

การเสริมสร้างพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โรงเรียนสิริรัตนารุ โดยการศึกษากรลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

บุษราคม รักพวก

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา
ปีการศึกษา 2567
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

ENHANCING THE ASSERTIVE BEHAVIOR OF MATHAYOM 1
STUDENTS AT SIRIRATTANATHORN SCHOOL THROUGH
GROUPS COUNSELING BASED ON BEHAVIOR THEORY


BUDSARACAM RAKPHUAK

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements
For Master of Science Program in Counseling Psychology
Academic Year 2024
Copyright of Bansomdejchaopraya Rajabhat University

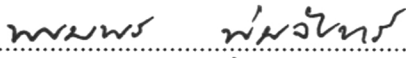
ชื่อเรื่อง การเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการศึกษากลุ่ม
ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม


ชื่อผู้วิจัย บุษราคัม รักพวก
สาขาวิชา จิตวิทยาการศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชลพร กองคำ
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา สุทธิเนียม
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม อาจารย์ ดร.อโนทัย แทนสวัสดิ์


มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยาอนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

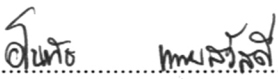

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นุกูล สารวงค์)

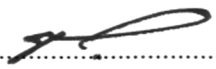
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พ.ต.หญิง ดร.พนมพร พุ่มจันทร์)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชลพร กองคำ)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา สุทธิเนียม)


..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร.อโนทัย แทนสวัสดิ์)


..... กรรมการและเลขานุการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธนภัทร จันทรเจริญ)

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

ชื่อเรื่อง	การเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการศึกษากลุ่ม ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม
ชื่อผู้วิจัย	บุษราคัม รักพวก
สาขาวิชา	จิตวิทยาการศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชลพร กองคำ
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา สุทธิเนียม
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	อาจารย์ ดร.อโนทัย แทนสวัสดิ์
ปีการศึกษา	2567

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของกลุ่มทดลองที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมก่อนการทดลองและหลังการทดลองและ 2) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลอง โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวม 12 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กรุงเทพมหานคร โดยมีคะแนนความกล้าแสดงออกต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา สมครใจและผู้ปกครองให้ความยินยอมในการเข้าร่วมการศึกษากลุ่ม จำนวน 16 คน สุ่มอย่างง่าย เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 และค่าความเที่ยงโดยรวมเท่ากับ 0.68 และ 2) การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณใช้สถิติเชิงพรรณนาได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงเปรียบเทียบโดยใช้ t-test

ผลการวิจัยพบว่า

1. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมการศึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

คำสำคัญ : การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พฤติกรรมการกล้าแสดงออกนักเรียน

Title	Enhancing the Assertive Behavior of Mathayom 1 Students at Sirirattanathorn School through Groups Counseling Based on Behavior Theory.
Author	Budsaracam Rakphuak
Program	Counseling Psychology
Major Advisor	Assistant Professor Dr. Chonlaporn Kongkham
Co - advisor	Assistant Professor Dr. Kanchana Suttineam
Co – advisor	Dr. Anotai Tansawat
Academic Year	2024

ABSTRACTS

The purposes of this quasi-experimental research were to 1) to compare assertive behavior before and after the experiment between the experimental group, which received group counseling based on behavior theory, and the control group. 2) To compare assertive behavior between the experimental group, which received group counseling based on behavior theory, and the control group, which received regular support and assistance according to the student support system. The sample group used in the study consisted of junior high school students. Data collection was conducted in three phases: pre-experimental, experimental, and post-experimental. The experimental group participated in group counseling sessions based on behaviorist theory twice a week, with each session lasting 1 hour and 30 minutes, totaling 12 sessions. The sample group was the students are studying in secondary 1 at Sirirattanathorn school, Bangkok, who was selected by assertive behavior test, measured by doing the assertive score lower than the 25th percentile, recruit the consent of students and parents to participate in group counseling, with a total of 16 individuals. Employ simple random sampling to form 2 groups, each consisting of 8 individuals. The tools used in the research were: 1) the assertive behavior scale There is an index value of congruence (item objective congruence : IOC) between 0.67- 1.00 and an overall reliability value of

0.68 and 2) group consultation according to behaviorist theory The congruence index (item objective congruence : IOC) is between 0.67- 1.00. Quantitative data analysis uses descriptive statistics, including mean, standard deviation. And comparative statistics using t-test

The results revealed the followings

1. The result of comparing the assertive behavior of students Mattayom 1 at Sirirattanathorn school, before and after receiving the behavioral group counseling approach showed that the assertive behavior of students secondary 1 at Sirirattanathorn school after the experiment, there was difference at .001 significance level.

2. The result of comparing the assertive behavior of students Mattayom 1 at Sirirattanathorn school between the experimental group and the control group after receiving the behavioral group counseling approach showed that the assertive behavior of students secondary 1 at Sirirattanathorn school in the experimental group and the control group after the experiment, there was difference at .001 significance level.

Key words : Behavioral Group Counseling, Assertive Behavior, Students

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชลพร กองคำ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา สุทธิเนียม และอาจารย์ ดร.อโนทัย แทนสวัสดิ์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่กรุณาให้คำแนะนำชี้แนะแนวทางที่ถูกต้อง ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความละเอียดถี่ถ้วน ทุ่มเท เอาใจใส่ และให้กำลังใจกับผู้ทำวิจัยด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธิดารัตน์ งามสุขเกษมศรี นาวาโทหญิง ดร.พัชรี ศิริมาก และดร.อรทัย สงวนพรรค ผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบคุณภาพ เครื่องมือการวิจัยให้มีคุณภาพ นอกจากนี้ยังให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง อีกทั้งผู้ช่วยศาสตราจารย์ พ.ต.หญิง ดร.พนมพร พุ่มจันทร์ ที่ให้ความเมตตาาร่วมเป็นประธาน คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และช่วยชี้แนะในการปรับปรุงวิทยานิพนธ์เล่มนี้ให้แก่ผู้วิจัย

งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลงได้ ด้วยความอนุเคราะห์จาก ดร.สายัณห์ ต่ายหลี ผู้อำนวยการ โรงเรียนและคณะผู้บริหาร คณะครูที่ได้ให้ความอนุเคราะห์สถานที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมถึงนักเรียนที่เกี่ยวข้องที่เสียสละเวลาและให้ความอนุเคราะห์เป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวม ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย ขอขอบพระคุณทุกท่านด้วยความจริงใจ

บุษราคัม รักพวก

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญภาพ	ช
สารบัญตาราง	ฌ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
สมมติฐานของการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	5
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย	9
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการกล้าแสดงออก.....	10
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษากลุ่ม.....	22
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษาตามแนวทฤษฎี พฤติกรรมนิยม.....	30
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออก โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม.....	38
3 วิธีการดำเนินการวิจัย	39
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	39
แบบแผนการวิจัย	40
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	40
การเก็บรวบรวมข้อมูล	44
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	46

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	48
ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	49
ตอนที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองที่ได้รับ การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง...	52
ตอนที่ 3 เปรียบเทียบความพฤติกรรมการกล้าแสดงออกระหว่างกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม.....	53
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	54
สรุปผลการวิจัย	54
อภิปรายผลการวิจัย	55
ข้อเสนอแนะ	58
บรรณานุกรม	59
ภาคผนวก	63
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ	64
ภาคผนวก ข หนังสือราชการ.....	66
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	70
ภาคผนวก ง ผลการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ	106
ภาคผนวก จ แบบตอบรับการตีพิมพ์ในวารสารวิชาการ	113
ภาคผนวก ฉ ใบรับรองของคณะกรรมการจริยธรรมในมนุษย์	115
ภาคผนวก ช สำเนาผลการสอบ CEFR	125
ประวัติผู้วิจัย	127

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1.1	กรอบแนวคิดในการวิจัย	10
2.1	แบบแผนการวิจัย.....	41

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	ตัวอย่างแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก.....	43
3.2	ระยะเวลาในการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม.....	45
4.1	จำนวนร้อยละข้อมูลทั่วไปของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง	49
4.2	การวิเคราะห์ข้อมูลการกระจายตัวของข้อมูล	50
4.3	การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกกลุ่มทดลองก่อนและหลัง การทดลองโดยรวมและรายด้านที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม..	52
4.4	การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการ การให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการดูแล... ตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน.....	53

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วตลอดเวลา เต็มไปด้วยการพัฒนาและการแข่งขันอย่างรอบด้าน มนุษย์จึงต้องมีการปรับตัวให้เท่าทันสถานการณ์ เพื่อให้สอดคล้องและเหมาะสมกับสภาพสังคมปัจจุบัน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วส่งผลกระทบต่อบุคคล โดยเฉพาะเด็กในวัยเรียนที่ยังมีประสบการณ์การเรียนรู้ไม่เท่ากับผู้ใหญ่ การจัดกระบวนการศึกษาจึงควรจะต้องมุ่งให้เยาวชนได้เกิดกระบวนการคิด ตลอดจนการกล้าเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับเยาวชนทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น นักเรียนในช่วงนี้จะอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งมีนักเรียนบางคนอาจจะเกิดความเขินอายต่อเพื่อนร่วมชั้นเรียน รวมถึงการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ ถ้านักเรียนมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกที่ไม่เหมาะสม ปัญหาดังกล่าวนักเรียนจะไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ จะทำให้ไม่มีความสุขในการเรียน ท้ายที่สุดอาจจะเกิดปัญหาทางจิตตามมา (วิมพิวิภา ภาสกุล, 2550) การจัดการศึกษาในปัจจุบันจึงต้องปรับเปลี่ยนให้ตอบสนองทิศทางการผลิตและพัฒนากำลังคน โดยมุ่งการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะในศตวรรษที่ 21 ซึ่งเป็นคุณลักษณะพื้นฐานสำคัญของทักษะขั้นต้นทั้งหมดที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และเป็นคุณลักษณะที่เด็กไทยจำเป็นต้องมี (ณัฐพงษ์ เพราแก้ว, 2559) การที่ผู้เรียนเกิดสภาวะไม่กล้าแสดงออก อาจส่งผลให้ต้องอยู่ในสังคมอย่างไม่เป็นสุข มีความวิตกกังวล ขาดความมั่นใจในตนเอง และเมื่อมีปัญหามากขึ้นก็อาจจะเกิดการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ซึ่งสอดคล้องกับ Lange and Jakubowski (1976) กล่าวว่าพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก (Non-assertive Behavior) เป็นพฤติกรรมที่ไม่สามารถแสดงออกถึงความรู้สึก ความคิด หรือเชื่อใจได้อย่างจริงจัง และตรงไปตรงมา ลักษณะของพฤติกรรมดังกล่าว อาจนำไปสู่การเข้าใจผิดได้

พฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต ทุกช่วงชีวิต โดยเฉพาะปัจจุบัน เนื่องจากเป็นปัจจัยที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม การกล้าแสดงออกเป็นตัวช่วยให้นักเรียนสามารถอยู่รอด ปรับตัวเข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี สามารถช่วยให้จัดการอุปสรรค แก้ปัญหาเรื่องราวต่าง ๆ ได้ การฝึกการกล้าแสดงออกตั้งแต่เด็กเป็นการสร้างความเชื่อมั่นและมั่นใจในตนเอง จะทำให้ผู้เรียนกล้าเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ กล้าแสดงออกทางความคิด ทางคำพูด และการกระทำ ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาบุคลิกภาพให้ผู้เรียน

ได้เป็นตัวของตัวเองมากขึ้น ผู้เรียนที่มีพฤติกรรมกรากล่าแสดงออกอย่างเหมาะสมจะสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ มีความรู้สึกดีต่อตนเอง ควบคุมตนเองได้ ลดความประหม่า เชนอัย ความกลัว ความวิตกกังวล มีทักษะในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น สามารถแสดงออกได้ถึงความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ ความสนใจ อารมณ์ตามความต้องการที่แท้จริงของตนเองได้อย่างเปิดเผยและจริงใจตามความเป็นจริง ปราศจากความวิตกกังวล เคารพสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น กล้าฝ่าฝืนอุปสรรคและปัญหาในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ได้อย่างมีความสุข ตรงกันข้าม หากบุคคลนั้นมีพฤติกรรมกรากล่าแสดงออกอย่างไม่เหมาะสมหรือบกพร่อง บุคคลนั้นจะพบปัญหาด้านการติดต่อสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งจะทำให้เกิดความยากลำบากในการเรียน การทำงาน รวมไปถึงการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตด้วย (จิตราภรณ์ ชีรนรวิชัย, 2556) ซึ่งสอดคล้องกับ Bower and Bower (1976) ที่ให้ความหมายว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมในการกล้าแสดงออกว่าเป็นความสามารถในการแสดงความรู้สึกที่จะเลือกว่าควรปฏิบัติอย่างไร แสดงสิทธิเมื่อมีความเหมาะสม เพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ช่วยพัฒนาความมั่นใจในตนเองให้เกิดขึ้น และความสามารถในการดำเนินการเพื่อปรับพฤติกรรมของตนเองและขอร้องให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อต้านเขาด้วย และสอดคล้องกับ ฤทัย บุญมาเมือง (2553) กล่าวว่า หลักการพื้นฐานของความกล้าแสดงออกว่าทุกคนมีสิทธิที่จะแสดงออกตามความต้องการของตน ซึ่งเป็นการแสดงออกของความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมา เช่น การแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ การพูดและความรู้สึกของตนเอง เพื่อให้ผู้อื่นตอบสนองความต้องการของเรา แต่การแสดงออกของเรานั้นต้องไม่ก้าวท้าวสิทธิของผู้อื่นด้วย

จากปัญหาการไม่กล้าแสดงออก ทำให้กลุ่มนักจิตวิทยาพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) มีความเชื่อว่า พฤติกรรมทุกอย่างที่เกิดขึ้นต้องมาสาเหตุ ซึ่งพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมาจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้น ซึ่งสิ่งเร้านี้อาจมาจากภายในหรือภายนอกร่างกายก็ได้ พฤติกรรมของมนุษย์ส่วนใหญ่จึงเกิดขึ้นจากการเรียนรู้ โดยเฉพาะการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไข (Conditioning Learning) และการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมเป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้และฝึกฝนได้ ในการฝึกพฤติกรรมกรากล่าแสดงออกอย่างเหมาะสม ผู้ให้การศึกษาจึงมักจะให้สมาชิกกลุ่มฝึกทักษะที่มีลักษณะการฝึกโดยใช้ทฤษฎีและเทคนิคต่าง ๆ เช่น เทคนิคการผ่อนคลาย โดยเป็นวิธีการช่วยให้สมาชิกกลุ่มลดความเครียด ความวิตกกังวล ที่ปรากฏออกมาทางร่างกายเป็นการฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทีละส่วนทำให้ตึง และผ่อนคลาย ทำให้เกิดความสงบ ไม่เกิดอารมณ์เครียด Wolpe (อ้างใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต, 2562) ทฤษฎีการวางเงื่อนไข มีแนวคิดที่ว่า พฤติกรรมของบุคคลมีผลพวงเนื่องมาจากการปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม พฤติกรรมที่เกิดขึ้น (Emitted) ของบุคคลจะแปรเปลี่ยนไปเนื่องมาจากผลกรรม (Consequences) ที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมนั้น Skinner ให้ความสนใจกับผลกรรม 2 ประเภท ได้แก่ ผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรง (Reinforcer) ที่ทำให้พฤติกรรมที่บุคคลกระทำอยู่นั้นมีอัตราการกระทำเพิ่มมากขึ้น และผลกรรมที่

เป็นตัวลงโทษ (Punisher) ที่ทำให้พฤติกรรมที่บุคคลกระทำนั้นยุติลง เทคนิคที่นำมาใช้ ได้แก่

- 1) การเสริมแรงทางบวก ทำโดยให้คำชมเชย ให้กำลังใจ ส่งผลต่อพฤติกรรมการพูดหน้าชั้นดีขึ้น เป็นการพูดที่ถูกต้องเหมาะสมทั้งภาษาท่าทางและถ้อยคำ
- 2) การเสริมแรงด้วยการใช้เบี้ยอรรถกร เป็นการใช้จ่ายเงิน (บาท) หรือ คะแนน (แต้ม) สามารถเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกได้จริง ได้แก่ พฤติกรรมการยกมือขอพูดหรือถามครู การสนทนา การโต้ตอบและการเป็นผู้อาสา (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2562) ทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคม มีแนวคิดว่าการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) เกิดจากการที่บุคคลสังเกตการกระทำของผู้อื่นแล้วพยายามเลียนแบบพฤติกรรมนั้น ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมทางสังคมเราสามารถพบได้ในชีวิตประจำวัน โดยที่บุคคลจะเลียนแบบจากตัวแบบ การเลียนแบบนี้เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องโดยการสังเกตพฤติกรรมจากตัวแบบ รวมถึงการตอบสนองและปฏิกิริยาต่าง ๆ ของตัวแบบ ซึ่งผลจากการสังเกตตัวแบบ จะทำให้บุคคลสามารถเลียนแบบพฤติกรรมของตัวแบบหรือแสดงพฤติกรรมใหม่ๆ ได้โดยไม่ต้องลองผิดลองถูก เทคนิคที่นำมาใช้ได้แก่

- 1) การเสนอตัวแบบเป็นการให้ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมกลุ่มที่เป็นตัวอย่าง ผู้เรียนแสดงบทบาทได้อย่างเหมาะสมครบถ้วนทุกด้าน ในสถานการณ์จริง พร้อมทั้งมีบทบาทในการแนะนำให้ข้อมูลย้อนกลับไปยังผู้เรียนที่เป็นกลุ่มแสดง เป็นการเสริมแรงทางบวก มีสัมพันธภาพระหว่างกันดีขึ้นและมีการปรับตัวเข้าหากันดี
- 2) การใช้กรณีตัวอย่าง เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกวิเคราะห์ วิจาร์ณ อภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และร่วมตัดสินใจในการแก้ปัญหา ทำให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้น
- 3) การแสดงบทบาทสมมติ เป็นการแสดงบทบาทตามลักษณะนิสัยของตัวละครที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นและถือเอาความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้แสดงมาเป็นข้ออภิปรายเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออก การใช้บทบาทสมมติสามารถนำมาใช้พัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกได้ ทั้งนี้เพราะบทบาทสมมติเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ในลักษณะเรียนปนเล่น ผู้เรียนมีความสุขสนุกสนานกับการเรียนและมีโอกาสแสดงออกอย่างเต็มที่ จะเห็นได้ว่าการฝึกพัฒนาความกล้าแสดงออกที่เหมาะสม เราสามารถฝึกพฤติกรรมของบุคคลนั้นโดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ตามที่กล่าวมาข้างต้น และขั้นตอนการศึกษาแบบพฤติกรรมนิยมคือ ต้องมีการเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้รับบริการจากการสัมภาษณ์ แบบสอบถามหรือการสังเกต แล้ววางเป้าหมายในการแก้ไขปัญหา ร่วมกันกับผู้รับบริการ พร้อมทั้งวัตถุประสงค์ วิธีการและดำเนินการตามแผนที่วางไว้ ทั้งนี้ต้องมีการประเมินผลอยู่ตลอดเวลาเพื่อปรับปรุงแก้ไขและหยุดการปรึกษา สอดคล้องกับ ปริญญา ป่องรอด (2554) ได้อธิบายเกี่ยวกับไว้ว่า ทฤษฎีกล้าแสดงออกเป็นทฤษฎีการตอบสนองทางพฤติกรรมศาสตร์แบบหนึ่งที่นำมาใช้มาก โดยการจัดโปรแกรมการฝึกอบรมให้ผู้ที่มีความประสงค์จะปรับพฤติกรรมของเขาเรียกว่า ทฤษฎีการป้องกันสิทธิ คือ เป็นการแสดงสิทธิพึงมีพึงได้ของตนเอง โดยไม่เป็นการล่วงละเมิดหรือก้าวร้าวสิทธิของผู้อื่น และการแสดงออกที่เหมาะสมในสถานการณ์ทางสังคมหลายๆ ด้านเป็นการสอนให้บุคคลมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกที่เหมาะสมด้วย

การนำจิตวิทยากลุ่มพฤติกรรมนิยมมาใช้ เพื่อแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ซึ่งพฤติกรรมนั้นสามารถสังเกตได้และสามารถประเมินได้ ต้องมีการวางเป้าหมายของการปรึกษาและวิธีการใช้อย่างชัดเจน ต้องพิจารณาเลือกเทคนิคและวิธีการที่จะมาใช้ตามความเหมาะสมของบุคคลนั้น ๆ สอดคล้องกับ พิศมัย ยกน้อยวงศ์ (2551) ได้กล่าวว่า การให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมนี้ยึดหลักว่า พฤติกรรมของมนุษย์เป็นสิ่งที่เรียนรู้และเปลี่ยนแปลงได้ ผู้ให้การปรึกษาจะใช้หลักการเรียนรู้เป็นวิธีการช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยจะเลือกใช้กลวิธีให้เหมาะกับผู้รับการปรึกษาแต่ละคน

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้มีการประชุมกลุ่มครูที่ปรึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร เพื่อแลกเปลี่ยนปัญหาร่วมกันปรับปรุง เปลี่ยนแปลง และแก้ไขปัญหา เรื่องการกล้าแสดงออกของผู้เรียน และผู้วิจัยได้สำรวจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 10 คน โดยใช้แบบสอบถาม และจากการสัมภาษณ์นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 10 คน พบว่า ด้านการแสดงออก ด้านการพูด เช่น พูดต่อหน้าชั้นเรียนหรือการออกมาแนะนำเสนอรายงานมักจะเกิดปัญหาเรื่องการไม่กล้าออกมาพูด หากมีความจำเป็นต้องออกมาแนะนำเสนอนักเรียนจะไม่กล้าพูดเสียงดัง สื่อสารไม่ชัดเจน ขาดความเชื่อมั่นและมั่นใจ (ร้อยละ 70) การแสดงออกด้านการกระทำ เช่น ท่าทางและบุคลิกภาพ ประหม่าจนไม่เป็นธรรมชาติ เินอาย ไม่สบตาขณะพูด เมื่อเจอสถานการณ์คับขันจะใช้วิธีการหลีกเลี่ยงหรือเลี่ยงออกจากสถานการณ์นั้น (ร้อยละ 50) การแสดงออกด้านความคิดเห็น เช่น ไม่กล้าแสดงความรู้สึกไม่สบายใจ หรือความไม่เห็นด้วยกับบุคคลอื่น หรือเมื่อต้องมีการแสดงความคิดเห็นในชั้นเรียน นักเรียนมักเลือกที่จะอยู่เงียบๆ รวมทั้งการตอบคำถามในชั้นเรียนด้วยความสมัครใจมักเป็นผู้เรียนกลุ่มเดิม (ร้อยละ 30) โดยพฤติกรรมที่พบมากในหลายรายวิชาคือ การปฏิเสธจากผู้เรียนที่ไม่กล้าแสดงออกหรือขอให้เพื่อนกระทำการกิจกรรมนั้นแทน ข้อมูลดังกล่าวผู้วิจัยจึงใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกของผู้เรียนรวมทั้ง จากการทบทวนทฤษฎี งานวิจัย สัมภาษณ์ครู และเด็กตอบแบบสอบถาม จึงสามารถสรุปองค์ประกอบของพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกได้เป็น 3 องค์ประกอบคือ ด้านการพูด ด้านการกระทำ ด้านการแสดงความคิดเห็น

จากข้อมูลข้างต้นผู้วิจัยในฐานะครูแนะแนวมีบทบาทช่วยเหลือนักเรียนโดยตรงในการป้องกัน ช่วยเหลือส่งเสริม พัฒนา และแก้ไขปัญหา เพื่อให้ให้นักเรียนได้พัฒนาเต็มศักยภาพ จึงมีความสนใจที่จะนำเทคนิคและวิธีการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ ทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน ทักษะการปรับตัวทางสังคม และการใช้ชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้เรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นช่วงแรกของการเข้าสู่วัยรุ่น ที่ต้องเรียนรู้การปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเพราะอาจมีบางคนเกิดความเขินอายต่อเพื่อนร่วมชั้นเรียนหรือการทำการกิจกรรมต่าง ๆ ถ้าผู้เรียนขาดการกล้าแสดงออกที่เหมาะสม ปัญหาดังกล่าวอาจส่งผลให้ผู้เรียนไม่สามารถปรับตัวให้เข้าสิ่งแวดล้อมได้ อันเป็นสาเหตุ

ที่จะทำให้ผู้เรียนไม่มีความสุขในการเรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีการเปลี่ยนแปลง ด้านสภาพแวดล้อม ด้านบริบทการเรียน ด้านสังคม และการเปลี่ยนแปลง จากวัยเด็กสู่วัยรุ่น จึงเป็นกลุ่มผู้เรียนที่เหมาะสมอย่างยิ่งในการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ด้วยเหตุผลนี้ ผู้วิจัยจึงได้จัดทำการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เกี่ยวกับการเสริมสร้าง การกล้าแสดงออกขึ้น โดยเป็นการศึกษาเกี่ยวกับการกล้าแสดงออก เพื่อแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา โดยมีการวางเป้าหมายของการศึกษาและวิธีการใช้อย่างชัดเจน รวมถึงการพิจารณาเลือกเทคนิค และวิธีการที่จะนำมาใช้ตามความเหมาะสมของบุคคลนั้น ๆ เพื่อนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร สามารถแสดงออกทางความคิดความรู้สึก และแสดงพฤติกรรมการกล้าแสดงออก อย่างเหมาะสมด้วยความเชื่อมั่น มั่นใจ ถูกต้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ และเป็นที่ยอมรับ ของสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองที่ได้รับการศึกษากลุ่ม ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการ ศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือ ผู้เรียน

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมการศึกษากลุ่มมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออก แตกต่างจากก่อนการเข้าร่วมการศึกษากลุ่ม
2. นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ได้เข้าร่วมการศึกษากลุ่มมีพฤติกรรม การกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมการศึกษากลุ่มแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กรุงเทพมหานคร จำนวน 172 คน ปีการศึกษา 2564

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กรุงเทพมหานคร โดยวัดจากการทำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีคะแนนพฤติกรรมการกล้าแสดงออกต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ยินดีสมัครใจเข้าร่วมและผู้ปกครองให้ความยินยอมโดยลงนามอนุญาตในการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม จำนวน 16 คน แล้วใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน (Corey, Corey, and Corey, 2018) โดยกำหนดให้เป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

เกณฑ์การคัดเลือก – คัดออก

เกณฑ์การคัดเลือก

1. เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร
2. เป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา
3. ยินดีเข้าร่วมการวิจัยและได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง

เกณฑ์การคัดออก

1. ไม่สามารถเข้าร่วมโครงการวิจัยได้ตลอดโครงการ

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

ตัวแปรตาม พฤติกรรมการกล้าแสดงออก

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร ได้แนวทางในการเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร สามารถแสดงออกทางความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมได้ อย่างเหมาะสม
3. ครูโรงเรียนสิริรัตนารได้แนวทางส่งเสริมพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียน
4. โรงเรียนสิริรัตนาร ได้รูปแบบในการส่งเสริมพฤติกรรมกล้าแสดงออก

นิยามศัพท์เฉพาะ

พฤติกรรมการกล้าแสดงออก หมายถึง พฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมมีองค์ประกอบเป็นการสื่อสารที่แสดงความรู้สึกทางคำพูด ท่าทาง ได้แก่ การกล่าวแสดงความคิด ความรู้สึก การกล่าวขอร้อง แสดงความต้องการ หรือขอความช่วยเหลือ การกล่าวปฏิเสธหรือการ

กล่าวรักษาสีทิว การกล่าวและยอมรับคำติชม และภาษาท่าทาง ได้แก่ น้ำเสียง การประสานสายตา การวางท่าทาง การแสดงออกทางใบหน้า และความไวในการตอบสนอง ประกอบไปด้วย 3 ด้าน

1. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการพูด หมายถึง ความสามารถในการพูด ทักทายปราศรัย กล่าวคำขอบคุณ ขอโทษ ชมเชย รายงานและตอบคำถามในชั้นเรียน มีความเชื่อมั่น และมั่นใจที่จะสื่อสารกับผู้อื่นอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา เหมาะสมกับสถานการณ์ รวมทั้งในการพูดเกี่ยวกับตนเองสามารถกล่าวถึงสิ่งที่มีคุณค่าและน่าสนใจของตนอย่างไม่เขินอาย ไม่พูดละเมิดสิทธิของผู้อื่น ไม่พูดจาเหยียดหยาม ดูหมิ่น ต่ำท้อ และดูถูก

2. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการกระทำ หมายถึง ความสามารถในการแสดง ท่าทาง กริยา การเคลื่อนไหวร่างกายและการทำกิจกรรมต่าง ๆ ทำกิจกรรมหน้าห้องเรียนด้วยท่าทาง มั่นใจและบุคลิกภาพเป็นธรรมชาติ แสดงความช่วยเหลือผู้อื่นได้ตามความสามารถของตนเอง เหมาะสมกับสถานการณ์ มีการสบตากับผู้ที่พูด ไม่หลบสายตา มีความกระตือรือร้นในการออกมาทำ กิจกรรมหน้าชั้นเรียน รวมถึงไม่กระทำการละเมิดสิทธิของผู้อื่น

3. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการแสดงความคิดเห็น หมายถึง ความสามารถในการแสดงความคิดเห็น ในแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ แสดงความรู้สึกเชื่อมั่น มั่นใจ และความถูกต้องในความคิดเห็นของตนต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ทั้งในสิ่งที่ชอบ และไม่ชอบ ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น รวมถึงการคิดริเริ่มสร้างสรรค์เมื่อได้ร่วมงานกับผู้อื่น

การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมกรกล้าแสดงออก หมายถึง การให้การปรึกษากลุ่มที่ผู้วิจัยประยุกต์ใช้ แนวคิดและเทคนิคในการปรึกษากลุ่ม ตามแนว ทฤษฎีพฤติกรรมนิยมโดยมีแนวคิดที่ว่าพฤติกรรมมนุษย์เกิดขึ้นได้จากการเรียนรู้ โดยนำหลักการวาง เงื่อนไขเป็นตัวกระตุ้นเพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยการใช้เทคนิค การเสริมแรง เทคนิคตัว แบบ เทคนิคการแสดง บทบาทสมมุติ เทคนิคการสอน เทคนิคผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เทคนิคการ สะท้อนกลับ และเทคนิคเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกรกล้าแสดงออก ของกลุ่มทดลอง ซึ่งมีการให้การ ปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ขั้นตอนการดำเนินงาน 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นเริ่มการปรึกษา หมายถึง ขั้นเริ่มต้น เริ่มการให้การปรึกษากลุ่ม ในช่วงเริ่มต้นของ การทำกลุ่มการปรึกษากลุ่มจำเป็นต้องอธิบายความเป็นมาในการทำกลุ่มนี้อย่างชัดเจน ทั้งจุดประสงค์ การทำกลุ่มขั้นตอนการทำจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม ระยะเวลาในการเข้ากลุ่มครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ผลที่ได้รับ และแจ้งข้อตกลงและบทบาทการมีส่วนร่วมของสมาชิกในกลุ่ม

ขั้นดำเนินการปรึกษา หมายถึง เป็นการทำที่ผู้วิจัยนำหลักการ เทคนิคของ Assertive Behavior และแนวคิดกลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) มาใช้เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมไปใน ทิศทางที่พึงประสงค์ สำรวจปัญหา ค้นหาข้อมูลสาเหตุของปัญหา ค้นหาความคิดความรู้สึกพฤติกรรม ที่ไม่เหมาะสม เพื่อสร้างความเข้าใจและเปิดโอกาสให้ฝึกปฏิบัติทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

ซึ่งจะนำไปสู่การเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออก จำนวน 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที โดยทำทุกวันจันทร์ และวันพฤหัสบดี ของแต่ละสัปดาห์ ประกอบด้วย

1. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการพูด คือ พฤติกรรมของบุคคลมีผลพวง เนื่องมาจากการปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม พฤติกรรมที่เกิดขึ้น(Emitted) ของบุคคลจะแปรเปลี่ยนไปเนื่องมาจากผลกระทบ (Consequences) ที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมที่ทำให้พฤติกรรมที่บุคคลกระทำอยู่นั้นมีอัตราการกระทำเพิ่มมากขึ้น และผลกระทบที่เป็นตัวลงโทษ (Punisher) ที่ทำให้พฤติกรรมที่บุคคลกระทำนั้นยุติลง เทคนิคที่นำมาใช้ ได้แก่ การเสริมแรง การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การสอน การฝึกซ้อมบทบาท การให้ข้อมูลย้อนกลับโดยนำมาใช้ในกิจกรรมครั้งที่ 1,2,3, และ 4

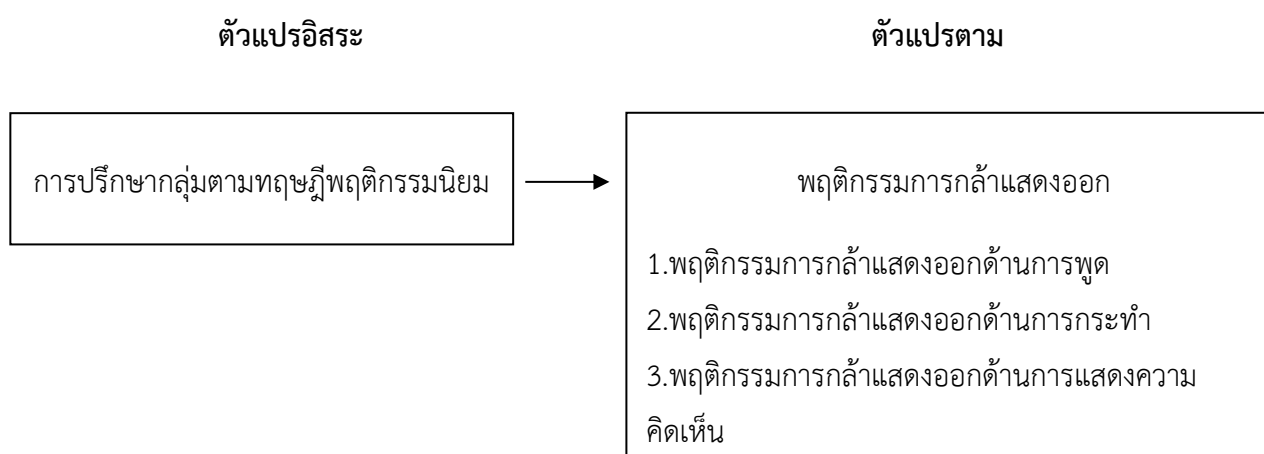
2. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการกระทำ มีแนวคิดมาจาก ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม คือ พฤติกรรมทุกอย่างที่เกิดขึ้นจะต้องมีสาเหตุ โดยสาเหตุนั้นมาจากการที่อินทรีย์ (Organism) ถูกกระทบหรือถูกกระตุ้นโดยสิ่งเร้าหรือสิ่งกระตุ้น (Stimulus) แล้วทำให้อินทรีย์นั้นเกิดการตอบสนอง (Responses) ออกมาเป็นพฤติกรรม (Behavior) กล่าวคือ พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมากจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้น ซึ่งสิ่งเร้านั้นอาจมาจากภายในหรือภายนอกร่างกายก็ได้ ดังนั้นพฤติกรรมของมนุษย์ส่วนใหญ่จึงเกิดจากการเรียนรู้ โดยเฉพาะการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไข (Conditioning Learning) เทคนิคที่นำมาใช้ ได้แก่ การเสริมแรง การเสนอตัวแบบ การใช้กรณีตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ การฝึกซ้อมบทบาท การให้ข้อมูลย้อนกลับ การเสริมแรง โดยนำมาใช้ในกิจกรรมครั้งที่ 5,6,7 และ 8

3. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการแสดงความคิดเห็น มีแนวคิดมาจาก ทฤษฎีการปรึกษาแบบกลุ่ม คือการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติ (Normal people) ให้สามารถยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเองและพยายามแก้ปัญหาต่าง ๆ เหล่านั้นให้หมดสิ้นไปก่อนที่จะช่วยบุคคลในกลุ่มเกิดการเรียนรู้ที่จะนำ ความคิดทั้งหลายที่ได้รับจากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และนำไปสู่การแก้ไข ป้องกันเกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติและพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดภายใต้บรรยากาศแห่งความอบอุ่น ความเอาใจใส่ การยอมรับซึ่งกันและกัน การสนับสนุน และการให้กำลังใจและบรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้ เทคนิคที่นำมาใช้ ได้แก่ การแสดงตัวแบบ การใช้บทบาทสมมติ การใช้สถานการณ์จำลอง โดยนำมาใช้ในกิจกรรมครั้งที่ 9,10,11 และ 12

ขั้นสุดท้ายการปรึกษากลุ่ม หมายถึง ขั้นสุดท้ายการปรึกษากลุ่มเป็นขั้นการสรุปเนื้อหาในการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งนั้น ๆ โดยผู้วิจัยให้ความสำคัญ และใส่ใจกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับการยุติกลุ่มภายหลังในการให้การปรึกษากลุ่มในแต่ละครั้ง โดยผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันสรุปตลอดจนเปิดโอกาสให้ได้ซักถามและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นตลอดจนให้ข้อมูลย้อนกลับ อาจมีการบ้านหรือมอบหมายงานบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษาในครั้งต่อไป

กรอบแนวความคิดในการวิจัย

กรอบแนวคิดการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม โดยมีแนวคิดที่ว่าพฤติกรรมมนุษย์เกิดขึ้นได้จากการเรียนรู้ โดยนำหลักการวางเงื่อนไขเป็นตัวกระตุ้น เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยการใช้เทคนิค การเสริมแรง เทคนิคตัวแบบ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการสอน เทคนิคผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เทคนิคการสะท้อนกลับ และเทคนิคเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการกล้าแสดงออกทางความคิดของกลุ่มทดลอง อันจะส่งผลให้ประสบความสำเร็จในการแสดงออกทางความคิดความรู้สึก และพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม โดยยึดหลักว่า พฤติกรรมของมนุษย์เป็นสิ่งที่เรียนรู้และเปลี่ยนแปลงได้ ผู้ให้การศึกษาใช้หลักการเรียนรู้เป็นวิธีการช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยจะเลือกใช้กลวิธีให้เหมาะกับผู้รับการปรึกษาแต่ละบุคคล



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวความคิดในการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กรุงเทพมหานคร โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามลำดับขั้นตอน เพื่อใช้เป็นแนวทางในการทำวิจัย ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการกล้าแสดงออก
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การศึกษา
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษาตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม
4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

พฤติกรรมการกล้าแสดงออก

การกำหนดความหมายของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกให้ชัดเจนและเฉพาะเจาะจงนั้นทำได้ยากและค่อนข้างจะมีปัญหา เนื่องจากมีปัจจัยหลายๆอย่างเข้ามาเกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นในแง่ของบุคคลที่แสดงพฤติกรรมบุคคลที่ได้รับผลกระทบจากการแสดงพฤติกรรมนั้น บุคคลที่จะตัดสินว่าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหรือไม่ เวลาและสถานที่แสดงพฤติกรรม ลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงออก ตลอดจนสภาพของสังคมและวัฒนธรรมที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่ ดังนั้นจึงเป็นการยากมากที่จะบอกได้ว่าพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมการกล้าแสดงออก เพราะเป็นไปได้ยากที่บุคคลหนึ่งจะมองพฤติกรรมอย่างหนึ่งว่าเป็นพฤติกรรมการกล้าแสดงออกในขณะที่บุคคลอื่นอาจจะมองว่าไม่ใช่อย่างไรก็ตามการกำหนดความหมายของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกก็ยังคงมีความจำเป็นอยู่ดี ทั้งนี้เพื่อที่จะได้เป็นแนวทางให้ผู้ที่ศึกษาได้พิจารณา (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2562)

1. ความหมายของพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

ลักษณะ สรีวิวัฒน์ (2549) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกว่าเป็นความสามารถในการแสดงออกซึ่งความรู้สึกต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นความรู้สึกทางบวก หรือความพอใจ ความชื่นชม ยินดี ความสามารถที่จะเลือกว่าท่านควรจะทำปฏิบัติอย่างไรที่จะแสดงสิทธิออกมาให้ปรากฏเมื่อมีความถูกต้องเหมาะสมจะสร้างความรู้สึกรู้สึกที่มีต่อตนเองให้แข็งแกร่งขึ้น

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2562) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกว่าเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงอารมณ์และความรู้สึกต่าง ๆ ต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม โดยไม่เกิดความวิตกกังวล

Wolpe (1973) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกว่าเป็นการแสดงออกที่แสดงถึงสติปัญญาส่วนบุคคล ซึ่งเป็นที่ยอมรับของสังคมรวมไปถึงการปฏิเสธการขอร้องที่ไร้เหตุผล การแสดงความรัก การยกย่องชมเชย และการแสดงออกของบุคคล เช่น เมื่อรู้สึกสนุกหรือเมื่อมีความโกรธ การปรับถ้อยคำใหม่เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากสถานการณ์ที่เป็นผลมาจากการเรียนรู้และเป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งทางด้านภาษาท่าทางและน้ำเสียง

Alberti, Emmons and machael (1974) ได้ให้ความหมาย พฤติกรรมการกล้าแสดงออกเป็นการกระทำที่บุคคลสามารถทำในสิ่งที่ตนเองสนใจ เป็นการเรียกร้องโดยปราศจากความรู้สึกวิตกกังวล เป็นการแสดงออกของความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมา ด้วยความสบายใจหรือเป็นการกระทำตามสติของตน และมีการพิจารณาถึงสิทธิของบุคคล

Bower and Bower (1976) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมในการกล้าแสดงออกว่าเป็นความสามารถในการแสดงความรู้สึกที่จะเลือกว่าควรปฏิบัติอย่างไร แสดงสิทธิเมื่อมีความเหมาะสม เพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ช่วยพัฒนาความมั่นใจในตนเองให้เกิดขึ้น และความสามารถในการดำเนินการเพื่อปรับพฤติกรรมของตนเองและขอร้องให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อต้านเขาด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า พฤติกรรมการกล้าแสดงออกหมายถึงความสามารถในการแสดงออกของความรู้สึกนึกคิดของตนเองต่อบุคคลหรือสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างถูกต้องเหมาะสมมีเหตุผลเป็นที่ยอมรับของสังคม โดยไม่ก้าวร้าวหรือล่วงละเมิดสิทธิของผู้อื่น และเมื่อแสดงออกไปแล้วก็ปราศจากความรู้สึกผิด

2. แนวคิดพื้นฐานของการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

Lange & Jakubowski (1976 อ้างถึงในสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2553) โดยที่มีความเชื่อว่าการฝึกการแสดงออกนั้นมีส่วนช่วยให้ชีวิตมีคุณค่ามากขึ้น และเป็นที่ยอมรับแห่งความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่น่าพึงพอใจ ซึ่งความเชื่อดังกล่าวสามารถแบ่งออกเป็น 8 ข้อ คือ

1. การยืดหยุ่นเพื่อตนเอง และการทำให้คนอื่นรู้จักตัวของเรา นั้นเป็นการเคารพตนเองและเป็นการที่จะได้รับการเคารพจากผู้อื่น

2. การพยายามใช้ชีวิตของเราในแนวทางที่จะไม่ทำให้ผู้อื่นเจ็บปวดเลย ไม่ว่าจะอยู่ใต้เงาไม้ใด ๆ ก็ตาม โดยการปลดปล่อยด้วยการทำให้ตนเองและผู้อื่นเจ็บปวดด้วย นั้นเป็นวงจรของพฤติกรรมที่ไม่สมควร

3. เมื่อเรายืดหยุดเพื่อตนเองและแสดงความรู้สึกของเราออกมาอย่างจริงจัง หรือแสดงความคิดเห็นอย่างตรงไปตรงมา ด้วยท่าทีที่เหมาะสม ทุกคนจะได้รับประโยชน์ในระยะยาว แต่ถ้าเราไม่จริงใจต่อคนอื่น เท่ากับว่าเราไม่จริงใจกับตัวของเราเอง ทุกคนที่เกี่ยวข้องก็จะสูญเสียประโยชน์ระยะยาว

4. ในการเสียสละความเป็นตัวของเราเองและปฏิเสธความรู้สึกส่วนตัวของเรา นั้นจะนำส่งความรู้สึกไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์หรือความสัมพันธ์ที่ไม่สามารถพัฒนาต่อไปได้

5. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจะมีคุณค่าและน่าพึงพอใจมากขึ้น เมื่อเราสามารถแลกเปลี่ยนการสนองตอบที่จริงใจกับบุคคลอื่น และไม่ขัดขวางบุคคลอื่นที่สนองตอบเรา

6. การไม่ให้ผู้อื่นรู้ว่าเราคิดหรือรู้สึกอย่างไร เป็นการเห็นแก่ตัวเองเท่าเท่ากับการไม่สนใจความรู้สึกและความคิดของคนอื่น

7. การที่เราเสียสละสิทธิส่วนตัวของเราเท่ากับเราสอนให้บุคคลอื่นเราเอาเปรียบ

8. ในการที่เราแสดงออกและบอกบุคคลอื่นว่าพฤติกรรมของเขามีผลต่อเรา เช่นใด เท่าเท่ากับว่าเราได้เปิดโอกาสให้เขาเปลี่ยนพฤติกรรมและเป็นการแสดงให้เห็นว่าเราเคารพสิทธิของเขา ที่บอกให้เขารู้ว่าเขากำลังนอกรีตกับเรา

Salter (1949) โดยที่มีความเชื่อว่าการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ควรฝึกให้กับคนที่มีปัญหาทุกคน และเมื่อฝึกสำเร็จแล้วก็จะเปลี่ยนลักษณะนิสัยของบุคคลนั้นไป ผู้ที่มีปัญหาในสังคมควรได้รับการฝึกในด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. ฝึกการพูดแสดงความรู้สึก
2. ฝึกการแสดงออกทางสีหน้าเป็นการฝึกการแสดงออกทางใบหน้าซึ่งเป็นไปตามลักษณะของอารมณ์ หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้น
3. ฝึกการแสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งกับความคิดเห็นของผู้อื่นในกรณีที่ไม่เห็นด้วย
4. ฝึกที่จะใช้คำว่า ผม/ดิฉัน
5. ฝึกที่จะแสดงการเห็นด้วยเมื่อได้รับคำชม
6. ฝึกการแสดงออกทั้งหมดที่กล่าวมาแล้วให้ผสมผสานกันไป

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม เป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้และฝึกฝนได้ในการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ผู้ให้การศึกษา ต้องมีการวางเป้าหมายของการศึกษาและวิธีการใช้อย่างชัดเจน ต้องพิจารณาเลือกเทคนิค และวิธีการที่จะมาใช้ตามความเหมาะสมของบุคคลนั้น ๆ

3. จุดประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกเป็นเทคนิคที่ช่วยให้บุคคลที่ได้รับการฝึกมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น ควบคุมตนเองให้มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะ เกิดความภูมิใจไม่มีความเป็นอิสระเกี่ยวกับการกระทำที่เป็นลักษณะเปิดเผย ตรงไปตรงมา จริงใจ และสามารถแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกของตนเองทั้งในด้านคำพูด และท่าทางได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งการฝึกจะเน้นเรื่องต่อไปนี้

1. การแสดงความรู้สึกทางบวกและทางลบออกมา เพื่อให้ผู้อื่นทราบอย่างถูกต้องเหมาะสมแก่กาลเทศะอย่างจริงใจ และอย่างตรงไปตรงมา
2. กล่าวคำขอร้องหรือออกคำสั่งที่มีเหตุผลสมควรแก่ผู้อื่น
3. การแสดงสิทธิอันพึงได้ของตนโดยที่ไม่เป็นการล่วงละเมิดหรือก้าวท้าวสิทธิของผู้อื่น
4. การกล่าวปฏิเสธที่จะกระทำตามคำสั่งหรือคำร้องที่ไร้เหตุผลสมควรของผู้อื่น

วิมพ์ วิภา ภาสกุล (2550) ได้กล่าวถึงจุดประสงค์ของการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกไว้ 4 ข้อ ดังนี้

1. เพิ่มความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก
2. ส่งเสริมความสามารถในการสื่อสาร
3. เพิ่มความเชื่อมั่นและเห็นคุณค่าของตน
4. ส่งเสริมให้บุคคลมีเจตคติความรู้สึก และการกระทำกับบุคคลอื่นในทางบวก

4. วิธีการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

พฤติกรรมการกล้าแสดงออกนั้นเป็นพฤติกรรมที่สามารถฝึกให้เกิดขึ้นในแต่ละบุคคลได้โดยเลือกใช้วิธีการในการฝึกได้อย่างหลากหลาย ดังที่มีผู้เสนอไว้ดังนี้

สมพร สุทัศนีย์ (2541) ได้แนะนำว่าการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกควรให้ผู้ที่มีปัญหาแสดงออกทางสีหน้าและวาจาให้คนอื่นรู้ว่ากำลังมีความทุกข์ความสุขหรือความไม่พอใจต่อ

บุคคลหรือสิ่งหนึ่งสิ่งใด ซึ่งต้องสอดคล้องกับสถานการณ์ที่รู้จักแสดงความคิดเห็นโต้แย้งเมื่อไม่เห็นด้วยกับความคิดของผู้อื่น รวมทั้งแสดงความรู้สึก "เห็นด้วย" กับการที่บุคคลอื่นแสดงความชื่นชมตนเองและใช้สรรพนามแทนตนเองว่า ฉัน ข้าพเจ้าเพื่อเป็นการย้ำความมั่นใจ

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2562) ได้ให้ความหมาย วิธีการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกว่า เป็นการลดความรู้สึกอย่างเป็นระบบ แต่ว่าผู้ที่ใช้เทคนิคฝึกการกล้าแสดงออกนั้นจะต้องตระหนักอยู่เสมอว่า การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออกนั้นไม่ใช่เป็นเทคนิคที่เหมาะสมกับบุคคลที่มีปัญหาทุกคน หากแต่เหมาะสมกับบุคคลที่มีปัญหาในการแสดงออก โดยปัญหานั้นจะต้องเกี่ยวข้องกับควมวิตกกังวล หรือความกลัวในการที่จะแสดงออกด้วย ดังนั้นในกรณีที่บุคคลมีปัญหาในการแสดงออก เขาจะไม่มีความรู้สึกว่า การแสดงออกของเขานั้นเป็นปัญหา หรือไม่เกิดความวิตกกังวลต่อการแสดงออกของเขา การฝึกการกล้าแสดงออกก็จะไม่เหมาะสมที่จะใช้กับกรณีดังกล่าว การใช้การฝึกทักษะทางสังคมร่วมกับการเสริมแรงทางบวกน่าจะเหมาะสมกว่า

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ควรฝึกในด้านการแสดงความรู้สึกทางด้านภาษาพูด และ การแสดงออกทางสีหน้า กิริยาท่าทาง อย่างถูกต้องเหมาะสมกับบุคคลและสถานการณ์

5. องค์ประกอบของการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

จิตรภรณ์ ชีรนรวนิชย์ (2553) ได้ให้ความหมาย ทักษะการกล้าแสดงออกเป็น องค์ประกอบที่สำคัญ ประกอบด้วยทักษะที่มีความเกี่ยวข้องกันอยู่ 2 ด้าน คือ

1. ทักษะการสื่อสารโดยใช้ภาษาคำพูด (Verbal Skill) คือ การใช้ภาษาพูดที่เหมาะสมมีเนื้อหาสาระที่สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่ผู้พูดต้องการพูด ได้แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1.1 การกล่าวคำยกย่อง (Commendatory Assertiveness) เป็นการกล่าวความรู้สึกทางด้านบวกแก่ผู้อื่น เช่น การสรรเสริญ การชื่นชมและการชมเชย เป็นต้น

1.2 ความกล้าในการกล่าวคำปฏิเสธ (Refusal Assertiveness) เป็นความกล้าในการพูดปฏิเสธบุคคลอื่น กล่าวที่จะแสดงความคิดเห็นที่ไม่ตรงกับบุคคลอื่น กล่าวปฏิเสธเพื่อรักษาสีทธิของตน เมื่อถูกเอารัดเอาเปรียบ

1.3 ความกล้าในการกล่าวขอร้อง (Request Assertiveness) เป็นความกล้าในการพูดขอร้องบุคคลอื่น เพื่อจุดประสงค์ของตนเอง เช่น การขอความช่วยเหลือ การขอคำแนะนำ เป็นต้น ซึ่งมีความจำเป็นต่อการมีชีวิตรอยู่ในสังคม นอกจากนี้ยังสามารถใช้พูดเพื่อเชื่อมกับสถานการณ์ที่เป็นการปฏิเสธได้อีกด้วย กล่าวคือ เมื่อบุคคลได้ปฏิเสธคำร้องขอของบุคคลอื่นไปแล้ว ก็กลับเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้ขอร้องแทน เพื่อให้บุคคลที่ร้องขอนั้นปรับเปลี่ยนแปลงการกระทำใหม่ หรือหยุดการกระทำเดิม ซึ่งจะช่วยลดโอกาสที่จะเกิดเหตุการณ์เช่นนี้อีกในอนาคต

2. ทักษะการสื่อสารโดยใช้ภาษาท่าทาง (Non - Verbal Skill) เป็นทักษะสำคัญที่ช่วยเสริมให้เนื้อหาสาระที่พูดมีน้ำหนักและน่าเชื่อถือ มากขึ้น ได้แบ่งออกเป็น 5 ประเภท ดังนี้

2.1 การสบสายตา (Eye Contact) เป็นการสบสายตาคู่สนทนาให้เหมาะสม ไม่ใช่การจ้องคู่สนทนาจนเกิดความรู้สึกอึดอัด การใช้สายตาจะช่วยสร้างความสัมพันธ์ แสดงถึงความใส่ใจและความจริงใจที่มีต่อคู่สนทนา

2.2 การใช้น้ำเสียง (Vocal Cues) เป็นระดับน้ำเสียง ความดังของเสียง และจังหวะในการพูด ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะแสดงถึงความจริงใจ อารมณ์และความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูด ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อการชักจูงให้คู่สนทนาเชื่อถือในตัวผู้พูด และสิ่งที่ได้รับฟัง

2.3 การวางตัว (Posture) เป็นลักษณะท่าทางการนั่ง การยืน และระยะห่างของคู่สนทนา สิ่งเหล่านี้เป็นการแสดงอารมณ์ ความรู้สึกของผู้พูดในขณะนั้นว่าเป็นอย่างไร

2.4 การแสดงกิริยาท่าทาง (Gestures) เป็นการเคลื่อนไหวอวัยวะของร่างกายที่สามารถเห็นได้จากภายนอก เช่น การใช้มือ แขน ขา ขณะที่กำลังพูด สิ่งเหล่านี้จะสามารถแสดงความรู้สึกของผู้พูดและอาจเสริมให้คำพูดเหล่านั้นมีความน่าเชื่อถือ หรือลดความสำคัญลงได้

2.5 การแสดงออกทางใบหน้า (Facial Expression) เป็นการแสดงออกทางใบหน้าที่เหมาะสมและสอดคล้องกับเนื้อหาสาระที่พูด รวมถึงอารมณ์และความรู้สึกภายในของผู้พูด เพื่อไม่ให้เกิดความขัดแย้งระหว่างอารมณ์กับความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองกับเรื่องราวที่พูด ซึ่งจะทำให้คู่สนทนาไม่สามารถรับรู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของผู้พูดได้

Alberti, Emmons and machael (1982) ได้อธิบายถึงองค์ประกอบของการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ซึ่งกล่าวไว้ว่า ผู้เข้ารับการฝึกจะต้องได้รับการฝึกเป็นพิเศษในเรื่องต่อไปนี้

1. การประสานสายตา (Eye Contact) คือ การมองของบุคคลที่พูดอย่างตรงไปตรงมาและมองประสานตาอย่างเหมาะสม

2. การวางตัว (Body Posture) เป็นลักษณะการเผชิญหน้า การยืน หรือนั่งที่เป็นไปอย่างเหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้เรื่องราวที่พูดมีน้ำหนักมากยิ่งขึ้น

3. การแสดงท่าทาง (Gesture) การแสดงท่าทางที่เหมาะสม จะทำให้เรื่องราวที่พูดมีความหนักแน่นยิ่งขึ้น

4. การแสดงออกทางใบหน้า (Facial Expression) เป็นการแสดงออกทางสีหน้าได้อย่างสอดคล้องกับเรื่องราวที่จะพูด หรือกำลังพูด ซึ่งเป็นการแสดงพฤติกรรมการกล้าแสดงออกที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

5. น้ำเสียง การเปลี่ยนแปลงถ้อยคำและระดับเสียง (Voice Tone Inflection and Volume) การพูดเสียงเรียบ กระชับเบา ๆ จะเป็นการยากในการชักจูงให้ผู้อื่นเชื่อถือ การใช้ระดับเสียงสูง ๆ ต่ำ ๆ ปานกลางที่เหมาะสมในการสนทนา จะเป็นการชักจูงใจผู้อื่นได้โดยไม่ต้องบังคับ

6. จังหวะในการพูด (Timing) การเลือกจังหวะที่เหมาะสมในการพูดเป็นสิ่งจำเป็นซึ่งจะส่งผลทำให้ประสบความสำเร็จได้ในส่วนหนึ่ง

7. เนื้อหาที่จะพูด (Content) บุคคลมักจะมีกำลังใจเนื่องจากไม่รู้ว่าจะพูดอะไรซึ่งนับว่าจะต้องมีการฝึกพูดในบางสิ่งบางอย่าง เพื่อให้ผู้ฟังได้รู้ถึงความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูดในขณะนั้นได้

8. การฟัง (Listening) การแสดงให้ผู้พูดทราบถึงความสนใจฟัง การสะท้อนความคิดเห็น การแสดงสีหน้า ท่าทางที่เหมาะสมในขณะนั้น

Wolpe (1973) ได้จำแนกองค์ประกอบของพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ได้ดังนี้

1. การแสดงออกทางวาจาตามความรู้สึก และประสบการณ์ของตนเองโดยไม่ต้องอ้าง เหตุผล

2. การแสดงความรู้สึกทางใบหน้าให้เหมาะสมกับเนื้อหา เมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น

3. การแสดงความขัดแย้งโดยไม่ฝืนใจหรือคล้อยตามในเรื่องที่ตนไม่เห็นด้วย โดยแสดง อารมณ์ได้อย่างเหมาะสมในการแสดงความไม่เห็นด้วย

4. การใช้สรรพนามแทนตัวเองได้มากที่สุด

5. การแสดงความยอมรับการชมเชยของผู้อื่น

6. การตอบสนองอย่างเป็นธรรมชาติและรวดเร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้

Alberti, Emmons and machael (1982) กล่าวว่า องค์ประกอบที่สำคัญที่สุดของพฤติกรรมการกล้าแสดงออก มีดังนี้

1. วจนภาษา หรือการแสดงออกทางคำพูด (Content) ได้แก่

1.1 การกล่าวความรู้สึกของตนเอง (Feelings)

1.2 การกล่าวสิทธิของตนเอง (Rights)

1.3 การพูดด้วยความจริงใจ (Facts)

1.4 การแสดงความคิดเห็น (Opinions)

1.5 การกล่าวคำขอร้อง การแสดงความต้องการ หรือการขอความช่วยเหลือ (Requests)

- 1.6 การปฏิเสธ (Limits)
2. อวจนภาษา หรือการแสดงออกทางร่างกาย (Nonverbal Style)
 - 2.1 การประสานสายตา (Eye Contact)
 - 2.2 น้ำเสียง (Voice Tone)
 - 2.3 การวางตำแหน่งร่างกาย (Postures)
 - 2.4 การแสดงออกทางใบหน้า (Facial expressions)
 - 2.5 การเคลื่อนไหวร่างกาย (Gestures)
 - 2.6 ระยะห่าง (Distances)
 - 2.7 การฟัง (Listening)

จากที่กล่าวมาข้างจากการศึกษา ผู้วิจัยสรุปได้ว่า พฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมนั้นมียอดประกอบเป็นการสื่อสารที่แสดงความรู้สึกทางคำพูด ท่าทาง ได้แก่ การกล่าวแสดงความคิด ความรู้สึก การกล่าวขอร้อง แสดงความต้องการ หรือขอความช่วยเหลือ การกล่าวปฏิเสธ หรือการกล่าวรักษาสีทิ การกล่าวและยอมรับคำติชม และภาษาท่าทาง ได้แก่ น้ำเสียง การประสานสายตา การวางท่าทาง การแสดงออกทางใบหน้า และความไวในการตอบสนอง

6. ขั้นตอนการฝึกพฤติกรรมกรกล้าแสดงออก

วไลนารถ หอดตระกูล (2550) ได้ให้ความหมาย ขั้นตอนในการดำเนินการพอสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. กำหนดสถานการณ์ที่ทำให้บุคคลนั้นมีปัญหาในการแสดงออกให้เฉพาะเจาะจง เนื่องจากความเชื่อพื้นฐานว่า พฤติกรรมกรกล้าแสดงออกนั้นมีใช่เป็นลักษณะที่แสดงออกในทุกสถานการณ์หากแต่ควรแสดงออกในบางสถานการณ์ที่เฉพาะเจาะจงเท่านั้น ซึ่งสภาพการณ์ที่เจาะจงนั้นควรจะรวมทั้งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และการกระทำ หรือคำพูดของบุคคลในเหตุการณ์นั้น
2. สอนให้บุคคลสามารถแยกแยะได้ระหว่างพฤติกรรมกรกล้าแสดงออก (Assertive Behavior) พฤติกรรมก้าวร้าว (Aggressive Behavior) และพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก (Non – assertive Behavior) เพื่อให้เข้าใจลักษณะพฤติกรรมแต่ละประเภท ความแตกต่าง พร้อมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นจากการแสดงพฤติกรรมดังกล่าว
3. พัฒนาความเชื่อพื้นฐานเกี่ยวกับพฤติกรรมกรกล้าแสดงออก สิทธิส่วนบุคคล และสิทธิของผู้อื่น เพราะหลายคนมีความเชื่อว่าการกล้าแสดงออกจะนำมาซึ่งความสัมพันธ์ที่ห่างเหิน จึงควรชี้แจงให้เข้าใจว่าทำไมถึงต้องแสดงพฤติกรรมในลักษณะของการแสดงออกแทนที่จะแสดงออกอย่างที่เคยกระทำนอกจากนี้ ควรชี้แนะให้รู้จักแยกแยะว่าอะไร คือสิทธิส่วนบุคคล

และอะไรคือสิทธิของผู้อื่น เพราะไม่เช่นนั้นแล้วการฝึกการกล้าแสดงออกอาจนำไปสู่การก้าวท้าวสิทธิของผู้อื่น

4. พัฒนาทักษะการแสดงออกในด้านทักษะทั่วไป และทักษะเฉพาะเจาะจง ทักษะทั่วไปมีอยู่ 6 ด้าน คือ

1. การประสานสายตา เป็นการมองสบตาผู้ร่วมสนทนาขณะพูด เพื่อแสดงว่าผู้พูดมีความจริงจัง
2. น้ำเสียงที่พูดควรพูดให้ชัดเจน น้ำเสียงพอเหมาะไม่ดังหรือเบาจนเกินไป
3. การวางท่าทางควรวางให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ ไม่เคร่งขรึมจนดูเหมือนเครียด หรืออ่อนคลายมากจนดูไม่จริงจัง
4. การแสดงออกทางสีหน้าให้สอดคล้องกับความรู้สึกที่ต้องการสื่อหรือสิ่งที่กำลังพูดอยู่ในขณะนั้น
5. แสดงออกในเวลาที่เหมาะสม
6. เนื้อหาในการพูด การแสดงออก จะไม่ได้รับความสนใจถ้าเนื้อหาที่พูดมีลักษณะของการตำหนิ กว้างเกินไป หรืออ่อนแอเกินไป ซึ่งเนื้อหาที่พูดควรจะให้ชัดเจนเฉพาะเจาะจงและตรงไปตรงมา

ทักษะเฉพาะอย่างมี 11 ลักษณะ คือ

1. การพูดอย่างกล้าแสดงออก เป็นประโยชน์ที่พูดเพื่อแสดงสิทธิของตน หรือเป็นการย้าว่าจะต้องได้รับการตอบสนองที่เท่าเทียมกันและยุติธรรม
2. การแสดงออกซึ่งความรู้สึกชอบ หรือไม่ชอบอย่างเปิดเผย ตรงไปตรงมา และหลีกเลี่ยงการเก็บกดความรู้สึก แต่ต้องระวังไว้ว่าการแสดงออกมากเกินไปตลอดเวลานั้นอาจเกิดปัญหาได้เช่นกัน
3. การพูดจาหักทลาย ควรฝึกพูดหักทลาย หรือฝึกยิ้มให้กับบุคคลอื่น
4. การแสดงออกไม่เห็นด้วย เมื่อมีความคิดเห็นที่ไม่สอดคล้องกับคนอื่น ควรจะมีการแสดงออกอย่างจริงจัง และมีท่าทีที่สุภาพ
5. การใช้คำถามเพื่อถามถึงเหตุผล เมื่อถูกขอร้องให้ทำในสิ่งที่ไม่ดีบุคคลควรจะถามว่าทำไมเขาต้องทำตาม และไม่ควรวุติการเรียกร้องจนกว่าจะได้รับคำตอบที่ดีพอ
6. ฝึกการพูดเกี่ยวกับตนเอง เพราะบางครั้งบุคคลที่ไม่กล้าแสดงออกจะรู้สึกว่าตนเองไม่มีค่าและผู้อื่นจะเบื่อหน่ายที่ต้องฟังเรื่องของตนเอง ดังนั้นจึงควรฝึกที่จะพูดเกี่ยวกับตัวเอง และประสบการณ์ของเขาด้วยท่าทีที่น่าสนใจ เพื่อที่จะได้รับการตอบสนองที่ดีขึ้น

7. การให้รางวัลแก่บุคคลอื่นสำหรับคำเยินยอของเขา คนที่กล้าแสดงออกจะต้องรู้จักรับคำเยินยอด้วยการบอกว่า “ขอบคุณ” อย่างง่ายๆ หรืออาจเยินยอกลับคืน การปฏิเสธคำเยินยอนั้นดูเหมือนจะเป็นการสบประมาท และทำให้ผู้พูดเกิดความอับอายได้

8. หลีกเลี่ยงการให้เหตุผลต่อความคิดเห็น โดยเฉพาะกับบุคคลที่ชอบถกเถียง แต่ควรได้รับการฝึกรู้จักให้ข้อเสนอแนะ เพื่อการยุติการสนทนา

9. มองคู่สนทนาที่ตา การที่จะให้เห็นว่าคุณใดมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้นการมองตาคู่สนทนานับว่าเป็นวิธีที่เหมาะสมวิธีการหนึ่ง ซึ่งผู้ที่ฝึกการกล้าแสดงออกควรมีพฤติกรรมดังกล่าว ถ้าพบว่าการมองตาคู่สนทนาทำให้เกิดความกระวนกระวายใจ หรือไม่สบายใจ การฝึกผ่อนคลายอาจช่วยได้ฝึกให้บุคคลพูดย้ำจุดสำคัญครั้งแล้วครั้งเล่า โดยอาการที่สงบ หรือกล่าวหาใครโดยไม่มีกรอกรอกนอกประเด็น เป็นประโยชน์อย่างมากที่ใช้ กับคนแปลกหน้า หรือคนที่ชอบหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบ หรือผู้ที่พยายามเบี่ยงเบนประเด็นในการสนทนาออกไป

10. ฝึกให้บุคคลค้นหาสิ่งที่เห็นด้วยกับผู้ที่กล่าวหา หรือต่อว่าเขาด้วยคำพูด ซึ่งวิธีนี้บางครั้งเรียกว่าเป็นการปลดอาวุธ เพื่อช่วยให้บุคคลที่กำลังโกรธมีอารมณ์เย็นลง

11. การใช้ผม / ดิฉัน สื่อความ เพื่อไม่ให้เกิดการต่อต้าน โกรธ หรือเจ็บปวดโดยไม่จำเป็น

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ในการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกนั้นควรมีการวางแผนในการดำเนินการและกำหนดขั้นตอนในการฝึกไว้เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับบุคคลที่ต้องการจะพัฒนา และเหมาะสมกับวัตถุประสงค์ หรือเป้าหมายที่วางไว้

7. จำนวนสมาชิกในการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

การฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก นั้นสามารถกระทำได้ทั้งเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกมักจะใช้แบบการฝึกเป็นกลุ่ม และขนาดของกลุ่ม มีความสำคัญในการฝึกเพราะจำนวนสมาชิกมากหรือน้อยเกินไป อาจจะทำให้การฝึกไม่ประสบความสำเร็จตามที่ต้องการได้

เสาวภา เหมือนชู (2550) ได้ให้ความหมาย ขนาดของกลุ่มนั้นควรประกอบด้วยสมาชิกประมาณ 6-10 คน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวัยของสมาชิก ถ้าสมาชิกอยู่ในวัยเด็กขนาดของกลุ่มควรประกอบด้วยสมาชิก 3-6 คน ถ้าอยู่ในวัยรุ่นหรือวัยผู้ใหญ่ขนาดกลุ่มประกอบด้วยสมาชิก 6-10 คน

วัชรวิทย์ ทรัพย์มี (2550) ได้ให้ความหมาย ขนาดของกลุ่มควรมีสมาชิกประมาณ 6-8 คน แต่ถ้าเป็นเด็กเล็กควรมีสมาชิกน้อยกว่านี้ การมีสมาชิกในกลุ่มมากเกินไปจะทำให้ผู้รับบริการแต่ละคนไม่มีโอกาสสำรวจปัญหาของตนเองอย่างพอเพียง และผู้ให้บริการปรึกษาไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมและให้ความช่วยเหลือสมาชิกแต่ละคนได้อย่างทั่วถึง

Corey (2018) ได้ให้ความหมาย ขนาดของกลุ่มขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ได้แก่ อายุ ของสมาชิกในกลุ่ม ประสบการณ์ของผู้นำกลุ่ม และปัญหาที่ต้องสำรวจทั้งนี้ ถ้าสมาชิกกลุ่มอยู่ใน วัยเด็กขนาดของกลุ่ม ควรมีสมาชิก 3-4 คน ถ้าสมาชิกอยู่ในวัยรุ่นขนาดของกลุ่ม ควรมีสมาชิก 6-8 คน สมาชิกอยู่ในกลุ่มผู้ใหญ่ขนาดของกลุ่ม ควรมีสมาชิกประมาณ 8 คน

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ควรมีอย่างน้อย 5 คนขึ้นไป และไม่ควรมีมากเกินไป 10 คน จำนวนสมาชิกที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อการปรึกษากลุ่มควรอยู่ในช่วง 5-10 คน ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับจุดประสงค์ของกลุ่ม ลักษณะของปัญหา หากมีสมาชิกมากเกินไปอาจจะทำให้สมาชิกสำรวจ ปัญหาไม่ทั่วถึง ขณะเดียวกันหากสมาชิกน้อยเกินไปจะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่าง กลุ่มได้น้อย และในการวิจัยครั้งนี้สมาชิกกลุ่มจำนวน 8 คน

8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการกล้าแสดงออก

นริพร ชูยอภัย (2552) ได้ศึกษาการเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออกของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านเชิงดอย (ดอยสะเก็ดศึกษา) จังหวัดเชียงใหม่ โดยใช้ กระบวนการกลุ่ม จำนวน 30 คน ในรายวิชา การงานอาชีพและเทคโนโลยีหลังจากทำการทดลองแล้ว พบว่าบุคลิกภาพของ

วาสนา จิตรมณี (2552) ได้ศึกษาการพัฒนาความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2/6 ด้วยนาฏยประดิษฐ์ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ที่ได้ทำการสังเกตและเก็บรวบรวม ข้อมูลจาก แบบสังเกตความกล้าแสดงออกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2/6 โรงเรียน อัสสัมชัญ ธนบุรีปีการศึกษา 2552 จำนวน 15 คน

ศิวกร สุวรรณไตรย์ (2552) ได้ศึกษาการพัฒนาความสามารถในการเขียนเชิง สร้างสรรค์ พฤติกรรมกล้าแสดงออกทางความคิด และเจตคติต่อการเขียนเชิงสร้างสรรค์ โดยใช้ แนวคิดพหุสัมพันธ์และเทคนิคผังความคิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านป่าหว้าน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสกลนครซึ่งผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้รับการสอนเขียนโดยใช้ แนวคิดพหุสัมพันธ์ และเทคนิคผังความคิดมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทางความคิดผ่านเกณฑ์ที่กำหนด ไว้อยู่ในระดับสูง

ฤทัย บุญมาเมือง (2553) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวในวิชานาฏศิลป์ เพื่อส่งเสริมความกล้าแสดงออกสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเทศบาลวัดเกตการาม จำนวนประชากร 30 คนผลการศึกษาพบว่าภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมีความ กล้าแสดงออกด้านการพูด การกระทำ และการแสดงความคิดเห็น เพิ่มขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

แนะแนวและมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว กล่าวแสดงความรู้สึกและมีความเชื่อมั่นในการกระทำของตนเอง

อัฐฉญา แพทย์ศาสตร์ (2558) ได้ศึกษาวิจัย เพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมของ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 16 คน โดยใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่ม 8 กิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออกในด้านการพูด การกระทำและการแสดงความคิดเห็น โดยประเมินก่อนและหลังการทดลอง และนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านการพูด การกระทำและการแสดงความคิดเห็น เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Manesh R. (2015) ได้ศึกษาการพัฒนาความกล้าแสดงออกของอาสาสมัครที่มีความวิตกกังวลในการเข้าสังคมของศูนย์สุขภาพประจำเมืองยาซ (Yazd) ประเทศอิหร่าน โดยมีอาสาสมัคร จำนวน 90 ที่ได้จากการสุ่มเลือกอย่างง่าย และได้แบ่งกลุ่มเป็น 3 คือกลุ่มทดลอง กลุ่มหลอก และกลุ่มควบคุม โดยมีการเข้ากลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มหลอก ทั้งหมด 8 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที เป็นการทดลองก่อนและหลัง ผลปรากฏว่ากลุ่มทดลองสามารถลดความวิตกกังวลได้มากกว่ากลุ่มหลอกและกลุ่มควบคุม

Rathus (1971) ได้ศึกษาผลของการศึกษาการฝึกความกล้าแสดงออก ของกลุ่มนักศึกษาหญิงที่มีความกล้าแสดงออกต่ำและกลัวการเข้าสังคม การศึกษาแบ่งออกเป็น กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองได้รับการฝึกความกล้าแสดงออก การพูดถึงความกลัวและปัญหาอื่น ๆ ผลการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีความกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้น สามารถลด ความวิตกกังวลในการเข้าสังคมมากกว่ากลุ่มควบคุม

จากที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า เมื่อฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียน เพื่อเป็นแนวทางหรือพื้นฐานในการปรับตัวแล้ว จะส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมและดำเนินชีวิตในภายภาคหน้าอย่างมีความสุขได้

การปรึกษากลุ่ม

การปรึกษากลุ่มทำให้คนเรียนรู้การปรับตัวทางสังคมได้ใกล้เคียงกับสภาพความเป็นจริง การมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของสมาชิกภายในกลุ่มทำให้สมาชิกแต่ละคนได้ข้อมูลย้อนกลับจากกลุ่มเกี่ยวกับตนเอง การยอมรับและเคารพในสิทธิของกันและกัน ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มกล้าเปิดตนเองและมีการนำโปรแกรมการให้การปรึกษามาใช้เพื่อพัฒนาบุคคลในกลุ่มต่าง ๆ

1. ความหมายของการปรึกษากลุ่ม

อูร์ปรีย์ เกิดในมณฑล (2556) ได้ให้ความหมายของการปรึกษากลุ่มไว้ว่า การให้การปรึกษากลุ่ม เป็นกระบวนการที่ให้ความช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน โดยมีผู้ให้การปรึกษาเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง ยอมรับตนเอง แก้ปัญหาตลอดจนพัฒนาตนเอง ผ่านการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกระหว่างกันภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่นไว้วางใจ และเข้าใจซึ่งกันและกัน

Ohsen (1970) ได้ให้ความหมายของการปรึกษากลุ่มไว้ว่า การปรึกษากลุ่มเป็นการช่วยเหลือบุคคลซึ่งมีความปกติ ให้ยอมรับและเผชิญปัญหาของตนเอง แก้ไขปัญหาของตนเองก่อนที่จะกลายเป็นปัญหาที่รุนแรง การให้การปรึกษากลุ่มสมาชิกในกลุ่มเรียนรู้ปัญหาของแต่ละคนสามารถนำความคิดที่ได้จากกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

Schmidt (2008) ได้ให้ความหมายของการปรึกษากลุ่มไว้ว่า การปรึกษากลุ่มเป็นการช่วยเหลือกันอย่างไว้วางใจ รู้สึกปลอดภัย ซึ่งผู้ให้การปรึกษาจะสนับสนุนสมาชิกในกลุ่มมีเป้าหมายที่จะพัฒนา ป้องกันหรือบำบัดประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้นของสมาชิกในกลุ่ม

Corey (2018) ได้ให้ความหมายของการปรึกษากลุ่มไว้ว่า การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการของสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลที่เน้นในเรื่องความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มักจะเป็นปัญหาของผู้มารับบริการ ซึ่งโดยทั่วไปจะเกี่ยวข้องกับการศึกษา อาชีพส่วนตัว และสังคม การปรึกษาแบบกลุ่มมีจุดมุ่งหมายทั้งการป้องกันและการบำบัดรักษาบรรยากาศของกลุ่มเต็มไปด้วยความไว้วางใจ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และแสดงความเห็นอกเห็นใจช่วยเหลือซึ่งกันและกันอันจะนำไปสู่การเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นความขัดแย้ง ความสับสน มีการพัฒนาตนเองเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของตน

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การปรึกษากลุ่ม คือการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติให้สามารถยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเอง และพยายามแก้ปัญหาต่าง ๆ เหล่านั้นให้หมดสิ้นไปก่อนที่จะช่วยบุคคลในกลุ่มเกิดการเรียนรู้ที่จะนำ ความคิดทั้งหลายที่ได้รับจากกลุ่มไป ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และนำไปสู่ การแก้ไข ป้องกันเกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติ และพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุ

ตามจุดมุ่งหมายที่กำหนด ภายใต้ บรรยากาศแห่งความอบอุ่น ความเอาใจใส่ การยอมรับซึ่งกันและกัน การสนับสนุนและการให้กำลังใจ และบรรลุ ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้

2. เป้าหมายของการให้การปรึกษากลุ่ม

วีซรี ทรัพย์มี (2550) กล่าวไว้ว่า การปรึกษากลุ่มมีจุดมุ่งหมาย ดังนี้

1. ช่วยให้สมาชิกเปิดเผย ไม่เก็บกดและไม่เสแสร้ง
2. ส่งเสริมให้สมาชิกมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น
3. ช่วยให้สมาชิกรู้จักตนเอง เกิดการยอมรับตนเองเพิ่มขึ้น และไม่ได้มุ่งหวังว่าตน

จะต้องดีเลิศไปหมดทุกด้าน

4. ช่วยให้สมาชิกรู้จักผู้อื่นเพิ่มขึ้น
5. ช่วยให้สมาชิกมีสัมพันธภาพอันดีกับผู้อื่น ไม่หนีการเข้าสังคม
6. ช่วยให้สมาชิกเข้าสู่โลกของความเป็นจริงเพิ่มขึ้น ลดการใช้กลไกป้องกันตนเอง
7. พัฒนาทักษะในการสื่อความหมายของสมาชิก เช่น ตั้งคำถามได้ตรงเป้าหมายนุ่มนวล
8. ช่วยให้สมาชิกไม่ด่วนตัดสินใจก่อนพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างรอบคอบ
9. ช่วยให้สมาชิกรับรู้ได้ว่า ตนไม่ได้มีปัญหาแต่เพียงลำพังผู้เดียว ตระหนักว่าผู้อื่น

ก็เผชิญปัญหาและหาทางแก้ปัญหาเหมือนกัน

10. ช่วยให้สมาชิกได้มีโอกาสพิจารณาว่าค่านิยมของตนเหมาะสมหรือไม่
11. ส่งเสริมให้สมาชิกสามารถตัดสินใจได้ด้วยคามั่นคงทางจิตใจ แม้จะมีอัตรา
- เสี่ยงอยู่บ้างก็ตาม
12. ช่วยให้สมาชิกตระหนักว่าวิธีแก้ปัญหาไม่ได้มีอยู่วิธีเดียว
13. ช่วยให้สมาชิกรู้สึกว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และมีความจริงจัง

ในการช่วยเหลือกลุ่ม

14. ช่วยให้สมาชิกมีโอกาสสำรวจศักยภาพและความคิดสร้างสรรค์ของตนที่แฝงอยู่
15. ฝึกให้สมาชิกไวต่อความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น
16. ช่วยให้สมาชิกได้มีโอกาสรับและให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่น เกิดความภูมิใจ

ว่าได้แสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น

Corney and Jenkins (1993) ได้ให้ความหมายจุดมุ่งหมายของการคำปรึกษากลุ่มไว้ว่า เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข สามารถจัดการกับปัญหา การตัดสินใจ และจัดการกับปัญหาที่อยู่ในชั้นวิกฤต จัดการกับความขัดแย้งภายในใจตนเองของผู้รับการปรึกษาพร้อมทั้งสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

Corey (2012) ได้ให้ความหมาย จุดมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. เพื่อการตระหนักรู้และรู้จักตนเองโดยการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตน
2. เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะไว้วางใจตนเองและผู้อื่น
3. เพื่อให้รับรู้ความต้องการและปัญหาของสมาชิกคนอื่นว่ามีความคล้ายคลึงกับตนเองและรู้ว่าเป็นเรื่องปกติ
4. เพื่อช่วยให้สมาชิกค้นพบแหล่งทรัพยากรภายในครอบครัวและชุมชนที่เป็นวิธีการในการแก้ไขปัญหาของพวกเขา
5. เพื่อเพิ่มการยอมรับตนเอง ความมั่นใจในตนเอง เคารพตนเอง และมีมุมมองใหม่เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น
6. เพื่อเรียนรู้วิธีที่จะแสดงอารมณ์ความรู้สึกของคนที่สมบูรณพร้อมในทางสร้างสรรค์
7. เพื่อพัฒนาความห่วงใยและความเอื้ออาทรต่อความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น
8. เพื่อค้นหาทางเลือกในการจัดการกับปัญหาและการแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง
9. เพื่อเพิ่มการกำกับตนเอง การมีอิสระเสรีและความรับผิดชอบที่มีต่อตนเองและผู้อื่น
10. เพื่อตระหนักถึงทางเลือกและมีวิธีเลือกอย่างชาญฉลาด
11. เพื่อวางแผนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้
12. เพื่อเรียนรู้ทักษะทางสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ
13. เพื่อเรียนรู้วิธีการโต้แย้งหรือเผชิญหน้ากับผู้อื่นด้วยความเอื้ออาทร ห่วงใยจริงใจและตรงไปตรงมา
14. เพื่อช่วยให้เข้าใจค่านิยมของตนเองได้ชัดเจนสามารถแก้ไขและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การปรึกษากลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษารู้จักตนเอง ยอมรับตนเอง เป็นคนมีความรับผิดชอบ กล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกมาสามารถตัดสินใจในการกระทำของตนเองได้ กล้าที่จะเผชิญกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับตนเองและสามารถปรับปรุงตนเอง และขจัดข้อบกพร่องต่าง ๆ ของตนเอง พัฒนาแนวทางของตนเอง และสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาที่ตนเองประสบอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. กระบวนการปรึกษากลุ่ม

Corey (2004) ได้กล่าวว่า ขั้นตอนของการปรึกษากลุ่ม ไว้ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้น (Initial Stage) เป็นขั้นตอนของการกำหนดเป้าหมาย กำหนดจุดมุ่งหมาย โครงสร้างของกลุ่ม สร้างบรรยากาศของการมีส่วนร่วม สร้างบรรยากาศของความคุ้นเคย เกิดการยอมรับและไว้วางใจซึ่งกันและกัน ตลอดจนรู้จัก กฎ กติกา และบทบาทของสมาชิก
2. ขั้นปฏิบัติการ (Working Stage) เป็นขั้นของความร่วมกันทำงานเพื่อบรรลุถึงเป้าหมาย ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยให้กลุ่มมีการสร้างบรรยากาศ ให้สมาชิกกลุ่มสามารถที่จะเปิดเผยตนเอง สมาชิกกลุ่มเห็นความสำคัญของการยอมรับ และเข้าใจในความรู้สึกกังวลใจที่เกิดขึ้น
3. ขั้นยุติกลุ่ม (Final Stage) เป็นขั้นของการรวบรวมเพื่อสรุปข้อมูล และการยุติการให้การปรึกษา เป็นการช่วยให้สมาชิกได้รวบรวมสิ่งต่าง ๆ ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่ม วางแผนที่จะมาพบกันเพื่อติดตามผล

Corey (2012) ได้กล่าวว่า ขั้นตอนของการปรึกษากลุ่ม ไว้ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้น เป็นขั้นที่ผู้นำกลุ่มสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกภายในกลุ่ม เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ ให้สมาชิกรู้สึกว่าคุณได้รับความรักและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม
2. ขั้นดำเนินการ ขั้นนี้จะพยายามให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ว่าพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ และทางเลือกที่ไม่เหมาะสมนั้นทำให้เกิดปัญหาหรือความยุ่งยากในชีวิต โดยพยายามเน้นพฤติกรรมที่เป็นปัจจุบัน
3. ขั้นยุติ ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยให้สมาชิกมีการวางแผนเพื่อเปลี่ยนแปลง โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานความเป็นจริงที่ปฏิบัติได้

Corey (2018) ได้กล่าวว่า ขั้นตอนของการปรึกษากลุ่ม ไว้ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้น (Initial Stage) เป็นขั้นตอนของการกำหนดเป้าหมาย กำหนดจุดมุ่งหมาย โครงสร้างของกลุ่ม สร้างบรรยากาศของการมีส่วนร่วม สร้างบรรยากาศของความคุ้นเคย เกิดการยอมรับและไว้วางใจซึ่งกันและกัน ตลอดจนรู้จัก กฎ กติกา และบทบาทของสมาชิก
2. ขั้นหัวเลี้ยวหัวต่อ (Transition Stage) เป็นขั้นตอนของนี้ผู้นำกลุ่มและสมาชิกจะต้องจัดการกับพฤติกรรมที่แสดงออก เช่น ความรู้สึกวิตกกังวลการต่อต้าน ความขัดแย้ง และมีการต่อต้านในการเข้ากลุ่ม ขั้นนี้ทั้งผู้นำกลุ่มและสมาชิกแต่ละคนจะต้องสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและปลอดภัยให้เกิดขึ้นภายในกลุ่ม
3. ขั้นดำเนินการ (Working Stage) เป็นขั้นของความร่วมกันทำงาน เพื่อบรรลุถึงเป้าหมาย ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยให้กลุ่มมีการสร้างบรรยากาศ ให้สมาชิกกลุ่มสามารถที่จะเปิดเผยตนเอง สมาชิกกลุ่มเห็นความสำคัญของการยอมรับ และเข้าใจในความรู้สึกกังวลใจที่เกิดขึ้น

4. ขั้นยุติ (Final Stage) เป็นขั้นของการรวบรวมเพื่อสรุปข้อมูลและการยุติ การปรึกษา เป็นการช่วยให้สมาชิกได้รวบรวมสิ่งต่าง ๆ ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มวางแผนที่จะมาพบกัน เพื่อติดตามผล

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ขั้นตอนการปรึกษากลุ่มในการวิจัยครั้งนี้ใช้ขั้นตอน การปรึกษากลุ่ม 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มต้น เริ่มการให้การปรึกษากลุ่ม ในช่วงเริ่มต้นของการทำกลุ่ม การปรึกษากลุ่มจำเป็นต้องอธิบายความเป็นมาในการทำกลุ่มนี้อย่างชัดเจน ทั้งจุดประสงค์การทำกลุ่ม ขั้นตอนการทำจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม ระยะเวลาผลที่ได้รับ และแจ้งข้อตกลงและการมีส่วนร่วม ของสมาชิกในกลุ่ม (Corey, 2010) ขั้นตอนการ เป็นการที่ผู้วิจัยนำหลักการ แนวคิด และเทคนิค ของพฤติกรรมนิยม มาใช้เพื่อให้นักเรียนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทิศทางที่พึงประสงค์สำรวจปัญหา ค้นหาข้อมูลสาเหตุของปัญหา ค้นหาพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เพื่อสร้างความเข้าใจและเปิดโอกาสให้ ผูกปฏิบัติทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะนำไปสู่การเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออกจำนวน 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ขั้นยุติการปรึกษากลุ่มเป็นขั้นการสรุปเนื้อหาในการ เข้าร่วมกลุ่มในครั้งนั้น ๆ โดยผู้วิจัยให้ความสำคัญ และใส่ใจกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับการยุติกลุ่ม ภายหลังในการให้การปรึกษากลุ่มในแต่ละครั้ง โดยผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันสรุป ตลอดจนเปิด โอกาสให้ได้ซักถามและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นตลอดจนให้ข้อมูลย้อนกลับ อาจมีการบ้านหรือ มอบหมายงานบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษาในครั้งต่อไป

4. หลักการปรึกษากลุ่ม

4.1 การเลือกสมาชิกกลุ่ม

ดวงมณี จงรักษ์ (2554) ได้ให้ความหมาย การคัดเลือกสมาชิกนั้นไม่ใช่ทุกคนจะ สามารถมาเข้าร่วมกลุ่มได้ การคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มนั้นจะต้องผ่านการคัดเลือกตามกระบวนการ เพื่อตอบสนองเป้าหมายของการจัดตั้งกลุ่ม การคัดเลือกสมาชิกจะเปิดโอกาสให้ได้สมาชิกที่เหมาะสม ในกรณีที่ต้องการคัดกรองสมาชิกผู้นำกลุ่มสามารถกระทำดังนี้

1) การสัมภาษณ์ส่วนบุคคล เป็นวิธีที่ใช้เวลาค่อนข้างมาก แต่จะสามารถเปิด โอกาสให้ประเมินสมาชิกที่เหมาะสมที่สุดเข้าร่วมกลุ่ม ผู้นำกลุ่มมีโอกาสสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ที่ จะ เป็นสมาชิกในกลุ่ม

2) การคัดกรองด้วยวิธีอื่น ๆ การทำแบบสอบถาม แบบประเมินให้ข้อมูลผ่าน แบบฟอร์มหรือการทำแบบสอบถาม แบบประเมินตามความเหมาะสม

Ohlsen (1970) ได้ให้ความหมาย การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มว่าสมาชิกที่เหมาะสม จะเข้ากลุ่มนั้นควรเป็นผู้ที่มีความสนใจและมีแรงจูงใจในการเข้ากลุ่ม และในการสัมภาษณ์สมาชิก ครั้งแรก ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องชี้แจงจุดมุ่งหมายและลักษณะของกลุ่ม ตลอดจนกระบวนการที่สมาชิก จะต้องทำต่าง ๆ

Corey (2012) ได้ให้ความหมาย การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มประกอบด้วยสมาชิกที่มีคุณลักษณะที่คล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกัน (Homogeneous versus heterogeneous groups) ได้ อธิบายไว้ดังนี้ กลุ่มที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน เช่น ระดับอายุเดียวกัน คือ กลุ่มเด็ก กลุ่มวัยรุ่น หรือ กลุ่มผู้สูงอายุ นอกจากนี้อาจจะเป็นกลุ่มที่มีความสนใจหรือปัญหาที่คล้ายคลึงกัน ซึ่งกลุ่มที่สมาชิกที่มีคุณลักษณะที่คล้ายคลึงกันจะมีความเหมาะสมในการกำหนดกลุ่มประชากรที่แน่นอนและเป็นกลุ่มระยะสั้น ส่วนกลุ่มที่มีสมาชิกที่มีลักษณะแตกต่างกันจะมีข้อดี คือ จะเห็นความก้าวหน้า ส่วนบุคคล ซึ่งอาจจะเป็นกลุ่มระยะสั้นหรือกลุ่มระยะยาว กลุ่มที่มีลักษณะแตกต่างกันนี้จะคล้ายโครงสร้างเล็ก ๆ ของสังคมซึ่งสมาชิกได้ทดลองพฤติกรรมใหม่เพื่อพัฒนาทักษะทางสังคม และการได้รับข้อมูลย้อนกลับจากสมาชิกอย่างหลากหลาย ดังนั้น ในการพิจารณาจัดตั้งกลุ่มควรจะเป็นกลุ่มที่มีลักษณะที่คล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกัน จึงต้องพิจารณาจากวัตถุประสงค์และเป้าหมายหลักของกลุ่ม

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การเลือกสมาชิกกลุ่ม จะต้องถามความสมัครใจความเต็มใจในการเข้ากลุ่มโดยจะต้องเป็นผู้ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกันที่จะเข้ากลุ่ม เริ่มจากการสัมภาษณ์เพื่อการกระตุ้นให้สมาชิกมีความสนใจที่จะเข้ากลุ่ม และในการสัมภาษณ์สมาชิกครั้งแรก ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องชี้แจงจุดมุ่งหมาย ลักษณะของกลุ่ม ตลอดจนกระบวนการที่สมาชิกจะต้องทำการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มจึงควรพิจารณาจากวัตถุประสงค์ของการปรึกษากลุ่ม และการวิจัยนี้เลือกสมาชิกกลุ่มตามความสมัครใจความเต็มใจ ในการเข้ากลุ่มและมีปัญหาคล้ายคลึงกันเข้าร่วมกลุ่ม

4.2 ขนาดของกลุ่ม

เสาวภา เหมือนชู (2550) ได้ให้ความหมาย ขนาดของกลุ่มให้คำปรึกษานั้นควรประกอบด้วย สมาชิกประมาณ 6-10 คน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวัยของสมาชิก ถ้าสมาชิกอยู่ในวัยเด็กขนาดของกลุ่มควรประกอบด้วยสมาชิก 3-6 คน ถ้าอยู่ในวัยรุ่นหรือวัยผู้ใหญ่ขนาดกลุ่มประกอบด้วยสมาชิก 6-10 คน

วัชร ทรัพย์มี (2550) ได้ให้ความหมาย ขนาดของกลุ่มควรมีสมาชิกประมาณ 6-8 คน แต่ถ้าเป็นเด็กเล็กควรมีสมาชิกน้อยกว่านี้ การมีสมาชิกในกลุ่มมากเกินไปจะทำให้ผู้รับบริการแต่ละคนไม่มีโอกาสสำรวจปัญหาของตนเองอย่างพอเพียง และผู้ให้บริการปรึกษาไม่สามารถสังเกตพฤติกรรม และให้ความช่วยเหลือสมาชิกแต่ละคนได้อย่างทั่วถึง

Corey (2018) ได้ให้ความหมาย ขนาดของกลุ่มขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ได้แก่ อายุของสมาชิกในกลุ่ม ประสบการณ์ของผู้นำกลุ่ม และปัญหาที่ต้องสำรวจทั้งนี้ ถ้าสมาชิกกลุ่มอยู่ในวัยเด็กขนาดของกลุ่ม ควรมีสมาชิก 3-4 คน ถ้าสมาชิกอยู่ในวัยรุ่นขนาดของกลุ่ม ควรมีสมาชิก 6-8 คน สมาชิกอยู่ในกลุ่มผู้ใหญ่ขนาดของกลุ่ม ควรมีสมาชิกประมาณ 8 คน

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า สมาชิกกลุ่มควรมีอย่างน้อย 3 คนขึ้นไป และไม่ควรมีมากเกินไป 15 คน จำนวนสมาชิกที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อการปรึกษากลุ่มควรอยู่ในช่วง

5-10 คน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับจุดประสงค์ของกลุ่ม ลักษณะของปัญหา หากมีสมาชิกมากเกินไปอาจจะทำให้สมาชิกสำรวจปัญหาไม่ทั่วถึง ขณะเดียวกันหากสมาชิกน้อยเกินไปจะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกลุ่มได้น้อย และในการวิจัยครั้งนี้สมาชิกกลุ่มจำนวน 8 คน

4.3 ระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2550) กล่าวว่า เวลาของการปรึกษากลุ่มขึ้นอยู่กับอายุของผู้รับการปรึกษาและความจำกัดของสถานที่ เด็กเล็กควรใช้เวลาประมาณ 30 นาที ต่อครั้ง แต่ควรจัดให้ถี่ขึ้น ส่วนวัยรุ่นน่าจะใช้เวลาครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง ส่วนผู้ใหญ่มากกว่าได้

Ohlsen (1970) กล่าวว่าระยะเวลาในการปรึกษากลุ่มควรจัดให้การปรึกษากลุ่มสัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง ระยะเวลาไม่ควรต่ำกว่า 90 นาที และการปรึกษาควรอยู่ที่ 8 – 10 ครั้ง

Corey (2004) กล่าวว่าระยะเวลาในการปรึกษากลุ่มเด็กวัยรุ่นควรจัดให้มีการเข้ากลุ่มสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และใช้เวลาสั้น ๆ ส่วนผู้ใหญ่ควรจัดจำนวนครั้งมากกว่า และใช้เวลาครั้งละ 2 ชั่วโมง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับชนิดของกลุ่มหรือประสบการณ์ของผู้นำกลุ่ม

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยสรุปได้ว่าระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม ขึ้นอยู่กับเวลาที่สมาชิกว่างตรงกัน จุดประสงค์ของการพบกัน ระยะเวลาจะอยู่ระหว่างครั้งละ 1 - 1.30 ชั่วโมงโดยการเข้ากลุ่มไม่เกิน 12 ครั้ง โดยผู้นำกลุ่มควรมีการประเมินระยะเวลา และจำนวนครั้งในการให้การปรึกษา แจ้งให้สมาชิกกลุ่มได้รับทราบเพื่อให้การปรึกษากลุ่มดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง และบรรลุตามวัตถุประสงค์ และสำหรับการวิจัยนี้ระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม จำนวน 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1.30 ชั่วโมง

4.4 การจัดสถานที่

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) สถานที่ในการปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นสถานที่ที่เป็นสัดส่วน มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ปราศจากสิ่งรบกวน เป็นห้องเก็บเสียง สามารถพูดคุยกันได้อย่างเปิดเผย

Corey (2000) กล่าวว่าสถานที่ที่เหมาะสมในการปรึกษากลุ่มคือ เป็นที่เฉพาะมีความมิดชิด เพื่อให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย สามารถพูดคุยกันได้อย่างเปิดเผย

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยสรุปได้ว่า การจัดสถานที่ควรเป็นห้องที่กว้างขวาง อากาศถ่ายเทปราศจากสิ่งรบกวน หรือป้องกันไม่ให้สมาชิกหันไปสนใจสิ่งภายนอก สมาชิกสามารถพูดคุยกันได้อย่างเปิดเผย

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษากลุ่ม

สมร แสงอรุณ (2554) ได้ศึกษาและการพัฒนากลยุทธ์การป้องกันตนเองจากการถูกข่มเหงรังแกของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1. ลักษณะพฤติกรรม

การช่มเหงรังแกของนักเรียนในบริบทสังคมไทยประกอบด้วย การช่มเหงทางวาจา การช่มเหงรังแกทางร่างกาย การช่มเหงรังแกด้วยการทำลายทรัพย์สิน และการช่มเหงรังแกทางสังคม กระบวนการช่มเหงรังแก ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ขั้นเริ่มต้น ขั้นปฏิบัติการ ขั้นคงอยู่ และขั้นยุติ และกลยุทธ์ในการโต้ตอบการถูกช่มเหงรังแก ได้แก่ การแก้ปัญหาการหลีกเลี่ยง การขอความช่วยเหลือ และการสู้กลับ ตามลำดับ 2. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน ยืนยันอย่างชัดเจนว่า โมเดลกลยุทธ์การป้องกันตนเองจากการถูกช่มเหงรังแก ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบการแก้ปัญหา องค์ประกอบการแก้ไขอารมณ์ และองค์ประกอบการหลีกเลี่ยง ทั้งสามองค์ประกอบมีน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานอยู่ในเกณฑ์สูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสามารถวัดองค์ประกอบกลยุทธ์การป้องกันตนเองจากการถูกช่มเหงรังแกได้ 3. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนากลยุทธ์การป้องกันตนเองจากการถูกช่มเหงรังแกเป็นการประยุกต์ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มต้น ขั้นดำเนินการ และขั้นยุติ การให้คำปรึกษากลุ่ม 4. กลยุทธ์การป้องกันตนเองของกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มก่อนการทดลองหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลยุทธ์การป้องกันตนเองของกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองหลังการทดลองและระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เกษตรชัย และหิม (2556) ได้ศึกษาแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมรังแกของนักเรียนโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดสงขลา เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ การศึกษาเชิงคุณภาพเก็บข้อมูลด้วยวิธีการประชุมระดมสมองและการประชุมวิพากษ์กับตัวแทนครู จำนวน 10 คน ตัวแทนนักเรียน จำนวน 10 คน และตัวแทนผู้ปกครอง จำนวน 10 คน นำข้อมูลมาวิเคราะห์เนื้อหาโดยใช้หลักตรรกะเทียบเคียงแนวความคิด ทฤษฎี และงานวิจัยควบคุมบริบท โดยยึดแนวทฤษฎีฐานราก (Grounded theory method) และการศึกษาเชิงปริมาณเป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยการทดลองกับนักเรียนจำนวน 200 คน ซึ่งแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 100 คน กลุ่มควบคุม 100 คน โดยสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย ซึ่งกลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มศึกษา และกลุ่มควบคุมเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาของโรงเรียน โดยใช้แบบแผนการวิจัย True control group pretest posttest design แบบเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบคัดกรองพฤติกรรมเสี่ยงต่อกรรังแกผู้อื่นของนักเรียน และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที่ผลการวิจัยพบว่า 1. การใช้กิจกรรมกลุ่มศึกษา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เน้นการอบรมแนวทางที่ถูกต้องตามวิถีอิสลาม การแนะนำตักเตือน การประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี และการสอนศาสนา การฝึกอบรมระเบียบวินัย และจัดโครงการให้กับนักเรียนเป็นพิเศษ เน้นกระบวนการคัดเกลาจิตใจ อารมณ์สติปัญญา และจิตวิญญาณทางศาสนาอิสลาม 2. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และเข้าร่วมกิจกรรม

ศาสนาอิสลามมีพฤติกรรมการรังแกไม่แตกต่างกัน และนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มศึกษามีพฤติกรรมการรังแกลดน้อยลงที่เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาอิสลามของโรงเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

1. ความหมายของทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

นักจิตวิทยาในกลุ่มพฤติกรรมนิยมเชื่อว่า พฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ เพื่อให้บุคคลสามารถเกิดการเปลี่ยนแปลง และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ สู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยทฤษฎีพฤติกรรมนิยมสามารถกระทำโดยมีการวางเงื่อนไขเข้าไปเพื่อเป็นตัวกระตุ้น หรือส่งให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น ๆ

ชัยพร พงษ์พิสันต์รัตน์ (2546) ได้ให้ความหมาย พฤติกรรมของมนุษย์ส่วนใหญ่เกิดจากการเรียนรู้ สิ่งแวดล้อมสามารถทำให้มนุษย์เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยวิธีการวางเงื่อนไขด้วยการให้รางวัลหรือการลงโทษ

ณชชากัญญ์ วิรัตน์ชัยวรรณ (2553) ได้ให้ความหมาย นักคิดในกลุ่มนี้มองธรรมชาติของมนุษย์ในลักษณะที่เป็นกลาง คือ ไม่ดี-ไม่เลว การกระทำต่างของมนุษย์ เกิดจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมภายนอก พฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้า(stimulus response) การเรียนรู้เกิดจากการเชื่อมโยง โยงระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนองกลุ่มพฤติกรรมนิยมให้ความสนใจกับพฤติกรรม มากเพราะพฤติกรรมเป็นสิ่งที่เห็นได้ชัด สามารถวัดและทดสอบได้ ทฤษฎีการเรียนรู้ในกลุ่มนี้ ประกอบด้วยแนวคิดสำคัญๆ 3 แนวด้วยกัน คือ

1. ทฤษฎีการเชื่อมโยง (Classical connectionism) ของ Thorndike มีความเชื่อว่าการเรียนรู้เกิดจากการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองซึ่งมีหลายรูปแบบ บุคคลจะมีการลองผิดลองถูกปรับเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะพบรูปแบบการตอบสนองที่สามารถให้ผลที่พึงพอใจมากที่สุด

2. ทฤษฎีการวางเงื่อนไข (Conditioning Theory) ประกอบด้วยทฤษฎีย่อย 4 ทฤษฎี ดังนี้

2.1 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบอัตโนมัติของ Pavlov (Pavlov' s Classical conditioning) เน้นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่วางเงื่อนไข สรุปแนวคิดตามทฤษฎีนี้ได้ว่าการเรียนรู้ของสิ่งมีชีวิตเกิดจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่วางเงื่อนไข

2.2 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบอัตโนมัติของ Watson (Watson' s Classical conditioning) เน้นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่วางเงื่อนไขเช่นกัน

2.3 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบต่อเนื่องของ Guthrie (Guthrie's Contiguous conditioning) เน้นหลักการจูงใจ

2.4 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบ Operant ของ Skinner (Skinner's Operant conditioning) เน้นการเสริมแรงหรือให้รางวัล

3. ทฤษฎีการเรียนรู้ของ Hull (Hull's systematic behavior theory) มีความเชื่อว่าถ้าร่างกายเมื่อย่ำ การเรียนรู้จะลดลง การตอบสนองต่อการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ดีที่สุดเมื่อได้รับแรงเสริมในเวลาใกล้เคียงบุรุษเป้าหมาย

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม คือ พฤติกรรมทุกอย่างที่เกิดขึ้นจะต้องมีสาเหตุ โดยสาเหตุนั้นมาจากการที่อินทรีย์ (Organism) ถูกกระทบหรือถูกกระตุ้นโดยสิ่งเร้าหรือสิ่งกระตุ้น (Stimulus) แล้วทำให้อินทรีย์นั้นเกิดการตอบสนอง (Responses) ออกมาเป็นพฤติกรรม (Behavior) กล่าวคือ พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมาจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้น ซึ่งสิ่งเร้านั้นอาจมาจากภายในหรือภายนอกในร่างกายก็ได้ ดังนั้นพฤติกรรมของมนุษย์ส่วนใหญ่จึงเกิดจากการเรียนรู้ โดยเฉพาะการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไข (Conditioning learning)

2. แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2562) ประมวลสรุปได้ 4 ประการ ดังนี้

1. มนุษย์เกิดมาด้วยความว่างเปล่า ไม่มีดีหรือไม่เลว กล่าวคือ ในทรรศนะของการศึกษา แบบพฤติกรรมนิยม ผู้รับการศึกษแต่ละคนถือว่าเป็นผลจากการที่พวกเขามีประสบการณ์กับสิ่งต่างๆ ผู้ให้การศึกษามองว่าพฤติกรรมทั้งที่ดี และไม่ดีนั้นล้วนเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีศักยภาพในการแสดงออกในพฤติกรรมที่หลากหลายตามสถานการณ์ที่มากระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้และตอบสนอง ไม่ใช่ความดีหรือไม่ดีที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิด

2. มนุษย์สามารถคิดได้อย่างมีเหตุมีผลและสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ ทรรศนะการมองมนุษย์ในแง่มุมนี้ ให้ความเชื่อถือในมนุษย์ว่า “บุคคลปกติโดยทั่วไปเป็นผู้มีความสามารถ คิดวิเคราะห์ด้วยหลักเหตุและผล และมีความสามารถรับผิดชอบที่ควบคุมการกระทำของตนได้ด้วยตนเอง”

3. มนุษย์สามารถเรียนรู้และสร้างพฤติกรรมขึ้นใหม่ได้ การศึกษาแบบพฤติกรรมนิยมเชื่อว่า แม้บุคคลจะเคยมีประสบการณ์การเรียนรู้และมีพฤติกรรมบางอย่างมาจากอดีต แต่ก็สามารถเรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมใหม่ขึ้นมาได้อีกเสมอ ดังคำกล่าวของ Belkin ที่ว่า “มนุษย์เรียนรู้ที่จะมีพฤติกรรมตอบสนองในรูปแบบใหม่ๆ ต่อสถานการณ์เดิม” "To learn new responses to old situations"

4. พฤติกรรมของมนุษย์ต่างก็มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน กล่าวคือ ในปัจจุบันได้เริ่มมีมุมมองใหม่เกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ที่ค่อนข้างแตกต่างไปจากเดิมที่มีความเชื่อพื้นฐานว่า “มนุษย์เป็นผลผลิต ของเงื่อนไขของสังคมและวัฒนธรรม” แต่ในปัจจุบันเริ่มมีมุมมองใหม่ว่า “มนุษย์ต่างก็เป็นทั้งผู้ผลิต และ เป็นผลผลิตของสิ่งแวดล้อมที่พวกเขาสร้างขึ้นนั่นเอง”

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ธรรมชาติของมนุษย์ตามทฤษฎีของการศึกษาแบบพฤติกรรมนิยมคือ มนุษย์ไม่ได้ ดีหรือเลวมาตั้งแต่เกิด ต่อมาเมื่อได้มีประสบการณ์กับสิ่งต่างๆ จึงเกิดการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ไปทั้งในทางดีและไม่ดีได้ ซึ่งบุคคลก็จะใช้ความสามารถในการคิดด้วยเหตุและผลเพื่อสร้างพฤติกรรมใหม่ขึ้นมาเพื่อให้ตนเองสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

3. การศึกษาแบบพฤติกรรมนิยม

การศึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมได้มีผู้ให้ความหมายดังนี้

พิศมัย ยกน้อยวงศ์ (2551) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมนี้ยึด หลักว่า พฤติกรรมของมนุษย์เป็นสิ่งที่เรียนรู้และเปลี่ยนแปลงได้ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้หลักการ เรียนรู้เป็นวิธีการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยจะเลือกใช้กลวิธีให้ เหมาะกับผู้รับคำปรึกษาแต่ละคน

นิติธารณ์ บุบผาเดช (2556) ให้ความเห็นว่า การนำจิตวิทยากลุ่มพฤติกรรมนิยมมาประยุกต์ใช้ในการแนะแนวและการศึกษาเชิงจิตวิทยานั้น เป็นการมุ่งเน้นเรื่องพฤติกรรมเป็นหลัก และการนำหลักการพฤติกรรมนิยมสู่ กระบวนการปรับพฤติกรรม การแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเริ่มจากการสังเกตพฤติกรรมไปสู่การปรับพฤติกรรมหรือสร้างพฤติกรรมใหม่โดยอาศัยหลักการวางเงื่อนไขรวมทั้งการใช้เทคนิคการเสริมแรงในรูปแบบต่าง ๆ

นิธิวัฒน์ เมฆขจร (2562) ให้ความเห็นว่า หลักการของทฤษฎีการศึกษาแบบพฤติกรรมนิยมทฤษฎีการศึกษาแบบพฤติกรรมนิยมมีสารสำคัญสำคัญสามประการในการให้คำปรึกษาได้แก่ 1) วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา อยู่ที่พฤติกรรมที่สังเกตได้ 2) วิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทำได้ด้วยการให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการเรียนรู้ 3) วิธีการประเมินผลการปรึกษาประเมินจากพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป

Krumboltz (อ้างในนิภาพร พลหงส์, 2546) เป็นบุคคลที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับการให้การศึกษาแบบพฤติกรรมนิยม ซึ่งมีรากฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบคลาสสิก (Classical Conditioning) ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขของผลกรรม (Operant Conditioning) ที่เชื่อว่า มนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมดังนั้น กระบวนการให้การศึกษาแบบพฤติกรรมนิยม จึงเป็นการจัด

สภาพแวดล้อมใหม่เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ ผู้ให้การปรึกษาจะให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมาจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้และวัดได้ การให้การปรึกษาจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาอย่างมีขั้นตอน ซึ่งการดำเนินการให้การปรึกษาอาจจะจัดในห้องให้การปรึกษา หรือจัดในสถานการณ์จริงของผู้รับการปรึกษาก็ได้

จากที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การปรึกษาตามพฤติกรรมนิยม เป็นการช่วยเหลือ ปรับเปลี่ยน พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเน้นที่สภาพปัจจุบัน เพื่อการเรียนรู้เป็นพฤติกรรมใหม่ โดยผู้ให้คำปรึกษามีการใช้เทคนิคต่าง ๆ ช่วยในการปรับพฤติกรรม ผู้ให้การปรึกษาจะให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมาจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้และวัดได้ การให้การปรึกษาจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาอย่างมีขั้นตอน ซึ่งการดำเนินการให้การปรึกษาอาจจะจัดในห้องให้การปรึกษา หรือจัดในสถานการณ์จริงของผู้รับการปรึกษาก็ได้

4. ความสำคัญของการปรึกษาตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2549) ได้อธิบายความหมายของการปรับพฤติกรรม โดยอ้างคำกล่าวของนักจิตวิทยาว่าเป็นการใช้ผลที่ได้จากการทดลอง หลักการของการเรียนรู้ เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลที่ไม่เหมาะสมขึ้น หรือเป็นการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้และข้อค้นพบจากจิตวิทยาการทดลองเพื่อใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมนุษย์

ลักขณา สริวัฒน์ และพงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2552) อธิบายเกี่ยวกับทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวคิดของกลุ่มพฤติกรรมนิยม สรุปความได้ว่า บุคลิกภาพพัฒนามาจากการที่บุคคลปะทะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทำให้เกิดการเรียนรู้ ผู้ให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมให้ความสำคัญต่อบุคลิกภาพในรูปของพฤติกรรมที่แสดงออกมา ซึ่งสามารถสังเกตได้และประเมินได้ เป้าหมายของการให้คำปรึกษา คือ แก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็น ปัญหา ผู้ให้การปรึกษาเน้นให้ความสำคัญเจาะจงต่อพฤติกรรมที่ต้องการแก้ไขโดยตรง ซึ่งบุคลิกภาพ ของมนุษย์เป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยใช้วิธีการวางเงื่อนไข (Conditioning) ด้วยการให้รางวัล (Reward) หรือการลงโทษ (Punishment) และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงได้โดยอาศัยการเรียนรู้

นิธิวัฒน์ เมฆขจร (2562) ได้ให้ความหมายเป้าหมายของการปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมเพื่อช่วยให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์โดยปรับเปลี่ยนแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพื่อสร้างสภาพการเรียนรู้ใหม่ที่จะเปลี่ยนแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้รับบริการให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์โดยมีการตกลงร่วมกันระหว่างผู้รับบริการกับผู้ให้บริการว่าต้องปรับหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอะไรจะกำหนด

เป้าหมายพฤติกรรมที่พึงประสงค์และจะดำเนินการอย่างไรจึงจะบรรลุเป้าหมายนั้นนั้นโดยผู้รับบริการต้องรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนดเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การนำจิตวิทยากลุ่มพฤติกรรมนิยมมาใช้ เพื่อแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ซึ่งพฤติกรรมนั้นสามารถสังเกตได้และสามารถประเมินได้ ต้องมีการวางเป้าหมายของการให้การศึกษาและวิธีการใช้อย่างชัดเจน ต้องพิจารณาเลือกเทคนิคและวิธีการที่จะมาใช้ตามความเหมาะสมของบุคคลนั้น ๆ เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้วิธีการใหม่ ๆ ที่เหมาะสมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองและสามารถนำวิธีการเหล่านั้นไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์และมีคุณค่าต่อตนเองในอนาคต

5. เทคนิคให้การศึกษาแบบพฤติกรรมนิยม

กลวิธีหรือเทคนิคให้บริการปรึกษา วาซี ทรัพม์ (2554) ได้แนะนำกลวิธีการศึกษาแบบพฤติกรรมนิยมมีดังนี้

5.1 โดยวิธีการเสริมแรง (Reinforcement technique)

- 1.1 กำหนดพฤติกรรมว่าเป็นพฤติกรรมใดที่ต้องได้รับการเสริมแรง
- 1.2 ผู้ให้บริการและผู้รับบริการการศึกษาต้องกำหนดจุดประสงค์ที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง
- 1.3 ผู้ให้การศึกษาคจัดสภาพการณ์ที่ผู้รับการศึกษาต้องได้รับการเสริมแรง เพื่อกำลังใจในการแสดงพฤติกรรม
- 1.4 เมื่อผู้ให้การศึกษาคพบวาโปรแกรมการศึกษาของตนไม่เหมาะสมต้องเปลี่ยนใหม่ และต้องไม่ผิดจรรยาบรรณ
- 1.5 หากผู้รับบริการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ เขาจะภาคภูมิใจ นับถือตนเอง และสามารถควบคุมตนเองได้

5.2 เรียนรู้จากตัวแบบ (Social modeling technique) สามารถเรียนได้จากบุคคลจริง หรือภาพยนตร์ แถบบันทึกเสียง หรือภาพนิ่ง

- 2.1 ผู้รับบริการสังเกตพฤติกรรมใหม่จากตัวแบบ เพื่อเรียนรู้ทักษะใหม่และก่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่
- 2.2 จากการสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบ ทำให้ผู้รับบริการที่รู้วิธีอยู่แล้วแต่ยังไม่ได้ลองได้รับการกระตุ้นให้แสดง พฤติกรรมที่เรียนรู้ออกมา
- 2.3 ตัวแบบต้องน่าสนใจและเป็นแรงจูงใจให้เลียนแบบ

2.4 ผู้รับบริการได้เห็นแบบ และจดจำพฤติกรรมนั้น ๆ และนำไปใช้ใน

อนาคต

5.3 ฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก (Assertive training technique)

พฤติกรรมความกล้าแสดงออกคือ การแสดงความรู้สึก นึกคิดและการกระทำที่เหมาะสมตามสิทธิของบุคคลนั้นได้อย่างสบายใจ โดยไม่ก้าวร้าว ไม่ก้าวก่ายสิทธิของผู้อื่น

3.1 ขจัดความกังวล หรือความเชื่อที่ไร้เหตุผลออกไป เช่นความคิดที่ว่า หากเราแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ ออกไปผู้อื่นจะคิดว่าเราไม่สุภาพ กลัวคนอื่นไม่รัก ไม่ชอบ หรือสะเทือนใจผู้อื่น

3.2 การยอมรับสิทธิส่วนบุคคลของตน ตระหนักถึงสิทธิ การแสดงออกทางความคิดเห็นความรู้สึก และความเชื่อของตน

3.3 การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกตามลำพัง ฝึกหน้ากระจก พุดกับตัวเอง ในการแสดงพฤติกรรมกล้าแสดงออก

3.4 ฝึกกับเพื่อนในกลุ่ม เพื่อให้เกิดความคล่องตัว และมีผู้ช่วยวิจารณ์ และข้อเสนอแนะ

5.4 ขจัดความรู้สึกกังวลอย่างเป็นระบบ (Systematic desensitization)

ความกลัวหรือความกังวลเกิดจากการเรียนรู้ การขจัดความกลัวหรือความวิตกกังวลทำได้โดยให้บุคคลเรียนรู้ใหม่ให้ผู้รับบริการฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย โดยการเกร็งให้กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ จนเกิดความตึงเครียดสูงสุด แล้วค่อยผ่อนคลายกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ นั้น และให้จินตนาการเรียงลำดับสภาพความกังวลจากต่ำสุด ไปหาสูงสุด ในขณะที่ร่างกายผ่อนคลาย

5.5 การป้อนข้อมูลกลับ(Feedback)

เมื่อผู้รับบริการได้ฝึกฝนผู้ให้บริการจะมีการป้อนข้อมูลกลับซึ่งทำในสภาพสมมติก่อน คอเรีย (Corey, 2004) ยังได้เสริมเทคนิคการให้การปรึกษากลุ่มตามพฤติกรรมนิยมว่า

1. การทำสัญญาเงื่อนไข (Contingency contracts)

พฤติกรรมที่มีการแสดงออกอาจมีการเปลี่ยนแปลง ไม่ต่อเนื่อง การใช้รางวัล เชื่อมเพื่อ โยงกับเป้าหมาย และเงื่อนไขคือการได้รับรางวัลแต่จะต้องมีการกำหนดช่วงเวลาสำหรับพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลงให้ได้ผลสำเร็จ การทำสัญญาเงื่อนไขที่มีประสิทธิภาพควรเป็นดังนี้

1.1 มีรายละเอียดที่ชัดเจนกับพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจง

1.2 กำหนดให้ชัดเจนกับการเสริมแรงทันที เช่นเดียวกับการให้การ

เสริมแรงจากกลุ่ม

1.3 กำหนดรายละเอียด งานที่กำหนดให้ต้องมีการสังเกต ประเมินและ
จดบันทึก

2. การแสดงตัวแบบ (Modeling)

เป็นเครื่องมือการสอนที่มีพลังมากที่สุด การให้การปรึกษากลุ่มได้เปรียบ
มากกว่าการให้การปรึกษารายบุคคล คือสามารถให้สมาชิกมี โอกาสเลียนแบบจากตัวแบบและสังคม
ที่หลากหลาย การเป็นตัวแบบที่ดีจะเป็นหน้าที่ของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม

3. การสอน (Coaching)

เป็นหลักการทั่ว ๆ ไป เพื่อให้สมาชิกมีการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์อย่างมี
ประสิทธิภาพ ผู้นำกลุ่มอาจใช้วิธีการสอนหากสมาชิกกลุ่มรู้สึกไม่มั่นใจในการฝึกพฤติกรรมหรือสมาชิก
คนอื่น ๆ ก็สามารถสอน แนะนำได้

4. การปรับโครงสร้างทางความคิดใหม่ (Cognitive restructuring)

เป็นกระบวนการประเมิน และชี้ให้เห็นความคิดของบุคคล การเข้าใจ
พฤติกรรมด้านลบส่งผลกระทบต่อความคิดและการเรียนรู้ และมีการแทนที่ด้วยความจริงและ
เหมาะสม ในการวางโครงสร้างทางความคิดใหม่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มดังนี้

4.1 สอนให้สมาชิกกลุ่มฝึกคิดถึงความแตกต่าง ระหว่าง ความล้มเหลวของ
ตนเองและควมมีคุณค่าของตนเอง โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับและรูปแบบของการวิเคราะห์ความคิด

4.2 สนับสนุนให้สมาชิกวางแผนในเรื่องที่เกี่ยวกับคุณค่าของตนเองที่จะ
ส่งเสริมให้เกิดการปกไขปัญหาและมีการแสดงพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพ

4.3 ให้สมาชิกตัดสินใจในเรื่องที่มีอยู่จริง โดยแทนที่ความคิดทางลบที่ทำให้เกิด
ความเครียดด้วยการคิดในเรื่องที่ทำให้ตนเองมีคุณค่า

4.4 ให้สมาชิกทดลองปฏิบัติการหลายๆครั้งในกลุ่ม และมีการบ้านให้สมาชิกลอง
กลับไปทำนอกกลุ่ม และมีการติดตามผลต่อไป

5. การแก้ไขปัญหา (Problems solving)

การบำบัดแบบพฤติกรรมนิยม จะสอนวิธีการให้สมาชิกกลุ่มจัดการกับปัญหาใน
ชีวิตประจำวัน โดยมีเป้าหมายหลักคือ การกำหนดวิธีการแก้ไขปัญหามีประสิทธิภาพการฝึกเกี่ยวกับ
ทักษะการคิด และการแสดงพฤติกรรมที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มนำไปประยุกต์ใช้ได้และยังสามารถเผชิญ
กับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต กระบวนการแก้ปัญหามี ขั้นตอนดังนี้

5.1 กำหนดทิศทางของปัญหาความสำคัญของการประเมินทางเลือกในการแก้ไขปัญหาคือช่วยให้สมาชิกกลุ่มสามารถจัดการกับปัญหาประจำวันได้

5.2 นิยามปัญหาและกำหนดเป้าหมายเฉพาะอย่างเป็นระบบ

5.3 สมาชิกจะได้รับการสอนให้ระดมสมองถึงทางเลือกในการแก้ไขปัญหา

5.4 การตัดสินใจโดยมีการตรวจสอบวิธีการที่ดีที่สุดจากสมาชิกกลุ่ม

5.5 สมาชิกดำเนินการแก้ไขปัญหา และ ประเมินผลกระทบที่ได้รับกำลังใจจากสมาชิกกลุ่มจากการตัดสินใจแก้ไขปัญหาคือตรวจสอบความถูกต้องและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

6. เทคนิคการผ่อนคลาย (Muscle relaxation)

เป็นวิธีการช่วยให้สมาชิกกลุ่มลดความเครียด ความวิตกกังวล ความคับข้องใจที่ปรากฏออกมาทางกาย เป็นการฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทีละส่วน เช่น หน้าผาก คอ มือ แขน ขา วิธีการฝึกจะทำให้กล้ามเนื้อตึง หรือผ่อนคลาย การทำเช่นนี้เป็นการทำให้เกิดความสงบ ไม่เกิดอารมณ์เครียด มี วิธีดังนี้

6.1 ขั้นแรกเกร็งกล้ามเนื้อของร่างกายทีละส่วนจนเครียดไว้สักพักและคลายกล้ามเนื้ออย่างเต็มที่ให้รู้สึกผ่อนคลาย เกร็ง และผ่อนคลายอยู่ เช่นนี้สลับกันไป

6.2 เกิดการเรียนรู้ การแยกแยะความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเกร็งและคลายกล้ามเนื้อ ฝึกมาก ๆ เมื่อรู้สึกเครียดบริเวณใด ก็จะผ่อนคลายได้เอง

7. การฝึกซ้อมพฤติกรรม (Behavior rehearsal)

7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เยาวลักษณ์ ญาณสุภาพ (2550) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรม การละครต่อความกล้าแสดงออกด้าน การพูดที่เหมาะสมในวิชาศิลปะการพูดของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคอ่างทอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 คณะวิชาบริหารธุรกิจ วิทยาลัยเทคนิคอ่างทอง จำนวน 80 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 40 คนโดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบบสอบถามและแบบประเมินพฤติกรรมความกล้าแสดงออกด้านการพูดที่เหมาะสม และแผนการจัดการเรียนรู้สร้างเสริมพฤติกรรมความกล้าแสดงออกด้านการพูดที่เหมาะสมโดยใช้กิจกรรมการละครผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมความกล้าแสดงออกด้านการพูดที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมการละครดีกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

นิติ ธารณ์ บุปผาเดช (2556) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาความเอื้ออาทรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเหล็ก

เข็วไพรวัลย์วิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด เป็นการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลอง ประชากร คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนซีเหล็กเข็วไพรวัลย์วิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 20 คนที่ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยม เพื่อพัฒนาความเอื้ออาทร และแบบวัดความเอื้ออาทร ผลการวิจัยพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีความเอื้ออาทรสูงขึ้นภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออกโดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

1. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สุลวัลย์ สิ้นแสนยานุกูล (2558) ได้ศึกษา ผลของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่มีผลต่อความกล้าแสดงออกทางความคิดของพนักงานระดับปฏิบัติการที่ทำงานกับชาวต่างชาติใน เขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) พนักงานระดับปฏิบัติการที่ทำงานกับชาวต่างชาติที่ได้เข้าโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มีความกล้าแสดงออกทางความคิดสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และ (2) พนักงานระดับปฏิบัติการที่ทำงานกับชาวต่างชาติมีความกล้าแสดงออกทางความคิดในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกับระยะหลังการทดลอง

อรอนงค์ รอดพันธ์ (2560) ได้ศึกษาผลการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมต่อพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร จากการศึกษาพบว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ได้รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มีคะแนนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ก่อนและหลังการปรึกษากลุ่มการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม 2) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลแบบปกติ ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. แบบแผนการวิจัย
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2564 จำนวน 172 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2564 จำนวน 172 คน โดยวัดจากการทำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีคะแนนความกล้าแสดงออกต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ยินดีสมัครใจเข้าร่วมและผู้ปกครองให้ความยินยอมโดยลงนามอนุญาตในการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม จำนวน 16 คน แล้วใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Random Sampling) เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน (Corey, Corey, and Corey, 2018) โดยกำหนดให้เป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

แบบแผนการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบสองกลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง

ER	O ₁	X	O ₂
CR	O ₁	-	O ₂

ภาพที่ 3.1 แบบแผนการวิจัย

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการวิจัย

- E คือกลุ่มทดลอง
- C คือกลุ่มควบคุม
- R คือการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
- O₁ คือการวัดก่อนการให้การศึกษา
- O₂ คือการวัดหลังการให้การศึกษา
- X คือการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม
- คือการดูแลตามปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างและวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

2. การดำเนินการสร้างเครื่องมือในการวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

1. แบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

ผู้วิจัยกำหนดสร้างเครื่องมือในการวิจัยโดยมีขั้นตอนดังนี้

1.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการกล้าแสดงออก เพื่อหาแนวทางในการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยและเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือวิจัย โดยดำเนินการสร้างแบบวัดให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ที่ต้องศึกษา โดยกำหนด 3 ด้าน

คือ พฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านการพูด พฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านการกระทำ พฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านความคิดเห็น

1.2 ผู้วิจัยนำแบบวัดตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยพิจารณาความถูกต้องของภาษาความเหมาะสมของแบบสอบถามเพื่อให้เนื้อหา มีความครอบคลุมกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน (นักจิตวิทยาการปรึกษา ครู/อาจารย์)

1.3 ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบหาความตรงตามเนื้อหา เพื่อคัดเลือกและปรับปรุงให้ สอดคล้องกับเนื้อหาที่กำหนดไว้โดยพิจารณาจากค่า IOC (Items-objective consequence) ของข้อคำถามแต่ละข้อ โดยมีเกณฑ์การประเมินการพิจารณาข้อความของแบบวัดแต่ละข้อตามความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ ดังนี้

- + 1 หมายถึง ข้อความนั้นบ่งชี้ถึงพฤติกรรมการกล้าแสดงออก
- 0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าข้อความนั้นบ่งชี้ถึงพฤติกรรมการกล้าแสดงออกต้องปรับปรุง
- 1 หมายถึง ข้อความนั้นไม่บ่งชี้ถึงพฤติกรรมการกล้าแสดงออกต้องแก้ไขหรือตัดทิ้ง

หลังจากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดมาวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Objective Congruence: IOC) โดยมีค่าอยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00

1.4 ผู้วิจัยนำแบบวัดปรับปรุงแก้ไขให้ได้แบบวัดที่เหมาะสมตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำแบบวัดไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน

1.5 ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการทดลองใช้ มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Item-Total Correlation) และคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป

1.6 ผู้วิจัยนำข้อคำถามไปตรวจสอบหาค่าความเที่ยงหาด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Alpha Coefficient's Cronbach) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงอยู่ที่ 0.68

ตารางที่ 3.1 ตัวอย่างแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

คำชี้แจง ให้ประเมินพิจารณาข้อความต่อไปนี้ทีละข้อ แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมการกล้าแสดงออกที่สังเกตเห็นเพียงคำตอบเดียว

ข้อ	รายการพฤติกรรม	ระดับของพฤติกรรมการกล้าแสดงออก				
		ไม่เคย	น้อย	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
1	เมื่อพบครูตามสถานที่ต่าง ๆ ทั้งในและนอกบริเวณโรงเรียน ข้าพเจ้าสามารถเป็นผู้กล่าวทักทายก่อนได้					
2	ข้าพเจ้าสามารถออกมารายงานหน้าชั้นเรียนได้โดยไม่เขินอาย					
3	ข้าพเจ้ากล้าคำยินดี ชมเชยหรือยกย่องสรรเสริญเมื่อเพื่อนทำสิ่งที่ดี					
4	เมื่อครูให้ออกมาพูดหน้าชั้นเรียน ข้าพเจ้าจะรู้สึกประหม่า					
5	ข้าพเจ้าสามารถพูดคุยกับทุกคนได้อย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา					

เกณฑ์การให้คะแนนแต่ละข้อคำถามดังนี้

ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	เป็นประจำ	เท่ากับ	5	คะแนน
ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	บ่อยครั้ง	เท่ากับ	4	คะแนน
ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	บางครั้ง	เท่ากับ	3	คะแนน
ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	น้อย	เท่ากับ	2	คะแนน
ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	ไม่เคย	เท่ากับ	1	คะแนน

โดยใช้เกณฑ์การแปลความหมาย (บุญชม ศรีสะอาด, 2560, หน้า 121)

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	1.00 – 1.50	หมายถึง	ไม่กล้าแสดงออก
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	1.51 – 2.50	หมายถึง	กล้าแสดงออกน้อย
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	2.51 – 3.50	หมายถึง	กล้าแสดงออกปานกลาง
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	3.51 – 4.00	หมายถึง	กล้าแสดงออกมาก
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่	4. 51 – 5.00	หมายถึง	กล้าแสดงออกมากที่สุด

2. การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารุ ผู้วิจัยได้สร้างโดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

2.1 ศึกษาทฤษฎีการศึกษากลุ่ม เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อหาแนวทางในการสร้างการศึกษากลุ่มทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

2.2 กำหนดวัตถุประสงค์ของการสร้างการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

2.3 ตรวจสอบคุณภาพของการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม โดยขอให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน พิจารณาความตรงตามเนื้อหาของแผนการทดลอง ผลจากการตรวจสอบการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม จากการทดลองผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน โดยผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยมีเกณฑ์การประเมินโดยมีเกณฑ์การพิจารณาการให้การศึกษากลุ่มการศึกษาเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกตามความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิดังนี้

+ 1 เมื่อเห็นว่าการศึกษากลุ่มมีวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการและการใช้เทคนิค เหมาะสมในการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

0 เมื่อไม่แน่ใจว่าการศึกษากลุ่มมีวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการและการใช้เทคนิค เหมาะสมในการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

- 1 เมื่อเห็นว่าการศึกษากลุ่มมีวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการและการใช้เทคนิค ไม่เหมาะสมในการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมหลังจากนั้นนำมาทดลองใช้กับกลุ่มที่ไม่ใช่ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเพื่อดูความเหมาะสมของกิจกรรม

2.4 ผู้วิจัยนำการศึกษามาปรับปรุงแก้ไขตามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

2.5 ผู้วิจัยนำการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ขาดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มละ 8 คน (Corey, 2018) โดยกำหนดให้เป็นกลุ่มทดลอง การศึกษากลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยประยุกต์ใช้ แนวคิดและเทคนิคในการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมโดยการใช้เทคนิค การเสริมแรง เทคนิคตัวแบบ เทคนิคการแสดงบทบาทสมมุติ เทคนิคการสอน เทคนิคการสะท้อนกลับและ เทคนิคเพื่อพัฒนาความกล้าแสดงออกของกลุ่มทดลอง ซึ่งประกอบด้วยให้การปรึกษา 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที

2.6 ปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นก่อนนำไปใช้ในการวิจัยจริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะทดลอง และระยะหลังการทดลอง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ระยะก่อนการทดลอง

1.1 ดำเนินการขออนุญาตจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

1.2 ทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยาส่งถึงผู้อำนวยการโรงเรียนสิริรัตนาร เอกสารรับรองโครงการวิจัย เลขที่ 650501 วันที่รับรอง 27 พฤษภาคม พ.ศ. 2565

1.3 ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังจากได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

1.4 ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบวัดและคัดเลือกแบบวัดที่สมบูรณ์ไปวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน

1.5 ดำเนินการนำแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออกไปทดสอบใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร เพื่อหากกลุ่มตัวอย่าง

2. ระยะทดลอง

2.1 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยผู้ปกครองให้ความยินยอมโดยลงนามอนุญาตในการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม

2.2 ผู้วิจัยวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออกทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนก่อนเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม

2.3 ผู้วิจัยนำกลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออก มีการดำเนินการสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง โดยทำทุกวันจันทร์ และวันพฤหัสบดี ของแต่ละสัปดาห์ รวม 12 ครั้ง โดยแจ้งเวลานัดหมาย เป็นช่วงเย็นที่ว่างจากการเรียนการสอนปกติ สมาชิกทุกคนรับทราบ วัน เวลา ที่ตกลงร่วมกันก่อนเริ่มทำกิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 1

2.4 กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกดำเนินการเรียนการสอนในแบบปกติ

ตารางที่ 3.2 กำหนดเวลาในการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมกรกล้าแสดงออก

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี	รายการกิจกรรม
1	17 มกราคม 2565	การปฐมนิเทศสร้างสัมพันธภาพ เพื่อสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม ให้เป็นกันเอง เกิดความไว้วางใจ ยอมรับซึ่งกันและกัน ให้ผู้รับบริการเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการ หน้าที่ และจุดมุ่งหมายในการปรึกษากลุ่ม และให้ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
2	20 มกราคม 2565	ความรู้เบื้องต้นของพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกด้านการพูด การกล้าแสดงออกด้านการกระทำ และการกล้าแสดงออกด้านการแสดงความคิดเห็น อย่างเหมาะสม
3	24 มกราคม 2565	พูดดีเป็นศรีแก่ตัว เพื่อให้สมาชิกได้ความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของทักษะในการพูด ได้แก่เนื้อหาในการพูด จังหวะในการพูด เวลา ความเหมาะสมในการพูด และน้ำเสียงในการพูด
4	27 มกราคม 2565	สถานการณ์ชวนคิด เพื่อฝึกให้สมาชิกมีพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกด้านการพูด ฝึกทักษะการปฏิเสธและการเห็นด้วยต่อสถานการณ์อย่างเหมาะสม
5	31 มกราคม 2565	รักษาสีหน้า เพื่อให้ได้เข้าใจสิทธิส่วนบุคคล การละเมิดสิทธิผู้อื่น และการรักษาสีหน้าของตนเอง และไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น
6	3 กุมภาพันธ์ 2565	สร้างความเชื่อมั่นในตนเอง เพื่อให้สมาชิกได้ฝึกทักษะการผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียด ได้ฝึกทักษะสร้างความเชื่อมั่นในตนเองเกิดความ กล้าในการพูดเกี่ยวกับตนเอง และการยอมรับผู้อื่น
7	7 กุมภาพันธ์ 2565	ลีลาท่าทาง เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจภาษากาย ท่าทาง สีหน้า การประสานสายตา ในการสนทนากับคู่สนทนาที่เหมาะสม
8	10 กุมภาพันธ์ 2565	ภาพปริศนาพาเพลิน เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจพฤติกรรมที่เป็นอุปสรรคในการดำเนินชีวิต และได้ฝึกอธิบายความคิดเห็นของตนเองได้

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี	รายการกิจกรรม
9	14 กุมภาพันธ์ 2565	ความมั่นคงทางความคิด เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจข้อดีและฝึกทักษะของการพูดตอกย้ำเพื่อยืนยันจุดประสงค์เดิม และแสดงความมั่นคงในตนเอง
10	17 กุมภาพันธ์ 2565	รู้เขารู้เรา เพื่อให้สมาชิกรู้เทคนิคการสื่อสารที่เหมาะสม เป็นการสื่อสารเชิงบวก โดยใช้หลักบอกความรู้สึกของตนเอง สิ่งที่ต้องการให้ปรับเปลี่ยนและสร้างกำลังใจ
11	21 กุมภาพันธ์ 2565	หัวใจสีทอง เพื่อฝึกการทำงานร่วมกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็น พูดคุยและแก้ปัญหาภายในกลุ่ม
12	24 กุมภาพันธ์ 2565	เพิ่มกำลังใจและปิดกลุ่มให้การปรึกษา เพื่อสรุปการเข้าร่วมกลุ่ม และทำแบบประเมินหลังจากเข้าร่วมการปรึกษา เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจพฤติกรรมของตนเอง

3. ระยะหลังการทดลอง

3.1 ผู้วิจัยดำเนินการให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารท ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก เพื่อเป็นคะแนนหลังการทดลอง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปดังนี้

1. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยดำเนินการดังนี้

1.1 วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก โดยวิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวม ตรวจสอบมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (item objective congruence : IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00

1.2 วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) ทั้งฉบับเท่ากับ 0.68

2. สถิติที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปดังนี้

2.1 ข้อมูลทั่วไปค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2.2 การทดสอบการกระจายตัวของข้อมูลด้วยสถิติ Skewness, Kurtosis

2.3 เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Paired –Sample t-test

2.4 เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการกล้าแสดงออก ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มและกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลแบบปกติ โดยใช้สถิติ Independent t-test

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารุ โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมในครั้งนี เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง และเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน ผู้วิจัยนำเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบตารางและแปลความหมาย จำแนกออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ตอนที่ 3 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน

โดยมีสัญลักษณ์และความหมายที่ใช้ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

n	หมายถึง	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	หมายถึง	ค่าเฉลี่ย
S.D.	หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
Sk	หมายถึง	Skewness ค่าความเบ้
Ku	หมายถึง	Kurtosis ค่าความโด่ง
t	หมายถึง	ค่าสถิติ t
p	หมายถึง	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ

ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 4.1 จำนวนร้อยละข้อมูลทั่วไปของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง จำแนกตามเพศและอายุ

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n= 8)		กลุ่มควบคุม (n= 8)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ				
ชาย	3	37.50	2	25.00
หญิง	5	62.50	6	75.00
อายุ				
13	7	87.50	5	62.50
14	1	12.50	3	37.50

จากตารางที่ 4.1 พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ กลุ่มทดลองเป็นเพศชาย ร้อยละ 37.50 และ เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.50 ซึ่งมีอายุ 13 ปี ร้อยละ 87.50 และ อายุ 14 ปี ร้อยละ 12.50

ตอนที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษา กลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ก่อนการเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์การแจกแจงของข้อมูล ดังตารางที่ 4.2

ตารางที่ 4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลการกระจายข้อมูล

พฤติกรรมการกล้าแสดงออก		การทดสอบ				
		กลุ่ม	\bar{X}	SD	Skewness	Kurtosis
1. พฤติกรรม การกล้า แสดงออกด้าน การพูด	ก่อนการทดลอง	กลุ่มทดลอง	15.13	0.99	0.86	0.84
		กลุ่มควบคุม	15.75	0.70	0.40	-0.23
	หลังการทดลอง	กลุ่มทดลอง	25.13	3.04	-0.77	-1.04
		กลุ่มควบคุม	17.50	1.93	0.64	0.18
2. พฤติกรรม การกล้า แสดงออกด้าน การกระทำ	ก่อนการทดลอง	กลุ่มทดลอง	16.50	0.76	-1.32	0.88
		กลุ่มควบคุม	14.25	1.04	0.39	-0.45
	หลังการทดลอง	กลุ่มทดลอง	21.50	1.85	-0.81	0.91
		กลุ่มควบคุม	16.25	0.89	-0.66	-1.48
3. พฤติกรรม การกล้า แสดงออกด้าน ความคิดเห็น	ก่อนการทดลอง	กลุ่มทดลอง	17.75	1.16	-0.09	-1.61
		กลุ่มควบคุม	19.63	1.51	-0.82	-0.54
	หลังการทดลอง	กลุ่มทดลอง	28.13	3.80	-0.67	0.72
		กลุ่มควบคุม	19.38	1.30	1.14	1.65
พฤติกรรมการ กล้าแสดงออก โดยรวม	ก่อนการทดลอง	กลุ่มทดลอง	49.38	2.07	0.50	-0.25
		กลุ่มควบคุม	49.63	1.85	-0.54	-0.95
	หลังการทดลอง	กลุ่มทดลอง	74.75	7.46	-0.97	0.23
		กลุ่มควบคุม	53.13	2.64	1.12	0.01

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ผลการวิเคราะห์การตรวจสอบการแจกแจงปกติของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่า Skewness เท่ากับ 0.50, -0.54 ซึ่งมีค่าน้อยกว่า 2 และค่า Kurtosis เท่ากับ -0.25, -0.95 ซึ่งมีค่าน้อยกว่า 2 และพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยรวม

มีค่า Skewness เท่ากับ -0.97, 1.12 ซึ่งมีค่าน้อยกว่า 2 และค่า Kurtosis เท่ากับ 0.23, 0.01 ซึ่งมีค่าน้อยกว่า 2 หากพิจารณารายด้าน พบว่าพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ด้านการพูดก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่า Skewness เท่ากับ 0.86, 0.40 และค่า Kurtosis เท่ากับ 0.84, -0.23 ด้านการกระทำ ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่า Skewness เท่ากับ -1.32, 0.39 และค่า Kurtosis เท่ากับ 0.88, -0.45 และด้านความคิดเห็น ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่า Skewness เท่ากับ -0.09, -0.82 และค่า Kurtosis เท่ากับ -1.61, -0.54 ซึ่งมีค่าน้อยกว่า 2 และพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ด้านการพูดหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่า Skewness เท่ากับ -0.77, 0.64 และค่า Kurtosis เท่ากับ -1.04, 0.18 ด้านการกระทำ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่า Skewness เท่ากับ -0.81, -0.66 และค่า Kurtosis เท่ากับ 0.91, -1.48 และด้านความคิดเห็น หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่า Skewness เท่ากับ -0.67, 1.14 และค่า Kurtosis เท่ากับ 0.72, 1.65 ซึ่งมีค่าน้อยกว่า 2

จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าวค่าการทดสอบ Skewness และ ค่าการทดสอบ Kurtosis ภาพรวมและรายด้านน้อยกว่า 2 ซึ่งหมายความว่า ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีการแจกแจงแบบปกติ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกใช้สถิติพารามิเตอร์ (parametric Statistics) ในการทดสอบเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลองโดยรวมและรายด้าน ($n = 8$) โดยใช้สถิติ Paired -Sample T-Test และใช้สถิติเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ Independent T-Test

ตารางที่ 4.3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง โดยรวมและรายด้านที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (n=8) ด้วยสถิติ Paired –Sample T-Test

พฤติกรรมการกล้าแสดงออก			\bar{x}	S.D.	t	Sig
1.พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการพูด	กลุ่มทดลอง	ก่อนการทดลอง	2.16	0.14		
		หลังการทดลอง	3.59	0.43	-9.35	0.001***
2.พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการกระทำ	กลุ่มทดลอง	ก่อนการทดลอง	2.75	0.12		
		หลังการทดลอง	3.60	0.27	-7.69	0.001***
3.พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านความคิดเห็น	กลุ่มทดลอง	ก่อนการทดลอง	2.22	0.14		
		หลังการทดลอง	3.51	0.47	-8.19	0.001***
พฤติกรรมการกล้าแสดงออกโดยรวม	กลุ่มทดลอง	ก่อนการทดลอง	2.35	0.99		
		หลังการทดลอง	3.56	0.35	-10.77	0.001***

*** p < .001

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ผลเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง โดยรวมและรายด้านที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พบว่า ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมภาพรวมผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -10.77$) หากพิจารณารายด้าน พบว่า พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการพูดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -9.35$) พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการกระทำแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -7.69$) พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการแสดงความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -8.19$)

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการ การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

ตารางที่ 4.4 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการให้
การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแล
ช่วยเหลือผู้เรียน ด้วยสถิติ Independent T-Test

พฤติกรรมการกล้าแสดงออก		\bar{x}	S.D.	t	Sig
1.พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้าน การพูด	กลุ่มควบคุม	2.50	0.28		
	กลุ่มทดลอง	3.59	0.43	-5.99	0.001***
2.พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้าน การกระทำ	กลุ่มควบคุม	2.71	0.15		
	กลุ่มทดลอง	3.60	0.27	-8.31	0.001***
3.พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้าน ความคิดเห็น	กลุ่มควบคุม	2.42	0.16		
	กลุ่มทดลอง	3.51	0.47	-6.17	0.001***
พฤติกรรมการกล้าแสดงออก โดยรวม	กลุ่มควบคุม	2.53	0.13		
	กลุ่มทดลอง	3.56	0.35	-7.91	0.001***

*** $p < .001$

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของ
นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการดูแล
ตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของ
พฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มภาพรวมผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -7.91$) หากพิจารณารายด้าน พบว่า พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้าน
การพูดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -5.99$) พฤติกรรมการกล้าแสดงออก
ด้านการกระทำแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -8.31$) พฤติกรรมการกล้า
แสดงออกด้านการแสดงความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -6.17$)

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารุ โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง และเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน เป็นการวิจัยกึ่งทดลองกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารุ กรุงเทพมหานคร โดยมีคะแนนความกล้าแสดงออกต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา สัมครใจและผู้ปกครองให้ความยินยอมในการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม จำนวน 16 คน สุ่มอย่างง่าย เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 และค่าความเที่ยงโดยรวมเท่ากับ 0.7 และ 2) การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณใช้สถิติเชิงพรรณนาซึ่งได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงเปรียบเทียบโดยใช้ t-test

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารุ โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารุ กลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ผลการเปรียบเทียบเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พบว่า ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมภาพรวมผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. พฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารุ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน พบว่าผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียนมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม สามารถอภิปรายผลตามสมมติฐานได้ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกกลุ่มทดลองก่อนและหลังการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พบว่า ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมภาพรวมผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ทั้งนี้เนื่องจาก การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เป็นการฝึกให้นักเรียนมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม สามารถอยู่รอด ปรับตัวเข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี สามารถช่วยให้จัดการอุปสรรค แก้ปัญหาเรื่องราวต่าง ๆ ได้ เป็นการสร้างความเชื่อมั่นและมั่นใจในตนเอง จะทำให้นักเรียนกล้าเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ กล้าแสดงออกทางความคิด ทางคำพูด และการกระทำ ซึ่งจะพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาบุคลิกภาพให้ผู้เรียนได้เป็นตัวของตัวเองมากขึ้น นักเรียนที่มีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมจะสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ มีความรู้สึกดีต่อตนเอง ควบคุมตนเองได้ ลดความประหม่า เขินอาย ความกลัว ความวิตกกังวล มีทักษะในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น สามารถแสดงออกได้ถึงความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ ความสนใจ อารมณ์ตามความต้องการที่แท้จริงของตนเองได้อย่างเปิดเผยและจริงใจตามความเป็นจริง ปราศจากความวิตกกังวล เคารพสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น กล้าฝ่าฝืนอุปสรรคและปัญหาในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ได้อย่างมีความสุข ตรงกันข้าม หากบุคคลนั้นมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างไม่เหมาะสมหรือบกพร่อง บุคคลนั้นจะพบปัญหาด้านการติดต่อสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งจะทำให้เกิดความยากลำบากในการเรียน การทำงาน รวมไปถึงการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิต สอดคล้องกับผลวิจัยของ อัฐฉญา แพทย์ศาสตร์ (2558) ได้ศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมของ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบประเมินพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ในด้านการพูด การกระทำและการแสดงความคิดเห็น โดยประเมินก่อนและหลังการทดลอง และนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม นักศึกษามีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทั้งด้านการพูด การกระทำและการแสดงความคิดเห็น เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหากพิจารณารายด้านพบว่า ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะกระบวนการกลุ่มเป็นกระบวนการที่นักเรียนได้มารวมกันเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ศึกษาพฤติกรรมความเป็นผู้นำ และผู้ตาม รวมทั้งได้ฝึกปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และมีการศึกษาจากประสบการณ์ โดยผู้ศึกษาจะต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดขึ้น นอกจากนี้ขณะดำเนินกิจกรรม พบว่า ด้านการกระทำนักเรียนกล้าแสดงออกทางความคิดเห็นมากขึ้น จากคำพูดที่ว่า “เราขอบคุณที่นึกถึงกัน แต่เกรงว่าวันนี้มีนัดแล้ว” ด้านการพูดนักเรียนกล้าเปิดเผยตนเอง กล้าพูดเกี่ยวกับตนเอง ผ่านกิจกรรม “สิ่งดีในตัวฉัน” จากคำพูดที่ว่า “ฉันสามารถบอกจุดแข็งในตัวฉัน และจุดที่ฉันควรพัฒนา” และยอมรับฟังความคิดเห็นจากการแลกเปลี่ยนจากสถานการณ์ต่าง ๆ ด้านการกระทำ จากคำพูดที่ว่า “ทุกคนสามารถที่จะพัฒนาตนเองและเปลี่ยนแปลงตนเองได้เสมอ หากเราเชื่อมั่นในตัวเอง” แสดงให้เห็นว่า นักเรียนเกิดการเข้าใจตนเอง และอยู่ร่วมกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม ซึ่งจะมีส่วนช่วยให้บุคคลเกิดการเรียนรู้เรื่องของตนเองได้ดีขึ้น สอดคล้องกับกัญญารัตน์ วงษ์เชษฐ (2543) ได้ศึกษาวิจัยการใช้กระบวนการกลุ่ม เพื่อฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาลวัดศรีสุพรรณ พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีคะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออกด้านการพูด การกระทำ และการแสดงความคิดเห็น เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยังจะช่วยให้เกิดความเข้าใจบุคคลอื่น และสามารถทำงานร่วมกันได้ดีขึ้นเพราะสมาชิกในกลุ่มต้องพึ่งพาอาศัยกันและช่วยกันทำกิจกรรมให้สำเร็จ ซึ่งเมื่อบุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมจะทำให้สัมพันธภาพภายในกลุ่มมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งผลการทดลองพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้น ทั้งทางด้านการพูด การแสดงความคิดเห็น และการกระทำ ซึ่งจะเห็นได้ว่าเมื่อนักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจะมีพฤติกรรม กล้าแสดงออกเพิ่มขึ้น

สมมุติฐานที่ 2 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน พบว่าผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนารระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียนมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกหลังการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 จากผลการวิจัยที่สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย นั้นเนื่องมาจาก การปรึกษากลุ่มสามารถเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกได้ ซึ่งในการ ดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยคัดเลือกทฤษฎี พฤติกรรมนิยม โดยการเข้าร่วมกิจกรรมการปรึกษากลุ่มที่มีกระบวนการให้การปรึกษา และกิจกรรมที่ ทำให้นักเรียนได้เรียนรู้ และเข้าใจ โครงสร้างของพฤติกรรมกล้าแสดงออก และบรรลូវัตถุประสงค์ของ การปรึกษา โดยนักเรียนได้เรียนรู้วัตถุประสงค์ของพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ 1) พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการพูด 2) พฤติกรรมการกล้าแสดงออก ด้านการกระทำ และ 3) พฤติกรรมการกล้าแสดงออกด้านการแสดงความคิดเห็น แต่ละกิจกรรมของ การปรึกษามีขั้นตอน เทคนิค และกระบวนการที่ชัดเจน จากการสังเกตในกระบวนการกลุ่ม พบว่า นักเรียนให้กำลังใจและเสริมแรงซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้นักเรียนมีพลังใจเสริมสร้าง ความเชื่อมั่นและมั่นใจในตนเอง กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น ซึ่งในการพบกันครั้งแรกระหว่างผู้วิจัย และนักเรียนที่เข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยมีกิจกรรมเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพรวมถึงชี้แจง วัตถุประสงค์ของการปรึกษากลุ่ม ประโยชน์ของการปรึกษากลุ่มและพิทักษ์สิทธิโดยที่นักเรียนสามารถ บอกยกเลิกการเข้าร่วมการให้การปรึกษาได้ตลอดเวลาและจะไม่มีผลใด ๆต่อนักเรียน ผู้วิจัยใช้เทคนิค คำถาม รอบวง การใช้คำถามปลายเปิด การให้กำลังใจ เทคนิคการสอน (Teaching) เพื่อให้นักเรียน ฝึกวิธีการพูด เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ (Role play) เพื่อนักเรียนได้ลองแสดงเพื่อลดความ ประหม่า เินอาย ความกลัว ความวิตกกังวล รวมถึงการพูดโดยไม่พูดละเมิดสิทธิของผู้อื่น ไม่พูดจา เหยียดหยาม ดูหมิ่น ด่าทอ และดูถูก หรือการแสดงออกอย่างเหมาะสม และเพื่อนำมาเป็นข้อมูล สำหรับการวางแผนในการปรึกษากลุ่มครั้งต่อ ๆ ไป การทำกิจกรรมครั้งนี้เป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่ กล้าแสดงออกซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มมีลักษณะของปัญหาที่คล้ายกัน จึงทำให้กลุ่มนั้นประสบความสำเร็จ ได้ จากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า นักเรียนขณะเข้าร่วมกิจกรรมมีบรรยากาศเป็นกันเอง มีความตั้งใจ มีความสนใจ และตรงต่อเวลาในการเข้ากลุ่ม ซึ่งทำให้เกิดกระบวนการกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ สมาชิก ในกลุ่มแต่ละคนพร้อมที่จะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน ประสบการณ์ที่ผ่านมา รวมถึงผลกระทบ ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ส่งผลให้สมาชิกในกลุ่มเริ่มเปิดใจมากขึ้น กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น รวมถึง แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับ บุญจิรา ชลธารนที (2561) ได้ศึกษาเรื่องผล ของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวปัญญาพฤติกรรมนิยมต่อความวิตกกังวลในวัยรุ่นตอนต้น พบว่า หลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวปัญญาพฤติกรรมนิยม กลุ่มทดลองมีความวิตกกังวล น้อยกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษา เชิงจิตวิทยาแนวปัญญาพฤติกรรมนิยม กลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลน้อยกว่ากลุ่มควบคุมและม ีความสามารถในการตระหนักรู้อารมณ์ตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ผู้นำการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยมไปใช้จะต้องมีความรู้เกี่ยวกับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและฝึกปฏิบัติจนชำนาญเพื่อที่จะสามารถเกิดประสิทธิภาพสูงสุดกับผู้รับการปรึกษา

2. ควรมีการศึกษาเนื้อหาให้เหมาะสมและสอดคล้องกับพัฒนาการในแต่ละช่วงวัยของกลุ่มที่พัฒนาพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

1. การวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาติดตามผลเป็นระยะ หลังจากให้การปรึกษาแล้ว เช่น ติดตามผล ระยะ 3 เดือน และ 6 เดือน เป็นต้น โดยการสังเกตความกล้าแสดงออกทาง การสัมภาษณ์ บันทึกการติดตามผล เพื่อทราบความคงทนของความกล้าแสดงออกและพฤติกรรมอื่น ๆ ด้วย

บรรณานุกรม

- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม. กรุงเทพฯ: โอ.เอส. พรีนติ้ง เฮ้าส์ จำกัด.
- กาญจนา สุทธิเนียม. (2561). การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู โดยการให้การปรึกษากลุ่ม. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต, 32(1), 21-22.
- เกษตรชัย และหิ้ม และดลมนรรัตน์ บากา. (2555). การศึกษาพฤติกรรมรุนแรงของเยาวชนในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้. วารสารพัฒนบริหารศาสตร์, 52(1), 159-187.
- เกษตรชัย และหิ้ม; และ อุทิศ สังข์รัตน์. (2554). การพัฒนาแบบคัดกรองพฤติกรรมเสี่ยงต่อการรังแกผู้อื่นของนักเรียนโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดสงขลา. คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- เกษตรชัย และหิ้มและอุทิศ สังข์รัตน์. (2556). แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการรังแกของนักเรียนโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดสงขลา. คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- จิตราภรณ์ ชีรนรนิช. (2556). พฤติกรรมการกล้าแสดงออกในชั้นเรียนอย่างเหมาะสมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. สาขาจิตวิทยาการแนะแนว. มหาวิทยาลัยศิลปากร
- ชัยพร พงษ์พิสันต์รัตน์. (2544). การเปรียบเทียบผลของวิธีระดมสมองและวิธีซีเนคติกส์ที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดบวรนิเวศ กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ณัฐพงศ์ เพราแก้ว. (2559). แนวทางการปฏิรูปการศึกษา. เลขาธิการรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2549). ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- นิติธารณ์ บุบผาเดช. (2556). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาความเอื้ออาทร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนซีเหล็กเขียวไพรวลัยวิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- นิธิวัฒน์ เมฆขจร. (2562). เทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น Introduction to Techniques of Counseling. พิมพ์ครั้งที่ 4. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

- นิภาพร พลหงส์. (2546). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์ สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ปริญญา ป้องรอด. (2554). ลักษณะทางจิตและสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการทำงานอย่างมีจริยธรรมของพนักงานโรงงานยาสูบ กระทรวงการคลัง. ปริญญานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิศมัย ยกน้อยวงศ์. (2551). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมต่อการพัฒนาทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ โรงเรียนบ้านเม็กดา อำเภอยักษ์ภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- เยาวลักษณ์ ญาณสุภาพ. (2550). ผลของการใช้กิจกรรมการละครต่อความกล้าแสดงออกด้านการพูดที่เหมาะสมในวิชาศิลปะการพูดของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคอ่างทอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.
- ฤทัย บุญมาเมือง. (2553). การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมความกล้าแสดงออกในวิชานาฏศิลป์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเทศบาลวัดเกตการาม จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ลักขณา สรวิวัฒน์. (2543). การแนะแนวเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2550). กระบวนการปรึกษา ขั้นตอน สัมพันธภาพ ทักษะ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิมลวิภา ภาสกุล. (2550). การใช้กิจกรรมตามทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมกล้าแสดงออก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศิวกร สุวรรณไตรย์. (2552). การพัฒนาความสามารถในการเขียนเชิงสร้างสรรค์ พฤติกรรม การกล้าแสดงออกทางความคิด และเจตคติต่อการเขียนเชิงสร้างสรรค์ โดยใช้แนวคิดพหุสัมพันธ์และเทคนิคผังความคิด ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.

- สมพร สุทัศน์ีย์. (2533). **จิตวิทยาการปกครองชั้นเรียน**. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สมร แสงอรุณ. (2554). **การศึกษาและพัฒนากลยุทธ์การป้องกันตนเองจากการถูกข่มเหงรังแกของนักเรียนวัยรุ่น โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม**. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมโภช เอี่ยมสุภาชาติ. (2562). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- . (2549). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สุลีวัลย์ สิ้นแสนยานุกุล. (2558). **ผลของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่มีผลต่อความกล้าแสดงออกทางความคิดของพนักงานระดับปฏิบัติการที่ทำงานกับชาวต่างชาติในเขตกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- เสาวภา เหมือนชู. (2550). **ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อลดความเครียดของพยาบาลอายุรกรรม โรงพยาบาลตำรวจ**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- อูร์ปรีย์ เกิดในมงคล, ทศวรร มณีศรีขำ, และพาสนา จุลรัตน์. (2556). **การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร**. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*, 39(2), 54-65.
- Arberti, Robert E., and Emmmoms, machael L. (1974). *Your Perfect Right*. (2nd ed.). California: San Luis Obispo.
- Bower, S.A., and Bower G.H. (1991). *Asserting Yourself: A Practical Guide for Positive Change*. Toronto: Bantam.
- Corey, G. (2004). *Theory and Practice of Counseling & Psychotherapy*. Belmont, CA : Brooks/Cole.
- . (2008). *Theory and practice of group counseling* (7th ed.). Belmont, CA : Cengage Learning.
- . (2012). *Theory and practice of counseling & psychotherapy*. (9th ed.). Belmont, CA : Thomson Learning.
- Corey, M. S., Corey, G., & Corey, C. (2018). *Groups : Process and Practice*. (10th ed.). Boston, MA: Cengage Learning.

- Lange, A. J., Rimm, D. C., & Loxley, J. (1975). **Cognitive-Behavioral Assertion Training Procedures**. 5(4), 37-41.
- Ohlsen, Merle M. (1970). **Group Counselling**. New York: McGraw- Hill.
- Ohlsen, Merle M. (1998). **Group Counselling**. (4th ed.). New York: W.H. Freeman.
- Wolpe, Joseph. (1969). **The Practice of Behaviour Therapy**. New York: Pergaman Press.
- Salter, A. (1949). **Conditioned Reflex Therapy: The Direct Approach to the Reconstruction of Personality**: Creative Age Press.
- Schmidt, J.J. (2008). **Counseling in Schools : Comprehensive Programs of Responsive Services for All Students**. (5th ed.). Allyn and Bacon.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

ในการตรวจสอบแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก และโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตาม
ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธิดารัตน์ งามสุขเกษมศรี

ประวัติการศึกษา ปรด. จิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

นาวาโทหญิง ดร.พัชรี ศิริมาก

ประวัติการศึกษา ปรด. จิตวิทยาการแนะแนว
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สถานที่ทำงาน วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

ดร.อรทัย สงวนพรรค

ประวัติการศึกษา ปรด. จิตวิทยาการให้คำปรึกษาปรึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สถานที่ทำงาน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พระพุทธบาท อำเภอพระพุทธบาท
จังหวัดสระบุรี

ภาคผนวก ข
หนังสือราชการ

ที่ ฮว ๐๖๔๓.๓๔/๓๒๖



มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
๑๐๖๑ ถนนวิสุทธิกษัตริย์ แขวงศิริราช
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

๒๙ มีนาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม
๒. แบบวัดพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออก


ด้วยนางสาวบุษราคม รักรพภัก นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การเสริมสร้างพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม" โดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดังนี้

- | | |
|--|----------------------|
| ๑. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชลพร กองคำ | ประธานกรรมการ |
| ๒. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา สุทธิเนียม | กรรมการที่ปรึกษาร่วม |
| ๓. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชูวิทย์ รัตนพลแสนย์ | กรรมการที่ปรึกษาร่วม |

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ดังกล่าวข้างต้น ได้พิจารณาเห็นว่าบุคลากรในสังกัดของท่าน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธิดารัตน์ งามสุขเกษมศรี เป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ สอดคล้องกับหัวข้อการทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าวเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งคำแนะนำของบุคลากรของท่านจะเกิดประโยชน์ต่อการปรับปรุงแก้ไขในการสร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัยของนักศึกษาให้มีคุณภาพและเหมาะสมเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ให้บุคลากรในสังกัดของท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแก้ไขเครื่องมือวิจัย ดังแนบมาพร้อมนี้และบัณฑิตวิทยาลัย ขอขอบคุณอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ


(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คณกร สว่างเจริญ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ ๐๒-๕๗๒๗๐๐๐ ต่อ ๓๘๖๑๔

โทรศัพท์นักศึกษา ๐๘๕-๖๑๒๑๑๘๘๓

ที่ ฮา ๐๖๕๓.๑๘/๒๕๕๕



มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
๑๐๖๓ ถนนอิสรภาพ แขวงหน้าอิสรภาพ
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

๒๙ มีนาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน นราโกหญิง ดร.พัชรี ศิริมาน

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม
๒. แบบวัดพฤติกรรมกรากล้าแสดงออก

ด้วยนางสาวบุษราคัม รักพวก นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การเสริมสร้างพฤติกรรมกรากล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม" โดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดังนี้

- | | |
|---|----------------------|
| ๑. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชลพร กองคำ | ประธานกรรมการ |
| ๒. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภาณุจนา สุทธินิยม | กรรมการที่ปรึกษาร่วม |
| ๓. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฐวิทย์ วัฒนพลแสนย์ | กรรมการที่ปรึกษาร่วม |

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ดังกล่าวข้างต้น ได้พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ สอดคล้องกับหัวข้อการทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าวเป็นอย่างดี ซึ่งคำแนะนำของท่านจะเกิดประโยชน์ต่อการปรับปรุงแก้ไขในการสร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัยของนักศึกษาให้มีคุณภาพและเหมาะสมเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจแก้ไขเครื่องมือวิจัย ดังแนบมาพร้อมนี้และบัณฑิตวิทยาลัย ขอขอบคุณอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คนกร สว่างเจริญ)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย
โทรศัพท์ ๐๒-๖๓๕๓๑๐๐๐ ต่อ ๑๕๑๔
โทรศัพท์นักศึกษา ๐๕๕-๖๒๖๕๔๕๔

ที่ อว ๐๖๔๓.๑๔/๓๒๖



มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
๑๐๖๑ ถนนอิสราภาพ แขวงทวีธรรม
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

๒๙ มีนาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน คณบดีคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม
๒. แบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก


ด้วยนางสาวบุษราคัม ริกพวก นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การเสริมสร้างพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนสิริวิจิตรนาร โดยการบริหารกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม" โดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดังนี้

- | | |
|---|----------------------|
| ๑. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชลพร กองคำ | ประธานกรรมการ |
| ๒. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา สุทธิเนียม | กรรมการที่ปรึกษาร่วม |
| ๓. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฐวิทย์ รัตนพลแสนย์ | กรรมการที่ปรึกษาร่วม |

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ดังกล่าวข้างต้น ได้พิจารณาเห็นว่าบุคลากรในสังกัดของท่าน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธิดารัตน์ งามสุขเกษมศรี เป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ สอดคล้องกับหัวข้อการทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าวเป็นอย่างดี ซึ่งคำแนะนำของบุคลากรของท่านจะเกิดประโยชน์ต่อการปรับปรุงแก้ไขในการสร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัยของนักศึกษาให้มีคุณภาพและเหมาะสมเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ให้บุคลากรในสังกัดของท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแก้ไขเครื่องมือวิจัย ดังแนบมาพร้อมนี้และบัณฑิตวิทยาลัย ขอขอบคุณอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ


(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คอมกร สว่างเจริญ)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย
โทรศัพท์ ๐๒-๕๓๓๗๐๐๐ ต่อ ๓๘๓๔
โทรศัพท์นักศึกษา ๐๘๕-๖๑๒๓๑๘๓

ภาคผนวก ค

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออก

คำชี้แจง ให้ประเมินพิจารณาข้อความต่อไปนี้ทีละข้อ แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่สังเกตเห็นเพียงคำตอบเดียว โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังต่อไปนี้

ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	เป็นประจำ	เท่ากับ 5 คะแนน
ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	บ่อยครั้ง	เท่ากับ 4 คะแนน
ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	บางครั้ง	เท่ากับ 3 คะแนน
ระดับพฤติกรรมที่แสดงออก	น้อย	เท่ากับ 2 คะแนน
ระดับพฤติกรรมที่	ไม่เคย	เท่ากับ 1 คะแนน

ข้อ	รายการพฤติกรรม	ระดับของพฤติกรรมกล้าแสดงออก				
		ไม่เคย	น้อย	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
1	<u>ด้านการพูด</u> ข้าพเจ้าสามารถออกมารายงานหน้าชั้นเรียนได้ โดยไม่เขินอาย					
2	เมื่อครูให้ออกมาพูดหน้าชั้นเรียน ข้าพเจ้าจะรู้สึกประหม่า					
3	ข้าพเจ้าไม่กล้าบอกครูเมื่อเห็นเพื่อนตีมีเครื่องตีที่มีแอลกอฮอล์ในโรงเรียน เพราะกลัวเสียสัมพันธภาพ					
4	ข้าพเจ้ากล้าพูดคำขอโทษ และยอมรับผิดเมื่อทำสาธารณสมบัติของโรงเรียนชำรุด เช่น โต๊ะเรียน เก้าอี้ หนังสือเรียน เป็นต้น					
5	ข้าพเจ้ามักมีเสียงสั่นเครือเมื่อต้องพูดความรู้สึกของตนต่อหน้าผู้อื่น					
6	ข้าพเจ้าไม่กล้าบอกครูเมื่อครูยืนบังกระดาน ขณะที่ข้าพเจ้ากำลังจด					

ข้อ	รายการพฤติกรรม	ระดับของพฤติกรรมกล้าแสดงออก				
		ไม่เคย	น้อย	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
7	เมื่อต้องพูดเกี่ยวกับตัวเอง ข้าพเจ้ามักจะก้มหน้าต่ำ					
8	<u>ด้านการกระทำ</u> ข้าพเจ้าแสดงความช่วยเหลือ ครู-เพื่อน ตามความสามารถของตนเอง					
9	ข้าพเจ้ามักจะมีอาการลูกลี้ลุกลนเมื่อครูให้ออกมาทำกิจกรรมหน้าชั้นเรียน					
10	เมื่อต้องทำในสิ่งที่เกินความสามารถของตนเองข้าพเจ้าจะขอร้องให้ผู้อื่นช่วยเหลือ					
11	เมื่อครูถามคำถามในชั้นเรียน ข้าพเจ้าก้มหน้าหรือหลบสายตาเพื่อเลี่ยงการตอบคำถาม					
12	ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงสังคม เพราะกลัวว่าจะทำหรือพูดในสิ่งที่ผิดๆ					
13	ข้าพเจ้าหยาบปากกาเพื่อนสนิทมาใช้โดยไม่จำเป็นต้องขออนุญาต					
14	<u>ด้านความคิดเห็น</u> เมื่อต้องแสดงความคิดเห็นต่อหน้าผู้อื่นข้าพเจ้ามักจะพูดด้วยเสียงเบาๆเสมอ					
15	ข้าพเจ้าไม่กล้าแสดงความรู้สึกไม่สบายใจ หรือความไม่เห็นด้วยกับบุคคลอื่น					
16	ข้าพเจ้าแสดงความคิดเห็นต่อสิ่งที่ชอบ และไม่ชอบได้					

ข้อ	รายการพฤติกรรม	ระดับของพฤติกรรมกล้าแสดงออก				
		ไม่เคย	น้อย	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
17	ขณะครูซักถาม ข้าพเจ้าสามารถแสดงความคิดเห็นของตนเองได้					
18	ข้าพเจ้ามักหลีกเลี่ยงการทำงานกลุ่มที่ต้องแสดงความคิดเห็น					
19	ข้าพเจ้าหลบตาครู เมื่อครูขอความคิดเห็นจากนักเรียน					
20	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจเมื่อต้องแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างไปจากผู้อื่น					
21	เมื่อต้องทำงานกลุ่ม ข้าพเจ้านำเสนอความคิดเห็นตนเองต่อกลุ่มได้					

ภาคผนวก ง

ผลการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

ตารางที่ ง.1 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

แบบคัดกรองพฤติกรรมการถูกกลั่นแกล้ง		ผลการประเมิน				
ข้อที่	คำถาม	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ค่า IOC	แปลผล
1.	ด้านการพูด (ข้อ1-7) ข้าพเจ้าสามารถออกมารายงาน หน้าชั้นเรียนได้โดยไม่เขินอาย	1	1	1	1	ใช้ได้
2	เมื่อครูให้ออกมาพูดหน้าชั้น เรียน ข้าพเจ้าจะรู้สึกประหม่า	1	1	1	1	ใช้ได้
3	ข้าพเจ้าไม่กล้าบอกครูเมื่อเห็น เพื่อนตีหรือล้อเลียนที่มี แอลกอฮอล์ในโรงเรียน เพราะ กลัวเสียสัมพันธภาพ	1	0	1	0.67	ใช้ได้
4	ข้าพเจ้ากล่าวคำขอโทษ และ ยอมรับผิดเมื่อทำสาธารณสมบัติ ของโรงเรียนชำรุด เช่น โต๊ะ เรียน เก้าอี้ หนังสือเรียน เป็น ต้น	1	1	1	1	ใช้ได้
5	ข้าพเจ้ามักมีเสียงสั้นหรือเมื่อ ต้องพูดความรู้สึกของตนต่อหน้า ผู้อื่น	1	1	1	1	ใช้ได้
6	ข้าพเจ้าไม่กล้าบอกครูเมื่อครูยื่น บังกระดานขณะที่ข้าพเจ้ากำลัง จด	1	1	1	1	ใช้ได้
7	เมื่อต้องพูดเกี่ยวกับตัวเอง ข้าพเจ้ามักจะก้มหน้าต่ำ	1	1	1	1	ใช้ได้
8	ด้านการกระทำ (ข้อ8-13) ข้าพเจ้าแสดงความช่วยเหลือ ครู-เพื่อน ตามความสามารถ ของตนเอง	1	1	1	1	ใช้ได้

ตารางที่ ง.1 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก (ต่อ)

แบบคัดกรองพฤติกรรมการถูกลั่นแกล้ง		ผลการประเมิน				
ข้อที่	คำถาม	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ค่า IOC	แปลผล
9	ข้าพเจ้ามักจะมีอาการ ลูกลี้ลูกกลนเมื่อครูให้ออกมาทำ กิจกรรมหน้าชั้นเรียน	1	1	1	1	ใช้ได้
10	เมื่อต้องทำในสิ่งที่เกินความ ความสามารถของตนเอง ข้าพเจ้าจะขอร้องให้ผู้อื่น ช่วยเหลือ	1	1	1	1	ใช้ได้
11	เมื่อครูถามคำถามในชั้นเรียน ข้าพเจ้าก้มหน้าหรือหลบสายตา เพื่อเลี่ยงการตอบคำถาม	1	1	1	1	ใช้ได้
12	ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงสังคม เพราะ กลัวว่าจะทำหรือพูดในสิ่งที่ผิดๆ	1	1	1	1	ใช้ได้
13	ข้าพเจ้าหุบปากกาเพื่อนสนิท มาใช้โดยไม่จำเป็นต้องขอ อนุญาต	0	1	1	0.67	ใช้ได้
14	ด้านความคิดเห็น (ข้อ14-21) เมื่อต้องแสดงความคิดเห็นต่อ หน้าผู้อื่นข้าพเจ้ามักจะพูดด้วย เสียงเบาๆเสมอ	1	1	1	1	ใช้ได้
15	ข้าพเจ้าไม่กล้าแสดงความรู้สึก ไม่สบายใจ หรือความไม่เห็น ด้วยกับบุคคลอื่น	1	1	1	1	ใช้ได้
16	ข้าพเจ้าแสดงความคิดเห็นต่อสิ่ง ที่ชอบ และไม่ชอบได้	1	1	1	1	ใช้ได้
17	ขณะครูซักถาม ข้าพเจ้าสามารถ แสดงความคิดเห็นของตนเองได้	1	1	1	1	ใช้ได้

ตารางที่ ง.1 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบวัดพฤติกรรมกรรกล้าแสดงออก (ต่อ)

แบบคัดกรองพฤติกรรมกรรกล้าแสดงออก		ผลการประเมิน				
ข้อที่	คำถาม	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	ค่า IOC	แปลผล
18	ข้าพเจ้ามักหลีกเลี่ยงการทำงาน กลุ่มที่ต้องแสดงความคิดเห็น	1	1	1	1	ใช้ได้
19	ข้าพเจ้าหลบตาครู เมื่อครูขอ ความคิดเห็นจากนักเรียน	1	1	1	1	ใช้ได้
20	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจเมื่อต้อง แสดงความคิดเห็นที่แตกต่างไป จากผู้อื่น	1	1	1	1	ใช้ได้
21	เมื่อต้องทำงานกลุ่ม ข้าพเจ้า นำเสนอความคิดเห็นตนเองต่อ กลุ่มได้	1	1	1	1	ใช้ได้

ตารางที่ ง.2 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

หัวข้อการพิจารณา	ด้านที่ประเมิน	ผลการประเมิน			ค่า IOC	แปลผล
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3		
1. การปฐมนิเทศสร้างสัมพันธภาพ	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้
2. ความรู้เบื้องต้นของพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้
3. พุดดีเป็นศรีแก่ตัว	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้
4. สถานการณ์ชวนคิด	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้
5. รักษาสิทธิ	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	0	1	1	0.67	ใช้ได้
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้
6. สร้างความเชื่อมั่นในตนเอง	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้
7. ลีลาท่าทาง	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้
8. ภาพปริศนาพาเพลิน	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้

ตารางที่ ง.2 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (ต่อ)

หัวข้อการพิจารณา	ด้านที่ประเมิน	ผลการประเมิน				ค่า IOC	แปลผล
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
9. ความมั่นคงทาง ความคิด	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้	
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้	
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้	
10. รู้เขารู้เรา	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้	
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้	
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้	
11. หัวใจสี่ห้อง	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้	
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้	
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้	
12. เพิ่มกำลังใจและปิด กลุ่มให้การปรึกษา	วัตถุประสงค์	1	1	1	1	ใช้ได้	
	วิธีดำเนินการ	1	1	1	1	ใช้ได้	
	เทคนิคที่ใช้	1	1	1	1	ใช้ได้	

ตารางที่ ง.3 ค่าความเชื่อมั่น Reliability แบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

ค่าความเชื่อมั่น Reliability แบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

รายด้าน	Reliability
ด้านการพูด	0.65
ด้านการกระทำ	0.67
ด้านความคิดเห็น	0.61
ภาพรวม	0.68

ภาคผนวก จ

แบบตอบรับการตีพิมพ์ในวารสารวิชาการ

ที่ สช ๐๘๒๑.๓๕/๓ ๐๖๔



สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระเจ้าพระยา
๓๑๒ ถนนสมเด็จพระเจ้าอยุธยา เขตคลองสาน
กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

๑๘ มิถุนายน ๒๕๖๗

เรื่อง คอบรับการส่งบทความเพื่อตีพิมพ์ลงวารสารสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระเจ้าพระยา
เรียน คุณบุษราตรี ธิกวาท

ตามที่ท่านได้ส่งบทความ เรื่อง "การเสริมสร้างพฤติกรรมกรลาแสดงออกของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม" เพื่อขอตีพิมพ์ลง
วารสารสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระเจ้าพระยา นั้น

สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระเจ้าพระยา โดยกองบรรณาธิการวารสารสถาบันจิตเวชศาสตร์
สมเด็จพระเจ้าพระยา ได้พิจารณาบทความของท่านให้ตีพิมพ์ในวารสารสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระเจ้าพระยา
ปีที่ ๓๘ ฉบับที่ ๓ (มกราคม - มิถุนายน ๒๕๖๗)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายศรุตพันธุ์ จักรพันธุ์ ณ อยุธยา)
ผู้อำนวยการสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระเจ้าพระยา

กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา

โทร. ๐ ๒๕๔๒ ๒๕๐๐ ต่อ ๕๙๒๘๖

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ somdetjournal@gmail.com

ภาคผนวก ฉ

ใบรับรองของคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์



COA No. 650501

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

1061 ซอยอโสรภาพ15 ถนนอโสรภาพ แขวงทวีบุรีจี่ เขตธนบุรี กรุงเทพฯ 10600 โทรศัพท์ 0 2473 7000 ต่อ 1600-1601 หรือ 1603

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ดำเนินการให้การรับรองโครงการวิจัยตามแนวทางหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ที่เป็นมาตรฐานสากล ได้แก่ Declaration of Helsinki, The Belmont Report, CIOMS Guideline และ International Conference on Harmonization in Good Clinical Practice หรือ ICH-GCP

ชื่อโครงการ : การเสริมสร้างพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

เลขที่โครงการวิจัย : 009/65E06

ผู้วิจัยหลัก : นางสาวบุษราคัม รักพวก

สังกัด : สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

วิธีทบทวน : แบบเร่งด่วน (Expedited Review)

รายงานความก้าวหน้า : ส่งรายงานความก้าวหน้าเมื่อเสร็จสิ้นโครงการวิจัยหรือไม่เกิน 12 เดือน

เอกสารรับรอง : โครงการวิจัย เลขที่ 009/65E06-V.02 และเอกสารที่เกี่ยวข้อง ลงวันที่ 18 พฤษภาคม พ.ศ. 2565

ลงนาม

(รองศาสตราจารย์ ดร.กิจจา จิตรภิมย์)

ประธาน

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

ลงนาม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อารี ผสานสินธุ์วงศ์)


กรรมการและเลขานุการ

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

วันที่รับรอง : 27 พฤษภาคม พ.ศ. 2565

วันหมดอายุ : 26 พฤษภาคม พ.ศ. 2566

ทั้งนี้ การรับรองนี้มีเงื่อนไขดังที่ระบุไว้ด้านหลังทุกข้อ (ดูด้านหลังของเอกสารรับรองโครงการวิจัย)

	สำนักงานคณะกรรมการการวิจัยธรรมชาติและวิทยาศาสตร์ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
	เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้รับการวิจัย Information sheet for research participant

ชื่อโครงการวิจัย: การเสริมสร้างพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

ผู้สนับสนุนการวิจัย: -

ผู้วิจัยหลัก

ชื่อ นางสาวบุษราคม รักพวก

สถานที่ทำงาน โรงเรียนสิริรัตนาร

หมายเลขโทรศัพท์ 02-3961984 , 085-6121181

ที่ปรึกษาหลัก

ชื่อ ผศ.ดร.ชลพร กองคำ

สถานที่ทำงาน กลุ่มวิชาชีวะครู/สาขาจิตวิทยาการศึกษา มบส.

หมายเลขโทรศัพท์ 081-696-4170

เรียน ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทุกท่าน

นักเรียนได้รับเชิญให้เข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เนื่องจากนักเรียนเป็นผู้มีคุณสมบัติตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมในการศึกษาวิจัยดังกล่าว ขอให้ท่านอ่านเอกสารฉบับนี้อย่างถี่ถ้วน เพื่อให้ได้ทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ หากท่านมีข้อสงสัยใดๆ เพิ่มเติม กรุณาซักถามจากผู้ทำวิจัย ซึ่งจะเป็นผู้สามารถตอบคำถามและให้ความกระจ่างแก่นักเรียนได้

นักเรียนสามารถขอคำแนะนำในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้จากครอบครัว เพื่อน และนักเรียนมีเวลาอย่างเพียงพอในการตัดสินใจโดยอิสระ ถ้านักเรียนตัดสินใจแล้วว่าจะเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ขอให้ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมของโครงการวิจัยนี้

เหตุผลความเป็นมา

สังคมในปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วตลอดเวลา เต็มไปด้วยการพัฒนาและการแข่งขันอย่างรอบด้าน มนุษย์จึงต้องมีการปรับตัวให้เท่าทันสถานการณ์ เพื่อให้สอดคล้องและเหมาะสมกับสภาพสังคมปัจจุบัน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วส่งผลกระทบต่อบุคคลโดยเฉพาะเด็กในวัยเรียนที่ยังมีประสบการณ์การเรียนรู้ไม่เท่ากับผู้ใหญ่ แต่ในขณะเดียวกันผู้เรียนก็เป็นกำลังหลักที่จะสามารถพัฒนาให้เกิดการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพได้ การจัดการศึกษาในปัจจุบันจึงต้องปรับเปลี่ยนให้ตอบสนองทิศทางการผลิตและพัฒนากำลังคน โดยมุ่งการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะในศตวรรษที่ 21 ซึ่งเป็นคุณลักษณะพื้นฐานสำคัญของทักษะขั้นต้นทั้งหมดที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และเป็นคุณลักษณะที่เด็กไทยจำเป็นต้องมี

AF 10-04

พฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกเป็นทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตทุกช่วงชีวิต โดยเฉพาะปัจจุบัน เนื่องจากเป็นปัจจัยที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม การกล้าแสดงออกเป็นตัวช่วยให้นักเรียนสามารถอยู่รอด ปรับตัวเข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี สามารถช่วยให้จัดการอุปสรรค แก้ปัญหาเรื่องราวต่างๆ ได้ การฝึกการกล้าแสดงออกตั้งแต่เด็กเป็นการสร้างความเชื่อมั่นและมั่นใจในตนเอง จะทำให้ผู้เรียนกล้าเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ กล้าแสดงออกทางความคิด ทางคำพูด และการกระทำ ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาบุคลิกภาพให้ผู้เรียนได้เป็นตัวของตัวเองมากขึ้น ผู้เรียนที่มีพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมจะสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ได้ มีความรู้สึกดีต่อตนเอง ควบคุมตนเองได้ ลดความประหม่า เชนอายุ ความกลัว ความวิตกกังวล มีทักษะในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น สามารถแสดงออกได้ถึงความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ ความสนใจ อารมณ์ตามความต้องการที่แท้จริงของตนเองได้อย่างเปิดเผยและจริงใจตามความเป็นจริง ปราศจากความวิตกกังวล เคารพสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น กล้าฝ่าฝืนอุปสรรคและปัญหาในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ได้อย่างมีความสุข อย่างไรก็ตามพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมมิใช่กระทำเพื่อที่จะให้ได้สิ่งที่ต้องการ เป้าหมายของการกระทำพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกนั้นคือการสื่อสารอย่างชัดเจนและตรงไปตรงมา ไม่โจมตีความต้องการหรือการคิดเห็นของบุคคลอื่น ซึ่งการทำเช่นนั้นจะทำให้มีโอกาสรบรุเป้าหมายที่ต้องการโดยไม่ปฏิเสธสิทธิของผู้อื่น

จากข้อมูลข้างต้นผู้วิจัยในฐานะครูแนะแนวมีบทบาทช่วยเหลือนักเรียนโดยตรงในการป้องกัน ช่วยเหลือส่งเสริม พัฒนา และแก้ไขปัญหา เพื่อให้ให้นักเรียนได้พัฒนาเต็มศักยภาพ จึงมีความสนใจที่จะนำเทคนิคและวิธีการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ ทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน ทักษะการปรับตัวทางสังคม และการใช้ชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้เรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นช่วงแรกของการเข้าสู่วัยรุ่น ที่ต้องเรียนรู้การปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเพราะอาจมีบางคนเกิดความเขินอายต่อเพื่อนร่วมชั้นเรียนหรือการทำกิจกรรมต่างๆ ถ้าผู้เรียนขาดการกล้าแสดงออกที่เหมาะสม ปัญหาดังกล่าวอาจส่งผลให้ผู้เรียนไม่สามารถปรับตัวให้เข้าสิ่งแวดล้อมได้ อันเป็นสาเหตุที่จะทำให้ผู้เรียนไม่มีความสุขในการเรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีการเปลี่ยนแปลง ด้านสภาพแวดล้อม ด้านบริบทการเรียน ด้านสังคม และการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กสู่วัยรุ่น จึงเป็นกลุ่มผู้เรียนที่เหมาะสมอย่างยิ่งในการเสริมสร้างพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออก ด้วยเหตุผลนี้ ผู้วิจัยจึงได้จัดทำโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เกี่ยวกับการเสริมสร้างการกรการกล้าแสดงออกขึ้น โดยเป็นโปรแกรมการให้การปรึกษาเกี่ยวกับการกรการกล้าแสดงออก เพื่อแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา โดยมีการวางเป้าหมายของการให้การปรึกษาและวิธีการใช้อย่างชัดเจน รวมถึงการพิจารณาเลือกเทคนิคและวิธีการที่จะนำมาใช้ตามความเหมาะสมของบุคคลนั้นๆ เพื่อนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร สามารถแสดงออกทางความคิดความรู้สึก และแสดงพฤติกรรมกรการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมด้วยความเชื่อมั่น มั่นใจ ถูกต้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ และเป็นที่ยอมรับของสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่ม ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการกล้าแสดงออก ของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลแบบปกติ

ประชากร ประชากร ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กรุงเทพมหานคร จำนวน 172 คน ปีการศึกษา 2564 โดยมีเกณฑ์คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

เกณฑ์การรับอาสาสมัครเข้าร่วมโครงการ (Inclusion criteria)

1. เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร
2. เป็นนักเรียนที่ผ่านการทำแบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก
3. เป็นนักเรียนที่มีความกล้าแสดงออกต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา
4. ยินดีเข้าร่วมการวิจัยและได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง

เกณฑ์การไม่รับอาสาสมัครเข้าร่วมโครงการ (Exclusion criteria)

1. ไม่สามารถเข้าร่วมโครงการวิจัยได้ตลอดโครงการ

เกณฑ์การยุติเข้าร่วมโครงการ (Discontinuation criteria)

1. ผู้เข้าร่วมการวิจัยสามารถถอนตัวออกจากกรวิจัยได้ตลอด

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร กรุงเทพมหานคร โดยวัดจากการทำแบบวัดพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่มีคะแนนความกล้าแสดงออกต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา ยินดีสมัครใจเข้าร่วมและผู้ปกครองให้ความยินยอมโดยลงนามอนุญาตในการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม จำนวน 16 คน แล้วใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน (Ohlsen, 1985) โดยกำหนดให้เป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

การจัดผู้เข้าร่วมการวิจัยเข้ากลุ่ม (Subject allocation)

นักเรียนจำนวน 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยกำหนดให้เป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีจับสลาก (Lottery) เพื่อให้เกิดความเท่าเทียมกัน

สถานที่ในการทำวิจัย (site of study)

ห้องแนะแนว โรงเรียนสิริรัตนาร

วิธีการที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

หลังจากนักเรียนให้ความยินยอมที่จะเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คนโดยกำหนดกลุ่มควบคุม จะได้รับการดูแลแบบปกติ คือ การดูแลตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของทางโรงเรียน เช่น การให้การปรึกษาเบื้องต้น กิจกรรมเพื่อ

AF 10-04

ป้องกันและแก้ไขปัญหา กิจกรรมการเยี่ยมบ้าน กิจกรรมเสริมสร้างทักษะการดำรงชีวิตและกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน และกลุ่มทดลอง จะได้รับการปรึกษากลุ่ม จำนวน 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 วัน ใช้เวลาครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที (วันจันทร์ และ วันพุธ เวลา 15.30 – 17.00 น.) โดยผู้วิจัยจะมีการเก็บข้อมูล โดยใช้แบบวัดพฤติกรรมการกล้าแสดงออก จำนวน 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 ก่อนเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 2 หลังเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม และขณะเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มในแต่ละครั้งจะมีกิจกรรม ใบบงาน การบ้าน ให้กับนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม

ความรับผิดชอบของอาสาสมัครผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย

เพื่อให้งานวิจัยนี้ประสบความสำเร็จ ผู้ทำวิจัยใคร่ขอความความร่วมมือจากนักเรียน โดยจะขอให้ท่านปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้ทำวิจัยอย่างเคร่งครัด รวมทั้งแจ้งอาการผิดปกติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับนักเรียนระหว่างที่เข้าร่วมในโครงการวิจัยให้ผู้ทำวิจัยได้รับทราบทันที

ความเสี่ยงที่อาจได้รับ

นักเรียนจะมีความเสี่ยงในการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม ตั้งแต่เสียเวลา ไม่สะดวกสบาย ในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ และหากนักเรียนมีความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลเพิ่มมากขึ้นหรืออาการอื่นๆ ในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรม กรุณาแจ้งผู้ทำวิจัย และระหว่างที่อยู่ในโครงการวิจัย ถ้ามีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับสุขภาพของนักเรียน ขอให้รายงานให้ผู้ทำวิจัยทราบโดยเร็ว ผู้วิจัยจะให้การดูแลทางด้านจิตใจและหากเกิดความวิตกกังวลเพิ่มมากขึ้น ผู้วิจัยจะทำการประสานผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางเพื่อให้นักเรียนได้รับการดูแลที่เหมาะสม

ประโยชน์ที่อาจได้รับ

การเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้อาจจะทำให้กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม สามารถปรับตัวในการดำเนินชีวิต สามารถเผชิญปัญหา มีแนวทางแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของบุคคล ทำให้เกิดความมั่นคงต่อไป

กลุ่มควบคุมระหว่างการทำการทดลองจะได้รับการดูแลแบบปกติ คือการดูแลตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของทางโรงเรียน เช่น การให้การปรึกษาเบื้องต้น กิจกรรมเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา กิจกรรมการเยี่ยมบ้าน กิจกรรมเสริมสร้างทักษะการดำรงชีวิตและกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน และภายหลังที่ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลเสร็จสิ้น กลุ่มควบคุมจะได้รับการปรึกษากลุ่มเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง

ข้อปฏิบัติของท่านขณะที่ร่วมในโครงการวิจัย

ขอให้นักเรียนให้ข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง แก่ผู้ทำวิจัยด้วยความสัตย์จริง และขอให้แจ้งให้ผู้วิจัยทราบความผิดปกติที่เกิดขึ้นระหว่างที่นักเรียนเข้าร่วมในโครงการวิจัย

อันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมในโครงการวิจัยและความรับผิดชอบของผู้ทำวิจัย/ผู้สนับสนุนการวิจัย

หากพบอันตรายที่เกิดขึ้นจากการวิจัย นักเรียนจะได้รับการรักษาที่เหมาะสมทันที และในกรณีที่นักเรียนได้รับอันตรายใดๆ หรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับโครงการวิจัย นักเรียนสามารถติดต่อกับผู้ทำวิจัยคือ นางสาวบุษราคม รักพวก Tel 085-6121181 ได้ตลอด 24 ชั่วโมง

คำตอบแทนสำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย

AF 10-04

นักเรียนจะไม่ได้รับเงินค่าตอบแทนจากการเข้าร่วมในการวิจัย แต่จะได้รับของที่ระลึกคนละ 1 ชิ้น ในการเข้าร่วมกิจกรรมครบทุกครั้ง รวมทั้งหมด 12 ครั้ง

การเข้าร่วมและการสิ้นสุดการเข้าร่วมโครงการวิจัย

การเข้าร่วมในโครงการวิจัยครั้งนี้เป็นไปโดยความสมัครใจ หากนักเรียนไม่สมัครใจจะเข้าร่วมการศึกษาแล้ว นักเรียนสามารถถอนตัวได้ตลอดเวลา การขอลงตัวออกจากโครงการวิจัยจะไม่มีผลต่อการเรียนการสอน ใดๆ ทั้งสิ้น

ผู้ทำวิจัยอาจถอนนักเรียนออกจากการเข้าร่วมการวิจัย ในกรณีที่นักเรียนไม่สามารถปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้วิจัยและไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ครบตามกำหนดจะได้รับการดูแลตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของทางโรงเรียนและข้อมูลการวิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับ

การปกป้องรักษาข้อมูลความลับของอาสาสมัคร

ข้อมูลนี้อาจนำไปสู่การเปิดเผยตัวนักเรียน จะได้รับการปกปิดและไม่เปิดเผยแก่สาธารณชน ในกรณีที่ผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์ ชื่อและที่อยู่ของนักเรียนจะต้องได้รับการปกปิดอยู่เสมอ โดยจะใช้เฉพาะรหัสประจำโครงการวิจัยของนักเรียน

สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย


ในฐานะที่นักเรียนเป็นผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย นักเรียนจะมีสิทธิ์ดังต่อไปนี้

1. นักเรียนจะได้รับทราบถึงลักษณะและวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้
2. นักเรียนจะได้รับการอธิบายถึงความเสี่ยงและความไม่สบายที่จะได้รับจากการวิจัย
3. นักเรียนจะได้รับการอธิบายถึงประโยชน์ที่ท่านอาจจะได้รับจากการวิจัย
4. นักเรียนจะมีโอกาสได้ซักถามเกี่ยวกับงานวิจัยหรือขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย
5. นักเรียนจะได้รับทราบว่ากรยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถถอนตัวจากโครงการเมื่อไรก็ได้ โดยผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยสามารถถอนตัวจากโครงการโดยไม่ได้รับผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น
6. นักเรียนจะได้รับเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยและสำเนาเอกสารยินยอมที่มีทั้งลายเซ็นและวันที่
7. นักเรียนมีสิทธิ์ในการตัดสินใจว่าจะเข้าร่วมในโครงการวิจัยหรือไม่ก็ได้ โดยปราศจากการใช้อิทธิพล บังคับข่มขู่ หรือการหลอกลวง

หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามที่ปรากฏในเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในการวิจัย ท่านสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา กทม. 10600 โทร 02-4737000 ต่อ 1600-1601 หรืออีเมล rec.bsru@hotmail.com

ขอขอบคุณในการร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

AF 10-06

	สำนักงานคณะกรรมการจรรยาบรรณการวิจัยในมนุษย์ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
	ตัวอย่างเอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัย Example (Informed Consent Form)

การวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิริรัตนาร โดยการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

วันที่ให้คำยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้า ด.ช./ด.ญ./นาย/นางสาว.....

ที่อยู่.....ได้อ่าน

รายละเอียดจากเอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยวิจัยที่แนบมาฉบับวันที่..... และ

ข้าพเจ้ายินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยสมัครใจ

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัยครั้งนี้ ข้าพเจ้าได้รับและอ่านเอกสารแนะนำโครงการ ถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย รวมทั้งประโยชน์และผลที่เกิดขึ้นจากการทำวิจัยต่อข้าพเจ้า อย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ซึ่งผู้วิจัยยินดีที่จะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังและข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกยกเลิกการเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ ตลอดจน การเผยแพร่ข้อมูลในการวิจัยนั้นจะนำเสนอรูปแบบผลสรุปซึ่งผู้วิจัยจะรับรองว่า จะเก็บข้อมูลเฉพาะที่จะระบุ ถึงข้าพเจ้าได้ไว้เป็นความลับและใช้สรุปผลการวิจัยเท่านั้น โดยไม่สามารถระบุถึงตัวของข้าพเจ้าได้

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นและมีความเข้าใจดีทุกประการแล้ว ยินดีเข้าร่วมในการวิจัยด้วยความ เต็มใจ จึงได้ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมนี้

ผู้วิจัยเรื่องนี้คือ นางสาวบุษราคม รักพวก สถานที่ปฏิบัติงาน โรงเรียนสิริรัตนาร หมายเลขโทรศัพท์ 085-6121181

.....ลงนามผู้ให้ความยินยอม

(.....) ชื่อผู้ยินยอมตัวบรรจง

วันที่เดือน.....พ.ศ.....


.....ลงนามผู้ทำวิจัย

(นางสาวบุษราคม รักพวก) ชื่อผู้ทำวิจัย ตัวบรรจง

วันที่เดือน.....พ.ศ.....

.....ลงนามพยาน

(.....) ชื่อพยาน ตัวบรรจง

	สำนักงานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
	ตัวอย่างหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัย สำหรับผู้แทนโดยชอบธรรม/ ผู้ปกครอง Example (Informed Consent Form)

โครงการวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างพฤติกรรมกรกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โรงเรียนสิริรัตนธร โดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

วันให้ความยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....(ชื่อ-นามสกุล
ผู้แทนโดยชอบธรรม/ผู้ปกครอง) ที่อยู่..... ซึ่งมี

ความสัมพันธ์เป็น ของ ต.ช./ต.ญ./นาย/นางสาว.....(ชื่อ-

นามสกุล ของผู้เข้าร่วมการวิจัย) ได้อ่านรายละเอียดจากเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยที่แนบมา
ฉบับวันที่.....แล้วข้าพเจ้ายินยอมให้ ต.ช./ต.ญ./นาย/นางสาว

.....(ชื่อ-นามสกุล ของผู้เข้าร่วมการวิจัย) เข้าร่วมในโครงการวิจัยโดย

สมัครใจ ข้าพเจ้าได้รับการชี้แจงเพื่อทำความเข้าใจในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ และอ่านเอกสารแสดงความยินยอม

เข้าร่วมในโครงการวิจัยที่ข้าพเจ้าได้ลงนาม และ วันที่ พร้อมด้วยเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมใน

โครงการวิจัย ทั้งนี้ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมในการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมการวิจัยได้รับการ

อธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระยะเวลาของการทำวิจัย วิธีการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น

จากการวิจัยต่อผู้เข้าร่วมการวิจัยมีเวลาและโอกาสเพียงพอในการซักถามข้อสงสัยทั้งหมดจนมีความเข้าใจอย่างดี

แล้ว โดยผู้วิจัยได้ตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมการวิจัยสงสัยด้วยความเต็มใจไม่ปิดบังและข้าพเจ้ามี

อิสระที่จะปฏิเสธ หรือถอนตัวจากการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และไม่มีผลกระทบต่อการศึกษา

ตลอดจนการเผยแพร่ข้อมูลในการวิจัยนั้นจะนำเสนอรูปแบบผลสรุปซึ่งผู้วิจัยรับรองว่า จะเก็บข้อมูลผู้เข้าร่วมการ

วิจัยเป็นความลับและใช้สรุปผลการวิจัยเท่านั้น โดยไม่สามารถระบุถึงตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัยได้

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้น และมีความเข้าใจดีทุกประการแล้ว ยินดีให้ ต.ช./ต.ญ./นาย/นางสาว

.....(ชื่อ-นามสกุล ของผู้เข้าร่วมการวิจัย) เข้าร่วมในโครงการวิจัยด้วย

ความเต็มใจ จึงได้ลงนามในเอกสารใบยินยอมนี้

.....ลงนามผู้แทนโดยชอบธรรม/ผู้ปกครอง

AF 10-08

(.....) ชื่อผู้แทนโดยชอบธรรม/ผู้ปกครอง(ตัวบรรจง)
ความสัมพันธ์ของผู้แทนโดยชอบธรรม/ผู้ปกครอง

กับผู้เข้าร่วมการวิจัย

วันที่เดือน.....พ.ศ.....

.....ลงนามผู้ทำวิจัย
 (นางสาวบุษราคัม รักพวก) ชื่อผู้ทำวิจัย ตัวบรรจง
 วันที่เดือน.....พ.ศ.....

.....ลงนามพยาน
 (.....) ชื่อพยาน ตัวบรรจง
 วันที่เดือน.....พ.ศ.....

ภาคผนวก ข

สำเนาผลการสอบ CEFR



ประกาศมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
เรื่อง ผลการสอบวัดสมรรถภาพภาษาอังกฤษ (CEFR)
ของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา

ด้วยบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ได้ดำเนินการจัดสอบวัดสมรรถภาพภาษาอังกฤษ (CEFR) ของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา ตามข้อบังคับสภามหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ว่าด้วยการจัดการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา พ.ศ.๒๕๖๑ หมวด ๗ ข้อ ๒๔ (๗) นักศึกษาทุกระดับการศึกษาของบัณฑิตศึกษาต้องผ่านเกณฑ์การสอบภาษาอังกฤษตามประกาศมหาวิทยาลัยก่อนสำเร็จการศึกษา

ในกรณี บัณฑิตวิทยาลัยได้ดำเนินการสอบเสร็จเรียบร้อยแล้ว ขอแจ้งผลการสอบวัดสมรรถภาพภาษาอังกฤษ (CEFR) ของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา ดังรายชื่อ

จึงเรียนมาเพื่อให้นักศึกษาทุกท่านทราบโดยทั่วถึงกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ลินดา เกณฑ์มา)
อธิการบดี

รายงานผลคะแนนการสอบ CEFR ระดับบัณฑิตศึกษา

จัดสอบโดยบัณฑิตวิทยาลัย เมื่อวันที่ 3 กันยายน 2564

ลำดับ	รหัสนักศึกษา	ชื่อ-นามสกุล	คะแนน	ระดับ	สาขาวิชา
1	6263168001	นางสาวสุนิสา ลอยเมฆ	117	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
2	6263168002	นางวาทรีนิคม อิสาวะ	115	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
3	6263168003	นางสาวอุษุฎา เจตชัยชนะ	99	C1	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
4	6263168004	นางสาวนิศารัตน์ สุขตาม	114	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
5	6263168005	นางสาวเวณิกา ทศนภักดี	114	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
6	6263168006	นางสาวฤติมาศ แสนเมือง	103	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
7	6263168007	นายประพนธ์ ตรีจันทร์ทอง	116	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
8	6263168008	นายชัยเวียง เวียงโน	116	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
9	6263168009	นางสาวบุษราคัม รักพวก	114	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
10	6263168010	นางสาวสุชานุช ปะวะเส็ง	117	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
11	6263168011	นางสาวลลภาภา หล้าคำพันธ์	107	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา
12	6263168012	พระสมพงษ์ บัณฑิตเงิน	116	C2	ป.โท จิตวิทยาการปรึกษา

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อผู้วิจัย	นางสาวบุษราคัม รักพวก
วันเดือนปีเกิด	22 พฤศจิกายน 2534
สถานที่เกิด	จังหวัดศรีสะเกษ
E-Mail	Budsaracamkhamso@gmail.com
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2553 – 2557	ปริญญาตรี : สาขาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
พ.ศ. 2562 – 2565	ปริญญาโท : สาขาจิตวิทยาการปรึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนสิริรัตนาร
ตำแหน่ง	ข้าราชการครู