

บทที่ 3

ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) รูปแบบการวิจัยแบบสองกลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest - Posttest Control Group Design) ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ที่มีต่อความวิตกกังวลและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กด้อยโอกาส

ลักษณะของประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ เด็กด้อยโอกาสที่อยู่ในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ เพศชาย กำหนดอายุระหว่าง 12 -15 ปี

กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กด้อยโอกาสเพศชายที่สื่อสารรู้เรื่องและยินดีให้ความร่วมมือในการฝึก โดยความสมัครใจ จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 10 คน และกลุ่มทดลอง 10 คน เพื่อทำการทดสอบความวิตกกังวลและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก่อนการฝึก (Pretest) แต่ในขณะที่ดำเนินการฝึก กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองมีภารกิจไม่สามารถรับการฝึกต่อไปได้ จึงขอถอนตัวไปจำนวน 2 คน จึงเหลือกลุ่มทดลองจำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมผู้ปกครองมารับกลับบ้าน ต้องถอนตัวไปจำนวน 1 คน จึงเหลือกลุ่มควบคุมจำนวน 9 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก ที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงและดัดแปลงขึ้นจากแนวคิดของ Sansbury (อ้างในเอี่ยมจิต ศิศรีแก้ว, 2524) และของ Christoff and Kelly (อ้างใน จันทรฉาย พิทักษ์ศิริกุล, 2532) ได้หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.81 โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1 แสดงโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	โปรแกรมการฝึก
1	<p>- ทำความคุ้นเคย สร้างความสัมพันธ์ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน แนะนำตนเอง, เตรียมความพร้อมในการฝึก</p> <p>- รู้จักตนเองมากขึ้น สำรวจตนเอง มองตนเองในแง่ดี บอกความพึงพอใจที่มีต่อรูปร่าง การกระทำ อารมณ์ และความรู้สึกของตนเองได้</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. กิจกรรมฉันคือใคร 2. กิจกรรมดวงใจใครเอ๋ย 3. ชี้แจงเกี่ยวกับโปรแกรมการฝึก
2	<p>- ให้ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับพฤติกรรมกล้าแสดงออก เข้าใจความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก, การแสดงออกแบบก้าวร้าว และการแสดงออกที่เหมาะสมได้</p> <p>- สามารถระงับความกลัวหรือความวิตกกังวลในการแสดงออก กล้าแสดงออกและเสริมสร้างกำลังใจให้ตนเอง</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ฝึกผ่อนคลาย เทคนิคการผ่อนคลายความเครียด 2. แบบฝึกหัดประเมินการตอบสนองในสถานการณ์จำลองต่างๆ 3. กิจกรรมหน้าต่างใจเสรี 4. กิจกรรมองค์การนาซ่า 5. ให้การบ้านทบทวนพฤติกรรมการแสดงออกของตนในชีวิตประจำวัน
3	<p>- พัฒนาความสามารถรับรู้ว่าพฤติกรรมใดเหมาะสมในการแสดงออก หรือพฤติกรรมแสดงออกใดควรแก้ไข</p> <p>- ฝึกการแสดงออกทางสีหน้า, ท่าทาง, น้ำเสียง ฯลฯ</p> <p>- มีทักษะในการกล้าแสดงออกในการขอร้องให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงการกระทำ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. การแสดงบทบาทสมมติ 2. ฝึกทักษะในการเขียนบทสนทนาเพื่อขอร้องบุคคลอื่นให้เปลี่ยนแปลงการกระทำ 3. ฝึกให้กล้าแสดงออกในการขอร้องบุคคลอื่นให้เปลี่ยนแปลงการกระทำ 4. กิจกรรมภาพปริศนา 5. ฝึกผ่อนคลายความเครียด 6. การบ้านทบทวนการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมและพฤติกรรมที่ควรแก้ไข

4	<ul style="list-style-type: none"> - มีทักษะในการแสดงออกที่เหมาะสมในการกล่าวปฏิเสธ - มีทักษะในการแสดงออกที่เหมาะสมในการกล่าววิจารณ์และชมเชย 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ฝึกทักษะในการแสดงออกที่เหมาะสมในการกล่าวปฏิเสธ 2. ฝึกทักษะในการแสดงออกที่เหมาะสมในการกล่าววิจารณ์และชมเชย 3. กิจกรรม การต่อชิ้นส่วน 4. ฝึกผ่อนคลายความเครียด 5. การบ้าน ทบทวนทักษะการแสดงออกในการกล่าวปฏิเสธ, วิจารณ์ และชมเชย
5	<ul style="list-style-type: none"> - ให้สามารถที่จะเผชิญกับความวิตกกังวลและเสริมสร้างกำลังใจให้กับตนเอง - การให้และรับความประทับใจ ทำให้เกิดความผูกพันสามารถแสดงเป็นคำพูดที่ทำให้รู้สึกถึงความห่วงใย และเกิดความรักและเห็นใจเพื่อนสมาชิก - ยุติการฝึก 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ประเมินความเข้าใจของสมาชิกในโปรแกรมการฝึก ทบทวนโปรแกรม 2. กิจกรรมการสนทนากับตนเอง 3. กิจกรรม How many squares? 4. ฝึกผ่อนคลายความเครียด 5. กิจกรรมการให้และรับความประทับใจ

กำหนดให้ทำการฝึกโปรแกรมพฤติกรรมกล้าแสดงออก เป็นระยะเวลาติดต่อกัน 3 สัปดาห์ เฉลี่ยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง รวมจำนวนครั้งในการฝึก 5 ครั้ง

2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดความวิตกกังวลและแบบสอบถามวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1 แบบวัดความวิตกกังวล State-Trait Anxiety Inventory (Form Y) ของ Spielberger และคนอื่น ๆ (1983) ซึ่งแปลโดย ธาตรี นนทศักดิ์, จิน แบรี่ และสม โภชน์ เอี่ยมสุภายิต (2534) ซึ่งดรรชนีความเที่ยงตรง นำมาใช้ในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีทั้งหมด 40 ข้อ แบ่งเป็น 2 ส่วน เป็นมาตราส่วนประมาณการ 4 ระดับ ค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach, 1970) ได้ค่าเที่ยงเท่ากับ 0.90

2.1.1 STAI Form Y-1 เป็นแบบประเมินความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ จำนวน 20 ข้อ ประกอบด้วยข้อความคำถามที่มีความหมายทั้งทางบวกและทางลบ ข้อที่มีความหมายทางบวกมี 10 ข้อ ได้แก่ 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 และ 20 และข้อความที่มีความหมายทางลบ 10 ข้อ ได้แก่ 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17 และ 18 แต่ละข้อแบ่งความระดับความรู้สึกออกเป็น 4 ระดับ ให้ผู้ตอบได้เลือกและเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

	คะแนนข้อความทางลบ	คะแนนข้อความทางบวก
ไม่เห็นด้วย	1	4
เห็นด้วยเล็กน้อย	2	3
เห็นด้วยปานกลาง	3	2
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4	1

2.1.2 STAI Form Y-2 เป็นแบบประเมินความวิตกกังวลประจำตัว จำนวน 20 ข้อ ประกอบด้วยข้อความคำถามที่มีความหมายทั้งทางบวกและทางลบ ข้อที่มีความหมายทางบวกมี 9 ข้อ ได้แก่ 1, 3, 6, 7, 10, 13 14, 16 และ 19 และข้อความที่มีความหมายทางลบ 11 ข้อ ได้แก่ 2, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 15, 17 และ 18 แต่ละข้อแบ่งความระดับความรู้สึกออกเป็น 4 ระดับ ให้ผู้ตอบได้เลือกและเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

	คะแนนข้อความทางลบ	คะแนนข้อความทางบวก
เกือบจะไม่เคยเกิดเลย	1	4
เกิดขึ้นเป็นบางครั้ง	2	3
เกิดขึ้นบ่อยครั้ง	3	2
เกิดขึ้นเกือบตลอดเวลา	4	1

2.2 แบบสอบถามวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของ (Coopersmith Self-Esteem Inventory School Form, 1984) ซึ่งแปลและเรียบเรียงโดย พิศมัย แสนยอด (2545) มีทั้งหมด 58 ข้อ เป็นข้อความที่มีความหมายทางบวกและทางลบ แบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านตนเองโดยทั่วไป (general self) 26 ข้อ ด้านตนเองทางสังคม-เพื่อน (social self-peer) 8 ข้อ ด้านพ่อแม่-ทางบ้าน (home-parent) 8 ข้อ ด้านโรงเรียน-การศึกษา (school-academic) 8 ข้อ และข้อความเกี่ยวกับการวัดการตอบที่ไม่ตรงตามความเป็นจริง 8 ข้อ ได้หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.82 ให้พิจารณาข้อความคำถามว่าตรงกับความรู้สึกของตนขณะนั้นหรือไม่ ให้ผู้ตอบได้เลือกและเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

ข้อความที่ตรงกับความรู้สึก	ให้ตอบ	“ใช่”
ข้อความที่ไม่ตรงกับความรู้สึก	ให้ตอบ	“ไม่ใช่”
	คะแนนข้อความทางลบ	คะแนนข้อความทางบวก
คำตอบ “ใช่”	0	1
คำตอบ “ไม่ใช่”	1	0

สำหรับคะแนนข้อความวัดการตอบไม่ตรงความเป็นจริงมี 8 ข้อ ให้คะแนนแต่ละข้อ 1 คะแนน ถ้าตอบ “ใช่” โดยคิดคะแนนต่างหาก ไม่นำไปรวมกับคะแนนในข้อความเกี่ยวกับความรู้สึกเห็นคุณค่า

ในตนเอง คะแนนที่เป็นไปได้ คือ 8 คะแนน ถ้าคะแนนในด้านนี้สูง หมายความว่าผู้ตอบตอบโดยใช้การป้องกันตนเอง

สถานที่ในการวิจัย

สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่ ตำบลคอนแก้ว อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบ The Pretest - Posttest Control Group Design ซึ่งมีขั้นตอนในการดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ขั้นตอนเตรียมการทดลอง

1.1 นำหนังสือขอความร่วมมือจากภาควิชาจิตวิทยา พร้อมทั้งเอกสารในงานวิจัยไปติดต่อสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่ เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลและดำเนินการทดลอง

1.2 การเตรียมสถานที่ทำการทดลอง ผู้วิจัยได้ขออนุญาตเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์ให้ห้องประชุมเป็นสถานที่ดำเนินการทดลองทุกวันพุธและวันอาทิตย์

1.3 เมื่อได้รับการอนุมัติแล้ว ผู้วิจัยประสานงานกับเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ที่สื่อสารรู้เรื่องและยินดีให้ความร่วมมือในการฝึก โดยความสมัครใจ จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 10 คน และกลุ่มทดลอง 10 คน เพื่อทำการทดสอบความวิตกกังวลและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Pretest) โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวล State-Trait Anxiety Inventory (Form Y) ของ Spielberger และผู้อื่น (1983) และแบบสอบถามวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของ (Coopersmith Self-Esteem Inventory School Form, 1984)

1.4 เตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วยโปรแกรมการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก, แบบวัดความวิตกกังวล และแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

2. ขั้นตอนการทดลอง

เด็กกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมทำการฝึกโปรแกรมพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงและดัดแปลงขึ้น ตั้งแต่วันที่ 2 - 19 เมษายน 2549 เป็นระยะเวลาติดต่อกัน 5 ครั้ง เฉลี่ยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง

3. ขั้นสิ้นสุดการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดการฝึกตามโปรแกรมแล้ว หลังจากนั้น 1 สัปดาห์ ให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำการทดสอบความวิตกกังวลและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลอง (Posttest) โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวล State-Trait Anxiety Inventory (Form Y) ของ Spielberger และผู้อื่น, (1983) และแบบสอบถามวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ (Coopersmith Self-Esteem Inventory School Form, 1984)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีทางสถิติ โดยใช้วิธีการทางสถิติ ดังนี้

1. หาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนความวิตกกังวล และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนการฝึกและคะแนนหลังการฝึกของกลุ่มตัวอย่าง
2. ใช้ t-test ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการฝึกและหลังจากการฝึกของกลุ่มทดลอง ตามสมมุติฐานข้อที่ 1
3. ทดสอบสมมุติฐานระหว่างกลุ่มตัวอย่างด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA) ตามสมมุติฐานข้อที่ 2