



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การเสนอผลการวิจัยเรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก และความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้ครอบคลุมเนื้อหาสาระที่สำคัญดังนี้

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก และความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังจากเข้ารับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก

#### สมมติฐานของการวิจัย

1. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก จะมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกเพิ่มสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก
2. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก จะมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้จากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเป็ริงราษฎร์บำรุง ตำบลเป็ริง อำเภอบางบ่อ จังหวัดสมุทรปราการ ทั้งชายและหญิง จำนวน 24 คน ซึ่งคัดเลือกจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งหมด 64 คน โดยใช้เกณฑ์ที่ว่าเป็นนักเรียนที่ทำคะแนนต่ำกว่าศูนย์จากแบบประเมินพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก และในขณะเดียวกันก็ได้คะแนนต่ำกว่าค่าเฉลี่ยจากแบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเอง หลังจากนั้นได้แบ่งนักเรียนที่ได้รับการคัดเลือกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยวิธีการจับคู่คะแนน (match by pair) คะแนนที่ได้ใกล้เคียงกัน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย

1. โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก
2. แบบประเมินพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก
3. แบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเอง

## วิธีดำเนินการวิจัย

1. เตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ทั้ง 3 ชนิด และทดลองใช้เครื่องมือเพื่อหาประสิทธิภาพ
2. เตรียมสถานที่และอุปกรณ์ที่ใช้ในการฝึก รวมทั้งติดต่อเจ้าหน้าที่เพื่อควบคุมการใช้อุปกรณ์
3. ทดลองฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก (pilot Study) เพื่อศึกษาปัญหาก่อนที่จะทดลองจริง และให้ผู้วิจัยได้มีทักษะในการดำเนินการฝึกต่อไป
4. ดำเนินการวิจัยโดยมีขั้นตอนดังนี้
  - 4.1 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการสุ่มแบบเจาะจงโดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกและแบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งพิจารณาคะแนนจากเกณฑ์ที่ตั้งไว้ได้นักเรียนที่ต่ำกว่าเกณฑ์ 24 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 12 คน และใช้คะแนนที่นักเรียนได้จากแบบประเมินทั้งสองชนิดจากการทดสอบเพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นคะแนนทดสอบก่อนการทดลอง (pretest)
  - 4.2 ให้กลุ่มทดลองได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ตามวันและเวลาที่กำหนดไว้ในตาราง โดยได้รับการฝึกติดต่อกันเป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมมิได้รับการฝึกแต่อย่างใด
  - 4.3 หลังจากเสร็จสิ้นการฝึก กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบประเมินทั้งสองชนิดอีกครั้ง (posttest) และกลุ่มทดลองให้เขียน ความรู้สึก ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกครั้งนี้ด้วย
  - 4.4 นำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบประเมินทั้ง 2 ชนิด ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลองมาวิเคราะห์

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก และแบบประเมินความเชื่อมั่นในตนเอง
2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยก่อนการฝึกและคะแนนเฉลี่ยหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยการทดสอบค่าที
3. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยก่อนการฝึกและหลังการฝึกของกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที และเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยระหว่างก่อนการฝึกและหลังการฝึกของกลุ่มทดลอง โดยการทดสอบค่าทีเช่นเดียวกัน แล้วนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตาราง
4. เปิดตารางแสดงค่าวิกฤตของ t-distribution (one-tailed test) ที่ระดับนัยสำคัญ .05

### สรุปผลการวิจัย

1. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านการแสดงออกที่เหมาะสมมากขึ้น และมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกไม่มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในด้านความเชื่อมั่นในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อจะศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก และความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังจากที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ซึ่งผลการวิจัยสามารถอภิปรายตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ได้ดังนี้

จากสมมติฐานที่ 1 คือ นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกจะมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก

และจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลสนับสนุนสมมติฐานที่ 1 กล่าวคือ นักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้ารับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแต่ละคนมีคะแนนพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกเปลี่ยนแปลงไปในทางที่สูงขึ้น ส่วนในกลุ่มควบคุมนั้นนักเรียนบางคนมีคะแนนเพิ่มขึ้นบ้างเล็กน้อย แต่เมื่อพิจารณาคะแนนที่เปลี่ยนแปลงเฉลี่ย ปรากฏว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มสูงขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมอีกทั้งเมื่อทดสอบค่าที่ ( $t - test$ ) ระหว่างคะแนนเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ที่ได้จากการประเมินหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จะเห็นว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มสูงขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 3 จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่าการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีผลทำให้นักเรียนที่เข้ารับการฝึกมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกเพิ่มสูงขึ้นซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เอี่ยมจิต ติศรีแก้ว (2524) ที่ได้ศึกษากับนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า นักเรียนหญิงที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีการแสดงออกที่เหมาะสมมากขึ้น และมีการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพแบบเก็บตัวมาเป็นแบบแสดงตัวมากขึ้นและยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ รอทเธอร์วาม อาร์มสตรอง และบูรัม (Rotheram Armstrong and Booram, 1982) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับนักเรียนในระดับเกรด 4 และเกรด 5 ซึ่งเทียบได้เท่ากับนักเรียนในระดับประถมศึกษาตอนปลาย ได้พบว่านักเรียนที่เข้ารับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกได้คะแนนในการตัดสินใจในการแก้ปัญหาเพิ่มสูงขึ้นกว่านักเรียนที่มีได้รับการฝึกและหลังจากนั้น 1 ปี ได้รับการรายงานจากครูประจำชั้นว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึก มีความกระตือรือร้น กล้าพูด กล้าซักถามครูมากขึ้น

การที่นักเรียนที่เข้ารับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกสูงขึ้น อาจมีสาเหตุเนื่องมาจากอิทธิพลของกิจกรรมต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในการฝึก ได้แก่ การให้คำแนะนำหรือการสอนให้ผู้เข้ารับการฝึกได้เรียนรู้ถึงลักษณะของพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก และพฤติกรรมก้าวร้าวว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร มีผลดีผลเสียต่อตนเองอย่างไร และได้เรียนรู้ถึงสิทธิของตนในการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ อย่างเหมาะสมตามหลักเกณฑ์ทางจิตวิทยา โดยที่ไม่ละเมิดกฎระเบียบที่ตั้งไว้ในวัฒนธรรมไทย การที่นักเรียนได้เรียนรู้สิ่งเหล่านี้ จะเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงพฤติกรรมของนักเรียน

เมื่อนักเรียนได้เรียนรู้หลักเกณฑ์ต่าง ๆ จากทฤษฎีแล้ว ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนได้เห็นตัวอย่างพฤติกรรมทั้งสามด้านจากเทปบันทึกภาพที่ผู้วิจัยได้สร้างสถานการณ์ตัวอย่างขึ้นซึ่งช่วยให้

นักเรียนได้เห็นผลดีของการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ซึ่งเรียกได้ว่าเป็น การเรียนรู้จากตัวแบบ โดยที่นักเรียนจะเรียนรู้ โดยการสังเกตแล้วสรุปเป็นหลักเกณฑ์ของ การตอบสนองก็ยิ่ง ทำให้มีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ออกมา (Bandure อ้างถึงใน คัตนางค์ มณีศรี, 2524) นอกจากนี้การเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เขียนเสนอ ปัญหาที่อยากจะแก้ไขของตนเอง เป็นการแสดงให้เห็นว่าผู้วิจัยได้ยอมรับความรู้สึกรู้สึกนึกคิดของ นักเรียนและตรงกับความต้องการของนักเรียนที่เข้ารับการฝึกมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับที่ เคลลี (Kelly, 1955 อ้างถึงใน ถวัลย์ เนียมทรัพย์, 2530) ได้กล่าวว่า การเขียน บทบาทหรือเรื่องราวคร่าว ๆ ไม่ใช่เพื่อแก้ไขข้อบกพร่องของผู้เข้ารับการฝึกทุกอย่าง แต่เป็น การพยายามรวบรวมความคิดของผู้เข้ารับการฝึก เพื่อเป็นประโยชน์ในการฝึก หลังจากนั้น ผู้วิจัยจะช่วยเรียงลำดับปัญหาของแต่ละคนจากปัญหาที่ง่ายไปสู่ปัญหาที่ยากขึ้น แล้วให้นักเรียน ที่เข้ารับการฝึกดำเนินการฝึกจากปัญหาที่ง่ายก่อนแล้วค่อยฝึกปัญหาที่ยากขึ้น เพื่อให้นักเรียน ได้ ประสบความสำเร็จเป็นขั้น ๆ อันจะก่อให้เกิดความมั่นใจ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และ การรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง ซึ่งบัทเลอร์ (Butler, 1976 อ้างถึงใน เอี่ยมจิต ดิศรีแก้ว, 2524) กล่าวว่า การฝึกจากปัญหาที่ง่ายที่สุดไปสู่ปัญหาที่ยากขึ้นตามลำดับ เมื่อผู้ฝึกได้รับความสำเร็จจะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถนำไปสู่การแก้ไขปัญหา ที่ยุ่งยากมากขึ้น ส่วนการฝึกหัดเขียนบทพูด ซึ่งเป็นการวางแผนล่วงหน้าว่าจะพูดอย่างไรกับ อีกฝ่ายหนึ่ง ยังเป็นการฝึกใช้ความคิดก่อนที่จะแสดงพฤติกรรมตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ และยังช่วย ให้สามารถแสดงออกได้ด้วยคามมั่นใจยิ่งขึ้น

เมื่อเขียนบทพูดแล้ว นักเรียนที่เข้ารับการฝึกจะต้องซ้อมบทบาทของพฤติกรรมตาม บทพูดที่เตรียมไว้ ซึ่งเป็นการฝึกฝนให้เกิดทักษะในการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมมากขึ้นทั้งด้าน ภาษาพูดและภาษาท่าทาง จึงเกิดความมั่นใจ หลังจากนั้นนักเรียนจะได้แสดงบทบาทสมมติตาม ที่ซ้อมไว้ และได้รับการให้ข้อมูลย้อนกลับโดยได้เห็นการแสดงของตนเองจากเทปบันทึกภาพ รวมทั้งผู้วิจัยและนักเรียนที่เข้ารับการฝึกได้ช่วยกันอภิปรายถึงพฤติกรรมที่แต่ละคนแสดงนักเรียน จะทราบบทพฤติกรรมที่ตนแสดงออกนั้น ควรปรับปรุงแก้ไขตรงไหนมีข้อดีอย่างไรบ้าง ผู้วิจัย และนักเรียนในกลุ่มจะช่วยให้การเสริมแรงทางบวก โดยการยอมรับ การใช้คำชมเชย ยกย่อง ด้วยบรรยากาศที่อบอุ่นเป็นกันเอง ซึ่งการเสริมแรงทางบวกนี้ จะช่วยทำให้เกิดพฤติกรรม ที่พึงประสงค์มากขึ้น (อัญชัญ, 2528 อ้างถึงใน เสาวนีย์ เปี่ยมสัมฤทธิ์, 2530) และ เดวิด ดับลิว จอห์นสัน (David W. Johnson, 1972 อ้างถึงใน สุปราณี วัฒนธชาติ, 2524) ยังได้กล่าวไว้ว่า การเรียนรู้ทักษะใหม่ใด ๆ ก็ตาม การเห็นชอบของกลุ่มจะเป็น แรงจูงใจและสนับสนุนที่มีพลังมาก และหลังจากการฝึกทุกครั้งจะมีการให้การบ้านให้นักเรียนที่

เข้ารับการฝึกแต่ละคนกลับไปฝึกในสิ่งที่ตนเองยังบกพร่องอยู่ เช่น การประสานสายตา น้ำเสียงในการพูด บางครั้งให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกของผู้อื่น การฝึกฝนด้วยตนเองนี้จะช่วยให้นักเรียนที่เข้ารับการฝึกมีประสบการณ์เพิ่มมากขึ้น

นอกจากเทคนิคต่าง ๆ ดังกล่าวแล้ว การฝึกเป็นกลุ่มยังช่วยให้นักเรียนที่เข้ารับการฝึกมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมากขึ้น เนื่องจากการฝึกเป็นกลุ่มเป็นการนำเอานักเรียนที่มีปัญหาแตกต่างกันมาฝึกร่วมกัน นักเรียนที่เข้ารับการฝึกได้เห็นตัวอย่างสถานการณ์ที่เป็นปัญหาเกี่ยวกับการไม่กล้าแสดงออกของเพื่อนนักเรียนในกลุ่มหลายรูปแบบ นอกจากนั้น แรทส์ และเนวิด (Raths and Nevid, 1978 อ้างถึงไน้ รังสรรค์ เฝิงนู, 2523) ยังได้กล่าวไว้ว่า การฝึกเป็นกลุ่มมีผลดีในแง่ที่ว่า สมาชิกภายในกลุ่มต่างก็ช่วยกันแก้ปัญหาและสร้างความมั่นใจซึ่งกันและกัน สามารถแนะนำ สนับสนุนให้กำลังใจและคำชมเชยตลอดจน สาธิตแบบอย่างพฤติกรรมที่เหมาะสมให้แก่กันได้

ประกอบกับการที่เพื่อนในกลุ่มให้ความสนใจ เอาใจใส่จะทำให้ นักเรียนในกลุ่มเกิดความอบอุ่นใจ ไม่เสียความพยายามในการฝึก และผลดีอีกประการหนึ่งคือ พฤติกรรมที่ได้ฝึกซ้อมต่อหน้าบุคคลอื่น ๆ ในสถานการณ์ที่เป็นมิตรนี้ ช่วยให้บุคคลเตรียมตัวรับสถานการณ์จริงได้ดีกว่าการฝึกตามลำพัง

อาจกล่าวได้ว่า เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ที่กล่าวมาสามารถช่วยให้นักเรียนที่เข้ารับการฝึก ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติจากประสบการณ์จริง จนเกิดความมั่นใจในการแสดงออก ซึ่งทำให้นักเรียนที่เข้ารับการฝึกมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสมมากขึ้น

และจากสมมติฐานที่ 2 คือ นักเรียนที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดง จะมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลจะเห็นได้ว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้ารับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกส่วนใหญ่มีคะแนนไม่เพิ่มขึ้นแต่อย่างใด กลุ่มควบคุมก็มีคะแนนไม่เพิ่มขึ้นเช่นเดียวกัน และเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยด้วยการทดสอบค่าที ของคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการฝึกแล้วปรากฏว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 4 และเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย

ด้วยการทดสอบค่าที่ระหว่างคะแนนก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกันทั้งกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ผลการทดลองไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากความเชื่อมั่นในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นอยู่กับการฝึกหัด ระดับอายุ ระดับพัฒนาการ และกลุ่มผู้ร่วมงาน ตลอดจนสถานการณ์ที่บุคคลนั้นกำลังเผชิญอยู่ (ชูชีพ อ่อนโคกสูง, 2516) สาขาต่างๆ ๆ ดังกล่าวสามารถนำมาพิจารณาได้ ดังนี้

ประการแรก การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกนั้น กิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดให้ได้เน้นการฝึกในด้านกรมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นเท่านั้น ส่วนความเชื่อมั่นในตนเองจะต้องฝึกพื้นฐานด้านอื่น ๆ ประกอบด้วย ดังที่ สมิต อาชวโงกุล (2526 อ้างถึงใน สุนีรัตน์ ฤทธิ์ธงชัยเลิศ, 2530) ได้กล่าวถึงการฝึกความเชื่อมั่นในตนเองพอสรุปได้ว่าความเชื่อมั่นในตนเองจะต้องเกิดจากความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากการที่ได้ต่อสู้กับอุปสรรคในการทำงานทุกด้าน มิใช่ประสบความสำเร็จเพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น ดังนั้นจึงอาจเป็นไปได้ว่าการจัดกิจกรรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกให้แก่นักเรียนเพียงอย่างเดียวไม่อาจช่วยให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

และเมื่อพิจารณาระดับอายุของนักเรียนซึ่งมีอายุเฉลี่ย 12 ปี ก็พบว่า เด็กในวัยนี้ ความเชื่อมั่นในตนเองไม่ปรากฏชัดเจน ฉะนั้นการวัดความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กจึงอาจได้ผลไม่แน่นอน โดยผลที่ได้อาจคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริงได้ง่าย (Breckenridye, 1955 อ้างถึงใน สุรเกียรติ ลิ้มเจริญ, 2523) และเมื่อผู้วิจัยได้ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง จากทฤษฎีของอีริคสัน พบว่า เด็กในวัยนี้ เป็นวัยที่ได้ผ่านระยะการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองมาแล้ว ซึ่งถ้าได้รับการพัฒนามาด้วยดีวัยนี้ก็จะมีความเชื่อมั่นในตนเอง แต่ถ้าตลอดเวลาที่ผ่านมามีเด็กไม่ได้รับการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อถึงช่วงนี้การพัฒนาก็จะเป็นไปได้ยากขึ้น และเมื่อศึกษาถึงลักษณะการอบรมเลี้ยงดูบุตรหลานของคนไทย ยังพบว่า 50 กว่าเปอร์เซ็นต์ ของบิดามารดา หรือผู้ปกครองยังมีลักษณะอำนาจนิยมอยู่ (เรืองรัตน์ ปัญญาขง, 2525) ซึ่งการที่ผู้ใหญ่ยังนิยมใช้อำนาจในการปกครองเด็กอยู่ก็เท่ากับเป็นการขัดขวางการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของเด็ก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุรเกียรติ ลิ้มเจริญ (2523) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นในตนเองกับความมีระเบียบวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่าระเบียบวินัยแบบประชาธิปไตย มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อมั่นในตนเอง และจากการสัมภาษณ์นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมสามารถนำมาประมวลได้ว่า 70 เปอร์เซ็นต์

ของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ยังได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบค่อนข้างใช้อำนาจอยู่ เช่น ถ้าไม่ทำตามคำสั่งของผู้ปกครองก็จะถูกลงโทษ การอธิบายเหตุผลบางอย่างยังถือว่าเป็นการเถียงผู้ใหญ่ และถึงแม้ว่าโรงเรียนที่ทำการวิจัยจะเป็นโรงเรียนที่มีโครงการประชาธิปไตยในโรงเรียน แต่เมื่อเด็กกลับสู่สิ่งแวดล้อมที่บ้าน เด็กยังพบกับการเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันหรือยังใช้อำนาจอยู่ จึงมีผลทำให้นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างยังไม่สามารถเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพทางด้านนี้ได้อย่างเห็นได้ชัดและเกิดความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิจัยครั้งนี้จึงสรุปได้ว่า การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกสามารถทำให้นักเรียนที่เข้ารับการฝึก มีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมากขึ้น แต่ไม่สามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนที่เข้ารับการฝึกให้เพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้

#### ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการสร้างแบบสังเกตเพื่อใช้ประเมินพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก โดยครูประจำชั้นเป็นผู้สังเกตควบคุมไปด้วย เพื่อศึกษาดูว่าพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกของนักเรียนในขณะทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น จะสอดคล้องกับคะแนนที่ได้จากแบบประเมินหรือไม่
2. การถ่ายทำเทปโทรทัศน์ ในขณะที่นักเรียน แสดงบทบาทสมมติไม่ควรถ่ายทำให้นักเรียนรู้ตัว เพราะจะทำให้นักเรียนเกิดอาการตื่นเต้น ประหม่า จนการแสดงออกไม่เป็นไปอย่างธรรมชาติ
3. ควรจะลองนำเอาวิธีการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกไปใช้ในการปรับพฤติกรรมด้านอื่น ๆ บ้าง เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว เด็กที่ชอบเก็บตัว เป็นต้น