

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ



วัตถุประสงค์ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อจะศึกษาว่าหลังจากที่นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแล้วจะทำให้

๑. นักศึกษาหญิงมีความเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางการแสดงออกที่เหมาะสม หรือไม่ เพียงใด
๒. นักศึกษาหญิงเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพจากแบบเก็บตัว (Introvert) เป็นแบบแสดงตัว (Extravert) หรือไม่ เพียงใด
๓. นักศึกษาหญิงเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพจากการมีไมตรีสัมพันธ์สูงมาเป็นแบบมีไมตรีสัมพันธ์ต่ำลงหรือไม่ เพียงใด

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาหญิงที่มีอายุระหว่าง ๑๘-๒๒ ปี หรือมีอายุเฉลี่ย ๑๘ ปี ๘ เดือน จำนวน ๓๐ คน จากคณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ซึ่งลงทะเบียนเรียนวิชาเคมีปฏิบัติ ๑ ประจำภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๒๒ นักศึกษาหญิงเหล่านี้ ได้รับการคัดเลือกจากผู้ทำอาสาสมัครซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มประชากร จำนวน ๑๔๔ คน ด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายจากกลุ่มที่มีคะแนนของ "แบบสอบถามความกล้าแสดงออกระดับวิทยาลัย" และแบบสำรวจบุคลิกภาพทางด้านเก็บตัว - แสดงตัวต่ำกว่าค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = 98$ และ 222 คะแนนตามลำดับ) แต่มีคะแนนของเครื่องมือวัดความนิยมทางไมตรีสัมพันธ์สูงกว่าค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = 72$ คะแนน) ต่อจากนั้นจึงแบ่งผู้ที่ได้รับการคัดเลือกแล้วออกเป็น ๒ กลุ่มคือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ ๑๕ คน ด้วยวิธีการสุ่มแบบง่ายเช่นเดียวกัน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- ๑. "แบบสอบวัดความกล้าแสดงออกในระดับวิทยาลัย" ซึ่งผู้วิจัยได้แปลและดัดแปลงจาก The College Self Expression Scale ของ John P. Galassi, James S. DeLo, Merna D. Galassi และ Sheila Bastain ซึ่งมีจำนวน ๔๐ ข้อ แต่ละข้อเป็นแบบมาตราประเมินค่า (Rating Scale) ตาม Likert Scale Format
- ๒. แบบสำรวจบุคลิกภาพทางด้านเก็บตัว - แสดงตัว ซึ่งสร้างโดย ชูศักดิ์ ชัมภสิทธิ์ มีจำนวน ๔๘ ข้อ แต่ละข้อเป็นแบบมาตราประเมินค่า (Rating Scale) มี ๗ ระดับด้วยกัน
- ๓. เครื่องมือวัดค่านิยมทางโมคริซึมพันธ์ ซึ่งสร้างโดย ดร.วีรยุทธ วิเชียรโชติและคณะ ซึ่งมีจำนวน ๒๘ ข้อ แต่ละข้อมีตัวเลือก ๔ ตัวเลือก

การดำเนินการวิจัย

- ๑. เตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ซึ่งได้แก่ แบบสอบ ๓ ชนิด เทปบันทึกภาพพร้อมอุปกรณ์และเจ้าหน้าที่ควบคุมอุปกรณ์ และสถานที่
- ๒. ทดลองใช้แบบสอบเพื่อหาความเชื่อมั่น
- ๓. ทดลองการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก (Pilot Study) ๒ ครั้ง เพื่อฝึกให้มีทักษะในการดำเนินการฝึกเพื่อการวิจัยต่อไป
- ๔. ดำเนินการวิจัย โดยมีขั้นตอนดังนี้
 - ๔.๑. กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มตอบแบบสอบทั้ง ๓ ชนิด เป็นครั้งที่ ๑ (Pretest)
 - ๔.๒. สักเลือกกลุ่มตัวอย่างจากแบบสอบทั้ง ๓ ชนิด โดยพิจารณาจากเกณฑ์ที่ตั้งไว้ และสุ่มมา ๓๐ คน แบ่งเป็น ๒ กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ ๑๕ คน
 - ๔.๓. ให้กลุ่มทดลองได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก โดยแบ่งเป็น ๒ กลุ่ม กลุ่มที่ ๑ จำนวน ๗ คน และกลุ่มที่ ๒ จำนวน ๘ คน ทั้ง ๒ กลุ่มได้รับการฝึกสังเกตว่าสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง ครั้งละประมาณ ๒ ชั่วโมง เป็นเวลา ๔ สัปดาห์ติดต่อกัน
 - ๔.๔. หลังจากเสร็จสิ้นการฝึกแล้ว กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มควบคุมและ กลุ่มทดลองตอบแบบสอบทั้ง ๓ ชนิดเป็นครั้งที่ ๒ (Posttest)

๕. ตรวจให้คะแนนคำตอบจากแบบสอบทั้ง ๓ ชนิด แล้วนำคะแนนทั้ง ๒ ครั้งมารีเคราะห้

การวิเคราะห์ข้อมูล

๑. หาคะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของ "แบบสอบวัด-
ความกล้าแสดงออกระดับวิทยาลัย" แบบสำรวจบุคลิกภาพทางด้านเก็บตัว - แสดงตัว และเครื่องมือ
วัดค่านิยมทางไมตรีสัมพันธ์

๒. จากแบบสอบแต่ละชนิดใช้ t-test เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ย
ก่อนการฝึก (Pretest) และคะแนนเฉลี่ยหลังการฝึก (Posttest) ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง
และเฉพาะคะแนนเฉลี่ยระหว่างก่อนการฝึกและหลังการฝึกของกลุ่มทดลอง แล้วเสนอในรูปแบบของตาราง

๓. เปิดตารางแสดงค่าวิกฤติของ t-distribution (one-tailed test)
ที่ระดับนัยสำคัญ .๐๑

ผลการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

๑. นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีการเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมทางด้าน การแสดงออกที่เหมาะสมและ เปลี่ยนได้มากกว่านักศึกษาหญิงที่ไม่ได้รับการฝึกอย่าง
มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

๒. นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีการ เปลี่ยนบุคลิกภาพ
จากแบบเก็บตัว เป็นแบบแสดงตัวมากขึ้นและมากกว่านักศึกษาหญิงที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ .๐๑

๓. นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีการ เปลี่ยนบุคลิกภาพ
จากมีไมตรีสัมพันธ์สูง เป็นมีไมตรีสัมพันธ์ต่ำลง และ เปลี่ยนได้มากกว่านักศึกษาหญิงที่ไม่ได้รับการฝึกอย่าง
มีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๑

ข้อเสนอแนะ

๑. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

๑.๑ ควรจะมีการติดตามผลผู้ที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก เมื่อเวลาผ่านไปเป็นระยะ ๓ เดือน, ๖ เดือน หรือ ๑ ปี เพื่อจะได้ศึกษาว่ามีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหรือไม่

๑.๒ ควรจะศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อผู้เข้ารับการรับการฝึกในด้านอื่น ๆ เช่น ความวิตกกังวล ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นต้น เพราะผู้วิจัยสังเกตเห็นว่า ก่อนการฝึก ผู้เข้ารับการฝึกมีความวิตกกังวล และไม่ค่อยเชื่อมั่นในตนเองมาก แต่เมื่อสิ้นสุดการฝึกแล้ว ทำให้พฤติกรรมดังกล่าวของผู้เข้ารับการฝึกหมดไป

๑.๓ ควรจะศึกษาเปรียบเทียบระหว่างการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก โดยการใช้เทปบันทึกภาพ (Videotape) การใช้เทปบันทึกเสียง (Audiotape) และการป้อนกลับ (Feedback) ของผู้นำกลุ่มและสมาชิกของกลุ่ม เพราะการใช้เทปบันทึกภาพนั้นใช้ได้เฉพาะในห้องที่จัดเตรียมไว้โดยเฉพาะ พร้อมอุปกรณ์อื่น ๆ ที่ต้องใช้ประกอบกันและมีราคาแพงมาก ดังนั้นถ้าผลการวิจัยจากการใช้อุปกรณ์ทั้ง ๒ ชนิดไม่แตกต่างกันแล้วก็จะสามารถใช้แทนกันได้ ซึ่งจะช่วยให้สะดวกในการฝึกตามสถานที่ต่าง ๆ และสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายน้อยลง

๑.๔ ควรจะศึกษาเปรียบเทียบผลระหว่างการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก โดยที่สมาชิกในกลุ่ม เป็นหญิงทั้งหมดกับสมาชิกในกลุ่มที่มีทั้งหญิงและชาย เพราะในการฝึกดังกล่าว บางครั้ง เป็นปัญหาที่จะต้องเกี่ยวข้องกับเพศตรงข้ามด้วย ทำให้มีความลำบากในการหาตัวอย่าง (Modeling) ที่เป็นเพศตรงข้าม

๑.๕ ควรจะมีการศึกษาโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแบบต่าง ๆ และนำมาปรับปรุงใช้ให้เหมาะสมกับวัย ระดับการศึกษาของผู้เข้ารับการฝึกและลักษณะของสังคมไทย

๒. ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้

๒.๑ หน่วยแนะแนวของสถาบันการศึกษาต่าง ๆ เช่น โรงเรียน วิทยาลัย และ มหาวิทยาลัย ควรจะจัดการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก (Assertive Training)

เป็นส่วนหนึ่งของการบริการทางด้านการปรึกษา ช่วยเหลือผู้เรียนที่มีปัญหาทางด้านการแสดงออก เพื่อช่วยให้บุคคลเหล่านั้นได้รู้จักการแสดงออกที่เหมาะสมทั้งทางด้านความคิดและการกระทำอันจะมีผลต่อความคิดริเริ่มที่ดีต่อไป และเป็นการช่วยให้ผู้เรียนได้บรรลุเป้าหมายตามแผนการศึกษาแห่งชาติ ระยะที่ ๔ (๒๕๖๐-๒๕๖๔) ด้วย และในขณะเดียวกันเพื่อให้ครูแนะแนวได้เข้าใจในการฝึกดังกล่าว เพื่อนำไปช่วยเหลือผู้เรียนต่อไปได้ด้วยดี จึงควรจะบรรจุโปรแกรมการฝึกนี้ไว้เป็นส่วนหนึ่งของ หลักสูตรด้วย

๒.๒ สถาบันหรือสมาคมที่ส่งเสริมด้านการแสดงออก ควรจัดโปรแกรมดังกล่าว บริการชุมชนด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การส่งเสริมพัฒนาสตรีไทยควรจัดบริการอย่างยิ่งเพื่อ จะได้ช่วยสตรีไทยได้พัฒนาบุคลิกภาพต่อไป



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย