ผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก ต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

นางสาวจันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
ภาควิชาจิตวิทยา
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2532

ISBN 974-569-977-2

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

15533

i17467512

Effects of Assertiveness Training Program on Self-Esteem of Mathayom Suksa Three Students

Miss Janchay Pitaksirikul

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Master of Arts

Department of Psychology

Graduate School

Chulalongkorn University

1989

ISBN 974-569-977-2

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก ต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3
โดย	นางสาวจันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล
ภาควิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.หลุย จำปาเทศ

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชราภัย)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(อาจารย์ ดร.จีน แบรี่)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ วัชรี ทรัพย์มี)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.หลุย จำปาเทศ)

หอสมุดกลาง สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล : ผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (EFFECTS OF ASSERTIVENESS TRAINING PROGRAM ON SELF-ESTEEM OF MATHAYOM SUKSA THREE STUDENTS) อาจารย์ที่ปรึกษา : ผศ.ดร.หลุย จำปาเทศ, 113 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมีสมมุติฐานว่ากลุ่มทดลองที่ได้เข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนสามเสนวิทยาลัย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2531 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย จำนวน 16 คน สุ่มแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เป็นเพศชาย 4 คน และเพศหญิง 4 คน กลุ่มทดลองได้เข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1.00 - 1.30 ชั่วโมง เป็นจำนวน 10 ครั้ง โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำการฝึก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งแปลจากแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ ฉบับใช้กับนักเรียนที่มีอายุระหว่าง 8-15 ปี (Coopersmith Self-Esteem Inventory School Form) และแบบสอบถามประเมินผลการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง การวิจัยนี้ใช้รูปแบบการทดลองสองกลุ่มทดสอบก่อนการทดลองและทดสอบหลังการทดลอง ในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยทดสอบความแตกต่างของคะแนนรวมในครั้งทดสอบก่อนการทดลอง(Pretest) และคะแนนรวมครั้งทดสอบหลังการทดสอง (Posttest) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้การทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่าการเข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกมีผลต่อการเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ภาควิชา จิตวิทยา ลายมือชื่อนิสิต .....

สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา

ปีการศึกษา 2531 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....

JANCHAY PITAKSIRIKUL : EFFECTS OF ASSERTIVENESS TRAINING PROGRAM ON SELF-ESTEEM OF MATHAYOM SUKSA THREE STUDENTS.
THESIS ADVISOR : ASST. PROF. LOUIS CHAMPATHES, Ph.D. 113 pp.

The purpose of this research was to study the effects of an assertiveness training program on the self-esteem of Matayom Suksa three students. The hypothesis tested was that participants in an assertiveness training program, would show an increase in self-esteem scores whereas students in the control group would show no increase. The sample included 16 volunteer students who studied in Mathayom Suksa three at Samsen Wittayalai School. The subjects were randomly assigned to an experimental group and a control group, each group comprising 8 students. The experimental group participated in an assertiveness program, for sessions of between one and one and a half hour, twice a week for a total of 10 sessions. The group leader was the researcher. The instrument used to measure self-esteem was "the Coopersmith Self-Esteem Inventory School Form". The randomized pretest-posttest control group design was used. The statistical method for data analysis was the t-test at the .05 level of significance.

Results show that assertiveness training program participation was effective in increasing self-esteem scores.

ภาควิชา จิตวิทยา ..... ลายมือชื่อนิสิต .....
สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา .....
ปีการศึกษา 2531 ..... ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความเอื้อเฟื้อและความเสียสละจากอาจารย์และผู้มีพระคุณหลายท่าน ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านและขอกราบขอบพระคุณทุก ๆ ท่านด้วยความเคารพยิ่ง ท่านทั้งหลายเหล่านั้น คือ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.หลุย จำปาเทศ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ได้ร่วมเดินทางผ่านอุปสรรคต่าง ๆ กับผู้วิจัยมาโดยตลอด ตั้งแต่เริ่มงานวิจัยจนกระทั่งงานวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โสรีช์ โพธิแก้ว และอาจารย์ ดร.จีน แบรี่ อาจารย์ "ผู้ให้" ซึ่งเปี่ยมด้วยความรัก ความเมตตา ที่กรุณาเสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อให้คำแนะนำ ให้ข้อคิดเห็น ให้ความช่วยเหลือ ให้ความใส่ใจ ตลอดจนให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต และรองศาสตราจารย์ ดร.สวัสดิ์ ประทุมราช ที่กรุณาให้ความรู้และแนะนำด้านการใช้สถิติเพื่อการวิจัย

รองศาสตราจารย์ เดือน สินธุพันธ์ประทุม และคุณสมชาย ตาดโหมด ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือด้านการใช้คอมพิวเตอร์คำนวณหาค่าต่าง ๆ เพื่อสร้างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

คุณพ่อ คุณแม่ ที่คอยห่วงใย เอื้ออาทร และทำให้มีผู้วิจัยในวันนี้

ท่านผู้หญิงวิจิตรา ธนะรัชต์ ที่กรุณาสนับสนุนด้านทุนการศึกษาตลอด 3 ปีการศึกษา

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านผู้อำนวยการ อาจารย์ และนักเรียนโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย และโรงเรียนสามเสนวิทยาลัย ซึ่งให้ความร่วมมือในการทดลองเพื่อการวิจัยเป็นอย่างดี และขอขอบคุณเพื่อน ๆ พี่ ๆ และน้อง ๆ ทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือ คอยติดตามไต่ถาม และให้กำลังใจอยู่เสมอ เฉพาะอย่างยิ่ง พี่มงคล ลีกำเนิดไทย ที่กรุณาสละเวลาช่วยพิมพ์วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ทั้งยังเป็นกำลังใจและเป็นที่ปรึกษาให้แก่ผู้วิจัยตลอดมา ซึ่งผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ท้ายสุดนี้ ขอขอบคุณโอกาสที่ทำให้ผู้วิจัยได้มาเป็นส่วนหนึ่งของสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา และได้ทำวิจัยงานชิ้นนี้จนสำเร็จสมบูรณ์

จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... จ

กิตติกรรมประกาศ ..... ฉ

รายการตารางประกอบ ..... ฌ

บทที่

1 บทนำ 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1

แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐาน 5

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 28

วัตถุประสงค์ของการวิจัย 32

สมมุติฐานของการวิจัย 32

ขอบเขตของการวิจัย 33

คำจำกัดความในการวิจัย 33

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย 34

2 วิธีดำเนินการวิจัยและวิธีรวบรวมข้อมูล 35

กลุ่มตัวอย่างประชากร 35

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 35

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ 37

วิธีการตอบแบบสำรวจ 38

การตรวจให้คะแนนและการคิดคะแนนรวม 38

บทที่ หน้า

เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินประสิทธิภาพโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก 39

ขั้นตอนในการวิจัย 40

3 ผลการวิจัย 46

4 การอภิปรายผลการวิจัย 50

5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ 55

บรรณานุกรม 59

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก 67

ภาคผนวก ข 70

ภาคผนวก ค 88

ภาคผนวก ง 102

ภาคผนวก จ 112

ประวัติผู้วิจัย 113

รายการตารางประกอบ

ตารางที่ หน้า

1 แสดงวัตถุประสงค์ในการฝึก สาเหตุที่หยุดการฝึก และจำนวนผู้เข้ารับการฝึก 43

2 แสดงค่าคะแนนจากแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ค่ามัชฌิมเลขคณิต ($\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (sd) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมครั้งทดสอบก่อนการทดลอง และครั้งทดสอบหลังการทดลอง 46

3 แสดงค่ามัชฌิมเลขคณิต ($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (sd) ของคะแนนครั้งทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม และค่าที (t-test) ของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง ครั้งทดสอบก่อนการทดลอง 48

4 แสดงค่ามัชฌิมเลขคณิต ($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (sd) ของคะแนนครั้งทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม และค่าที (t-test) ครั้งทดสอบหลังการทดลอง ของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง 49

5 แสดงการเปรียบเทียบและความเปลี่ยนแปลงในด้านความกล้าแสดงออก ของผู้รับการฝึกเป็นรายบุคคล ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรม การฝึกความกล้าแสดงออก โดยผู้รับการฝึกเป็นผู้ประเมินตนเอง .. 71

6 แสดงการประเมินการเพิ่มพฤติกรรมการแสดงออกของผู้รับการฝึกเป็น รายบุคคลหลังการเข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก โดยอาจารย์ 3 ท่าน คืออาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์แนะแนวระดับชั้น-มัธยมศึกษาปีที่ 3 และอาจารย์ประจำวิชาสังคมศึกษา เป็นผู้ประเมิน ..78

7 แสดงประโยชน์ที่ผู้รับการฝึกแต่ละคนได้รับนอกเหนือจาก ความกล้าแสดงออก 85

ตารางที่ หน้า

8 ประมวลการประเมินความรู้สึก และข้อคิดเห็นของผู้รับการฝึก เกี่ยวกับเรื่อง 1) ผู้นำการฝึก 2) เนื้อหาที่จัดขึ้น 3) วิธีการฝึก 4) เวลาที่ใช้ 5) สถานที่ 6) จำนวนผู้รับการฝึก 86

9 แสดงคะแนนการตอบไม่ตรงตามความเป็นจริงในการทดสอบก่อน และหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 112