรียนทุกคนก็ต้องทำการบ้านมาส่งครูวิมล

แจ่มจันทร์ : เพื่อน ๆ ฉันขอเสนอความคิดเห็นว่า ฉันจะนำการบ้านไปให้พี่ชายของฉัน ซึ่งเรียนอยู่ ม. 6 ช่วยทำให้ เพราะพี่ชายของฉันเป็นคนที่เรียนคณิตศาสตร์ เก่งมากแล้วฉันจะให้เพื่อน ๆ ลองก่อนเข้าแถวเคารพธงชาติ

มาลี : แต่ พวกเราน่าจะลองทำดูก่อน ถ้าทำการบ้านไม่ได้แล้วจึงมาแก้ไขปัญหากันอีกทีหนึ่ง

ฉากที่ 2

เมื่อมาลีกลับบ้าน เธอได้ใช้ความพยายามในการทำการบ้าน โดยไม่ยอมดูโทรทัศน์และยอมนอนตึกกว่าปกติ เพื่อที่จะทำการบ้านให้เสร็จหมดทุกวิชา โดยจำสิ่งที่ครูสอนไว้ว่า เวลาทำงานอะไรต้องทำให้สำเร็จ

ตอนเช้าของวันรุ่งขึ้น

มาลี : ฉันทำการบ้านเสร็จหมดทุกวิชาแล้ว ใครมีอะไรสงสัยบ้างเธอจะอธิบายให้ฟัง เพื่อน ๆ ไม่มีใครสนใจมาลีเลย ทุกคนต่างรอลอกกับแจ่มจันทร์ ต่อมาอีกสักครูแจ่มจันทร์มา โรงเรียนสายด้วยอาการอ่อนเพลีย

แจ่มจันทร์ : ฉันต้องเสียตั้งแต่เมื่อคืน การบ้านก็ไม่ได้ให้ใครช่วยทำเลย

เพื่อน ๆ ทุกคนต่างพากันผิดหวังไม่มีการบ้านส่งครู เพราะถึงจะให้มาลีอธิบายให้ฟังก็ไม่มีเวลาแล้ว มาลาคิดในใจว่า "ถ้าเพื่อน ๆ มีความพยายามที่จะทำงานให้สำเร็จด้วยตนเองก็คงจะไม่ตกอยู่ในสภาพเช่นนี้"

มาลี : เฮ้อ ! ใครจะช่วยหากเราไม่ช่วยตัวเอง ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 5	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ทำได้อยู่แล้ว
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเองการทำงานประสบผลสำเร็จการมีความเพียรพยายาม
อุปกรณ์	เอกสารเกม " ทำได้อยู่แล้ว "
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นวิเคราะห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านเอกสารที่เป็นเกมแล้วนำไปสู่เกมที่เป็นใบงานหลังจากเล่นแล้วให้นักเรียนซักถาม เมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสารหัวข้อการเล่นเกม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
ประเมินผล	1. สังเกตจากความสนใจในการเล่นเกมและซักถามเมื่อมีข้อสงสัยของนักเรียน 2. แสดงสังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปของนักเรียน

เอกสารเกม “ทำได้อยู่แล้ว”

เนื้อเรื่อง

กานดา มณี และดวงดา เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้ง 3 คนเรียนอยู่ห้องเดียวกันและมีความรักใคร่กันมาก วันหนึ่งในชั่วโมงการงานพื้นฐานอาชีพ ครูกรมลรัตน์ สอนเรื่องการเย็บผ้าด้วยมือโดยวิธีการต่าง ๆ เช่นการสอย การเย็บด้นถอยหลัง และการถักรังดุม

ครูกรมลรัตน์ : ครูจะสอนเรื่องการเย็บผ้าด้วยฝีมือโดยวิธีต่าง ๆ เช่นการสอย การเย็บด้นถอยหลัง และการถักรังดุม เมื่อครูแสดงวิธีทำให้นักเรียนดูแล้วก็ให้นักเรียนทำตามนะค่ะ

พอครูแน่ใจว่านักเรียนเข้าใจกันทุกคนแล้วก็สั่งงานให้ไปทำเป็นการบ้านมาส่งในวันพรุ่งนี้ กานดาและมณีต่างไม่มีความถนัดในงานประเภทนี้ ส่วนดวงดารักงานประเภทนี้มาก เมื่อเลิกเรียนทั้ง 3 คน ก็ชวนกันไปทำงานที่บ้านดวงดา เมื่อลงมือทำไปได้สักครู

กานดา : โอ๊ย! ไม่ทำต่อแล้ว ทำอย่างไรก็ทำไม่ได้สักที ฉันกลับบ้านก่อนนะ

มณีก็มีปัญหาเหมือนกัน แต่นึกในใจว่าตนต้องทำได้ แต่ต้องใช้ความพยายาม จึงขอร้องดวงดาช่วยสอนวิธีทำให้ดูอีกที ในระยะแรกๆมณีก็ทำไม่ได้ แต่เมื่อพยายาม หลายๆครั้ง ก็ทำจนสำเร็จได้ ในวันรุ่งขึ้น

ครูกรมลรัตน์ : ให้นักเรียนทุกคนทำงานมาส่งครูด้วยค่ะ

ดวงดา : นี่ค่ะครู

มณี : นี่งานของหนูค่ะครู

กานดา : หนูไม่มีงานมาส่งค่ะ เพราะหนูทำไม่ได้

ครูกรมลรัตน์ : ถ้าอย่างนั้นครูจะให้มณีเล่าวิธีการที่มณีทำงานได้ให้เธอฟังนะ แล้วเมื่อเธอฟังแล้วก็ให้สรุปว่า เหตุการณ์ที่มณีทำงานนี้ได้เพราะอะไร

มณี : ฉันก็ทำไม่ได้เหมือนกันแต่ มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าต้องสามารถทำได้จึงให้ดวงดาช่วยสอนเมื่อพยายามหลายครั้งจึงทำงานสำเร็จได้

กานดา : เข้าใจแล้วค่ะครู ว่าเหตุที่เราทำงานนี้ได้เราต้องมีความเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถและความพยายามที่จะทำสิ่งต่างๆให้สำเร็จด้วยตนเอง

ครูคะหนูขออนุญาตส่งงานในตอนเย็นหลังเลิกเรียนโดยให้มณีเป็นคนสอนให้ นะค่ะ

ครูกรมลรัตน์ : เข้าใจก็ดีแล้ว ครูอนุญาตค่ะ

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 6	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ราหู
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเองการมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไต่ตรอง
อุปกรณ์	เอกสารการอภิปรายกลุ่มเรื่อง " ราหู "
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นอภิปรายกลุ่ม ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านเอกสารที่เป็นการอภิปรายกลุ่ม หลังจากอ่านแล้วให้นักเรียนซักถาม เมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับการอภิปรายกลุ่มและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
ประเมินผล	1. สังเกตจากการแสดงความสนใจในการอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัยของนักเรียน 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารการอภิปรายกลุ่มเรื่อง “ ราชู ”

เนื้อเรื่อง

จิรา ฤทัย อรทัย เป็นเพื่อนบ้านที่สนิทกัน เพราะเรียนที่ห้องเดียวกันและมีบ้านอยู่ใกล้กันในช่วงเย็นสมฤทัยและอรทัยมักจะมาทำการบ้านที่บ้านของจิราอยู่เป็นประจำ วันหนึ่งขณะที่กำลังนั่งคุยกันอยู่

จิรา บอกเพื่อนว่า มีเรื่องด่วนจะเล่าให้เพื่อนถึงเรื่องที่ได้อ่านจากหน้าดิมที่อยู่หลังบ้านว่า ปีนี้ คนที่เกิดปีที่ยี่สิบต้นด้วยคำว่า “มะ” กำลังมีเคราะห์ร้ายถึงขั้นเสียชีวิตเลย แต่มีวิธีการแก้คือใครต้องการที่จะพ้นเคราะห์กรรมการในครั้งนี้ จะต้องสะเดาะเคราะห์โดยการนำของตำแปดอย่างมาบูชาพระราชู แล้วชีวิตจะดีขึ้น เพื่อนพอฟังแล้วก็เกิดความไม่สบายใจเพราะทั้ง 3 คนคนมีชื่อที่ยี่สิบต้นด้วยปี “มะ” โดยเฉพาะจิราและฤทัย ได้ตกลงกันที่จะนำตนเองเก็บไว้ทั้งหมดไปซื้อของตำแปดอย่างมาบูชาพระราชูให้ได้ แต่อรทัยนั้นคิดว่าจะนำเรื่องปรึกษาพ่อแม่ดูก่อนดีไหม พอกลับบ้านอรทัยเล่าให้พ่อแม่ฟัง พ่อแม่ จึงบอกอรทัยว่า ถ้าหนูทำตามที่คุณเล่ามา หนูอาจจะสบายใจขึ้น แต่ข้อเสียคือไม่มีใครสามารถจะรู้ได้ว่าทำไปแล้วจะดีขึ้นหรือเปล่า และจะต้องใช้เงินมากล้าพั้งเงินที่เก็บก็คงไม่พอ เพราะของพวกนั้นราคาแพง อีกอย่างถ้าหนูทำเป็นคนหนึ่งที่ทำให้พ่อค้าแม่ค้าได้กำไรเกินควร และถือโอกาสขึ้นราคาสินค้า ซึ่งเมื่อคิดดูตรงนี้แล้วพ่อแม่เห็นว่าข้อดีมีน้อยกว่าข้อเสีย อรทัยพอได้อ่านคำนี้แล้วก็มี ความสบายใจขึ้นจึงตัดสินใจที่จะไม่ตามคำบอกเล่าของเพื่อน ๆ และได้นำเงินที่เก็บไว้ไปซื้อพจนานุกรมไว้ใช้เพราะเราตั้งใจไว้ พ่อเจอเพื่อนในวันรุ่งขึ้นก็มาถามว่าเธอทำการบูชาพระราชูหรือยัง พวกเรา 2 คนทำแล้วนะ อรทัยจึงเล่าให้ฟังเรื่องที่พ่อแม่แนะนำเธอให้เพื่อนฟัง เพื่อนพอฟังแล้วก็รู้สึกว่สิ่งที่ตนเองทำไป นั้นมันมีข้อเสียมากกว่าข้อดีเยอะเลย จึงพูดกับอรทัยว่า ถ้าเราคิดได้แบบเธอ เราทั้ง 2 คนคงมีพจนานุกรมเล่มใหม่แบบเธอแล้วละ ต่อไปนี้เราได้ยินอะไรมาก็ตามจะไม่เชื่อโดยไม่ไตร่ตรองดูก่อน พวกเราสัญญา

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 7	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ร่วมกันคิด
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเอง ตัดสินใจด้วยตนเอง
อุปกรณ์	เอกสารสถานการณ์จำลองเรื่อง "ร่วมกันคิด"
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นวิเคราะห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านเอกสารหัวข้อเรื่องเกี่ยวกับสถานการณ์จำลอง หลังจากอ่านแล้วให้นักเรียนซักถาม เมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสารหัวข้อเรื่องเกี่ยวกับสถานการณ์จำลอง และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
ประเมินผล	1. สังเกตจากการแสดงบทบาทและการแสดงความคิดเห็น เพื่อน 2. แสดงสังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถามและการสรุปของนักเรียน

เอกสารสถานการณ์จำลองเรื่อง “ร่วมกันคิด”

สถานการณ์

ในคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูครรชิต เข้าสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 และได้อธิบายถึงเรื่องความสัมพันธ์กับประเทศตะวันตก

ฉากที่ 1

ครูครรชิต: เมื่ออาทิตย์ที่แล้วเราได้เรียนเรื่อง ความสัมพันธ์กับประเทศตะวันตก เช่น โปรตุเกส ฮอลันดา อังกฤษ และฝรั่งเศส ในสมัยอยุธยา วันนี้เราจะมาสรุปกันถึงประโยชน์ที่คนไทยได้รับจากการติดต่อสัมพันธ์กับประเทศเหล่านั้น หากใครจะพูดแสดงความคิดเห็นให้ยกมือนะคะ

นทลุกยืนขึ้น และพูดแสดงความคิดเห็นเป็นคนแรก

นท : ประโยชน์ที่เราได้รับก็คือ ประเทศของเราไม่ตกเป็นเมืองขึ้นของประเทศตะวันตก ครับหลังจากที่นทพูดจบก็ไม่มีใครยกมือพูดอีกเลย นทจึงยกขึ้นเพื่อขอพูดเป็นครั้งที่ 2

ครูครรชิต: ดีมากที่นทพยายามจะพูด แต่ครูขอให้นักเรียนในห้องได้พูดให้ครบทุกคนก่อนครูมองไปรอบ ๆ ห้อง ก็ยังไม่มีใครยกมือขอพูด ครูจึงพูดว่า

ฉากที่ 2

ครูมองไปรอบ ๆ ห้อง ก็ยังไม่มีใครยกมือขอพูด ครูจึงพูดว่า

ครูครรชิต: นักเรียนครับ นักเรียนต้องหัดเป็นคนกล้าคิดและพูดแสดงความคิดเห็นเพราะความเห็นของทุกคนเป็นสิ่งที่ดี ไม่มีถูก ไม่มีผิด แต่ที่สำคัญจะต้องมีเหตุผลประกอบความคิดเห็นของเราส่วนสมาชิกจะยอมรับหรือไม่ั้น อยู่ที่เราจะสามารถแสดงเหตุผลได้ดีเพียงไร มีใครจะแสดงความคิดเห็นอีกบ้างครับ

ทัศนดาว: ประโยชน์ที่เราได้รับ คือ ทำให้คนไทยเรามีขนมที่อร่อยรับประทาน
เพื่อน ๆ ต่างพากันหัวเราะกับคำตอบของทัศนดาว

ครูครรชิต: เอ! ขนมที่เธอว่าเกี่ยวข้องกับอะไรกับการติดต่อสัมพันธ์กับประเทศตะวันตก

ทัศนดาว: ขนมหัทยโพรานประเภทหนึ่ง คือฝอยทองนั้นได้รับอิทธิพลมาจากโปรตุเกส
 เนื่องจากสมัยนั้นชาวโปรตุเกสได้เข้ามาตั้งหลักแหล่งในประเทศ ทำให้เกิดการ
 แลกเปลี่ยนวัฒนธรรมไทยกับโปรตุเกส ซึ่งรวมถึงขนมหัทยทองด้วย
 เมื่อทัศนดาวพูดจบเพื่อน ๆ ในห้องต่างปรบมือ ชื่นชมในคำตอบ ครูครรชิต ยืนยิ้มอยู่
 หน้าชั้นเรียนพร้อมกับกล่าวชม
 ครูครรชิต: ดีมาก ทัศนดาว

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 8	เวลา 50 นาที
เรื่อง	ลืมอีกแล้ว
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบการกล้ารับผิดเมื่อกระทำผิดการรู้จักช่วยเหลือและร่วมมือแก้ปัญหาคณะ
อุปกรณ์	เอกสารเกม “ลืมอีกแล้ว”
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นวิเคราะห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านเอกสารที่เป็นเกมแล้วนำไปสู่เกมที่เป็นใบงานหลังจากเล่นแล้วให้นักเรียนซักถาม เมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับจากเอกสารหัวข้อการเล่นเกม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
ประเมินผล	1. สังเกตจากความสนใจในการเล่นเกม และซักถามเมื่อมีข้อสงสัย 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นซักถามและการสรุปของนักเรียน

เอกสารเกม “ ลืมอีกแล้ว ”

เนื้อเรื่อง

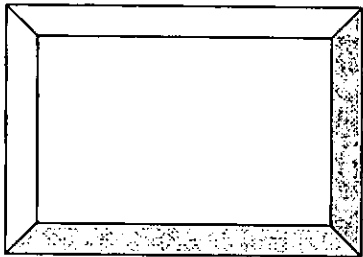
ครูยุทธนาเป็นครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 ในวันเปิดเทอมวันแรกครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มกันเพื่อช่วยกันรับผิดชอบในการทำความสะอาดห้องเรียน และดูแลความเรียบร้อยภายในห้องหลังเลิกเรียนเด็ก ๆ ทุกคนเมื่อถึงวันที่ตนเองรับผิดชอบก็จะช่วยกันด้วยดีเสมอมาวันนี้เป็นวันศุกร์ซึ่งเป็นหน้าที่ของอิว อ้อ และเอ๋ ที่ต้องช่วยกันรับผิดชอบ พอถึงเวลาใกล้เลิกเรียน อิวรู้สึกเพลียมากเพราะเมื่อคืนต้องเสียแทบไม่ได้นอนทั้งคืน และอ้อก็มีธุระรีบด่วนเพราะผู้ปกครองมารับให้รีบกลับบ้านเนื่องจากคุณย่าป่วยหนัก ทั้งอิวและอ้อจึงขอกลับก่อน อิวและอ้อจึงบอกให้เอ๋ช่วยดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียนคนเดียวไปก่อนในวันนี้อ้อรับคำเพราะเห็นใจเพื่อน ๆ ที่ไม่สามารถอยู่ช่วยทำหน้าที่ได้ แต่พอถึงเวลาเลิกเรียนเอ๋คิดว่าวันนี้ตนเองทำหน้าที่คนเดียวคนช้ามากจึงรีบทำความสะอาดห้องเรียน เพราะวากลัวจะกลับบ้านไม่ทันเพื่อน ๆ คนอื่นด้วยความรีบร้อนทำให้เอ๋ไม่ทันสังเกตว่า มีหน้าต่างบางบานของห้องเรียนยังไม่ได้ปิด พอถึงวันเช้าวันจันทร์ เมื่อเพื่อนเปิดประตูเข้ามาเพื่อที่จะเข้าห้องเรียน ทุกคนเห็นสภาพของห้องเรียนแล้วก็ต้องตกใจ เพราะว่าในห้องเรียนเต็มไปด้วยฝุ่นและเศษของกิ่งไม้ใบไม้ และทำให้อุปกรณ์การเรียนบางอย่างในห้องเรียนเปียกเนื่องจากในวันเสาร์และวันอาทิตย์ที่ผ่านมามีพายุทำให้ฝนตกหนักมาก พอทุกคนหายตกตะลึงปรากฏว่าเอ๋มีสีหน้าซีดตัวสั่นเพราะนึกขึ้นได้ว่าตนเองลืมปิดหน้าต่างก่อนออกจากห้องเรียนไป พอครูยุทธนาเข้ามานักเรียนก็รายงานให้ทราบถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทันที เอ๋สารภาพผิดและยอมรับในความไม่รอบคอบของตนเอง จนทำให้เกิดความเสียหายขึ้นได้ แต่อิวและอ้อก็ยอมรับผิดด้วย เพราะจะต้องช่วยกันรับผิดชอบในการดูแลความเรียบร้อยภายในห้องเรียน ถึงแม้ว่าจะกลับไปก่อนก็ตาม

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

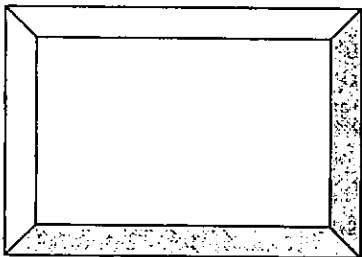
ใบงานบอกได้ไหมเอ๋ย?

ใครที่ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออกการกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ

ผู้ที่กล้าแสดงออก



ผู้ที่ไม่กล้าแสดงออก



นักเรียนจะเลือกทำแบบใคร.....

เหตุผลเพราะ.....

ทำไมครูต้องกล้าแสดงออก.....

.....

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 9	เวลา 50 นาที
เรื่อง	บางสิ่งที่หายไป
วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเองการมีเหตุผล ไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรอง
อุปกรณ์	เอกสารการอภิปรายเรื่อง "บางสิ่งที่หายไป"
วิธีการดำเนินงาน	ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ซึ่งมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นนำ ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่นักเรียนได้เคยปฏิบัติมาพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น 2. ขั้นอภิปรายกลุ่ม ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านเอกสารที่เป็นกรณีตัวอย่าง หลังจากอ่านแล้วให้นักเรียนซักถาม เมื่อมีข้อสงสัย 3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องราวสิ่งที่ได้รับการข้อมูลสนเทศและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
ประเมินผล	1. สังเกตจากการแสดงความสนใจในการอ่าน และซักถามเมื่อมีข้อสงสัยของนักเรียน 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปของนักเรียน

เอกสารการอภิปรายเรื่อง " บางสิ่งที่หายไป "

เนื้อเรื่อง

ในวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูสมพลได้ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 3 คน ให้ไปทำรายงานเรื่องประวัติศาสตร์สมัยกรุงธนบุรี โดยแบ่งหัวข้อย่อยออกเป็นเรื่อง เศรษฐกิจ สังคม และการเมืองในสมัยนั้น มาส่งครูในวันจันทร์หน้า ถ้ากลุ่มไหนทำครบทุกหัวข้อ จะได้ 30 คะแนน หลังจากเลิกเรียนแล้วกลุ่มของโจ ซึ่งประกอบด้วยเพื่อนอีก 2 คน คือ ก้อง และจอห์น ได้ตกลงที่จะแบ่งงานกันไปทำโดยกลุ่มมีมติให้ก้องทำหัวข้อเศรษฐกิจ ส่วนจอห์นทำหัวข้อเกี่ยวกับเรื่องสังคม ส่วนโจทำหัวข้อเรื่องการปกครองเอง ซึ่งทั้ง 3 คนตกลงกันว่าจะนำหัวข้อของรายงานของแต่ละคนมาเย็บเล่มในวันจันทร์ตอนพักเที่ยง พอถึงวันจันทร์ที่ครบกำหนดส่งงาน ขณะที่โจและก้องนั่งรอจอห์นอยู่ที่ห้องสมุดด้วยความกระวนกระวายใจ โดยเฉพาะก้องซึ่งบ่นตลอดเวลาว่าทำไมป้านี้แล้ว จอห์นนี่ยังไม่มา อีกเวลาประมาณ 15 นาที ก่อนจะเข้าเรียนตอนบ่าย จอห์นเดินเข้ามาในห้องสมุดด้วยท่าทางเร่งรีบ และพูดอ้อมแอ้มว่าตนทำรายงานยังไม่เสร็จเลย เพราะว่าเมื่อวันเสาร์อาทิตย์ที่ผ่านมาเราไปเที่ยวต่างจังหวัดกับพี่มา ตอนกลับมาระหว่างทางรถเกิดเสียทำให้เรากลับถึงบ้านดึก และเราก็เพลียมากด้วยจึงเพลอหลับไป ทำให้ไม่ได้เขียนรายงานเลยจอห์นพูดจบก้องก็ต่อว่าทันทีว่าทำไมไม่มีความรับผิดชอบบ้างเลย โจเห็นสีหน้าของจอห์นไม่ดีจึงพูดว่า เอาเถอะยังไงก็แก้ไขไม่ได้แล้ว เพราะถ้าเขียนตอนนี้คงไม่ทันแล้ว ก็ส่งเท่าที่เอามาแล้วกัน

พอถึงคาบวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ครูแจ้งคะแนนของแต่ละกลุ่มให้นักเรียนทราบ ทุกกลุ่มได้คะแนนเต็ม 30 หก ยกเว้นกลุ่มโจได้เพียง 20 คะแนน ทุกกลุ่มทำดีมาก ครูคะแนนให้เต็ม แต่กลุ่มของโจ ก้อง และจอห์น ทำมาไม่ครบครูให้ 20 คะแนน

พอครูพูดจบ จอห์นมีสีหน้าไม่สบายใจ และลุกขึ้นขึ้นบอกครูว่าเป็นความผิดของตัวเอง และตัวเองเป็นสาเหตุ จึงขออนุญาตขอโทษเพื่อนในกลุ่ม ครูสมพลจึงบอกจอห์นว่าการที่คนเราทำงานอะไรก็ตามถ้าไม่มีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเองที่ได้รับมอบหมาย จะทำให้เสียประโยชน์ทั้งตนเองและผู้อื่น เราควรจะทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จเสียก่อนแล้วจึงไปทำอย่างอื่น หลังจากครูพูดจบ จอห์นลุกขึ้นกล่าว ขอบคุณครูพร้อมขอโทษเพื่อน ๆ ด้วยที่ไม่รับผิดชอบต่องานของตนเองจนทำให้เพื่อนเสียประโยชน์และสัญญาว่าต่อไปจะไม่มีความรับผิดชอบมากกว่านี้แน่นอน

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 10

เวลา 50 นาที

เรื่อง

ความเชื่อมั่น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก ได้แก่ การกล้าแสดงความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมต่างๆ การกล้าแสดงความคิดเห็น การกล้าซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ยังไม่มั่นใจ
2. เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง ได้แก่ การแก้ปัญหาด้วยความสามารถของตนเอง การทำงานประสบความสำเร็จ การมีความเพียรพยายาม

อุปกรณ์

แบบสอบถามความเข้าใจความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก

ใบงาน แบบสอบถามความเข้าใจความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เทคนิคเกม ดังนี้

1. แจกใบงานความเข้าใจความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก และใบงาน แบบสอบถามความเข้าใจความเชื่อมั่นในตนเองด้านการพึ่งตนเอง คนละ 1 แผ่น
2. ให้นักเรียนลงมือตอบคำถามตามความเข้าใจของนักเรียนที่ได้เข้าร่วมการฝึกพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมอีกครั้งหนึ่งในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง

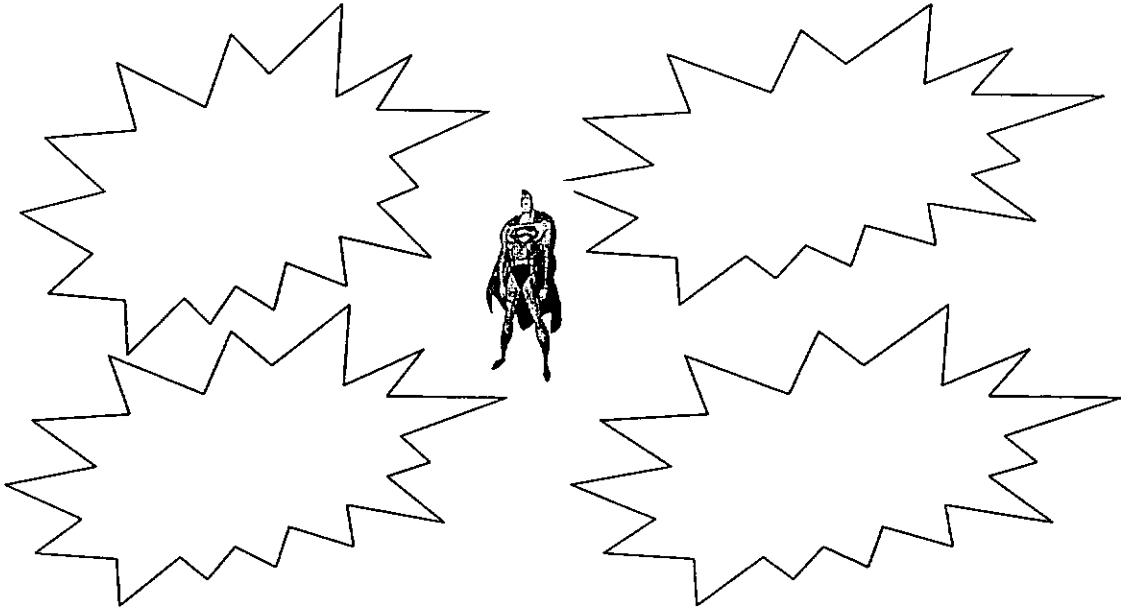
ประเมินผล

1. สังเกตจากการการตอบคำถามในใบงาน
2. แสดงสังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น ซักถามและการสรุปของนักเรียน

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

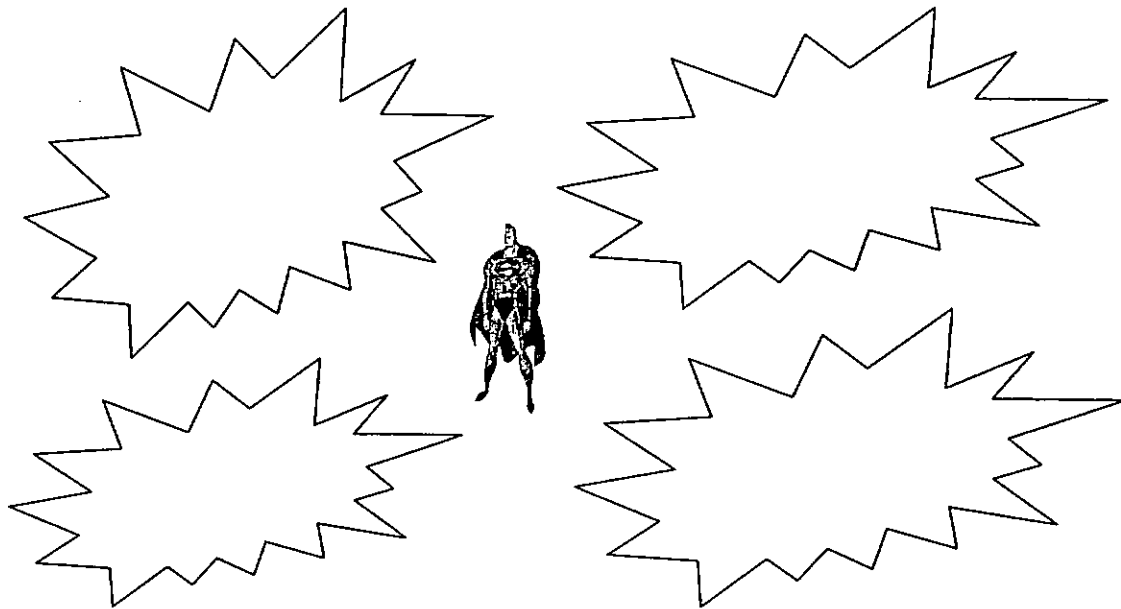
ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก

1. ให้นักเรียนยกตัวอย่างเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก



ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการฟังตนเอง

2. ให้นักเรียนยกตัวอย่างเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองด้านการฟังตนเอง



โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ครั้งที่ 11

เวลา 50 นาที

เรื่อง

ความเชื่อมั่น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเอง
ได้แก่ การมีเหตุผลไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากการไตร่ตรอง
การตัดสินใจด้วยตนเอง
2. เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบ
ได้แก่ มีความรับผิดชอบทั้งงานตัวเองและส่วนรวม การกล้ารับผิดชอบ
เมื่อกระทำผิดการรู้จักช่วยเหลือและร่วมมือแก้ปัญหา

อุปกรณ์

ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเอง และใบงาน
ความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบ

วิธีการดำเนินงาน

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เทคนิคเกม ดังนี้

1. แจกใบงานความเข้าใจความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้า
แสดงออก และใบงาน แบบสอบถามความเข้าใจความเชื่อมั่นใน
ตนเองด้านการพึ่งตนเอง คนละ 1 แผ่น
2. ให้นักเรียนลงมือตอบคำถามตามความเข้าใจของนักเรียนที่ได้เข้า
ร่วมการฝึกพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิดและประโยชน์ที่ได้ และผู้วิจัยสรุป
เพิ่มเติมอีกครั้งหนึ่งในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง

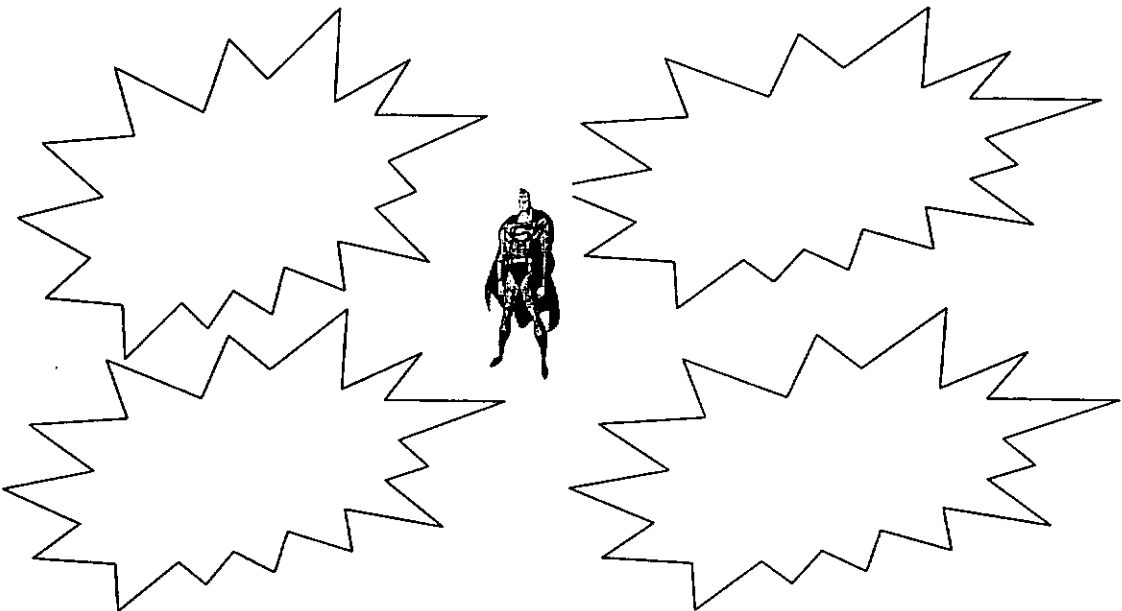
ประเมินผล

1. สังเกตจากการการตอบคำถามในใบงาน
2. แสดงสังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย แสดงความคิดเห็น
ซักถามและการสรุปของนักเรียน

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

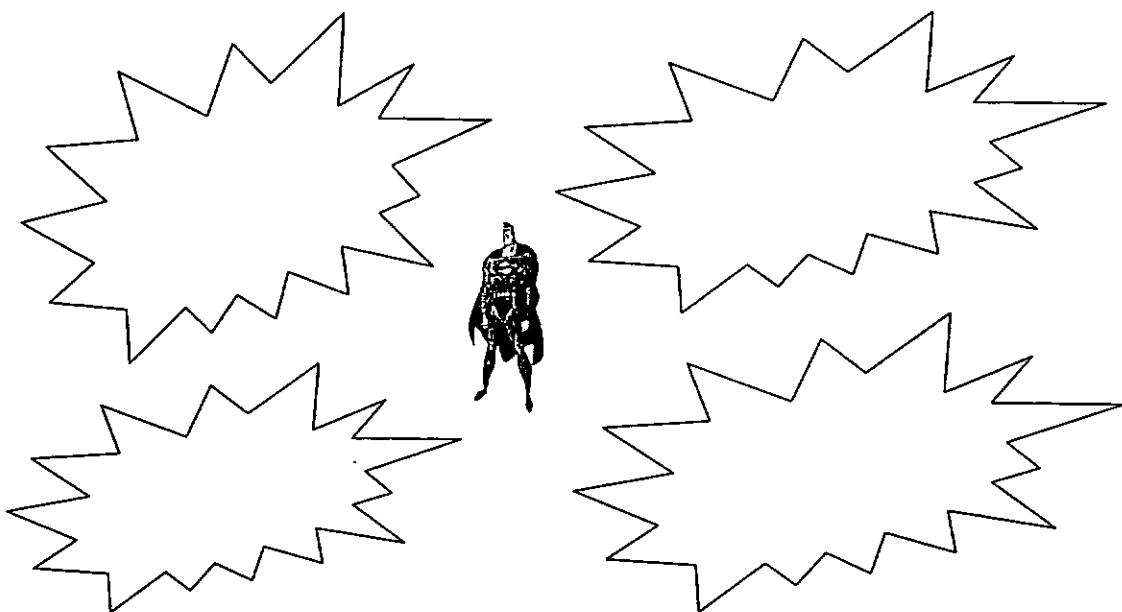
ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการกล้าแสดงออก

1. ให้นักเรียนยกตัวอย่างเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองด้านการเป็นตัวของตัวเอง



ใบงานความเชื่อมั่นในตนเองด้านการฟังตนเอง

2. ให้นักเรียนยกตัวอย่างเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองด้านการมีความรับผิดชอบ



โปรแกรมการการเข้าร่วมกิจกรรมเข้ากลุ่ม

ครั้งที่ 12

เวลา 50 นาที

เรื่อง

ปัจจัยนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง
2. เพื่อสรุปผลที่ได้จากการทดลอง

อุปกรณ์

1. กระดาษโปสเตอร์
2. กระดาษรูปหัวใจผ้าสี
3. กาว

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลที่ได้จากการทดลอง และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากันผู้วิจัยแจก
กระดาษรูปหัวใจผ้าสีให้นักเรียนคนละ 1 ชิ้นให้นักเรียนเขียนความ
ประทับใจที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ และสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วม
กิจกรรมเมื่อนักเรียนเขียนเสร็จ แล้วให้นำชิ้นหัวใจไปติดที่กระดาษ
โปสเตอร์
3. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรม
4. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทดลอง
เป็นอย่างดี และกล่าวปิดการทดลอง

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและการซักถาม
2. สังเกตจากความร่วมมือในการทำกิจกรรม และการสรุปของนักเรียน

4. แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

คำแนะนำในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามชุดนี้ มีวัตถุประสงค์ที่จะสำรวจความรู้สึก และความคิดเห็นของนักเรียนในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของนักเรียน ถ้านักเรียนประสบกับสถานการณ์หรือเรื่องราวต่าง ๆ เหล่านั้น นักเรียนจะรู้สึกอย่างไรในสถานการณ์นั้นๆ โดยให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกและการกระทำจริง ๆ ของนักเรียนเพียงข้อเดียว เมื่อเลือกข้อใดแล้วให้นำไปเขียนลงในกระดาษคำตอบที่แจกให้ต่างหาก ดังนั้น ในการตอบแบบสอบถามจึงควรปฏิบัติดังนี้

1. ก่อนตอบแบบสอบถามแต่ละข้อ โปรดอ่านข้อความที่กำหนดให้เข้าใจเสียก่อน
2. เมื่อเข้าใจข้อความที่อ่านแล้ว จึงพิจารณาดัดสันใจเลือกคำตอบ โดยขีดเครื่องหมาย X ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด
3. คำตอบของนักเรียน ไม่มีคำตอบใดผิด แต่คำตอบอาจแตกต่างกันไปตามความรู้สึกหรือความคิดเห็นของแต่ละบุคคล
4. โปรดตอบคำถามทุกข้อ เพราะถ้าขาดข้อใดข้อหนึ่งไป แบบสอบถามนี้จะใช้ไม่ได้ทันที

แบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

1. ครูมอบหมายให้อรุณศิริ ซึ่งเป็นหัวหน้าห้อง ป.6 ได้กล่าวนำร้องเพลงชาติหน้าแถวตอนเช้า อรุณศิริจะเคยทำหน้าที่นี้แล้วที่โรงเรียนเดิม แต่โรงเรียนใหม่เป็นโรงเรียนที่ใหญ่และมีนักเรียนมากกว่าโรงเรียนเดิมมาก ถ้านักเรียนเป็นอรุณศิริ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ยินดีออกไปกล่าวนำร้องเพลงด้วยความเต็มใจ
- ข. ไปขอร้องให้คนอื่นทำหน้าที่แทน
- ค. ยอมออกไปร้องเพลงด้วยความรู้สึกประหม่า

2. บัวชมพูเป็นคนที่เรียนไม่เก่งในวิชาคณิตศาสตร์ และในชั่วโมงนี้ครูก็สอนเร็วกว่าทุกวัน บัวชมพูจึงไม่เข้าใจในเรื่องที่ครูสอน แต่ยังตัดสินใจไม่ได้ว่าจะถามครูหรือไม่ เพราะกลัวเพื่อนๆ ว่า และในท้ายชั่วโมงครูจะทำการทดสอบในสิ่งที่เรียนมาด้วย ถ้านักเรียนเป็นบัวชมพู นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ไม่ถามอะไรเลยทั้ง ๆ ที่อยากจะถาม
- ข. ถามเพื่อนที่นั่งข้าง ๆ
- ค. ยกมือถามขอสงสัยจากครู

3. วันนี้เป็นวันเปิดเทอมวันแรกที่มานะ จะต้องไปเรียนโรงเรียน และต้องเรียนในห้องเรียนใหม่ พร้อมกับเพื่อนใหม่ เพื่อน ๆ ในห้องคุยกันอย่างสนุกสนานเพราะสนิทกันอยู่แล้ว แต่มานะไม่รู้จักใครเพราะเป็นเด็กใหม่ พอครูเข้ามาสอนจึงให้มานะออกมาหน้าชั้นเพื่อพูดแนะนำตนเองและให้เพื่อน ๆ ได้ตามเกี่ยวกับความรู้สึกในการเปิดเทอมใหม่ของการเริ่มเรียนวันแรก ถ้านักเรียนเป็นมานะ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ออกมาพูดโดยไม่ยอมสบตาใครเลย
- ข. ออกมาพูดโดยสบตากับครูและเพื่อน ด้วยอาการยิ้มแย้มแจ่มใส
- ค. ออกมาพูดโดยสบตากับคนที่นั่งโต๊ะข้างหน้าเพียงคนเดียว

4. ครูสั่งให้นักเรียนไปทำการบ้านวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตมาส่ง โดยให้นักเรียนค้นคว้าในหัวข้อต่าง ๆ เอมอร์มีปัญหาในการทำการบ้านครั้งนี้ เพราะเรื่องที่จะค้นคว้านั้นเป็นเรื่องที่หายาก สมบัติเสนอความคิดเห็นว่า ตนเองมีพี่ชายที่เรียนหนังสือเก่งมาก ให้ช่วยทำการบ้านให้ จึงเสนอให้นำการบ้านของตนไปลอก เพราะสมบัติได้ให้พี่ชายทำมาบ้างแล้ว ถ้านักเรียนเป็นเอมอร์ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ขอดูการบ้านจากสมบัติเป็นตัวอย่าง
- ข. พยายามค้นคว้าด้วยตนเอง
- ค. ไม่ทำการบ้านส่งครู เพราะหาไม่ได้

5. ในวันศุกร์ครูให้แบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ ให้นักเรียนเอากลับไปทำเป็นการบ้าน แล้วให้เอามาส่งครูในชั่วโมงคณิตศาสตร์วันจันทร์ มานะเป็นคนที่เรียนปานกลางในวิชาคณิตศาสตร์เมื่อกลับถึงบ้านแล้วก็เริ่มลงมือทำทันที แต่เมื่อทำไปได้สักพัก เกิดไม่เข้าใจในเรื่องที่จะทำ ถ้านักเรียนเป็นมานะ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. พยายามทำจนสุดความสามารถ ถ้าไม่เข้าใจก็จะถามผู้รู้
- ข. ลองทำเองถ้าไม่ได้ก็ไม่ทำอีก
- ค. ให้พี่ชายทำให้

6. ในการทำโครงการวิทยาศาสตร์ ครูมอบหมายให้ธีรช ช่วยกันทำโครงการให้เสร็จตามกำหนดเวลา ดังนั้นธีรช จึงได้วางแผนทำ โครงการกัน แต่ปรากฏว่าธีรช ทำงานในส่วนของตนเองเสร็จแล้ว ในขณะที่คนอื่น ๆ ยังทำไม่เสร็จและเมื่อจวนหมดเวลาที่ครูกำหนด ถ้านักเรียนเป็นธีรช นักเรียนจะอย่างไร

- ก. นั่งเฉย ๆ ดูเพื่อนทำ
- ข. ช่วยเพื่อนทำให้เสร็จ
- ค. จะช่วยเพื่อนทำ เมื่อเพื่อนบอกรับความช่วยเหลือ

7. ในงานกิจกรรมวันเด็กในโรงเรียน บริเวณโรงเรียนสกปรกมากเนื่องจากมีผู้ปกครองและนักเรียนมาร่วมงานเป็นจำนวนมาก ครูจึงขอให้นักเรียนชั้น ป.6 ช่วยกันทำความสะอาดหลังเลิกเรียนแล้ว สมคิดไม่สามารถตัดสินใจได้ว่าจะทำอย่างไร เพราะเย็นมากแล้วกลัวพ่อแม่จะเป็นห่วง และบ้านก็อยู่ไกลจากโรงเรียนมาก ถ้านักเรียนเป็นสมคิด นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ไม่ช่วย เพราะคิดว่าควรเป็นหน้าที่ของภารโรง
- ข. ช่วยบ้าง แต่ยังไม่เสร็จต้องขอกลับบ้านก่อน
- ค. ช่วยทำงานให้เสร็จ โดยฝากเพื่อนที่อยู่ใกล้บ้านบอกกับแม่

8. ในวิชาการงานพื้นฐานอาชีพ ครูสมหญิง ให้นักเรียนในห้องทุกคนไปทำสิ่งประดิษฐ์งานผ้า มาส่งคนละ 1 ชิ้น ไตรรงค์กลับไปถึงบ้านแล้วก็ลองพยายามทำสิ่งประดิษฐ์งานผ้าขึ้นมา 1 ชิ้นตามที่ครูสั่ง แต่ก็ไม่ประสบความสำเร็จสักทีเนื่องจากตัวเองเป็นผู้ชายและไม่ถนัดในการทำงานผ้า จนใกล้จะถึงวันที่ต้องส่งงานครู ถ้านักเรียนเป็นไตรรงค์ นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. คิดหาวิธีการใหม่ ๆ ที่จะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จให้ได้
- ข. เลิกทำเพราะหมดกำลังใจ
- ค. ลองทำใหม่อีกสักครั้ง แต่ถ้าไม่สำเร็จก็จะไม่ทำอีก

9. ในการประชุมสภานักเรียน ได้ประชุมเรื่องการจัดงานหารายได้เข้าโรงเรียน โดยจะจัดให้มีการแสดงดนตรีนาฏลีลาของนักเรียน ที่ประชุมมีมติว่าจะจำหน่ายบัตรเข้าชมงานในราคาใบละ 100 บาท มานิดซึ่งเป็นตัวแทนของนักเรียนชั้น ป.6 ที่เข้าร่วมประชุมด้วยความเห็นว่า ราคาบัตรนั้นแพงเกินไป ถ้านักเรียนเป็นมานิดนักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ยกมือขึ้นคัดค้านในเรื่องของราคาบัตร
- ข. นั่งเฉย ๆ ไม่แสดงความคิดเห็นอะไรเลย
- ค. ยุให้เพื่อนคนอื่นแสดงความคิดเห็นก่อนแล้วจึงช่วยสนับสนุน

10. ในวันเปิดเทอมวันแรก ในเวลาพักเที่ยง เพื่อน ๆ ต่างเอาของเล่นที่ตนซื้อในช่วงปิดเทอมมาอวดกัน เต็มใจเห็นเพื่อนได้ของเล่นใหม่แล้วอยากได้บ้าง แต่ยังไม่มียังเงินซื้อตอนนี้ถ้านักเรียนเป็นเตมใจ นักเรียนทำอย่างไร

- ก. ลองทำของเล่นขึ้นมาเอง
- ข. เคยคิดว่าจะทำของเล่นใหม่ แต่ยังไม่ทำได้ทำ
- ค. รอจนกว่าจะมีเงินซื้อ

11. บ้านของนิภาสามารถที่จะเดินทางไปเรียนได้ทั้งทางเรือและทางรถยนต์ แต่ค่อนข้างลำบากเพราะในระยะนี้มีการสร้างทางรถไฟใต้ดิน ซึ่งทำให้รถติดมาก ทำให้นิภาไปโรงเรียนไม่ทัน 2 วันแล้วแม้ว่าจะตื่นเช้ากว่าเดิม 1 ชั่วโมงก็ตาม ถ้านักเรียนเป็นนิภา นักเรียนจะอย่างไร

- ก. เปลี่ยนเส้นทางไปทางเรือแทน
- ข. ไม่ต้องทำอะไร ปล่อยให้เป็นอย่างเดิม
- ค. บอกให้ครูทราบถึงความจำเป็นของตน

12. นักเรียนชั้น ป.6 มีปัญหามากมายเกี่ยวกับการทำความสะอาดห้องเรียน ครูจึงเรียกประชุมนักเรียนหลังเลิกเรียน ในที่ประชุมได้เสนอว่า ควรที่จะแบ่งเวรประจำวันกันโดยแยกเป็นผู้ชายผู้หญิง คนละกลุ่มกัน สิริสารู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อเสนอนี้ เพราะจำนวนนักเรียนชายมีมากกว่านักเรียนหญิง เมื่อแบ่งแล้วจำนวนจะไม่เท่ากัน ถ้านักเรียนเป็นสริสา นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ยกมือขัดคัดค้านข้อเสนอของสมาชิก
- ข. ไม่คัดค้านใด ๆ ยอมรับข้อเสนอของสมาชิก
- ค. พุดกับเพื่อนคนอื่น ๆ เพื่อหาพรรคพวกแล้วจึงคัดค้าน

13. ต้องดาขอยืมดินสอมาจากสมใจ ขณะที่ต้องดาใช้ดินสอแท่งนั้นเขียนรายงาน บังเอิญได้ทำดินสอตกหล่นลงไปที่พื้น ทำให้ไส้ดินสอหักและดินสอก็กู้ใช้การไม่ได้ เมื่อกำธียืมดินสอไปใช้ต่อและส่งคืนให้สมใจ จึงเกิดปัญหาวาใครที่เป็นคนทำไส้ดินสอหักและใช้การไม่ได้ ถ้านักเรียนเป็นต้องดา นักเรียนจะอย่างไร

- ก. เฉย ๆ ทำเป็นไม่รู้เรื่องที่เกิดขึ้น
- ข. บอกกับสมใจตรง ๆ ว่าตนเองเป็นคนทำโดยไม่ต้องรอให้ถาม
- ค. ยอมรับว่าตนทำหัก เมื่อต้องดาไปถามสมใจมาแล้ว

14. อัมบุญ เป็นคนที่กลัวผีและเชื่อเรื่องผีมากเข้าวันหนึ่ง อัมบุญเล่าให้เพื่อนสนิทที่ชื่อบาร์มีฟังว่า เมื่อคืน อัมบุญได้ฝันถึงยายที่ตายไปแล้วมาหา และในขณะเดียวกัน ที่ใกล้ๆ บ้านของเขามีหมาหอนทั้งคืน หมามันคงจะเห็นผียายจึงหอนแบบนั้น ถ้านักเรียนเป็นบาร์มี นักเรียนจะคิดอย่างไรเกี่ยวกับเรื่องนี้

- ก. คิดว่าหมาหอนเพราะเห็นผีจริง
- ข. ยังไม่แน่ใจว่าหมาจะเห็นผีจริง
- ค. คิดว่าหมาอาจจะหอนเอง โดยไม่จำเป็นต้องเห็นผี

15. ชาญชัยเป็นคนที่เชื่อในเรื่องของการทำนายดวงชะตามาก วันหนึ่งตามใจมาบอกกับชาญชัยว่า มีหมอดูคนหนึ่งเป็นคนที่ดูดวงเก่งทางไพ่ยิปซีเก่งมาก และสามารถทำให้คนที่เข้าไปหาประสบผลสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนาได้ พร้อมทั้งชวนให้ไปหาหมอดูดูด้วยกัน ถ้านักเรียนเป็นชาญชัยนักเรียนจะอย่างไร

- ก. ไม่เชื่อ พร้อมทั้งกล่าวปฏิเสธอย่างนุ่มนวลที่จะไม่ไปด้วย
- ข. บางครั้งก็เชื่อ เพราะเคยได้ยินมาและคิดไปดูอยู่เหมือนกัน
- ค. เชื่อในทันทีที่มีคนมาเล่าให้ฟัง และตามไปดูด้วย

เฉลยแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง

<u>ข้อที่</u>	<u>ก</u>	<u>ข</u>	<u>ค</u>
1.	3	1	2
2.	1	2	3
3.	1	3	2
4.	2	3	1
5.	3	2	1
6.	1	3	2
7.	2	3	1
8.	3	1	2
9.	3	1	2
10.	3	2	1
11.	3	1	2
12.	3	1	2
13.	1	2	3
14.	1	2	3
15.	3	2	1

คะแนนต่ำสุด = 15 คะแนน

คะแนนสูงสุด = 45 คะแนน

กระดานคำตอบ

ข้อที่	ก	ข	ค
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13			
14.			
15.			

ภาคผนวก ข

ภาคผนวก ข

1. คำอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ(t) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง
2. ตาราง 6 แสดงคะแนนกลุ่มทดลองที่ 1
3. ตาราง 7 แสดงคะแนนกลุ่มทดลองที่ 2
4. ตาราง 8 แสดงค่าผลต่างของคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
5. ตาราง 9 แสดงค่าผลต่างของคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ตาราง 6 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความเชื่อมั่น
ในตนเอง

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ(t)
1.	2.930
2.	2.759
3.	2.449
4.	5.647
5.	5.996
6.	5.712
7.	2.222
8.	4.136
9.	4.837
10.	3.738
11.	2.783
12.	4.360
13.	4.316
14.	2.473
15.	4.365

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.7570

ตาราง 7 แสดงคะแนนกลุ่มทดลองที่ 1

นักเรียนคนที่	คะแนนก่อน การทดลอง	คะแนนหลัง การทดลอง	ผลต่าง (D)	ผลต่าง ยกกำลังสอง (D^2)
1.	24	32	8	64
2.	24	36	12	144
3.	25	39	14	196
4.	28	39	11	121
5.	24	34	10	100
6.	30	39	9	81
7.	21	38	17	289
8.	24	36	12	144
9.	25	35	10	100
10.	28	40	12	144
11.	28	34	6	36
12.	25	32	7	49
13.	24	35	11	121
14.	30	32	10	100
15.	33	39	6	36
N = 15	$\bar{X} = 26.20$ S = 3.16	$\bar{X} = 36.53$ S = 2.80	$\Sigma D = 155$	$\Sigma D^2 = 1725$

ตาราง 8 แสดงคะแนนกลุ่มทดลองที่ 2

นักเรียนคนที่	คะแนนก่อน การทดลอง	คะแนนหลัง การทดลอง	ผลต่าง (D)	ผลต่าง ยกกำลังสอง (D ²)
1.	24	30	6	36
2.	25	34	9	81
3.	24	33	9	81
4.	21	24	3	9
5.	24	33	9	81
6.	30	30	0	0
7.	28	29	1	1
8.	24	35	11	121
9.	25	34	9	81
10.	28	37	9	81
11.	25	33	8	64
12.	28	28	0	0
13.	24	28	4	16
14.	30	30	0	0
15.	21	28	7	49
N = 15	$\bar{X} = 25.40$ S = 2.82	$\bar{X} = 31.06$ S = 3.43	$\Sigma D = 85$	$\Sigma D^2 = 701$

ตาราง 9 แสดงค่าผลต่างของคะแนนพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

คนที่	กลุ่มทดลองที่ 1			กลุ่มทดลองที่ 2		
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ผลต่าง (D)	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ผลต่าง (D)
1	24	32	8	24	30	6
2	24	36	12	25	34	9
3	25	39	14	24	33	9
4	28	39	11	21	24	3
5	24	34	10	24	33	9
6	30	39	9	30	30	0
7	21	38	17	28	29	1
8	24	36	12	24	35	11
9	25	35	10	25	34	9
10	28	40	12	28	37	9
11	28	34	6	25	33	8
12	25	32	7	28	28	0
13	24	35	11	24	28	4
14	30	32	10	30	30	0
15	33	39	6	21	28	7
$\bar{x}_{diff} = 9.93$			$\bar{x}_{diff} = 5.66$			
$S_{diff} = 3.10$			$S_{diff} = 3.95$			

ภาคผนวก ค

ภาคผนวก ค

- 1. หนังสือรับรอง**
- 2. ประวัติย่อผู้วิจัย**



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ศธ 0519.12/ 5088

วันที่ ๑ พฤษภาคม 2547

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณะบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาววันนิภา โรจนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง และ อาจารย์พาสณา จุลรัตน์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัย ขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์เวณิ กริทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกวดี พึ่งโพธิ์ทอง และ อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบวัดและแบบสอบถามการเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม และแบบวัดให้ นางสาววันนิภา โรจนพันธ์ และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุรวิทย์ ปัดไธสง)

ประธานยุทธศาสตร์การประกันคุณภาพการศึกษา

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/48๖๐



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๔ เมษายน 2547

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดบ่อนันทวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม และโปรแกรม

เนื่องด้วย นางสาววันนิภา โรจนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง และ อาจารย์พาสณา จุลรัตน์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอใช้ห้องเรียนเพื่อทดลองโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และโปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 100 คน และเป็นกลุ่มตัวอย่างแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาววันนิภา โรจนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ภรณ์ หะวานนท์)

รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-2868707 มือถือ 01-4428460



ที่ ศธ 0519.12/48๕๙

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๔๔ เมษายน 2547

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดราชผาติการาม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม และโปรแกรม

เนื่องด้วย นางสาววันนิภา โรจนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดราชผาติการาม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรณรัตน์ พลอยเลื่อนแสง และ อาจารย์พาสนา จุลรัตน์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอใช้ห้องเรียนเพื่อทดลองโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก และโปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 100 คน. และตอบแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง ในระหว่างเดือนกรกฎาคม - สิงหาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาววันนิภา โรจนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภกรณ์ หะวานนท์)

รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-2868707 มือถือ 01-4428460

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล	นางสาว ภวันนิภา โรจนพันธ์
เกิดวันที่	27 มีนาคม 2522
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	230 ซอย 15 อาคารสงเคราะห์ทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพมหานคร 10120
โทรศัพท์	01-837-1133
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2539	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
พ.ศ. 2545	วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาสันทนการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2547	การศึกษามหาบัณฑิต (สาขาจิตวิทยาการศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ