

## บทที่ ๔

## ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและอภิปรายผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยขอนำเสนอผลของการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปของตาราง ดังนี้

๑. แสดงค่ามัชฌิม เลขคณิต ( $\bar{X}$ ) ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t-test ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการฝึกและคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจาก "แบบสอบวัดความกล้าแสดงออกระดับวิทยาลัย"

๒. แสดงค่ามัชฌิม เลขคณิต ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t-test ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการฝึก และคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจากแบบสำรวจบุคลิกภาพ เก็บตัว - แสดงตัว

๓. แสดงค่ามัชฌิม เลขคณิต ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t-test ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการฝึก คะแนนหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจาก เครื่องมือวัดค่านิยมทางไม่ตรีสัมพันธ์

ศูนย์วิจัยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ ๑ แสดงค่ามัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t-test ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการฝึก และคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองจาก "แบบสอบวัดความกล้าแสดงออกระดับวิทยาลัย"

ชนิดของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวนคน	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก		t-test
		$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
กลุ่มควบคุม	๑๔	๗๓.๘๗	๘.๔๔	๘๑.๖๗	๑๘.๒๖	-
กลุ่มทดลอง	๑๔	๗๔.๓๓	๑๕.๒๕	๑๑๕.๐๐	๒๒.๐๑	๕.๒๖ **
t-test		๐.๑๐		๓.๑๖ **		

\*\*  $p < .๐๑$

ผลการวิเคราะห์จากตารางที่ ๑ แสดงให้เห็นว่า

๑) ค่า t จากการคำนวณคะแนนก่อนการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง มีค่าน้อยกว่าค่า tวิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ .๐๑ ( $df = 28, t = 2.467$ ) แสดงว่าก่อนการฝึก กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมด้านการแสดงออกไม่แตกต่างกัน

๒) ค่า t จากการคำนวณคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีค่ามากกว่าค่า t วิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ .๐๑ ( $df = 28, t = 2.467$ ) แสดงว่าหลังจากที่ได้รับการฝึกแล้ว กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมด้านการแสดงออกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

และ เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองแล้วจะเห็นว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งอาจสรุปได้ว่า กลุ่มทดลองมีการแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสม มากกว่ากลุ่มควบคุม

ดังนั้นจึงอาจจะสรุปได้ว่าหลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแล้ว มีแนวโน้มที่จะทำให้มีการเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการแสดงออกมากกว่านักศึกษาหญิงที่ยังไม่ได้รับการฝึก

๓. ค่า  $t$  จากการคำนวณคะแนนก่อนการฝึกและคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มทดลองมีค่ามากกว่า ค่า  $t$  วิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ .๐๑ ( $df = 14; t = 2.624$ ) แสดงว่าหลังการฝึกแล้ว ทำให้กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมด้านการแสดงออกแตกต่างจากก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญ

และเมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยก่อนการฝึกและหลังการฝึกแล้ว เห็นว่า คะแนนหลังการฝึกสูงกว่าคะแนนก่อนการฝึก ดังนั้น จึงอาจจะสรุปได้ว่าหลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแล้ว มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการแสดงออกที่เหมาะสมมากขึ้นกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญ

จากตารางที่ ๑ สรุปได้ว่า หลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกแล้ว มีแนวโน้มที่จะแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสมมากขึ้น และมากกว่านักศึกษาหญิงที่ยังไม่ได้รับการฝึก

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ ๒ แสดงค่ามัธยฐาน เลขคณิต ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐานและทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t-test ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการฝึกและคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองจากแบบสำรวจบุคลิกภาพเก็บตัว - แสดงตัว

ชนิดของกลุ่ม ตัวอย่าง	จำนวน คน	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก		t-test
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
กลุ่มควบคุม	๑๕	๑๘๐.๗๓	๓๒.๑๐	๑๗๘.๘๖	๒๗.๕๔	-
กลุ่มทดลอง	๑๕	๑๗๘.๐๗	๒๐.๓๑	๒๑๕.๐๗	๒๕.๒๓	๕.๒๖ **
t-test		-๐.๑๗		๓.๗๖ **		-

\*\*p < .๐๑

ผลการวิเคราะห์จากตารางที่ ๒ ปรากฏดังต่อไปนี้

๑) ค่า t จากการคำนวณคะแนนก่อนการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีค่าน้อยกว่าค่า tวิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ .๐๑ (df = 28, t = 2.467) แสดงว่าก่อนการฝึกกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีบุคลิกภาพทางด้านเก็บตัวไม่แตกต่างกัน

๒) ค่า t จากการคำนวณคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีค่ามากกว่าค่า tวิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ .๐๑ (df = 28, t = 2.467) แสดงว่าหลังจากที่ได้รับการฝึกแล้ว กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีบุคลิกภาพทางด้านเก็บตัวที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

และเมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองแล้ว จะเห็นว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งอาจสรุปได้ว่ากลุ่มทดลองมีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนบุคลิกภาพจากแบบเก็บตัว เป็นบุคลิกภาพแบบแสดงตัวมากกว่ากลุ่มควบคุม

ดังนั้น จึงอาจสรุปได้ว่า หลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแล้วมีแนวโน้มที่จะทำให้เปลี่ยนบุคลิกภาพจากแบบเก็บตัว เป็นแบบแสดงตัวมากกว่านักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึก

๓) ค่า  $t$  จากการคำนวณคะแนนก่อนการฝึกและคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มทดลองมีค่ามากกว่าค่า  $t$ วิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ  $.๐๑$  ( $df = 14, t = 2.624$ ) แสดงว่าหลังการฝึกแล้ว ทำให้กลุ่มทดลองมีบุคลิกภาพทางด้านเก็บตัวแตกต่างจากก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญ

และเมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยก่อนการฝึกและหลังการฝึกแล้วจะเห็นว่าคะแนนหลังการฝึกสูงกว่าคะแนนก่อนการฝึก ดังนั้น จึงอาจจะสรุปได้ว่าหลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแล้ว มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนบุคลิกภาพจากแบบเก็บตัว เป็นแบบแสดงตัวมากขึ้นกว่าเดิม

จากตารางที่ ๒ สรุปได้ว่า หลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกแล้วมีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนบุคลิกภาพจากแบบเก็บตัว เป็นแบบแสดงตัวมากขึ้นและมากกว่านักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึก

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ ๓ แสดงค่ามีชคณิตเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t-test ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการฝึก และคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มทดลองจาก เครื่องมือวัดค่านิยมทางไมตรีสัมพันธ์

ชนิดของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวนคน	ก่อนการฝึก		หลังการฝึก		t-test
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
กลุ่มควบคุม	๑๕	๙๒.๑๓	๙.๑๖	๘๙.๓๓	๑๒.๑๓	-
กลุ่มทดลอง	๑๕	๙๓.๔๗	๑๐.๑๔	๗๐.๗๓	๗.๒๐	-๗.๓๓**
t-test		๐.๒๕		-๕.๑๑**		-

\*\*  $p < .๐๑$

ผลการวิเคราะห์จากตารางที่ ๓ ปรากฏผลดังนี้

๑) ค่า t จากการคำนวณคะแนนก่อนการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีค่าน้อยกว่าค่า tวิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ .๐๑ ( $df = 28, t = -2.467$ ) แสดงว่าก่อนการฝึก กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีบุคลิกภาพแบบไมตรีสัมพันธ์สูงไม่แตกต่างกัน

๒) ค่า t จากการคำนวณคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีค่ามากกว่าค่า tวิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ .๐๑ ( $df = 28, t = -2.467$ ) แสดงให้เห็นว่าหลังจากได้รับการฝึกแล้ว กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีบุคลิกภาพแบบไมตรีสัมพันธ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

และเมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยหลังการฝึกของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองแล้ว จะเห็นว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งอาจสรุปได้ว่า กลุ่มทดลองมีบุคลิกภาพแบบไมตรีสัมพันธ์ต่ำลงมากกว่ากลุ่มควบคุม

ดังนั้น จึงอาจจะสรุปได้ว่าหลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแล้ว มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนบุคลิกภาพจากมีไมตรีสัมพันธ์สูงเป็นแบบมีไมตรีสัมพันธ์ต่ำลงมากกว่านักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๑

๓. ค่า  $t$  จากการคำนวณคะแนนก่อนการฝึกและคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มทดลองมีค่ามากกว่าค่า  $t$ วิกฤติที่ระดับความมีนัยสำคัญ ( $df = 14, t = -2.624$ ) แสดงว่าหลังการฝึกแล้ว ทำให้กลุ่มทดลองมีบุคลิกภาพแบบไมตรีสัมพันธ์แตกต่างจากก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญ

และเมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยก่อนการฝึกและหลังการฝึกแล้วจะเห็นว่า คะแนนหลังการฝึกมีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าคะแนนก่อนการฝึก ดังนั้น จึงอาจสรุปได้ว่า หลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกแล้ว มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนบุคลิกภาพจากมีไมตรีสัมพันธ์สูงเป็นแบบมีไมตรีสัมพันธ์ต่ำลงมากกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญ

จากตารางที่ ๓ สรุปได้ว่านักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกจะเปลี่ยนบุคลิกภาพจากการมีไมตรีสัมพันธ์สูงมาเป็นการมีไมตรีสัมพันธ์ต่ำลงและเปลี่ยนได้มากกว่านักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึก อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๑

#### อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อจะศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่มีต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการแสดงออกที่เหมาะสม บุคลิกภาพแบบเก็บตัว - แสดงตัว และบุคลิกภาพแบบมีไมตรีสัมพันธ์ของนักศึกษาหญิง ซึ่งผลการวิจัยจะได้อภิปรายตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ดังต่อไปนี้

สมมุติฐานที่ ๑ นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกจะมีการเปลี่ยนพฤติกรรมทางด้านการแสดงออกที่เหมาะสมและเปลี่ยนได้มากกว่านักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึก

จากผลการวิเคราะห์ด้วย  $t$ -test ในตารางที่ ๑ อาจจะสรุปได้ว่า “หลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกแล้วมีแนวโน้มที่จะแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสมมากขึ้นและมากกว่านักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๑ ซึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้สนับสนุน

สมมุติฐานที่ ๑ ผละผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของแบร์<sup>๑</sup> (Baer, 1977) เช็ง<sup>๒</sup> (Cheng, 1977) กาแลซซีและคณะ<sup>๓</sup> (Galassi, et.al., 1974) ไบรเดนบาร์ท<sup>๔</sup> (Breidenbach, 1978) ไวท์ไซด์<sup>๕</sup> (Whiteside, 1977) ไกรม์ส์<sup>๖</sup> (Grimes, 1978) กริฟฟิธ<sup>๗</sup> (Griffith 1977) วิสกอตท์และคลีแลนด์<sup>๘</sup> (Weiskott and Cleland, 1977) และ

---

<sup>1</sup> Roberta Ann Baer, "Phenomenological and Behavioral Consequences of Assertiveness Training For Women," p. 3593-B.

<sup>2</sup> Connie Hon-Nor, Cheng, "The Effects of Group Assertive Training on Male Acute Intensive Treatment Psychiatric Patients," p. 6269-A.

<sup>3</sup> John P. Galassi; Merna D. Galassi; and M. Carol Litz, "Assertive Training in Groups Using Video Feedback," pp.. 390-394.

<sup>4</sup> William Edward Breidenbach, "The Effect of Assertive Training on the Adolescent Self-Concept," p. 4671-A.

<sup>5</sup> Carroll Leeland Whiteside, "Assertiveness Training as a Short-Term Treatment Method with Juvenile First Offenders," p. 644-A.

<sup>6</sup> John William Grimes, "The Effects of Assertion Training on Severely Disabled Student/Clients in a Residential Treatment Center," p. 4684-A.

<sup>7</sup> Mariellen Griffith, "The Effect of An Assertive Training Program on College Students," p. 6273-A.

<sup>8</sup> Gerald N. Weiskott and Charles C. Cleland, "Assertiveness, Territoriality and Personal Space Behavior as a Function of Group Assertion Training," pp. 111-117.



เวทเซล<sup>๑</sup> (Wetzel, 1978) ซึ่งได้ผลวิจัยตรงกันว่า ผู้ที่ได้รับการฝึกดังกล่าวมีการแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสม มากกว่าผู้ที่มิได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญ แต่ผลการวิจัยนี้ก็ยังคงขัดแย้งกับงานวิจัยของเนาส์ (Knauss, 1978) ที่ไม่สามารถสรุปได้ว่าการฝึกดังกล่าวจะช่วยทำให้พวกเขา มีความเข้าใจในตนเองมากขึ้น<sup>๒</sup> แต่อย่างไรก็ตามจะเห็นได้ว่า ผลการวิจัยที่กล่าวมาส่วนใหญ่ชี้ให้เห็นว่า การฝึกดังกล่าวมีส่วนช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกมีการแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ในระยะเวลาเพียงสั้น ๆ

สมมุติฐานที่ ๒ นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกจะมีการเปลี่ยนบุคลิกภาพจากแบบ เก็บตัวเป็นแบบแสดงตัวมากขึ้นและมากกว่านักศึกษาหญิงที่มิได้รับการฝึก

จากผลการวิเคราะห์ t-test ในตารางที่ ๒ อาจสรุปได้ว่าหลังจากที่นักศึกษาหญิงได้รับการฝึกแล้วมีแนวโน้มที่จะ เปลี่ยนบุคลิกภาพจากแบบ เก็บตัว เป็นแบบแสดงตัวมากขึ้น และมากกว่านักศึกษาหญิงที่มิได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๑ ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ตรงตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ และผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของวิสคอตต์และคลีแลนด์ (Weiskott and Cleland, 1977) ที่พบว่าผู้ที่เข้ารับการฝึกสัปดาห์ละ ๒ ครั้ง ครั้งละ ๒ ชั่วโมงเป็นเวลา ๔ สัปดาห์จะเปิดเผยตนเองมากกว่าผู้ที่มิได้รับการฝึก<sup>๓</sup> นอกจากนี้ก็ยังสอดคล้องผลการวิจัยของแมค เคลลาร์ (Mc Kellar, 1978) ที่พบว่านิสิตที่ได้รับการฝึกมีบุคลิกภาพซึ่งประเมินได้จาก

<sup>1</sup> Bernard Craig Wetzel, "The Effects of Assertive Training on the Self-Esteem of Counselors in Training," p. 5372-A.

<sup>2</sup> Jeffrey William Knauss, "The Effects of Group Assertiveness Training on the Aggressive Behavior and Self-Concepts of Fourth Grade Boys," p. 5356-A.

<sup>3</sup> Gerald N. Weiskott and Charles C. Cleland, "Assertiveness, Territoriality and Personal Space Behavior as a Function of Group Assertive Training," pp. 111-117.

แบบสอบ The Sixteen Personality Factor Questionnaire แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ จากนิสิตที่มีได้รับการฝึกใน Factor O (Self assured versus insecure) และ Factor E (humble versus assertive) และจากการใช้แบบสอบ Myres-Briggs Type Indicator ก็ทำให้ทราบว่านิสิตที่ได้รับการฝึกมีลักษณะแสดงตัว (Extraversion) มากกว่านิสิตที่มีได้รับการฝึก นอกจากนี้เขายังได้พบว่านิสิตที่ได้รับการฝึกชอบรวมกันเป็นกลุ่มมากขึ้น<sup>๑</sup> และสอดคล้องกับผลงานวิจัยของฮาร์ทซูกและคณะ (Hartsook, et.al., 1976) ซึ่งพบว่าสตรีที่ได้รับการฝึก เป็นที่ยอมรับของผู้อื่นและมีลักษณะเป็นตัวของตัวเอง (autonomous)<sup>๒</sup>

สมมุติฐานที่ ๓ นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกจะเปลี่ยนบุคลิกภาพจากการมีไมตรีสัมพันธ์สูง มาเป็นการมีไมตรีสัมพันธ์ต่ำลงและเปลี่ยนได้มากกว่านักศึกษาหญิงที่มีได้รับการฝึก

จากผลการวิเคราะห์ด้วย t-test ในตารางที่ ๓ สรุปได้ว่าหลังจากที่ นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกแล้ว มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนบุคลิกภาพจากมีไมตรีสัมพันธ์สูงเป็นแบบมีไมตรีสัมพันธ์ต่ำลงและเปลี่ยนได้มากกว่านักศึกษาหญิงที่มีได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๑ กล่าวคือ นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกจะลดความเกรงใจลง มีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น และมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เพิ่มขึ้นหรือมีบุคลิกภาพแบบสัมฤทธิ์สัมพันธ์ (Achieving) มากขึ้นซึ่งนับว่าผลการวิจัยครั้งนี้ตรงตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ และผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของแบร์ (Baer, 1977) ที่พบว่าสตรีที่ได้รับการฝึกมีการประเมินค่าตนเองในทางด้านดีมากขึ้นและมีความมั่นใจในตนเองด้วย<sup>๓</sup>

<sup>1</sup> Carolyn Perkins Mc Kellar, "The Effects of Assertive Behavior Training in College Sophomores and Graduate Students," p. 405-A.

<sup>2</sup> Judith E. Hartsook, Doris R. Olch, and Virginia A. de Wolf, "Personality Characteristics of Women's Assertiveness Training Group Participants," p. 322.

<sup>3</sup> Roberta Ann Baer, "Phenomenological and Behavioral Consequences of Assertive Training For Women," p. 3593-B.

ผลงานวิจัยของไบร์เคนบาร์ค (Breidenbach, 1978) ที่พบว่าการศึกษาฝึกตั้งกล้าให้กับเด็กวัยรุ่น ทำให้เด็กวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงในเรื่องเกี่ยวกับทัศนคติซึ่งสูงกว่าเด็กวัยรุ่นที่ได้รับการฝึก<sup>๑</sup> นอกจากนี้ก็สอดคล้องกับผลงานวิจัยของวีสกอตท์และคลีแลนด (Weiskott and Cleland, 1977) ซึ่งได้ศึกษากับสตรีที่มีลักษณะขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่รู้จักวิธีการวางตัวในสังคม พบว่าหลังจากที่สตรีได้รับการฝึกแล้วทำให้สตรีมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น และกล้าเปิดเผยตนเองมากกว่าสตรีที่ได้รับการฝึก<sup>๒</sup> ผลการวิจัยของไวท์ไซด์ (Whiteside, 1977) ซึ่งพบว่าผู้ที่กระทำความผิดครั้งแรก เมื่อได้รับการฝึกตั้งกล้าแล้วมีทัศนคติที่ดีขึ้น ทำให้พวกเขาเป็นคนที่มีความผิดมากขึ้น<sup>๓</sup> และสอดคล้องกับผลวิจัยของ แมคเคลลาร์ (Mc Kellar, 1978) ที่พบว่านิสิตที่ได้รับการฝึกมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้นและมากกว่านิสิตที่ได้รับการฝึก<sup>๔</sup>

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ สรุปได้ว่า นักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีการแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสมมากขึ้น มีบุคลิกภาพเป็นแบบแสดงตัวมากขึ้น และมี บุคลิกภาพแบบไม่ตรีสัมพันธ์ต่ำลง เป็นแบบสัมพันธ์สัมพันธ์มากขึ้นและมากกว่านักศึกษาหญิงที่ได้รับการฝึก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าผู้เข้ารับการฝึกเกิดการ เรียนรู้วิธีที่จะลดความวิตกกังวลซึ่งเป็นสาเหตุ

<sup>1</sup> William Edward Breidenbach, "The Effect of Assertive Training on the Adolescent Self-Concept," p. 4671-A.

<sup>2</sup> Gerald N. Weiskott and Charles C. Cleland, "Assertiveness, Territoriality and Personal Space Behavior as a Function of Group Assertion Training, pp. 111-117.

<sup>3</sup> Carol Leeland Whiteside, "Assertiveness Training as a Short-Term Treatment Method with Juvenile First Offenders," p. 644-A.

<sup>4</sup> Carolyn Perkins Mc Kellar, "The Effects of Assertive Behavior Training in College Sophomores and Graduate Students," p. 4054-A.

ของการไม่กล้าแสดงออกหรือไม่กล้ากระทำในสิ่งที่มีเหตุผลสมควรด้วยเทคนิคต่าง ๆ อันเป็นการช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกสามารถควบคุมตนเองได้ ลดความอายให้น้อยลงและเพิ่มความกล้าแสดงออกมากขึ้น<sup>๑</sup> ตลอดจนการฝึกดังกล่าวช่วยทำให้ผู้เข้ารับการฝึกมีทักษะในการสื่อสารกับผู้อื่นได้ด้วยความมั่นใจ<sup>๒</sup> หรืออาจเป็น เพราะว่าคุณเข้ารับการฝึกได้พิจารณาแล้ว เห็นว่าการฝึกดังกล่าวทำให้ตนเองมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้นว่าตนได้แสดงออกไปตามสิทธิอันชอบธรรมของตนเองโดยมิได้ละเมิดสิทธิของผู้อื่น ถึงแม้ว่าการกระทำหรือการแสดงออกไปนั้นบางครั้งอาจจะไม่เป็นที่ยอมรับของบุคคลบางประเภท (Downer) เสมอไป<sup>๓</sup> แต่ถ้ามาพิจารณาถึงสิทธิมนุษยชนแล้วจะเห็นว่าทุกคนเกิดมามีความเท่าเทียมกันในเรื่องของ "ความเป็นคน" ดังนั้น ก็ควรจะมีการแสดงต่อกันในฐานะที่มีคุณค่าเท่าเทียมกันด้วย กล่าวคือในความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคลสองคนที่มีความเท่าเทียมกันนี้ ไม่ควรมีใครที่มีสิทธิพิเศษเหนือไปจากสิทธิที่ควรจะมี เมื่อมีความสัมพันธ์กัน บุคคลทั้งสองฝ่ายก็ควรจะมีการตกลงใจร่วมกัน ประนีประนอมกันอันจะทำให้ความสัมพันธ์เป็นไปอย่างราบรื่นโดยปราศจากการขัดแย้งหรือข่มขู่ให้อีกฝ่ายต้องยอมไป<sup>๔</sup> และจากการเรียนรู้ดังกล่าว เมื่อผู้เข้ารับการฝึกได้นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันแล้วปรากฏว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ ดังเช่น ผู้เข้ารับการฝึกคนที่ ๑ กล่าวว่า "เมื่อเรากล้าแสดงออก (ตามสิทธิ) แล้วจะเกิดความรู้สึกโล่งอก ไม่อึดอัด แล้วยังได้รับประโยชน์อีกไม่ต้องอดทนอะไรโดยไม่จำเป็น....." ผู้เข้ารับการฝึกคนที่ ๒ กล่าวว่า "...เมื่อข้าพเจ้าปฏิเสธไปแล้วพร้อมกับให้เหตุผลของการปฏิเสธนั้น ก็รู้สึกว่า สบายใจ ไม่อึดอัดใจ กังวลใจ และ

<sup>1</sup> Sharon Anthony Bower and Gordon H. Bower, Asserting Yourself, p. 7.

<sup>2</sup> James Gormally and Clara E. Hill, "A Microtraining Approach to Assertion Training," p. 299.

<sup>3</sup> Carole Wilk and Virginia Coplan, "Assertive Training As a Confidence-Building Technique" p. 464.

<sup>๔</sup> พระพรหมคุณวชิรญาณ, เอกสารประกอบการประชุม เรื่องการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก, หน้า ๔-๕.



เมื่อข้าพเจ้าสังเกตเห็นคนที่ข้าพเจ้าปฏิเสธก็ไม่เห็น เขามีปฏิกริยาอย่างไรที่จะแสดงว่าเขาไม่พอใจ...<sup>1</sup> เป็นต้น จึงทำให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความมั่นใจในการแสดงออกที่เหมาะสมมากขึ้น ลดความเกรงใจ โดยไม่จำเป็นลง หรือมีบุคลิกภาพแบบไม่ตรีสัมพันธ์ต่ำลงกลายเป็นแบบสัมฤทธิ์สัมพันธ์มากขึ้น ซึ่งบุคลิกภาพแบบสัมฤทธิ์สัมพันธ์นี้นับว่าเป็นบุคลิกภาพที่มีความสำคัญในการที่จะช่วยทำให้เศรษฐกิจของประเทศพัฒนาไปได้อย่างรวดเร็ว<sup>2</sup> เพราะเป็นบุคลิกภาพที่เอื้ออำนวยต่อการปลูกฝังความกล้าคิด กล้าแสดงออก มีความมั่นใจ มีทัศนคติเป็นประชาธิปไตย<sup>3</sup> และในขณะเดียวกันเมื่อเป็นคนกล้าแสดงออกแล้วก็จะมีผลทำให้ผู้เข้ารับการฝึก เปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพแบบเก็บตัวให้เป็นแบบแสดงตัวมากขึ้น อันมีผลต่อความคิดสร้างสรรค์ สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนและการปรับตัวในสังคมต่อไป

ดังนั้น จึงนับว่าการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก (Assertive Training) มีประโยชน์แก่ผู้เข้ารับการฝึกมาก (ดูได้จากภาคผนวก ค.) โดยเฉพาะอย่างยิ่งสตรีไทยซึ่งมีลักษณะชอบเกรงใจ ไม่กล้าแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสม การฝึกดังกล่าวจะช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของสตรีไทยให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้นอันจะเป็นการช่วยพัฒนาสังคมไทยต่อไป

ศูนย์วิทยุทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

<sup>1</sup> David C. Mc Clelland and David G. Winter, Motivating Economic Achievement p. 2.

<sup>2</sup> วีรยุทธ วิเชียรโชติและคณะ, "รายงานการวิจัยเรื่อง ความเกรงใจในคนไทย" ตอนที่ ๒, หน้า ๖.