

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย และวิธีรวบรวมข้อมูล

รูปแบบของการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้รูปแบบการวิจัยที่เรียกว่า "การทดลองแบบทดสอบก่อนและหลังการทดลอง โดยมีกลุ่มควบคุม" (Pretest-Posttest Control Group Design)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นหัวหน้างาน หัวหน้าหน่วย หรือหัวหน้าแผนกของบริษัท อาร์ เอ็ม กรุ๊ป จำกัด ที่มีอายุงานไม่ต่ำกว่า 1 ปี อายุระหว่าง 23-35 ปี ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้จากการประชาสัมพันธ์การจัดกลุ่มการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมให้หัวหน้างานของบริษัททราบ และให้ผู้ที่มีความประสงค์สมัครใจเข้ารับการฝึกลงชื่อเข้ารับการฝึก ต่อจากนั้นจึงสัมภาษณ์ผู้สมัครทุกคนเกี่ยวกับความคาดหวังที่ต้องการจากการเข้ารับการฝึกครั้งนี้ ความไม่สบายใจหรืออึดอัดใจที่เกี่ยวกับการแสดงออกบางอย่างของตนเอง และความสามารถในการเข้าร่วมการฝึกได้ทุกครั้งหรือไม่อย่างไร เป็นต้น เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่มีความเหมาะสมในการเข้ารับการฝึกมากที่สุด แล้วสุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ออกเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มและกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองมีเพศชาย 6 คน และเพศหญิง 2 คน ส่วนกลุ่มควบคุมมีเพศชาย 5 คนและเพศหญิง 3 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ เป็นแบบประเมินพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและแบบสอบถามพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งมีรายละเอียดของเครื่องมือทั้งสองดังนี้

1. แบบประเมินพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นแบบประเมินที่ผู้วิจัยแปลจากแบบประเมิน FIRO-B ของ Schutz (1967 : 3-5) ซึ่งได้สร้างขึ้นเมื่อปี ค.ศ. 1958 โดยมีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อประเมินพฤติกรรมของแต่ละบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคล และเพื่อเป็นเครื่องมือที่จะใช้ในการทำนายผลเกี่ยวกับการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันของบุคคล โดยมีการประเมินพฤติกรรมใน 2 ลักษณะ คือ ประเมินพฤติกรรมที่แสดงออกต่อผู้อื่น

และประเมินพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน ทั้งนี้โดยยึดหลัก "ทฤษฎีพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3 ด้าน" (A Three-Dimensional Theory of Interpersonal Behavior) ซึ่งจะประเมินพฤติกรรมความต้องการความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3 ด้าน คือ การมีส่วนร่วม (Inclusion) การควบคุม (Control) และการผูกพัน (Affection) ซึ่ง Schutz ได้แสดงรายละเอียดไว้ ดังนี้

ตารางที่ 3 แสดงรายละเอียดพฤติกรรมความต้องการความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3 ด้าน

ความต้องการ พฤติกรรมด้าน	แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed)	ให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted)
(I) การมีส่วนร่วม (Inclusion)	(EI) พยายามที่จะให้ผู้อื่นเข้าร่วม ในกิจกรรมต่าง ๆ ของตน และทำให้ผู้อื่นอยากรับตนเข้า ร่วมในกิจกรรมต่างๆ กับเขา พยายามเป็นเจ้าของกลุ่ม เข้าร่วมกลุ่มสังคมและอยู่กับ ผู้คนให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้	(WI) ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับตน เข้าร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของเขา และ ชักชวนตน ร่วมเป็นเจ้าของกลุ่ม แม้ว่า ตนเองไม่ได้ใช้ความพยายาม เพื่อให้ได้รับการยอมรับนั้นก็ ตาม
(C) การควบคุม (Control)	(EC) พยายามที่จะควบคุมและมี อิทธิพลเหนือสิ่งต่าง ๆ จัดการและบอกให้ผู้อื่นทำสิ่ง ต่าง ๆ	(WC) ต้องการให้ผู้อื่นควบคุมและมี อิทธิพลเหนือตนเอง ต้องการให้ผู้อื่นบอกตนให้ทำ สิ่งต่าง ๆ
(A) การผูกพัน (Affection)	(EA) พยายามที่จะใกล้ชิดกับผู้คน แสดงออกซึ่งความเป็นมิตร ความรู้สึกผูกพัน พยายามมี ความสัมพันธ์ที่เป็นส่วนตัวและ สนิทสนมกับผู้อื่น	(WA) ต้องการให้ผู้อื่นแสดงความ เป็นมิตร ความรู้สึกผูกพัน และสัมพันธ์ใกล้ชิดกับตน

1.1 ลักษณะของแบบประเมิน แบบประเมิน FIRO-B ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 54 ข้อ สร้างขึ้นตามวิธีการของ กัตต์แมน (Guttman Technique) เพื่อการวิเคราะห์สเกลแบบสะสม (Cumulative Scale) ซึ่งเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพและมีความเป็นไปได้ดีกว่าวิธีอื่น ๆ (Schutz 1967 : 3) สเกลเหล่านี้ประกอบด้วยข้อย่อยที่มีระดับแตกต่างกันไปตามลำดับตามความมากน้อยอย่างต่อเนื่องกัน โดยผู้ตอบแบบประเมินจะได้ 1 คะแนนถ้าเลือกสเกลได้ตรงกับแบบที่เฉลยไว้ แต่ถ้าเลือกไม่ตรงกับแบบที่เฉลยไว้ก็จะไม่ได้คะแนน

ข้อคำถามของแบบประเมิน FIRO-B แบ่งออกได้เป็น 6 ด้าน ซึ่งแต่ละด้านจะประกอบด้วยข้อคำถาม 9 ข้อ ดังนี้

ด้านที่ 1 พฤติกรรมด้านการมีส่วนร่วมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Inclusion หรือ EI) ได้แก่ข้อคำถามที่ 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, และ 16

ด้านที่ 2 พฤติกรรมด้านการมีส่วนร่วมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Inclusion หรือ WI) ได้แก่ข้อคำถามที่ 28, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 48, และ 51

ด้านที่ 3 พฤติกรรมด้านการควบคุมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Control หรือ EC) ได้แก่ข้อคำถามที่ 30, 33, 36, 41, 44, 47, 50, 53, และ 54

ด้านที่ 4 พฤติกรรมด้านการควบคุมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Control หรือ WC) ได้แก่ข้อคำถามที่ 2, 6, 10, 14, 18, 20, 22, 24 และ 26

ด้านที่ 5 พฤติกรรมด้านการผูกพันที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Affection หรือ EA) ได้แก่ข้อคำถามที่ 4, 8, 12, 17, 19, 21, 23, 25, และ 27

ด้านที่ 6 พฤติกรรมด้านการผูกพันที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Affection หรือ WA) ได้แก่ข้อคำถามที่ 29, 32, 35, 38, 40, 43, 46, 49, และ 52

1.2 คุณภาพของแบบประเมิน แบบประเมิน FIRO-B นี้ Schutz ได้ศึกษาเกี่ยวกับค่าความตรงและความเชื่อมั่นไว้ ดังนี้คือ

1.2.1 ความตรง (Validity)

1.2.1.1 ความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

เนื่องจากแบบประเมิน FIRO-B นี้ มีวิธีการสร้างตามหลักการของ กัตต์แมนสเกล (Guttman Scale) สามารถประเมินได้ในเรื่องหรือมิติเดียวกันตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการประเมิน จึงนับได้ว่ามีความตรงตามเนื้อหาที่น่าพอใจ (Schutz 1967 : 6) นอกจากนี้ Gluck (1983 : 19) ได้กล่าวถึงความตรงตามเนื้อหาของแบบประเมิน FIRO-B ว่าข้อคำถามมีความกระชับรัดและเจาะจงในสิ่งที่ต้องการ ทำให้แบบประเมินมีความหมายที่ชัดเจน ซึ่งเขาได้สรุปว่าแบบประเมินนี้มีความตรงตามเนื้อหาที่ใช้ได้ (Adequate Content Validity)

1.2.1.2 ความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

การวิจัยหลายสาขาได้นำแบบประเมิน FIRO-B นี้ไปใช้อย่างกว้างขวาง ซึ่งผลจากการวิจัยในสาขาต่าง ๆ ดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าแบบประเมินนี้มีความตรงตามสภาพ นอกจากนี้แบบประเมินนี้สามารถเปรียบเทียบพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของตัวแปรที่ศึกษา โดย Schutz (1967 : 6-8) ได้นำแบบสอบถามนี้ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่าง ๆ กัน เช่น พนักงานขายของ นักศึกษา พยาบาล นักบริหาร สถาปนิก และนักจิตวิทยา เป็นต้น ผลการประเมินสามารถแสดงให้เห็นความแตกต่างระหว่างกลุ่มอาชีพต่าง ๆ ได้อย่างชัดเจนและมีความสอดคล้องกับกลุ่มอาชีพนั้น ๆ ด้วย Schutz จึงสรุปว่าแบบประเมิน FIRO-B นี้มีความตรงตามสภาพ

1.2.2 ความเชื่อมั่น (Reliability)

1.2.2.1 ค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายใน (Coefficient of Internal Consistency) Schutz ได้หาค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมิน FIRO-B โดยหาค่า Coefficient of Reproducibility จากกลุ่มตัวอย่างที่ส่วนใหญ่เป็นเป็นนักศึกษาวิทยาลัยและบางส่วนเป็นทหารอากาศจำนวน 1534 คน ได้ค่า Coefficient of Reproducibility ซึ่งแบ่งออกเป็นแต่ละด้านได้ดังนี้ Expressed Inclusion = .94, Wanted Inclusion = .94, Expressed Control = .93, Wanted Control = .94, Expressed Affection = .94, และ Wanted Affection = .94 (Schutz 1967 : 5) ซึ่งค่าดังกล่าวนี้ Gluck (1983 : 8) กล่าวว่า เป็นค่าคะแนนที่ได้จากการวัดซ้ำซึ่งผู้ตอบสามารถตอบคำถามแต่ละข้อได้โดยอาศัยคำตอบเดิมจากการตอบคำถามในครั้งก่อน ดังนั้นค่าสัมประสิทธิ์ดังกล่าวจึงไม่อาจนำมาใช้เป็นมาตรฐานของแบบประเมินนี้ได้อย่างแท้จริง ซึ่งต่อมา Helmstadter (1964 quoted in Gluck 1983 : 12) ได้หาค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายใน (Coefficient of Internal Consistency) ของแบบประเมิน FIRO-B ด้วยวิธีของ Kuder-Richardson (KR-20) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่เรียนกฎหมายจำนวน 380 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบ่งออกเป็นแต่ละด้านดังนี้ Expressed Inclusion = .65, Wanted Inclusion = .91, Expressed Control = .81, Wanted Control = .68, Expressed Affection = .70, และ Wanted Affection = .52

1.2.2.2 ค่าสัมประสิทธิ์ของความคงที่ (Coefficient of Stability) Schutz ได้หาค่าสัมประสิทธิ์ของความคงที่จากกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาฮาร์วาร์ดจำนวน 112 คน และได้เว้นระยะห่างของการทดสอบในกลุ่มตัวอย่างเดิมเป็นเวลา 1 เดือน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ของความคงที่แบ่งออกเป็นแต่ละด้านได้ดังนี้ Expressed Inclusion = .82, Wanted Inclusion = .75, Expressed Control = .74, Wanted Control = .71, Expressed Affection = .73, และ Wanted Affection = .80 (Schutz 1967 : 5)

จากค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายใน และค่าสัมประสิทธิ์ของความคงที่ดังกล่าว แสดงให้เห็นได้ว่าแบบประเมิน FIRO-B มีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับค่อนข้างสูง

2. แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองตามหลักการและแนวคิดทฤษฎีของพฤติกรรมกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม ทั้งนี้เพื่อประเมินผลของการฝึกกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมว่า ผู้รับการฝึกมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมเพิ่มขึ้นหรือไม่อย่างไร

2.1 ลักษณะของแบบสอบถาม แบบสอบถามนี้เป็นแบบรายงานด้วยตนเอง ซึ่งประกอบด้วยคำถาม 2 ด้าน คือ ด้านวัจนภาษา เช่น การกล่าวทักทาย การกล่าวยกย่องชมเชย การกล่าวปฏิเสธ และการกล่าวขอร้อง ได้แก่ข้อคำถามที่ 1-8 และด้านอวัจนภาษา เช่น การประสานสายตา(การสบสายตา) น้ำเสียง การวางท่าทาง และการแสดงสีหน้า ได้แก่ข้อคำถามที่ 9-15 ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่าแบบ Likert Type Scale) มี 6 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ค่อนข้างมาก ค่อนข้างน้อย น้อย และน้อยที่สุด การให้คะแนนจะเป็น 6 5 4 3 2 1 ตามลำดับ

2.2 คุณภาพของแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ทดสอบความตรง หาค่าอำนาจจำแนก และหาค่าความเชื่อมั่น ซึ่งได้แสดงรายละเอียดไว้ในหัวข้อขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. แบบประเมินพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผู้วิจัยได้ทดสอบความตรง และได้หาค่าความเชื่อมั่น ดังนี้

1.1 ความตรงตามเนื้อหาของการแปล ผู้วิจัยได้แปลแบบประเมิน FIRO-B ทั้งหมดแล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน คือ รศ.ดร.พรณราย ทรันยะประกา รศ.ดร. หลุย จำปาเทศ รศ.สุภาพรรณ โคตรจรัส และดร.จีน แบร์รี่ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาเกี่ยวกับภาษาทางการแปล พร้อมทั้งเสนอแนะในการแก้ไขเพื่อให้มีความตรงตามเนื้อหาของการแปลมากที่สุด ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการตามแล้วนำแบบประเมินที่ได้แก้ไขปรับปรุงแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบอีกครั้งหนึ่ง

1.2 ความเชื่อมั่น ผู้วิจัยได้นำแบบประเมินที่ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแล้วไปทดสอบกับหัวหน้างานของ บริษัท ไทยภัณฑุ์อุตสาหกรรมสิ่งทอ จำกัด และ บริษัท เจ.ซี.การนิมน์ จำกัด จำนวนทั้งสิ้น 30 คน แล้วนำค่าคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายในตามวิธีของ Kuder-Richardson (KR-20) ซึ่งได้ค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายในแบ่งออกเป็นแต่ละด้านดังนี้คือ Expressed Inclusion = .59, Wanted Inclusion = .66, Expressed Control = .56, Wanted Control = .65, Expressed Affection = .61, และ Wanted Affection = .63

จะเห็นได้ว่าแบบประเมินที่ผู้วิจัยแปลและตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิฉบับนี้ มีระดับความเชื่อมั่นที่น่าพึงพอใจ และเมื่อเปรียบเทียบกับที่ Helmstadter ได้ศึกษาไว้โดยใช้สูตร KR-20 จะเห็นได้ว่าค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายในมีค่าใกล้เคียงกัน ดังนี้

ตารางที่ 4 แสดงการเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายในของ Helmstadter กับของผู้วิจัย

ด้าน	KR-20 Helmstadter	KR-20 ผู้วิจัย
การมีส่วนร่วมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Inclusion)	.65	.59
การมีส่วนร่วมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Inclusion)	.91	.66
การควบคุมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Control)	.81	.56
การควบคุมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Control)	.68	.65
การผูกพันที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Affection)	.70	.61
การผูกพันที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Affection)	.52	.63

2. แบบสอบถามพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม

2.1 ความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ได้จัดทำขึ้นตามหลักการและแนวคิดทฤษฎีของพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมจำนวน 20 ข้อ ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน คือ รศ.ดร.พรณราย ทรัพย์ประภา รศ.ดร.หลุย จำปาเทศ และดร.จีน แบร์รี่ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา พร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.2 อำนาจจำแนก เนื่องจากแบบสอบถามนี้มีข้อคำถามเป็นแบบ Likert Type Scale ซึ่งผู้ตอบจะได้ค่าคะแนนตั้งแต่ 1-6 จึงต้องมีการหาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามแต่ละข้อ (รัตนา ศิริพานิช 2533 : 158-159) โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้ตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิไปทดสอบกับหัวหน้างานของบริษัท ตริอรรถบุรณเฑาะฏสาทรกรรม จำกัด จำนวน 25 คน แล้วนำค่าคะแนนที่ได้มาหาค่าอำนาจจำแนกโดยใช้ร้อยละ 25 ของกลุ่มต่ำ และร้อยละ 25 ของกลุ่มสูง แล้วทดสอบค่าอำนาจจำแนกของแต่ละข้อคำถามด้วยค่าที (t-test) จากนั้นคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่า t ตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป ซึ่งได้ข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกที่ใช้ได้ทั้งสิ้นจำนวน 15 ข้อ เป็นด้านวัจนะภาษา 8 ข้อ และด้านอวัจนะภาษา 7 ข้อ

2.3 ความเชื่อมั่น ผู้วิจัยได้นำค่าคะแนนของแบบสอบถามที่ได้จากการทดสอบหัวหน้างานของบริษัท ตริอรรถบุรณเฑาะฏสาทรกรรม จำกัด เฉพาะข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกที่ใช้ได้ดังกล่าวข้างต้นมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยวิธี Coefficient Alpha (α) ทั้งนี้เนื่องจากค่าคะแนนของคำตอบเป็นแบบ Likert Type Scale (รัตนา ศิริพานิช 2533 : 182-183) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.89 แสดงว่าแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นซึ่งตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิและมีอำนาจจำแนกฉบับนี้ มีความเชื่อมั่นค่อนข้างสูง

วิธีการตอบและการตรวจให้คะแนน

1. แบบประเมินพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การตอบแบบประเมินนี้ผู้ตอบจะต้องเลือกคำตอบเพียงตัวเดียวจากคำตอบที่มี 6 ตัวเลือก ซึ่งมีอยู่ 2 ชุดคำตอบดังนี้ ชุดที่ 1 คือ 1 เป็นประจำ 2 บ่อยครั้ง 3 บางครั้ง 4 นาน ๆ ครั้ง 5 น้อยมาก 6 ไม่เคยเลย เป็นตัวเลือกคำตอบของข้อคำถามที่ 1-16 และ ข้อคำถามที่ 41-54 ชุดที่ 2 คือ 1 คนส่วนมาก 2 หลายคน 3 บางคน 4 น้อยคน 5 หนึ่งหรือสองคน 6 ไม่มีสักคน เป็นตัวเลือกคำตอบของข้อคำถามที่ 17-27 และ ข้อคำถามที่ 28-40 โดยขอให้ผู้ตอบเลือกคำตอบให้ตรงกับพฤติกรรมที่ตนเองได้ปฏิบัติจริง แล้วใส่ตัวเลขของคำตอบนั้นลงในช่องว่างหน้าข้อคำถามแต่ละข้อ ส่วนการให้คะแนนจะยึดถือตามแบบเฉลยของแบบประเมิน FIRO-B ที่ได้กำหนดไว้ ซึ่งผู้ที่เลือกคำตอบได้ตรงกับแบบเฉลยก็จะได้ 1 คะแนน แต่ถ้าเลือกคำตอบไม่ตรงกับแบบเฉลยก็จะไม่ได้คะแนนใด ๆ (คะแนนเป็น 0) แบบประเมินและแบบเฉลยได้แสดงไว้แล้วในภาคผนวก การรวมคะแนนจะแยกออกเป็น 6 ด้าน คือ

- 1) ด้านการมีส่วนร่วมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (EI)
- 2) ด้านการมีส่วนร่วมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (WI)
- 3) ด้านการควบคุมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (EC)
- 4) ด้านการควบคุมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (WC)
- 5) ด้านการผูกพันที่ต้องการแสดงออกต่อผู้อื่น (EA)
- 6) ด้านการผูกพันที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (WC)

2. แบบสอบถามพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม การตอบแบบสอบถามนี้ผู้ตอบจะต้องเลือกคำตอบเพียงตัวเดียวเช่นกันจากคำตอบที่มีสเกล 6 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ค่อนข้างมาก ค่อนข้างน้อย น้อย น้อยที่สุด โดยให้ผู้เลือกตอบเขียนเครื่องหมาย ✓ ในช่องตัวเลือกให้ตรงกับพฤติกรรมการแสดงออกที่ตนเองได้ปฏิบัติจริง ส่วนการให้คะแนน จะให้คะแนนตามลำดับความมากน้อยของตัวเลือก คือ มากที่สุด ได้ 6 คะแนน มาก ได้ 5 คะแนน ค่อนข้างมาก ได้ 4 คะแนน ค่อนข้างน้อย ได้ 3 คะแนน น้อย ได้ 2 คะแนน น้อยที่สุด ได้ 1 คะแนน การรวมคะแนนจะรวมคะแนนทั้งฉบับ

ขั้นตอนในการวิจัย

ผู้วิจัยได้จัดลำดับขั้นตอนในการดำเนินวิจัย ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยจัดเตรียมวิธีการ และกำหนดการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมแบบกลุ่มตามแนวการฝึกของ เลนจ์ และ จากูโบวสกี (Lange and Jakubowski) โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้ให้คำแนะนำและตรวจพิจารณาตามความเหมาะสม การเข้ากลุ่มการฝึกจะดำเนินการทั้งสิ้น 7 ครั้ง สัปดาห์ละหนึ่งครั้ง ครั้งละประมาณ 2 ชั่วโมง

1.2 จัดเตรียมแบบประเมินพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และแบบสอบถามพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม

1.3 ผู้วิจัยได้ติดต่อกับประธานบริษัท อาร์ เอ็ม กรุ๊ป จำกัด เพื่อขออนุญาตใช้สถานที่และบุคลากรเข้ารับการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งได้รับความอนุเคราะห์จากทางบริษัทโดยอนุญาตให้หัวหน้างานของบริษัททั้งสิ้นจำนวนทั้งสิ้น 26 คน เข้าร่วมการฝึกได้ตามความสมัครใจ และอนุญาตให้ใช้ห้องประชุมของบริษัทเพื่อดำเนินการฝึกทั้งสิ้น 7 ครั้ง

1.4 ผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยประชาสัมพันธ์การเข้ากลุ่มการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมแก่หัวหน้างานของบริษัท อาร์ เอ็ม กรุ๊ป จำกัดทั้งหมด แล้วให้ผู้ที่มีความประสงค์สมัครใจที่จะเข้าร่วมการฝึกลงชื่อเข้าร่วมการฝึก จากนั้นจึงสัมภาษณ์ผู้สมัครทุกคนเกี่ยวกับความคาดหวังที่ต้องการจากการเข้ารับการฝึก ความไม่สบายใจหรืออึดอัดใจที่เกี่ยวกับการแสดงออกบางอย่างของตนเอง และความสามารถในการเข้าร่วมการฝึกได้ทุกครั้งหรือไม่อย่างไร เป็นต้น แล้วคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีสภาพปัญหาเกี่ยวกับการแสดงออกที่เหมาะสมและสามารถเข้ารับการฝึกได้ทุกครั้งตามกำหนดการเอาไว้ จากนั้นสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน คือ กลุ่มทดลอง 1 กลุ่มประกอบด้วยสมาชิกเพศชาย 6 คนและเพศหญิง 2 คน และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ประกอบด้วยสมาชิกเพศชาย 5 คนและเพศหญิง 3 คน แล้วให้ทั้งสองกลุ่มตอบแบบประเมินพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และแบบสอบถามพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม (Pretest)



1.5 หลังจากการตอบแบบประเมินและแบบสอบถามเสร็จสิ้นทั้งสองกลุ่ม ผู้วิจัยขอให้กลุ่มทดลองนัดหมายวันเวลาที่จะเริ่มดำเนินการฝึก ซึ่งได้ตกลงกันว่าจะให้ดำเนินการฝึกทุกวันพฤหัสบดี เวลา 14.00-16.00 น. เริ่มต้นวันที่ 24 มิถุนายน 2536 เป็นครั้งที่ 1 และจะดำเนินการต่อเนื่องไปจนถึงวันที่ 5 สิงหาคม 2536 เป็นครั้งสุดท้าย รวมทั้งสิ้น 7 ครั้ง โดยใช้ห้องประชุมของบริษัทในการฝึกครั้งนี้ สำหรับกลุ่มควบคุมให้ปฏิบัติงานไปตามปกติก่อนและจะให้เข้ารับการฝึกในรุ่นต่อไปซึ่งจะแจ้งให้ทราบภายหลัง

2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 ผู้วิจัยในฐานะผู้นำการฝึก ได้ดำเนินการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมให้กับกลุ่มทดลอง ตามกำหนดการเข้ากลุ่มการฝึกและแบบฝึกหัดที่ได้จัดเตรียมไว้ตามแนวของ Lange and Jakubowski (1976 : 69-117, 197-208) ซึ่งรายละเอียดของแบบฝึกหัดต่าง ๆ ได้แสดงไว้แล้วในภาคผนวก สำหรับกำหนดการเข้ากลุ่มจำนวน 7 ครั้งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 1 วันพฤหัสบดีที่ 24 มิถุนายน 2536 เวลา 14.00 - 16.00 น.

1. การบรรยายอย่างสั้น ๆ ประมาณ 10 นาที เพื่อนำเข้าสู่การฝึกประกอบด้วย
 - การบรรยายกิจกรรม ของการเข้ากลุ่มการฝึกซึ่งจะเน้นแบบฝึกหัดต่าง ๆ รวมทั้งลักษณะโดยทั่วไปของการสร้างความคิดใหม่และการฝึกซ้อมพฤติกรรม
 - การให้คำจำกัดความที่ชัดเจนของพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม ซึ่งแตกต่างจากพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก และพฤติกรรมก้าวร้าว
2. แบบฝึกหัดที่ใช้ในการฝึกครั้งที่ 1 ได้แก่
 - แบบฝึกหัดที่ 1 การนำเข้าสู่การฝึก 20 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 2 ภาษาท่าทาง 30 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 3 การให้และรับคำชมเชย 30 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 4 ทักษะต่าง ๆ ของการสนทนาในสังคม 30 นาที

ผู้วิจัยใช้แบบฝึกหัดเหล่านี้ในการเข้ากลุ่มครั้งแรก เนื่องจาก 1) เป็นการดำเนินการด้วยการแสดงออกที่เหมาะสมทางบวก ซึ่งสำคัญและบ่อยครั้งถูกละเลยในการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม 2) เป็นบทสั้น ๆ และมีลักษณะในด้านบวกซึ่งเป็นการเพิ่มความสนใจไปได้ของประสบการณ์ที่ได้รับความสำเร็จในกลุ่ม 3) เป็นการเตรียมการที่ดีอย่างยิ่งเพื่อการฝึกซ้อมพฤติกรรมที่ซับซ้อนกว่าซึ่งจะมีต่อมา และด้วยการเน้นถึงการแสดงออกที่เหมาะสมทางด้านบวก รวมทั้งการดำเนินการที่มีประสิทธิภาพของผู้รับการฝึก ตลอดจนการพัฒนาบรรยากาศแบบสนับสนุนช่วยเหลือกันจะช่วยให้ผู้รับการฝึกรู้สึกสบายใจในการดำเนินการตามสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคลของเขา

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 2 วันพฤหัสบดีที่ 1 กรกฎาคม 2536 เวลา 14.00 - 16.00 น.

1. เริ่มต้นด้วยการอภิปรายการบ้านครั้งที่แล้วและสถานการณ์ที่ประสบ 20 นาที
2. แบบฝึกหัดที่ใช้ประกอบการฝึกครั้งที่ 2 ได้แก่
 - แบบฝึกหัดที่ 5 การแยกแยะความแตกต่างระหว่าง พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก
พฤติกรรมก้าวร้าวและพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม 60 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 6 การบ่งบอกและยอมรับในสิทธิส่วนบุคคล 40 นาที

การเข้ากลุ่มการฝึกครั้งที่ 2 นี้ จะเปลี่ยนจุดเน้นจากการแสดงออกที่เหมาะสมทางบวก ไปสู่กระบวนการที่ซับซ้อนยิ่งขึ้นในเรื่องการเข้าใจและยอมรับเกี่ยวกับ การแสดงออกซึ่งสิทธิส่วนบุคคล นอกจากนี้การให้โอกาสแก่ผู้รับการฝึกได้จำแนกความแตกต่างระหว่างการตอบสนองซึ่งเป็นการแสดงออกที่เหมาะสม การไม่กล้าแสดงออก และการก้าวร้าว ตลอดจนการเข้าใจในระบบความเชื่อของตนในเรื่องสิทธิส่วนบุคคลซึ่งจะมีผลโดยตรงต่อการตอบสนองที่เขาเลือก จากแบบฝึกหัดในการเข้ากลุ่มครั้งแรก ครั้งนี้ก็เช่นกันมีการดำเนินการที่เกี่ยวกับประเด็นที่สำคัญของการแสดงออกที่เหมาะสม และเน้นความสำคัญที่องค์ประกอบที่เกี่ยวกับความคิดของการฝึกซ้อมพฤติกรรมที่จะมีตามมา การฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมจะต้องรวมกระบวนการในการประเมินที่เกี่ยวข้องกับความคิดด้วย

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 3 วันพฤหัสบดีที่ 8 กรกฎาคม 2536 เวลา 14.00 - 16.00 น.

1. เริ่มต้นด้วยการอภิปรายการบ้านครั้งที่แล้วและสถานการณ์ที่ประสบ 20 นาที
2. การอภิปรายเกี่ยวกับการสร้างความคิดใหม่ ซึ่งผู้รับการฝึกจะได้ค้นพบคำพูดที่พูดซ้ำอยู่ภายในเกี่ยวกับตนเองทางด้านลบที่มีผลต่อพฤติกรรมของตนรวมทั้งการวางแผนที่จะเปลี่ยนแปลงแก้ไขคำพูดนั้น 20 นาที
3. แบบฝึกหัดที่ใช้ประกอบการฝึกครั้งที่ 3 ได้แก่
 - แบบฝึกหัดที่ 7 การแนะนำอย่างย่อ ๆ เข้าสู่หลักการของเหตุผลและอารมณ์ 30 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 8 การวิเคราะห์ตนเองอย่างมีเหตุผล 30 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 9 จินตนาการเกี่ยวกับเหตุผลและอารมณ์ 20 นาที

การเข้ากลุ่มครั้งนี้กำหนดขึ้นเพื่อวางรากฐานทางด้านความคิด ในการใช้กระบวนการสร้างความคิดใหม่ให้เกิดประโยชน์ ร่วมกันกับการฝึกซ้อมพฤติกรรม

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 4 วันพฤหัสบดีที่ 15 กรกฎาคม 2536 เวลา 14.00 - 16.00 น.

1. เริ่มต้นด้วยการอภิปรายการบ้านครั้งที่แล้วและสถานการณ์ที่ประสบ 20 นาที
2. แบบฝึกหัดที่ใช้ประกอบการฝึกครั้งที่ 4 ได้แก่
 - แบบฝึกหัดที่ 10 การขอร้องและปฏิเสธคำขอร้องที่ไร้เหตุผล 40 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 11 การพูดโดยไม่มีกรออธิบาย 30 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 12 การดำเนินการกับบุคคลที่ขอร้องแบบดีอ้วน 30 นาที

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 5 วันพฤหัสบดีที่ 22 กรกฎาคม 2536 เวลา 14.00 - 16.00 น.

1. เริ่มต้นด้วยการอภิปรายการบ้านครั้งที่แล้วและสถานการณ์ที่ประสบ 20 นาที
2. แบบฝึกหัดที่ใช้ประกอบการฝึกครั้งที่ 5 ได้แก่
 - แบบฝึกหัดที่ 13 การตีความหมายแก่พฤติกรรมของตนเอง 30 นาที
 - แบบฝึกหัดที่ 14 การฝึกซ้อมพฤติกรรมกลุ่มเล็ก 70 นาที

แบบฝึกหัดต่าง ๆ ในการเข้ากลุ่มครั้งที่ 4 และครั้งที่ 5 ให้ความสนใจในสถานการณ์ที่ซับซ้อนมากกว่าในการเข้ากลุ่มครั้งแรก ๆ รวมทั้งการดำเนินการกับการแสดงออกของสิทธิส่วนบุคคลที่มากกว่าเดิม ซึ่งเป็นส่วนที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับผู้รับการฝึกที่จะต้องฝึกหัด

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 6 วันพฤหัสบดีที่ 29 กรกฎาคม 2536 เวลา 14.00 - 16.00 น.

1. เริ่มต้นด้วยการอภิปรายการบ้านครั้งที่แล้วและสถานการณ์ที่ประสบ 20 นาที
2. การฝึกซ้อมพฤติกรรมตามเรื่องราวเฉพาะของผู้รับการฝึก 100 นาที

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 7 วันพฤหัสบดีที่ 5 สิงหาคม 2536 เวลา 14.00 - 16.00 น.

1. การฝึกซ้อมพฤติกรรมตามเรื่องราวเฉพาะของผู้รับการฝึก 100 นาที
2. การปิดกลุ่มการฝึก 20 นาที

ในการเข้ากลุ่มครั้งที่ 6 และครั้งที่ 7 นี้ หัวข้อการการฝึกซ้อมพฤติกรรมนั้น ใช้กระบวนการการสร้างความคิดใหม่และการฝึกซ้อมพฤติกรรม โดยให้ผู้รับการฝึกเป็นผู้สนใจที่จะดำเนินการกับสถานการณ์ของตนเองซึ่งในแต่ละสถานการณ์ใช้เวลาค่อนข้างมาก ผู้นำการฝึกควบคุมเวลาไม่ให้เกินสถานการณ์และครึ่งชั่วโมง แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับของการเข้าร่วมและความ

ใส่ใจของผู้รับการฝึกคนอื่น ๆ ด้วย ผู้รับการฝึกได้รับการฝึกหัดกับเหตุการณ์ต่าง ๆ กันหลายแบบซึ่งโดยปกติในแต่ละครั้งจะทำการฝึกซ้อมพฤติกรรมได้อย่างเป็นผลดีประมาณ 3 สถานการณ์

นอกจากนี้ในครั้งที่ 6 และที่ 7 นี้ ผู้วิจัยได้ใช้เทปบันทึกภาพบันทึกพฤติกรรมของผู้เข้ารับการฝึกขณะฝึกซ้อมพฤติกรรม และฉายกลับให้ผู้เข้ารับการฝึกเห็นพฤติกรรมของตนเองในขณะที่ฝึกซ้อมพฤติกรรมซึ่งเป็นการให้ข้อมูลย้อนกลับ ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ฝึกฝนและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสมตามความต้องการต่อไปอีกด้วย

2.2 หลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง 1 วัน ผู้วิจัยได้นัดหมายให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบประเมินพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และแบบสอบถามพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม (Posttest)

2.3 ผู้วิจัยตรวจให้คะแนนแบบประเมินและแบบสอบถามดังกล่าว แล้วนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ผลตามหลักการทางสถิติ

3. ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 แบบประเมินพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

3.1.1 หาค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการมีส่วนร่วมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Inclusion) ด้านการมีส่วนร่วมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Inclusion) ด้านการควบคุมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Control) ด้านการควบคุมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Control) ด้านการผูกพันที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed Affection) และด้านการผูกพันที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน (Wanted Affection) ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3.1.2 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทุกด้านในข้อ 3.1.1 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองด้วยการทดสอบค่าที (t-test)

3.1.3 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทุกด้านในข้อ 3.1.1 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลองด้วยการทดสอบค่าที (t-test)

3.1.4 หาค่าความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่ ของคะแนนพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการมีส่วนร่วมที่แสดงออกต่อผู้อื่น ด้านการมีส่วนร่วมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน ด้านการควบคุมที่แสดงออกต่อผู้อื่น ด้านการควบคุมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน ด้านการผูกพันที่แสดงออกต่อผู้อื่น และด้านการผูกพันที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตน ครึ่งก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

3.1.5 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่ของคะแนนพฤติกรรม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลข้างต้นในข้อ 3.1.4 ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองด้วยการทดสอบค่าที (t-test)

3.2 แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม

3.2.1 หาค่าเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสม ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3.2.2 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสมข้างต้นในข้อ 3.2.1 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลัง การทดลองด้วยการทดสอบค่าที (t-test)

3.2.3 หาค่าความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่ ของคะแนนพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสม ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

3.2.4 ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่ของคะแนนพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสมข้างต้นในข้อ 3.2.3 ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองด้วยการทดสอบค่าที (t-test)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย